

Keresztes Noémi

Szegedi Tudományegyetem, JGYPK, Testnevelési és Sporttudományi Intézet*
tari@jgypk.u-szeged.hu

AKTÍV ÉS INAKTÍV EGYETEMISTÁK TÁRSAS HÁLÓZATAI

Social Networks of Physically Active and Inactive University Students

Društvene mreže aktivnih i neaktivnih studenata

Az internethasználat terjedésével párhuzamosan egyre többet hallunk ennek lehetséges társadalmi hatásairól. E tekintetben az egyik leglényegesebb kérdés az, hogy az internethasználat milyen hatást gyakorol a közösségekre és a társas kapcsolatokra.

Jelen kutatásom célja az volt, hogy 1) megismerjem a Szegedi Tudományegyetemen tanuló hallgatók internethasználatának, virtuális, valamint valós társas hálózatának jellemzőit, 2) illetve megvizsgáljam, hogy a sportolói státus (aktív és inaktív egyetemisták) milyen kapcsolatban áll ezekkel a szokásokkal.

Kutatásom 18–31 éves szegedi egyetemisták körében ($M = 21,05$ év; $S. D. = 2,38$; 53,1 %-a fiú, 46,9%-a lány; $N = 515$) valósult meg. A kérdőív itemei számos témakört vizsgáltak, jelen tanulmányomban azonban csak a sportolási szokások, az internethasználat és a társas hálózatok kerültek feldolgozásra.

Elemzéseim során azt tapasztaltam, hogy a válaszadók többsége nem éri el a kívánatos aktivitási szintet. Megállapítottam azt is, hogy a megkérdezettek 39,9%-a 6–10 emberrel kommunikál rendszeresen chat, e-mail vagy skype segítségével, és a különböző internetes felületek segítségével a válaszadók 57,8%-a 5 vagy annál kevesebb „új” baráttra tett szert. A fiatalok 64%-a 5 vagy annál kevesebb személlyel találkozik személyesen is. Internethasználati szokásaikat tekintve kiderült, hogy többségük naponta egyszer nézi meg e-mail üzeneteit, és átlagosan a legtöbb időt böngészésre, illetve közösségi oldalak látogatására fordítják. A családjukkal és barátaikkal való kapcsolattartásban a telefonos kapcsolattartás a leggyakoribb, ezt követi a személyes találkozás és a levelezés. A sportoló státus szerinti elemzés során azt tapasztaltam, hogy szignifikáns különbség csak abban mutatkozott, hogy a rendszeresen aktív fiatalok kevesebb időt fordítanak e-mailes üzeneteik megtekintésére, szignifikánsan többször találkoznak személyesen családtagjaikkal és barátaikkal, valamint kevesebb időt fordítanak online „multiplayer” játékokra.

* Ez a kutatás a TÁMOP 4.2.4.A/2-11-1-2012-0001 Nemzeti Kiválóság Program című kiemelt projekt keretében zajló kutatás és a projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

„Egyetemista fiatalok szociális képzeata a szabadidős fizikai aktivitásról és a társas hatások” (A2-MZPD-12-0294).

Röviden elmondhatjuk, hogy a fizikailag aktív életet élő egyetemista hallgatók körülbelül ugyanannyi időt töltenek képernyő előtti passzív tevékenységekkel (kivétel az e-mail és a multiplayer játékok), mint inaktív társaik, viszont rájuk az intenzívebb és gyakoribb személyes kapcsolattartás jellemzőbb, így a virtuális kapcsolatok és hálózatok inkább a kapcsolattartás kiegészítő módját jelentik.

Kulcsszavak: egyetemista hallgatók, sport, internethasználati szokások, társas hálózatok, társas kapcsolatok

BEVEZETÉS

Az internethasználat terjedésével párhuzamosan egyre többet hallunk ennek lehetséges társadalmi hatásairól. Kezdetben még csak találgatni lehetett arról, hogy az infokommunikációs eszközök segítenek-e a kapcsolattartásban, a távolság leküzdésében vagy éppen a magányosságot, individualizációt növelik. Manapság azonban egyre több empirikus adat áll rendelkezésünkre, hiszen egyre több kutatás születik ebben a témakörben (CSÜLLÖG 2013).

Az internethasználattal kapcsolatosan az egyik leglényegesebb kérdés az, hogy az internethasználat milyen hatást gyakorol a közösségekre és a társas kapcsolatokra. A különböző nézetek a negatív és a pozitív hatásokat emelik ki. A negatív hatások között hangsúlyozzák, hogy a személyes jelenlét fölöslegessé válik, a közösségi élet gyengül, és addikciók kialakulásához vezethet. A pozitív hatása, hogy eltünteti a szociodemográfiai jellemzők meghatározó szerepét, és felszabadítja a közösségeket a földrajzi kényszer alól (DEMETROVICS–KORONCZAI 2010; MCKENNA ÉS M TSAI 2002; PUTNAM 2000). Egy harmadik nézőpont pedig azt hangsúlyozza, hogy az internethasználat a meglévő kapcsolat fenntartásában játszik szerepet. Ebben az értelemben az internethasználat nem helyettesíti, hanem kiegészíti a kapcsolattartás különböző módjait (HOGAN–WELLMAN 2011). Ez a gondolat különösen aktuális napjainkban, hiszen a közösségi oldalak rendkívüli népszerűségét tapasztalhatjuk.

A kutatások között több olyan is szerepel, mely az internethasználatot mint szabadidős tevékenységformát vizsgálja. NIE ÉS M TSAI (2002) azt tapasztalták, hogy az internetezők szignifikánsan kevesebb időt töltenek családjukkal és barátaikkal. Hazai kutatási eredmények pedig arra mutattak rá, hogy az internetezők kevesebb időt töltenek rádiózással, tévénézéssel, sporttal és a családjukkal, viszont szignifikánsan több időt a barátaikkal, telefonálással, olvasással, és több időt töltenek közösségi eseményeken is, mint a nem internetező társaik (LENGYEL–LŐRINCZ 2006).

