

Papp Olga¹

Korkülönbségek a digitális függőségben: szisztematikus szakirodalmi áttekintés

Kivonat

Jelen szisztematikus áttekintés célja a felnőttek és serdülők körében megfigyelhető digitális függőségek szakirodalmának áttekintése, különös figyelmet fordítva a korcsoportok közötti különbségekre. A 2019 és 2024 között megjelent tanulmányok vizsgálatával elemezzük a különböző digitális függőségek, az internetfüggőség, a közösségimédia-függőség, a streamingfüggőség, az okostelefon-függőség és az onlinejáték-zavar prevalencia arányait. A fiatalok és serdülők körében valamivel magasabb a kockázata a mérsékelt vagy súlyos internetfüggőség kialakulásának, míg a felnőtteknél magasabb a közösségimédia-függőség átlagos szintje. Ezenkívül a serdülők szignifikánsan nagyobb mértékben vesznek részt az online játékban. Ezek az eredmények alátámasztják a digitális függőségek kezelését célzó, életkor-specifikus stratégiák szükségességét.

Kulcsszavak: viselkedésfüggőség, internet, közösségi média, streaming, okostelefon, online játékok

Abstract: Age-Related Differences in Digital Addiction: A Systematic Review

This systematic review aims to synthesize existing literature on the prevalence of digital addictions among adults and adolescents, with a focus on age group differences. By examining studies published from 2019 to 2024, we will analyze prevalence rates across various digital addictions, including internet addiction, social media addiction, streaming addiction, smartphone addiction and online gaming disorder. Youth and adolescents have a somewhat higher risk for developing moderate to severe internet addiction, while adults show higher average levels of social media addiction. Moreover, adolescents show a significantly higher engagement in online gaming. These results support the necessity to age-specific strategies to address the digital addictions.

Keywords: behavioral addiction, internet, social media, streaming, smartphone, online gaming

Cikkre való hivatkozás / How to cite this article

Papp, O. (2024). Korkülönbségek a digitális függőségben: szisztematikus szakirodalmi áttekintés. *Erdélyi Társadalom*, 22(2), 121–145. <https://doi.org/10.17177/77171.299>

I. BEVEZETÉS

Egy egyre inkább összekapcsolt világban a digitális technológia széles körű használata számos olyan viselkedési függőséget eredményezett, amelyek jelentősen befolyásolják az emberek életét

¹ Szociológus, doktorandusz hallgató, Babeş–Bolyai Tudományegyetem, Szociológia és Szociális Munka Kar. E-mail: olga.papp@ubbcluj.ro

(Kaur & Mehndroo, 2024). Ezek közül az internet-, közösségimédia-, streaming- vagy sorozatnézés-, okostelefon- és onlinejáték-függőség mind olyan kiemelkedő problématerületek, amelyek részletes vizsgálatára van szükség, mivel ezek a zavarok negatív hatással vannak a személyes kapcsolatokra, a tanulmányi teljesítményre, illetve az általános jóllétre.

A digitális technológia gyors fejlődése átalakította az egyén és a világ közötti interakciót, ami az internetfüggőség vagy problémás internethasználat (PIU – problematic internet use) néven ismert jelenséghez vezetett. Ezt az állapotot az internettel való túlzott és kényszeres foglalkozás jellemzi, amely jelentős károsodást okozhat az élet különböző területein. A problémás internethasználat nemcsak a személyes kapcsolatokra gyakorol negatív hatást, hanem hozzájárulhat a munkahelyi teljesítmény csökkenéséhez, a szociális elszigetelődéshez és a mentális egészség romlásához is. A felhasználók gyakran tapasztalnak szorongást és depressziót, ami tovább rontja életminőségüket. Bár a DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) hivatalosan nem ismeri el az internetfüggőséget különálló zavarként, hasonlóságot mutat a szerfüggőségekkel, az anyaghasználati zavarral (SUD – substance use disorder). A közös tünetek közé tartozik a kiemelés (az internet uralja a felhasználó gondolatait, míg más tevékenységek és kapcsolatok a háttérbe szorulnak), a hangulatváltozás (szorongás, ingerlékenység vagy düh, különösen akkor, ha nem férnek hozzá az internethez), a tolerancia kialakulása (egyre több idő töltése online, ugyanazon örömezzet eléréseért, ami korábban kisebb időráfordítással is megvolt), az elvonási tünetek (internethasználat csökkentése idegességgel, feszültséggel és depresszióval társulhat), a személyes kapcsolatokban jelentkező konfliktusok (a valós interakciók elhanyagolása a személyes kapcsolatok romlásához vezethet) és a visszaesési tendenciák (még ha egy időre sikerül is csökkenteni az internethasználatot, a felhasználó visszatér a régi szokásaihoz).

Az általános internetfüggőség mellett a közösségimédia- és streamingfüggőség ennek sajátos alcsoportjaként jelenik meg. A közösségimédia-függőség a közösségimédia-platformok kényszeres használatát jelenti, ami hasonló káros hatásokkal jár az egyének életére. Az internetfüggőséghez hasonlóan a DSM-V-ben a közösségimédia-függőséget sem sorolják be hivatalos rendellenességként, de osztozik a SUD jellemzőiben. A streamingfüggőség a streamingplatformok kényszeres használatát foglalja magában, és szintén ugyanazokat az alapvető tüneteket tartalmazza, mint a közösségimédia-függőség, ugyanakkor nem tartozik a DSM-V formális rendellenességei közé. Egy másik jelentős terület az okostelefon-függőség. A viselkedési függőségnek ez a formája a túlzott okostelefon-használatban nyilvánul meg, amely megzavarja a mindennapi működést. A digitális függőség más formáihoz hasonlóan az okostelefon-függőség is a SUD lencséjén keresztül konceptualizálható, és ugyanazok a tünetek jellemzők rá. Ezenkívül az onlinejáték-zavar, más néven internetes játékszavar (IGD – internet gaming disorder) a digitális függőség egy másik kritikus dimenzióját képviseli. Ezt az állapotot a kényszeres szerencsejátéktevékenység jellemzi, amely súlyosan károsíthatja az egyén életét. A többi digitális függőségi típussal ellentétben a DSM-V elismeri a kényszeres játékfüggőséget, és olyan viselkedési mintákat foglal magában, mint például a játékidő feletti korlátozott kontroll, a játék prioritása más tevékenységekkel szemben, és a játék a negatív következmények ellenére folytatódik.

Mivel a digitális technológiák egyre inkább áthatják a mindennapi életünket, egyre inkább szükségessé válik a függőség különböző formáinak, árnyalatainak és következményeinek megértése. Ezek a viselkedési függőségek nemcsak az egyes felhasználókra vannak hatással, hanem

szélesebb körű társadalmi kihívásokat is jelentenek, amelyek átfogó kutatást és beavatkozási stratégiákat tesznek szükségessé.

Jelen tanulmány célja választ találni arra a kérdésre, milyen gyakoriak a digitális függőségek a különböző korosztályokban, és milyen különbségek figyelhetők meg e tekintetben a fiatalok és a felnőttek között. A szakirodalmi áttekintés lehetővé teszi, hogy széleskörűen összegyűjtsük és elemezzük a meglévő szakirodalmat, rendszerezzük a meglévő kutatásokat, így átfogó képet kapjunk a digitális függőségek jellemzőiről. A tanulmány során előbb meghatározzuk a keresési stratégiát, amely magába foglalja az adatbázisok és kulcsszavak kiválasztását, az elfogadási és kizárási kritériumokat, majd rendszerezzük a talált kutatásokat a felsorolt problématerületek szerint.

