

A számítógépes játékok használati szokása és kapcsolata bizonyos pszichológiai jellemzőkkel

Tartalomjegyzék

1. Bevezetés és témafelvetés	4
2. Szakirodalmi áttekintés	6
2. 1. A számítógépes játékok és az agresszió kapcsolat	6
<i>Bevezető gondolatok és fogalmi meghatározás</i>	6
<i>Az agresszió pszichoanalitikus felfogása és a katarzisélmélet</i>	7
<i>A frusztráció-agresszió hipotézis</i>	8
<i>A kulcsinger-arousal hipotézis</i>	9
<i>Az agresszió szociális tanuláselméleti megközelítése</i>	9
<i>Ellenérvek az agresszív tartalom viselkedésre gyakorolt hatásával kapcsolatban</i>	12
2. 2. A számítógépes játékokkal eltöltött idő és kapcsolata	
a bevonódással, az önkontrollal és az élettel való elégedettséggel	13
2. 2. 1. Számítógépes játékok és a bevonódás jelenségvilága	14
<i>A bevonódás definiálásának kérdése</i>	14
<i>A bevonódás és a számítógépes játékhasználatra fordított idő kérdése</i>	16
<i>Az MMORPG játékok</i>	16
<i>A bevonódás és az agresszió kapcsolata</i>	19
2. 2. 2. Számítógépes játékok és az önkontroll, önszabályozás kapcsolata	19
2. 2. 3. A számítógépes játékok és az élettel való elégedettség kérdésköre	21
<i>Az élettel való elégedettség definiálásának kérdése</i>	21
<i>Az élettel való elégedettség mint lehetséges ok: az eszképzizmus</i>	22
2. 3. Nemi különbségek a számítógépes játékok területén	23

2. 4. Műhelymunkámban elvégzett vizsgálat és eredményeinek rövid bemutatása és eredményeinek kapcsolódása jelen vizsgálatához ..	24
3. A vizsgálat kérdései és hipotézisei.....	26
3. 1. Kérdések	26
3. 2. Hipotézisek.....	26
4. A kutatás bemutatása _____	29
4. 1. Módszer és mintaválasztás, az adatfelvétel körülményei	29
4. 2. A vizsgálatához használt kérdőív bemutatása	30
5. Eredmények _____	32
5. 1. A minta és a mérőeszközök főbb tulajdonságai	33
5. 2. A statisztikai próbák eredményei	34
6. Diskusszió _____	45
7. Összefoglalás _____	51
8. Irodalomjegyzék _____	53

Melléklet:

Kérdőív a számítógépes játékhasználati szokások vizsgálatához _____	61
---	----

1. Bevezetés és témafelvetés

Személyi számítógépeket és a rajtuk futó szoftvereket az élet számos területén használjuk, például munkához vagy a szabadidőnk eltöltésére.

Ki gondolta volna, hogy az előző évszázad 50-es és 60-as éveiben néhány szórakoztatási célra tervezett programból, amiket csak az egyetemek tudományos berkeiben használtak, mára egy évi sokmilliárd dolláros forgalmat lebonyolító iparág fejlődik ki, amelynek termékei emberek millióihoz, ha nem milliárdjaihoz jutnak el világszerte. A piac méretének szemléltetésére álljon itt néhány adat: a World of Warcraft nevű számítógépes online játszható szerepjáték (MMORPG) felhasználói tábora 2010-ben 10 milliós felhasználói bázissal büszkélkedhetett, akik a világ számos pontján éltek (<http://eu.blizzard.com/en-gb/company/press/pressreleases.html?id=2443926>). És ez még csak az egyik legismertebb játék adatai. Ezen felül azonban sok ezer játékprogrammal játszanak az emberek, aminek a forgalma egyesek szerint a hollywoodi filmipart, mind a zeneipart is maga mögé utasította (Gentile és mtsai, 2009). A játékok terjedésében pedig a világháló megjelenése új lehetőségeket jelentett, hiszen amellett, hogy a felhasználók száma gyors növekedésnek indult, megjelentek az olyan játéktípusok is, amelyek igyekeznek kihasználni a világháló adta lehetőségeket (bővebben: lásd. pl. <http://www.gamestar.hu/pc-s-piac-mekkora-a-tenyleges-forgalom.html>).

Ugyanakkor felmerül a kérdés, hogy miért is annyira népszerűek ezek a játékszoftverek, és hogy használatuk milyen hatással lehet az őket használókra. Így nem csak a laikusok, hanem számos tudományterület foglalkozik a játékok és a játékosok természetével, és használatának hatásával, többek között a pszichológia is.

Az egyik legismertebb kérdés, ami már évtizedek óta foglalkoztatja mind a tudományos világot, mind a laikusokat, az a számítógépes játékokban, tágabban véve az elektronikus illetve a digitális médiában (pl. televízióban) megjelenített erőszak és az agresszív viselkedés kapcsolata. Mióta Bandura és munkatársai (lásd pl. Bandura, Ross és Ross, 1961; Smith és Mackie, 2004) kísérletesen demonstrálni tudták azt, hogy az agresszív modellt látva a gyerekek nagy hajlandósággal kezdik verni maguk is a Bobo-babát, azóta se szeri, se száma annak a kutatásoknak, amelyek ebben a témában vizsgálódtak, ám hiába a vizsgálatok nagy mennyisége, még mindig nem sikerült konszenzusos álláspontra jutni a

témában. Ez pedig megnehezíti a hatásmechanizmust megfelelő módon magyarázó elméleti keret megtalálását. Így minden újabb kutatás talán a téma jobb megértését segíti elő.

Mindezek mellett érdemes a használatra fordított idő és egyes pszichológiai tényezők kapcsolatát is vizsgálni. Ezt több ok is indokolja: egyrészt mert ezen kérdéseket jóval kevesebben kutatták, másrészt ez a terület is tartogat legalább annyi megválaszolatlan kérdést, mint a számítógépes játékok és az agresszió témaköre: például mikor lehet függőségről beszélni a számítógépes játékhazsnálat területén? Milyen tünetek jellemzik a számítógéphasználat terén megmutatkozó normálistól eltérő állapotot? Esetleg a sok idő? Milyen tényezők befolyásolhatják a számítógépes játékokba való bevonódást és a játékkal töltött időt? Amiért még érdemes ezt a témakört vizsgálni, az annak a lehetősége, hogy az itt megismert eredmények akár segítségünkre lehetnek a számítógépes játékok és agresszió körül kialakult már-már parttalannak tűnő vita megoldásában.

Ez a téma már az alapképzésemet lezáró műhelymunka óta foglalkoztat, így úgy gondoltam, hogy érdemes lehet további vizsgálódást, kutatást folytatnom a témakörben, reménykedve abban, hogy talán az általam talált eredmények segítséget jelenthetnek a számítógépes játékok és azok használatának megértésében. Viszont az általam vizsgált téma mennyisége jóval túlmutat jelen dolgozat keretein, így csak a lényegesebb kérdések kerülnek bemutatásra és megtagyalásra.

Jelen munkámban érinteni kívánom a számítógépes és videojátékok használatához köthető bizonyos jelenségeket, mint az agresszív játékok preferálása és az agresszív viselkedés közti kapcsolatot, a számítógépes játékkal töltött idő és bevonódás kapcsolatát, valamint ezen tényezők kapcsolatát az önkontrollal, étellel való elégedettséggel. Ezen felül a manapság terjedőben lévő internetes szerepjátékok, az MMORPG-k használatának kapcsolatát a számítógépes játékkal töltött időre, bevonódásra, önkontrollra, étellel való elégedettségre; valamint a számítógép használatában megmutatkozó nemi különbségeket is górcső alá veszem.

Mielőtt azonban elkezdeném, szeretném röviden tisztázni, hogy mit értek számítógépes és videojáték alatt.

Számítógépes játéknak nevezhetünk minden olyan, elsődlegesen szórakoztatási céllal létrehozott szoftvert vagy programot, aminek rendszerkövetelményei alapján személyi számítógépen futtathatók. De játékszoftvereket nem csak személyi számítógépen, hanem videojáték-konzolokon, vagy akár mobiltelefonokon is lehet futtatni, a közös bennük az, hogy

az egyén valamilyen beviteli eszközzel (pl. billentyűzet, kontrollel) utasításokat visz be az elektronikus eszközbe, amiről egy kijelzőn kap visszacsatolást, pontosabban arról, hogy mit jelentett a szoftverben az általa végzett manipuláció. Ezen felül közös vonás a programok szórakoztató jellege is. Ezeket összefoglaló néven videojátékoknak nevezzük tehát, és ide tartoznak az általam elsődleges céllal vizsgált számítógépes játékok is. A videojátékoknak számtalan műfaja létezik, de alapjellemzőiben, használatában és hatásában nem sokban térnek el egymástól, fússanak bármilyen eszközön is, amelyek szintén sok közös jegyben osztoznak. Talán ez indokolja, hogy az általam olvasott, elsősorban angol nyelvű munkák nem tesznek igazán különbséget a számítógépes és videojátékok között. Éppen ezért én a két fogalmat egymás szinonimájaként kezelem a dolgozatomban, tudva azt, hogy a videojátékok a játékszoftvereknek sokkal tágabb körét fedi le, aminek csak egy részét képezi a számítógépes játékok.

2. Szakirodalmi áttekintés

Szakirodalmi áttekintésemben először a számítógépes játékok és az agresszió kapcsolatának témakörét fejtem ki, ezt követi a számítógépes játékkal töltött idő és néhány ezzel szorosabb kapcsolatban lévő tényezők tárgyalása, mint bevonódás, az MMORPG játékok, az önkontroll, és az élettél való elégedettség, végül pedig azon különbségeket tárgyalom, amelyek a nemi szocializációból és nemi identitásból származnak, hogy az áttekintés végére eljussunk az általam feltárni kívánt kérdésekhez és hipotézisekhez.

2. 1. A számítógépes játékok és az agresszió kapcsolata

Bevezető gondolatok és fogalmi meghatározás

Ez a téma az egyik legnépszerűbb, a legtöbbet kutatott és talán a legtöbbet vitatott mind a tudományos, mind a laikus körökben. Ennek az az oka, hogy mindmáig nem sikerült minden kétséget kizárólag feloldani az e területen dilemmát, nevezetesen: vajon az agresszív tartalmú számítógépes játékok agresszívebbé tesznek, ezáltal okolhatók-e az emberek erőszakos cselekedeteiért. Ahogy a témában vizsgálódó kutatások és irodalmi áttekintések is mutatják, például: Dill és Dill (1998), Griffith (1999), Bensley és van Eenwyk (2001) vagy Ferguson és Kilburn (2009), vannak, amik alapján úgy tűnik, igen, de, ha szerényebb számban is, vannak olyan eredmények, amik az ellenkezőjét támasztják alá. Az itt felsorolt munkák

arra mutatnak rá, hogy az elméleti megközelítésen túl (ami azért bizonyos mértékben befolyásolja a kutatások kérdésfelvetését és módszerét is), módszertani okok is vezettek ahhoz, hogy mind a mai napig nem lehet biztosat mondani e területen. Egyrészt sok kutatás inkább korrelációs, mintsem az ok-okozati viszonyokat jobban vizsgálni tudó kísérletes vizsgálat. Másrészt viszonylag kevés a száma azon kutatásoknak, amely a hosszú távú hatásokat vizsgálja, és inkább a rövidtávú hatásokról vannak ismereteink. Harmadrészen pedig a kutatók által használt mérőeszközök megbízhatósága és validitása sem mindig megfelelő vagy elfogadható a vizsgálatokban. (lásd. pl. Ferguson és Kilburn, 2009; 2010; Adachi és Willoughby, 2011; Ferguson és Dyck, 2012).

Elméleti szempontból első sorban olyan kutatások eredményei látszanak megerősíteni ezt az álláspontot, ahol a kutatók a Bandura nevével jelzett szociális tanuláselméleti és ennek valamilyen interpretációjából indulnak ki, mint az Agresszió Általános Elmélete (ld. például Anderson és Dill, 2000; Carnegie, Anderson és Bushman, 2007; Gentile, Lynch, Linder és Walsh, 2004).

Az ellenkező álláspontot első sorban azon kutatók eredményei támasztják alá, akiket az agressziót illetően inkább a freudi katarziselmélet vezérel, ilyen például Kerstenbaum és Weinstein (1985).

Az agressziót, pontosabban az agresszív viselkedést legegyszerűbben a következő módon definiálhatjuk: „Szándékos károkozás másoknak” (Smith és Mackie, 2004, 669. o.).

Az agresszió kutatásának fejlődésével számos elmélet, megközelítés született, ami az agresszió természetének mibenlétét, kialakulását magyarázza, a legismertebbek: az agresszió pszichoanalitikus felfogása (Freud), frusztráció-agresszió hipotézis (Dollard és Miller), a kulcsinger-arousal hipotézis (Berkowitz), az Agresszió Általános Modellje (Anderson) az agresszió tanuláselméleti megközelítése (Bandura). A következőkben ezen röviden bemutatásra kerülnek ezek az elméletek (bővebben lásd például: Mummendey, 1997; Mummendey és Otten, 2007; Anderson és Dill, 2000; Carnegie és mtsai., 2007; Gentile és mtsai., 2004)

Az agresszió pszichoanalitikus felfogása és a katarziselmélet

A freudi pszichoanalitikus elméletben az agresszív viselkedés nem más, mint a halálösztönhöz köthető destrukciós energiák elterelése, ami által csökkenthető a feszültség. Ezen elmélet az agressziót megkerülhetetlennek és ösztönösnek tartja, és csak azt tudjuk

befolyásolni, hogy olyan utakat vagy módokat keresünk a kiengedésére, ami nem tekinthető destruktívnak, ez a katarzis (ld. Mummendey, 1997). A *katarziselmélet* tehát arról szól, hogy az „ellenséges és agresszív tendenciák kifejezhetőek nem destruktív módon például gúnyolódás vagy fantázia révén, ami azután eltéríti a destruktív energiát és gyengíti a tényleges agresszív viselkedésre irányuló tendenciát” (Mummendey, 1997. 290.o.). Ilyen mód lehet például a számítógépes játékok (fantázia)világa is, amit például Kerstenbaum és Weinstein (1985) empirikusan is alátámasztott. Ám Mummendey (1997) olyan vizsgálatokat is talált, amely szerint az ilyen lehetőségek nemhogy csökkentették az agressziót, hanem eszkálálták azt (ld. 291. o.). Bár ezek nem számítógépes játékok esetében mutatkoztak meg, mégis felvetik annak kérdését, hogy tényleg képesek-e ezek a lehetőségek csökkenteni az agressziót, vagy pedig fokozzák, mivel például hozzáférhetővé teszik az agresszív viselkedéssel kapcsolatos sémákat, ami ily módon befolyásolja a személy reakcióit.

A frusztráció-agresszió hipotézis

A freudi megközelítés másik gyengepontja, ahogy Mummendey (1997) is rámutat, hogy problematikus az elmélet helytállóságának empirikus úton történő ellenőrzése. Erre egyfajta válaszként Dollard, és munkatársai kidolgozták az a *frusztráció-agresszió hipotézisét* (Dollard, Doob, Miller, Mowrer és Sears, 1939). Ők az agressziót a frusztráció következményének tartották (Mummendey, 1997). Az egyén akkor frusztrálódik, ha célja elérésében akadályoztatva van, ez agresszív cselekedetre való késztetést szül benne. Az agresszió a frusztráció elhárítására megszüntetésére irányuló cselekedet, amivel környezetének kárt okoz (Mummendey, 1997; Mummendey és Otten, 2007). Ugyanakkor nem feltétlenül és nem mindig a frusztráció oka ellen irányul (Mummendey, 1997), azaz bekövetkezhet célpont- és válasz helyettesítés is. Az elmélet előnye tehát, ahogy Mummendey (1997) is megfogalmazza, hogy a freudi elképzeléssel szemben a fogalmak operacionalizálhatók, és empirikusan ellenőrizhetők. Ám kiderült, hogy a kettő között korántsem olyan egyszerű és determinisztikus a kapcsolat, ahogy azt a kutatók elsőre gondolták. Hiszen más módon is válaszolhat valaki a frusztráló, kellemetlen helyzetre, például elhagyhatja azt, vagy keletkezhet benne agresszió, de valami miatt mégsem jut kifejeződésre.

A kulcsinger-arousal hipotézis

Hogy vajon mi lehet az, ami miatt kifejeződésre jut és mi miatt nem, azzal például Berkowitz is foglalkozik (lásd. pl. Mummendey, 1997; Mummendey és Otten, 2007). Híressé vált elképzelése, a *kiváltó inger elmélete* vagy más néven *kulcsinger-arousal hipotézis* szerint a személy frusztráció vagy negatív esemény hatására csak arousal növekedést tapasztal, ami nem más, mint a düh. A düh agresszív belső késztetéshez vezet, ám manifesztációjához szükségesek olyan, kulcs- vagy jelzőingerek jelenléte, amihez az illető az agressziót asszociálja, ahogy kísérletesen is demonstrálni tudta munkatársaival (idézi Mummendey, 1997). Feldühített kísérleti alanyai több sokkot adtak ilyen tárgy (pl. fegyver) jelenlétében a kísérletvezető bizalmasának. Az azóta fegyvereffektusként ismertté vált jelenséget azonban nem minden esetben sikerült alátámasztani. Ugyanakkor Mummendey és Otten (2007) azt a következtetést vonták le más, ebben a témában lefolytatott metaanalízis alapján, hogy az agresszió, ha csak bizonyos mértékig is, de kognitív módon előhangolható (ld. 266. o.). Az előhangolhatóság jelenségét attitűdök esetében pedig például Bargh és munkatársai vagy Fazio és munkatársai sikeresen demonstrálták (ld. pl. Bargh, 1989; Fazio, Powell, és Williams, 1989). Berkowitz elméletét tovább fejlesztette, így jutott el a *neoasszociációs* elméleti megközelítéshez, ami egyesíti magában a kognitív komponenst, az érzelmi komponenst (düh) és a körülmények befolyásoló szerepét. (lásd. bővebben pl. Berkowitz, 1990, 1993)

Az agresszió szociális tanuláselméleti megközelítése

Ahogy Mummendey (1997) írja, a fentebbi elméletek, elképzelések az agressziót elkerülhetetlennek és szükségszerűnek tekintik. Ám vannak olyan elméletek is, amelyek azt vallják, hogy a viselkedés, így az agresszív viselkedés is tanult. Ilyen például Bandura és munkatársaihoz (pl. Bandura, 1973) köthető *szociális tanuláselmélet* is, mely a(z) agresszív) viselkedés elsajátításában nagy szerepet tulajdonít a viselkedés utánzásának alapjául szolgáló *modellnek*. A megfigyelő tulajdonképp megfigyeli az ő cselekvését és az ez által okozott következményeket (pl. jutalom/megerősítés vagy büntetés) és dönt arról, hogy érdemes-e ezt a viselkedést reprodukálnia, közben ezeket a megerősítéseket magára is vonatkoztatja (Mummendey, 1997). Ami még meglepő volt, ahogy Mummendey és Otten (2007) írta, hogy Banduráék azt is kimutatták, hogy nem csak az élő személy, de rajzfilmszereplő is lehetett

modell. Dill és Dill (1998) szerint ráadásul, mivel a videojátékok aktívabb részvételt igényelnek a játékosoktól, illetve a grafika egyre valóságosabb, így nagyobb esély van az agresszorral való identifikációra, ami miatt ez a hatás erősebb lehet. Ezzel csak az a probléma, hogy az ilyen szellemben végzett vizsgálatok nagy része, ahogy majd Ferguson állásfoglalásában is látható, számos módszertani gyengeséggel küzd, és viszonylag kevés a kísérletes vizsgálatok száma is.

