

SZAKDOLGOZAT

Pusztai Petra Lilla

2024

BUDAPESTI GAZDASÁGI EGYETEM
KÜLKERESKEDELMI KAR

Kommunikáció és média szak
Nappali munkarend

AZ IFJÚSÁGI- ÉS GYERMEKTÁBOROK VISZONYA A
KOROSZTÁLY MÉDIAHASZNÁLATI SZOKÁSAIHOZ

Konzulens: Bancsik György

Készítette: Pusztai Petra Lilla

Budapest, 2024

TARTALOMJEGYZÉK

1. BEVEZETÉS:	1
1.1 A DOLGOZAT TÉMÁJA	1
1.2 A DOLGOZAT FELÉPÍTÉSE	1
2. TÁBOROK	2
2.1 A TÁBOROK TÖRTÉNETE	2
2.2 A TÁBOROK TÍPUSAI	5
2.2.1 <i>Elhelyezés módja</i>	5
2.2.2 <i>Célközönség</i>	6
2.2.3 <i>Tevékenység szerint</i>	6
2.3 A TÁBOROK CÉLJAI	8
2.4 A TÁBOROK HATÁSAI	8
3. MÉDIAHASZNÁLAT	10
3.1 GENERÁCIÓK:	10
3.2 A GENERÁCIÓK ÉS A MÉDIA	11
3.3 INTERNETFÜGGŐSÉG.....	13
3.4 A KÉPERNYŐFÜGGŐSÉG KIALAKULÁSA	16
3.5 A MÉDIA ÉS OKOS ESZKÖZÖK POZITÍV HATÁSAI.....	16
3.5.1 <i>Az okos eszközök használatának pozitív hatásai</i>	17
3.6 A KÉPERNYŐS ESZKÖZÖK NEGATÍV HATÁSAI	17
3.6.1 <i>A testre kifejtett negatív hatásait szeretném elemezni.</i>	17
3.6.2 <i>A mentális egészségre gyakorolt negatív hatások</i>	18
3.6.3 <i>A média hatása a környezetünkre</i>	18
3.7 A KÉPERNYŐFÜGGŐSÉG VISSZASZORÍTÁSA	19
4. KUTATÁS	22
4.1 A KUTATÁS CÉLJA	22
4.2 A KUTATÁS MÓDSZERE:	22
4.3 HIPOTÉZISEK.....	23
4.4 INTERJÚK AZ IFJÚSÁGI TÁBORI SZAKEMBEREKSEL	24
4.5 A KUTATÁS ÖSSZEFOGLALÁSA ÉS A KÖVETKEZTETÉSEK LEVONÁSA	33
5. ÖSSZEGZÉS ÉS KONKLÚZIÓ LEVONÁSA	35
FELHASZNÁLT IRODALOM:	38
TÁBLÁZATJEGYZÉK:	42
ÁBRAJEGYZÉK:	42
MELLÉKLETEK:	42
INTERJÚ KÉRDÉSEI:	42

1. BEVEZETÉS:

1.1 A DOLGOZAT TÉMÁJA

Azért döntöttem ezen téma mellett, mert az egyetemen párhuzamosan én is gyermekekkel és azok táboroztatásával is foglalkozom. Azt a kérdéskört kívánom vizsgálni, hogy a gyermek és ifjúsági táborok milyen hatással vannak az azokban résztvevők magatartására, képesek-e esetleges káros szokásaik megváltoztatására. Az elmúlt évszázadban rengeteg változáson ment át a világ, több szempontból is. Ez a fejlődés nem állt meg és még mindig számos új vívmánnyal találkozunk, főként a digitalizációval kapcsolatban. A modernizáció általában befolyásolja az embereket és azok nézeteit. Dolgozatomban szeretném feltárni a médiahasználat pozitív és negatív hatásait a különböző generációk mindennapjaiban.

1.2 A DOLGOZAT FELEPÍTÉSE

A téma meghatározása után korszerű és releváns szakirodalom felkutatásába és értelmezésébe kezdtem. Ezen törekvésem jegyében elsődlegesen internetes források használatára törekedtem. Azért ezeket a szakirodalmakat választottam, mivel online kutatásom során ezeket találtam a leginformatívna és átfogóbbnak. Az első fejezetben bemutatom a kutatási témám terepeként szolgáló gyermek- és ifjúságitáborok történetét, működését, célkitűzéseit. Dolgozatomban második fejezetében bemutatom a generációkat, azok médiahasználati szokásait, azoknak a pozitív és negatív hatásait, megvizsgálom a médiafüggőséget és azt, hogy milyen módszereket vethetünk be annak csökkentésére, ha már valaki túlzottan elmélyült a képernyők világában és nem tud onnan szabadulni. Az ezen fejezet alapjául szolgáló szakirodalmakat, azért választottam, mivel Steigervald könyve foglalja össze leginkább a korcsoportok közötti eltéréseket, valamint a többi forrással kiegészülve, átfogón képet kapunk a médiahasználati azok szokásokról. A harmadik fejezetet primer kutatással kezdem melynek keretében legelőször is felmérem a lehetséges kutatási formákat. Felállítom hipotéziseimet, majd strukturált interjúkkal felmérem a vizsgált kérdéskört. Kielemezem majd összehasonlítom őket. Ezt követően megvizsgálom a hipotéziseimet és eldöntöm, hogy elvetem vagy elfogadom-e azokat, esetleg részben fogadom el. Ezek után összefoglalom a kutatásom eredményeit. Majd konklúziót vonok le a szakdolgozatommal kapcsolatban.

2. TÁBOROK

A táborok fogalmát meghatározhatjuk több értelemben is. Első jelentése alapján lehet „Ideiglenes lakóhely vagy település, amelyet általában csoportosan, gyakran egy közös cél érdekében hoznak létre. A tábor lehet sátorozásra, sáortáborozásra, lakókocsis vagy épületes elhelyezésre alkalmas. - Az ilyen ideiglenes településen tartott közös tevékenységek helyszíne, például sporttábor, nyári tábor stb.” (nonprofitmedia.hu, 2023) Másodsorban meghatározhatjuk a táborokat jelképes értelemben. Egy olyan csoport vagy szervezet részvevői, akiknek azonos céljaik és hasonló orientációval vannak. Ezek a társulások általában együtt működnek a közös cél elérése érdekében. Ilyenek lehetnek például az önkéntes táborok vagy politikai táborok. Több meghatározás is létezik, de a szakdolgozatom szempontjából ez a kettő fejezi ki leginkább azt, amiről táborok szólnak számomra.

2.1 A TÁBOROK TÖRTÉNETE

Évtizedek óta szerveznek ifjúsági táborokat szerte a világban. A szakirodalom alapján legelőször az Egyesült Amerikai Államokban találkozhattunk ilyen fajta gyermeküdültetési módszerrel, Frederick W. Gunn jóvoltából. A természetimádó oktató 1861-ben a Connecticut állambeli Waramaug-tó partján hozta létre az első nyári tábort, hogy a városi gyermekek közelebbi kapcsolatba kerüljenek a természettel. Miután az emberek nagyrésze a városokba költözött, kevesebbet időt töltött el a természetben. (Kende, 2023) Azt gondolták régebben, hogy az gyerekek fejlődésében, különösen a fiúk férfivá válásában, elengedhetetlen a szabadban töltött idő, féltek attól, hogy „elnőiesedek”. A táborok az 1870-80-as években kezdtek elterjedni Amerika szerte, ugyanis ekkor kezdtek ráébredni a táborok pozitív hatásaira. Ekkor még csak a tehetősebb családi háttérrel rendelkező fiúk mehettek, az alsóbb osztálybéliék általában dolgozni mentek a gyárakba vagy földekre. (dailyhistory.org, 2021)

Ahogy telt az idő egyre több tábor jelent meg, a 19. század végére 100 majd a 20. század első felébe már 1000 tábor létezett az Egyesült Államokban. Alan S. Williams 1910-ben alapította meg az American Camp Association-t, amely meghatározta azokat a szabályokat, amelyek egy tábor működtetéséhez szükséges. Ilyen követelmény például a megfelelő szállás biztosítása, az egészségügyi előírások betartása. Ezzel együtt, a táborba járók is megváltoztak, már nem csak a tehetősebb családok tudták táborba küldeni fiaikat, hanem a középosztálybeli családok is. Körülbelül a 20. század elején, az első világháború körül, arra jöttek rá a

közösségek, hogy a lányoknak is hasznára válhat a természetközeli élet megismerése. A fiúkkal ellentétben, őket nem úszásra vagy vadászatra tanították, hanem jóval inkább a házimunkára, varrásra. (dailyhistory.org, 2021)

A cserkész mozgalom Angliából indult, Lord Robert Baden-Powell of Gilwell (Bi-Pi) jóvoltából. Dél-Afrikai hadjárata után megírta a *Scouting for Boys* című könyvét, ami a cserkész mozgalom alapjául szolgál a mai napig. A könyv hatalmas sikerre tett szert, így villámgyorsan terjedt el a cserkészlet a világon. Bi-Pi miután leszerelt a katonaságnál, minden idejét a cserkészlet népszerűsítésével töltötte, járta a világot, hogy bátorítsa, s lelkesítse a cserkészvezetőket. Cserkészek mai napig világszerte léteznek, de a leginkább Amerikában fejlődött ki igazán a mozgalom. (cserkesz.hu, 2020)

Magyarországon az első táborok 1913 körül szerveződtek meg, de igazán csak az úttörőmozgalom megjelenésével teljesebben ki. Természetesen ennek több előzménye is volt. Először is az 1917-ben létrejött az ausztriai szociáldemokraták által alapított Gyermekbarát Munkások Egyesülete, ami Magyarországon is népszerű volt egy időben. Másodsorban, megalakult 1922-ben a Vlagyimir I. Lenin Össz-szövetségi Fialal Úttörőszervezet a Szovjetunióban. A mozgalom az amerikai cserkészmozgalom mintájára szerveztek ugyan, de azért szigorúbb rendszerrel. Majd végül 1946-ban hivatalosan is megjelent a Magyar Úttörőmozgalom, ami nagy sikereket ért el. (Kende,2023)

Ez a mozgalom minden magyarországi gyerek életét befolyásolta, mivel kötelező volt részt venni benne. Az akkori országvezetés nem titkolta, hogy azért hozta létre a gyermekmozgalmat, hogy az ifjúság a kommunista eszméket el tudja sajátítani, vagyis a szocialista embertípust megteremtse. A rendszer legkisebb egysége az őrs volt, ami maximum 12 gyermekből állt, 2-4 őrs viszont már egy rajt alkotott, az iskolák összes rajtát pedig csapatnak nevezték. A mozgalom főként az általános iskolás diákok életéhez tartozott. Az alsó osztályosok voltak a kisdobosok, a felsősök pedig az úttörők. De a ranglétrán tovább haladva idősebb korban lehetett valaki ifivezető vagy úttörővezető. (Besze)

A mozgalom számos szabály szerint működött, például egyenruhában kellett járniuk, ami fehér ingből/blúzából, kék vagy bordó nyakkendőből állt, és egy fekete nadrágból/szoknyából. Továbbá, a kis dobosoknak 6 pontnak kellett megfelelniük, míg az úttörőknek 12 pontnak. (Besze)

A kisdobosok 6 pontja:

1. A kisdobos hűségese gyermeke a magyar hazának.
2. A kisdobos szereti és tiszteli szüleit, nevelőit, pajtásait.
3. A kisdobos szorgalmasan tanul és dolgozik, segíti társait.
4. A kisdobos igazat mond és igazságosan cselekszik.
5. A kisdobos edzi testét és óvja egészségét.
6. A kisdobos úgy él, hogy méltó legyen az úttörők vörös nyakkendőjére.

Az úttörők 12 pontja:

1. Az úttörő hű gyermeke hazánknak, a Magyar Népköztársaságnak, felelősséggel dolgozik érte.
2. Az úttörő erősíti a népek barátságát, védi a vörös nyakkendő becsületét.
3. Az úttörő szorgalmasan tanul, a világ és önmaga megismerésére törekszik.
4. Az úttörő gyarapítja és védi a szocialista társadalom értékeit.
5. Az úttörő ahol tud, segít és önként szolgálja a közösséget.
6. Az úttörő igazat mond és igazságosan cselekszik.
7. Az úttörő szereti, tiszteli szüleit, nevelőit és az idősebbeket.
8. Az úttörő igaz hű barát.
9. Az úttörő bátor és fegyelmezett.
10. Az úttörő szereti és védi a természetet.
11. Az úttörő edzi testét és óvja egészségét.
12. Az úttörő úgy él, hogy méltó legyen a Magyar Kommunista Ifjúsági Szövetség (K.I.SZ.) tagságára. (tuztoronyhaz.hu, 2019)

Év közben is voltak programok a gyermekek számára, de mindenki a nyári táborozást várta igazán. Bár az 1950-es években még nem volt nálunk bevett szokás, így főként sátoztáborokat szerveztek, de létezett pár speciális központi tábor, például Csillebércen. Ezekben a táborokban majdnem 52 ezer úttörő vett részt évente. 1950-ben adták át az Úttörővasút teljes vonalát is. Az igazi felfutás az 1956-os forradalom után volt. 1970-ben átadták az akkor lenagyobbnak és legrangosabbnak számító Zánkai Úttörővárost. Ekkor kezdték el építeni a faházás üdülőket is, nagyjából 100-120 főt tudtak ezek a táborok befogadni. A diákok egésznyáron 10 napos turnusokban tudtak táborozni, ez azt jelentette, hogy évi 100-180 ezer

gyermek nyaralt az úttörőmozgalom jóvoltából. Becslések szerint életében legalább egyszer minden úttörővált táborban. (Ólmosi, 2016, Kende 2023)

A rendszerváltás után egyre inkább megjelentek más tábortípusok is Magyarországon. Mint például a rászorulókat támogató Erzsébet-táborok, vagy az újra felemelkedő cserkészeti táborai. (Kende,2023) Így szép lassan kialakult a ma ismert táboroztatás fogalma.

2.2 A TÁBOROK TÍPUSAI

A ma létező táborokat három csoportra oszthatjuk besorolásuk alapján, elhelyezés módja, célközönség és tevékenység szerint. Ezeket egyesével mutatom be. Úgy célszerű tábor választani, hogy megvizsgáljuk a csoportokat, és a számunkra legoptimálisabb koncepciót választjuk ki. Például, először megvizsgáljuk a számunka megfelelő elhelyezkedést, majd az optimális célközönséget és végül tevékenység szerint döntünk.