2. MÓDSZERTAN

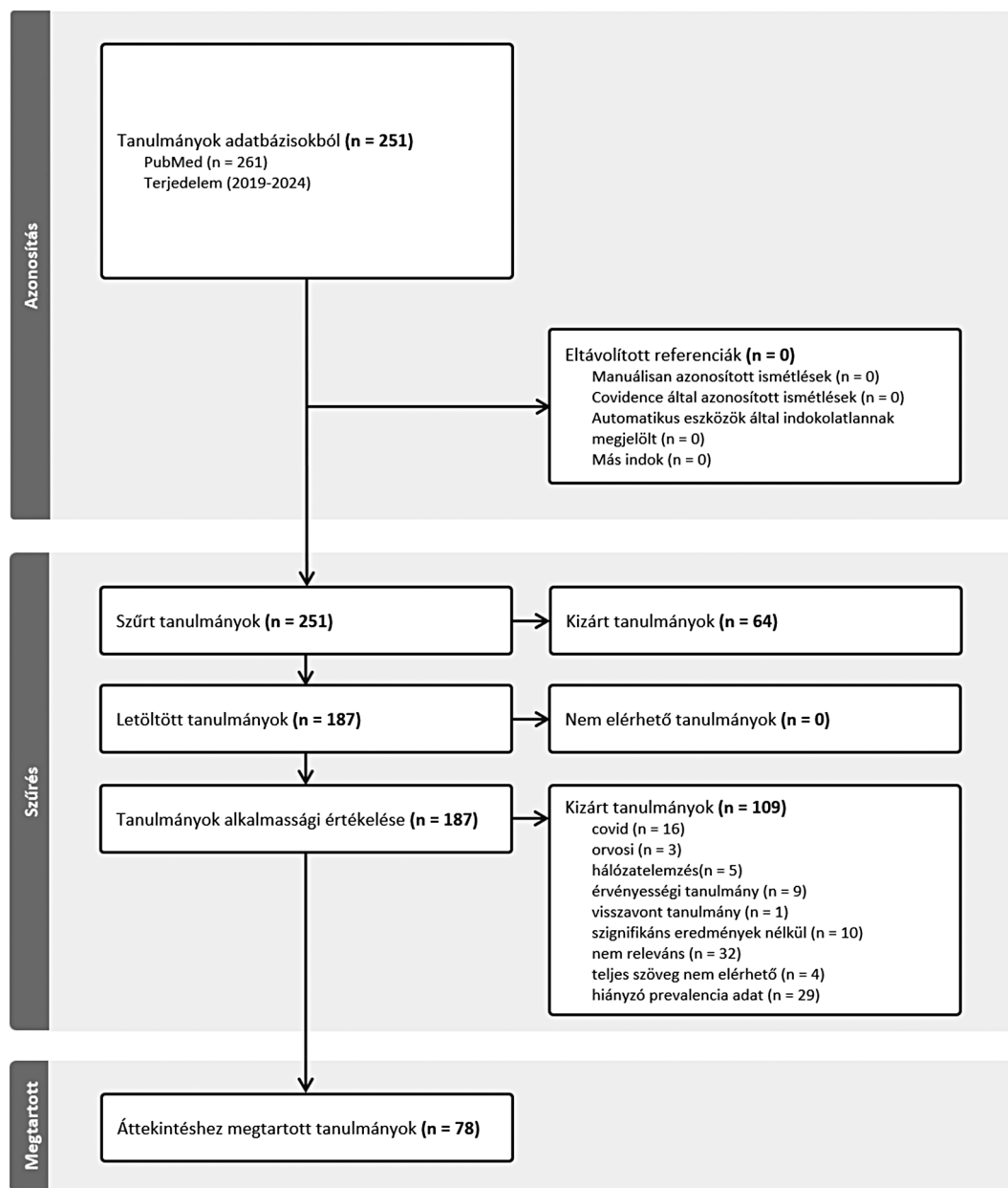
2.1. Keresési stratégia

A szisztematikus áttekintést a PubMed adatbázis használatával végeztük, mivel ezen adatbázis segítségével a digitális függőségek és azok egészségügyi vonatkozásai közötti összefüggést jobban tudjuk vizsgálni. A PubMed nemcsak az orvosi és egészségtudományi kutatásokra specializálódott, hanem széles körű hozzáférést biztosít a pszichológiai és szociológiai aspektusokat is érintő tanulmányokhoz, amelyek relevánsak a digitális függőségek megértésében. Keresési feltételek: közösségimédia-függőség (social media addiction), Bergen Közességimédia-függőségi Kérdőív (BSMAS – Bergen Social Media Addiction Scale), sorozatnézési elkötelezettség (series watching engagement), Sorozatnézési Elkötelezettség Skála (SWES – Series Watching Engagement Scale), problémás online játék (problematic online gaming), a Problémás Online Játék Kérdőív (POGQ – Problematic Online Gaming Questionnaire), okostelefon-függőség (smartphone addiction), Okostelefonos Applikációalapú Függőségi Skála (SABAS – Smartphone Application Based Addiction Scale) és internetfüggőség (internet addiction), Internetfüggőségi Teszt (IAT – Internet Addiction Test), a kivonatra, a címre és az angol nyelvre szűrve, az utolsó 5 év (2019–2024) tanulmányai közül.

2.2. Elfogadási és kizárási kritériumok

A felülvizsgálati lépéseket az 1. ábra szerint végeztük a Covidence² szisztematikus felülvizsgálati szoftver (Veritas Health Innovation, Melbourne, Ausztrália) segítségével. A fenti lekérdezés eredménye 251 tanulmány. Ezekből kiindulva kizártunk 64-et a relevancia hiánya miatt, további 79 tanulmányt pedig a kivonat és a teljes szöveg elemzése alapján zártunk ki. Kizártuk a Covid-időszakban készített tanulmányokat, mivel a járvány jelentős egyedi körülményeket teremtett, amelyek hatással voltak az emberek viselkedésére és jóllétére. Ezen időszak alatt so-

2 A Covidence egy webalapú szoftver, amely elősegíti a szisztematikus áttekintések készítését. Számos olyan funkciót kínál, amelyek megkönnyítik a kutatók számára a folyamatot, mint például a duplikált hivatkozások eltávolítása, a PDF-ek egyszerű importálása, címek és absztraktok felhasználóbarát vizualizálása, testreszabható űrlapok az adatok kinyerésére.



1. ábra. Szisztematikus áttekintés lépései

Figure 1. Steps of systematic review

kan az online térbe kényszerültek, ami hozzájárult a digitális eszközök használatának problémássá válásához, így az időszak kutatási eredményei torzíthatják az elemzésünket. Kizártuk továbbá az orvosi tanulmányokat, a hálózatelemzéseket és a validációs tanulmányokat. Csak az empirikus adatfelvétellel rendelkező tanulmányokat tartottuk meg, összesen 78-at.

A végleges, 78 elemű lista 67 tanulmányt tartalmaz az internetfüggőségről, nyolc tanulmányt a közösségi média-függőségről, négyet pedig az online játékról. A lista nem tartalmaz okostelefon-függőségre vagy sorozatnézési elkötelezettségre vonatkozó tanulmányt.

3. EREDMÉNYEK

3.1. Internetfüggőség

A keresési stratégiának megfelelően azokat a tanulmányokat vizsgáltuk, amelyek a Young-féle internetfüggőségi tesztet (IAT) alkalmazták. Az IAT egy 20 tételből álló kérdőív, amely a kérdőív elemeit 5 pontos Likert-skálán értékelve méri az internetfüggőség súlyosságát. Az internetfüggőséget tárgyaló 67 tanulmányból 40 a felnőttek, 27 pedig a fiatalok és serdülők körében való előfordulást vizsgálja. A vizsgált tanulmányok nem alkalmaznak egységes küszöbértékeket a prevalencia eldöntésére, ezek enyhén eltérnek egymástól.

A használt prevalencia-küszöbértékek a következők szerint változnak a felnőttek esetében: $[\geq 80]$ / $[\geq 70]$ a súlyos, $[\leq 79 \text{ és } \geq 50]$ / $[\leq 69 \text{ és } \geq 40]$ / $[\leq 79 \text{ és } \geq 40]$ a mérsékelt, $[\leq 49 \text{ és } \geq 31]$ / $[\leq 49 \text{ és } \geq 20]$ / $[\leq 39 \text{ és } \geq 20]$ az enyhe, illetve egyszerűen csak $[\geq 70]$ / $[\geq 60]$ / $[\geq 50]$ / $[\geq 40]$ a függőség megállapítására, míg néhány tanulmány az IAT rövid változatát használta, $[\geq 36]$ küszöbértékkel (lásd az 1. táblázatot).