Az Agresszió Általános Modellje

A korábban már említett Andersont arra ösztönözték a témában elvégzett kutatásainak eredményei, hogy az agresszióknak egy újabb modelljét alkossa meg munkatársaival, ami szerintük jobban meg tudja magyarázni az agresszív viselkedés természetét. Napjainkban az *Agresszió Általános Modellje* megkerülhetetlenné vált e téren, ezért a következőkben röviden bemutatásra kerül, hogy hogyan is működik a számítógépes játékokkal kapcsolatban a modell. A bemutatás elsősorban Gentile és munkatársai (Gentile, Linder, Lynch és Walsh 2004) munkája alapján történik, de más kutatásokban is olvashatunk a modelltől (bővebben lásd pl. Anderson és Dill, 2000; Carnegie és mtsai., 2007; Gentile és mtsai., 2004). Ez a modell *szociálkognitív* szemszögből közelíti meg az agressziót, vagyis ötvözi a szociális tanuláselméletet és a kognitív terület elemeit (pl. tudásstruktúrák, sémák beemelése a modellbe) egy többlépcsős folyamatban. Anderson és Dill (2000, idézi: Gentile et al, 2004) úgy véli, hogy személyes és szituációs változók szükségesek az agresszív viselkedés létrejöttéhez, mégpedig úgy, hogy ezek a bemeneti változók befolyásolják a belső struktúrákat (pl. sémák) és a döntéshozatali folyamatokat. Gentile és munkatársai (2004) valamint Anderson és Dill (2000) szerint rövidtávon az agresszív játékok hatására az agresszív gondolatok és ellenséges érzések hozzáférhetővé válnak, valamint nő az arousal szint is. Jelen esetben az alkati agresszió moderátorként működik, mivel megnöveli az esélyét az agresszív gondolatok hozzáférhetőségének. Az agresszív játékoknak való kitettség hosszabb távon másképp érvényesül, mégpedig úgy, hogy a játékok által az agresszióhoz kapcsolódó tudásstruktúrák fejlődésére kihat tanulás, megfigyelés és megerősítés révén. Ennek eredménye az lesz, hogy a személy agresszívebbnek fog tűnni, hajlamosabb lesz az agresszióra, de attitűdjeire, és meggyőződésire is jellemzőbb lesz az agresszivitás. Tudásstruktúrájára jellemző lesz, hogy bárkiről képes ellenségességet feltételezni, ezért állandó készségben van, másoktól is agressziót vár el, cselekedeteiket is hajlamosabb lesz agresszívnek tulajdonítani,

és nem meglepő módon agresszíven reagálni mások irányába, pozitív attitűdöt táplál az agresszió felé, valamint úgy véli, hogy a helyzetek megoldására az agresszió adekvát. Az erőszakos történések ismétlődő látványa egyúttal deszenzitizálja az agresszióval kapcsolatban (lásd. pl. Carnegey és mtsai, 2007). Anderson és munkatársai (pl. Anderson és Dill, 2000) által kidolgozott modell ezzel próbálja magyarázni azt, hogy vajon miért nem olyan egységes az erőszakos játékok hatása hosszú távon, mint rövid távon.

Anderson és Gentile munkatársaival a lehető legtöbb módszer bevonásával próbálják meg alátámasztani ezen elméletet, többek között kísérletesen (pl. Carnegey et al., 2007), önbeszámoltatós módszerrel (pl. Gentile és mtsai, 2004), illetve voltak olyan vizsgálatokkal is, ahol több módszert is ötvöztek (pl. Anderson és Dill, 2000: megfigyeléses és kísérleti).

De nem csak ők, hanem más kutatók is úgy találták, hogy az agresszív számítógépes játékok agresszív viselkedéshez vezetnek, és sokan arra jutottak, hogy ez a modell megállja a helyét (pl. Bartlett, Harris és Bruey, 2008; Uhlman és Swanson, 2004).

Uhlman és Swanson (2004) vizsgálatában használták az *Implicit Asszociációs Tesztet* (*IAT*), amit kérdőívvel kombináltak. Az *IAT*-tal az „agresszív én koncepciót” mérték, vagyis azt várták, hogy a négy ingercsoport (én-mások, agresszív-nem agresszív) párosítása esetében az „én-agresszív” párosításban reagálnak a vizsgálati személyek a leggyorsabban, ha agresszív játékkal játszanak (*Doom 3D*). Az *IAT* eredményei megerősítették várakozásukat, és mind a nők, mind a férfiak esetében gyorsabban reagáltak a kritikus párosításra, ha a *Doom*-mal játszottak, mint az agresszívnek egyáltalán nem mondható *Mahjonggal*. Az általuk közölt eredményekben az is látható, hogy a nemnek is van hatása, a férfiak az agresszív feltételben szignifikánsan rövidebb idő alatt válaszoltak, mint a nők. A kérdőíves felmérés azonban nem mutatott ki szignifikáns nemi különbséget, csak azt, hogy a férfiak agresszivitás szintje eleve magasabb volt a nőknél némely tényező esetében.

Bartlett, Harris és Bruey (2008) kísérletesen és kérdőíves módszerrel közelítette meg a kérdést. A *Mortal Kombat* nevű játékban a játékban megjelenített vér mennyiségét manipulálták, ez alapján négy csoportot hoztak létre. Azt vizsgálták, hogy vajon a sok vér, és erőszak látványa hogyan befolyásolja agresszív viselkedésüket, gondolkodásukat, arousal szintjüket, valamint van-e hatása a vonás vagy az állapot szintű agresszióra. Azt találták, hogy a *Mortal Kombattal* való játszás már magában növelte az állapotagresszió szintjüket, függetlenül, hogy mennyire „véres” csoportba kerültek. Viszont, akik közepes vagy a nagy mennyiségű vért ábrázoló csoportba kerültek, még inkább nőtt az állapot agresszió szintjük és

az arousal szintjük, de már a vér látványa is növelte az állapot szintű agressziót az alaphelyzethez képest. Vagyis bár az arousal magasabb volt a játék után minden esetben, de a csoportokat összehasonlítva a maximálisan véres fokon játszó csoportnál volt érzékelhető a csoportok között a növekedés. A maximálisan és közepesen véres fokozatokban magasabb volt a fegyverhasználat mint az agresszív viselkedés kifejeződése. Második vizsgálatukban azt kapták, hogy a férfiak magasabb alkati agressziószinttel rendelkeztek, mint a nők átlagosan ezen a skálán viszont mikor kontrollálták nem hatását, akkor azt kapták, hogy a sok vér hatására több agresszív gondolat keletkezett a v.sz-ek azon csoportjához képest, akiknél nem volt vér a játékban, mindkét nem esetén. Kérdéses azonban, hogy a játék során bemért fegyverhasználat mértéke mennyire jó mérőeszköz lehet az agresszív viselkedésre, hiszen a játékban stratégiai elem is lehet a továbbjutás érdekében.

Ellenérvek az agresszív tartalom viselkedésre gyakorolt hatásával kapcsolatban (Ferguson)

A kételkedő kutatók táborából leginkább Ferguson nevét lehetne megemlíteni, aki szerint, ha egyáltalán létezik is kapcsolat, az olyannyira elhanyagolható egészségügyi kockázatot jelent, hogy egészen eltörpül dohányzás és tüdőrák népegészségügyi rizikófaktorához képest is (Ferguson és Kilburn, 2009). Ő is végzett számos vizsgálatot e téren, ahol olyan eredményeket kapott, hogy nincs kapcsolat (pl. Ferguson és mtsai., 2008; Ferguson és Kilburn, 2009; Valadez, és Ferguson, 2012). Ezekben és más egyéb munkáiban (ld. még: Ferguson és Kilburn, 2010; Ferguson és Dyck, 2012) azt hozza fel a többek között Gentile és Anderson által képviselt állásponttal szemben, hogy elsősorban olyan tudósok támogatják ezt az álláspontot, akiknek érdekük fűződik ehhez, valamint sokszor a mérőeszközök validitása sem megfelelő (hasonló aggodalmakról ír még például Adachi és Willoughby, 2011; illetve Griffith, 1999). Kiemelik, hogy ennek egyik oka az lehet, hogy a vizsgálatukhoz használt videojátékokat csak agresszivitást nézték, más oldalait elhanyagolták így nem is kontrollálták (pl. versengés, vagy a játékmenet, játék nehézsége, irányítás elsajátításának nehézsége), pedig akár ezek is kiválthatnak feszültséget, és ezek is vezethetnek agresszióhoz, nem pedig (csak) az erőszak ábrázolása. Az agresszív és nem agresszív játékok nem csak agresszivitásban különböztek sok esetben, hanem a játékmenetben (ld. pl. Uhlman és Swanson, 2007: Doom vs. Mahjong), így az erőszakos-nem erőszakos játék tulajdonságai nem kiegyenlítettek. Ezen felül a kutatók sokszor nem hagytak elég időt arra, hogy a játékos megszokja az irányítást, ami kezdetben a feszültség és frusztráció (egy részének) forrása is. Nem meglepő ennek

fényében, hogy sokszor magasabb az állapot agresszió szintjük, viszont a vonás szintű agresszióra nem sok hatással van (ld. pl. Bartlett és mtsai., 2008).

A következtetések levonását nehezíti az is, hogy az agresszivitás mérésére használt eszközök milyen mértékben képesek megragadni (bővebben erről a problémáról, lásd pl. Ferguson és Kilburn, 2009) az agressziót, mennyire érzékenyek, megbízhatóak és hogy mennyi köze van a valósághoz. Sokat a klinikumból vettek át, holott itt a vizsgált minta az átlagnépességből kerül ki. Ezek alapján arra az álláspontra jutott egy másik munkájában, hogy az agresszió általános elméletének és más szociokognitív agresszióelméleteknek „ideje nyugdíjba vonulniuk” és paradigmaváltás szükségességét szorgalmazza, mivel ezek a megközelítések nem magyarázzák megfelelően az agresszió mibenlétét. (Ferguson és Dyck, nyomtatás alatt.).

Összességében elmondható tehát, hogy nagyon sok kutatás foglalkozott a témával, többsége talált kapcsolatot, de vannak köztük olyanok, amik nem. Ezeket pedig jelenleg nem lehet megmagyarázni meggyőző módon. Az inkonzisztenciák egyik forrása az elméleti megközelítés, hiszen azt is láthattuk, hogy minden egyes felsorolt elméletnek vannak erősségei, de nem képesek teljes mértékben megválaszolni minden, az agresszióval kapcsolatos kérdést, az elméletek pedig bizonyos mértékig befolyásolják a kutatók kérdésfelvetését, illetve módszereik megválasztását is. Ferguson munkái nyomán látható, hogy a vizsgálatoknak milyen módszertani gyengeségei voltak, amikre a kutatóknak jobban oda kell figyelniük a jövőben, ha ezzel a témával szeretnének mélyrehatóbban foglalkozni.

Az agresszió témakörének tárgyalása után következzenek a számítógépes játékok használatának más, a szakirodalomban ez idáig viszonylag kevésbé tárgyalt aspektusai.

2. 2. A számítógépes játékokkal eltöltött idő és kapcsolata a bevonódással, az önkontrollal és az élettel való elégedettséggel

Amint a bevezetőben látható adatok is szemléltetik, igencsak nagy népszerűségnek örvendenek a videojátékok. Ez felveti annak kérdését, hogy mi miatt képesek egyesek akár órákon át a képernyőre meredni, vagy hogy meddig lehet a játékhasználat normális mértékű,

és honnantól beszélünk patológiás használatról vagy játékfüggőségről a videojátékokkal kapcsolatban. Egyik, és talán leginkább szembe tűnő tényező a játékokkal töltött idő. Wenzel, Bakken, Johansson, Götestan, Øren (2009) egy több mint 3000 fős norvég mintán azt találta keresztmetszeti vizsgálatában, hogy azok a személyek, akik naponta több mint 4 órát töltenek számítógépes játékkal, azoknál nagy a kockázat a negatív következmények és a túlzott vagy patológiás játékszokás kialakulására. Ezt követte a nem (férfi) és a családi állapot (egyedülálló). A kockázat a játékra fordított idővel nőtt. Ezek szerint a sok számítógépes játékkal eltöltött idő nagyon szoros kapcsolatban állhat a problematikus játékhasználattal. A kérdés az lehet, hogy ez inkább ok, és ez vezet problémához, vagy ez csak a probléma egyik tüneti jellemzője.

2. 2. 1. A számítógépes játékok és a bevonódás jelenségvilága

A bevonódás definiálásának kérdése

A hétköznapi életből is ismerős lehet az az érzés, amikor egy tevékenység oly mértékben magával ragadja az embert, hogy azt érzi, a világ megszűnt létezni. A szakirodalom számos fogalommal igyekszik megragadni ezeket a sokszor szavakkal is nehezen leírható állapotokat, tapasztalatokat, mint módosult vagy megváltozott tudatállapot, flow élmény (bővebben: ld. pl. Csíkszentmihályi, 2004), bevonódás, vagy abszorpció.

Az általam olvasott munkák alapján elmondható, hogy nincs egységes fogalomrendszer, vagy egyezség a tekintetben, aminek keretében a bevonódással kapcsolatos élményeket, tapasztalatokat integrálni tudnák a kutatók (Wirth és mtsai, 2007, idézi: Brockmyer és mtsai, 2009). A nyelvi különbségek is megnehezítik bizonyos fogalmak magyarra fordítását, éppen ezért arra szorítkozom, hogy a különböző bevonódást leíró fogalmaknak milyen közös pontjai vannak. Ezen élményekre jellemző az idő és a való világ érzékelésének hiánya, mivel a figyelem az adott tevékenységre koncentrálódik; elmerülés a feladatban/tevékenységben és annak az érzésnek a megtapasztalása, hogy egy másik dimenzióban, például a játék által megteremtett dimenzióban létezik az egyén (Jenett és mtsai, 2008). Az is világos, hogy a bevonódás nem egy dichotóm állapot, hanem fokozatai vannak, és inkább pozitív érzések megtapasztalása jellemző, mintsem negatívaké, mint például az öröm. Annyiban talán mégis érdemes elkülöníteni a flow-élménytől, hogy az inkább teljes elmélyülés állapotára vonatkozik, vagyis optimális állapotot tükröz. A bevonódás, ahogy Jenett és munkatársai (2008) is fogalmazznak, egy szuboptimális tapasztalat. Jelen esetben ez arra vonatkozik, hogy

az általuk definiált bevonódás inkább egyfajta megnevezésként szolgál a videojátékok használata során tapasztalt élményekre, ami nagyfokú hasonlóságot mutat a flow élményhez, de nem ugyanaz, mivel nem annyira intenzív tapasztalat, és sok esetben nem teljesülnek a flow élmény meglétéhez köthető komponensek. Például nem minden esetben kap valaki direkt és egyértelmű visszajelzést a teljesítményéről (flow élmény esetében ez az egyik komponens a tapasztalat létrejöttéhez), mégis intrinsic jutalommal jár a tevékenység; vagy hiába érzi azt, hogy megváltozik az idő folyása, Luthman, Bliesener és Staude-Müller (2009) munkája azt mutatja, hogy objektíven nem volt kimutatható náluk (vagy csak a feladat volt túl könnyű?). Az egyes bevonódásra használt fogalmak meghatározásairól bővebben ír például: Boyle és mtsai, (2012); Jenett és mtsai (2008); Brockmyer és mtsai (2009).

A bevonódással kapcsolatos egyik legteljesebb tartalmi és módszertani áttekintést Boyle, Conolly, Hainey és Boyle (2012) munkája adja, ahol ismertetik a főbb elméleteket, ami a kutatókat vezérli, ismerteti azt is, hogy a kutatók, milyen módszereket használnak adataik gyűjtéséhez, valamint azt is, hogy mik a más kutatók által talált főbb eredmények. Rövidre fogva elmondható, hogy a kutatók a bevonódással kapcsolatban a következő irányokból közelítik meg a témát: milyen egyéni tapasztalatokat, érzéseket él meg az egyén a bevonódás illetve annak különböző megnevezései alatt, mik azok a tényezők, amik motiválják arra, hogy játsszon, és mik lehetnek azok a tényezők, ami miatt megélhető a bevonódás. Utóbbiak olyan tényezők, amik egyrészt személyes tulajdonságokhoz köthetőek, mint a versengés, vagy kompetencia, társas szükségletek, másrészt a játékprogramokhoz köthető tulajdonságok, amik a játékelmény teljességéhez járulnak hozzá, azt növelik, például a játékmenet vagy a zene. Boyle és munkatársai (2012) munkájából kitűnik, és ezt ők is megjegyzik, hogy a bevonódással kapcsolatos kérdést inkább kériőívesen mérték, főleg a motiváció terén. Ennél jóval kisebb számban végeztek az ok-okozat következtetések levonására alkalmas kísérletes vizsgálatokat, és szinte elhanyagolható azon kísérletes vizsgálatok száma, amelyek alaposabb következtetést lehet levonni (random kontrollcsoportos vizsgálat-RCT).

A felsorolt és általam átnézett kutatások között viszonylag elenyésző számúnak mondhatók azok, amelyek a longitudinálisan vizsgálták ezt a kérdést (üditő kivétel Smyth, 2007-es kutatása például, lásd később), pedig ezek is éppoly fontosak lennének abban, hogy pontosabb képet kapjunk arról, hogy például milyen hosszú távú hatásai vannak a játékba való bevonódásnak és azok következményeinek, és az hogy alakul az évek során. Ugyanakkor

szükség lehet több kvalitatív vizsgálatra is (pl. interjú, fókuszcsoport), hogy minél pontosabb képet kapjunk például a személyek játékhasználati szokásáról, és a bevonódással való kapcsolatáról.

A kísérletes kutatásoknál felmerül, és Boyle-ék (2012) is megemlíti, hogy kérdéses az egyes játékok összehasonlítása. Például, hogyan válasszuk ki azokat a játékokat amelyek nagyobb mértékű bevonódást váltanak ki, és amelyek kevésbé, és hogy milyen más tevékenységet lehet választani, ami ugyanolyan vagy épp ellenkezőleg, alacsonyabb bevonódást eredményeznek. Amint az előző, 2. 1-es fejezetben is olvasható, az agresszió témakörében is felmerült ennek kérdése.

A bevonódás és az számítógépes játékhasználatra fordított idő kapcsolatának kérdése

Mindezek mellett azt is hiányolom, hogy nem sok figyelmet fordítanak arra, hogy vajon a számítógépes játékkal töltött idő milyen kapcsolatban áll a bevonódással. Nagyon sok írás beszél patológiás mértékű játékhasználatról, meg arról is, hogy a játékkal töltött idő szoros kapcsolatban áll ezzel (pl. Wenzel és mtsai, 2009), meg arról, hogy milyen veszélyei és következményei lehetnek annak, ha valaki sok időt tölt a gép előtt, és belefeledkezik a játékba (pl. Burkhardt-Freeman, 2009). Sokan úgy tekintik, hogy a bevonódás és az idő összefüggése eleve adott, hiszen mi másért is töltene-e el valaki sok időt a gép előtt, ha nem azért, mert magával ragadja a játék.

De kimondottan ezt a kapcsolatot vizsgáló kutatást, empirikus művet nem igazán találtam, bár sok esetben kontrollálták egyes, bevonódással kapcsolatos vizsgálatok során a számítógépes játékkal töltött időt. Annál is inkább égető a kérdés, mert ahogy Boyle és munkatársainál (2012) is láttuk, vannak negatív motivációk is, amik miatt a személy sok időt tölt el a játékkal. Mintha közhely számba menne, hogy azért játszik valaki, mert élvezi. Kivétel ez alól talán Lee és LaRose (2007, idézi: Boyle és mtsai, 2012) munkája, ahol viszont azt találták, hogy a játék során tapasztalt flow-élmény nem hatott közvetlenül a számítógépes játékkal töltött időre, hanem olyan más tényezőkön érvényesül, mint például az önszabályozás.

Az MMORPG játékok

Az átnézett kutatásokból kiderül, hogy vannak olyan számítógépes játékok is, amelyekkel az egyén több időt tölt el, mint más játékokkal. Ilyen a manapság terjedőben lévő

Massively Multiplayer Online Role Playing Game-nek (röviden MMORPG-nek) nevezett online játszható szerepjátékok. Smyth (2007) követéses vizsgálata is ezt támasztja alá, ugyanis azt találta, hogy az MMORPG-vel játszó csoport több időt töltött el a játékkal, mint a többi csoport, akik más játékkal játszottak. Collins, Freeman, Chamarro-Premuzic (2012) más kutatókkal azon a véleményen van, hogy ez azért van így, mert az MMORPG-k olyan különleges karakterisztikummal bírnak, ami még inkább növeli az esélyét a problémás (túlzott) mértékű videojáték-használatnak: ez a világ ugyanis állandóan létezik és fejlődik függetlenül, hogy éppenséggel jelen van-e a játékos vagy sem. Vagyis a játék nem ér véget azzal, hogy valaki kijelentkezik, vagy teljesítette az összes küldetést, hanem az események nélküle is zajlanak tovább. Aki marad, az továbbra is részese lesz ezen eseménynek. Itt a kalandok száma szinte végtelen, a játéknak sosincs vége, holott a kalandok célja sokszor nem változik, és sokszor kell együttműködni másokkal egy-egy kaland teljesítéséhez. A játékban nem a szintlépés a hangsúlyos, hanem a karakter fejlesztése, és még akkor is akadnak elérendő célok, fejlesztendő tulajdonságok, fegyverek, ha a játékos által teremtett karakter, más néven avatar elérte az adott játékban maximális szintet. Ebben a játékban fontos motiváló erő lehet még a társas kapcsolatok kialakításának lehetősége is, hiszen itt a játékosok avatarjaikon keresztül interakcióba léphetnek egymással, partikba, céhekbe, klánokba és más hasonló elnevezésű társaságokba tömörülve vehetnek részt a kalandokban és kereskedhetnek is egymással. Mindezek mellé általában szép, 3D-s grafika is társul, amikkel együtt nem nehéz elfogadni azt, hogy a játék odaszegezi az embert a képernyő elé.