2.2.1 ELHELYEZÉS MÓDJA

Az első tábor típus, amit megkülönböztethetünk a gyermekek elhelyezésük módja. Ennek több fajtája lehet. Vannak táborok, amik a fiatalok napközbeni felügyeletét vállalják. Ez azt jelenti, hogy reggel beadják, késő délután pedig elhozzák a szülők gyermekeiket. Ezt a típust kisebb vagy ragaszkodóbb gyerkőcöknek ajánlják.

Továbbá, léteznek bentlakásos táborok. Ennél a típusnál a gyermekek a tábor időtartama alatt egy területen tartózkodnak. Szállásuk lehet diákszálló/ kollégium vagy erre kialakított kempingek, üdülők. Ezt a típust általában, idősebb gyermekeknek és kamaszoknak ajánlják.

A vándortáborok különlegessége, hogy nem állandó helyen telepednek le, pár naponta elköltöztetik a tábor. Erre a tábortípusra az jellemző, hogy valamilyen természetközeli életvitelbe kínál betekintést. Csak kamasz, önálló gyerekeknek ajánlják.

Vannak továbbá, külföldi táborok is. Mint ahogy neve is mondja, a határon kívül helyezkednek el. Előnye, hogy a gyermek anyanyelvi környezetben tanulhatnak meg különböző nyelveket, más kultúrákat ismerhetnek meg. Csak 16 év feletti, stabil nyelvtudással rendelkező gyermekeknek ajánlott. (Oyeyele, 2004)

2.2.2 CÉLKÖZÖNSÉG

A táborokat megkülönböztetjük az alapján, hogy milyen korcsoportnak szánják őket. Általában a különböző életkorú gyerekeket, külön táborba küldik a szülők, mivel más igények szerint működnek. A legkisebbeket családi táborok várják, ahol a gyermekkel együtt üdülhet valamelyik családtag. Léteznek már olyan helyek is, ahol a nagyszülőket várják unokáikkal.

A második korcsoport az általános iskolások, a középiskola elején járok számára alakult gyermek táborok. Azokat tartják a legmegfelelőbbnek, ahol a legkisebb a korkülönbség a gyerekek között.

A legidősebb korosztály, akiknek a táborokat szánják, a középiskolai évek végéhez közeledő diákok vagy a felsőoktatásban résztvevő fiatal felnőttek. Nekik kifejezetten a bentlakásos vagy vándortáborokat ajánlják. (Oyeyele,2004)

2.2.3 TEVÉKENYSÉG SZERINT

A táborokat megkülönböztetjük tevékenységeik szerint. A ma létező több ezer tábor különböző tematikák alapján működik, hogy minden gyermek megtalálja a számára leginkább tetszőt. Minden tábor arra törekszik, hogy olyan dolgot mutasson, tanítson az ifjúság számára, ami a táboron után is hasznukra válhat.

Vannak szabad programos táborok, lényegében itt azt csinálnak a gyerekek, amit akarnak csak az a lényeg, hogy jól érezzék magukat. Egy fokkal témához kötöttebb tábor típus a vegyes programokkal rendelkezők. Általában arra figyelnek a szervezők, hogy a gyermek épp úgy mozogjon minthogy tanuljon. Például a nap folyamán foglalkoznak egy sporttal, mondjuk úszással, hogy meglegyen a napi mozgás, de délután nagyrészt egy sokkal inkább agyat megmozgató tevékenységben mélyednek el.

Ketté oszthatjuk a táborok típusait olyanra, ami a mozgásra koncentrál és olyanra, ami az agyat fejleszti. A mozgásra, sportra összpontosító táborok lehetnek sport központú edzőtáborok vagy kalandtáborok esetleg természetközeli nomád jellegűek. Az intellektuálisan alapuló táborok foglalkozhatnak a művészeti értékek fejlesztésével (zene, képzőművészet, színészet) vagy idegen nyelv tanításával is, multikulturális közegben. Vannak továbbá olyan helyek, ahol a test és a lélek összhangjára koncentrálunk. Ilyen típusú táborokat életmód támogató táboroknak nevezzük. Általában jógaival és egészség tudatossággal tölthetik ott töltött idejüket a táborozók.

A vallási felekezetek tartanak hittan táborokat, amik, az Istennel való kapcsolatot erősíti meg a hívőkben.

A legidősebb táborozók élvezhetik szabadidőjüket a bulitáborokban is. Ilyen például az elsőéves egyetemistáknak szervezett gólyatáborok vagy az EFOTT.

Ez a lista évről évre növekedhet a gyermekek igényei szerint. (Oyeyele, 2004)

2.3 A TÁBOROK CÉLJAI

A ma ismert táboroknak több célja van. Ez főként tematikánként eltérő lehet. A közös az összesben, hogy a táborok arra törekednek, hogy segítsék a gyerekek jellemfejlődését, segítsék a közösségi élet megértését. Valamit, hogy megtanulják a társadalom által meghatározott magatartási normákat, társas élet szempontjait. Továbbá, olyan ismereteket szerezzenek, amivel megismerhetik a kultúrát, a természetet, környezetet és ezek védelmezését. (Dorka, 2018) Az Unicef álláspontja szerint a táborok mai célja, hogy a táborozók pozitív visszacsatolást kapjanak, illetve, hogy elsajátítsák a felelős döntéshozást. Valamint, együttműködésre és segítőkészségre neveljék a csemetéket. (Unicef,2022) A táborok szervezői fontos feladatuknak tekintik azt, hogy a gyerekek körében kialakult negatív viselkedési szokásokat visszaszorítsák, ez által is teret nyitva az egészséges életmód szerinti viselkedési formák megerősítésének. Ilyen negatív viselkedési formák közé tartozik a helytelen táplálkozás, mozgásszegény életmód, túlzott mértékű képernyőhasználat. (Dorka, 2018)

2.4 A TÁBOROK HATÁSAI

A táboroknak sok pozitív hatása van, de negatívból is akad egy-kettő. A táborok sokszor állítják kihívások elé a szülőket és a gyerekeket egyaránt, mivel megszűnik rövid időre a szülői fennhatóság.

Először a táborok a gyermekekre gyakorolt pozitív következményeiről szeretnék írni. Egy fiatal gyermek számára fontos, hogy saját maguk is kialakítsák a megfelelő kommunikációt akár kortársai, akár felnőttekkel szemben. Egy tábor erre remek lehetőség tud biztosítani, mivel magukra vannak ebben utalva. Egy táborban azért fontos, hogy a gyermek kitudja fejezni igényeit mert általában az ott dolgozó felnőttek nem ismerik a gyerekeket a táboron kívül, így nem tudja a szokásait. Egy másik pozitív vonzata a táboroknak, hogy a gyermek el tud szakadni a hétköznapi „bélyegiétől”. Az új közösségnek nem számít, hogy milyen jegyeket vannak az évvégi bizonyítványba vagy, hogy kinek milyen előítéletekkel kell megküzdeni, hogy kit mivel cikiznek az iskolába. A táborok egy elfogadó közeget biztosítanak. Ez több szempontból is befolyásolja a tapasztalatokat a táborba járó gyerekeknél. Megtanulják tisztelni és elfogadni társaikat, toleránsabbak lesznek. Valamint, építik saját önbizalmukat és legalább a tábor idejére felszabadultak tudnak élni. Továbbá, a szülőktől való távollét támogatja, hogy a gyerekek kitudják alakítani saját identitásukat. Mivel a táborokban turnusonként rengeteg gyermek fordul meg egyszerre, így a táborozók megtanulnak közösségben élni. Ez sokszor teljese más, mint ami az iskolába tapasztalnak, mivel sokkal több időt vannak „összezárva”. A megélni közösséghez való tartozás olyan pozitív élményeket nyújt a gyerekeknek, amelyeket egy életen át őriz. A közösen énekelt dalok, a csapatversenyek, a tábortűz, közös programok, mind mély emlékeket őriz. Felmérések alapján, úgy néz ki azok a gyerekek, akik sokszor voltak táborozni, jobb megküzdési stratégiát használnak a mindennap felmerülő problémák ellen.

A táborok leggyakoribb negatív hatása a gyerekeket elérő honvágy. Egy amerikai kutatás alapján a táborba érkezők 90%-a szenved honvágytól a tábor első pár napjában, de csak 7%-uknál jelentkezik olyannyira, hogy az egész táborozást tönkre teszi. A honvágy megjelenésének valószínűségét lehet csökkenteni, oly módon, ha a szülő felkészíti gyermekét még a tábor előtt. Ezt megteheti azzal, ha a gyerekekkel közösen tekintik meg a tábort, bevonja a szervezésbe, valamint azzal, ha saját tábori élményeiről mesél. Ez elég biztonságot adhat a gyerekeknek. (7koznapi.blog.hu, 2019)

3. MÉDIAHASZNÁLAT

3.1 GENERÁCIÓK:

„A generáció olyan emberek csoportja, akik történelmi időn és helyben osztoznak, mely kollektív személyiséget biztosít számukra” (Strauss és Howe, 1991, idézi McCrindle, 2009)

A kutatások alapján 2020-ban hat ma élő generációt különböztethetünk meg egymástól, pontosabban hat elkülöníthető ugyanolyan generációs jegyekkel élő korcsoportot különböztethetünk meg. (Steigervald, 2020)

A legidősebb mai is élő nemzedéket veteránoknak, csendeseknek vagy építőknak nevezzük. Ők azok, akik 1945 előtt születtek. Jellemző rájuk, hogy nem értik a felgyorsult világot. Életük java részében a szocializmusban éltek. Szülői és társadalmi minták alapján nevelkedtek, ezért nagyon fontos számukra a család. Nem is beszélve arról, hogy ők közvetlen a háborús időkben éltek gyermekkorukat, ami nagy bizonytalanságot is jelentet. (Steigervald, 2020)

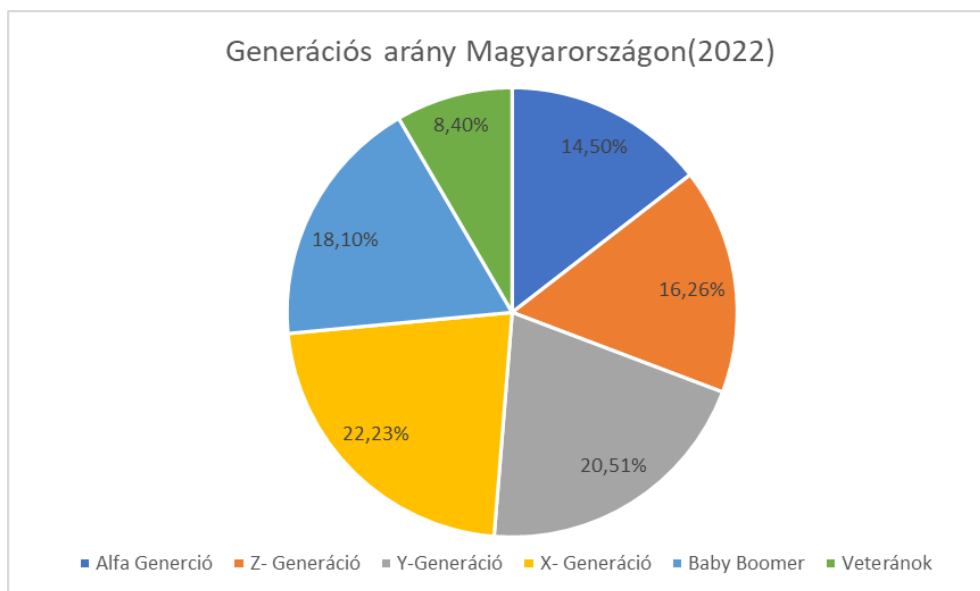
A következő nemzedéket baby boomereknek nevezzük. Az utolsó olyan generáció, akik még magázták szüleiket, de az ő gyermekeik már tegezték őket. Születésüket 1946 – 1964 közé tehetjük. Ők az első olyan generáció, akik nem túl élni, hanem megélni szeretnék az éveket. Számukra is nagyon fontos még az idősebb korosztály tudása és példamutatása, hagyományok megőrzése. Erről a generációról fontos tudni, hogy a munkájuk, amit hosszútávra választottak, hirtelen szűntek meg az 1989-es rendszerváltás miatt, ami ezt a generációt rosszul érintett. A megszokott munkarendjüktől eltérően rengeteget güriztek, hogy a kor szellemével együtt tudjanak fejlődni. Ez sajnos a gyermekeik, családjaik kárára is ment Ezekben az időkben kezdett elterjedni a nők munkába állítása is. (Steigervald, 2020)

A baby boomereket követte az X- generáció, vagyis az 1965- 1979 között született nemzedék. Az első technológiaorientált nemzedék, gyermekkorukban kezdődött az analóg ipariforradalom. Megjelentek a háztartásokban a mosógépek, porszívók, más háztartási gépek, de ekkor kezdtek népszerűek lenni a kazettás magnók is. Mivel a családok nagyrésztében már mindkét szülő dolgozott ezért ez a generáció nagy hangsúlyt fektetett a kortársorientált társadalom kiépítésére. (Steigervald, 2020)

Az Y- generáció, milleniálok egyedei 1980- 1994 között születtek. Ők együtt fejlődtek az internettel ezért otthonosan mozognak benne. Szüleikkel ellentétben, ők nem minden energiájukat a munkába ölik és nyitottak az új technológiai fejlődésre. Ők lettek az első individualista nemzedék. (Steigervald, 2020)

A Z-generáció tagjai, melyek közé én és hallgatótársaim is tartozunk, 1995- 2009 között születtek. Mi már beleszülettünk az online világba, ennek sok pozitív és negatív hatása is van. Például sose vagyunk egyedül, hiszen bármikor el tudjuk érni a barátainkat családjainkat pár „kattintással”. De ugyanakkor az interneten másfajta veszélyek leselkednek ránk, mint mondjuk a szüleinkre amikor annyi idősek voltak, mint mi. A generációm „idősebb” tagjai éppen a munkába állás kezdetén vannak még fiatalabb tagjai még a középiskolában tanulnak. (Steigervald, 2020)

És a legfiatalabb generáció, akik az alfák elnézést kapták, ők azok, akik 2009 után születtek. Számukra már nem csak természetes nagyon fiatalon az internet használat, hanem egyre több az olyan okoseszköz, amelyekről a korábbi generációk tagjai álmodtak se gondoltak volna. (Steigervald, 2020)



1. ÁBRA GENERÁCIÓK ARÁNYA MAGYARORSZÁGON, SAJÁT SZERKESZTÉS FORRÁS: KÖZPONTI STATISZTIKAI HIVATAL (2020)