Egy tanulók körében végzett vizsgálat szerint a magyar diákok, összehasonlítva őket szomszédos országaink diákjaival, szignifikánsan több időt töltenek internetezéssel. A regionális adatokat figyelembe véve, a diákok 50–60%-a

két óránál több időt tölt internetezéssel szabad idejében, és a magyar diákok körében az iskolai internethasználat is szignifikánsan gyakoribb, ami azonban a digitális szövegértésükben nem tükröződik (CSÜLLÖG–MOLNÁR–LANNERT 2014).

A HBSC-kutatás sorozat felmérései is hasonló képet mutatnak. A kutatási eredmények szerint a megkérdezett iskolás korú fiatalok amellet, hogy fizikailag inaktívnak tekinthetők, körükben a passzív szabadidős tevékenységformák gyakorisága is igen magas. Hétköznapiakon a fiatalok több mint fele legalább két órát néz tévét vagy DVD-t, ez az arány hétvégére 82,7%-ra nő. A kutatásban nem túl markáns nemi különbségeket tapasztaltak, például a játékcélú számítógép-használat a lányok körében enyhén alacsonyabbnak bizonyult (HALMAI–NÉMETH 2011).

A Magyar Ifjúság 2012-es felmérése szerint a passzív szabadidős tevékenységek struktúrájában szignifikáns változásokat tapasztalhatunk az utóbbi években, mely szerint a tévé uralkodó szerepében csökkenést, míg a számítógép- és az internethasználatban, valamint a „semmittevéssel” töltött szabad időben növekedést tapasztalhatunk (SZÉKELY 2013).

A szabadidős tevékenységek sorában a passzív tevékenységek mellett azonban a sportnak számos jótékony hatása ismert. A fizikai és mentális hatásokon kívül (PIKÓ–BARABÁS–MARKOS 1996) számos tanulmány hívja fel a figyelmet jótékony pszichoszociális hatásaira is. A rendszeres sport fejleszti az önbizalmat, elősegíti a pozitív gondolkodás kialakulását (BAKER–LITTLE–BROWNELL 2003). A rendszeres fizikai aktivitást végző fiatalok sokkal fontosabbnak tartják a belső (posztmateriális) értékeket inaktív társaiknál, így a családot, a barátságot, a lelki békét, a becsületességet és az egészséget, és ezek a sportoló fiatalok szabad idejüket is hasznosabban szervezik meg, töltik el, mint azok, akik nem végeznek fizikai aktivitást (PLUHÁR–KERESZTES–PIKÓ 2003). Egészség-magatartásuk is kedvezőbb, gyakrabban fogyasztanak gyümölcsöt, kevesebb időt töltenek tévénézéssel, passzív tevékenységekkel és kedvezőbb jövőperspektívával rendelkeznek, mint inaktív társaik (ASZMANN 2000, PATE ÉS MTSAI 1996). Társas kapcsolataikat tekintve barátaikkal könnyebben beszélnek meg problémáikat, és barátságot is könnyebben alakítanak ki (ASZMANN 1997; PAGE ÉS MTSAI 2005; KERESZTES–SZILÁGYI–HORVÁTH in press).

A korábbi szakirodalmak tükrében jelen kutatásom célja az volt tehát, hogy 1) megismerjem a Szegedi Tudományegyetemen tanuló hallgatók internethasználatának, virtuális, valamint valós társas hálózatának jellemzőit, 2) illetve megvizsgáljam, hogy a sportolói státus (aktív és inaktív egyetemisták) milyen kapcsolatban áll ezekkel a szokásokkal.

MINTA ÉS MÓDSZER

Jelen kutatásom az Egyetemista fiatalok szociális képzete a szabadidős fizikai aktivitásról és a társas hatások (A2-MZPD-12-0294) elnevezésű Magyar Zoltán posztdoktori ösztöndíjas kutatásom része. Ez a kutatás, a TÁMOP 4.2.4.A/2-11-1-2012-0001 Nemzeti Kiválóság Program című kiemelt projekt keretében zajló kutatás és a projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

Az adatgyűjtés 2013 októberében kezdődött, és 2014 márciusában fejeződött be. Önkitöltéses kérdőíves módszerrel kérdeztem meg az SZTE-n tanuló magyar és külföldi diákokat. Az adatgyűjtésben tutorált hallgatóim is aktívan részt vettek, akiket a kutatáshoz kapcsolódó szemináriumokon készítettem föl. A kérdőívek lekérdezésére egyetemi tanórák keretében került sor. Kitöltés előtt a kutatás célját, témaköreit és kérdéseit ismertettük. A kérdőív kitöltése kb. 40–45 percet vett igénybe. Az adatgyűjtés során 500 magyar kérdőívet küldtünk ki, amelyből 386 db érkezett vissza. Az adatmennyiség növelése érdekében elkészítettük a kérdőív online változatát is, melynek során még további 35 db kérdőívet kaptunk vissza. Így a magyar kérdőívek esetén a válaszadási arány 84.2% lett. A külföldi hallgatók elérésekor nehézségekbe ütköztünk. Végül az egyetemen és a karon dolgozó oktatók segítségével 150 db kérdőívet sikerült szétosztanunk a Szegedi Tudományegyetemen tanuló külföldi diákoknak különböző egyetemi kurzusokon. Ebből 89 db érkezett vissza, illetve további 5 db on-line változat is. Így a külföldi minta esetében a válaszadási arány 62.66% volt. A teljes mintát tekintve tehát elmondhatjuk, hogy a 650 db kiküldött kérdőív-ből 515 db-ot kaptunk vissza, a válaszadási arány 79.23% volt. A válaszadók 53.1%-a fiú, 46.9%-a lány volt, az átlagéletkor pedig 21.05 év (S. D. = 2.38, életkor: 18–31 év).