A közepes és súlyos függőségi szinteket együttevén, a felnőttek körében az internetfüggőség előfordulási gyakorisága 1–86,33% közötti, átlagosan 28,43%. A felnőttek súlyos internetfüggőségi értékeit mutató tanulmányokat figyelembe véve, a tartomány 0,09–42,69%, átlagosan 11,33%.

A fiatalok és serdülők prevalenciájára vonatkozóan a küszöbértékek a következő értékek között változnak: $[\geq 80]$ / $[\geq 70]$ a súlyos, $[\leq 79 \text{ és } \geq 50]$ / $[\leq 69 \text{ és } \geq 40]$ / $[\leq 69 \text{ és } \geq 50]$ a mérsékelt, $[\leq 49 \text{ és } \geq 25]$ / $[\leq 49 \text{ és } \geq 20]$ az enyhe, vagy csak az IAT pontszámok $[\geq 70]$ / $[\geq 50]$ függőség megállapítására, míg néhány tanulmány az IAT rövid változatát használta, $[\geq 30]$ küszöbértékkel (lásd a 2. táblázatot).

A közepes és súlyos függőségi szinteket együttevén, a fiatalok és serdülők internetfüggőségi prevalenciája 6,5–86% között mozog, átlagosan 29,90%. A fiatalok és serdülők súlyos internetfüggőségi értékeit bemutató tanulmányokat figyelembe véve a tartomány 0,3–15,6%, átlagosan 3,84%.

Bár mind a felnőttek, mind pedig a fiatalok és serdülőkorúak csoportjában széles a prevalencia, a fiatalok és serdülők körében a súlyos és a közepes/súlyos szintek esetében a felnőttekhez képest szűkebb a tartomány. Míg a súlyos függőség átlagos előfordulási gyakorisága a fiatalok és serdülők esetében alacsonyabb a felnőttekhez képest, a közepes/súlyos szint esetében ez az átlag magasabb értéket mutat.

1. táblázat. Felnőttek internetfüggőségének előfordulása
Table 1. Studies on prevalence of internet addiction in adults

Tanulmány- azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Abbas, 2024	India	N/A	N/A	orvostanhall- gatók	300	internetfüggőség előfordulása: 3,3% súlyos, 32% mérsékelt, 54,6% enyhe.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 20 és 49 között
AndradeALM, 2020	Brazília	N/A	26–48	felnőttek	15 476	magas kockázatú internethasz- nálók előfordulása 4,8%.	magas kockázatú: 50 felett alacsony kockázatú: 20 és 49 között
Demenech, 2023	Brazília	N/A	18–25	főiskolai hallgatók	1 026	internetfüggőség előfordulása: 34,2% enyhe, 7,5% mérsékelt (súlyos esetek nem lettek azonosítva).	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Dennis, 2022	Kanada	N/A	30–39	fiatal szülők egynél több gyerekekkel	1 156	internetfüggőség előfordulása: 3% mérsékelt és súlyos, 19,4% enyhe.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Dhamnetiya, 2021	India	2019	N/A	orvostanhall- gatók	201	problemátikus internethasználat előfordulása 41,3%.	problemátikus internethasz- nát: 50 felett
DiCarlo, 2021	Olaszország	N/A	18–30	felnőttek	772	problemátikus internethasználat előfordulása 12,6%.	problemátikus internethasz- nát: 50 felett
DiCarlo, 2024	Olaszország	N/A	16–26	serdülők és fiatal felnőttek	1076	problemátikus internethasználat előfordulása 26,8%.	problemátikus internethasz- nát: 50 felett
Elbilgahy, 2021	Egyiptom és Szaúd-Arábia	N/A	18–26 Egyip- tom, 19–22 Szaúd- Arábia	női orvostan- hallgatók	920	súlyos internetfüggőség előfor- dulása: 42,69% szaúdi, 10,31% egyiptomi résztvevőknél, mérsékelt 23,32% szaúdi és 51,17% egyiptomi résztvevők esetében.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 20 és 49 között

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgált éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Feizy, 2020	Irán	2018	19–25	orvostanhallgatók	300	internetfüggőség előfordulása: 78,7% enyhe, 20% mérsékelt és 1,3% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 20 és 49 között
Fukuda, 2023	Japán	2017	N/A	gimnáziumi tanárok	3189	veszélyeztetett internetfüggőség előfordulása 6,91%, függőség 0,09%.	veszélyeztetett: 40 és 79 között függőség: 80 felett
Genc, 2024	Törökország	N/A	17–23	egyetemisták	638	internetfüggőség előfordulása: 15,2% korlátozott tünetek, 1,4% súlyos.	súlyos: 80 felett korlátozott tünetek: 50 és 79 között tünetmentes: 49 alatt
Hakami, 2021	Szaúd-Arábia	N/A	N/A	orvostanhallgatók	225	internetfüggőség előfordulása: 22,7% problematikus, 45,8% súlyos.	N/A
Hammad, 2024	Szaúd-Arábia	N/A	18–24	orvostanhallgatók	338	internetfüggőség előfordulása: 21% súlyos, 31% mérsékelt.	súlyos: 70 felett mérsékelt: 40 és 69 között alacsony: 20 és 39 között
Hossin, 2022	Banglades	N/A	20–26	egyetemi hallgatók	625	problematicus internethasználat előfordulása 26%.	problematicus internethasználat: 45 felett
Jain, 2020	India	N/A	20–28	egyetemi hallgatók	954	internetfüggőség előfordulása 15,51%, túlhasználok 49,19%.	túlhasználó: 40 és 69 között internetfüggőség: 70 felett
Johani, 2021	Irán	2019	26–43	felnőttek	326	internetfüggőség előfordulása 0,92%, 19,33% veszélyeztetett.	függőség: 80 felett veszélyeztetett: 50 és 79 között
Joseph, 2021	India	2014–2020	17–35	orvostanhallgatók, mérnökhallgatók és alaptudomány/művészeti hallgatók	20 901	internetfüggőség előfordulása: 7,4–48,2% mérsékelt, 0,3–39,5% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Kashfi, 2023	Irán	2018	18–25	orvostanhallgatók	400	internetfüggőség előfordulása 2%, veszélyeztetett 28,9%.	függőség: 80 felett veszélyeztetett: 50 és 79 között
KolaibAMA, 2020	Szaúd-Arábia	N/A	19–26	orvostanhallgatók	426	internetfüggőség előfordulása 6%, veszélyeztetett 42%.	függőség: 80 felett veszélyeztetett: 50 és 79 között
Kumar, 2023	India	2022-23	>= 18	felnőttek, szakmai, akadémiai	772	internetfüggőség előfordulása 53,6%.	függőség: 50 felett
Kumar, 2024	India	N/A	18–21	egyetemi hallgatók	1287	internetfüggőség előfordulása 15,9%.	függőség: 50 felett
KumarSahu, 2024	India	N/A	19–24	egyetemi hallgatók	937	internetfüggőség előfordulása 23,69%, veszélyeztetett 62,64%, enyhe 13,02%.	N/A
Mamun, 2020	Banglades	2018	18–22	egyetemi hallgatók	605	problematisztikus internethasználat előfordulása 16,5%.	problematisztikus internethasználat: 60 felett
Marzilli, 2020	Olaszország	N/A	19–25	egyetemi hallgatók	244	internetfüggőség előfordulása: 63,9% enyhe, 17,6% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Mboya, 2020	Tanzánia	2018	21–27	egészségtudomány-hallgatók	500	internetfüggőség előfordulása 31%.	függőség: 50 felett
Mohamed, 2024	Szudán	N/A	18–22	orvostanhallgatók	307	internetfüggőség előfordulása: 39,7% enyhe, 33,2% mérsékelt és 2,6% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Nowak, 2022	Lengyelország	N/A	18–29	gimnáziumi diákok, egyetemi hallgatók	567	internetfüggőség előfordulása 1,41%, veszélyeztetett 13,93%.	függőség: 80 felett veszélyeztetett: 50 és 79 között