3.2 A GENERÁCIÓK ÉS A MÉDIA

Minden ma élő generációnak megvan a sajátos média használati szokása, akár idős akár fiatal. Egyszerűen nem tudjuk elkerülni a média és internet jelenlétét az életünkben és ehhez a nemzedékek is alkalmazkodtak. Itt két részre is oszthatjuk a generációkat. Vannak a digitális bevándorlók, ők azok, akik akkor születtek amikor még nem volt ennyi média felület, nekik meg kellett tanulniuk használni azokat. Általában a veteránok, baby boomerek, x- generáció tagjai. Az Y-generációnak az a szerencséje, hogy párhuzamosan fejlődtek az internettel. És vannak azok, akik a digitális világba születtek, számukra teljesen természetes, hogy van

mobiltelefon és internet, őket nevezzük digitális bennszülötteknek. Az Z- generáció és az alfák. (Steigervald, 2020)

Az eNet Internetkutató és Tanácsadó Kft. 2018 -as kutatása alapján a fiatalabb netezők több mint fele legalább alkalmanként segít idősebb családtagjaiknak az internet és a digitális eszközök használatában. A kutatás azt is kimutatja, hogy az idősebb generáció legtöbbször kapcsolattartásra használja a készülékeket, de információt is gyakran keresnek. Saját tapasztalatomból kiindulva, a veteránok is bele tudnak a modern okoseszközök használatába, mivel a veterán korú nagymamám is lelkes tablet és okostelefon használó. De a kutatás is alá támasztja, hogy az idősek 33 százaléka legalább egy internetezésre alkalmas kütyüt használ, ezek közül az okostelefon a leggyakoribb. (eNet, 2018)

Az Y- generációnak viszonylag könnyű dolga volt a médiába való beilleszkedéssel, mivel velük együtt fejlődött a digitális világ is. Amikor az Y-generáció első tagjai megszülettek, akkor jelent meg az internet is, 1983-ban, tehát, ahogy a nemzedék növekedett, úgy jelentek meg az újabbnál újabb digitális eszközök is. Így ők otthonosan mozognak a technológiában. (Steigervald, 2020)

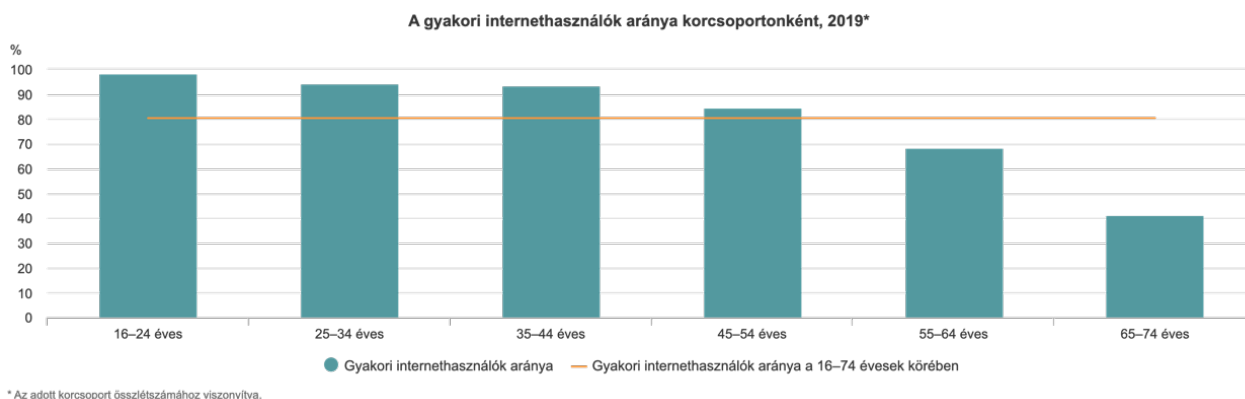
A Z- generáció az első olyan nemzedék, amelynek az összes tagja az internet elterjedése után született, így számukra mindennapossá, természetessé válik az internet használat, nekik ezt nem kellett külön felnőttként tanulni. Tanulmányok alapján elmondható, hogy majdnem a generáció felét érinti az úgy nevezett Fear of Missing Out (FoMO) érzés, vagyis az attól való félelem, hogy valamiből kimaradnak, ha nem közösségi médiát bújják. (Pásztor, Bak, 2020)

A Média és hírszolgáltatás 2022-es felmérése alapján hazánkban is vizsgálták a médiahasználati szokásokat a különböző generációknál. A felmérésben 1631 15 éves és annál idősebb ember vett részt. A megkérdezettek több mint fele (58%) a televíziót tartja fő hírforrásnak, de a felmérésben szereplők 57% az interneten is szívesen tájékozódik a hírekről. A nyomtatott sajtót viszont csak a megkérdezettek 9% létesíti előnyben. A fiatalok, 55 év alattiak, körében elterjedt hírbázisok főként a közösségimédián vagy blogokon jelennek meg. A kutatás kimutatta azt is, hogy bár a fiatalabb generációnál jellemzőbb, de az idősebb generáció tagjai is előszeretettel használják az online terén megjelenő cikkeket tájékozódni, a megkérdezettek 47%-a. Az Európai Unión belül Magyarországon található majdnem a legtöbb álhír, a felmérést megelőző héten a kutatásban résztvevő emberek 46%-a találkozott valamilyen formában félrevezető információval. A válaszadók 63% úgy gondolja, hogy feltűnő ismerni a hamis híreket, ha találkozik vele. (Szilágyi, 2022)

Egy 8-15 éves gyermek átlagosan napi 4 órát tölt a telefonja előtt. Átlagosan 76 olyan alkalmazás van egy gyermek telefonján, amit használ. A ténylegesen használt idő alapján, a legtöbbet használt alkalmazások valamelyik közösségi média platformhoz köthető vagy egyéb kommunikációs alkalmazáshoz. Tehát az alfa generáció is hatalmas média felhasználó. (onlineplatformok.hu, 2023)

Az egyik magyar kutatásból, az is kiderül, hogy az alfa generáció legfiatalabb tagjai (1-2 éves) is rendszeresen használ valamilyen kütyüt. Az ELTE és az Alfa Generáció Labor közös kutatása alapján 2013-ban a 2-3 évesek alig 10 százaléka használt mobiltelefont rendszeresen, 2017-re ez a szám elérte a 40 százalékot. De a 4 év feletti gyerekek 60 százalékáról mondható el ugyanez. Természetesen ők nem akkora időintervallumba használják a készülékeket, mint az idősebb korosztályok, a kutatás a napi fél órát meghaladó értékeket vette alapul. (tandfonline.com, 2019)

Gyakori internetfelhasználónak azokat az embereket nevezzük, akik az átlagosnál többet használják az internetet. Az Nemzeti Média-és Hírközlési Hatóság felmérése alapján, átlagosan egy magyar állampolgár 3.6 órát tölt internetezéssel, ez generációnként eltérő lehet. Például, a fiatalabb generáció tagjai átlagosan napi 4.8 órát töltenek az interneten, míg a 55 évnél idősebbek „csak” 2,7 órát. (NMHH, 2022)



2. ÁBRA: GYAKORII INTERNETFELHASZNÁLÓK ARÁNYA KORCSOPORTONKÉNT, FORRÁS: KÖZPONTI STATISZTIKAI HIVATAL (2019)

3.3 INTERNETFÜGGŐSÉG

Először szeretném meghatározni a függőség definícióját.

„A függőség fogalmának önmagában nincs negatív jelentése. Mint ahogy a kisgyermek függése édesanyjától egészséges és szükségszerű. A kóros függőség (addikció) viszont az Egészségügyi Világszervezet (WHO) meghatározása alapján betegség: olyan lelki, adott esetben testi állapot, amelynek jellemzője a sürgető vágy jelenléte, ellenállhatatlan szükségérzet ismételt és rendszeresen a szervezetbe juttatni a kívánt anyagot vagy megismételni a kényszeres cselekvést.” (WHO, resoc.eu, 2018)

A függőségek egyben a testet és a lelket is befolyásolják. Pszichikai, vagyis lelki függőséghez kapcsoljuk a sóvárgást az adott szer vagy cselekvény iránt. Testi, vagyis fizikai függés pedig az rendes fizikai tünetek, elvonási tünetek formájába jelenik meg, amikor a szervezet nem kapja meg az adott adagot a szerből. (resoc.eu, 2018)

A függőségeket több csoportra oszthatjuk, vannak a kémiai függőségek (kábitószer, alkohol) és a viselkedési addíciók (munkamánia, pirománia). Az internet függőséget az utóbbihoz sorolhatjuk. Ennek is több formája lehet, vannak, akik a közösségimédia, mások a játékok rabjai. (resoc.eu, 2018)

A függőségek diagnosztizálásának több kritériuma van. A Diagnosztikai és Statisztikai Kézikönyv alapján onnantól beszélünk függőségről, ha az alábbi hat kritérium közül legalább három bekövetkezik. (resoc.eu, 2018)

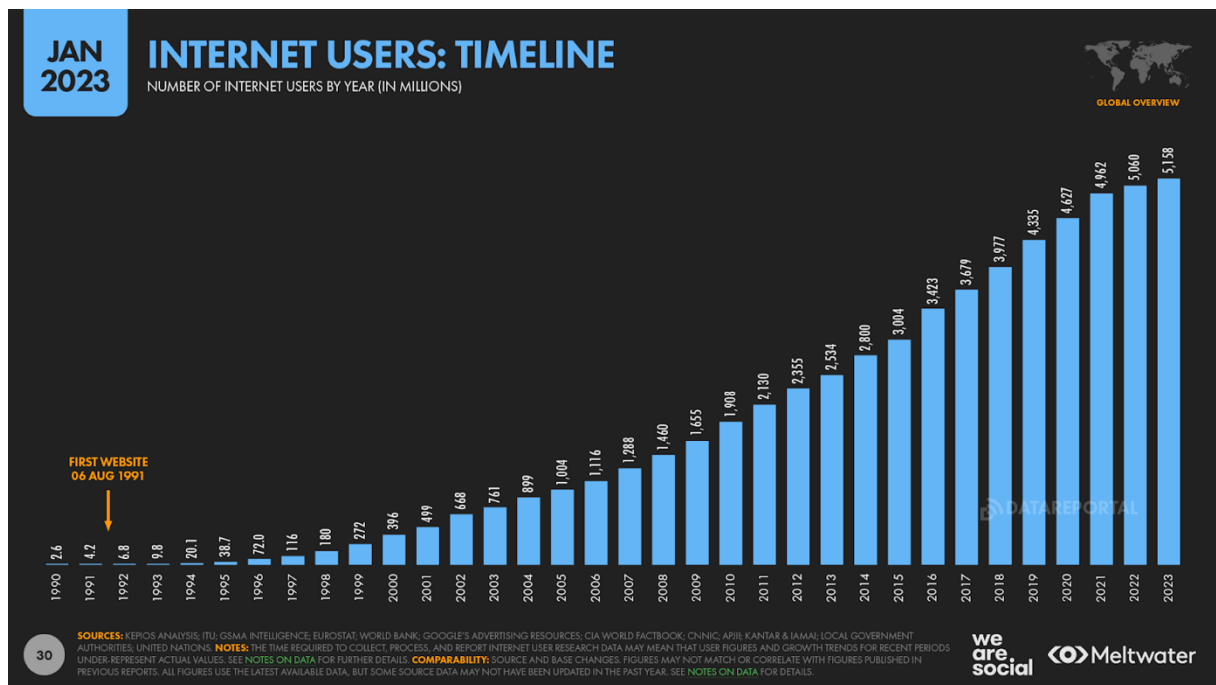
- Megváltozik az ember viselkedése az anyag/ cselekvény hatására
- A szerhez/ szokáshoz való hozzászokás, tehát nagyobb mennyiség váltja ki ugyan azt a hatást
- A negatív hatások/következmények ismerete mégis a szer további használata
- Kielégíthetetlen vágy az anyag használatára
- Fizikai/ lelki tünetek megjelenése, elvonási tünetek jelentkezése
- A személyes érdeklődési kör csökkenése, életstílus megváltozása (resoc.eu,2018)

Az internetfüggőségnek számos jele lehet. Például nem tudjuk uralni internethasználtunk idejét, egyéb tevékenységeinket szorítjuk háttérbe, csak arra tudunk gondolni, hogy miről maradunk le, ha nem netezünk. Esetleg elvonási tünetek jelentkehetnek a függőknél, ha nem használják az internetet, ilyen például a düh vagy a szorongás. (digipedia.hu, 2023)

Az internetfüggőségnek több fajtáját ismerjük. Megkülönböztetjük a közösségi média túlzott használóit, a játékfüggőket és azokat is, akik túl sokat online ismerős halmoznak fel. De azok

is függőknek számítanak, akik kórósan sokszor vásárolnak online, vagy egyszerűen csak rendkívül sokszor, kényszeresen keresnek mindenre választ a neten. A felsorlásból nem maradhatnak ki azok az emberek se, akik, minden örömeiket a felnőttfilmek világában találják. (egeszsegvonal.gov.hu, 2023)

Egy 2022-es kutatás alapján a világon több mint 5,44 milliárd mobilhasználó él, ezek közül 5.16 milliárd internet-felhasználó is. A kutatás alapján az internetezők naponta átlagosan 6 óra 37 percet töltenek a képernyő előtt, ami a 2021-es felméréshez képest csökkent. De összességében elmúlt évtizedben drasztikus növekedést tapasztaltak. (wearesocial.com, 2023)



3. ÁBRA: INTERNETHASZNÁLÓK SZÁMÁNAK NÖVEKEDÉSE, FORRÁS: WEARESOCIAL.COM, (2023)

3.4 A KÉPERNYŐFÜGGŐSÉG KIALAKULÁSA

A függőségek bárkinél kialakulhatnak, de ebben több tényező is közre játszik. A személyiség, a genetika is befolyásolja, hogy ki mennyire hajlamos arra, hogy függő legyen. Nagy szerepet tölt be az is, hogy milyen normák alapján nevelkedtünk vagy, hogy milyen külső hatások érnek életünk során. Természetesen, az adott tevékenység is lehet addiktív. A szerek, tevékenységek aktiválják az agy egyes területeit, ami alapján a központi idegrendszer olyan hormonokat képez, amitől pozitív visszajelzést kapunk, mint a dopamin, szerotonin. Ha úgy tetszik a saját agyunk jutalmaz minket minden alkalommal, ha leülünk a számítógép elé vagy ha görgetjük a közösségi médiát. Ami után pedig jutalmat kapunk az tapasztalataink alapján jó dolog. (resoc.eu, 2018)

A gyermek és fiatalkorban megfigyelhető, hogy az életkor növekedésével a telefon is használatának ideje is növekszik. Éppen ezért olyan fontos, hogy a szülők is felelősségteljesen járjanak el amikor ez a kérdéskör felmerül egy családban. (tandfonline.hu, 2019)