A kérdőív itemei a szociodemográfiai változókon túl vizsgálták a megkérdezettek sportolási szokásait, a társas környezet sportolási szokását, a sportmotivációt, a sportolásról alkotott szociális képzeteket, a tervezett cselekvés elméletének, a prototípus/hajlandóság modell elemeit, a versengő, a valakihez való tartozás igényét, a társas összehasonlítást, a megkérdezettek társas kapcsolati hálóját és társas támogatását is. Jelen tanulmányomban azonban csak a sportolási szokások, internethasználat és a társas hálózatok kerültek feldolgozásra.

A sportolási gyakoriságot az elmúlt 3 hónapra vonatkoztatva mértem. A válasz kategóriák a következők voltak: (1) soha; (2) egyszer-kétszer; (3) havonta kétszer-háromszor; (4) hetente egyszer-kétszer; (5) hetente három vagy több alkalommal (PIKÓ–KERESZTES 2007).

A „virtuális és valós” társas kapcsolati hálót több kérdéssel vizsgáltam. Először arra voltam kíváncsi, hogy a megkérdezettek hány emberrel kommunikálnak rendszeresen az interneten e-mail, chat vagy skype segítségével. A válaszlehetőségek a következők voltak: (1) <5 fő; (2) 6–10 fő; (3) 11–15 fő; (4) 16–20 fő; (5) 21–25 fő; (6) 26–30 fő; (7) 30 fő< (EGGER–RAUTERBERG 1996; IVANOVA 2013).

Ezt követően rákérdeztem arra is, hogy hány új barátot szereztek az interneten. Az előző kérdéshez hasonlóan itt is egy Likert-skála segítségével adhattak választ a megkérdezettek: (1) <5 fő; (2) 6–10 fő; (3) 11–15 fő; (4) 16–20 fő; (5) 21–25 fő; (6) 26–30 fő; (7) 31–35 fő; (8) 36–40 fő; (9) 41–45 fő; (10) 46–50 fő; (11) 50 fő< (EGGER–RAUTERBERG 1996; IVANOVA 2013).

Majd azt vizsgáltam, hogy a megkérdezettek hány személlyel találkoznak rendszeresen személyesen is. A válaszlehetőségek itt is a következők voltak: (1) <5 fő; (2) 6–10 fő; (3) 11–15 fő; (4) 16–20 fő; (5) 21–25 fő; (6) 26–30 fő; (7) 30 fő< (EGGER–RAUTERBERG 1996; IVANOVA 2013).

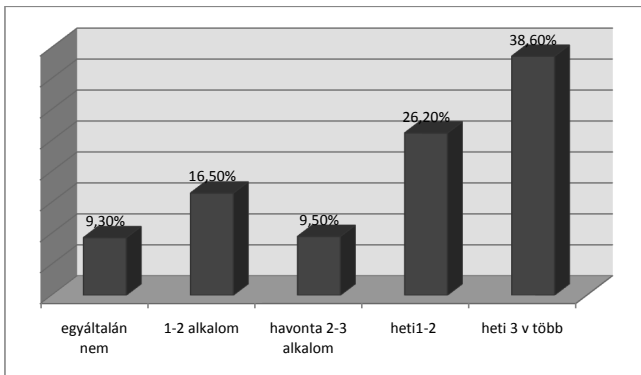
Végül megkérdeztem, hogy milyen gyakran nézik az e-mailjeiket, és mennyi időt töltenek a különböző internetszolgáltatásokkal. Az első kérdés esetében a válaszadók a következő lehetőségek közül választhattak: (1) soha; (2) ritkán; (3) hetente néhány alkalommal; (4) naponta; (5) naponta 2–5 alkalommal; (6) több mint ötször naponta, (7) majdnem mindig „online” vagyok. A második kérdés esetén a felsorolt internetes szolgáltatások a következők voltak: szörfölés/keresgélés; e-mail; csoportok/fórumok; chat/közösségi hálózatok; multiplayer játékok, egyéb. Ezen szolgáltatások esetén kellett megjelölni, hogy az adott típusra hetente pontosan hány órát fordít a megkérdezett (EGGER–RAUTERBERG 1996; IVANOVA 2013).

Végül megkérdeztem azt is, hogy a válaszadók milyen gyakran találkoznak családtagjaikkal, rokonaikkal, barátaikkal, és hogyan tartják velük a kapcsolatot. A feltett kérdések a következők voltak: „Milyen gyakran találkozol személyesen a rokonaiddal, családtagjaiddal?”, „Milyen gyakran telefonálsz rokonaidnak, családtagjaidnak?”, „Milyen gyakran írsz levelet a rokonaidnak, családtagjaidnak?”, „Milyen gyakran találkozol személyesen a barátaiddal?”, „Milyen gyakran telefonálsz a barátaidnak?”, „Milyen gyakran írsz levelet a barátaidnak?”, „Milyen gyakran beszélsz a szomszédokkal?” A válaszkategóriák minden esetben a következők voltak: 1 = soha, 2 = kevesebb mint havonta egyszer, 3 = egyszer-kétszer havonta, 4 = hetente egyszer vagy többször, 5 = majdnem mindennap (YU ÉS MTSAI 2011).

A statisztikai elemzést SPSS for MS Windows 17.0 programcsomag segítségével végeztem. A kutatási célokhoz megfelelően az adatelemzéshez a gyakorisági eloszláson túl keresztátlás elemzést és varianciaanalízist végeztem.

