

Mellékletek

1. melléklet. A demográfiai adatlap és a résztvevők internethasználati szokásaira vonatkozó kérdéssor

DEMOGRÁFIAI ADATLAP

Nemed: nő férfi

Életkorod: év

Hányadik évfolyamot végzed?

Milyen volt a tanulmányi eredményed előző év végén? (pl. 4,1)

Lakhelyed:

1. Főváros
2. Megyeszékhely, vagy megyei jogú város
3. Város
4. Falu, község

Édesanyád iskolai végzettsége:

1. 8 általános, szakmunkásképző, befejezetlen középiskola
2. Befejezett középiskola (Befejezetlen felsőfokú tanintézet)
3. Befejezett főiskola, felsőfokú tanintézet
4. Befejezett egyetem
5. Nem tudja/Nem kíván válaszolni

Édesapád iskolai végzettsége:

1. 8 általános, szakmunkásképző, befejezetlen középiskola
2. Befejezett középiskola (Befejezetlen felsőfokú tanintézet)
3. Befejezett főiskola, felsőfokú tanintézet
4. Befejezett egyetem
5. Nem tudja/Nem kíván válaszolni

EGY ÁTLAGOS NAPON hány órát használsz az INTERNETET TANULÁS céljából, minden online tevékenységet és eszközt figyelembe véve pl. számítógép, okostelefon, tablet?

0 – soha nem szoktam internetezni	5 – 5-6 órát
1 – az elmúlt 30 napban nem interneteztem	6 – 7-8 órát
2 – kevesebb mint 1 órát	7 – több mint 8 órát
3 – 1-2 órát	9 – nem tudja
4 – 3-4 órát	x – vh

a. Hétköznapokon (hétfő-péntek): _____

b. Hétvégi napokon (szombat-vasárnap): _____

EGY ÁTLAGOS NAPON hány órát használsz az INTERNETET (NEM tanulás céljából, minden online tevékenységet és eszközt figyelembe véve pl. számítógép, okostelefon, tablet)?

0 – soha nem szoktam internetezni	5 – 5-6 órát
1 – az elmúlt 30 napban nem interneteztem	6 – 7-8 órát
2 – kevesebb mint 1 órát	7 – több mint 8 órát
3 – 1-2 órát	9 – nem tudja
4 – 3-4 órát	x – vh

a. Hétköznapokon (hétfő-péntek): _____

b. Hétvégi napokon (szombat-vasárnap): _____

Mennyi időt töltesz az alábbi tevékenységekkel (nem munkavégzés céljából, minden eszközt figyelembe véve, pl. számítógép, okostelefon, table) EGY ÁTLAGOS hétköznapon, illetve hétvégén?

0 – semennyit	4 – 2 órát
1 – kevesebb mint fél órát	5 – 3 órát
2 – fél órát	6 – 4 órát vagy többet
3 – 1 órát	

	Hét köz nap	Hét vég én
Böngészés (pl. információk, hírek, blogok olvasása, fórumok követése)		
Közösségi oldalak használata, chatelés (pl. Facebook, Twitter, Messenger, WhatsApp, Viber, FaceTime, Skype)		
Videojáték számítógépen, konzolon, telefonon, vagy más eszközön		
Online vásárlás, nézelődés		
E-mailezés		
Egyéb		

2. melléklet. Az empátikus készséget mérő Overgaauw és munkatársai (2017) által kifejlesztett
EmQue-CA magyar változata

Mennyire igazak Rád az alábbi állítások?

1=nem igaz rám; 2=valamennyire igaz rám; 3=teljes mértékben igaz rám

1. Ha édesanyám boldog, én is boldognak érzem magam.	1	2	3
2. Gyakran szomorúnak érzem magam, amikor egy szomorú filmet nézek.	1	2	3
3. Amikor egy barátom zaklatott, én is zaklatottnak érzem magam.	1	2	3
4. Amikor egy barátom sír, én is sírok.	1	2	3
5. Amikor valaki a családomból szomorú, nagyon rosszul érzem magam.	1	2	3
6. Szörnyen érzem magam, amikor két ember vitatkozik.	1	2	3
7. Amikor egy barátom mérges, jellemzően tudom, hogy miért.	1	2	3
8. Amikor egy barátom szomorú, többnyire megértem, miért.	1	2	3
9. Amikor egy barátom sír, gyakran megértem, mi történt.	1	2	3
10. Amikor egy barátom szomorú, szeretem megvigasztalni.	1	2	3
11. Szeretnék segíteni, amikor egy barátom mérges lesz.	1	2	3
12. Amikor egy barátomnak vitája van valakivel, próbálok segíteni.	1	2	3
13. Azt szeretném, hogy mindenki érezze jól magát.	1	2	3
14. Amikor egy barátom szomorú, tenni akarok azért, hogy jobban érezze magát.	1	2	3

Affektív empátia: 1,2,3,4,5,6

Kognitív empátia: 7,8,9

Komfort-igény: 10,11,12,13,14

3. melléklet. Az érzelmszabályozás adaptivitásának feltárására használt Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form (DERS-SF)

Kérlek, jelöld be, hogy az alábbi állítások milyen gyakran igazak Rád!