3.5 A MÉDIA ÉS OKOS ESZKÖZÖK POZITÍV HATÁSAI

Rengeteg típusú tömegmédiát van a köztudatba és ezek mindegyikével az emberek életének megkönnyítése a célja. Az újságok, hangfelvételek, fényképek, filmek, a rádiók, a tévékészülék, internet, telefon és az okoseszközök. Ahogy fejlődött a világ úgy fejlődtek a tömegkommunikációs eszközök is és bővült ki a lista amire lehet használni őket, de a cél ugyanaz maradt. A tájékoztatás, tájékozódás, adatok feldolgozása, és úgy általában a kommunikáció. A média lehetővé tette, hogy nagy tömegeket informáljon egyszerre. De ahogy ma is egyszerre van jelen a kikapcsolódás, szórakozás, információáramlás, hírek. Nagy jelentőséggel bír a társadalom formálására. (Sztítás,2023)

Az internet megjelenésének rengeteg pozitív hozadéka van. Kinyílt a világ, hiszen az internet nem ismer sem földrajzi, sem kulturális határokat. Bárki, bárhonnán rá tud keresni bármire. Az információ nagyon gyorsan tud terjedni a különböző platformok segítségével, például a valós idejű üzenet fogadás és küldés. Az emberek ki tudnak lépni saját vonzáskörzetükből és emberek millióinak tudják egy pillanat alatt akár felhívni a figyelmét fontosnak vélt témákra, mint például az orvosi szűrések fontossága. (Sztítás, 2023)

3.5.1 AZ OKOS ESZKÖZÖK HASZNÁLATÁNAK POZITÍV HATÁSAI

A fiatalok széles körében egyre népszerűbbé válik a multitasking, vagyis, hogy egyszerre több dolgot csinálnak. Ez segíti őket később a munka világában is, mivel hatékonyabban fognak tudni működni. (egeszsegvonal.gov.hu, 2023)

Az okoseszközök jelenléte segíti az egészséges élet megtartását, azzal, hogy folyamatos monitorozák a test jelzéseit. Ilyen termékek az okosórák, okoskarkötők. Méri a pulzust és a vérnyomást, az elégetett kalóriák számát, a megtett kilométereket, emeleteket. Sportoláshoz, fogyni akarók számára ez egy egyszerű eszköz, a teljesítmény méréshez. A stockholmi egyetem kutatása megerősítette, hogy az okoseszközök hatására, hosszabb ideig tartott a motiváció az egészséges életmód fenntartására. (medicalonline.hu, 2023)

Az idősebb korosztály számára kifejlesztett, segélyhívó órák komoly segítséget nyújtanak rosszullet vagy egyéb probléma esetén idős rokonaik, ismerőseink számára. Beépített mérőeszközök elérésével, azonnali automatikus jelzést küld a beállított partnerek (családtag, orvos, mentő) ha a gondozott személlyel valami történne. A gondosórák biztonságot nyújtanak a szépkorú emberek számára, a nap 24 órájában elérhető szolgáltatásaikkal. (gondosora.hu, 2024)

Az agyunk fejlődésére is pozitív hatással lehet az okosvilágban való jártasság. Rengeteg olyan alkalmazással, oldallal találkozunk nap mint nap, ami elősegíti készségeink gyarapítását. Például, nyelvtanulást elősegítő oldalak, A gyermekek gyorsabban tanulnak, kíváncsiak az újdonságokra így náluk jobban megfigyelhető a folyamat. Továbbá náluk az is megfigyelhető, hogy az online játékok segítségével fejlődik a problémamegoldó képességük, fejlődik versenyszellemük kialakulása is. (Vodafone Digitális Család-2016)

3.6 A KÉPERNYŐS ESZKÖZÖK NEGATÍV HATÁSAI

A negatív hatásokat több részre tudjuk osztani. Vannak a testre ható negatív hatások, a lélekre, valamint a környezetünkre. Ezek mindegyike visszafordítható, ha tüneteket időben felfedezik és kiküszöbölésükre megfelelő módszereket alkalmaznak.

3.6.1 A TESTRE KIFEJTETT NEGATÍV HATÁSAIT SZERETNÉM ELEMEZNI.

A testünk nem feltétlen tolerálja a hosszútávú mozgásszegény életmódot és a folyamatos egy helyre való fókuszálást.

Szemünk hamar elfárad a monitorból, képernyőből jövő statikus fény hatására, ez több problémát is okozhat. Leggyakoribb a szemszárazság, de ehhez társulhat a homályos látás, csőlátás, ideiglenes fókuszálási problémák. Azt is megfigyelhetjük, hogy a sok monitornézés után fejfájás jelentkezhethet. (Oláh, 2018)

Általában ülve használjuk okos eszközeinket, aminek sok negatív hatása testünkre. A mozgásszegény életmód elősegíti az ízületi gyulladások kialakulását és csökkenti a vérkeringést az izmokba és az ízületekben. A vérkeringés csökkenésének mellékhatása lehet zsibbadás, kihülés az érintett testrészen. (Oláh, 2018)

3.6.2 A MENTÁLIS EGÉSZSÉGRE GYAKOROLT NEGATÍV HATÁSOK

A sok képernyő előtt ülés hatására mentális egészségünk is romolhat, ez kifejezetten igaz a serdülő korban élő fiatalokra és a gyermekekre.

Az ELTE Etológia Tanszékén működő Alfa Generáció Labor mérése szerint a túlzott média fogyasztás hatására a gyermekek társas készségei sérülhetnek. Valamint negatív hatással lehet a kognitív- és önkontrollfolyamatok fejlődésére. (tandfonline.hu, 2019)

Feljebb említettem a Z-generációt legjobban érintő problémát, a Fear of Missing Out-ot. A vagyis az attól való félelmet, hogy kimaradunk valamiből. Ezt a legjobban azzal tudnám leírni, hogy egzisztenciális szorongást okoz az a tudat, hogy a barátaink jól szórakoznak egy helyen/eseményen nélkülünk. Ez nem kizárólag a média hibája. A James W. Thomson reklámügynökség kutatása bebizonyította, hogy a tinédzserek hetven százaléka találkozik a FoMO-val, a közösségi média használata miatt. (mindsetpszichologia.hu,2016)

Maradva a serdülőkre gyakorolt hatásoknál, a fiatalabb generáció hajlamos személyes társas kapcsolataikat háttérbe szorítani és szociális életüket az interneten élni vagy azzal helyettesíteni. A pozitív hatások mellett viszont olyan negatív eredményt is létre jöhet, amely csorbítja a gyermek, tinédzser készségeit. Elősegíti az elzárkózást, depresszió kialakulását, a magányt. Ezzel bele lehet kerülni, egy ciklikus életvitelbe is, mivel úgy vélik, hogy a negatív érzéseket a további internet használattal el lehet mulasztani. (digipedia.hu, 2022)

3.6.3.A MÉDIA HATÁSA A KÖRNYEZETÜNKRE

Avagy, hogyan tudja befolyásolni a média a mindennapjainkat? A mai kor médiája nagyon más, mint a régebbi koroké, ez befolyásolja az egyének véleményét, magatartását és tevékenységeit, ezzel együtt formálja a kultúrát. (Mezei, 2015)

Az internet befolyásolja a szociális viselkedést is, főként fiatal korban. Ezt négy különböző részre lehet kivetíteni. A személyen belüli kommunikációra (interperszonális), a személyek közötti kommunikációra (interperszonális), a médián keresztül bemutatott értékek megnyilvánulása, illetve a kultúrát. (Gősi, ed., 2020)

Az online térben mindenki egyenjogú, teljesen mindegy a származása, vagyona, ugyanúgy elmondhatja véleményét egy adott témáról, hozzászólhat a világ dolgaihoz. Nem szükséges szakembernek lenni, vagy a mögöttes szakmai tudást elsajátítani. Ennek kapcsán jelet meg a „digitális demokrácia” kifejezés. (Mezei,2015)

A médiának nyelvformáló tevékenysége is van. Az internetes kommunikáció normarendszere alapján, az internetezők nagyrésze arra törekszik, hogy minél kevesebb betűt/karaktert használjon egy beszélgetésen belül, mivel ezzel tudja gyorsabban és célravezetően kifejezni önmagát. Erre azért van szükség, mivel az internet által megnövekedett információ mennyiség, könnyebb és gyorsabb feldolgozását és annak hatékony továbbítását elősegíti a rövidítések, mozaikszavak használata. Ezért egyre több szleng kifejezést használunk a mindennapjaink során is. (Szűts, 2020)

3.7 A KÉPERNYŐFÜGGŐSÉG VISSZASZORÍTÁSA

Az előző fejezetekbe körbe jártam az internetfüggőség és a képernyőfüggőség hatásait. Szeretném azt is bemutatni, hogy hogyan tudnánk visszaszorítani a túlzott média használatot és előtérbe helyezni a valósághoz közeli életet.

Jobb megelőzni a problémát, mint a következményekkel szembesülni. Erre megoldás lehet, ha különféle módszerekkel tudatosan próbáljuk csökkenteni a képernyőidőt. Mára több okoseszköbe beépített funkcióval tudjuk ezt figyelni és korlátozni, de több applikáció és szűrőprogram is a segítségünkre lehet. Ha a családban több függőségre hajlamos ember van akkor érdemes magunkra is oda figyelni, hogy ne essünk ilyen hibába. (digimedia.hu, 2022)

Sok megjelent testi negatív hatásra van megoldás, ha egy kicsit odafigyelünk egészségünkre. A mozgásszervi panaszok enyhítésére bevált taktika az állandó sport behozatala életvitelünkbe. A sporttal olyan izmainkat is megmozgatjuk, erősítjük, amit, a rengeteg ülés hatására, nem használunk. Ha újra elkezdjük erősíteni azokat a problémát is megoldjuk. Ha nem tapasztalunk pozitív változást akkor érdemes lehet felkeresni egy szakembert is. (Oláh, 2018)

Szemünk is nagy terhelésnek van kitéve a sok képernyő nézésétől, erre megoldást nyújthat a műköny használata. (Oláh,2018) De feltaláltak már olyan szemüvegeket is, amelyek megsűrűrik a képernyő által kibocsátott káros sugarakat, a kékfényt. A kékfény valójában azokat a kék-ibolya fény forrásokat jelenti, amelyeket az emberi szem nem tud érzékelni. Természetes

képfényt a Napból is kapunk, az is épp úgy károsítja a szemünket, mint a képernyőé, a fő különbség az, hogy az előbbi mesterségesen előállított. (visionexpress.hu)

Ha a függőség beigazolódik és nehezen tudunk nemet mondani elektronikus kütyüjeinknek, akkor is van kiút ebből a fázisból. Azt érdemes tudni, hogy minden addícióból felépülni egy nagyon összetett folyamat. Fontos, hogy célokat tűzzünk ki magunkat, amik előre segítik a fokozatos felépülést.

- Először próbáljuk meg helyreállítani az egészségünket. Törekedni kell arra, hogy újra aktívan töltsük mindennapjainkat.
- A lelki cél szintúgy nagyon fontos, saját magunk belső gondolkodásának megértése elősegíti a gyógyulást. Tudatos, összeszedett elmével könnyebben tudunk nemet mondani.
- Szintén fontos társas kapcsolataink helyreállítása, hogy újra hasznos tagjai tudjunk lenni a társadalomnak. Közös programok szervezése a családdal, barátokkal támogatja a leszokást.
- Hasznos lehet továbbá, ha spirituális célokat is kitűzünk és elkezdünk hinni valamilyen felsőbb erőben. Helyreállítjuk a kapcsolatunkat Istennel.

Felkeresni egy szakembert sose késő, de több alapítvány is foglalkozik a függők segítségével. Különböző programokat, terápiás kezeléseket kínál például a Megálló alapítvány, vagy a Nádej- Reménység alapítvány. (resoc.eu, 2018)

3.7.1 A szülők szerepe a megfelelő eszközhasználat kialakításában

A környezet nagyban befolyásolja a fiatalok médiával való kapcsolatát, de bármit teszünk 100%-osan nem tudjuk azokat kizárni az életünkből. A specialisták szerint, azok a gyermekek hajlamosabbak több időt tölteni okoseszközök társaságában, akiknek szüleik is hajlamosak voltak erre, esetleg közösen is igénybe vették a kütyük nyújtotta lehetőségeket. Természetesen mindennek megvan az egészséges határa, érdemes megtalálni az egyensúlyt a virtuális világon kívüli élettel. (tandfonline.com, 2019)

A z-generáció és az alfa generáció szülei (az x és y generáció) még jóval természetközelebbi életet éltek, mint csemetéik, mivel még nem voltak ennyire elterjedve a digitális eszközök vagy fel se találták őket. (Steigervald,2020) Pont ezért a szülők kétharmada szokott olyan

programokat is szervezni a családdal, amit csak offline lehet végezni. (Vodafone digitális család, 2020)

Továbbá, rengeteg szülő küldi a gyermekeit nyáron táborozni. Mivel sokan úgy gondolják, hogy ott kiszabadulhat a négyfal közül a csemete és sok újdonságot megismerhet, új emberekkel találkozhat, felügyelt közegben. Az sem utolsó szempont, hogy még a szülő dolgozik, addig a gyermek minőségi időt tud eltölteni biztos kezekbe.

Az interneten olyan veszélyek leselkednek a gyerekekre, amihez hasonló az idősebb generáció sose tapasztalt. A mai fiatalok sokkal jobban kivannak téve a zaklatásnak vagy a bántalmazásnak. Az alsó tagozatosok jobban kivannak téve az adatvédelmi és túlhasználatból adódó kockázatoknak, mivel könnyű őket befolyásolni, valamint fogékonyabbak az ingerekre. A tinédzsereket jobba érinti a cyberbullying vagyis az internetes zaklatás, bántalmazás, mivel ők a legfiatalabb generáció, akik aktívan használják a közösségi médiát. Így az otthonukba is elér az bántalmazás, amit csak az iskolába kaptak eddig, ezzel egy véget nem érő zaklatásba fordul át. Valamint könnyebben elérnek hozzájuk a számukra nem megfelelő tartalom, például nagyon erőszakos vagy pornográf tartalmak. A szülők felelősége megvédeni gyermekeiket az internet veszélyeitől. Ezt megtehetik monírozó, szűrő programok segítségével. Ezek az oldalak figyelik a gyermekek online tevékenységeit és megszüri azokat, hogy csak a számukra feldolgozható tartalmakkal találkozzanak. (regiojatek.hu, 2022)

4. KUTATÁS

4.1 A KUTATÁS CÉLJA

A kutatásom fő célja megismerni a gyermek és ifjúsági táborok viszonyulását, a fiatalok médiahasználati szokásaihoz. Ezért a kérdéseimet úgy foglaltam szavakba, hogy miért hasznos a fiatalok számára a táborokban eltöltött idő. Ezen belül arra voltam kíváncsi, hogy befolyásolja-e a médiahasználati szokásukat az a viszonylag rövid idő, amit a gyermek a táborokban tölt, természetközeli keretek között. Illetve, az is érdekelt, hogy a táborok milyen intézkedéseket tesznek, hogy oktassák a gyerekeket a veszélymentes internethasználatra. Szerettem volna megtudni továbbá azt is, hogy mennyire tartják fontosnak az offline eltöltött időt a fiatalok számára. Azért döntöttem emellett a téma mellett mert az én gyermekkoromat jelentősen meghatározták ezek a táborok. Az előző nyáron megtapasztalhattam, milyen egy tábor a szervezők szemszögéből az Amerikai Egyesült Államokban, ahol a nekem az volt a fő feladatom volt, a résztvevő gyerekek lovas oktatása, további táborzók toborzása, valamint kommunikáció menedzselése lovas részleg és a tábor vezetősége között, így még jobban el tudtam mélyedni a táborok világában. Azért szerettem volna feldolgozni ezt a témát, mert Magyarországon kevés szakdolgozat születik ebben a témakörben, annak ellenére, hogy sok embert érint akár gyermekkorban, akár felnőttként.