Hogy könnyebb legyen ezt elképzelni, álljon itt két MMORPG játék pillanatképe, amelyek között több mint 20 év telt el, ami jól szemlélteti a játékok grafikájának fejlődését is.



1. kép: pillanatkép a nem sokára (előre láthatóan 2013-ban) megjelenő World of Warcraft következő kiegészítőjéből– Mists of Pandaria nevű játékból (fejlesztő: Blizzard Entertainment)

Az 1. kép forrása: GameStar (<http://www.gamestar.hu/world-of-warcraft-mar-tervben-van-az-5-es-6-kiegeszito.html>)

A következő pillanatkép pedig még az MMORPG-k elterjedése előtti időkben, a mintegy 20 évvel ez előtt mwjelent Legends of Future Past-ból való.



2. kép: pillanatkép a Legends of Future Past nevű játékból (1992), fejlesztő: NovaLink/ Inner Circle Software

A 2. kép forrása: MMOUNION (<http://mmounion.hu/index.php/rovatok/item/85-mmo-t%C3%B6rt%C3%A9nelem-vesztesek-gy%C5%91ztesek-%C3%A9s-kirekesztettek-1r%C3%A9sz>)

Egyre több és több pszichológus próbálja megérteni, hogy miért is ennyire népszerűek ezek a játékok, mi a sikerük titka, és hogy milyen pozitív és negatív hatásokat okozhat. Például, hogy miért játszanak velük sokszor órákon keresztül, milyen kapcsolatban áll az önkontrollal vagy az élettel való elégedettséggel. Azért indokolt bővebben ennek a játéktípusnak a bővebb kifejtése, mert az általam átnézett viszonylag frissnek mondható kutatások, amik a számítógépes játékok használatával és pszichológiai változókra gyakorolt hatásával foglalkoznak, egyre inkább az ilyen típusú játékokkal összefüggésben végeztek. Ugyanakkor azt is jó tudni, hogy van-e, és ha igen, akkor mi a különbség a hagyományos és az MMORPG játékok között, például, vajon tényleg sokkal több ideig játszanak, akik ezt a játékot preferálják?

Egyik ilyen kutatás Smyth (2007) által végzett vizsgálat. Oly módon, ami viszont nem gyakori az általam olvasott munkákban: egyrészt longitudinális volt, vagyis 1 hónapig követte nyomon alanyainak állapotát, másrészt random kísérletes, azaz a résztvevőket random csoportba sorolta és a csoportok minden tagja egy-egy típusú játékot kapott, amivel 1 hónapig játszhatott. Az egyik ilyen csoport MMORPG játékkal játszott 1 hónapon keresztül. Smyth azt

találta, hogy az MMORPG-vel játszó v.sz-ek egészségügyi mutatói szignifikánsan rosszabbak voltak a többi csoporténál, alvási és tanulási problémáik voltak, és a valós életbeli társas kapcsolataik is romlottak, de jobban élvezték a játékot, és nagyobb kedvet éreztek a folytatásra, és több új barátságot kötöttek ez idő alatt. Ugyanakkor nem tudni, hogy ténylegesen csak a csoportnak megfelelő játékkal játszott végig az egy hónap során, vagy mással is játszott-e. Ezt ilyen esetben viszonylag nehéz kontrollálni.

A bevonódás és az agresszió kapcsolata

Mivel mindkét témakör külön-külön bemutatásra került, ezért érdemes néhány gondolatot arra is szánni, hogy hogyan viszonyul a két tényező egymáshoz:

Przybylski, Ryan és Rigby (2009, idézi: Boyle és mtsai, 2012) nem talált kapcsolatot, a játék agresszivitásának mértéke nem járult hozzá szignifikánsan a játékélményhez (bár az agresszív emberek jobban preferálták az erőszakos játékokat). De Boyle és munkatársai (2012) is azt vonják le végkövetkeztetésül áttekintésükben, hogy a bevonódás és az agresszió között nincs kapcsolat.

Brockmyer és munkatársai (2009) a bevonódást mérő eszközük kifejlesztésekor és validálásakor azonban talált kapcsolatot az agressziót mérő skála és a bevonódást mérő skála között. Látható, hogy ez a téma korántsem tekinthető lezártnak.

2. 2. 2. Számítógépes játékok és az önkontroll, önszabályozás kapcsolata

A számítógépes játékkal eltöltött idővel kapcsolatos kutatások gyakran hívják fel a figyelmet arra, hogy sokan nem tudják kontroll alatt tartani a játékkal töltött időt. Különösen az online játszható játékok esetében, mint ahogy például Rau, Peng és Yang (2006), vagy a fentebb már tárgyalt Smyth (2007) által végzett vizsgálat is találta MMORPG-k esetén.

Az önszabályozás, önkontroll meghatározása némiképp problematikus (akárcsak a bevonódás esetén) abban a tekintetben, hogy az egyes tudományágak másképp tekintenek erre a fogalomra. Mást mond a közgazdaságtan, a pedagógia, de még az egyes pszichológiai irányzatok és területek másképp értelmezik. Ebből fakadóan nem meglepő, hogy rengeteg mérőeszközt alkottak ennek mérésére, és ahogy Duckworth és Kern (2011) áttekintéséből is kiderül, a köztük lévő konvergencia mérsékeltnak mondható, mivel nem csak abban

különböznek, hogy hogyan mérik az önkontrollt, hanem abban is, hogy mit is mérnek, pontosabban az önkontrollt hogyan definiálják és milyen oldalról közelítik meg (ld. Duckworth és Kern, 2011). Duckworth és Kern (2011) önkontrollal kapcsolatos meghatározásukban azonban szerepel az impulzusok elkerülése illetve gátlása, és generálása, végső soron tehát annak szabályozása.

Ilyen szabályzó-tevékenységhez kötött a számítógépes játékra fordított idő kontrollálása is. Az általam átnézett munkák azonban szinte kizárólag arról számolnak be, hogy a számítógépes játékokkal töltött idő negatív kapcsolatban állnak az önkontroll, illetve a játékra fordított idő kontrollálásának képességével, különösen a patológiás használat vagy függőség esetén (pl. Kim, Namkoong, Ku és Kim, 2008; Rau, Peng és Yang, 2006).

Ferguson, Coulson és Barnett (2011) szerint a játékkal töltött idő nem jelent egyet azzal, hogy az illető számítógépes játékfüggő lenne. Talán ezt tükrözi Collins és mtsai (2012) eredménye is, hiszen csak a problémás használóként azonosított személyek esetén találtak enyhe mértékű pozitív kapcsolatot a függőség mértéke és az MMORPG játékokkal eltöltött idő között, míg a teljes mintában nem.

Ugyanakkor Rau, Peng és Yang (2006) vizsgálatában azt találták, hogy mind kezdő, mind a gyakorlott online játékosok átérték az idő megváltozását, amit ők a flow élmény egyik komponenseként kezeltek, és azt tapasztalták, hogy az online játékosoknak nehezükre esett maguknak abbahagyni a játékot, hanem a környezetüknek kellett beavatkozniuk abba. Lee és Larose (2007) pedig azt találta, hogy a flow élmény megtapasztalása a játék során az önszabályozás képességének hiányos voltával állt kapcsolatban.

A témára jellemző, hogy inkább kérdőíves-önbeszámoltató módszert preferálták, és az általam hozzáférhető adatbázisban nem láttam kísérletes vagy longitudinális vizsgálatot ezzel a témával kapcsolatban. Így nehéz megérteni, hogy ezek a játékok és az általuk okozott függőség vezet az önkontroll problémához, vagy pedig azok a személyek szeretnek ilyen játékokkal hosszú időt eltölteni, akiknek amúgy is alacsony az önkontroll vagy önszabályzó képességük. És vajon mik lehetnek a hosszú távú hatások? Egy Smyth (2007) vizsgálati elrendezéséhez hasonló vizsgálat szükségeltetik a kérdés megválaszolására. Továbbá Lee és LaRose (2007) munkáján kívül csak online játékokkal végzett kutatásokat találtam a témában.

2. 2. 3. A számítógépes játékok és az élettél való elégedettség kérdésköre

Az élettél való elégedettség definiálásának kérdése

Lent (2004, idézi: Lemmens, Valkenburg és Peter, 2011) szerint „a pszichoszociális jólét egy olyan dinamikus fogalom, amely az intra- és extraperszonális funkciók működésének minőségére vonatkozó konstruktumok széles skáláját öleli fel” (Lemmens és mtsai, 2011). Ilyen konstruktum az élettél való elégedettség is. Liu, Wang és Li (2012) szerint az élettél való elégedettség fontos indikátora a szociális és pszichológiai jólétnek. Magának a fogalomnak számos definíciója létezik, amiknek tárgyalása nem kötődik szorosan jelen dolgozathoz, így csak egy, viszonylag széles körben elfogadott, és a dolgozat szempontjából releváns definíció kerül bemutatásra.

Diener és munkatársai (Diener, Emmons és Larsen, 1985) az élettél való elégedettséget a szubjektív jólét egyik faktorának tekintik, ami nem az érzelmekhez, hanem sokkal inkább kognitív, ítéletalkotási folyamatokhoz köthető. Pontosabban egy kognitív ítéletalkotási folyamat eredménye, amikor a személy jelenlegi körülményét összehasonlítja a saját magában élő sztenderddel, vagyis, hogy milyennek kellene lennie az ideális körülménynek. Szubjektív az a tényező, hogy ki mit tart ideális körülménynek, ebből kifolyólag szubjektív az is, hogy milyen eredményre vezet a kiértékelési folyamat, és hogyan ítéli meg a személy az életét, valamint hogy ez alapján milyen „jól” fogja magát érezni jelenlegi körülményi között. Az élettél való elégedettség Diener és munkatársai (1985) által definiált fogalma mára az egyik leggyakrabban használt fogalom, az általuk készített mérőeszköz pedig a leggyakoribb, leginkább használt és pszichometriai tulajdonságait is több esetben ellenőrizték. Az élettél való elégedettség pedig számos kedvező kimenettel függ össze, mint a fizikai egészség, optimizmus, énhatékonyság, több társas kapcsolat, kevesebb szerhasználat és viselkedési probléma (lásd. pl. Lavy és Littman-Ovadia, 2011). Alacsony voltának pedig a negatív kimenetekhez van köze, mint a depresszió (lásd. pl. Liu és mtsai, 2012).

Lemmens és mtsai (2011) 6 hónapos longitudinális kutatást végeztek kérdőíves formában holland fiatalok körében. Azt találták, hogy a patológiás játékosok esetében az élettél való elégedettség alacsony volt, magányosabban érezték magukat és alacsonyabb volt az önértékelésük, és a szociális kompetenciájuk. Az élettél való elégedettséget, mint pszichoszociális jólét mutatóját pedig a Diener és mtsai (1985) által készített (Satisfaction with Life Scale-SWLS) mérték. Vizsgálatuk szerint ezek a fiatalok több időt töltöttek a gép

előtt, de eredményeik azt mutatták, hogy az étellel való elégedettség és az idő között nem mutatkozott közvetlen kapcsolat. Ezen kívül voltak még alapvető nemi különbségek is, de ezek alapvetően nem befolyásolták a vizsgálat kimenetét, amikor kontrollálták.

Mentzoni és mtsai (2011) azt találták, hogy akik magas gyakorisággal játszottak, azok között nagyobb arányban fordult elő, hogy az MMORPG játékokat preferálták, és a problémásnak mondott használók elégedetlenebbek voltak az életükkel.

Az étellel való elégedettség mint lehetséges ok: az eszképzizmus

Az étellel való elégedettséghez kapcsolhatók azok a kutatások is, amelyek az eszképzizmus mint motivációs tényezőt említik meg, ami szerepet játszik a bevonódásban illetve a számítógépes játékkal eltöltött időben. Az eszképzizmus jelenségének egy lehetséges definíciója így hangzik:

„az eszképzizmus nem más, mint mentális, azaz szellemi figyelemelterelés szórakozás vagy pihenés által, ami egyfajta menekülést jelent életünk kellemetlen és banális oldala, számunkra kedvezőtlen aspektusai elől, amelyeket a mindennapok során tapasztalunk. De azon tevékenységek kifejezésére is használatos, melyek során az emberek megpróbálják enyhíteni a szomorúság vagy depresszió révén folyamatosan rájuk nehezedő nyomást, a negatív érzések hatásait.” (forrás: <http://idealizmus.blogter.hu/407011/eszkepzizmus>, eredetileg a Wikipédia angol nyelvű szócikkből lefordítva: <http://en.wikipedia.org/wiki/Escapism>)

A definícióból az következik, hogy akik kevésbé elégedettek az életükkel, azok számára a számítógépes játékok világa egyfajta menekülőútként szolgálhat, ahol kiteljesedhetnek. Az eszképzizmus mint motivációs tényező számos kutatásban megjelenik, például Chou és Tsai (2007), Yee (2007). Ezzel az eredménnyel összekapcsolható, hogy Lemens és mtsai (2011) is azt találták már fentebb említett vizsgálatukban, hogy inkább okként szolgál az étellel való elégedetlenség, vagyis akik elégedetlenek, azok hajlamosabbak lesznek patológiás játékosá válni, ami szoros kapcsolatban áll a számítógépre fordított idő nagy mennyisége. Azonban olyan kutatásokat is bemutat, ahol az eredmények arról árulkodnak, hogy pszichoszociális tényezők és a patológiás játékhasználat közötti viszony lehet fordított is, sőt a reciprok kapcsolat sem elképzelhetetlen. Mentzoni és mtsai (2011) vizsgálata módszeréből fakadóan nem tér ki az ok-okozati viszonyok feltárására, akárcsak Boyle és mtsai (2012) által idézett kutatásokból sem lehet felfedezni az ok-okozati viszonyokat. Smyth (2007) kutatása viszont

azt sugallja, hogy a játékkal töltött idő lehetséges hatással van a pszichoszociális tényezőkre. Mindezek mellett azonban megjegyzendő, hogy vannak olyan vizsgálatok, amik épp arról számolnak be, hogy épp a túlzott mértékű játékhasználat eredményezhet alacsony pszichoszociális mutatókat, így az élettel való elégedettség alacsony fokát is, ahogy Lemmens és munkatársai is írnak erről (2011), ugyanakkor munkájuk azt is megemlíti, hogy vannak olyan eredmények is, amik arra utalnak, hogy a reciprok kapcsolat sem kizárható.

2. 3. Nemi különbségek a számítógépes játékok területén

Az emberek közti különbségtétel elsődleges és egyik legalapvetőbb formája a nemi hovatartozáson alapul. A különbözőségnek biológiai, pszichológiai, társadalmi és kulturális okai és következményei vannak. Ezek egymással szoros kölcsönhatásban állnak és befolyással vannak az emberek fejlődésére és életére. A szocializáció révén a fejlődő egyén része lesz a társadalomnak és megtanulja, hogy milyen szerepkövetelményeknek kell eleget tenni. A szerepkövetelményekbe az is beletartozik, hogy társadalmilag mit várnak el a férfiakról és a nőkről, milyennek kell lenniük, és hogyan kell viselkedniük. A nemi szerepek és szerepkövetelmények elsajátítását a nemi szocializáció biztosítja. A szocializáció a kultúrába ágyazott, a társadalom és a szülők pedig akarva-akaratlanul, tudatosan és tudattalanul alakítják ki és formálják az egyén nemi identitását. A nemi identitás pedig nagyban befolyásolja az egyén életét. A témában számos szerzőtől olvashatunk további tudnivalókat és érdekességeket, például Ranschburgtól (1996). Az is elmondható, hogy az agressziót a férfiaknál inkább elfogadottabb, és jellemzőbb (lásd pl. Uhlman és Swanson, 2004), különösen a fizikai formáját, a nők esetében kevésbé, rájuk inkább a szociális agresszió a jellemzőbb.

A számítógépes játékok hatásának vizsgálatakor, mint sok más vizsgálat esetében is, fontos számításba venni a nemi különbségeket. Mi sem jobb bizonyíték ennél, hogy a legtöbb vizsgálat, ami a videojátékokkal kapcsolatban készült, talált nemi különbségeket.

Összefoglalóan elmondható, hogy a női nem képviselői: *kevesebbet töltenek videojátékokkal* (lásd. pl. Brockmyer és mtsai, 2009; Chou és Tsai, 2007; Colwell, 2007; Gentile és mtsai, 2004; Lemens és mtsai, 2011; Uhlman és Swanson, 2004; Valadez és Ferguson, 2011), *más motivációk érvényesülnek a játékhasználatukban, vagy pedig ugyanazok a motivációk más súllyal esnek latba, mint a férfiak esetében* (ld. pl. Tsou és Tsai,

2007; Yee, 2007; Boyle és mtsai, 2012, 776. o.), bár a leggyakoribb motívumok a teljesítménnyel, az örömmel, szabadidő eltöltésével kapcsolatosak mindkét nem esetén. Arról is van empiria, hogy a nők vagy lányok *kevésbé vonódnak be* (pl. Boyle és mtsai, 2012), és gyakran *eltérő játékot preferálnak* általában olyanokat, amik kevésbé agresszívek (lásd. pl. Gentile és mtsai, 2004).

Dill és Dill (1998) ugyanakkor olyan megfigyeléses vizsgálatról is beszámol, ahol nem tapasztaltak nemi különbséget az agresszív játékok preferálása terén (Braun, Goupil, Giroux, és Chagnon, 1989 idézi: Dill és Dill, 1998). Bár lehetséges az is, hogy a kutatók olyan időben vizsgáldtak, amikor történetesen sok olyan női játékos fordult meg a játékteremben, akik az agresszívebb játékokat preferálták, viszont más alkalommal elvégzett vizsgálat nem biztos, hogy ugyanerre az eredményre vezetett volna. Az is kérdéses, hogy a megfigyelők mennyire voltak kiképezve, vakok voltak-e a kutatás hipotézisére, és hogy volt-e egységes vagy objektívnek mondható kritériumrendszer, ami mentén osztályozták a játékokat erőszakosságuk szerint.

Az agresszióval kapcsolatos kutatások is eltérő hatásokat mutattak ki a fiúknál és a lányoknál. A nemi szocializációból és identitásból fakadó különbségek témája megkerülhetetlen a kutatásokban, így ahol nem is vizsgálták külön ezt a kérdéskört, de kontrollálják a kutatók (pl. Uhlman és Swanson, 2004; Valadez és Ferguson, 2011), és/vagy csak férfiakkal vizsgáldnak (pl. Bartlett és mtsai, 2008; Kerstenbaum és Weinstein, 1985).

A nemi különbségek egyik magyarázata az is lehet, hogy a játékok kevésbé elégítik ki a nők igényeit, mivel sok a versengés bennük, és az erőszak, valamint, hogy a nőket és férfiakat sztereotíp módon ábrázolják, előbbieket szexuális tárgyként ábrázolása is gyakori (ld. pl. Miller és Summers, 2007).

2. 4. Műhelymunkámban elvégzett kutatás és eredményeinek rövid bemutatása és kapcsolódása a jelen vizsgálathoz

Mivel kutatásom a műhelymunkám (Barkó, 2010) során találtakból indultak ki, így röviden bemutatom, hogy ott mit is vizsgáltam, valamint milyen, jelen dolgozat szempontjából releváns eredményekre jutottam.

Műhelymunkámban többek között arra kerestem a választ, hogy vajon hogyan befolyásolja az agresszív játékok preferálása az agresszív viselkedést, vajon van-e kapcsolat a gyermekkori agresszivitás mértéke és az agresszív játékok preferálása között, az MMORPG játékokkal való játszás gyakorisága hogyan befolyásolja a proszociális viselkedést, kapcsolatban áll-e egymással a videojátékokba történő bevonódás és a játékkal töltött idő, valamint milyen nemi különbségek vannak a számítógépes játékhasználat területén. 51 személlyel végzett vizsgálatom alapján azt kaptam, hogy az agresszív játékok csak a gyermekkori agresszióval álltak kapcsolatban, az MMORPG játékokkal történő játszás gyakorisága nem volt összefüggésben a proszociális viselkedéssel, kimutatható volt a kapcsolat a bevonódás és a játékkal eltöltött idő viszonyában, valamint az alábbi területen mutattam ki nemi különbségeket: játékok agressziószintje, játékkal eltöltött idő naponta, bevonódás mértéke, valamint, hogy melyik nem játszik régebb óta számítógépes játékokkal.