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Orsolini, 2022	Olaszország	N/A	20–24	egyetemi hallgatók	1141	problematicus internethasználat előfordulása 23,3%.	problematicus internethasználat: 50 felett
PinoOsuna, 2023	Spanyolország	N/A	28–56	fogyatékossággal élő egyetemi hallgatók (nem fizikai vagy értelmi fogyatékossággal élők)	432	problematicus internethasználat előfordulása 6,3%	problematicus internethasználat: 40 felett
Prevete, 2024	Olaszország	N/A	18–65	pszichiátriaiilag stabil páciensek (szorongás, depresszió, pszichotikus zavarok, bipoláris zavar, étkezési zavar, OCD, személyiségzavar, szerhasználati zavar)	143	internetfüggőség előfordulása 1%.	függőség: 80 felett veszélyeztetett: 50 és 79 között
Rajasekhar, 2023	India	N/A	18–21	főiskolai hallgatók	2035	internetfüggőség előfordulása: 31,8% enyhe, 18,5% mérsékelt és 0,7% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 30 és 49 között
Sayili, 2023	Törökország	N/A	20–23	orvostanhallgatók	280	internetfüggőség előfordulása 16,1%.	függőség: 36 felett (rövidfűrt változat)
Seki, 2019	Japán	N/A	N/A	egyetemi hallgatók	3251	internetfüggőség előfordulása: 43,9% enyhe, 4,6% súlyos.	súlyos: 70 felett enyhe: 40 és 69 között

Tanulmány- azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Shkurti, 2023	Albánia	2022	17–22	orvostanhall- gatók	405	internetfüggőség előfordulása 27,65%.	N/A
Sun, 2024	Kína	2022–23	27–41	repülőgép-pi- lóta	7 055	internetfüggőség előfordulása 8,0%.	függőség: 50 felett
Yang, 2019	Kína	2018	16–24	főiskolai hallgatók	4 211	internetfüggőség előfordulása 17,4%.	függőség: 50 felett
Yang, 2019 (2)	Tajvan	2018	15–22	serdülőkorú női főiskolai hallgatók	503	internetfüggőség előfordulása: 52,7% enyhe, 13,9% mérsékelt, 0,8% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Yang, 2022	Kína	2020– 2021	17–48	súlyos depressziós zavarral küzdő stabil járóbeteg	1 267	internetfüggőség előfordulása 27,2%.	függőség: 50 felett
Yang, 2022 (2)	Kína	N/A	24–34	terhes és szülés utáni nők	1 060	internetfüggőség előfordulása: 27,6% enyhe, 2,5% mérsékelt (súlyos esetek nem lettek azonosítva).	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 31 és 49 között
Yang, 2022 (3)	Kína	2014– 2016	15–23	főiskolai hallgatók	12 043	internetfüggőség előfordulása 5,47%.	függőség: 50 felett

2. táblázat. Serdülők és fiatalok internetfüggőségének előfordulása
Table 2. Studies on prevalence of internet addiction in adolescents/youth

Tanulmány- azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Afolabi, 2022	Nigéria	N/A	14–18	serdülők	632	internetfüggőség előfordulása 44,9%.	súlyos: 70 felett mérsékelt: 50 és 69 között
Aliebrahim, 2022	Irán	2018	15–18	gimnazisták	1000	internetfüggőség előfordulása: 1,1% függő, 33,1% veszélyezte- tett.	N/A
Benedetto, 2024	Olaszország	N/A	15–19	N/A	676	internetfüggőség előfordulása: 0,3% súlyos, 22,5% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
Cernja, 2019	Horvátország	N/A	15–20	gimnazisták	352	internetfüggőség előfordulása: 3,4% súlyos, 35,4% mérsékelt.	súlyos: 70 felett mérsékelt: 40 és 69 között
Dalamaria, 2021	Brazília	N/A	14–18	serdülők	1387	internetfüggőség előfordulása 10,6%.	függőség: 70 felett
deÁvila, 2020	Brazília	N/A	14–20	serdülők	342	internetfüggőség előfordulása 15,9%.	függőség: 50 felett
Dib, 2021	Libanon	2019	14–16	serdülők	1810	internetfüggőség előfordulása: 4,5% súlyos, 20,7% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
DiCarlo, 2024	Olaszország	N/A	16–26	serdülők és fiatal felnőttek	1076	internetfüggőség előfordulása 26,8% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 20 és 49 között
FareeqSaber, 2024	Irak	N/A	15–18	serdülők	557	internetfüggőség előfordulása: 1,5% súlyos nők esetében, 3,2% férfiak esetében, mérsékelt 30,5% nők esetében, 43,9% férfiak esetében.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Joseph, 2022	India	2014–2020	12–19	gimnazisták	7946	internetfüggősége előfordulása: 6–35,6% mérsékelt, 0,4–10% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
Kawabe, 2020	Japán	2014 és 2018	12–15	serdülők	853 + 529	internetfüggőség előfordulása: 1,3–2,0%, 21,7–26,3% valószerűleg függő.	függőség: 70 felett valószerűleg függő: 40 és 69 között
Kawabe, 2021	Japán	N/A	12–15	serdülők	529	internetfüggőség előfordulása: 4,3%, veszélyeztetett 26,3%.	függőség: 70 felett valószerűleg függő: 40 és 69 között
KC, 2024	Nepál	N/A	15–19	serdülők	385	internetfüggőség előfordulása: 15,6% mérsékelt, 70,4% enyhe.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között enyhe: 20 és 49 között
Li, 2024	Kína	2020	13–17	serdülők	3343	internetfüggőség előfordulása 18,2%.	függőség: 50 felett
Mora-Monteros, 2023	Svájc	2012 és 2020	13–14	serdülők	2949 (2012) és 3006 (2020)	internetfüggőség előfordulása 11,2–11,3%.	függőség: 30 felett (rövidített változat)
Mzumara, 2024	Malawi	N/A	15–24	fiatalok	620	túlzott internethasználat előfordulása 55%.	túlzott internethasználat: 40 és 69 között problematis interethasználat: 70 felett
NareshKumar 2024	India	2021	13–16	serdülők	424	internetfüggőség előfordulása: 14,6% enyhe, 12,5% mérsékelt, 2,1% magas.	Magas: 80 felett Mérsékelt: 50 és 79 között Enyhe: 25 és 49 között
Obeid, 2019	Libanon	2017–18	13–17	serdülők	1103	internetfüggőség előfordulása: 3,6% súlyos, 40,0% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között

Tanulmány- azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Küszöbértékek
Peng, 2022	Kína	N/A	12–18	serdülők	15 977	internetfüggőség előfordulása: 15,5% mérsékelt, 1,3% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
Rastegarian, 2022	Irán	2018-19	15–18	gimnazista lányok	500	internetfüggőség előfordulása 32,4%.	N/A
Setiawati, 2021	Indonézia	N/A	15–18	serdülők	114	internetfüggőség előfordulása: 0,9% súlyos, 23,7% mérsékelt.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
Sheng, 2022	Kína	N/A	11–18	serdülők	844	internetfüggőség előfordulása 23,0%.	függőség: 50 felett
Suzuki, 2023	Japán	2018 és 2020	12–15	serdülők	1 413	internetfüggőség előfordulása: 3,1%, veszélyeztetett 38,6%.	függőség: 70 felett valószínűleg függő: 40 és 69 között
VieiraMartins, 2022	Portugália	N/A	13–17	serdülők	1 915	internetfüggőség előfordulása 16,5%.	függőség: 50 felett
Yang, 2019	Tajvan	2018	15–22	serdülőkori női főiskolai hallgatók	503	internetfüggőség előfordulása: 13,9% mérsékelt, 0,8% súlyos.	súlyos: 80 felett mérsékelt: 50 és 79 között
Zhong, 2024	Kína	2018- 2021	13–18	kórházi ellátásban részesülő szkizofréniával élő serdülők	706	internetfüggőség előfordulása 26,3%	függőség: 50 felett
Wang, 2022	Kína	2021	12-18	általános és pszichiátriai kórházban kezelt súlyos depressziós zavarral élő serdülők.	278	internetfüggőség előfordulása 46,8%.	függőség: 50 felett

3.2. Közösségimédia-függőség

A közösségimédia-függőséget a Bergen Közösségimédia-függőségi Kérdőív (BSMAS) segítségével mérik. A BSMAS egy 6 tételből álló kérdőív, amely a kérdőív elemeit 5 pontos Likert-skálán értékelve méri a közösségimédia-függőség súlyosságát.