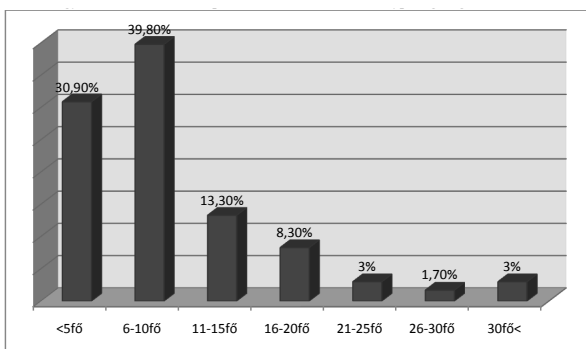
EREDMÉNYEK

Elsőként a sportolási gyakoriságot elemeztem, és azt tapasztaltam, hogy a válaszadók 38.6%-a sportolt rendszeresen, heti 3 vagy több alkalommal az elmúlt három hónap során. Rendszeresen, de csak heti 1-2 alkalommal a válaszadók 26.2%-a. Alkalmoszerű, rendszertelen (elmúlt 3 hónapban egyszer-kétszer, illetve havonta 1-2 alkalommal) fizikai aktivitással jellemezhetjük 26%-ukat. 9.3%-uk pedig egyáltalán nem vett részt szabadidős fizikai aktivitásban (1. ábra).



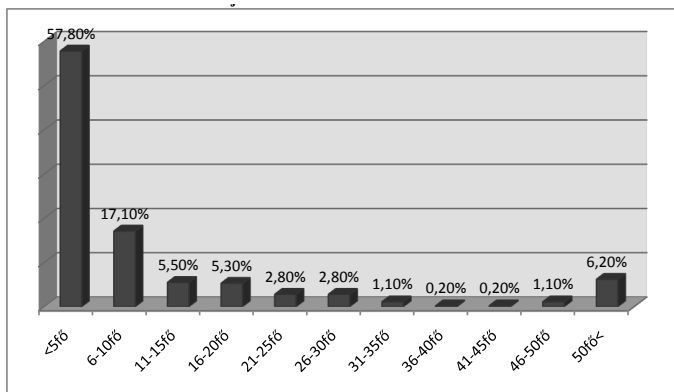
1. ábra. Egyetemisták sportolási gyakorisága

Ezután a virtuális kapcsolatokat és az internethasználatot elemeztem. Megállapítottam, hogy a megkérdezett egyetemisták többsége (39.8%-a) 6–10 emberrel kommunikál rendszeresen chat, e-mail vagy skype segítségével, 30.9%-uk pedig 5 vagy annál kevesebb személlyel (2. ábra).

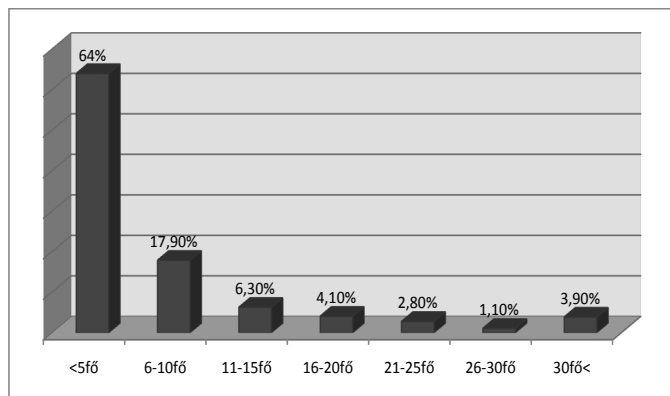


2. ábra. Egyetemisták virtuális kapcsolattartása e-mail, chat, skype segítségével

A különböző internetes felületek segítségével a válaszadók nagy többsége (57.8%) 5 vagy annál kevesebb „új” baráttra tett szert az elmúlt időszakban (3. ábra), és 64%-uk 5 vagy annál kevesebb személlyel találkozik személyesen is (4. ábra). Azonban elgondolkodtató, hogy a válaszadók 6.2%-a 50-nél több új barátot szerzett az interneten.

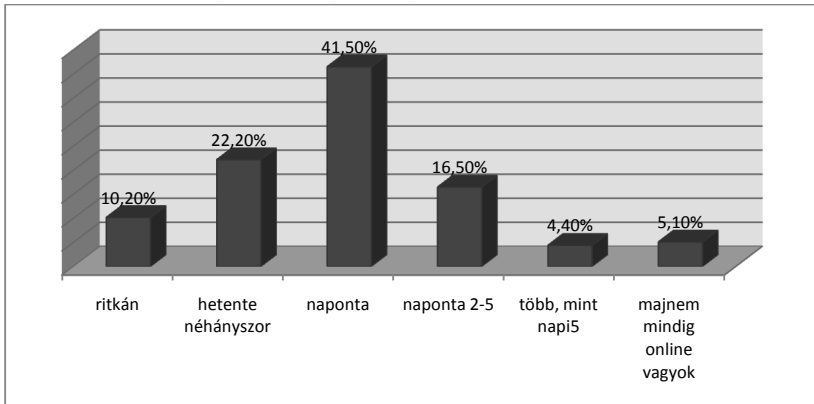


3. ábra. Az internetről szerzett új barátok száma



4. ábra. Személyes találkozások barátokkal

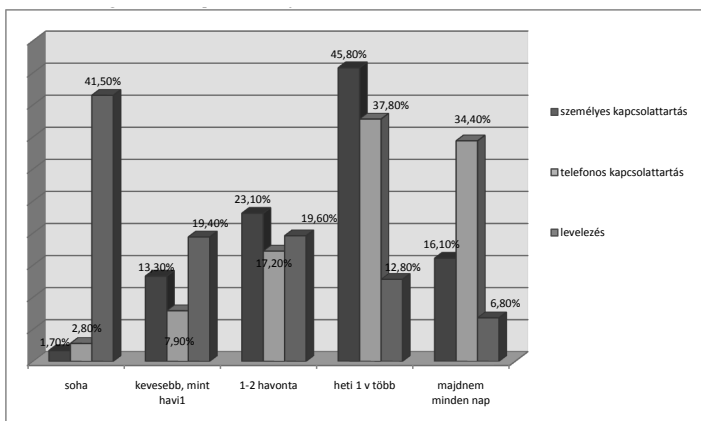
A megkérdezett egyetemisták internethasználati szokásainak elemzésénél azt tapasztaltam, hogy 41.5%-uk naponta egyszer nézi meg e-mail üzeneteit. A majdnem mindig online vagyok kategóriába a megkérdezetteknek csupán 5.1%-a tartozott (5. ábra).