Jelen kutatásom sok tekintetben hasonló kérdéseket vizsgál, de, ahogy az irodalmi áttekintésben látható és a következő fejezetből is kiderül majd, bizonyos tekintetben eltér attól: egyrészt több pszichológiai jellemzővel kapcsolatban vizsgáltam a számítógépes játékok területén megmutatkozó használati szokásokat (például a játékidő önkontrollja, az étellel való elégedettség), másrészt a kérdéseimhez sokkal inkább illeszkedő korú személyekkel vettem fel a vizsgálatot.

Miután áttekintettem, hogy az egyes témakörökben mit is találtak a kutatók, illetve bemutattam előző vizsgálatomat, következzen munkám empirikus része. Először felvázolom, hogy milyen kérdésekre várok válaszokat, majd megfogalmazom a kérdésekkel kapcsolatos hipotéziseimet, ezek után bemutatom azt, hogy hogyan is néz ki a kutatásom alapjául szolgáló mérőeszköz, végül pedig az eredmények bemutatása és megvitatása következik.

3. A vizsgálat kérdései és hipotézisei

3. 1. Kérdések

Vizsgálatom többek között az alábbi kérdések megválaszolására irányul:

1. A számítógépes játékok során virtuálisan véghez vitt agresszív cselekedetek és a személyek valós életben tapasztalható agresszivitása között mutatkozik-e bármiféle kapcsolat?
2. Vajon milyen tényezők befolyásolhatják a számítógépes- és videojátékokkal eltöltött időt?
3. Akik sok időt töltenek számítógépes játékkal, vagy jobban bevonódnak, azok elégedetlenebbek-e az életükkel?
4. Milyen tényezők lehetnek befolyással a számítógépes játékba történő bevonódásra?
5. Vajon a nemi szocializáció, ill. a nemi identitás milyen téren befolyásolja a számítógépes játékszokásokat?
6. Az egyre inkább elterjedő internetes közösségeket, szubkultúrákat kialakító számítógépes szerepjátékok, az MMORPG-k vajon hogyan befolyásolnak bizonyos pszichológiai tényezőket?

3. 2. Hipotézisek

H1: Aki agresszívebb, az hajlamosabb az erőszakosabb játékot preferálni.

Az első látásra talán gyengén definiáltnak tűnő hipotézis valójában azt takarja, hogy több oldalról közelítem meg az agresszív hajlam és viselkedés, illetve az agresszív játékok preferálását. Mindezt az általam olvasott szakirodalom alapján látom indokoltnak (lásd 2. 1-es fejezet). Vizsgálatomban tehát egyrészt választ várok arra, hogy az *agresszív játékok és az agresszív viselkedés között van-e valamiféle együttjárás*, ami a tanulási és ahhoz kapcsolható elméleti megközelítésből kiinduló tudósok gondolják, mint például Anderson és Gentile végzett munkatársaival (pl. Anderson és Dill, 2000; Carnegie, és mtsai 2007; Gentile és mtsai, 2004), és még néhány más kutató is talált (pl. Bartlett és mtsai, 2008; Uhlman és Swanson, 2004; Przybylski és mtsai, 2009), vagy esetleg a *korai években mutatott agresszív viselkedéses megnyilvánulások mértéke áll kapcsolatban az erőszakosabb játékok preferálásával*. Ez az eredmény már a műhelymunkámban (Barkó, 2010) is megjelent, viszont

nincs arról tudomásom, miszerint más kutatások így vizsgálták volna az agresszív játék és agresszió kapcsolatát. Ez azért releváns, mert ennek beigazolódása arra utalhat, hogy inkább előzmény, mintsem következmény az agresszív játékok preferálása. Ez az összefüggés pedig inkább freudi katarzisélmélet által vezérelt kutatók álláspontjához állna közelebb.

Habár szerényebb számmal, de látható volt, hogy igen is léteznek olyan eredmények, amik ellentmondanak a hipotézisemnek. Ezek a következők: Ferguson és mtsai (2008); Ferguson és Kilburn (2009, 2010); Valadez, és Ferguson (2012); Ferguson és Dyck, (nyomtatás alatt).

H2: Minél inkább jellemző valakire, hogy a számítógépes játék közben a bevonódás élményét éli át, annál több időt tölt el a számítógépes játékkal

Az általam áttekintett irodalomban sokat beszélnek a bevonódásról és a számítógép előtt töltött idő káros hatásairól (pl. Burkhardt-Freeman, 2009). Annak ellenére adottnak veszik a kapcsolatot, hogy nem találtam olyan munkát, ahol empirikusan is alátámasztanák a közvetlen kapcsolat meglétét, legfeljebb ennek cáfolatát (Lee és LaRose, 2007, idézi: Boyle és mtsai, 2012). Műhelymunkámban (Barkó, 2010) viszont sikerült kimutatnom ennek a kapcsolatnak a meglétét, de ott a mintavétel kényelmi volt, éppen ezért egy reprezentatívabb mintában is szeretném megvizsgálni e kapcsolat meglétét, mint a számítógépes játékok fontos motiváló erejét.

H3: Akinek gyengébb az önkontrollja a számítógépes játékkal töltött idő terén, az hajlamosabb több időt eltölteni a számítógépes játékkal, illetve jobban bevonódik.

Hipotézisemet első sorban az online játékok kapcsán végzett kutatások eredményei támasztják alá (pl. Kim, és mtsai, 2008; Rau és mtsai, 2006), mindegyik negatív kapcsolatot állapít meg, de vajon igaz lehet ez általában a játékokra? Lee és LaRose (2007) által végzett kutatás azt sugallja, hogy igen, legalábbis a bevonódás terén mindenképp. Az önkontrollnak jelenleg csak egy viszonylag szűk körét vizsgálom, mégpedig a számítógépes játékidő saját maga által történő kontrollálását, de ha ez bizonyítást nyer, akkor ez kiinduló pontja lehet további kutatásoknak. Rau, Peng és Yang (2006) online játékosoknál végzett vizsgálata azonban ezt a hipotézist látja alátámasztani, hiszen a játékosoknak torzult az időérzésük és nehezebben tudták külső ráhatás nélkül abbahagyni a játékot. Kérdés, hogy ez mennyire általános jelenség.

Collins és mtsai (2012) MMORPG játékosoknál csak a problémás csoportnak volt alacsony az önkontrollja, de a teljes mintán nem talált közvetlen kapcsolatot az általa vizsgált teljes minta esetében.

H4: Azok játszanak többet számítógépes játékokkal ill. azok hajlamosabbak a bevonódás élményét megtapasztalni a játék során, akik kevésbé vannak megelégedve az életükkel.

Ha elfogadjuk, hogy a patológiás/problémás játékhasználat a játékkal töltött idő nagy mennyiségében mutatkozik meg Wenzel és mtsai (2009) által talált eredmények alapján, akkor lehetséges kimutatni a közvetlen kapcsolatot a játékkal töltött idő és az élettel való elégedettség között. Erre utalnak még Mentzoni és munkatársai vizsgálata (2011) is. Az eszképzizmussal kapcsolatos kutatások (pl. Chou és Tsai, 2007) is ezt az összefüggést sejtetik. Ám Lemens és mtsai (2011) arra jutottak, hogy a patológiás játékhasználat mediál a két változó között, és nem volt kimutatható a közvetlen kapcsolat. Az idő mellett felmerül még az is, hogy netán a bevonódás esetén is feltételezhető-e ez a kapcsolat, valamint hogy általában is érvényre jut-e ez a kapcsolat, vagy csak az MMORPG játékok esetében?

H5: Az agresszívebb játékok nagyobb mértékű bevonódással járnak.

Ahogy az irodalmi áttekintésben láhattuk, ez a kérdés korántsem eldöntött kérdés, hogy vajon az agresszívebb játékok nagyobb mértékű bevonódással járnak-e: Brockmyer és mtsai (2009) találtak erre utaló bizonyítékot, míg Przybylski és mtsai (2009) nem, valamint Boyle és munkatársai (2012) sem vélnek kapcsolatot e két tényező között.

H6: A nemi szocializáció, és az ez által kialakított nemi identitás befolyásoló erővel van a számítógépes játékszokásokra.

Mint láhattuk sok kutatás számolt be arról, hogy a fiúk *többet játszottak* (pl. Brockmyer és mtsai, 2009; Chou és Tsai, 2007; Colwell, 2007; Gentile és mtsai, 2004; Lemens és mtsai, 2011; Uhlman és Swanson, 2004; Valadez és Ferguson, 2011); az *agresszívebb játékokat preferálták* (pl. Gentile és mtsai, 2004); *jobban bevonódtak* a játékokba (pl. Boyle, és mtsai, 2012). Habár többet játszanak összességében a fiúk, vajon *hamarabb is kezdenek el játszani*? Műhelymunkámban a fenti eredmények mellett ezt találtam (Barkó, 2010). Vajon most is kimutathatók ez az összefüggések?

Braun és mtsai (1989 idézi: Dill és Dill, 1998) azonban nem figyelt meg nemi különbséget a játék agressziójának preferálása terén.

H7: A számítógépes játékok terén számít a játék típusa is: aki gyakran játszik MMORPG játékokkal, annál különbségek mutatkoznak bizonyos pszichológiai tényezők mentén.

Vizsgálatomban a következő területekkel kapcsolatban várok különbséget az MMORPG játékokat preferálók esetében a többiekhez képest: *a számítógépes játékkal töltött idő, játékidő saját maga által történő kontrollja, bevonódás, élettel való elégedettség.* Hipotézisemet a következő kutatásokra alapozom: Smyth (2007) követéses, kvázi kísérletes vizsgálata szerint az ilyen személyek többet játszottak. Mentzoni és mtsai (2012) azt találták, hogy aki magas gyakorisággal játszott, az az MMORPG játékokat preferálta, és elégedetlenebb volt az életével. Az átnézett vizsgálatok szerint az MMORPG-vel való játszás túlzásba vitele ezen felül önkontroll képességének alacsony szintjével mutatott kapcsolatot (Kim, és mtsai, 2008). Collins és mtsai (2012) szerint ez a hatás csak a problémás játékosok esetén mutatható ki, nem általában. Ha pedig többet játszanak és alacsonyabb önkontrolljuk is, van a személyeknek, vajon ez azt jelenti, hogy jobban be is vonódnak? Rau és mtsai (2006) kutatásának eredménye szerint az online játékosok legyen az kezdő vagy játsszon régebb óta, átélte a flow élményhez köthető időbeli torzulást. Lemens és mtsai (2011) azonban nem mutattak ki közvetlen összefüggést az élettel való elégedettség és a játékkal töltött idő között általában, csak problémásként azonosított játékosok között. Az élettel való elégedetlenség és a játékkal töltött kapcsolatra Yee (2007) eszképzizmus motiváló erejéről eredményei közvetett módon utalnak. De ki lehet-e mutatni ezt közvetlen módon is?

4. A kutatás bemutatása

4. 1. Módszer és mintaválasztás, az adatfelvétel körülményei

Jelen vizsgálat adatai 7-10. osztályokba járó általános és középiskolás diákoktól valók, összesen, 157 személytől (átlagéletkor: 14, 47 év; a kitöltők közül 92 fiú és 64 lány, egy válaszadó nemi hovatartozása ismeretlen). Az adatokat kérdőíves módszerrel nyertem. A vizsgálatra általános valamint középiskolákban került sor az észak-alföldi régió egy kisebb

városában, illetve megyeszékhelyen. A kérdőívek kitöltése anonim és önkéntes volt. A kérdőívek kiosztása előtt megtörtént a potenciális vizsgálati személyek informálása, hangsúlyozva, hogy nem kötelező a kérdőívek kitöltése, és semmiféle hátrányt nem szenved az, aki nem szándékozik kitölteni a kérdőívet. A kérdőívek kiosztása után még egyszer külön megkérdezésre került, hogy van-e olyan személy, aki a kiosztott kérdőív fényében nem kíván a vizsgálatban részt venni. A kérdések feltételére lehetőséget kaptak a kiosztása előtt és közvetlenül utána, valamint a kitöltés alatt is. A potenciális vizsgálati személy bármikor dönthetett úgy, hogy nem vesz részt a vizsgálatban, azzal, hogy félbehagyja a kérdőív kitöltését. A vizsgálatról szóló lényegesebb információk pedig fel voltak tüntetve a kérdőív 1. oldalán (ld. Melléklet: 61. o.), így növelve a megértését. A kérdőívek kitöltése 35-45 percet vett igénybe egy személy számára.

4. 2. A vizsgálatához használt kérdőív bemutatása

A kérdőív több részre tagolható, itt csak a dolgozat szempontjából releváns részek kerülnek bemutatásra

I. rész: demográfiai adatok és számítógépes/videojátékokkal kapcsolatos szokások (1-18. kérdés)

Ezen kérdések során a v.sz.-nek arra kellett választ adnia például milyen nemű, hogy hány éves, milyen típusú iskolában tanul, van-e saját használatú konzolja, mennyire vonódik be a játékba, mennyire okoz nehézséget a számítógépes játékidő ön maga által történő kontrollálása (azaz milyen gyakran avatkozik be más emiatt), mióta játszik, hogyan tölti el a szabadidejét. A kérdésekre a v.sz.-nek vagy egy többfokú Likert-skálán kellett választ adnia, vagy pedig le kellett írnia a választ a pontozott vonalra. Majd az MMORPG játékokra vonatkozó kérdések következtek. Ezekkel azt igyekeztem felmérni négyfokú Likert-skálán, hogy milyen gyakran játszik ilyen típusú játékokkal, mennyire vonódik bele, és mennyire okoz nehézséget számára önkormányzott gyakorolni az ilyen játékok játszása közben (azaz milyen gyakran avatkozik be más emiatt),.

Az MMORPG játékok preferálásának mérésére ezen felül a gyakran játszott játék típusára történő rákérdezés is szolgált (26. kérdés). Itt lehetőség van a korrekcióra abban az esetben, ha az illető nem tudná pontosan mi az MMORPG.

II. rész: a számítógépes játékok agresszivitása és az agresszió közti kapcsolat (19-30. kérdések, valamint a 32. kérdéscsoport)

Hogy minél árnyaltabban vizsgáljam az számítógépes játékok és az agresszivitás közti kapcsolatot az első hipotézisemben, többféleképpen került ez a kérdés megközelítésre:

a) Agresszív játékok preferálása (20-21 valamint a 23-24. kérdések): mennyire kedveli és milyen gyakran játszik erőszakos és agresszív játékokkal. Mivel előfordulhat, hogy az agresszív játékokat csak kedveli a vizsgálati személy, azért történt ily módon az agresszív játékok preferálásának mérése, mert lehetséges, hogy kedveli azokat, de valamilyen oknál fogva nem játszik vele gyakran, mert például csak hétvégén játszik/játszhat velük. Érdekes azt is külön kezelni, hogy mennyire véres vagy agresszív az adott játék. A két fogalom közti viszonyt a következőképpen lehet megragadni: a játék agresszivitása nem feltétlenül jelenti azt, hogy véres volna. Például vannak olyan játékok, ahol elég legyőzni az ellenfelet úgy, hogy a kocsiját működésképtelenné tesszük (Need for Speed sorozat számos darabja), de nincsenek benn véres jelenetek. Az olyan játékok, mint a Mortal Kombat vagy a legtöbb lövöldözős játékokban (FPS; TPS) az ellenfelet gyakran kell lelőni, és gyakran láthatjuk az általunk irányított hőst vagy a legyőzött ellenfelet véresen, ami mindenképp növeli a játék agresszivitását. Vagyis a játék agresszivitása nem feltétlenül érhető tetten annak véres voltában, de a játék során ábrázolt véres jelenetek növelik azt. Bartlett és mtsai (2008) által találtak is alátámasztják azt, hogy érdemes a két jellemzőt szétválasztani. Azok a személyek, akiknek megegyezett a kedvenc és a gyakran játszott játékuk, elég volt csak egyszer kitölteni a játék agresszivitásának mértékére vonatkozó két kérdést, és az így kapott pontszám lett megduplázva. Akinek nem volt kedvenc vagy gyakran játszott játéka, az vagy odaírta, hogy nincs ilyen, vagy kihúzta.

b) Az agresszív viselkedéses megnyilvánulás mérésére szolgáló eszköz (32. kérdéscsoport): A Spielberg és munkatársai (1985) által készített Harag és Düh Kifejezési Mód Skáláját tartalmazza, a magyarra történő adaptációját Dienes és Simon végezte 1987-ben. Az agresszió viselkedésbeli megnyilvánulását szolgálja, annak *Anger Out* alskálája pedig a harag és düh agresszív módon történő kiélését tartalmazza. Mindkettőt az agresszív viselkedéses megnyilvánulás mérését szolgálja. A v. sz-nek 20 állítást kellett egy négyfokozatú Likert-skála segítségével megítélnie, hogy ha mérges, vagy ha dühös, milyen gyakran tesz bizonyos, agresszivitáshoz köthető megnyilvánulásokat (szinte soha – néha – gyakran – majdnem

mindig). A húsz állításból 8 szolgál a kinyilvánított agresszió (*Anger Out* alskála) mérésére. Ennek az eszköznek a használata azért indokolt, mert Gentile és munkatársai (2004) által elvégzett kutatás azt találta, hogy az agresszívebb játékkal játszó gyerekek gyakrabban mutattak kifejezetten agresszív viselkedésnek titulálható elemeket (pl. verekedés).

Néhány példa az itt megjelent kérdésekből:

Amikor bosszús vagy dühös vagyok... Uralkodom magamon

Példák az *Anger out* alskála elemeire:

Amikor bosszús vagy dühös vagyok... Ha bárki felbosszant, én nekirontok.

c) korai agresszió (30. kérdéscsoport): Egy ötfokú Likert-skálán kell megítélnie a v. sz-nek, hogy mennyire tartja jellemzőnek magára nézve a 11 állítást, ami a gyerekkorban megnyilvánuló agresszív viselkedésre vonatkozik, mely közül 8 egyenes, 3 pedig fordított item volt. Példaként hozhatók az alábbi itemek:

mindenkit elpáholtam, akit csak lehetett; szelíd, csendes gyermek voltam az oviban.

III. rész. Az élettel való elégedettség (31. kérdéscsoport)

A v.sz-nek öt állításról kellett eldöntenie egy hétfokú Likert-skála segítségével, hogy azokat mennyire tartja magára jellemzőnek. Ezek az állítások pedig tulajdonképpen nem mások, mint a Diener és munkatársai (Diener, Emmons és Larsen, 1985) által kifejlesztett Satisfaction with Life Scale, azaz az élettel való elégedettség nevű papír-ceruza teszt itemei, ami a szerzők szerint annak mérésére szolgál, hogy a kitöltőnek milyen átfogó vélekedéssel van a saját életével való elégedettséggel kapcsolatban. A kérdéseket és a skálát magam fordítottam az elérhető angol nyelvű változatból. Ezen állításokra adott válaszokból kapott pontszámok alkalmasak az élettel kapcsolatos elégedettséggel kapcsolatos hipotézis teszteléséhez.

A kérdés többek között a következő állításokat tartalmazta:

ahogy élek, az közel áll ahhoz, ahogy szeretném/elképzeltem; elégedett vagyok az életemmel.

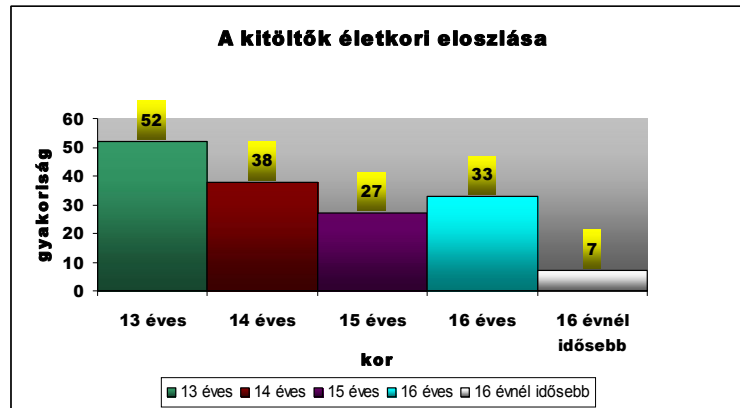
5. Eredmények

Az eredmények értelmezésekor a korrelációs vizsgálatok esetében a kapcsolat erősségéről szóló ítéleteimet Guilford elvei alapján hoztam.