A közösségimédia-függőséget tárgyaló nyolc tanulmány közül öt a felnőttek (3. táblázat), míg három a serdülők körében (4. táblázat) vizsgálja a prevalenciát.

A felnőttek körében a közösségimédia-használat előfordulása 6,1–55,2% közötti, átlagosan 24,62%.

3. táblázat. *Felnőttek közösségimédia-függőségének előfordulása*

Table 3. *Studies on prevalence of social media addiction in adults*

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia
Alfaya, 2023	Szaúd-Arábia	N/A	21–25	orvostanhallgatók	326	közösségimédia-függőség előfordulása 55,2%.
Eichenberg, 2024	Ausztria	N/A	18–28	főiskolai hallgatók	571	közösségimédia-függőség előfordulása 22,7%.
Qi, 2024	Kína	2020	N/A	egyetemi hallgatók	1840	közösségimédia-függőség előfordulása 30,11%.
Sayili, 2023	Törökország	2022	20–23	orvostanhallgatók	280	közösségimédia-függőség előfordulása 6,1%
Sahu, 2020	India	2017–2018	20–30	orvostanhallgatók	125	közösségimédia-függőség előfordulása 9%.

A serdülők körében a közösségimédia-függőség előfordulási aránya 11,4–21% közötti, átlagosan 16,13%.

4. táblázat. *Serdülők közösségimédia-függőségének előfordulása*

Table 4. *Studies on prevalence of social media addiction in adolescents*

Tanulmány-azonosító	Vizsgált ország	Vizsgálat éve	Korosztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia
Kosola, 2024	Finnország	2022	15–16	serdülők	1164	közösségimédia-függőség előfordulása 16%.
Lin, 2021	Irán	N/A	13–18	serdülők	812	közösségimédia-függőség előfordulása 21%.
Yu, 2021	Hong-kong	N/A	10–16	serdülők	1896	közösségimédia-függőség előfordulása 11,4%.

Mind a felnőttek, mind a serdülőkorúak csoportjaiban széles az előfordulás, azonban a serdülők esetében az intervallum lényegesen szűkebb, továbbá az átlagos prevalencia lényegesen alacsonyabb, mint a felnőtteké.

3.3. Onlinejáték-zavar

A problematikus onlinejáték-zavart a Problémás Online Játék Kérdőív (POGQ) és az Internetes Játékszavaz Kérdőív (IGDS – Internet Gaming Disorder Scale) segítségével mérik. A POGQ rövidített változata egy 12 tételből álló kérdőív, amely a kérdőív elemeit 5 pontos Likert-skálán értékelve méri a problematikus onlinejáték-zavaz súlyosságát. Az IGDS egy kilenc tételből álló kérdőív, amely a DSM-V által meghatározott összes, vagyis kilenc internetes-játékszavaz-kritériumot tartalmazza.

Az onlinejáték-zavart tárgyaló négy tanulmány közül három a felnőttek, kettő pedig a serdülők körében vizsgálja a prevalenciát, lásd az 5. táblázatot.

A felnőttek esetében az onlinejáték-zavaz előfordulása 2,2–27,4% közötti, átlagosan 12,63%, míg a serdülők esetében 10,36–23,83% közötti, átlagosan 18,12%.

Az online játékok esetében mind a felnőttek, mind a serdülőkorúak csoportja széles prevalenciát mutat, azonban a serdülők körében jelentősen szűkebb a skála, és az átlagos prevalencia is jelentősen magasabb, mint a felnőtteknél.

5. táblázat. *Az onlinejáték-zavaz előfordulása felnőttek és serdülők körében*

Table 5. *Studies on prevalence of online gaming in adults and adolescents*

Tanulmány- azonosító	Viz- gált ország	Viz- gálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Alkalma- zott kérdőív
Chandra, 2022	India	N/A	18–24	egyetemi hallgatók	453	problematikus onlinejáték-zavaz előfordulása 27,4%.	POGQ-SF
Hakami, 2021	Szaúd- Arabia	N/A	N/A	orvostan- hallgatók	225	internetesjáték- zavaz előfordulása 2,2%.	IGDS-SF
Xiang, 2020	Kína	2016	12–26	egyetemi hallgatók technológia, orvostudo- mányi területen, szakképző és műszaki főiskolákon, középisko- lások	1525	internetesjáték- zavaz előfordulása 8,31% egyetemi hallgatók esetében, 12,44% serdülők esetében (15,18% előfordulás gimnáziumban és 10,36% felső tagozatban).	IGDS-SF

Tanulmány- azonosító	Viz- gált ország	Viz- gálat éve	Kor- osztály	Lakosság	Minta mérete	Prevalencia	Alkalma- zott kérdőív
Wei, 2022	Kína	2019	12–18	Zhuang etnikai kisebbségű serdülők	1494	problemátikus onlinejáték-zavar előfordulása 23,83%.	POGQ-SF

4. TÁRGYALÁS

Jelen szisztematikus elemzés átfogó képet nyújt a digitális függőséggel kapcsolatos, különböző korcsoportok szerinti prevalenciaadatokról. Jelentős különbségeket tár fel a felnőttek és a serdülők között a közepes és súlyos internetfüggőség, a közösségimédia-használat és az onlinejáték-használat elterjedtségének tekintetében.

A vizsgált tanulmányok elsöprő többsége Ázsiában történt, a felnőttek esetében 27 az internetfüggőséget, négy a közösségimédia-függőséget és három az onlinejáték-zavart, míg a serdülők esetében 19 az internetfüggőséget, kettő a közösségimédia-függőséget, egy pedig az onlinejáték-zavart vizsgálta. A tanulmányok második leggyakoribb területe Európa, ahol a felnőttek esetében nyolc az internetfüggőséget, egy pedig a közösségimédia-függőséget, míg a serdülők esetében hat az internetfüggőséget, egy pedig a közösségimédia-függőséget vizsgálta. Az internetfüggőséget vizsgálták még Afrikában, két felnőtteket és két serdülőt vizsgáló tanulmány készült erről, illetve Dél-Amerikában, ahol két-két felnőtteket, illetve serdülőket vizsgáló tanulmány íródott.

A mintaszámot tekintve az ázsiai tanulmányok 215–20.901, átlagosan 2015 felnőtt résztvevőt, illetve 114–15.977, átlagosan 1955 serdülő résztvevőt, míg az európaiak 143–1143, átlagosan 594 felnőttet, illetve 352–3006, átlagosan 1591 serdülőt vizsgáltak. Dél-Amerikában a mintaszám 1026–15.476 felnőttek, 342–1387 a serdülők esetében, Afrikában pedig 307–500 felnőttek, illetve 620–632 a serdülők esetében.

A felmérések a felnőttek esetében 2014–2023 között történtek, többségük 2018-ban, míg a serdülők esetében 2012–2022 között történtek, többségük ugyancsak 2018-ban.

Fontos kiemelni, hogy a felnőtteket vizsgáló tanulmányok jelentős része egyetemistákat vizsgált.