4.2 A KUTATÁS MÓDSZERE:

A kutatásom fő módszere a strukturált interjú formájában történő kikérdezés. Azért ezt a módszert választottam a kutatásom elvégzéséhez, mivel ezt találtam legcélszerűbbnek a téma feldolgozásához. (Majoros, 2005) Ehhez kvalitatív és kvantitatív jellegű kérdéseket egyaránt alkalmaztam, mivel kíváncsi voltam minőségi, illetve, mennyiségi adatokra is. A hibrid kutatással átfogóbb összképet kapunk a médiahasználatról a táborok világában. (Neuliner, 2016) A interjúm alanyait vegyesen válogattam össze a tábori személyzet tagjai közül azért, mert több szemszögből is szerettem volna megvizsgálni a témát. Készítettem interjút két tábor szervezőjével és kitalálójával és több szorosan a témához kapcsolódó tábori dolgozóval, mint például a tábori animátorok vagy amerikai tábori nővérek, akik mindig a legszorosabb kapcsolatban állnak a tábor résztvevőivel. Továbbá megnyertem interjú alanynak egy hivatásos cserkész vezetőt, aki rengeteg gyermeknek mutatott jó példát a mai világban. Őt azért szerettem volna meghallgatni, mivel a cserkészlet világon az egyik legrégebbi gyermekek és felnőttek számára nyitott politikamentes ifjúságmozgalom.

Számomra az strukturált interjú tűnt a legjobb megoldásnak. Ugyanazokat a kérdéseket tettem fel az összes interjúalanynak, hogy a válaszaikat precízebben tudjam feldolgozni és minél átfogóbb képet tudjak felvázolni.

Az interjú lebonyolításához igyekeztem nyugodt körülményeket biztosítani és minél rugalmasabbnak lenni alanyaimmal, ezért azt interjúkat online videóhívás keretein belül bonyolítottam le. Ezt azért tartottam jó megoldásnak, mivel magas az idő és költséghatékonysága minden fél számára és mindemelett mindkét fél (kérdőző és válaszadó) a számára megszokott, kényelmes környezetében tudott felelni kérdéseimre. Ez által próbáltam elérni, hogy minden alany hasonló körülmények között tudjon interjút adni. Az interjú alanyokkal már korábbról ismertük egymást különböző táborokból, de sose alakult ki közöttünk közeli, bizalmi kapcsolat. Kérdéseimet igyekeztem lényegre törően, tárgyilagosan megfogalmazni, hogy könnyen és gyorsan értelmezhetőek legyenek mindenki számára. A kérdőívben mind nyílt, mind zárt formátumú kérdéseket alkalmaztam. Erre azért volt szükség, mert míg a nyílt forma széles lehetőséget biztosít a válaszadó számára, szubjektív véleményének kifejtésére, addig a zárt formátumú kérdésekre kapott válaszok a precízebb összehasonlításra biztosítanak lehetőséget. (Majoros, 2005)

4.3 HIPOTÉZISEK

Elméleti adatgyűjtésem és kutatásaim alapján, az a benyomásom alakult ki, hogy a minél fiatalabb generációk tagjai egyre növekvő és egyre fiatalabb korban kezdik az online tartalmak nagy mennyiségű fogyasztását. Ezzel, szellemi és lelki kapacitásaikat túlterhelik. Az eszközök használata során mozgásszegény életformát vesznek fel. Sőt, az eszközök használatával mind látásukat, mind testük fizikai állapotát károsan befolyásolják. A témával kapcsolatos szakirodalom feldolgozása során azonban örömteli megfigyelésekre találtam, melyek szerint a képernyőfüggőség csökkenthető.

Ezek alapján a következő hipotéziseket (H) állítottam fel:

H1: Egyre fiatalabb korban kezdünk okoseszközöket alkalmazni.

H2: Minél fiatalabb a generáció annál több időt tölt el a képernyő előtt.

H3: A sok képernyőhasználat rontja a mentális és fizikai egészséget is.

H4: A táborok célja visszaszorítani a telefonhasználatot.

H5: A szülők befolyásolják gyermekeik képernyőidejét.

H6: A táborok hosszútávon képesek visszaszorítani a képernyő használatot.

Dolgozatom további részében fenti téziseknek a hétköznapi gyakorlatban történő érvényesülését fogom elvégezni az ifjúsági táborok területén interjú technika alkalmazásával.

4.4 INTERJÚK AZ IFJÚSÁGI TÁBORI SZAKEMBEREKSEL

A táboroztatáshoz szorosan köthető alanyokat kérdeztem. Hét interjú került megszervezésre, az alanyaim mindegyik kérdésekre készségesen válaszoltak. Kettő alanyt szándékosan külföldről, illetve külföldi kötődéssel választottam, hogy egy szélesebb kitekintésből is meg tudjam vizsgálni a témát. Az interjúk magyar nyelven zajlottak, kivéve az utóbbi kettőt, azoknál az angol nyelvet alkalmaztam. A kérdőívem strukturált kérdésekből állt, ezért mindenkinek ugyanazokat a kérdéseket tettem fel. Az első pár kérdésben felmértem, hogy alanyaim milyen munkakörben dolgoznak és hogy mióta üzik ezt a tevékenységet. A további kérdéseim arra irányultak, hogy véleményük szerint milyen hatásai vannak a médiafogyasztásnak, az ifjúságra nézve. Illetve, hogy azok a táborok, amikhez köthetők hogyan viszonyulnak a témához, tesznek-e esetleg valamilyen intézkedést. Majd, személyes preferenciáik alapján kértem, hogy válaszoljanak további kérdéseimre, amelyek saját privátszférájukhoz köthető, de ugyanúgy a médiafogyasztás témakörében.

Elsőnek egy táborban informatika tanárként és csoport vezető animátorként dolgozó fiatalembert kérdeztem (továbbiakban: Z.M.) Ezt a munkakört három éve tölti be, de ugyanebben a táborban töltötte ifjúkora nyarainak zömét, körülbelül nyolc évet. Szóval Z.M.-t meglátásaim alapján, kellőképpen tájékozottnak ítélttem meg a tábori élet mindekét oldaláról. Következő alanyom, Z.M. táborának alapítója, és azóta is vezetője volt (továbbiakban, P.A.). Táborokkal a rendszerváltás óta foglalkozik, azaz lassan 35 éve. Vezetőként az a feladata a táborban, hogy kitalálja, szervezze és koordinálja a felkészülést. De az tábor egész ideje alatt jelen van, mivel úgy véli, hogy nem elég a távolból irányítani az eseményeket. Csapatával együtt gondolkodnak és terveznek, közösen oldják meg az esetleg felmerülő problémákat. Harmadik alanyom, egy táborvezető, aki egyben sportoktató és nevelő is. (Továbbiakban: K.CS.) Ő több mint 29 éve foglalkozik gyermekkel, és azok táboroztatásával. Főleg sport-táborok szervezéséről gondoskodik, mint például úszás, kerékpár, sí, de napközis táborokat is szervez. Negyedik interjúalanyom, bár külföldön látta meg a napvilágot azonban hosszabb ideje Magyarországon tevékenykedik, mint egy 12 évfolyamos nemzetközi iskola testnevelési részleg igazgatója. Korábban több évig tevékenykedett testnevelő tanárként az Egyesült Államokban (Továbbiakban: S.K.). Az iskolában, ahol dolgozik, ő szokta szervezni a nyári

táborokat a diákoknak. Fő feladatai közé tartozik, a táborok szervezése, élelmiszerellátás, külső szolgáltatók beszerzése, valamint bizonyos programok lebonyolítása. Ötödik alanyom nem a megszokott módon köthető a táborokhoz. Ő egy visszavonult cserkész vezető, aki már a szervező tevékenységben nem aktív, de mai napig visszajár a közösségbe. (Továbbiakban: M.D.) Pályafutása során több táborban is részt vett, ebből kettőnél a szervezésben is segített. Vezetőként sok feladatot látott el, például segédkezett a táborhely kialakításában, felépítésében, a napi programok lebonyolításában, illetve felkészítette a gyerekeket különböző próbákra, amelyekkel a cserkészek különböző rangokat tudtak megszerezni, a közösségen belül. Utolsó előtti alanyom, egy fiatal testneveléstanár (Továbbiakban: T.D). 5 éve foglalkozik gyermekekkel. A tanítás mellett, táborokban is részt szokott venni nyaranta. A feladata a táborokban többnyire oktatás vagy oktatás szervezői tevékenységek. Utolsó alanyom kitűnik a többi adatközlő közül. Ő egy amerikai tábor vezető ápolója, nővére. Ő felelős a vényköteles gyógyszerek beadásáért, az azonnali orvosi szükségletek ellátásáért, a kisebb karcolásokon át a durvább húzódásokig. Ezen kívül, aktív résztvevője a táboriéletnek, hiszen az összes turnus táborozóját és dolgozóját ismeri és szabadidejében elvegyül köztük, részt vesz a programokban. 12 éve látja el ezt a feladatkört abban a táborban, amiről a kérdőívben is szó van. (Továbbiakban: J.B.)

A következő kérdéseim a gyermekek médiahasználati szokásaikra irányultak. Arra voltam kíváncsi, hogy alanyaim miként látják a feljebb említett kérdéskört. Mivel életük jelentős részét töltik a diákokkal, így külső szemlélőként milyen változásokat látnak a gyerekek viselkedésén. Illetve, megítélésük alapján mennyire befolyásolja a médiahasználat a nebulók életét. Alanyaim közül van, aki még csak most csöppent bele a munkavilágába de vannak, akik több évtizede a táborokkal foglalkoznak, mégis amikor a változásról kérdeztem őket egytől egyik hatalmas változást véltek felfedezni a gyermekek médiahasználati szokásában. J.B., S.K., P.A., K.CS., akik az idősebb generációt képviselték látták a legtöbb változást, mivel ők még akkor kezdtek gyermekekkel foglalkozni amikor még nem létezett ennyi okoseszköz. Általánosságban azt gondolják alanyaim, hogy ez a modernizációnak egy része. Mindegyik alanyom benyomása az, hogy a gyerekek időről-időre egyre inkább a média megszállottjaivá válnak. Amikor ennek pozitív és negatív hatásairól érdeklődtem, már különböző válaszok születtek. A pozitív hatásra vonatkozó válaszok közel azonosak. Mindenki szerint előnyös a gyors kézhez kapott információ, amivel megkönnyíti az életünket a média. Több interjú alanyom még hozzá tette, hogy a kommunikációt is jelentősen egyszerűsíti. Negatív hatásként különböző, mégis egybecsengő válaszok érkeztek. K.CS. szerint a gyerekek médiahasználatának a negatívuma,

hogyan több mentális probléma kialakulhat náluk például, depressziós tünetek, figyelemzavar, hibás önkép és diszlexia, ezek következményeképpen kilehetnek téve zaklatásnak. S.K. szerint a legnagyobb problémát az egészségkárosító hatások jelentik, főként a mozgás szegény életmód. De a mentális egészségére gyakorolt hatás is negatív lehet. A többi alany a nehezen követhetőséget emelte ki. Vagyis, hogy a túl sok információ miatt szinte szűrhetetlen a tartalom, amit a gyerekek fogyasztanak, így olyan tartalmakhoz is hozzá férnek, amit nem tudnak feldolgozni, egyszerűen nem nekik való. Alanyaim többsége úgy gondolja, hogy az internetes zaklatás is nagy gondot jelent. Viszont, vitathatatlan az internet közösségformáló ereje. Bár Z.M., T.D. és M.D. szerint megvan ugyanúgy a negatív vonzata is ennek és van úgy, hogy az interneten alakult közösségek ártani tudnak akár egyedeknek. A következő kérdésem arra irányult, hogy véleményük szerint mennyit időt lenne érdemes egy fiatalnak a képernyő előtt tölteni naponta, illetve akik több időt töltenek el a képernyő előtt produkálnak-e valamilyen magatartásbéli különbséget. A képernyőidőre vonatkozó kérdés megosztó eredményeket hozott. Az egészséges idő, amit egy gyereknek a képernyő előtt szabad lenne töltenie T.D. és S.K. szerint 1 óra míg K.CS., Z.M. és M.D. szerint 2-3 óra, J.B. szerint maximum 4 óra. P.A. szerint maximum annyi idő tanácsos, amely a feladat megoldásához, teljesítéséhez szükséges. Tehát elmondhatjuk, hogy mindegyik alanyaim átlagosan napi 2,5 órát tartanak elfogadhatónak, szemben NMHH felméréseben alapuló 4.8 órás tényszámmal szemben. Az utolsó kérdés, amit az általános médiahasználattal kapcsolatban feltettem a gyermekek esetleges magatartásbéli változásaira irányult. M.D. szerint nagyon nagy magatartásbéli különbség van azok között a gyerekek között, akik kevesebbet használják a telefonjukat és azok között, akik sokat. Azok a gyerekek, akik több időt fordítanak az offline tevékenységekre sokkal befogadóbbak és nyitottabbak a világra. Sokkal egyszerűbb lekötni a figyelmüket hosszabb távon. Azok a gyerekek, akik többet használják telefonjukat, már-már függővé válnak. Kevésbé fogékonyak a tartós ingerekre, kissé türelmetlenebbek és hamar elveszik érdeklődésüket, el tudják unni magukat. Jellemzőbb rájuk a harsány magatartás. A kommunikációs eszköz használatának korlátozása esetén, képesek komoly elvonási tüneteket produkálni, olyankor fellázadnak és a többieket is elkezdik szítani. T.D. úgy látja, hogy azok a gyermekek, akik kevesebb időt töltenek a képernyő előtt hosszabb ideig tudnak koncentrálni és odafigyelni egy konkrét témára. Z.M. szerint azok, a gyerekek, akik több időt töltenek a képernyő előtt nem olyan kreatívak, sokszor előfordul, hogy csak a kész információt várják, ahogy hozzá vannak ahhoz szokva a modern médiák által. Akik kevesebb időt töltenek el telefonozással, több témakörben is hatékonyabban tudnak működni. P.A. szerint azok a gyerekek, akik kevesebbet használják telefonjukat nyitottabbak, aktívabbak, kommunikatívabbak. J.B. úgy véli, hogy azok

a gyerekek, aki sok időt töltenek a médiavilágában könnyebben lesznek idegesek, agresszívek, valamint nehezükre esik a koncentráció. S.K. azt tapasztalta, hogy azok a gyerekek, akik kevesebb időt töltenek az interneten szociálisabbak, fizikailag jobban kondicionáltak, a legtöbb esetben nincs mentális problémájuk, valamint pozitívak és boldogok. Valamint szenvedélyesebben élik meg a „valódi élet” tevékenységeit és eseményeit. K.CS. bár nem figyelte kifejezetten a gyermekek viselkedését, mégis úgy véli, hogy van különbség azok között, akik sokat használják az okoseszközöket és azok között, akik kevesebbet. Összeségében elmondhatjuk, hogy az okoseszközöket többet használó fiatalok körében mind a koncentrációs, mind a problémamegoldó képesség alacsonyabb, míg ezeket az eszközöket kevésbé használó társaik mentálisan, szociálisan is kiegyensúlyozottabb, fizikai adottságaik jobbak.