<http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/pubs/cwo02/appendix/appendixG.htm>

5. 1. A minta és a mérőeszközök főbb tulajdonságai

Életkorukat tekintve a legfiatalabb kitöltő 13 éves, míg a legidősebb 23 éves, bár a válaszadók 93%-a 16 éves, vagy annál fiatalabb volt. A kitöltők életkori eloszlását a 1. ábra tartalmazza. Amint látható, hogy a kitöltők többsége 13 éves (52%), őket követik a 14 évesek (24%), őket a 16 évesek (21%), majd a 15 évesek (17%), és végül a kitöltők 4%-át az ennél idősebb személyek alkotják.

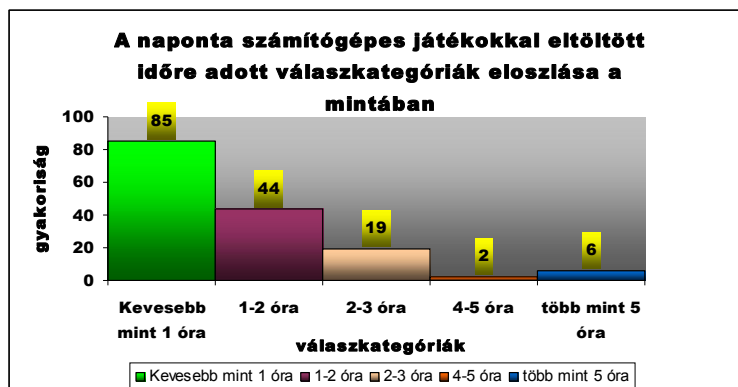


1. ábra a vizsgálati személyek életkori eloszlása a mintában

Mindezek alapján elmondható, hogy az egyes korcsoportok a mintában nem oszlanak el egyenlően. Ezt támasztja alá a chi-négyzet próba is ($\chi^2=81,3155$; $df=4$; $p<0,01$).

A számítógépes játékkal eltöltött idő mérésére egy ötfokozatú skála szolgált. Ezen a skálán a v.sz-ek a kevesebb, mint egy óra választ jelölték meg a leggyakrabban (55%). Ezek után következik a 2. válasz (28%), és a harmadik (19%), és viszonylag elenyésző azon személyek száma, akik ennél magasabb értéket jelöltek meg, összesen 8 személy volt (5%), aki ezt a két alternatívát választotta. Wenzel és munkatársai (2009) eredményei szerint ezek a személyek már veszélyeztetettek a számítógépes játék patológiás használatára nézve.

Az 2. ábra mutatja be a válaszok az egyes válaszok gyakoriságát és százalékos eloszlását a mintában ($n=156$)



2. ábra: a válaszadók száma és eloszlása a mintában a számítógéppel naponta eltöltött idő függvényében

Az számítógépes játékok preferálásának mérése úgy történt, hogy a v.sz-nek válaszolnia kellett arra, hogy milyen a kedvenc és gyakran játszott játék agresszivitása és véres volta (a mérésre szolgáló négy kérdésre négyfokú skálán adott válaszok összegének átlaga és szórása $M = 5,688$; $SD = 2,828$). Ennek a négy kérdésnek a megbízhatósága igen magasnak mondható ($\alpha = 0,921$). Az agresszív viselkedés mérésére szolgáló Harag és Düh Kifejezési Mód Skála (Spielberger és mtsai, 1985; Dienes és Simon, 1987) ($M = 47,17$; $SD = 7,949$), megbízhatósága elfogadható mértékű ($\alpha = 0,708$), akárcsak annak *Anger Out* ($M = 15,642$; $SD = 4,071$) nevű 8 itemes alszkálája ($\alpha = 0,762$). A korai agresszív viselkedés mérésére szolgáló mérőeszköz ($M = 22,229$; $SD = 7,386$) megbízhatósága is igen jónak mondható ($\alpha = 0,82$). Az élettél való elégedettség mérésére az öt itemes SWLS skála (Diener és mtsai, 1985) szolgált ($M = 26,443$; $SD = 5,767$). A skála megbízhatósága jelen esetben szintén jónak mondható ($\alpha = 0,796$).

Összegzésképpen elmondható tehát, hogy az általam használt többitemes mérőeszközök tulajdonságuk alapján használhatónak bizonyultak.

5. 2. A statisztikai próbák eredményei

H1: Aki agresszívebb, az hajlamosabb az erőszakosabb játékot preferálni.

Az általam elvégzett statisztikai eljárás (Spearman-féle rangkorreláció) alapján a következő eredményekre jutottam:

Nincs kapcsolat a mintámban sem az **agresszív viselkedés** mérésére szolgáló Harag és Düh Kifejezési Mód Skála ($p > 0,1$; $\rho = 0,03$), sem pedig a **kinyilvánított agresszió** ($p > 0,1$; $\rho = 0,002$) és a **preferált játékok agresszivitása között**. Ezek az eredmények inkább azon

álláspontot támasztják alá, hogy az agresszív számítógépes játékok nem tesznek agresszívebbé. Ezt az álláspontot képviseli például Ferguson (Ferguson és Dyck, nyomtatás alatt; Ferguson és Kilburn, 2009, 2010; Ferguson és mtsai, 2008; Valadez, és Ferguson, 2012) is, illetve Kerstenbaum és Weinstein (1985) is. Ez ellentmond azoknak azon vizsgálatokkal, amelyek szerint az agresszív játékok agresszívebbé teszik az embert (pl. Anderson és Dill, 2000; Carnegey, és mtsai 2007; Gentile és mtsai, 2004; Bartlett és mtsai, 2008; Uhlman és Swanson, 2004; Przybylski és mtsai, 2009).

Azonban **kapcsolat mutatkozott a korai agresszív viselkedés és az agresszív játékok preferálásának mértéke között** ($p < 0,01$; $\rho = 0,23$). Ugyanakkor ez a kapcsolat habár bizonyos, de a guilfordi értelmezésben gyenge. Ezek alapján a **hipotézisem módosítva igaz: aki korai éveiben agresszívebben viselkedett, az inkább preferálja az agresszív számítógépes játékokat.** Ez az eredmény egybevág műhelymunkám során kapottakkal.

H2: Minél inkább jellemző valakire, hogy a számítógépes játék közben a bevonódás élményét éli át, annál több időt tölt el a számítógép előtt.

Spearman-féle rangkorrelációs eljárás során az általam talált eredmények alapján a **hipotézisem beigazolódott** ($p < 0,01$; $\rho = 0,36$), vagyis a mintámban **aki több időt töltött el játékkal, az jobban be is vonódik** ezekbe. Ez a kapcsolat, bár alacsony mértékű, de nem szabad figyelmen kívül hagyni. Vagyis itt is bizonyítást nyert a bevonódás és a számítógépes játékkal töltött idő közötti kapcsolat megléte, akár csak a műhelymunkámban, és támogatja azt a közmegegyezést, amit Boyle és munkatársai (2012) fogalmaztak meg. Ez ellentmond Lee és LaRose (2007) kutatásának, vagyis a számítógépes játékkal töltött idő és a bevonódás közötti kapcsolat direkt úton is kimutatható, nem pedig más tényezők közvetítése szükséges, mint az önszabályozás. Vagyis a Burkhardt-Freeman (2009) által megfogalmazott aggályok nem tűnnek alaptalannak a vizsgálatom eredményei alapján.

H3: Akinek gyengébb az önkontrollja a számítógépes játékkal töltött idő terén, az hajlamosabb több időt eltölteni a számítógépes játékkal, illetve jobban bevonódik.

Az általam talált eredmények azt mutatják, hogy a Spearman-féle rangkorreláció alapján a **hipotézis beigazolódott idő esetében** ($p < 0,01$; $\rho = 0,37$) és **bevonódás esetében** ($p < 0,01$; $\rho = 0,29$) egyaránt. Tehát **akinek alacsonyabb az önkontrollja a számítógépes játékkal töltött idő tekintetében, az nagyobb valószínűséggel éli át a bevonódás élményét, illetve**

többet is játszik. Akárcsak az előbbi esetben, ezek a kapcsolatok, sem túl magas szintűek, de nem szabad figyelmen kívül hagyni. Ezek az eredmények azt mutatják tehát, hogy nem csak az MMORPG játékok esetében (pl. Kim és mtsai, 2008; Rau és mtsai, 2006) lehet erről a jelenségről beszélni, hanem általánosabb szinten, ahogy Lee és LaRose (2007) is találta. Ez ellentmond Collins és mtsai (2012) által találtaknak, hogy csak a problémás használók esetében lehet kimutatni. Vagyis nem (csak) a problémás játékhaználók vagy függők esetén jelenik meg a kapcsolat, hanem általánosabb jelenség.

H4: Azok játszanak többet számítógépes játékokkal ill. azok hajlamosabbak a bevonódás élményét megtapasztalni a játék során, akik kevésbé vannak megelégedve az életükkel.

A Spearman-féle rangkorrelációs vizsgálatok eredményeinek alapján **nem mutatkozott összefüggés** a mintában arra vonatkozóan, hogy akik elégtlenebbek életükkel, vagyis alacsony szubjektív jóléttel jellemezhetők, azok több **időt** töltenének a gép előtt ($p>0,1$; $\rho=0,01$) vagy jobban **bevonódnának** ($p=0,063$; $\rho=0,14$). **Hipotézisem nem tartható, így elvetettem.** Ugyanakkor érdemes megjegyezni, hogy a bevonódás esetén tendenciózus kapcsolat mutatkozik. Ezek az eredmények megegyeznek a Lemens és mtsai (2011) által találtakkal, és ellentmondanak annak a feltételezésnek, hogy a sokat játszó videojátékosok elégedetlenebbek lennének az élettel. Ezek alapján mégsem helyes az a gondolatmenetem, hogy a problémás játékhaználót jól beazonosíthatóvá teszi mintában az idő, és emiatt az élettel való elégedettséggel negatívan korrelálna. Mentzoni és mtsai (2011) eredményeit így sem cáfolni, sem megerősíteni nem tudom, mivel nem használtam mérőeszközt a problémás vagy függő játékosok kiszűrésére. De az általam definiált eszközizmussal kapcsolatos összefüggést sem tudtam bebizonyítani, így azon vizsgálatok eredményeit, mint amire Chou és Tsai (2007) is jutott, szintén nem tudom sem megerősíteni sem cáfolni eredményeim alapján.

H5: Az agresszívebb játékok nagyobb mértékű bevonódással járnak.

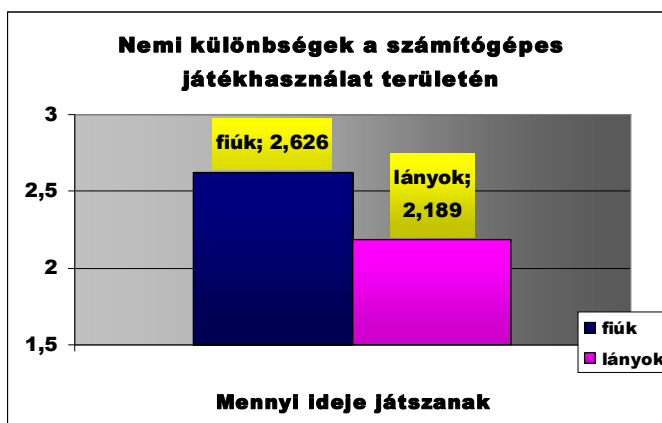
Spearman-féle rangkorrelációs eljárás eredményeképp azt találtam, hogy létezik a kettő között kapcsolat ($p<0,01$; $\rho=0,2$), így **hipotézisem beigazolódott, vagyis aki agresszívebb játékokat preferált az jobban bevonódott.** Ez inkább a Brockmeyer és mtsai (2009) által kapottakat támasztja alá, nem pedig a Przybylski és mtsai (2009) által kapottakat, vagy Boyle

és mtsai (2012) által levont következtetést. Ugyanakkor ez a kapcsolat guilfordi értelemben alacsonynak mondható, de nem egyáltalán nem elhanyagolható mértékű.

H6: A nemi szocializáció, és az ez által kialakított nemi identitás befolyásoló erővel van a számítógépes játék szokásokra.

A hipotézisem tesztelésére a két nem között Mann-Whitney próbákat végeztem (játászás ideje, preferált játékok agresszivitása, játékkal töltött idő, bevonódás), és **mind a négy vizsgált területen kimutathatók voltak a nemi különbségek**. Ezek a műhelymunkám során kapott eredményeket erősítik meg.

Ahogy a 3. ábrán is látható, és a megjelenített értékekből is leolvasható, hogy a válaszok átlagai alapján a **fiúk** hamarabb kezdenek el játszani, vagyis általában **régebb óta játszanak** a lányokhoz viszonyítva ($p \leq 0,05$).



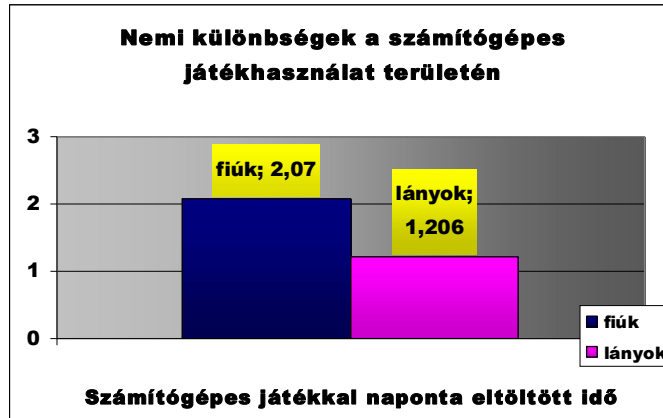
3. ábra: nemek közti különbségek abban, hogy mennyi ideje játszanak a válaszok átlaga alapján ($p \leq 0,05$)

A **fiúk agresszívebb játékokat preferáltak** ($p < 0,01$). Ahogy az 4. ábrán is látható és a válaszok átlagaiból is leolvasható, hogy mintámban fiúk agresszívebb játékokat preferáltak a lányokhoz képest, és a két nem közti különbség nagyon is szembetűnő. Ez az eredmény megegyezik még azokkal a kutatásokkal is, amelyek szerint a fiúk vagy férfiak az agresszívebb játékokat preferálták, például Gentile és mtsai (2004). Ugyanakkor ellentmond a Braun és mtsai (1989, idézi: Dill és Dill, 1998) által találtaknak



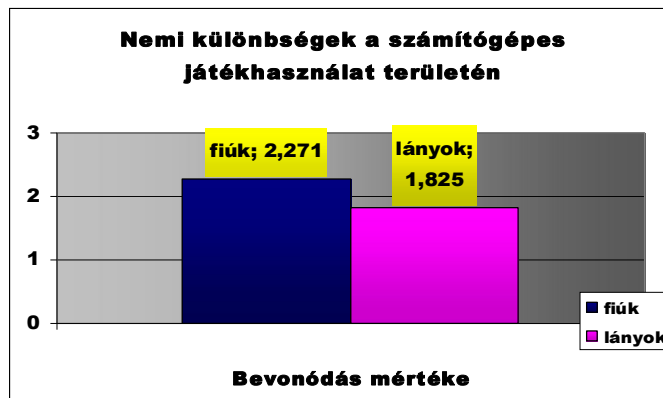
4. ábra: nemi különbségek a preferált játékok agresszivitása terén a válaszok átlaga alapján ($p < 0,01$)

Többet is játszanak a fiúk számítógépes játékokkal, mint a lányok ($p < 0,01$). Vagyis sikerült demonstrálni azt az összefüggést, amit mások is kimutattak, például Brockmyer és mtsai (2009); Chou és Tsai (2007); Colwell (2007); Gentile és mtsai (2004); Lemens és mtsai (2011); Uhlman és Swanson (2004); Valadez és Ferguson (2011). A válaszok átlagaiban megmutatkozó különbségek az 5. ábrán láthatók.



5. ábra: nemi különbségek a naponta játékkal eltöltött időben a válaszok átlaga alapján ($p < 0,01$)

Valamint **jobban be is vonódnak** ($p < 0,01$). Ez egybevág azzal a véleménnyel, amit Boyle és munkatársai (2012) vontak le az általuk átnézett vizsgálatok alapján. A 6. ábrán leolvashatók a bevonódásra adott átlagos válaszok közti különbségek az egyes nemek esetében.



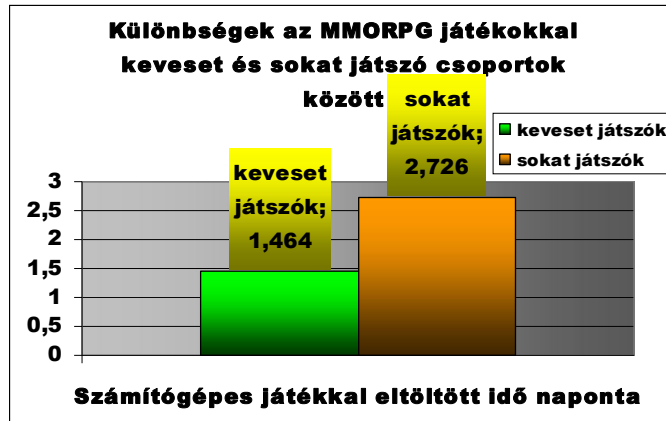
6. ábra: nemi különbségek a bevonódás területén a válaszok átlaga alapján ($p < 0,01$)

Ezek alapján ez a **hatodik hipotézisem beigazolódott**. Tehát van kimutatható hatása a nemi szocializációnak és a nemi identitásnak a számítógépes játékszokásokra az általam talált eredmények alapján, mivel a **fiúk: régebb óta játszottak, az agresszívebb játékokat kedvelték, több időt töltöttek számítógépes játékkal naponta és jobban bevonódtak**.

H7: A számítógépes játékok terén számít a játék típusa is: Aki gyakran játszik MMORPG játékokkal, annál különbségek mutatkoznak bizonyos jellemzők mentén.

A hipotézis vizsgálatához a kérdőívben dichotomizáltam az MMORPG játékokkal való játszás gyakoriságának megválaszolására szolgáló négyfokozatú Likert-skála értékeit: akik „soha” vagy „néha” játszanak MMORPG játékot, azok egy csoportba kerültek, és belőlük lett a „*keveset játszó*” csoportja, akik a „gyakran” vagy a „nagyon gyakran” válaszokat jelölték meg, azok a „*sokat játszó*” csoportjába kerültek, és Mann-Whitney próbák során kerültek összehasonlításra a két csoport adatai. Az eredmények arra engednek következtetni, hogy igen is vannak olyan tényezők, amikben egy MMORPG-vel gyakran játszó személy különbözik a másféle játékokkal játszó társaiktól.

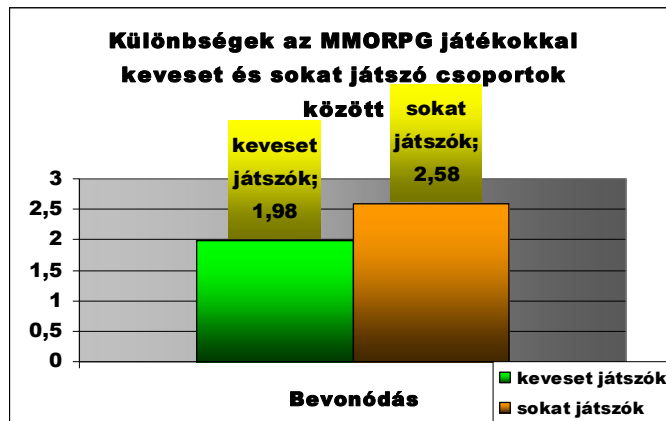
Az ilyen játékokkal gyakrabban játszó, azaz a sokat játszó csoportja **több időt tölt számítógépes játékkal naponta** ($p < 0,01$). Ez a különbség igencsak élesen kirajzolódik a 7. ábrán is, ahol a két csoport válaszainak átlagai láthatók:



7. ábra: különbség az MMORPG játékokkal sokat és keveset játszó személyek naponta játékkal eltöltött idejében a válaszok átlaga szerint ($p < 0,01$)

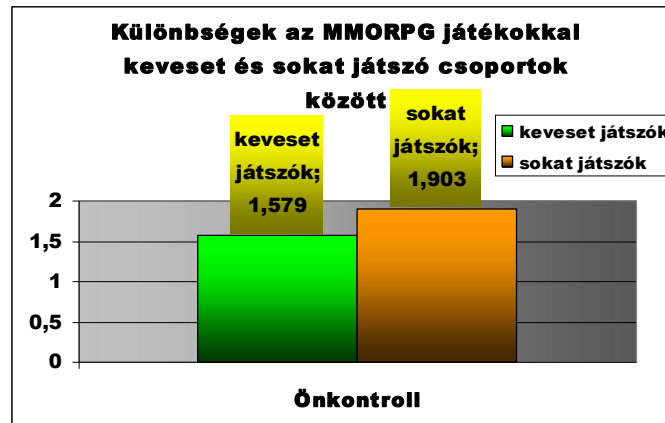
Ez az eredmény megegyezik a Smyth (2007) kutatása során kapott eredményekkel, és a Mentzoni és mtsai (2011) által kapott eredményekkel.