Annak ellenére, hogy mindkét populációban jelentős mértékű az internetfüggőség, a fiatalok és a serdülők esetében átlagosan magasabb a függőség kialakulásának kockázata, azonban a súlyos internetfüggőség előfordulási gyakorisága alacsonyabb a fiatalok és serdülők körében a felnőttekhez képest, ami arra utal, hogy jelentős különbség van a két korcsoport digitális környezethez való hozzáállásában. Ezt magyarázhatja a szülői felügyelet és kontroll a serdülők esetében, vagy akár a digitális eszközök különböző használati mintázata a két korcsoport között, míg a serdülők esetében a kapcsolataik online fenntartása sokszor szociális támogatást nyújt, ez a felnőttek esetében sokszor inkább stresszforrássá válhat.

A közösségimédia-használat tekintetében a felnőttek esetében az előfordulás szélesebb skálájú és magasabb átlaggal rendelkezik, a serdülőkhöz képest, akiknél a közösségimédia-függőség előfordulása szűkebb skálájú és alacsonyabb átlaggal rendelkezik. Ez arra utal, hogy bár a serdülők aktívan használják a közösségi médiát, elkötelezettségük minőségileg eltérhet a felnőtteké-től. A fiatalok hajlamosabbak valós idejű kommunikációs platformokat használni, amelyek gyors visszajelzést kínálnak, ami fokozhatja a közösségi kapcsolatok iránti igényt, de nem vezet függőséghez. A felnőttek esetében ez gyakrabban funkcionális célt szolgál, munkával vagy információkereséssel kapcsolatos.

Ezzel szemben az onlinejáték-zavarral összefüggésben a serdülőknél a felnőttekhez képest szűkebb tartomány ellenére magasabb átlagos előfordulás jellemző. Ez a megállapítás hangsúlyozza a fiatalabb populációkra irányuló célzott beavatkozások fontosságát, mivel ők érzékenyebbek lehetnek az online játék hatásaival szemben.

Érdekes módon az adatbázisban nem találtunk olyan tanulmányt, amely az okostelefon-függőségre és a sorozatnézési elkötelezettségre vonatkozó prevalenciaadatokkal dolgozott volna a vizsgált, 2019–2024-es időszakra vonatkozóan.

Az életkori különbségek szociológiai vonatkozásai figyelemre méltóak. Az eredmények hangsúlyozzák, hogy az internetfüggőség és a hozzá kapcsolódó rendellenességek kezeléséhez életkor-specifikus stratégiákra van szükség, figyelembe véve a különböző korcsoportok eltérő használati szokásait és kockázati tényezőit. További kutatásokra van szükség a különbségek egyéni és társadalmi okainak feltárásához és hatékony, személyre szabott megelőzési és kezelési programok kidolgozásához.

5. KORLÁTOZÁSOK

Jelen szisztematikus áttekintés számos korlátozással bír. Első körben, az elemzés az elmúlt öt évben (2019–2024) közzétett, ám a Coviddal nem foglalkozó cikkekre korlátozódik, ami kizárhatja a korábbi időszakokból származó releváns tanulmányokat. Ezek, még ha a digitális függőségek viszonylag új típusú zavarok is, további betekintést nyújthatnak ezeknek az állapotoknak a jellemzőibe. Az időtáv kibővítése az elmúlt tíz év kutatásaira növelné az eredmények átfogó jellegét, és átfogóbb képet adna az időbeli tendenciákról. Másodszor jelen elemzés kizárólag a PubMed adatbázist használja a szakirodalom áttekintésére. Annak ellenére, hogy a PubMed jó hírű és átfogó adatbázis, a keresés egyetlen, orvosi vizsgálatokat összesítő adatbázisra való korlátozása korlátozhatja a releváns tanulmányok elérhetőségét. Fontos azt is megjegyezni, hogy a felnőtteket vizsgáló tanulmányok jelentős része egyetemi hallgatókat vizsgált, ami torzíthatja a felnőtt lakosságra vonatkozó következtetéseket. A jövőben mindenképpen fontos a szakirodalmi áttekintés más adatbázisokra való kiterjesztése is ahhoz, hogy a digitális függőséggel kapcsolatos irodalom és perspektívák szélesebb körét lehessen megragadni.

6. KÖVETKEZTETÉSEK

Összességében jelen szisztematikus elemzés kimutatja, hogy az internetfüggőség és a hozzá kapcsolódó zavarok kezeléséhez életkor-specifikus stratégiákra van szükség, a különböző használati minták figyelembevételével. Az eredmények hangsúlyozzák a digitális függőség mögöttes okainak demográfiai szempontból történő további kutatásának fontosságát. A digitális függőség dinamikájának megértésével a különböző demográfiai csoportokban célzott beavatkozásokat lehet megtervezni és végrehajtani minden korcsoportban, a digitális függőség kockázatának kitett egyének jobb támogatása és a technológiával való egészségesebb foglalkozás elősegítése érdekében.

SZAKIRODALOM REFERENCES

- Abbas, H., Rasheed, N., Mani, U. A., & Kumar, M. (2024). Internet addiction among MBBS students at a New Delhi medical college: Prevalence and determinants of a silent pandemic. *Journal of family medicine and primary care*, 13(2), 730–735. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1242_23
- Afolabi, A. A., Ilesanmi, O. S., & Adebayo, A. M. (2022). Prevalence and Pattern of Internet Addiction Among Adolescents in Ibadan, Nigeria: A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 14(2), e22293. <https://doi.org/10.7759/cureus.22293>
- Aleebrahim, F., Daneshvar, S., & Tarrahi, M. J. (2022). The Prevalence of Internet Addiction and Its Relationship with Mental Health Among High School Students in Bushehr, Iran (2018). *International journal of preventive medicine*, 13, 126. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_480_19
- Alfaya, M. A., Abdullah, N. S., Alshahrani, N. Z., Alqahtani, A. A. A., Algethami, M. R., Al Qahtani, A. S. Y., Aljunaid, M. A., & Alharbi, F. T. G. (2023). Prevalence and Determinants of Social Media Addiction among Medical Students in a Selected University in Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 11(10), 1370. <https://doi.org/10.3390/healthcare11101370>
- American Psychiatric Association (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* 5th edn. Washington, D.C.: American Psychiatric Publishing.
- Andrade, A. L. M., Scatena, A., Bedendo, A., Enumo, S. R. F., Dellazzana-Zanon, L. L., Prebianchi, H. B., de Lara Machado, W., & de Micheli, D. (2020). Findings on the relationship between Internet addiction and psychological symptoms in Brazilian adults. *International journal of psychology : Journal international de psychologie*, 55(6), 941–950. <https://doi.org/10.1002/ijop.12670>
- Benedetto, L., Rollo, S., Cafeo, A., Di Rosa, G., Pino, R., Gagliano, A., Germanò, E., & Ingrassia, M. (2024). Emotional and Behavioural Factors Predisposing to Internet Addiction: The Smartphone Distraction among Italian High School Students. *International journal of environmental research and public health*, 21(4), 386. <https://doi.org/10.3390/ijerph21040386>