Az interjúk következő része a telefon és más okoseszközök a táborokban történő használati szabályozására irányult. Az első kérdésem arra irányult, hogy a táborban tartanak-e bármiféle edukációs előadást a telefonokkal kapcsolatban, vagy egyáltalán beszélnek-e a gyerekekkel a megfelelő telefonhasználatról a táborok ideje alatt. Először a tábor vezető P.A.-t kérdeztem. Elmondása szerint közvetlen a tábor elején javasolják a gyerekeknek, hogy bátran hagyják a telefonjaikat a szekrénybe zárva és csak akkor vegyék elő, ha valamelyik családtagjukkal szeretnének beszélni aztán rakják is vissza. A táborok legfontosabb alapelve, mondhatni jelmondata, amit a gyerekeknek is tanítanak az, hogy „Érezzétek jól magatokat együtt: beszélgetsetek, tapasztaljatok, alkossatok!”. Ezzel jó példát mutatva. Z.M., aki a fentebb említett P.A. munkatársa, úgy nyilatkozott, hogy nem tartanak külön előadást, viszont a fentebb említett technikával rávezetik a gyerekeket a telefon nélküli táborozásra. Következő alanyom, K.CS. az ő táborában se tartanak semmilyen edukációs célú előadást se beszélgetést a gyerekekkel. Úgy gondolja, hogy a jó példamutatással és alternatív programokkal lehet a legjobban nevelni a táborzókat. M.D. az év folyamán is több programban részt vesz a gyerekekkel, akikkel táborozni jár. Ők az év folyamán inkább a kis csoportos alkalmak során szokták edukálni a gyerekeket a megfelelő internet, telefon használatra. A táborok inkább a közösen szervezett, csapatszintű élményekről szólnak. A következő alanyom, T.D. táborában szoktak edukációs célú előadásokat tartani és beszélgetni is a gyerekekkel a megfelelő telefonhasználatról, sőt az internet veszélyeiről is. Ugyan ez tapasztalható, S.K. táborában is. Fontosnak tartják, hogy minél többször felhívják a figyelmet az internet veszélyeire, és hogy milyen negatív hatásokkal kell szembe nézni azoknak a gyerekeknek, akit túl sokat ülnek képernyő előtt. Végezetül J.B.-t kérdeztem, amikor lehetősége nyílik rá szokott általánosságban

beszélgetni a gyerekekkel a táborban a médiahasználattal kapcsolatban, de a táborban nem szoktak kifejezetten erre irányuló előadások, beszélgetések lenni.

A következő kérdésem arra irányult, hogy a táborok törekednek-e a tudatosan offline programokra, a virtuális élmények helyett. P.A. azt nyilatkozta, hogy az ő általa szervezett táborokban ez magától értetődik, mivel a gyermekek már a jelentkezéskor kiválasztják a témát, amivel a táborokba délelőttönként szeretnének foglalkozni. A tábor kínál olyan kurzusokat is, ahol a gyermekek felügyelet mellett tanulhatnak programozást, robotikát, a mesterséges intelligenciáról, 3D konstrukciókat, gamerkedést (videójátékozás), film és fotó készítést, drón reptetést, angol nyelvet, bróker és tőzsde ismereteket, kézműves tevékenységeket, főzést, csillagászatot, sportokat és színészkedést is. Délutánra és estére pedig a táborlakók szabadon választható programokon vehetnek részt. Este az egész tábornak, ami turnusonként csaknem 500 fő, közös show- és vidámparkszerű programokat szerveznek. Így a táborozóknak szinte nincs is idejük telefonjaikkal foglalkozni. Tehát, a jól szervezett és nagy választékú offline programok kínálatával ebbe az irányba fordítható és leköthető a gyerekek figyelme, nincs alkalmuk, de nincs is igényük online közösségebe tölteni napjaik jelentős részét. Z.M. is megerősítette, hogy a feljebb említett táborban egyszerűen nincs ideje a gyermekeknek a telefonjukkal foglalkozni, hiszen a folyamatosan megújuló vagy hagyományörző programok lefoglalják őket.

K.CS., bár más táborban dolgozik, ő is azt mondta, hogy tudatosan igyekeznek a hangsúlyt fektetni az offline programokra szervezésére a tábor ideje alatt. Azért, hogy a táborozó fiataloknak eszükbe se jusson a telefonjuk.

A cserkésztáborokban amúgy se jellemzőek a virtuális élmények, mivel alapvető célkitűzésük, hogy a természethez közeli életmódra neveljék a gyerekeket. M.D. elmondása alapján napközben inkább számháborúra, métára, kirándulásra vagy hasonló jellegű programra helyezik a hangsúlyt. Este pedig tábortűz mellett különböző vidám dalokat énekelnek vagy különböző társasjátékokat játszanak. De általában minden táborban van sportnap, strandolás, vasárnapi vásár vagy egyéb kereskedős játék. A cserkészek offline program repertoárja elég nagy.

S.K. és T.D. táborában a táborozók aktív, minőségi időtöltéséről a szervezők gondoskodnak, háttérbe szorítva az igényt a telefonhasználatra. Az igazi közösségi élmények észrevétlenül felülírják a mesterséges virtuális tér gépies világát és benne szereplő idealizált személyeket. J.B. táborában kifejezetten oda figyelnek, hogy a gyermekek csak offline élményt szerezzenek. Telefonjaikat vagy bármilyen elektronikus eszközüket otthon kell hagyniuk, kizárólag akkor

lehet náluk, ha az erősen indokolt, gondolok itt valamilyen egészségügyi okra. Ennek a következménye az interperszonális kommunikáció erősödése.

Továbbá, arra is kíváncsi voltam, hogy alkalmaznak-e bármiféle korlátozást a mobiltelefon használatra a táborokon belül. P.A. úgy gondolja, hogy a tiltás nem old meg semmit, éppen ezért jóformán nem tiltanak semmit a táborban. Így az internethasználatot sem. A mobiltelefon használatban is inkább csak javaslatokat adnak a gyerekeknek. Ha esetleg valamelyik rokon valamilyen feladat közben keresné, inkább hívja vissza, amikor szabadideje van. Z.M. elmondása alapján, a fent említett táborban bár nincs kimondva, de igenis korlátozva van a mobilhasználat. Olyan módon, hogy egyszerűen annyi programot szerveznek a gyerekeknek, hogy nem tudnak a telefonjukkal foglalkozni. Tehát, ugyan passzívan, de ez mégis csak egy típusa a korlátozásnak. A K.CS. által szervezett táborokban is hasonlóan járnak el. Vagyis közvetlenül nem tiltják a mobilhasználatot, de annyi programot szerveznek, hogy a gyerekeknek eszükbe se jut a telefonjuk. Előfordul azonban, hogy bevonják a kütyüket a tábori életbe is. Például, fotózásra. A cserkész táborok szigorúan tiltják a mobiltelefonok jelenlétét a táborok során. M.D. elmondása alapján a táborok egy 10 napos úgynevezett digitális detoxnak felelnek meg, ilyenkor egyáltalán nem használják készülékeiket, se ők se a gyerekek. Hozzá kell tenni, hogy azért a telefon náluk van, mivel sok gyerekre vigyáznak. De ha nem szükséges elő se veszik.

S.K. és T.D. tábori előírása megegyezik. Ugyanis egyszerűen a turnus kezdetekor elveszik a gyerekektől a telefont és egy biztonságos helyen megőrzik, majd a tábor végeztével visszaadják. J.B. táborának szigorú rendszere van bármiféle elektronikus eszközre nézve, ugyanis ki vannak tiltva a tábor területéről. A tábor varázsának része, hogy a diákok mindenféle elektronikus behatás nélkül élvezhetik a természet nyújtotta lehetőségeket.

Ezzel át is térnék a következő kérdésekre, ami a tábori programokról szól. Megkértem lelkes alanyaimat, hogy tegyék 1-7-ig sorrendbe az általános tábori elfoglaltságokat. Észrevételeik alapján melyek azok a tevékenységek, amik leginkább lefoglalják a gyerekeket. 1-es a leginkább lefoglalja, 7-es a legkevésbé.

*Csapat vetélkedők
Teljes táboros játékok
Kézműves program
Sport
Tábortűz
Tematikus elfoglaltságok
Táboron kívüli programok (kirándulás, városnézés stb.)*

A válaszaikat egy táblázat segítségével értelmezem.

Számozás	Alanyok						
	Z.M.	P.A.	M.D.	S.K.	T.D.	J.B.	K.CS.
1.	Csapatvetélkedők	Csapatvetélkedők	Tábortűz	Csapatvetélkedők	Sport	Tematikus elfoglaltságok	Csapatvetélkedők
2.	Táboron kívüli program	Teljes táboros játékok	Teljes táboros játékok	Sport	Táboron kívüli program	Csapatvetélkedők	Sport
3.	Teljes táboros játékok	Sport	Csapatvetélkedők	Táboron kívüli program	Csapatvetélkedők	Teljes táboros játékok	Tematikus elfoglaltságok
4.	Tematikus elfoglaltságok	Táboron kívüli program	Sport	Kézműves program	Kézműves program	Sport	Teljes táboros játékok
5.	Sport	Kézműves program	Tematikus elfoglaltságok	Tábortűz	Tematikus elfoglaltságok	Kézműves program	Tábortűz
6.	Tábortűz	Tábortűz	Kézműves program	Tematikus elfoglaltságok	Tábortűz	Tábortűz	Táboron kívüli program
7.	Kézműves program	Tematikus elfoglaltságok	Táboron kívüli program	Teljes táboros játékok	Teljes táboros játékok	Kortársakkal eltöltött online idő	Offline eltöltött idő

1. TÁBLÁZAT: TÁBORI SZAKEMBEREK VÉLEMÉNYE A TÁBOROKBAN GYAKORI TEVÉKENYSÉGEK NÉPSZERŰSÉGÉRŐL. SAJÁT SZERKEZETÉS A KUTATÁSOM ALAPJÁN.

A táblázat kimutatja, hogy a gyerekek körében legnépszerűbb tevékenységek közé tartozik a csapatvetélkedő, ugyanis válaszdóim 57%-a szerint ez tevékenység foglalja le leginkább a gyerekeket. Továbbá, egy-egy alanyom tapasztalta azt, hogy a sport tevékenység, a tematikus elfoglaltságok, illetve a tábortűz köti le leginkább a gyerekeket. Majdnem minden alany szerint más foglalja le legkevésbé a táborozókat. Ez azért lehet, mert más-más típusú táborokról beszélünk. Azt figyeltem meg, hogy nem lehet általánoságban kijelenteni, hogy melyik tevékenység köti le a leginkább a gyerekeket.

Érdekelt továbbá az is, hogy mivel tud többet nyújtani a táborban kapott offline élmény a virtuálisnál. P.A. szerint nem releváns összehasonlítani az offline és az online élményeket, úgy mintha az egyik helyettesíthető lenne a másikkal. A képernyőn lebonyolított csaták nem járnak fizikai mozgással, míg a táboros lovagi torna igen, pedig, ha mozogsz az agyad is máshogy működik. Tehát, ezzel a fizikai mozgással tudsz pluszt kapni, ezzel a többi interakciót nem lehet összehasonlítani. Z.M. úgy gondolja, hogy a táborokkal rengeteg barátságot lehet kötni, melyek hosszú éveken át megmaradnak. Illetve, az online világhoz képest teljesen más élményt nyújtanak a táborok. Ezek az élmények egy életen át emlékeztetésekké maradnak. K.CS. szerint sajnos a diákok otthonról nem ilye jellegű mintákkal érkeznek, ezt egy hét alatt nehéz, sőt lehetetlen egy hét alatt megváltoztatni. Mindazonáltal, jó példamutatással és az alternatív programokkal a helyzetet sokat lehet javítani. M.D. meglátása alapján a táborozók egy valóságos, kézzel fogható élménnyel gyarapodnak. Egy hús-vér közösség tagjaként megélni a

tábortüzet, vagy sorversenyt, aminek sok esetben díja/tétje van, felbecsülhetetlen érték manapság. Másrészt, jobban fejlődik a személyiség, mivel valós impulzusok érik az embert. S.K. szerint azért nyújt többet az offline élmény, mivel megtanulnak a gyerekek a jelenben élni, fókuszálni és valós élettapasztalatot szerzeni. T.D. szerint nagy szerepe van az offline programoknak a szocializációban. Egy tábor során el tudják sajátítani a gyerekek, hogy hogyan kell való életben is barátkozni, nem csak online egy kattintással. J.B. elmondása alapján az offline mód segít a gyerekeknek megtanulni, hogy hogyan legyenek a jelenben és hogyan összpontosítsanak a körülöttük zajló történésekre, interakciókra. Továbbá, fejleszti a gyerekek kommunikációs képességeit, különösen a nem verbális jelek azonosítását.