Az is megerősítést nyert a vizsgálatom során, hogy **aki sokat játszik ilyen játékokkal, az hajlamosabb bevonódni** ($p < 0,01$). Ez a különbséget a két csoport válaszainak átlaga is jól mutatja a 8. ábrán.



8. ábra: különbség az MMORPG játékokkal sokat és keveset játszó személyek között bevonódás tekintetében a válaszok átlaga szerint ($p < 0,01$)

Különbség mutatkozott a számítógépes játékidő saját maga által történő kontrolljában is, bár ennek a különbségnek a mértéke nem annyira markáns, mint az előző két esetben ($p < 0,05$), de a különbség szignifikáns a két csoport között, ahogy a 9. ábra is mutatja a válaszok átlagait.



9. ábra: különbség az MMORPG játékokkal sokat és keveset játszó személyek között a számítógépes játékidőre gyakorolt önkontroll gyengesége tekintetében ($p \leq 0,05$)

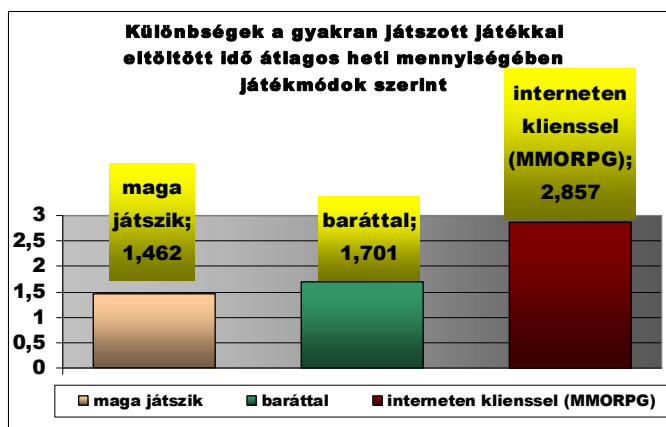
Eszerint az **MMORPG játékokat preferálóknak jobban nehezükre esik maguknak kontroll alatt tartani a játékidőt**, és többször kell másnak közbeavatkozni. Az eredmények alátámasztják a Kim és mtsai (2008) függőség esetében kapott adatait, ám ellentmondanak Collins és mtsai (2012) által kapottaknak, vagyis általánosabb szinten érvényesül a jelenség. Az utolsó két próba által kapott eredmények alátámasztják a Rau és mtsai (2006) által kapottakat.

Azonban ez **nem jelenti azt, hogy az illető elégedetlenebb lenne az életével, hiába játszik valaki sokat velük** ($p > 0,1$; átlagok: sokat játszóknak: 26,193; keveset játszóknak: 26,405). Vagyis, akárcsak a H5 hipotézis esetén, itt sem lehet kimutatni a kapcsolatot az élettel való elégedettség és a játékkal töltött idő között. Ez is szintén Lemens és mtsai (2011) eredményeivel egyeznek meg, és inkább arra utalnak, hogy nincs közvetlen kapcsolat. Így Mentzoni és munkatársai (2011) által kapott adatokat, valamint sem Yee (2007) adatait nem tudom bizonyítani vagy cáfolni.

Az eredmények megerősítésének céljából egy másik módszerrel is éltem a H7 hipotézisének tesztelésével kapcsolatban: a vizsgálati személyek az általuk gyakran játszott játék játékmódjai (26. kérdés) szerint három csoportba kerültek (hogyan játszik vele: magában, baráttal, vagy az MMORPG játékokra jellemző internet kliens használata) és Kruskal-Wallis próbák kerültek elvégzésre, hogy kiderüljön, vajon ez esetben is érvényre jutnak-e a fenti különbségek az MMORPG játékosok esetében. Ez megközelítés azért is lehet hasznos, mert itt lehetőség van az egyes játékokkal kapcsolatban objektívebb adatok

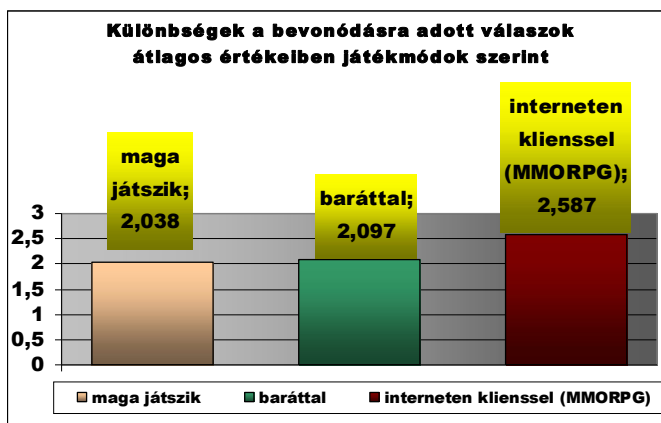
nyerésére, hiszen a játékmódokkal kapcsolatos információ számomra is hozzáférhető és ellenőrizhető, hiba esetén korrigálható. Az eredmények azonban még így is **rendre megerősítették a Mann-Whitney próbákkal kapott adatokat**. A 10-13. ábrák az egyes jellemzők mentén kapott eredményeket mutatják be.

A 10. ábrán szemmel látható, mely szerint azok, akik interneten, *MMORPG* játékokkal játszanak, azok a gyakran játszott játékok terén átlagosan *több időt* szentelnek hetente eme tevékenységekre ($\chi^2 = 36,1822$; $df = 3$; $p < 0,01$).



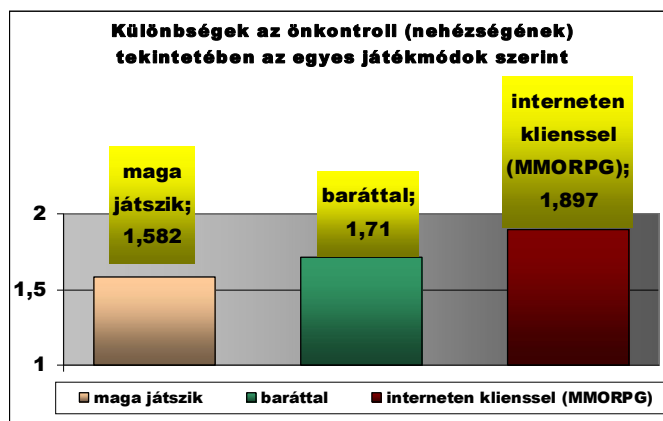
10. ábra: különbségek a gyakran játszott játékok heti mennyiségét tekintve játékmódok között a válaszok átlagát tekintve ($p < 0,01$)

Ahogy azt a 11. ábra is mutatja, a bevonódásra adott válaszok átlaga is hasonlóképpen alakult ($\chi^2 = 26,6255$; $df = 3$; $p < 0,01$), vagyis aki gyakran játszik MMORPG-vel, az *jobban bevonódik*, mint a többi csoport.



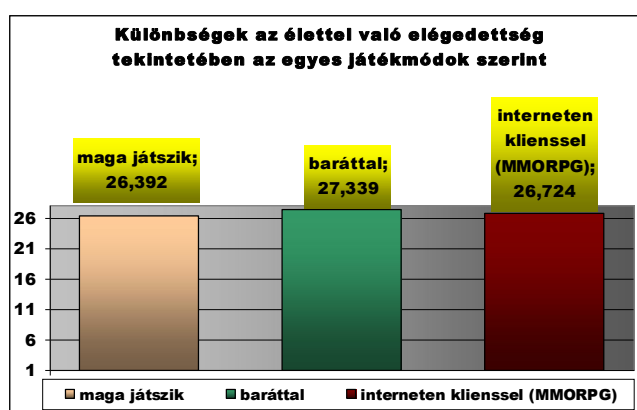
11. ábra: különbségek bevonódásra adott válaszok átlagai között ($p < 0,01$)

A 12. ábrán pedig az látszik, hogy ők lesznek azok a személyek, akiknek nehezebbre esik maguknak abbahagyni a játékot ($\chi^2=6,9225$; $df = 3$; $p<0,05$), vagyis gyakrabban kell másnak közbeavatkoznia.



12. ábra: különbségek az egyes játékmódok között a számítógépes játékidő saját maga által kontrolljának nehézségére adott válaszok átlagainak tekintetében ($p<0,05$)

És itt is bebizonyosodott, akárcsak korábban a Mann-Whitney próba esetén, hogy az *élettel való elégedettség terén nincs különbség*, játsszon bárhogyan is az illető az általa gyakran játszott számítógépes játékkal ($\chi^2=3,9122$; $df = 3$; $p>0,1$). A 13. ábrán jól látszik, hogy nem szignifikáns az eltérés az élettel való elégedettség összpontszámainak átlagai között az egyes csoportok tekintetében.



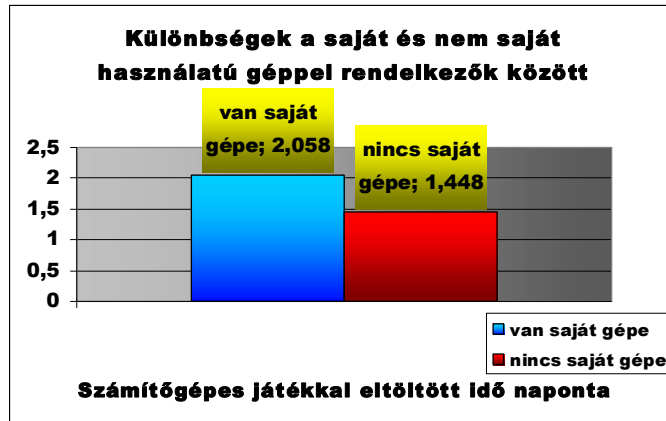
13. ábra: különbségek az élettel való elégedettség átlagos pontszámai tekintetében az egyes játékmódok között ($p>0,01$)

Mindezek alapján a **hipotézisem módosítva igaz: Aki gyakran játszik MMORPG-vel, az többet játszik, jobban bevonódik a játékokba, kevésbé tudja önmaga kontrollálni a játékkal eltöltött időt, de nem elégedetlenebb az életével.** Ezek az eredmények a következő

kutatásokkal egyeznek meg: Smyth (2007); Kim és mtsai, (2008); Lemmens és mtai (2012), Rau és mtsai (2006), és ellentmondanak Collins és mtsai (2012) által kapottakkal az önkontroll nehézsége terén, hiszen nem csak a problémás/patológiás felhasználóknál jelenik meg ez a jelenség. Viszont sem Mentzoni és mtsai (2011) valamint Yee (2007) sem megerősíteni, sem cáfolni nem tudom.

Bár H7 hipotézisen belül nem került vizsgálatra, azonban érdemes annak tesztelése is, hogy az MMORPG játékokba történő bevonódás és az élettel való elégedettség között mutatkozik-e összefüggés. Ezen kapcsolat vizsgálata az MMORPG játékokkal történő játszás gyakoriságához hasonló módon történt: az MMORPG játékok által okozott bevonódás megválaszolására szolgáló négyfokozatú Likert-skála értékei (17. kérdés) mentén két csoportra lettek osztva a vizsgálati személyek. Így akik nem vagy csak kevésbé vonódnak be ilyen játékba azok a bevonódás szempontjából „alacsony” csoportba kerültek. Akik pedig a kérdésnél a skála 3-as és 4-es fokozatát jelölték be, azok kerültek a „magas” bevonódású csoportba. A két csoport összehasonlítására elvégzett Mann-Whitney próba eredménye szerint **nincs különbség az élettel való elégedettségben az alacsony és a magas bevonódású csoport között** ($p>0,1$; átlagok: alacsony bevonódású csoport: 26,524; magas bevonódású csoport: 26,615).

Azt is vizsgálatra került, hogy vajon a saját használatban lévő számítógép, hogyan befolyásolja a számítógépes játékhasználati szokásokat. 71 személy, vagyis a válaszadók mintegy 45%-a jelölte meg azt választ, hogy rendelkezik saját használatú géppel. A kérdés megválaszolására Mann-Whitney próbák elvégzésére került sor a saját használatú géppel rendelkező és nem rendelkező személyek között a következő jellemzők mentén: számítógépes játékkal töltött idő naponta, bevonódás, önkontroll. A vizsgálat eredményeként a következő megállapításokat lehet tenni. A játékkal eltöltött idő esetén szignifikáns különbség mutatkozott, így **akinek van saját használatban lévő gépe, az több időt tölt el játékkal** ($p<0,01$), ahogy a 14. ábra is mutatja a következő oldalon a válaszok átlagait. Viszont abban nem mutatkozott különbség, hogy jobban bevonódnának ($p>0,1$; átlagok: saját gép esetén: 2,2; nem saját gép esetén: 1,988), vagy hogy nehezebb lenne-e számukra maguk kontrollálni az időt ($p>0,1$; átlagok: saját gép esetén: 1,743; nem saját gép esetén: 1,558).



14. ábra: Különbségek a saját és nem saját használatú számítógéppel rendelkezők között a naponta számítógépes játékkal eltöltött idő terén ($p < 0,01$)

6. Diszkusszió

Az eredmények alapján elmondható, hogy vizsgálatomban kapcsolatot találtam az agresszív játékok preferálása és a korai agresszív viselkedés között, továbbá a bevonódás, a számítógépes játékok idejének önmaga által történő kontrollálásának nehézsége és a számítógépes játékokkal töltött idő mennyisége között. Aki pedig az agresszív játékokat preferálta, az nagyobb mértékben vonódott be a játékokba. Azt is sikerült kimutatni, hogy aki gyakran játszik MMORPG játékokkal, az várhatóan több időt tölt a számítógépes játékkal, kevésbé tudja maga szabályozni a játékra fordított időt, és nagyobb mértékben vonódik be a játékba, mint az, aki nem játszik velük egyáltalán, vagy csak ritkán teszi ezt. Az is kimutatható volt a mintámban, hogy a számítógépes játékokkal töltött időt befolyásolja az is, hogy van-e saját használatban lévő gépe. Mintámban azt is sikerült kimutatni, hogy a számítógépes játékhasználati szokások terén érvényre jutnak a nemi különbségek is, mivel a fiúk korábban kezdenek el játszani, mint a lányok, több időt töltenek el számítógépes játékokkal, az agresszívebb játékokat preferálják, valamint jobban bevonódnak a játékokba, mint a lányok.

Ugyanakkor vizsgálatomban nem találtam kapcsolatot arra, hogy aki agresszívebb játékokat preferálja, az agresszívebben viselkedne. Nem volt kimutatható az, hogy aki elégedetlenebb az életével az több időt tölt el számítógépes játékkal vagy jobban bevonódna abba, és ez nem csak általában a játékokkal kapcsolatban volt igaz, de még az MMORPG játékok terén sem. Viszont az is elmondható, hogy ezen kapcsolatok guilfordi értelemben

véve nem nevezhetők kifejezetten erősnek. Hogy mi okozhatja ezt, arra még a diszkusszió későbbi részében még kifejtésre kerülnek.

Az általam kapott eredmények végső soron megerősítik a műhelymunkámban kapottakat.

A számítógépes játékokban ábrázolt agresszió és az agresszió között találtam kapcsolatot a mintámban, de nem olyan formában mutatkozott meg, ahogy Anderson és Gentile mellett még más kutatások is találták (pl. Anderson és Dill, 2000; Bartlett és mtsai, 2008; Carnegey, Anderson és Bushman, 2007; Gentile és mtsai, 2004; Przybylski és mtsai, 2009; Uhlman és Swanson, 2004). Eredményeim alapján nem tűnik úgy, hogy az agresszívebb játékot preferáló személy agresszívebben viselkedne. Ezek az eredmények inkább a Ferguson és munkatársai (pl. Ferguson és Dyck, nyomtatás alatt; Ferguson és Kilburn, 2009, 2010; Ferguson és mtsai, 2008; Valadez, és Ferguson, 2012) által képviselt állásponthoz, valamint a katarziszelmélethez állnak közelebb. Ráadásul ezek az eredmények nem utalnak még arra sem, hogy az erőszakos videojátékok nagyobb hatással lennének az agresszióra, mint más médiaformák, ahogy Dill és Dill (1998) feltételezte.

Mivel az általam használt mérőeszközök megbízhatósági mutatói (lásd. 5.1-es fejezet) pedig legalább elfogadható mértékűek, így a vizsgálatomról nem lehet azt mondani, hogy az általam talált eredményeket a nem megfelelő eszköz használata okozná. Ezért a Ferguson (Ferguson és Kilburn, 2009, 2010; Valadez, és Ferguson, 2012; Ferguson és Dyck, nyomtatás alatt) és az Adachi és Willoughby (2011) valamint Griffith (1999) által megfogalmazott megbízhatóságra vonatkozó aggodalmak jelen kérdésre nem vonatkoznak.

Ugyanakkor a gyermekkori agresszió és az agresszív játékok közti kapcsolat miatt az sem mondható el, hogy semmiféle kapcsolat nincs az agresszív játékok és az emberi agresszió között. A fenti eredményekből úgy tűnik, hogy az agresszív játékok inkább az agresszív tendenciák kiélésének terepeként szolgálnak, amikre elsősorban azoknak van igénye, akik gyermekkorukban agresszívebben viselkedtek. Hogy ezzel csökkenthető-e az agressziójuk vagy megnöveli azt, mivel hozzáférhetőbbé teszi az agresszióval kapcsolatos sémákat és kogníciókat, ahogy például Mummendey (1997; Mummendey és Otten, 2007) utal, arra jelen vizsgálat módszertani korlátaiból fakadóan nem tud egyértelmű választ adni, de az adatok alapján nem tűnik úgy. Azonban egy körültekintően megtervezett kísérlet, amely figyelembe veszi a többek között Ferguson által javasoltakat (lásd pl. Ferguson és Kilburn fentebb idézett munkái vagy Valadez és Ferguson, 2012), vélhetően igen. Jelen eredmények fényében nem

tűnik úgy, hogy a számítógépes játékokkal kapcsolatban érvényes lenne a szociális tanulásmélete vagy az Agresszió Általános Elmélete.

Az elméleti megközelítés módjából fakadó különbségek mellett, érdemes megemlíteni még a vizsgálati módszerből eredő különbségeket is, amelyek okai lehetnek még annak, hogy eltérő eredményeket kaptak egyes kutatók. Griffith (1999) áttekintésében azt találta, hogy a kapcsolatot támogató eredményeket első sorban a megfigyeléses módszerrel gyűjtött adatok szolgáltatják. Azonban ott kérdéses az, hogy van-e olyan mögöttes tényező, amit a kutatók nem kontrolláltak, és hogy mennyire elfogult a megfigyelő vagy éppen vak a kutatás hipotéziseire nézve, valamint, hogy mi alapján nevezték agresszívnek egy adott viselkedést. Munkájában látható, hogy az önbeszámolás vagy korrelációs kutatások (amilyen jelen kutatás is) helyzetében a kapcsolat valamelyest bonyolultabb, de igazán megfelelő következtetéseket csak kísérletes vizsgálatokból lehet levonni, hiszen ez segíthet tisztázni az ok-okozati viszonyokat, amire jelen vizsgálat módszertani okokból kifolyólag nem alkalmas. A kísérletes vizsgálat azt is segíthet megérteni, hogy mikor, miért vagy milyen körülmények között nincs hatása az agresszív játékoknak az agresszív viselkedésre. Bartlett és mtsai (2008) vagy Uhlman és Swanson (2004) kísérletes vizsgálatai azonban kimutattak kapcsolatot. A kérdés már csak az, hogy mennyire erőteljesek ezek. Hiszen Ferguson (pl. Ferguson és Kilburn, 2009, 2010; Valadez, és Ferguson, 2012; Ferguson és Dyck, nyomtatás alatt) alapos módszertani elemzések során azt találta, hogy ha létezik is kapcsolat, mégsem akkora, mint amekkorának beállítják (ld. irodalmi áttekintés).