- Černja, I., Vejmelka, L., & Rajter, M. (2019). Internet addiction test: Croatian preliminary study. *BMC psychiatry*, 19(1), 388. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2366-2>
- Chandra, R., Kumar, S., Bahurupi, Y., & Rawat, V. S. (2022). The Association of Problematic Online Gaming Behavior With Mental Well-Being and Depressive Symptoms Among Students of Professional Colleges in Rishikesh. *Cureus*, 14(2), e22007. <https://doi.org/10.7759/cureus.22007>
- Dalamaria, T., Pinto, W. J., Farias, E. D. S., & Souza, O. F. (2021). Internet Addiction Among Adolescents in a Western Brazilian Amazonian City. *Revista paulista de pediatria : orgao oficial da Sociedade de Pediatria de Sao Paulo*, 39, e2019270. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2019270>
- de Ávila, G. B., Dos Santos, É. N., Jansen, K., & Barros, F. C. (2020). Internet addiction in students from an educational institution in Southern Brazil: prevalence and associated factors. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 42(4), 302–310. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2019-0098>
- Demenech, L. M., Domingues, M. R., Muller, R. M., Levien, V. R., & Dumith, S. C. (2023). Internet addiction and depressive symptoms: a dose-response effect mediated by levels of physical activity. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 45, e20210279. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0279>
- Dennis, C. L., Carsley, S., Brennenstuhl, S., Brown, H. K., Marini, F., Bell, R. C., Miller, A., Ravindran, S., D’Paiva, V., Dol, J., & Birken, C. S. (2022). Screen use and internet addiction among parents of young children: A nationwide Canadian cross-sectional survey. *PloS one*, 17(1), e0257831. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257831>
- Dhamnetiya, D., Singh, S., & Jha, R. P. (2021). Correlates of problematic internet use among undergraduate medical students of Delhi. *BMC psychiatry*, 21(1), 511. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03529-z>
- Dib, J. E., Haddad, C., Sacre, H., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S., & Hallit, S. (2021). Factors associated with problematic internet use among a large sample of Lebanese adolescents. *BMC pediatrics*, 21(1), 148. <https://doi.org/10.1186/s12887-021-02624-0>
- Di Carlo, F., Pettorruso, M., Alessi, M. C., Picutti, E., Collevocchio, R., Migliara, G., Baroni, G., Gambi, F., Cinosi, E., Martinotti, G., Grant, J. E., & di Giannantonio, M. (2021). Characterizing the building blocks of Problematic Use of the Internet (PUI): The role of obsessional impulses and impulsivity traits among Italian young adults. *Comprehensive psychiatry*, 106, 152225. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2021.152225>
- Di Carlo, F., Vicinelli, M. C., Pettorruso, M., De Risio, L., Migliara, G., Baccolini, V., Trioni, J., Grant, J. E., Dell’Osso, B., & Martinotti, G. (2024). Connected minds in disconnected bodies: Exploring the role of interoceptive sensibility and alexithymia in problematic use of the internet. *Comprehensive psychiatry*, 129, 152446. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2023.152446>
- Eichenberg, C., Schneider, R., & Rumpl, H. (2024). Social media addiction: associations with attachment style, mental distress, and personality. *BMC psychiatry*, 24(1), 278. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05709-z>
- Elbilgahy, A. A., Sweelam, R. K., Eltaib, F. A., Bayomy, H. E., & Elwasefy, S. A. (2021). Effects of Electronic Devices and Internet Addiction on Sleep and Academic Performance Among

- Female Egyptian and Saudi Nursing Students: A Comparative Study. *SAGE open nursing*, 7, 23779608211055614. <https://doi.org/10.1177/23779608211055614>
- Fareeq Saber, A., Masih, S., Karimirad, M. R., Sharifi, F., & Manookian, A. (2024). The relationship between internet addiction, sleep quality, and psycho-social problems among secondary school students in Erbil, 2023-2024. *Public health nursing (Boston, Mass.)*, 10.1111/phn.13353. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/phn.13353>
- Feizy, F., Sadeghian, E., Shamsaei, F., & Tapak, L. (2020). The relationship between internet addiction and psychosomatic disorders in Iranian undergraduate nursing students: a cross-sectional study. *Journal of addictive diseases*, 38(2), 164–169. <https://doi.org/10.1080/10550887.2020.1732180>
- Fukuda, M., Chowdhury, M., Chowdhury, T. T., Tsumura, H., Tsuchie, R., Kinuta, M., Hisamatsu, T., & Kanda, H. (2023). At-risk internet addiction and related factors among senior high school teachers in Japan based on a Nationwide survey. *Neuropsychopharmacology reports*, 43(4), 553–560. <https://doi.org/10.1002/npr2.12350>
- Genc, E., & Pirincci, E. (2024). The relationship between internet addiction and physical activity levels of university students in a province in eastern Turkey. *Work (Reading, Mass.)*, 77(1), 243–252. <https://doi.org/10.3233/WOR-230015>
- Hakami, A. Y., Ahmad, R. G., Alsharif, A., Ashqar, A., AlHarbi, F. A., Sayes, M., Bafail, A., Alqrni, A., & Khan, M. A. (2021). Prevalence of Behavioral Addictions and Their Relationship With Stress and Anxiety Among Medical Students in Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in psychiatry*, 12, 727798. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.727798>
- Hammad, M. A., Alyami, M. H. F., & Awed, H. S. (2024). The association between internet addiction and sleep quality among medical students in Saudi Arabia. *Annals of medicine*, 56(1), 2307502. <https://doi.org/10.1080/07853890.2024.2307502>
- Horváth, Zs., Urbán, R., Kökönyei, Gy., & Demetrovics, Zs. (2021). *Kérdőíves módszerek a klinikai és egészségpszichológiai kutatásban és gyakorlatban*. Medicina Könyvkiadó.
- Hossin, M. Z., Islam, A., Billah, M., Haque, M., & Uddin, J. (2022). Is there a gradient in the association between internet addiction and health? *PloS one*, 17(3), e0264716. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264716>
- Jain, A., Sharma, R., Gaur, K. L., Yadav, N., Sharma, P., Sharma, N., Khan, N., Kumawat, P., Jain, G., Maanju, M., Sinha, K. M., & Yadav, K. S. (2020). Study of internet addiction and its association with depression and insomnia in university students. *Journal of family medicine and primary care*, 9(3), 1700–1706. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1178_19
- Johani, J. K., Hosseinzadeh, M., Mahdavi, N., Vahidi, M., & Hakimi, S. (2021). Internet Dependency and Its Relation to Sexual Desire and Satisfaction in Married Clients Referred to Healthcare Centers in Tabriz, Iran. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 26(2), 175–182. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_115_20
- Joseph, J., Varghese, A., Vr, V., Dhandapani, M., Grover, S., Sharma, S., Khakha, D., Mann, S., & Varkey, B. P. (2021). Prevalence of internet addiction among college students in the Indian setting: a systematic review and meta-analysis. *General psychiatry*, 34(4), e100496. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2021-100496>

- Joseph, J., Varghese, A., Vijay, V. R., Dhandapani, M., Grover, S., Sharma, S. K., Singh, M., Mann, S., & Varkey, B. P. (2022). Problematic Internet Use Among School-Going Adolescents in India: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 47(3), 321–327. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_1129_21
- Kashfi, S. M., Karami, H., Jafari, F., Daliri, M., Yazdankhah, M., Kamyab, A., & Khani Jeihooni, A. (2023). Internet Addiction and Sleep Disorders among Medical Students. *TheScientificWorldJournal*, 2023, 6685676. <https://doi.org/10.1155/2023/6685676>
- Kaur, G. & Mehndroo, M. (2024). Digital addiction and its impact on the mental wellbeing of adolescents. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education*, 13(S1). <https://doi.org/10.32674/vf7rxa68>
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Nakachi, K., Hosokawa, R., & Ueno, S. I. (2020). Prevalence of Internet addiction in Japan: Comparison of two cross-sectional surveys. *Pediatrics international: official journal of the Japan Pediatric Society*, 62(8), 970–975. <https://doi.org/10.1111/ped.14250>
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Hosokawa, R., Nakachi, K., & Ueno, S. I. (2021). Association between Internet Addiction and Application Usage among Junior High School Students: A Field Survey. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4844. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094844>
- K C, S., Kaphle, H. P., Neupane, N., & Baral, S. (2024). Internet use and its association with physical activity among adolescents in Beni Municipality, Myagdi, Nepal. *PloS one*, 19(5), e0302456. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302456>
- Kolaib, A. M. A., Alhazmi, A. H. H., & Kulaib, M. M. A. (2020). Prevalence of internet addiction and its associated factors among medical students at Taiba University, Saudi Arabia. *Journal of family medicine and primary care*, 9(9), 4797–4800. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_655_20
- Kosola, S., Möro, S., & Holopainen, E. (2024). Smartphone use and well-being of adolescent girls: a population-based study. *Archives of disease in childhood*, 109(7), 576–581. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2023-326521>
- Kumar, T., Rajendran, V., Dutta, G., Ambwani, S., Lal, H., Ram, K., & Raghav, P. (2023). Prevalence of Internet Addiction and Impact of Internet Socialization on Professional, Academic, Social Lives and Sleep Pattern Among Students and Professionals from Various Fields Across India. *Advances in medical education and practice*, 14, 1369–1378. <https://doi.org/10.2147/AMEPS438215>
- Kumar, K., Goel, K., & Mehra, A. (2024). Internet Addiction and Its Association with Demographic Variables, Depression, Anxiety, and Psychological Well-being in College Students. *Annals of neurosciences*, 31(1), 21–27. <https://doi.org/10.1177/09727531231171979>
- Kumar Sahu, R., Singh Rajput, D., Jadeja, N., Shukla, A., & Ramji Dwivedi, R. (2024). Internet Addiction and its Impact among Higher Educational Students from 10 Universities in the Indian State of Chhattisgarh. *Addiction & health*, 16(2), 107–114. <https://doi.org/10.34172/ahj.2024.1477>