1. szinte soha (az esetek 0-10%-ában)
2. néha (az esetek 11-35%-ában)
3. kb. az esetek felében (az esetek 36-65%-ában)
4. legtöbbször (az esetek 66-90%-ában)
5. szinte mindig (az esetek 91-100%-ában)

	1	2	3	4	5
1. Odafigyelek arra, amit érzek.					
2. Fogalmam sincs arról, hogyan érzek					
3. Nehezen tudok értelmet tulajdonítani az érzéseimnek.					
4. Törődöm azzal, hogy mit érzek.					
5. Össze vagyok zavarodva az érzéseimmel kapcsolatban.					
6. Amikor zaklatott vagyok, tudomásul veszem az érzéseimet.					
7. Amikor zaklatott vagyok, akkor kínosan érzem magam emiatt.					
8. Amikor zaklatott vagyok, nem tudom végezni a munkám.					
9. Amikor zaklatott vagyok, elveszítem az önuralmam.					
10. Amikor valami felzaklat, azt gondolom, hogy a végén nagyon lehangolt leszek.					
11. Amikor valami felzaklat, nehezen tudok másra összpontosítani.					
12. Amikor felzaklat valami, lelkiismeret furdalásom van emiatt.					
13. Amikor zaklatott vagyok, nehezen tudok koncentrálni.					
14. Amikor zaklatott vagyok, nehezen tudok uralkodni magamon.					
15. Amikor zaklatott vagyok, azt gondolom, hogy semmit sem tehetek azért, hogy jobban érezzem magam.					
16. Amikor zaklatott vagyok, bosszankodom, hogy így érzek.					
17. Amikor zaklatott vagyok, elveszítem az irányításomat a viselkedésem felett.					
18. Ha felzaklat valami, hosszú ideig tart, míg újra jól érzem magam.					

Nem-elfogadás: 6,7,12

Célok: 8,11,13

Impulzus: 9,14,17

Stratégiák: 10,15,18

Tudatosság: 1,4,6

Tisztaság: 2,3,5

4. melléklet. A személyes normák feltárására használt Wright és Li (2013) féle kérdőív (a forgatókönyv Macháckova és Pfetch, 2016 munkássága alapján készült)

Képzeld el, hogy nagyon mérges vagy egy osztálytársadra, mert csúnyán és tisztességtelenül bánt veled ma reggel. Az összes osztálytársad szeme láttára csinált hülyét belőled. Véletlenül összetalálkoztatok a délután folyamán, ahol viszont már csak ti ketten vagytok. Azonnal heves vitába kerültök, amikor is újra kikezdd veled. Ebben a helyzetben mennyire tartod elfogadhatónak az alábbi viselkedéseket?

Ebben a helyzetben szerintem rendben van, ha ...

	1	2	3	4	5
1....pletykálkodni kezdek róla az interneten.					
2....álhíreket terjesztek róla a közösségi médiában.					
3....bántó üzeneteket küldök neki e/mailben/privát üzenetben.					
4....gúnyos szöveget osztok meg róla a közösségi médiában vagy csoportos chatben.					
5....piszkálni kezdem e-mailben vagy szöveges üzenet formájában.					
6....sértegetni kezdem a közösségi médiában nyilvánosan vagy sok felhasználó szeme láttára.					

Kapcsolati cyberagresszióra vonatkozó normatív meggyőződések: 1,2

Verbális cyberagresszióra vonatkozó normatív meggyőződések: 3,4,5,6

5. melléklet. A társas normák operacionalizálására készült „Skala vršnjačkih normi (Dinić és mtsai, 2021) magyar változata

Mennyire mindennaposak a közösségi médiában a következőkben leírt szituációk az osztálytársaid körében?

1=egyáltalán nem gyakori, nem szokott ilyen történni

5=nagyon gyakori, szokott ilyen történni

	1	2	3	4	5
1. Néhány osztálytársadról gúnyolódó posztot osztanak meg nyilvánosan, a közösségi médiában.					
2. E-maileket/privát üzeneteket küldenek, amikben kigúnyolják néhány osztálytársadat.					
3. Gúnyolódó fotókat/videókat posztolnak az osztálytársaidról a közösségi médiában zárt csoportban vagy csoportos chat-ben.					
4. Gúnyolódó fotókat/videókat posztolnak az osztálytársaidról a közösségi médiában nyilvánosan vagy nagyon sok felhasználó szeme láttára.					
5. Gúnyos fotókat/videókat továbbítanak néhány osztálytársadról.					

A digitális erőszak osztálytermi deskriptív normája: 1,2,3,4,5

6. melléklet. A szemlélő reakció felmérésére használt, Macháckova és munkatársai (2013, 2016) által kidolgozott kérdőív és szerkezete

Kérlek idézz fel olyan alkalmat, amikor azt tapasztaltad, hogy valakit piszkálnak, kigúnyolnak, bántanak az interneten (pl. közösségi média oldalakon, chatszobában, e-mailen keresztül, de bárhol, ami csak eszedbe jut). Gondolj arra az esetre, melyet Te a legsúlyosabbnak ítélsz meg, majd annak tükrében válaszolj az alábbi kérdésekre. Mit tettél? Hogyan reagáltál?

1. Megpróbáltam megvigasztalni az áldozatot.	Igen	Nem
2. Nem foglalkoztam vele.	Igen	Nem
3. Átkattintottam pl. egy másik weboldalt	Igen	Nem
4. Tudattam az áldozattal, hogy sajnálom a történeteket.	Igen	Nem
5. Azt mondtam neki, hogy ne törődjön vele.	Igen	Nem
6. Azt mondtam neki, hogy akárki is csinálja ezt, nem éri meg idegeskedni miatta.	Igen	Nem
7. Megpróbáltam lefoglalni az áldozatot, hogy ne kelljen a történeteken gondolkodnia.	Igen	Nem
8. Azt ajánlottam, hogy mondja el valakinek, aki segíteni tudna.	Igen	Nem
9. Gyakorlati tanácsot adtam az áldozatnak, hogy hogyan vessen véget ennek.	Igen	Nem
10. Egyszerűen csak néztem, de nem csináltam semmit.	Igen	Nem

Passzív reakció: 2,3,10

Szupportív reakció: 1,4,5,6,7,8,9