Azt sem ártana tisztázni, hogy mik a hosszú távú hatások, mert például az agresszió általános elméletének helyességét, vagy hibás voltát is segítene tisztázni. Hiszen a kutatások inkább a rövid távú hatásokat veszik górcső alá. Bár költségesebb és nehezebb az ilyen vizsgálatok kivitelezése, de megtérülnének ezen kutatások, hiszen végre egyértelmű válaszokat kapnánk egy hosszú ideje fennálló kérdésre.

A bevonódás és agresszió kapcsán az eredményeim alapján elmondható, hogy a vizsgálatomban találtak megegyeznek Brockmyer és mtsai (2009) által találtakkal, vagyis az agresszívebb játékba hajlamosabbak voltak a v.sz-ek bevonódni. De felmerül a kérdés, amit Ferguson (pl. Ferguson és Kilburn, 2009) vagy Boyle és mtsai (2012) is megfogalmaznak, hogy lehetnek olyan aspektusai az agresszív játéknak, ami miatt jobban bevonódik valaki, például a lenyűgöző grafika vagy a játékmenet, amit jelen esetben nem kontrolláltam, de

kiválthat nagyobb mértékű bevonódást, így az ezzel kapcsolatban kapott eredményt nem árt óvatosan kezelni, és messzemenő következtetést levonni.

Eredményeim alapján a játékkal töltött idő mennyiségét a következő tényezők befolyásolhatják: *nem* (pontosabban, hogy fiú); *bevonódás*; *a számítógépes játékkal töltött idő terén mutatott kontrollképesség szintje*; *van-e saját használatú gép a birtokában valamint az MMORPG játékokkal történő játszás gyakorisága*. Viszont az étellel való elégedettség nem tartozik ezen tényezők közé. Emiatt hibás lenne azt feltételezni, hogy a problémás játékhasználatot vagy a függőséget kizárólag a játékra fordított idő nagy mennyisége alapján lehetne beazonosítani. Sokkal inkább tűnik egy olyan problémának, aminek egyik jellemzője a játékkal eltöltött sok idő. Ez az eredmény összhangban van Ferguson és mtsai (2011) valamint Lemens és mtsai (2011) által levont következtetéssel. Ezek az eredmények azt sejtetik, hogy ez egy tüneti jellemző lehet, ami csak azoknál mutatkozik meg, akinek patológiás a játékhasználat, netán függőséggel küzdenek.

A számítógépes játékhasználatra fordított idő tekintetében érdemes azt is megjegyezni, hogy habár a médiában gyakran hangsúlyozzák a számítógépes játékok használatára fordított idő nagy mennyiségét, és annak káros hatásait, vizsgálatomban mégis azt találtam, hogy a v.sz-ek 55%-a bevallása szerint naponta kevesebb mint 1 órát játszik számítógépen, vagyis az általam kapott eredményeket részben okozhatja az is, hogy nagyon kevés a túlzott játékhasználóknak tekinthető személyek száma, ami miatt nem biztos, hogy érvényre jutnak bizonyos jelenségek. Erre utalhat például, hogy az étellel való elégedettség egyedül a bevonódással mutatott tendenciózus kapcsolatot a vizsgált változók közül.

De az is lehetséges, hogy habár az étellel való elégedettség területén a sokat játszóknak nem szenvednek hátrányt, de a pszichoszociális jólét más, általam nem vizsgált területén lehetnek problémáik, amit egy jövőbeli kutatásnak érdemes lenne vizsgálnia. Smyth (2007) kutatása arra utal, hogy a valós életbeli társas kapcsolatok területén előfordulhatnak problémák. A kérdés pedig az, hogy előzmény vagy éppenséggel következmény az alacsony pszichoszociális mutató (pl. az étellel való elégedettség)? Mert bár én inkább előzményként tekintettem az irodalmi áttekintésben, főleg az eszképzizmus valamint Lemens és mtsai (2011) által kapott eredmények miatt, de Lemensék megemlítenek olyan kutatásokat is, ahol következményként tűnik fel, vagy arra derítenek fényt, hogy a kapcsolat reciprok természetű, ami arra utal, hogy nem igazán lehet szétválasztani az okot és az okozatot. Fontos megjegyezni, hogy ez a kérdés természetében hasonló az agresszió témakörében felvetett

kérdéshez: mi vezet mihez? Erre a kérdésre módszertani okokból kifolyólag akkor sem tudna jelen vizsgálat válasszal szolgálni, ha kimutatható lett volna a kapcsolat az étellel való elégedettség kapcsolata.

A bevonódás, a számítógépes játékkal töltött idő mennyisége, és a játékra fordított idő kontroll alatt tartásának nehézsége tehát kapcsolatban állnak egymással, bár a guilfordi elvek szerint értelmezve nem nevezhetők kifejezetten erős kapcsolatoknak. Ennek oka az is lehet, hogy azoknál lehet erősebb a kapcsolat, vagy azok esetében nyilvánulnak meg inkább ezek a jelenségek, akik patológiás eseteknek tekinthetők, de lehet csak azért, mert a bevonódás és önkontroll nehézségének mérésére csak 1-1 item szolgál. Egy precízebb mérőeszköz esetén talán magasabb mértékű kapcsolatot mutatott volna, például bevonódás esetében Jenett és mtsai (2008) vagy a Brockmyer és mtsai (2009) által kifejlesztett mérőeszközök szerencsésebb választásnak bizonyultak volna, ám az általam használt kérdőív így is elég hosszúra sikeredett, így felmerül annak a veszélye, hogy a személy megunta, vagy belefáradt a kitöltésbe (áthúzódo hatás). Vagy lehetséges, hogy más általam nem kontrollált (mögöttes) tényezők befolyásolják a változók közti kapcsolatokat, akár csak az agresszió esetén is. Egy jövőbeli kutatás, ami az enyémnél kifinomultabb módszerrel közelíti meg a kérdést, végre tisztázhatná a kapcsolat mibenlétét, amihez ez a dolgozat jó kiindulópont lehetne.

Eredményeim alapján a következő tényezők befolyásolják a számítógépes játékokba történő bevonódást: *nem* (pontosabban, hogy fiú), *számítógépes játékkal eltöltött idő*, *a számítógépes játékkal töltött idő terén mutatott kontrollképesség szintje*, *az MMORPG játékokkal történő játszás gyakorisága*, *a preferált játék agresszivitásának mértéke*.

Eredményeim azt mutatják, hogy a nemi szocializáció és az általa kialakult nemi identitásból fakadó különbségek befolyásoló erővel vannak a számítógépes játékhasználati szokások területén. Ezek alapján a fiúk életében fontosabb szerepet töltenek be a számítógépes játékok, és agresszívebb játékokat is preferálják. Ezek az eredmények alátámasztani látszanak az ezzel kapcsolatos közvélekedést is. De talán pont abból ered, hogy a videojátékok inkább az erősebbik nem szükségleteihez, gondolkodásmódjához igazodik, ahogy többek között Miller és Summers (2007) is ezt találta, amikor kvalitatív módon elemzett néhány videojáték magazint.

A nemi szerepek átalakulásával azonban úgy tűnik, hogy egyre több nő játszik valamilyen számítógépes vagy videojátékkal, és egyre inkább kiegyenlítettebbé válik a nemek aránya e téren. Egyes felmérések arról számolnak be, hogy arányuk 30-40% között van

(például: <http://www.marketingcharts.com/interactive/women-comprise-40-of-us-gamers-26-of-whom-are-over-age-50-5327/>). Chou és Tsai (2007) vizsgálatából azonban kiderül, hogy vannak nemi különbségek a tekintetben, hogy melyik nem milyen típusú játékokat preferál, illetve, hogy melyik nemet milyen tényezők motiválnak a videojátékok használat terén.

Eredményeim alapján elmondható, hogy nemi különbségek befolyásoló erejével érdemes számolni a vizsgálatok során, ahogy például Uhlman és Swanson (2004) vagy Valadez és Ferguson (2011) tették. Az általam elvégzett utólagos vizsgálatok szerint a fiúk korai agresszivitás szintje magasabb, de a Harag és Düh Kifejezési Mód skálájában és az Anger Out alskálán nem volt nemi különbségekből fakadó eltérés. Az önkontroll-idő-bevonódás közti szignifikáns kapcsolatok az egyes almintákban eltérően alakulnak: bevonódás-számítógépes játékkal eltöltött idő esetén a fiúknál nem lett szignifikáns eredmény, lányoknál pedig az idő kontroll alatt tartása-bevonódás, valamint az idő kontroll alatt tartása-számítógépes játékkal eltöltött idő nem mutatkozott szignifikánsnak. A fiúknál az agresszió és játékagresszió nem mutatott egyik esetben sem szignifikáns kapcsolatot. MMORPG játékok esetén a fiúknál szignifikáns volt a Spearman-korreláció a játék gyakorisága és az élmény, valamint a játszás gyakorisága és a bevonódás között, míg a lányok esetében egyik esetben nem. További kutatások esetleg feltárhatnák, hogy mely más, a számítógépes játékhasználattal kapcsolatos különbségek léteznek még a két nem között.

Vizsgálatomban az MMORPG játékokkal kapcsolatban a következő eredmények születtek: az ilyen játékok preferálása esetében több időt töltenek a v.sz-ek játékkal, jobban bevonódnak, és nehezebb is önmaguknak abbahagyniuk az ilyen játékokat. Tehát Rau és mtsai (2006) által kapott eredmények köszönnek vissza jelen vizsgálatban. Ezeket a jelenségeket talán a játék azon jellemzői okozzák, amiket Collins és mtsai (2012) leírtak, de szükségesebb lenne mélyebben is megvizsgálni, hogy vajon miért is képes valaki ilyen játékkal sok időt eltölteni, vagy bevonódni. Erre kvalitatív vizsgálati módszerrel nyert adatok adnák a választ (pl. fókuszcsoporthoz, interjú). A vizsgálatom eredményei fényében egyet értek Smyth (2007) azon állításával, miszerint ezek a játékok újfajta élményt nyújtanak, hiszen nem csak a negatív hatások jellemzik, hanem pozitívak is, hiszen Smyth (2007) kutatásában azt írja, hogy több új barátot tettek szert ezen játékok révén.

A kérdés ezzel kapcsolatban az lehet, hogy vajon az online/virtuális barátságok képesek-e helyettesíteni a való életbeli társas kapcsolatokat. Ha pedig igen, akkor milyen mértékben, és egyáltalán milyen közös és eltérő jellemzőket mutatnak ezek a kapcsolatok?

Chou és Tsai (2007) írásából azonban az is kiderül, hogy a játékokban kiaknázható társas kapcsolatok kialakításának lehetőségét inkább az erősebbik nem képviselői használják ki. Érdeemes lehet utána járni annak, hogy más vizsgálat esetében is megállja-e ez a helyét, és ha igen, ez miért lehetséges. Továbbá az MMORPG játékosok által alapított csoportok (céhek, klánok) tagjai gyakran a való életben is találkoznak egymással szervezett rendezvények keretében (pl. klántalálkozók). Érdeemes lehetne más kutatásoknak megvizsgálni, hogy mik jellemzik az ezen az alapokon szerveződő közösségeket.

7. Összefoglalás

Kutatásom tehát a számítógépes játékhasználati szokások és bizonyos pszichológiai jellemzők kapcsolatát vizsgálta 7-10 évfolyamos általános iskolás és középiskolás diákok között, egy 157 főt számláló mintában. A vizsgálatom az alábbi területekre terjedt ki: agresszív játékok preferálása és az agresszió közötti kapcsolat, számítógépes játékkal eltöltött idő, bevonódás, a játékidő kontroll alatt tartásának nehézsége, élettel való elégedettség, MMORPG játékok használata, valamint a nemi szocializációból és a nemi identitásból fakadó különbségek a játékkal töltött idő, a bevonódás, preferált játékok agresszivitása, hogy mikortól kezdenek el játszani.

Vizsgálatomból kiderült, hogy a preferált játékok agressziójának mértéke kapcsolatban áll a korai években mutatott agresszív viselkedéssel. Továbbá alacsony, de nem elhanyagolható kapcsolatot találtam a számítógépes játékkal eltöltött idő, a játékba történő bevonódás, és a játékidő saját maga általi kontroll alatt tartásának nehézsége között is. Kapcsolatot mutatkozott az agresszív játékok preferálása és a bevonódás mértéke között is. Kiderült az is, hogy az MMORPG játékok gyakori használói többet játszanak, jobban bevonódnak az ilyen típusú játékokba, és nehezebb maguknak kontrollálni az időt.

Ugyanakkor sem az MMORPG játékok esetében, sem általában a számítógépes játékok esetében nem találtam azt, hogy aki gyakran játszik az ilyen típusú játékokkal, vagy jobban bevonódik, az kevésbé lenne elégedett az életével. Azt sem találtam, hogy aki az agresszív játékokat preferálja, agresszívebb viselkedést tanúsítana.

Vizsgálatomban a nemi szocializációból és identitásból eredő különbségek tetten érhetőek voltak a vizsgálatomban: a fiúk többet játszottak, az agresszívebb játékokat preferálták, jobban bevonódtak, és hamarabb is kezdtek el játszani velük.

Az eredmények alapján úgy tűnik, hogy a számítógépes játékkal töltött időre befolyással van a nem (pontosabban, hogy fiú), a saját használatú gép tulajdonlása, a bevonódás, az önkontroll nehézsége, az MMORPG játékok használatának gyakorisága. A bevonódásra pedig a nem, a számítógépes játékkal eltöltött idő, a számítógépes játékkal töltött idő terén mutatott kontrollképesség szintje, MMORPG játékokkal történő játszás gyakorisága, a preferált játék agresszivitásának mértéke.

Az eredmények alapján tehát elmondható, hogy a vizsgálatomban az agresszív játékok és az agresszív viselkedés közötti kapcsolatra vonatkozó eredmények némileg visszatükrözik azt, hogy a kérdésben koránt sincs egyetértés: míg az agresszívebb játékok preferálása nem járt együtt agresszívebb viselkedéssel, de aki korai években agresszívebb volt, az az agresszívebb játékokat preferálta. Az pedig egy érdekes kérdést vet fel, hogy az agresszívebb játékok miért jártak nagyobb mértékű bevonódással. Egyik lehetséges oka, ahogy pl. Ferguson és véli (ld. Valadez és Ferguson, 2012), hogy a játékok más, a vizsgálat szempontjából esetleges releváns jellemzői sok kutatáshoz hasonlóan gyakran nem kontrolláltak.

Vizsgálatomból az is kiderül, hogy a sok játékkal töltött óra vagy a bevonódás nem áll kapcsolatban az élettel való elégedettséggel. Ez pedig két, egymást nem teljesen kizáró következtetést feltételez: az egyik, hogy a patológiás játékhasználatnak ezek inkább csak tünetei lehetnek, a másik az, hogy előfordulhat, hogy a szubjektív jólét más, jelen kutatás alkalmával terjedelmi korlátokból kifolyólag nem vizsgált területén lehetnek különbségek (pl. társas kapcsolatok). Ezek azonban további vizsgálat a tárgyát képezik.

A diszkusszió részben ezek a kérdések bővebben kerülnek kifejtésre, valamint az is, hogy a további kutatások milyen lehetséges témakört érinthetnének.

8. Irodalomjegyzék

- Adachi, P. J. C., Willoughby, T. (2011). The effect of violent video games on aggression: Is it more than just the violence? *Aggression and Violent Behavior*, 16/1, 55-62
<http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2010.12.002>
- Anderson, C. A., Dill, K. E. (2000). Video Games And Aggressive Thoughts, Feelings and Behaviour in the Laboratory and in Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78/ 4, 772-790.
- Bandura (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A., Ross, D., Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63, 575-582.
- Bargh, J. A. (1989). Conditional automaticity: varieties of automatic influence in social perception and cognition. In Uleman, J. S., Bargh, J. A. (Eds.), *Unintended thought* (pp. 3–51). New York: Guilford.
- Barkó M. (2010): *A számítógépes játékok hatása a társas viselkedésre*. Műhelymunka. Fellelhető: Debreceni Egyetem Pszichológia Intézetének könyvtára
- Barlett, C. P., Harris, R. J., Buey, C. (2008). The effect of the amount of blood in a violent video game on aggression, hostility, and arousal. *Journal of Experimental Psychology*, 44/3, 539-546.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2007.10.003>
- Bensley, L., Van Eenwyk, J. (2001). Video games and real-life aggression: review of the literature. *Journal of Adolescent Health*, 29, 4, 244–257.
[http://dx.doi.org/10.1016/S1054-139X\(01\)00239-7](http://dx.doi.org/10.1016/S1054-139X(01)00239-7)
- Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. *American Psychologist*, 45, 494-503.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences and control*. New York: McGraw-Hill.

Blizzard Entertainment. (2011). WORLD OF WARCRAFT® SUBSCRIBER BASE REACHES 12 MILLION WORLDWIDE.

<http://eu.blizzard.com/en-gb/company/press/pressreleases.html?id=2443926>

Boyle, E. A., Connolly, T. M., Hainey, T., Boyle, J. M. (2012). Engagement in digital entertainment games: A systematic review. *Computers in Human Behavior*, 28, 3, 771-780

<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.020>

Braun, C., Goupil, G., Giroux, J., Changnon, Y. (1986). Adolescents and microcomputers: Sex differences, proxemics, task and stimulus variables. *Journal of Psychology*, 120, 529–542.

Brockmyer, J., Fox, C. M., Curtiss, K. A., McBroom, E., Burkhart K. M., Pidruzny, J. M. (2009). The development of the Game Engagement Questionnaire: A measure of engagement in video game-playing. *Journal of Experimental Social Psychology* 45, 624–634.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2009.02.016>

Burkhardt-Freeman, C. (2009). Internet Gaming Addiction. *The Journal for Nurse Practitioners*, 4, 1, 42–47.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.nurpra.2007.10.006>

Carnagey, N. L., Anderson, C. A. & Bushman, B. D. (2007). The Effects of Video Game Violence on Physiological Desensitization to Real-Life Violence. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43/3, 489-496.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2006.05.003>

Chou, C., Tsai, M. J. (2007): Gender differences in Taiwan high school students computer game playing. *Computers in Human Behavior*, 23, 812–824.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2004.11.011>

Collins, E., Freeman, J., Chamarro-Premuzic, T. (2012). Personality traits associated with problematic and non-problematic massively multiplayer online role playing game use. *Personality and Individual Differences*, 52, 2, 133–138.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2011.09.015>

Colwell, J. (2007). Needs met through computer game play among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 43, 8, 2072–2082.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2007.06.021>

Csikszentmihályi M. (2004). *Flow-az áramlat*. Akadémiai Kiadó, Budapest

DetermiNáNs. Eszképizmus. <http://idealizmus.blogter.hu/407011/eszkepizmus>

Dill, K. E., Dill, J. C. (1998). Video game violence: A review of the empirical literature *Aggression and Violent Behavior*, 3, 4, 407–428.

[http://dx.doi.org/10.1016/S1359-1789\(97\)00001-3](http://dx.doi.org/10.1016/S1359-1789(97)00001-3)

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Dienes, E. & Simon, P. (1987). *A Harag és Düh Kifejezési Mód Skála tesztkönyve*. Munkalélektani Koordináló Tanács módszertani sorozata 15. számú kötet. Budapest: Munkaügyi Kutatóintézet

Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., Mowrer, O., Sears, R. R. (1939). *Frustration and aggression*. New Haven, CT: New York

Duckworth, A. L., Kern, M. L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures. *Journal of Research in Personality*, 45, 3, 259–268.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2011.02.004>

Entertainment Software Association (2008). Women Comprise 40% of US Gamers.

http://www.theesa.com/newsroom/release_detail.asp?releaseID=26

Fazio, R. H., Powell, M. C., Williams, C. J. (1989). The Role of Attitude Accessibility in the Attitude-to-Behavior Process. *Journal of Consumer Research*, 16, 3, 280-288.