Ennek a résznek a lezárása képpen, kíváncsi voltam, hogy az igazi közösségben átélt időszak után, a gyerekek kevésbé lesznek fogékonyak az internet által nyújtott gyors, impulzív élményekre. Esetleg a tábor folyamán történt-e ebben a vonatkozásban bármi változás. P.A. elmondása alapján addig ameddig lehetőségük van benne maradni az igazi közösségben addig kevésbé fogékonyak az online világ csábításai iránt. Amikor azonban kikerülnek az offline térből, simán visszakapcsolnak online üzemmódba. Nyilván bármelyik offline kaland komplexebb, mint egy online élmény, de tart, ameddig tart. Nem szokatlan az sem, hogy többen együtt vannak egyedül. Az online élményt egy kókuszdióhoz hasonlította, ami a fejedre hullik, akkor ugyan édes mindegy, hatan ültök-e a fa alatt, vagy csak ketten. Egyedül nyilván végzetes, mert senki nem borogatja a dudort a kobakodon. Az online élményeket is gázabb egyedül fogyasztani. Z.M. szerint is megfigyelhető a tábor közben, hogy a gyerekek egyre nyitottabban állnak az offline dolgokhoz, de miután vége a tábornak egy idő után visszaállnak. K.CS. szerint biztos, hogy a közös tábori élmények új közösségeket és barátságokat generálnak. De nem gondolja, hogy ez jobb vagy rosszabb lenne az online barátoknál. Szerinte a világ változásával ezek a dolgok se lesznek jobbak vagy rosszabbak, csak mások. M.D. Személyes tapasztalásai szerint a gyerekeken a tábor első napjaiban még erősen megfigyelhető a dekoncentrálttság, és az eszközhányából fakadó frusztráció, viszont ahogy telnek a napok, egyre jobban visszatérnek a jelenbe, és aktív odafigyeléssel vesznek részt a programokon, meg úgy önmagában a nomád tábori életbe. Persze, amint vége a tábornak, visszakapják az okostelefonjaikat, és a hazaúton le se lehet velük tetetni az eszközt, egyből visszazippantja őket a virtuális tér. S.K. szerint megfigyelhető változás. Az első időszakban a rossz berögződések miatt nehezebb ugyan az átállás, de amikor a táborzók észreveszik, hogy a tábor milyen lehetőségeket nyújt a valódi csapat, az online közösséggel szemben, szinte minden esetben a szociális együtt létet választják. T.D. azt figyelte meg, hogy van változás, mivel a táborban egyáltalán nem használhatják a

telefonjukat, ezért megfigyelhető, hogy a táborban a gyerekek egyre inkább értékelik a valódi élményeket. Rendszerük diktatórikusnak tűnhet, de a gyerekek visszaigazolása alapján, hosszabbtávon mégis pozitív intézkedésnek fogadják el. J.B. szerint is van változás, úgy gondolja, hogy az eszközök nélkül kénytelenek a gyerekek egymással kommunikálni. A gyerekek öntudatlanul lelassulnak, türelmesebbek lesznek és felfedezik tevékenységekben való sikeres próbálkozás/részvétel örömét. A gyerekek megtanulják értékelni a gyors és felületes impulzusok helyett, az elmélyült és valódi élményeket.

Interjúimat egy személyesebb témakörrel zártam. Arra voltam kíváncsi, hogy családi körben hogyan viszonyulnak a saját vagy leendő gyermekeik képernyőhasználatához. K.CS. úgy kezeli ezt helyzetet, hogy gyermekeit felkészíti a biztonságos és értelmes felhasználásra. Gyermekei jó mintát látnak otthon, így sokat sportolnak, kirándulnak, járnak színházba és sokat olvasnak, bár az utóbbit inkább e-bookon. S.K. korlátozza a napi képernyőidőt gyermekénél, applikációk segítségével, amik a nem engedik egy meghatározott idő után, hogy a csemete tovább használja az eszközöket. P.A. nem hisz a tiltásban, de a projektív példamutatásban annál inkább. Igyekszik gyermekei érdeklődését fenntartani az offline világ iránt, oly módon, hogy lelkesen megosztja élményeit, ami motiválja a piciket is, hogy kövessék apukájuk példáját. Úgy véli, hogy attól még, hogy van mobiltelefonjuk, még nem kell elfelejteniük sportolni vagy olvasni, elfér több tevékenység egymás mellett. J.B. gyermeke 1-es típusú cukorbetegségben szenved ezért mindig hozzá kell férnie a telefonjához orvosi kezelés céljából. Ebből az következik, hogy a szülők nem tudják korlátozni a gyermek képernyőidejét. Viszont gyakran beszélnek az online jelenlétről, arról, hogyan bánjunk a „trollokkal”, és hogyan kerüljük el az olyan témákat, amik megosztóak lehetnek ránk tekintve. A három további alanyomnak még nincs saját gyermeke, de határozott elképzelésük van a témáról és hogy ők hogyan korlátoznák leendő gyermekeiknél a képernyőidőt. T.D. például 12 éves kor alatt nem engedné a telefon használatot és utána is aktívan nyomon követné, hogy gyermeke milyen tartalmakat „fogyaszt” az interneten. M.D., ha az elkövetkezőkbe esetleg családot alapítana, azt egy képernyőmentes háztartásként tudná elképzelni, ahol a fő hangsúlyt az együtt töltött minőségi időbe fektetné, sokat kirándulnának, és rengeteg offline programot szerveznének. Bevallása alapján abszolút szükségtelen bármilyen digitális eszköz használata. Utolsó alanyom, Z.M. 10 éves korig nem engedné, hogy gyermeke közel kerüljön az internethez. Utána pedig beépített montírozó eszközöket vagy korlátozó applikációkat használna, hogy kordában tudja tartani gyermeke képernyőhasználatát.

Kérdőívem végén kértem alanyaimat, hogy állítsák sorrendbe az alábbi tevékenységeket 1-5-ig, a saját étékrendjüknek megfelelően. Az 1-es a legjobban preferált az 5-ös a legkevésbé.

Offline eltöltött idő
Online eltöltött idő
Családdal eltöltött idő
Kortársakkal eltöltött online idő
Kortársakkal eltöltött offline idő

A kérdésre kapott válaszokat egy táblázat segítségével szemléltetem:

Számozás	Alanyok						
	Z.M.	P.A.	M.D.	S.K.	T.D.	J.B.	K.CS.
1.	Családdal eltöltött idő	Offline eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött offline idő	Családdal eltöltött idő	Családdal eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött offline idő	Kortársakkal eltöltött offline idő
2.	Kortársakkal eltöltött offline idő	Családdal eltöltött idő	Offline eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött offline idő	Kortársakkal eltöltött offline idő	Családdal eltöltött idő	Családdal eltöltött idő
3.	Offline eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött offline idő	Családdal eltöltött idő	Offline eltöltött idő	Offline eltöltött idő	Offline eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött online idő
4.	Kortársakkal eltöltött online idő	Kortársakkal eltöltött online idő	Online eltöltött idő	Online eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött online idő	Kortársakkal eltöltött online idő	Offline eltöltött idő
5.	Online eltöltött idő	Online eltöltött idő	Kortársakkal eltöltött online idő	Kortársakkal eltöltött online idő	Online eltöltött idő	Online eltöltött idő	Online eltöltött idő

2. TÁBLÁZAT: A TÁBORI SZAKEMBEREK ÁLTAL PREFERÁLT TEVÉKENYSÉGEK. SAJÁT SZERKESZTÉS A KUTATÁSOM ALAPJÁN.

Válaszadóm 57%-a családdal töltött offline időt tartja a legfontosabbnak, míg a 43%-uk a kortársakkal offline időt. A válaszokból az is kiderül, hogy ugyanúgy 57%-uk közepesen preferálja az offline eltöltött időt. További kettő alany a kortársakkal eltöltött offline időt és még egy alany a családdal töltött időt. Válaszadóim 71%-a az online időt részesítik legkevésbé előnyösnek. A maradék 29% a kortársakkal eltöltött online időt tartja legkevésbé fontosnak. A táblázatba láthatjuk, hogy minden alany az internet nélküli tevékenységek valamilyen formáját részesíti előnyben és csak utána preferálják az online eltöltött időket.

4.5 A KUTATÁS ÖSSZEFOGLALÁSA ÉS A KÖVETKEZTETÉSEK LEVONÁSA

A tábori szakemberekkel készített interjúim alapján elmondható, hogy csak úgy érdemes elkezdni táborokkal foglalkozni, ha az ember szívvel lélekkel tudja csinálni, alanyaimról ez teljes mértékben elmondható. Úgy gondolom, hogy a kutatásom során is látszik alanyaim lelkesedése, éppen ezért kutatáshoz méltó interjúk születtek. Az interjúalanyaim nagyon segítőkészek voltak, legjobb tudásuk szerint válaszoltak kérdéseimre. Szerintem minden interjú jól sikerült, és meg tudtam mindent, amit szerettem volna. Mivel mindegyik alanyommal online videóchaten csináltam az interjúkat így a megfelelő, nyugodt környezet vett minket körbe. Az

első kérdésekből kiderült számomra, hogy a táborok felépítése mennyire komplex és milyen sok munkakör szükséges egy tábor működtetéséhez. Ha megtaláltuk a számunkra megfelelő tábort akkor tényleg nagyon hosszú ideig lehetünk a közösség része, több szempontból is. Ezt az is bizonyítja, hogy táborozóból akár táboroztatóvá is válhatunk. De a közösség tagjaként megtalálhatjuk második családjunkat is a sok éves ismeretségek végett.

Az interjúk második felében nyilvánvalóvá vált számomra, hogy a világ nagyon gyorsan változik. Hiszen a pályakezdő táboroztatók is hatalmas változásokról számoltak be, amik rövidebb időn belül következtek be. Az internet közösség formáló ereje tagadtathatatlan, ezt mi sem bizonyíthatná jobban, mint annak népszerűsége. Az interjúk alapján megfigyelhető, hogy ez a gyors fejlődés a gyermekek viselkedésére pozitív és negatív hatásokat is gyakorol. Pozitívként élük meg a gyors kommunikációt és azt, hogy az internet segítségével a gyerekek könnyebben tudnak tanulni. De az interjúk alapján elmondható az is, hogy több negatív vonzata van a digitalizációnak a gyerekekre. Az információ mennyisége lényegében korlátlan lett az emberek számára. Sajnos a gyermekek számára is több veszélyt is tartogat. Elsősorban olyan információkhoz is el tudnak jutni, ami számukra nem megfelelő, például erőszakos játékok, vagy felnőtteknek szánt tartalmak. Ezek hátrányosan befolyásolják a gyerekek fejlődését. Egyre elterjedtebbek az internetes zaklatások is. Interjúim során az is kiderül, hogy alanyaim szerint kevesebbet kellene a gyermekeknek képernyőt használniuk egy nap. A Magyarországon korosztályban átlagos 4.8 óra helyett (NMHH, 2022) alanyaim átlagosan csak napi 2.5 órát tartanának egészségesnek.

Az interjúkat illetően ezek után elkezdtünk kifejezetten a táborokkal és az ottani étellel foglalkozni. Rengeteg típusú tábor található, de meglátásom szerint valamilyen szinten mindegyik ugyanazon az elven működik. Céljuk a gyermekek tanítása és szórakoztatása. Számomra meghökkentő tapasztalni, hogy milyen magatartásbeli különbségeket lehet felfedezni a táborok első napjaiban, azon gyermekek között, akik aktívan használják elektronikus készülékeiket és azon társaik között, akik mérsékelten. Bár interjú alanyaim szerint ez csupán része a modern életmódnak, én mégis úgy gondolom, hogy a tünetek alapján ez mégiscsak egy visszaszorítandó tevékenység a gyermekek számára, legalábbis mindenképp több edukációs anyagra lenne szükség. A táborok általában nem tudatosan, de mégis igyekeznek kibillenteni a gyerekeket az online világból és hagyományos offline tábori programokkal eltölteni az időt, ezek közül a legnépszerűbb a csapatok közötti versengés. A táborok nagyrészt tiltott a mobiltelefon használat, ennek több pozitív következménye is van. A gyerekek könnyebben tudnak összpontosítani, valamint a szociális és kommunikációs

képességeik is jobban fejlődnek offline környezetben. Sajnos ez az állapot csak addig tart ameddig a gyerekek a táborban vannak, ahogy visszatérnek a hétköznapi világába újra a telefonok, okoseszközök és általánosságban a média veszi át az uralmat. De legalább elmondhatjuk azt, hogy a táborban életre szóló élményeket szereztek a valós világban.

Interjúim utolsó részében azt tapasztaltam, hogy jellemző a gyermekek képernyőidejének montírozása vagy kontrollálása a családoknál. De vannak olyan helyzetek is, amikor elég a gyermeket jó példamutatással nevelni. Ebből arra következtettem, hogy a szülők tisztába vannak a túlzott képernyőidő veszélyeivel. Az egyedek körében legfontosabb tevékenységek közi tartozik a családdal eltöltött idő, de hasonlóan fontos a kortársakkal eltöltött offline idő is. Az interjúk alapján az emberek jobban preferálják az offline eltöltött időt az online tevékenységekkel szemben.

5. ÖSSZEGZÉS ÉS KONKLÚZIÓ LEVONÁSA

Az utolsó fejezetben összegezni fogom a kutatásom eredményeit, illetve a hipotéziseimet értékelni. A média körbe fonja életünket. Ennek több pozitív és negatív hatása van. A modernizációinak olyan hatásai vannak az egyedre és társadalomra, ami ugyan nem visszafordítható, mégis kellő odafigyeléssel megtalálhatjuk a balanszt az offline és online világ között.

H1: Egyre fiatalabb korban kezdünk okoseszközöket alkalmazni.

Ezt a hipotézist elfogadom, mivel kutatásom során kiderült, hogy már nagyon fiatal korban médiafelhasználók lesznek a gyerekek. Hozzá kell tenni, hogy ez annak következménye, hogy ők már bele születtek a digitális világba, így számukra természetes a készülékek használata.

H2: Minél fiatalabb a generáció annál több időt tölt el a képernyő előtt.

Ezt az állításomat részben elfogadom. Ugyanis elmondható, hogy a legfiatalabb, Alfa-generáció is használja a készülékeket, mégis a környezettük valamilyen szinten tudja kontrolálni azt. Ez a Z-generáció tagjainál ez már nem mondható el, így ők több időt töltenek a képernyő előtt.

H3: A sok képernyőhasználat rontja a mentális és fizikai egészséget is.

Ezt a hipotézist teljes mértékben elfogadom. A kutatásom során nyilvánvalóvá vált, hogy a túlzott képernyő előtt eltöltött idő rontja a mentális és a testi egészséget is.

H4: A táborok célja visszaszorítani a képernyőhasználatot.

Ezt a hipotézist részben elfogadom. Nem céljuk, hogy visszaszorítsák a telefonhasználatot. Mégis olyan programokat szerveznek, vagy úgy alakítják ki a táborok szabályzatát, hogy ennek az legyen a következménye, hogy a gyerekek kevesebb időt töltsenek a képernyő előtt.