5. ábra. E-mail üzenetek megtekintésének gyakorisága

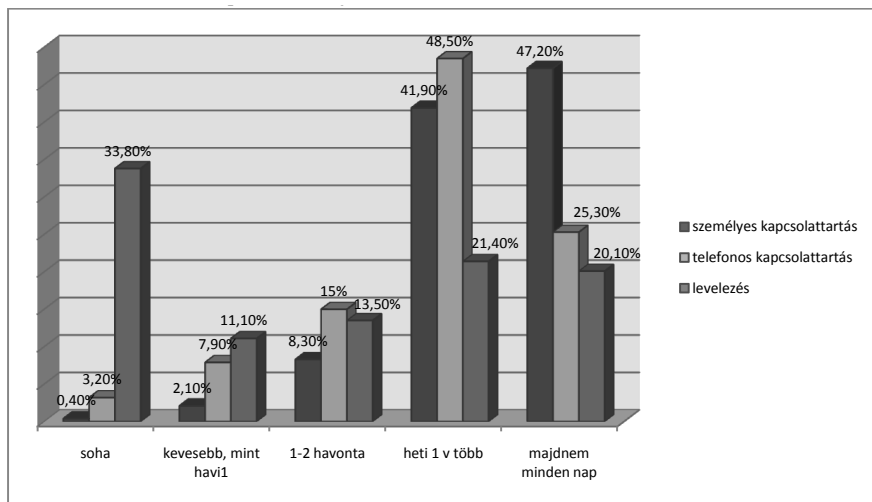
A vizsgált internetszolgáltatások heti átlagos használatát tekintve elmondhatjuk, hogy átlagosan a legtöbb időt a fiatalok böngészésre (8.03 óra/hét), illetve közösségi oldalak látogatására (9.65 óra/hét) fordítják.

A fiatalok 45.8%-a heti 1 vagy több alkalommal találkozik személyesen családtagjaival és rokonaival, 16.1%-uk pedig majdnem mindennap. A családtagokkal való telefonos kapcsolattartásra jellemző, hogy a megkérdezettek 37.8%-a heti egy vagy több alkalommal, 34.4%-uk pedig majdnem mindennap beszél telefonon családtagjaikkal. A családtagokkal való kapcsolattartásban a levelezés kevésbé volt népszerű. Az egyetemisták 41.5%-a soha, 12.8%-a hetente 1 vagy több alkalommal és csupán 6.8%-uk ír levelet családtagjaiknak majdnem mindennap (6. ábra).



6. ábra. Családtagokkal való kapcsolattartás jellemzői

A barátokkal való kapcsolattartásra jellemző, hogy a megkérdezettek 47,2%-a majdnem mindennap találkozik barátaival, 41,9%-uk pedig heti 1 vagy több alkalommal. 48,5%-uk heti 1 vagy több alkalommal telefonon beszél velük, 25,3%-uk pedig majdnem mindennap. Levelet heti 1 vagy több alkalommal 21,4%-uk ír, 20,1%-uk pedig naponta. Itt azonban magas volt a levelet soha nem írók aránya (33,8%) (7. ábra).



7. ábra. Barátokkal való kapcsolattartás jellemzői

A társas környezetbe tartozó lakótársakkal és szomszédokkal való kapcsolattartásról elmondhatjuk, hogy 27,4%-uk kevesebb mint havi 1 alkalommal, 25,1%-uk pedig havonta 1-2 alkalommal beszél a szomszédaival.

A megkérdezett egyetemisták internethasználatát, virtuális és való kapcsolattartását a sportoló státusz tükrében elemezve azt tapasztaltam, hogy szignifikáns különbség csak abban mutatkozott, hogy a rendszeresen aktív fiatalok kevesebb időt fordítanak e-mailes üzeneteik megtekintésére (csak 3,6%-uk tekinthető szinte mindig online-nak), szignifikánsan többször találkoznak személyesen családtagjaikkal (18,4%) és barátaikkal (26,2%), valamint kevesebb időt fordítanak „multiplayer” játékokra (1.86 óra/hét) (1. táblázat).

1. táblázat. Aktív és inaktív fiatalok társas hálózatának jellemzői

	E-mail üzenetek megtekintése: „Majdnem mindig online vagyok”	Statisztika és Szignifikancia
Sportolási gyakoriság***		chi-négyzet próba
Soha	16.3%	p<0.001
Alkalmanként	4,9%	
Heti rendszerességgel	3,6%	
	Személyes találkozások családtagokkal: „Majdnem mindennap”	Statisztika és Szignifikancia
Sportolási gyakoriság***		chi-négyzet próba
Soha	10%	p<0.001
Alkalmanként	14,3%	
Heti rendszerességgel	18.4%	
	Személyes találkozások barátokkal: „Majdnem mindennap”	Statisztika és Szignifikancia
Sportolási gyakoriság*		chi-négyzet próba
Soha	23.3%	p<0.05
Alkalmanként	23.1%	
Heti rendszerességgel	26.2%	
	„Multiplayer” játékokra fordított idő átlagosan (óra/hét)	Statisztika és Szignifikancia
Sportolási gyakoriság**		ANOVA
Soha	(átlag) 4.5 (S. D. 9.26)	p<0.01
Alkalmanként	(átlag) 1.86 (S. D. 4.60)	
Heti rendszerességgel	(átlag) 1.78 (S. D. 4.77)	

Megjegyzés: Az elemzés chi-négyzet próbával és variancia-analízissel szignifikánsnak bizonyult *p<0.05; **p<0.01; ***p<0,001

KÖVETKEZTETÉS

Az egyetemista fiatalok életmódjának vizsgálata az egészségpszichológiai kutatások körében rendkívül népszerű. Ezekben a kutatásokban önálló populációt alkotnak, megkülönböztetve őket a munkát vállaló fiataloktól (JOHNSTON ÉS MTSAI 2005). Jelenlegi kutatásomban 18–31 év közötti egyetemista fiatalokat vizsgáltam internethasználati és sportolási szokásaik kapcsán, valamint elemeztem virtuális és valós társas hálózatuk jellemzőit is.