Ferguson, C. J, Kilburn, J., (2009). The public health risks of media violence: a meta-analytic review. *The Journal of Pediatrics*, 154, 5, 759-63.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jpeds.2008.11.033>

- Ferguson, C. J., Kilburn, J. (2010). Much Ado About Nothing: The Misestimation and Overinterpretation of Violent Video Game Effects in Eastern and Western Nations: Comment on Anderson et al. (2010). *Psychological Bulletin*, 136/2, 174-178.
- Ferguson, C. J., Dyck, D. (in press). Paradigm change in aggression research: The time has come to retire the General Aggression Model, *Aggression and Violent Behavior*.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2012.02.007>
- Ferguson, C. J., Coulson, M., Barnett, J. (2011). A meta-analysis of pathological gaming prevalence and comorbidity with mental health, academic and social problems. *Journal of Psychiatric Research*. 45, 12, 1573–1578.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.09.005>
- Ferguson, C. J., Rueda, S. M., Cruz, A. M., Ferguson, D. E., Fritz, S., Smith, S. M. (2008). Violent Video Games and Aggression - Causal Relationship or Byproduct of Family Violence and Intrinsic Violence Motivation? *Criminal Justice and Behavior*, 35, 3, 311-332.
doi: [10.1177/0093854807311719](https://doi.org/10.1177/0093854807311719)
- Gamestar (2008). PC-s piac: Mekkora a tényleges forgalom?
<http://www.gamestar.hu/pc-s-piac-mekkora-a-tenyleges-forgalom.html>
- Gentile, D. A., Anderson, C. A., Yukawa, S., Ihori, N., Saleem, M., Ming, L. K. Shibuya, A., Liao, A. K., Khoo, A., Bushman, B. J., Huesman, L. R., & Sakamoto, A. (2009): The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence From Correlational, Longitudinal, and Experimental Studies. *Personal and Social Psychological Bulletin* 36/3, 752-763.
- Gentile, D. A. Lych, P. J. Linder, J. R., Walsh, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of Adolescence* 2, 5–22.
- Griffith, M. (1999). Violent videogames and aggression: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*, 4, 2, 203–212.

[http://dx.doi.org/10.1016/S1359-1789\(97\)00055-4](http://dx.doi.org/10.1016/S1359-1789(97)00055-4)

Jenett, C., Cox, A. L., Cairns, B., Dhoparee, S., Epps, A., Tijs, T., Walton, A. (2008). Measuring and defining the experience of immersion in games. *International Journal of Human-Computer Studies*, 66, 9, 641-661.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.ijhcs.2008.04.004>

Kestenbaum, G. I., & Weinstein, L. (1985). Personality, psychopathology, and developmental issues in male adolescent game use. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 24, 3, 329-337.

Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., Kim, S. J. (2008): The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, 23, 3, 212-218.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.eurpsy.2007.10.010>

Lavy, S., Littman-Ovadia, H. (2011). All you need is love? Strengths mediate the negative associations between attachment orientations and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 50, 7, 1050-1055.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.023>

Lee, D., LaRose, R. (2007). A socio-cognitive model of video game usage. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 51 (4), 632-650.

Lemens, J. S., Valkenburg, P. M. Peter J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27, 1, 144-152.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2010.07.015>

Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 482-509.

Liu, Y., Wang, Z-H., Li, Z-G (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personal and Individual Differences*, 52, 7, 833-838.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.017>

- Luthman, S., Bliesener, T., Staude-Müller, F. (2009). The Effect of Computer Gaming on Subsequent Time Perception. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 3, 1, article 1.
<http://cyberpsychology.eu/view.php?cisloclanku=2009061602&article=1>
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouvrøe, K. J., Hetland, J., Pallesen, S. (2011). Problematic Video Game Use: Estimated Prevalence and Associations with Mental and Physical Health. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 4, 10, 591-6.
- Miller, M. K., Summers, A. (2007): Gender Differences in Video Game Characters' Roles, Appearances, and Attire as Portrayed in Video Game Magazines. *Sex Roles*, 57, 733–742,
DOI: 10.1007/s11199-007-9307-0
- Mummendey, A. (1997). Az agresszív viselkedés. In Hewstone, M., Stroebe, W., Codol, J-P., Stephenson, G. M. (szerk.) *Szociálpszichológia – európai szemszögből* (pp. 288-312). Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
- Mummendey, A., Otten, S., (2007). Agresszív viselkedés. In Hewstone, M., Stroebe, W. (szerk.) *Szociálpszichológia – európai szemszögből* (pp. 281-305). Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Przybylski, A. K., Ryan, R. M., Rigby, C. S. (2009): The motivating role of violence in video games. *Personal and Social Psychological Bulletin*, 35, 2, 243-59.
- Ranschburg, J. (1996). *A nő és a férfi*. Budapest: Tankönyvkiadó.
- Rau, P. L., Peng, S. Y., Yang, C. C. (2006). Time distortion for expert and novice online game players. *Cyberpsychology & Behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 9/4, 396-403.
- Smith, E. R. & Mackie, D. M. (2004). *Szociálpszichológia*. Budapest: Osiris.
- Smyth, J. M. (2007): Beyond self-selection in video game play: an experimental examination of the consequences of massively multiplayer online role-playing game play. *Cyberpsychology & Behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 10/5, 717-721.

- Spielberger, C. D., Johnson, E. H., Crane R. J. Jacobs, G. A. & Worden T. J. (1985). The Experience and Expression on Anger: Construction and Validation of an Anger Expression Scale. In Chesney, M. A. Roseman (Eds.) *Anger and Hostility in Cardiovascular and Behavioral Disorders*. New York: Hemisphere/McGraw-Hill
- Uhlman, E., Swanson, J (2004). Exposure to violent videogames increases automatic aggressiveness. *Journal of Adolescence*, 27, 1, 41–52.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2003.10.004>
- U. S. Department of Health and Human Services (2002). *Child Welfare Outcomes 2002: Annual Report* [Appendix G].
<http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/pubs/cwo02/appendix/appendixG.htm>
- Valadez, J. J., Ferguson, C. J. (2012). Just a game after all: Violent videogame exposure and time spent playing effects on hostile feelings, depression, and visuospatial cognition. *Computers in Human Behavior*, 28, 2, 608–616.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2011.11.006>
- Wenzel, H. G., Bakken, I. J., Johansson, A., Götestam, K. G., Øren, A. (2009). Excessive computer game playing among Norwegian adults: self-reported consequences of playing and association with mental health problems. *Psychological Reports*, 105, 3/2, 1237-47.
- Wikipedia, the Free Encyclopedia. http://en.wikipedia.org/wiki/Main_Page
- Wirth, W., Hartman, T., Böcking, S., Vorderer, P., Klimt, C., Schramm, H., Saari, T., Laari, J., Ravaja, N., Gouveia, F. R., Biocca, F., Sacau, A., Jäncke, L., Baumgartner, T., Jäncke, P. (2007). A process model of the formation of spatial presence experiences. *Media Psychology*, 9, 3, 493-525.
- Yee, N. (2007). Motivations of Play in Online Games. *Journal of CyberPsychology and Behavior*, 9, 772-775.
<http://www.nickyee.com/pubs/Yee%20-%20Motivations%20%282007%29.pdf>

Melléklet

Kérdőív a számítógépes játékhasználati szokások vizsgálatához

Kérdőív Számítógépes játékokkal kapcsolatos szokásokról

Kedves Kitöltő!

Az alábbi kérdőívben a számítógépes játékokkal kapcsolatos szokásokat szeretném mérni, valamint azt, hogy milyen hatásai lehetnek. A kérdőív kitöltése önkéntes, így nem származik semmiféle hátrányod, ha nem szándékozol kitölteni. A kitöltése egyúttal névtelen is, az adatok statisztikai feldolgozásra kerülnek, és ezeket az adatokat kutatás céljából használom fel. Éppen ezért arra kérnélek, hogyha kitöltöd, válaszolj őszintén, hogy minél jobban mérni tudjam, az általam vizsgált jelenséget.

Segítségedet előre is köszönöm.

Barkó Mária

A kérdőív

Az első részben a számítógépezéssel kapcsolatos szokásodra lennék kíváncsi, valamint néhány demográfiai adatra, egyéb szokásra. Kérlek, karikázd be a rád leginkább jellemző állítás előtti számot. Van, ahol írnod kell, de ott külön jelzem.

1. Nem:

Férfi/fiú

Nő/lány

2. Hány éves vagy? (Itt azt az életkort kell kiírni számmal, amelyiket már betöltötted)

.....

3. Milyen iskolába jársz?

1- általános

2- középiskola

4. Véleményed szerint a te korosztályodban mi az az öt leggyakoribb dolog, amit iskolán kívül, a szabadidőben szoktak csinálni? Válaszaidat írd le a következő öt pontozott sorba.

.....

.....

.....

.....

.....

5. Most arra kérlek, hogy a fent megemlített tevékenységeket rangsorold aszerint, hogy véleményed alapján, melyikkel töltitek a legtöbb időt, és melyekkel kevesebbet.

.....

.....

.....

.....

.....

6. Ezek után arra kérlek, hogy írd le alább az 5 pontozott vonalra azt az öt tevékenységet, amivel iskolán kívül, a szabadidődben a legtöbb időt töltesz el. Amikor válaszolsz, igyekezz úgy válaszolni, hogy az első sorba az a tevékenység kerüljön, amivel a legtöbbet foglalkozol a szabadidőben, a többi helyre pedig azok kerüljenek, amivel egyre kevesebbet.

Ha lehet, azt is írd oda, hogy naponta körülbelül mennyi időt szánsz rájuk. Az sem baj, ha nem tudsz ötöt felsorolni, vagy nem tudod pontosan mennyit. Ha pedig több van ötnél, akkor az ötöt kell csak leírnod, amivel a legtöbb idődet töltöd.

.....

.....

.....

.....

.....

7. Van-e olyan számítógép vagy játékkonzol otthon, amin csak te játszhatsz?

1- van

2- nincs

8. Tervezed, hogy később esetleg továbbtanulsz?

1- igen

2- nem

9. Számítógépes játékkal töltött idő száma naponta:

1- kevesebb, mint 1 óra

2- 1-2 óra

3- 2-3 óra

4- 4-5 óra

5- több, mint 5 óra

10. Általában mennyire ragad magával az élmény, mikor játszol?

1- semennyire

2- egy kicsit gyorsabban telik az idő

3- nagyon hamar elszáll az idő

4- nem bírom abbahagyni

11. Milyen gyakran fordul veled elő, hogy valaki másnak kell szólnia, hogy abbahagyd a játékot?

- 1- szinte soha
- 2- néha
- 3- gyakran
- 4- majdnem mindig

12. Szerinted a szüleid mennyire vannak képen az általad játszott játékokkal?

- 1- Egyáltalán nem
- 2- Kissé
- 3- Egészen jól

13. Mennyire gyakran fordul veled elő, hogy szüleid azért nem engedik, hogy egy játékkal játszhasz, mert szerintük az túl agresszív?

- 1- (szinte) soha
- 2- néha
- 3- gyakran
- 4- (majdnem) mindig

14. Mennyire szólnak bele a szüleid, hogy mennyi időt tölthetsz számítógépes és/vagy videojátékokkal?

- 1- egyáltalán nem
- 2- néhányszor
- 3- elég gyakran
- 4- majdnem mindig

15. Mióta játszol számítógépes játékokkal?

- 1- ezen nőttem fel
- 2- úgy 5-6 éve
- 3- úgy 3-4 éve
- 4- úgy 1-2 éve

16. Mennyire gyakran játszol online játszható szerepjátékokkal, ún. MMORPG-kel (Lineage, World of Warcraft, Warhammer Online, Star Wars Galaxies, stb. amelyet csak internetkapcsolattal rendelkező gépről játszatsz)?

- 1- soha
- 2- néha
- 3- sokszor
- 4- nagyon gyakran

17. Amikor ilyen típusú (Online játszható MMORPG játékok, ld. előző kérdés) játékokkal játszol, mennyire ragad magával a játék?

- 1- semennyire
- 2- egy kicsit gyorsabban telik az idő
- 3- nagyon hamar elszáll az idő
- 4- nem bírom abbahagyni

18. Milyen gyakran fordul veled elő, hogy valaki másnak kell szólnia, hogy abbahagyd az ilyen játékot?

- 1- szinte soha
- 2- néha
- 3- gyakran
- 4- nagyon gyakran

19. Van-e kedvenc játékod? Ha van, melyik? Kérlek, írd le a pontozott vonalra

.....

20. Mennyire tartod agresszívnek az általad kedvelt játékot?

- 1- egyáltalán nem
- 2- kis mértékben
- 3- közepes mértékben
- 4- eléggé

21. Mennyire véres az általad kedvelt játék?

- 1- egyáltalán nem
- 2- kissé
- 3- közepes mértékben
- 4- eléggé

22. Mi a neve az általad leggyakrabban játszott játéknak, kérlek, írd le a pontozott vonalra

(Ha ez megegyezik a kedvenc játékkal, amit a 19. kérdésben írtál, akkor nyugodtan átugorhatod ezt a kérdést, valamint a 23. és 24. kérdést is)

.....

23. Mennyire tartod agresszívnek az általad gyakran játszott játékot?

- 1- egyáltalán nem
- 2- kis mértékben
- 3- közepes mértékben

4- eléggé

24. Mennyire véres az általad gyakran játszott játék?

- 1- egyáltalán nem
- 2- kissé
- 3- közepes mértékben
- 4- eléggé

25. Mennyi időt játszol vele körülbelül egy héten? A zárójelben megtalálod, hogy ez naponta körülbelül mennyi időt jelenthet.

- 1- kevesebb, mint 7 órát
- 2- úgy 7-15 órát (kb. 1-2 órát naponta)
- 3- 15- 25 órát (kb. 2-3 órát naponta)
- 4- 25- 30 órát (kb. 3-4 órát naponta)
- 5- 30- 40 órát (kb. 4-6 órát naponta)
- 6- 40 óra fölött

26. Általában hogyan szoktál vele játszani?

- A, egymagam
- B, barátokkal, haverokkal (pl. LAN parti keretében)
- C, Internetkapcsolat, kliens kell hozzá és bárkivel, akinek van ilyen játéka

27. Milyen gyakran leszel dühös vagy mérges valaki vagy valami miatt, mondjuk egy átlagosnak mondható héten?

- 1- szinte soha
- 2- nem túl gyakran
- 3- gyakran
- 4- nagyon gyakran
- 5- majdnem mindig

28. Milyen gyakran böszítenek fel a veled törtétek egy átlagosnak mondható napon?

- 1- szinte soha
- 2- nem túl gyakran
- 3- gyakran
- 4- nagyon gyakran
- 5- majdnem mindig

29. Szerinted mások mennyire tartanak téged agresszívnak?

- 1- egyáltalán nem
- 2- kissé
- 3- közepes mértékben
- 4- eléggé

30. Az alábbiakban arra lennék kíváncsi, hogy gyermekkorodban, úgy 8 éves korodig mennyire voltak rád jellemzőek következő állítások.

Kérlek, az alábbi skála figyelembe vételével jelöld be, hogy mennyire tartod magadra jellemzőnek az állításokat.

- 1- Egyáltalán nem volt jellemző rám
- 2- Kis mértékben jellemző volt rám
- 3- Közepes mértékben jellemző volt rám
- 4- Viszonylag nagy mértékben jellemző volt rám
- 5- Teljes mértékben jellemző volt rám

- | | |
|---|---------------------------|
| 1. Szelíd, csendes gyermek voltam az oviban. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 2. Kicsi koromban gyakran tettem otthon rossz fát a tűzre. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 3. Gyerekként mindig is egy rosszcsond voltam. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 4. Alsós koromban folyton verekedtem osztálytársaimmal. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 5. Én egy angyal voltam alsóban. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 6. Mindenkit elpáholtam alsóban, akit csak lehetett. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 7. Gyakran előfordult, hogy felbosszantottam a tanárait. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 8. Sokszor büntettek meg a tanárok, mert nem viselkedtem jól. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 9. Tanításon kívül a barátaimmal/haverjaimmal sokszor
balhéztunk a városban/faluban. | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 10. Nem nagyon kerültem balhékba | 1-----2-----3-----4-----5 |
| 11. Szüleimnek gyakran kellett fegyelmeznük | 1-----2-----3-----4-----5 |

31. Az következőkben öt állítást olvashatsz, amikkel vagy egyetértesz vagy nem. Egy 1-től 7-ig terjedő skála segítségével, amit alább olvashatsz, kérlek, jelöld be, hogy mennyire értesz egyet ezzel az öt állítással. Ezek az állítások azzal kapcsolatosak, hogy mennyire vagy elégedett a jelenlegi életeddél általában. Mikor ezekre az állításokra válaszolsz, arra kérlek, hogy válaszolj őszintén.

- 7- Teljes mértékben egyet értek
- 6- Egyetértek
- 5- Némiképp egyetértek
- 4- Semleges
- 3- Nem igazán értek vele egyet
- 2- Nem értek vele egyet
- 1- Egyáltalán nem értek vele egyet

Ahogy élek, az közel áll ahhoz, ahogy szeretném/elképzeltem.	1—2—3—4—5—6—7
Nagyon jó körülmények között élek.	1—2—3—4—5—6—7
Elégedett vagyok az életemmel.	1—2—3—4—5—6—7
Ez idáig mindent megkaptam az élettől, amit szerettem volna.	1—2—3—4—5—6—7
Ha még egyszer újraélném az életemet, akkor semmit sem változtatnék rajta.	1—2—3—4—5—6—7

32. Az alábbiakban egy sor olyan állítást találsz, amelyeket az emberek önmaguk jellemzésére szoktak használni, amikor bosszúsak vagy dühösek. Olvasd el az egyes állításokat, majd jelezd, hogy milyen gyakran érzel vagy teszel a leírt módon. Nincsenek helyes vagy helytelen válaszok. Ne időzz túlságosan sokáig egyik állításnál sem. Az egyes tételeknél jelezd, (beikszelés), hogy megítélésed szerint mennyire fejezi ki legpontosabban, hogy általában hogyan érzel vagy teszel, amikor bosszús vagy dühös vagy.

	AMIKOR BOSSZÚS VAGY DÜHÖS VAGYOK	Szinte soha	Néha	Gyakran	Majdnem mindig
1	Uralkodok magamon				
2	Kimutatom haragom				
3	Haragomat magamban tartom				
4	Olyasmivel fenyegetőzőm, amit valójában nem gondolok komolyan				
5	Duzzogok vagy felhúzó az orrom				
6	Magamba zárkózom				
7	Maró megjegyzéseket teszek másokra				
8	Megőrzöm hidegvéremet				
9	Ajtót csapkodok és hasonlókat teszek				
10	Forr bennem az indulat, de nem mutatom				
11	Veszekszek másokkal				
12	Mérgelődök magamban, de senkinek sem beszélek róla				
13	Ha bárki felbosszant, én nekirontok				
14	Nagyon kritikusán nézek másokat				
15	Dühösebb vagyok, mint amennyit hajlandó				

	vagyok bevallani				
16	Gyorsabban lecsillapodom, mint a legtöbb ember				
17	Csúnyákat mondok				
18	Jóval ingerültebb vagyok, mint ahogyan az emberek gondolják				
19	Kijövök a sodromból				
20	Ha valaki felbosszant, kész vagyok tudtára adni, hogy mit érzek				

33. Az alábbiakban különböző állításokat olvashatsz, melyek vagy jellemzőek rád, vagy nem. Kérlek, az alábbi skála figyelembe vételével jelöld be, hogy mennyire tartod magadra jellemzőnek az állításokat.

- 1- Egyáltalán nem jellemző rám
- 2- Kis mértékben jellemző rám
- 3- Közepes mértékben jellemző rám
- 4- Viszonylag nagy mértékben jellemző rám
- 5- Teljes mértékben jellemző rám

1. Az okozza számomra a legnagyobb örömet, amikor segíthetek valakinek.

1-----2-----3-----4-----5

2. Nem szoktam másoknak segíteni.

1-----2-----3-----4-----5

3. Szoktam segíteni azoknak, akiknek tényleg szüksége van rá.

1-----2-----3-----4-----5

4. Ha arra kérnek, hogy segítsek, gondolkodás nélkül segítek.

1-----2-----3-----4-----5

5. Szoktam segíteni azoknak, akik csúnyán megsérülnek.

1-----2-----3-----4-----5

6. Különösen akkor szoktam segíteni a másoknak, ha az érzelmileg lehangolt.

1-----2-----3-----4-----5

7. Vészhelyzet esetén könnyen segítek másokon.

1-----2-----3-----4-----5

8. Érzelmileg megindító helyzetek arra készítetnek, hogy segítsek másokon.

1-----2-----3-----4-----5

9. Gyakran segítek másoknak, ha megkérnek rá

1-----2-----3-----4-----5

10. Ott segítek másoknak, ahol azt érzem, hogy a leginkább tudok

1-----2-----3-----4-----5

Köszönöm az együttműködésedet és segítségedet. További kellemes napot kívánok. Ha esetleg kíváncsi lennél a vizsgálatom eredményére vagy észrevételedet szeretnéd megosztani ezzel kapcsolatban, akkor azt az alábbi e-mail címen teheted meg:

barkomaria@gmail.com