H5: A szülők befolyásolják gyermekeik képernyőidejét.

Ezt a hipotézist elfogadom. A mai szülők nagyrészt abban az időben születtek, amikor még éppen, hogy elkezdett megjelenni az internet és elkezdett fejlődni az okoseszközök világa. Azt tapasztaltam, hogy a szülők korlátozással próbálják elérni, hogy gyermekük elég időt töltsön az offline világban. Valamint a szülők is tisztába vannak az internet veszélyeivel ezért monitoringgal védik gyermeküket a számukra nem megfelelő tartalmaktól.

H6: A táborok hosszútávon képesek visszaszorítani a képernyőhasználat idejét.

Ezt a hipotézist elvetem. Kutatásom során kiderült, hogy táborok csak a táborban töltött ideig tudják visszaszorítani a képernyőhasználatot. A táborban eltöltött idő után minden gyermek hajlamos visszatérni az online világba azonnal.

Az alábbi táblázatban összegeztem a hipotéziseim értékeléseit.:

H1:	Egyre fiatalabb korban kezdünk okoseszközöket alkalmazni.	Elfogadom
H2:	Minél fiatalabb a generáció annál több időt tölt el a képernyő előtt.	Részben elfogadom
H3:	A sok képernyőhasználat rontja a mentális és fizikai egészséget is.	Elfogadom
H4:	A táborok célja visszaszorítani a telefonhasználatot	Részben elfogadom
H5:	A szülők befolyásolják gyermekeik képernyőidejét.	Elfogadom
H6:	A táborok hosszútávon képesek visszaszorítani a képernyő használat idejét.	Elvetem

3. TÁBLÁZAT: HIPOTÉZISEIM ÖSSZEZÉSE

A világunkat jócskán átformálja a digitális forradalom, amivel meg kell tanulnunk együtt élni. Mint minden korszaknak, ennek is megvannak a maga nehézségei és szépségei. Nekünk pedig tudni kell felismerni azokat. Az internet számos lehetőséget nyújt a körülöttünk lévő világ megismerésére, de ugyanúgy egy burokban is tartja az emberiséget, ezzel háttérbe szorítva a valós világot. Ez befolyásolja az idősebb és fiatalabb generáció életét is, ezzel kihangsúlyozva generációk közötti különbségeket.

FELHASZNÁLT IRODALOM:

Steignervald Krisztián: Generációk harca - Hogyan értsük meg egymást? 2020

digipedia.hu, 2020. Internetfüggőségek- melyek az intő jelek, és mit tehetsz ellene? [online]
Elérhető:<https://digipedia.hu/cikk/internetfuggoseg-melyek-az-into-jelek-es-mit-tehetsz-ellene>
[Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

onlineplatformok.hu 2023, „DIGIKID” applikáció alapú adatgyűjtés a 8-15 éves korosztály digitális eszközhasználatáról. Elérhető: <https://onlineplatformok.hu/cikk/digikid-applikacio-alapu-adatgyujtes-a-8-15-eves-korosztaly-digitalis-eszkozhasznalatarol> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

wearesocial.com 2023 január 3, The changing world of digital in 2023 Elérhető: <https://wearesocial.com/us/blog/2023/01/the-changing-world-of-digital-in-2023/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

resoc.eu 2018, Függőségekről Elérhető: <https://resoc.eu/fuggosegrol/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

tandfonline.com 2019. Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families Elérhető: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17482798.2019.1684332> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

enet.hu 2018.07.08 Az idősek sem maradhatnak ki a digitális világból! Elérhető: <https://enet.hu/az-idosek-sem-maradhatnak-ki-a-digitalis-vilagbol/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

researchgate.net 2020 Jugith Glenda Andres-Pasztor, Gerda Bak: Z generáció online - Közösségi média használat, FoMO és társas kapcsolatok közötti összefüggések Elérhető: https://www.researchgate.net/publication/343375979_Z_generacio_online_-_Kozossegi_media_hasznalat_FoMO_es_tarsas_kapcsolatok_kozotti_osszefuggesek
[Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

ksh.hu 2019, Az információs és kommunikációs eszközhasználat főbb jellemzői a háztartásokban Elérhető: <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/ikt/2019/02/index.html> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

golnet.hu 2018 Oláh Gábor: számítógép hatása az egészségre- Szemproblémák! Elérhető: <https://golnet.hu/blog/egeszseges/szamitogep-hasznalat-hatasa-egeszsegre-szemproblemak/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

golnet.hu 2018, Oláh Gábor: Számítógép használat hatása az egészségre- Testhelyzet! Elérhető: <https://golnet.hu/blog/egeszseges/szamitogep-hasznalat-hatasa-egeszsegre-testhelyzet/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

mindsetpszichologia.hu 2016, Bángszegi Rebecka FoMO- Tényleg mindenről lemaradunk? Elérhető: <https://mindsetpszichologia.hu/fomo-tenyleg-mindenrol-lemaradunk> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

egeszsegvonal.gov.hu 2023 SZÁMÍTÓGÉP-, OKOSESZKÖZ- ÉS INTERNETFÜGGŐSÉG, Elérhető: <https://egeszsegvonal.gov.hu/s-sz/1383-szamitogep-okoseszkoz-es-internetfuggoseg.html> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

barankovics.hu 2023 Szitás Péter: Kommunikációs forradalom 1: A tömegmédia fejlődése a Gutenberg galaxistól a Facebookig Elérhető: <https://barankovics.hu/kommunikacios-forradalom-1-a-tomegmedia-fejlodes-a-gutenberg-galaxistol-a-facebookig/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

medicalonline.hu 2023 Az okoseszközök tényleg segítik az egészségmegőrzést Elérhető: https://medicalonline.hu/informatika/cikk/az_okoseszkozok_tenyleg_segitik_az_egeszsegmegorzeset [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

gondosora.hu 2024 Gondosóra Elérhető: <https://gondosora.hu/> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

digitaliscsalad.hu, 2020 Előzd meg a vitákat, már a nyár elején tisztázzátok a digitális házirendet! Elérhető: <https://www.digitaliscsalad.hu/biztonsag/elozd-meg-a-vitakat-mar-a-nyar-elejen-tisztazzatok-a-digitalis-hazirendet> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

Szilágyi D. 2022, Fókuszban a médiahasználati szokások, *Élet és Tudomány* LXXVII. évfolyam (39.) p1273.

regiojatek.hu, 2022: Az internet veszélyei és a gyermekek online védelme Elérhető: <https://www.regiojatek.hu/blog/az-internet-veszelyei-es-a-gyermekek-online-vedelme> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

digitáliscsalád.hu, 2020, Hét dolog amiért jót tesznek gyerekeknek az online játékok, Elérhető: <https://www.digitaliscsalad.hu/fogalomtar/het-dolog-amiert-jot-tesznek-gyerekeknek-az-online-jatekok> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

nonprofitmedia.hu, 2023 Elérhető: <https://nonprofitmedia.hu/t%C3%A1bor> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

DR. Majoros Pál- A kutatómódszertan alapjai, 2005

Mezei A .2015 – Nyelvi változások a késő modern médiakörnyezetben, *Médiakutató*, XVI. évfolyam (14.), 4. szám [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

nmhh.hu, 2022 Az elektronikus hírközlési piac fogyasztóinak vizsgálata (internetes felmérés-2022) Elérhető: https://nmhh.hu/dokumentum/237510/nmhh_internetes_felmeres_2022.pdf [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

Gósi Zs, Bárdos Gy, Magyar M, ed. 2020, Elektronikus eszközhasználat, In Sokszinű rekreáció II,

Szűts Zoltán- A digitális pedagógia elmélete 2020.

qubit.hu, 2023, Kende Ágnes- A nyári táborok története:” Gyógyítsuk már meg ezeket a szegény, kehes városi gyerekeket”. Elérhető: <https://qubit.hu/2023/08/06/a-nyari-taborok-tortenete-gyogyitsuk-mar-meg-ezeket-a-szegeny-kehes-varosi-gyerekeket> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

dailyhistory.org, 2021, What is the history of summer camps in the United States Elérhető: https://www.dailyhistory.org/What_is_the_history_of_summer_camps_in_the_United_States?utm_content=cmp-true [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

cserkesz.hu, 2020 “Mi fán terem a cserkészet?” “Elérhető: <https://www.cserkesz.hu/sites/default/files/2020-06/Mi-fan-terem-2020-web.pdf> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

mandadb.hu, Besze Dóra: “Lobog a zászló, repül az ének” - Az úttörők története https://mandadb.hu/cikk/1193073/Lobog_a_zaszlo_repul_az_enek_Az_uttorok_tortenete [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

tuztoronyhaz.hu, 2019, „Mint a mókus fenn a fán” – ilyen volt az életünk úttörőként a 70-es, 80-as években Elérhető: <https://tuztoronyhaz.hu/uttoro-kisdobos-retro-anna.html> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

Ólmosi Zoltán, 2016, Hetven éves úttörőmozgalom, Archívnet: *xx századi történeti források*, 16. évfolyam (2016) 3. szám Elérhető: https://www.archivnet.hu/politika/hetven_eves_uttoromozgalom.html [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

csaladinet.hu, 2004, Oyeyele Mónika -Miből választhatok? Táborok fajtáinak csoportosítása, ismertetése
Elérhető:https://www.csaladinet.hu/hirek/gyerekneveles/kisgyerekek/917/mibol_valaszthatok_taborok_fajtainak_csoportositasa_ismertetese [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

7koznapi.blog.hu, 2019, ”7 ok, amiért jó a tábor a gyerekeknek” Elérhető: https://7koznapi.blog.hu/2019/05/19/7_ok_amiert_jo_a_tabor_a_gyerekeknek [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

unicef.hu, 2022 Kilátó Élményprogram, Nyári táborok Elérhető: <https://unicef.hu/kilato-elmanyprogram/nyari-taborok> [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

Dorka P., 2018 VI.1.5 A táborozás célja, feladata In: Gyóri F.; Dorka P.; Domokos M.; Kiss G., ed. 2018 *Rekreáció I.*, Szegedi Tudomány Egyetem, Elérhető: https://eta.bibl.u-szeged.hu/1282/2/tananyag_reki_1/tananyag_reki_1/tananyag_reki_1/www.jgypk.hu/tamop13e/tananyag_html/tananyag_reki_1/vi15_tborozs_clja_feladata.html [Legutolsó letöltés: 2024. május 5.]

TÁBLÁZATJEGYZÉK:

1. táblázat: Tábori szakemberek véleménye a táborokban gyakori tevékenységek népszerűségéről. Saját szerkesztés a kutatásom alapján.....	30
2. táblázat: A tábori szakemberek által preferált tevékenységek. Saját szerkesztés a kutatásom alapján.....	33
3. táblázat: Hipotéziseim összegzése	36

ÁBRAJEGYZÉK:

1. ábra Generációk aránya Magyarországon, saját szerkesztés Forrás: Központi Statisztikai Hivatal (2020).....	11
2. ÁBRA: Gyakori internetfelhasználók aránya korcsoportonként, Forrás: Központi Statisztikai Hivatal (2019)	13
3. ábra: Internethasználók számának növekedése, Forrás: wearesocial.com, (2023).....	15

MELLÉKLETEK:

INTERJÚ KÉRDÉSEI:

- Mióta foglalkozol gyermekekkel v agy bármilyen gyermektáborzással
- Mi a szereped a táborban? Mi a munkád, milyen feladatokat látsz el?
- Hosszabb időszakra visszatekintve, észrevettél bármilyen változást az ifjúság digitális szokásain?
- Az internet használókban kialakult online világ szerinted része a modernizációnak, vagy csak egy visszaszorítandó tünete a technikai fejlődésnek?
- Milyen pozitív és milyen negatív hatása lehet a gyerekek internet használatának, a véleményed szerint?
- Szerinted lehet egyfajta közösségformáló ereje, az intenzív online kommunikációnak?
- Szerinted mennyi az egészséges a napi mobilhasználat a z-generáció és az alfa generáció számára?
- Meg tudsz-e figyelni általánosítható viselkedési különbséget mobiltelefont kevésbé használó vagy gyakran mobilozó gyerekek között. (Például: aktivitás közös foglalkozásokon, közösségi magatartás, kommunikáció, önkifejezés)

- Beszéltek-e a gyerekekkel arról, hogy igyekezzenek tudatosan csökkenteni a mobiltelefonok felesleges használatát? Vagy tartotok bármiféle edukációs előadást a témában?
- Van-e olyan törekvés, hogy tudatosan az offline programokra helyezitek a hangsúlyt, a virtuális élmények helyett?
- Próbáljátok-e valamilyen módon korlátozni a táborozás közösségi magatartás, kommunikáció, önkifejezés) során az internet használatot?
- Észrevételed alapján a táborba megszokott tevékenységek közül melyek kapcsolják ki a gyerekeket leginkább a képernyővonzerejéből. Rakd sorrendbe, saját észrevételeid alapján. 1-es a legjobban kikapcsol, 7-es a legkevésbé.

*Csapat vetélkedők
Teljes táboros játékok
Kézműves program
Sport
Tábortűz
Tematikus elfoglaltságok*

- Táboron kívüli programok (kirándulás, városnézés stb.) Mivel nyújthat többet a táborozónak a táborban kapott offline élmény?
- Megfigyelhető-e, hogy az igazi közösségben átélt időszak elmélyültebbé teszi a gyerekeket, így kevésbé fogékonyak az internet által nyújtott gyors, impulzív élményekre?
- Saját gyereked nevelésében van-e, vagy lenne-e valamilyen határozott irányelv vagy szabály, amit követsz/követnél a képernyőhasználat vonatkozásában?
- 1-5-ig Tedd sorrendbe az alábbi a tevékenységet, a nézeteid alapján helyes ráfordítandó időtartam szempontjából. Az 1-es a legjobban preferált az 5-ös a legkevésbé.

*Offline eltöltött idő
Online eltöltött idő
Családdal eltöltött idő
Kortársakkal eltöltött online idő
Kortársakkal eltöltött offline idő*

SZERZŐI NYILATKOZAT:

NYILATKOZAT

Alulírott Pusztai Petra Lilla büntetőjogi felelősségem tudatában nyilatkozom, hogy a szakdolgozatomban foglalt tények és adatok a valóságnak megfelelnek, és az abban leírtak a saját, önálló munkám eredményei.

A szakdolgozatban felhasznált adatokat a szerzői jogvédelem figyelembevételével alkalmaztam.

Ezen szakdolgozat semmilyen része nem került felhasználásra korábban oktatási intézmény más képzésén diplomaszerezés során.

Tudomásul veszem, hogy a szakdolgozatomat az intézmény plágiumellenőrzésnek veti alá.

Budapest, 2021 év Május hónap 6 nap


hallgató aláírása