Az infokommunikációs technológiák népszerűségével párhuzamosan megnőtt azoknak a kutatásoknak a száma is, melyek az internethasználat társadalmi hatásait, illetve a közösségekre, társas kapcsolatokra gyakorolt hatását elemzik (CSÜLLÖG 2013).

Az empirikus kutatások szerint a fiatalok egyre több időt töltenek képernyő előtt, passzív tevékenységet végezve (SZÉKELY 2013), miközben az ülő életmód terjedésével az ajánlott aktivitási szintet kevesen éri el (HALMAI–NÉMETH 2011). Jelen kutatásomban azt tapasztaltam, hogy a megkérdezett szegedi egyetemisták körében is ugyanezt figyelhetjük meg, hiszen a kívánt aktivitási szintet többségük nem éri el. Ezek az eredmények felhívják a figyelmet arra, hogy a próbálkozások ellenére az egyetemistákat célzó egészségfejlesztési programok kialakítása továbbra is sürgető társadalmi problémát jelent, annak ellenére, hogy az egyetemen a sportolási lehetőségek széles kínálatát tapasztalhatjuk. Az aktivitási szint növelésében az iskolákon (egyetemen) belüli szervezett sportolási lehetőségek erre kiváló lehetőséget nyújtanak (KERESZTES ÉS MTSAI in press).

Az internet és a közösségi hálózatok terjedésével többen a negatív hatásokat hangsúlyozták, mely szerint ennek következtében a személyes jelenlét fölöslegessé válik, a közösségi élet gyengül, és addikciók kialakulásához vezethet (DEMETROVICS–KORONCZAI 2010; PUTNAM 2000). Eredményeim szerint a megkérdezett fiatalok rendszeresen 6–10 emberrel tartják a kapcsolatot az internet segítségével, és közülük kevesebb mint 5 emberrel rendszeresen találkoznak is személyesen. Eredményeim tehát azt mutatják, hogy annak ellenére, hogy a közösségi oldalak népszerűek, azért a személyes kapcsolattartást sem hanyagolják el a fiatalok. A válaszadók többsége csupán 5 vagy annál kevesebb új barátot szerzett ezeken az oldalakon keresztül, tehát a kapcsolatok kialakításában sem vették át ezek az oldalak a személyes találkozás helyét. Jelen kutatásom inkább azt a nézetet támasztja alá, mely szerint az új technológiák inkább kiegészítik, mint helyettesítik a kapcsolat kialakítás és kapcsolattartás korábbi módjait (HOGAN–WELLMAN 2011). Azonban figyelmet érdemlő adat és az internethasználat és virtuális kapcsolattartás veszélyeire hívja fel a figyelmet (DEMETROVICS–KORONCZAI 2010; PUTNAM 2000), hogy a megkérdezettek 6.2%-a 50-nél több új barátot szerzett az interneten keresztül.

Az internethasználattal kapcsolatosan több olyan korábbi tanulmány is született (NIE ÉS MTSAI 2002), ahol ezeket a tevékenységeket a szabadidős tevékenységek részeként kezelik. Ezek között a hazai kutatások felhívják a figyelmet a passzív tevékenységek dominanciájára az aktívakkal szemben (HALMAI–NÉMETH 2011; SZÉKELY 2013). Válaszadóim többsége e-mailjét naponta egyszer nézi meg, alacsony azoknak a száma, akik majdnem mindig online álla-

potúak. Sok időt töltenek internetezéssel szabad idejükben (CSÜLLÖG–MOLNÁR–LANNERT 2014), és ebben is főleg a böngészés és a közösségi oldalak látogatása vezet. Korlátozó tényezőként meg kell jegyeznem, hogy az általam használt mérőeszköz az internetezéssel töltött időt heti bontásban mérte, és nem napiban. Az internet terjedésével és népszerűségével párhuzamosan lehet érdemes a továbbiakban a napi mennyiséget mérni, mert a heti adatok hosszabb visszaemlékezést igényelnek, kevésbé megbízhatóak (CSÜLLÖG–MOLNÁR–LANNERT 2014).

Hogy kapcsolataik között a virtuálisak vagy a valóságok a meghatározóak? Eredményeim tükrében azt mondhatom, hogy a családtagokkal és a barátokkal még mindig gyakori a személyes találkozás, bár első helyen a telefonos kapcsolattartás áll, ezt követi a személyes találkozás, míg megkérdezettjeim körében a levelezést kevésbé tapasztaltam népszerűnek.

Egy korábbi tanulmányból ismeretes, hogy az internetezők kevesebb időt töltenek rádiózással, tévénézéssel, sporttal és a családjukkal, viszont szignifikánsan több időt a barátaikkal, telefonálással, olvasással, és több időt töltenek közösségi eseményeken is, mint a nem internetező társaik (LENGYEL–LŐRINCZ 2006). Az ülő életmód és passzív tevékenységek káros hatását jól ismerjük, azonban a sport jótékony hatásai is széles körben ismertek. Ezek között fontos helyen szerepel, hogy a rendszeres fizikai aktivitást végző fiatalok sokkal fontosabbnak tartják a belső (posztmateriális) értékeket inaktív társaiknál, így a családot, a barátságot, a lelki békét, a becsületességet és az egészséget, és ezek a sportoló fiatalok szabad idejüket is hasznosabban szervezik meg, töltik el, mint azok, akik nem végeznek fizikai aktivitást (PLUHÁR–KERESZTES–PIKÓ 2003). Egészség-magatartásuk is kedvezőbb, gyakrabban fogyasztanak gyümölcsöt, kevesebb időt töltenek tévénézéssel, passzív tevékenységekkel és kedvezőbb jövőperspektívával rendelkeznek, mint inaktív társaik (ASZMANN 2000; PATE ÉS MTSAI 1996). Társas kapcsolataikat tekintve barátaikkal könnyebben beszélnek meg problémáikat, és barátságot is könnyebben alakítanak ki (ASZMANN 1997; PAGE ÉS MTSAI 2005; KERESZTES–SZILÁGYI–HORVÁTH in press). Kutatásomban az aktív és inaktív egyetemisták internethasználati szokásait és társas hálózatát (virtuális és valós) összehasonlítva azt tapasztaltam, hogy a rendszeresen aktív fiatalok kevesebb időt fordítanak e-mailes üzeneteik megtekintésére, szignifikánsan többször találkoznak személyesen családtagjaikkal és barátaikkal, valamint kevesebb időt fordítanak „multiplayer” játékokra. Ennek hátterében a sport közösségteremtő ereje állhat, mely elősegíti a társas kapcsolatok kialakítását.

Röviden összefoglalva elmondhatjuk, hogy az egyetemisták életmódjának javítását célzó programok kialakítására továbbra is szükség van, hiszen a várt eredmények hatását nem érezzük. Illetve fontos kiemelni, hogy a védő hatásait

ebben a kutatásban is tapasztalhattuk, mert habár nem töltenek kevesebb időt internetezéssel (kivéve az e-mailek ellenőrzése és multiplayer játékok), mégis a valós társas hálózatuk szignifikánsan aktívabbnak tekinthető, mely alátámasztja a sport közösségteremtő erejével és az internet kapcsolattartásban jelentkező kiegészítő szerepét.

IRODALOM

- ASZMANN A. 1997. *Iskolás gyermekek egészségmagatartása 1986–1993*. Anonymus Kiadó, Budapest
- ASZMANN A. 2000. *Fiatalok egészségi állapota és egészségi magatartása*. Országos Tisztifőorvosi Hivatal, Budapest
- BAKER C. W.–LITTLE T. D.–BROWNELL K. D. 2003. *Predicting adolescent eating and activity behaviors: the role of social norms and personal agency*. *Health Psychology*, 22, 189–198.
- CSÜLLÖG K. 2013. Online lét = Egyedüllét? Az internet hatása a társas kapcsolatokra (szakirodalmi áttekintés). *Szociológiai Szemle*, 1: 89–110.
- CSÜLLÖG K. D.–MOLNÁR É.–LANNERT J. (2014): A tanulók matematikai teljesítményét befolyásoló motívumok és stratégiák vizsgálata a 2003-as és 2012-es PISA-mérésekben. = *Hatások és különbségek*, Oktatási Hivatal
- DEMETROVICS Zs.–KORONCZAI B. 2010. Az internetfüggőség néhány pszichológiai vonatkozása. = Talyigás, J. (szerk.): *Az internet a kockázatok és mellékhatások tekintetében*. Scholar Kiadó
- EGGER O.–RAUTERBERG M. 1996. *Internet Behavior and Addiction*. Work & Organisational Psychology Unit (IfAP), Swiss Federal Institute of Technology (ETH) Zurich
- HALMAI R.–NÉMETH Á. 2011. Fizikai aktivitás és szabadidős tevékenységek. = Németh, Á.; Költő, A.: *Serdülőkorú fiatalok egészsége és életmódja 2010*. Országos Gyermekegészségügyi Intézet, Budapest
- HOGAN B.–WELLMAN B. 2011. The Immanent Internet Redux. = Cheong, P. H., Fischer Nielsen, P., Gelfgren, S., Ess, C. (eds.): *Digital Religion, Social Media and Culture: Perspectives, Practices and Futures*. Bern, Switzerland: Peter Lang
- IVANOVA E. 2013. Internet as a social instrument – Relationship with personality traits and well-being of adolescence. *ISSBD Regional Workshop. Social Development and Interpersonal Dynamics In Childhood and Adolescence*. Budapest, szeptember 12–14.
- JOHNSTON L. D.–O'MALLEY P. M.–BACHMAN J. G. 2005. *Monitoring the future national survey result on drug use. 1975–2004*, Vol. II.: College Students and adults ages 19–40. Bethesda, Md.: National Institute on Drug Abuse, NIH Publication
- KERESZTES N.–SZILÁGYI N.–HORVÁTH G. in press. Egyetemisták sportolási gyakoriságának és kapcsolati hálójának összefüggései. *Magyar Sporttudományi Szemle*
- LENGYEL Gy.–LŐRINCZ L. 2006. Internet és szabadidő. = Dessewffy, T., Fábíán, Z. Z. Karvalics, L. (szerk.): *Internet.hu. A magyar társadalom digitális gyorsfényképe*, 3. TÁRKI, 111–136.
- MCKENNA K. Y. A.–GREEN A. S.–GLEASON M. J. 2002. Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction? *Journal of Social Issues*, 1: 9–31.
- NIE N. H.–HILLYGUS–D. S.–ERBRING L. 2002. Internet Use, Interpersonal Relations and Sociability. = Wellman, B., Haythornthwaite, K. (eds.): *The Internet in Everyday Life*. Oxford: Blackwell, 215–243.

- PAGE R. M. 2005. Physical activity among U. S. youth linked to having and making friends: Results from the Health Behavior in School-Age Children (HBSC) Study. *International Journal of Fitness*, 1:1–7.
- PATE R. R.–HEATH G. W.–DOWDA M.–TROST S. G. 1996. Associations between physical activity and other health behaviors in a representative sample of US adolescents. *American Journal of Public Health*, 86, 1577–1781.
- PIKÓ B.–BARABÁS K.–MARKOS J. 1996. Health risk behaviour of a medical student population. Report on a pilot study. *Journal of Royal Society of Health*, 116, 97–100.
- PIKÓ B.–KERESZTES N. 2007. *Sport, lélek, egészség*. Akadémiai Kiadó, Budapest
- PLUHÁR Zs.–KERESZTES N.–PIKÓ B. 2003. Ép testben ép lélek – Középiszolások értékrendje fizikai aktivitásuk tükrében. *Magyar Sporttudományi Szemle*, 2, 29–33.
- PUTNAM R. D. 2000. *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster
- SZÉKELY L. (szerk.) 2013. *Magyar Ifjúság 2012 kutatás első eredményei. 10 kérdés az ifjúságról*. Kutatópont, Budapest, letöltés: 2013. augusztus 2. http://kutatópont.hu/files/2012/02/magyar_ifjusag_2012.pdf
- YU G.–RENTON A.–SCHMIDT E.–TOBI P.–BERTOTTI M.–WATTS P.–LAIS S. 2011. A multilevel analyses of the association between social network and support on leisure time physical activity: Evidence from 40 disadvantaged areas in London. *Health & Place*, 17: 1023–1029.

Social Networks of Physically Active and Inactive University Students

In line with the spread of frequent Internet using, we are more informed about its social effects. In this case, one of the most important questions is the effects of Internet on social relationships and communities.

The main goal of my recent study was, firstly, to recognize the characteristics of students enrolled in University of Szeged regarding Internet using, virtual and real social networks; and secondly, to detect the role of physical activity status (physically active and inactive university students) in these factors and habits.

My study was carried out among 18-31 year-old university students (M=21.05 years; S.D.=2.38; 53.1 %-a male, 46.9 %-a female; N=515). Questionnaires included items on many different topics but in this study results on sporting habits, Internet using and social networks were presented.

Analyzing the data, I experienced that most of the respondents did not achieve the recommended activity level. I also found that 39.9% of them communicated with the help of email, Skype and chat with 6-10 people regularly. 57.8% of the respondents made 5 or fewer new friends via Internet. 64% of the university students met 5 or fewer people personally. I pointed out that most of them checked their email once a day and they spent most of their time surfing the Internet and on social media sites. They usually got in touch with their fam-

ily and friends by telephone. The second most popular one was the personal meeting, and finally writing emails or chatting. I analyzed the relationship between physical activity status and Internet using habits and social networks. I found only few significant differences, namely that regularly active students spent less time checking email and multiplayer games, and more time on personal meeting with friends and family.

In short, it can be summarized that physically active students spend on the Internet as much time as their inactive peers with passive leisure time activities (except for email and multiplayer games) but among them personal meeting is more frequent, therefore virtual networks mean a complementary way of their social relationships.

Keywords: university students, sport, Internet-using, social networks, social relationships

Društvene mreže aktivnih i neaktivnih studenata

Paralelno sa širenjem korišćenja interneta sve se više može čuti i o njegovim mogućim društvenim uticajima. U tom smislu jedno od najvažnijih pitanja jeste, kakav uticaj ima korišćenje interneta na zajednice i društvene veze.

Cilj ovog istraživanja je bio 1) da se upoznaju karakteristike korišćenja interneta, kao i virtualnih i realnih društvenih mreža studenata koji studiraju na Univerzitetu u Segedinu, 2) odnosno da se ispita u kakvoj je vezi stav prema sportu (aktivnih i neaktivnih studenata) sa spomenutim navikama.

Istraživanje se ostvarilo u krugu segedinskih studenata dobi od 18–31 godine ($M = 21,05$ godina; $S. D. = 2,38$; 53,1% mladića, 46,9% devojaka; $N = 515$). Kroz stavke upitnika razmatrani su brojni tematski okviri, ovaj rad se međutim bavi samo obradom pitanja o sportskim navikama, o korišćenju interneta i o društvenim mrežama. Iskustvo analize je pokazalo da većina odgovora ne dostiže prag željenog nivoa aktivnosti. Ispostavilo se i to da 39,9% ispitanika komunicira redovno sa 6–8 ljudi putem četa, i-mejla ili skajpa, dok je 57,8% ispitanika putem raznih površina na internetu ostvarilo 5 ili manje „novih” poznanstava. Lično se susreće 64% mladih sa 5 ili manje osoba. Što se tiče njihovih navika u korišćenju interneta pokazalo se da većina ispitanika jedanput dnevno pogleda svoje i-mejl poruke, i da se u proseku najviše vremena posvećuje surfovanju i posećivanju društvenih stranica. U održavanju kontakata sa rodbinom i prijateljima najčešće se koristi telefon, zatim slede lični susreti, pa dopisivanje. Analize odgovora na osnovu stava prema sportu pokazale su da su se signifikantne razlike javile samo po tome da mladi koji se redovno bave sportom manje vremena posvećuju čitanju mejlova, signifikantno se češće susreću lično sa članovima porodice i prijateljima, i manje vremena provode igrajući se „multiplejer” onlajn igara.

Ukratko možemo reći da studenti koji žive fizički aktivan život provode otprilike istu količinu vremena pred monitorom baveći se pasivnim zanimanjima, kao i njihovi neaktivni drugovi (izuzev u slučaju i-mejla i multiplejer igara), međutim aktivne karakteriše intenzivnije i češće održavanje ličnih kontakata, tako da u njihovom slučaju virtualne veze i mreže znače pre svega komplementarne vidove održavanja kontakata.

Ključne reči: studenti, sport, navike korišćenja interneta, društvene mreže, društveni kontakti

Beérkezés időpontja: 2015. január 7.

Közlésre elfogadva: 2015. január 17.