- Li, C., Zhang, Y., Chang, R., Wei, M., Jiang, Y., & Zhang, J. (2024). The mediation and interaction effects of Internet addiction in the association between family functioning and depressive symptoms among adolescents: A four-way decomposition. *Journal of affective disorders*, 356, 41–47. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.103>
- Lin, C. Y., Potenza, M. N., Ulander, M., Broström, A., Ohayon, M. M., Chattu, V. K., & Pakpour, A. H. (2021). Longitudinal Relationships between Nomophobia, Addictive Use of Social Media, and Insomnia in Adolescents. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(9), 1201. <https://doi.org/10.3390/healthcare9091201>
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Moonajilin, M. S., Masud, M. T., Misti, J. M., & Griffiths, M. D. (2020). Does loneliness, self-esteem and psychological distress correlate with problematic internet use? A Bangladeshi survey study. *Asia-Pacific psychiatry: official journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists*, 12(2), e12386. <https://doi.org/10.1111/appy.12386>
- Marzilli, E., Cerniglia, L., Ballarotto, G., & Cimino, S. (2020). Internet Addiction among Young Adult University Students: The Complex Interplay between Family Functioning, Impulsivity, Depression, and Anxiety. *International journal of environmental research and public health*, 17(21), 8231. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218231>
- Mboya, I. B., Leyaro, B. J., Kongo, A., Mkombe, C., Kyando, E., & George, J. (2020). Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in northern Tanzania: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 8(1), 73. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00439-9>
- Mohamed, K. O., Soumit, S. M., Elseed, A. A., Allam, W. A., Soomit, A. M., & Humeda, H. S. (2024). Prevalence of Internet Addiction and Its Associated Risk Factors Among Medical Students in Sudan: A Cross-Sectional Study. *Cureus*, 16(2), e53543. <https://doi.org/10.7759/cureus.53543>
- Mora-Monteros, M., Suris, J. C., Chok, L., Siwiak, A., Stadelmann, S., & Barrense-Dias, Y. (2023). Evolution of screen use among youth between 2012 and 2020 in Switzerland. *Archives de pediatrie : organe officiel de la Societe francaise de pediatrie*, 30(8), 563–566. <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2023.09.001>
- Mzumara, T. (2024). Excessive internet use as a risk factor for suicide ideation among university students in Malawi: A cross-sectional study. *Health science reports*, 7(6), e2194. <https://doi.org/10.1002/hsr.2.2194>
- Naresh Kumar, S. J., & Ruhela, A. (2024). Prediction of internet addiction among high school students in a rural Southern Karnataka, India-A cross-sectional study. *Journal of education and health promotion*, 13, 125. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1001_23
- Nowak, M., Rachubińska, K., Starczewska, M., & Grochans, E. (2022). Seeking relationships between Internet addiction and depressiveness, daytime sleepiness, as well as perceived social support in young adults. *European review for medical and pharmacological sciences*, 26(4), 1374–1381. https://doi.org/10.26355/eurrev_202202_28130
- Obeid, S., Saade, S., Haddad, C., Sacre, H., Khansa, W., Al Hajj, R., Kheir, N., & Hallit, S. (2019). Internet Addiction Among Lebanese Adolescents: The Role of Self-Esteem, Anger, Depression, Anxiety, Social Anxiety and Fear, Impulsivity, and Aggression-A Cross-

- Sectional Study. *The Journal of nervous and mental disease*, 207(10), 838–846. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001034>
- Orsolini, L., Yilmaz-Karaman, I. G., Longo, G., Bellagamba, S., Kato, T. A., & Volpe, U. (2022). Sex-differences in hikikomori traits as predictors of problematic internet use in Italian university students. *Journal of psychiatric research*, 155, 211–218. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.08.015>
- Peng, C., Guo, T., Cheng, J., Wang, M., Rong, F., Zhang, S., Tan, Y., Ding, H., Wang, Y., & Yu, Y. (2022). Sex differences in association between Internet addiction and aggression among adolescents aged 12 to 18 in mainland of China. *Journal of affective disorders*, 312, 198–207. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.026>
- Pino Osuna, M. J., Herruzo Pino, C., Lucena Jurado, V., & Herruzo Cabrera, J. (2023). Problematic Internet Use and Psychological Problems among University Students with Disabilities. Uso problemático de Internet y problemas psicológicos entre estudiantes universitarios con discapacidad. *Adicciones*, 35(2), 177–184. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1574>
- Prevete, E., Minotti, G., Gnagnarella, C., Ciambella, M., Valcovich, G., Sarno, F., Corazza, O., Simione, L., & Bersani, G. (2024). Problematic use of Internet in a sample of psychiatric outpatients: preliminary observations from the „real world”. *Rivista di psichiatria*, 59(4), 147–156. <https://doi.org/10.1708/4320.43055>
- Perczel, F. D., Kiss, Z., & Ajtay, G. (szerk.) (2005). *Kérdőívek, becslőskálák a klinikai pszichológiában*. Országos Pszichiátriai és Neurológiai Intézet.
- Qi, Y., Zhao, M., Geng, T., Tu, Z., Lu, Q., Li, R., Niu, L., Qu, W., Zhong, Y., & Gao, Y. (2024). The relationship between family functioning and social media addiction among university students: a moderated mediation model of depressive symptoms and peer support. *BMC psychology*, 12(1), 341. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01818-2>
- Rajasekhar, T., Naveen, K. H. S., Raghav, P., Aneja, J., Thirunavukkarasu, P., Dutta, G., Srinivasan, S., Sharma, P. P., Gupta, M. K., & Goel, A. D. (2023). Exploring internet addiction and its associated factors among college students in Western Rajasthan, India: A mixed-methods study. *Indian journal of psychiatry*, 65(8), 839–852. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_201_23
- Rastegarian, A., Bazrafshan, A., & Keshavarz, P. (2022). Happiness and Internet Addiction among High School Girls in Iran: A Single-Center Experience. *Iranian journal of psychiatry*, 17(4), 388–394. <https://doi.org/10.18502/ijps.v17i4.10687>
- Sahu, M., Gandhi, S., Kumar Sharma, M., & Marimuthu, P. (2020). Social media use and health promoting lifestyle: an exploration among Indian nursing students. *Investigacion y educacion en enfermeria*, 38(2), e12. <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v38n2e12>
- Sayili, U., Pirdal, B. Z., Kara, B., Acar, N., Camcioglu, E., Yilmaz, E., Can, G., & Erginoz, E. (2023). Internet Addiction and Social Media Addiction in Medical Faculty Students: Prevalence, Related Factors, and Association with Life Satisfaction. *Journal of community health*, 48(2), 189–198. <https://doi.org/10.1007/s10900-022-01153-w>
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T., & Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of affective disorders*, 256, 668–672. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.055>

- Setiawati, Y., Hartanti, D. T., Husada, D., Irwanto, I., Ardani, I. G. A. I., & Nazmuddin, M. (2021). Relationship between Paternal and Maternal Parenting Style with Internet Addiction Level of Adolescents. *Iranian journal of psychiatry*, 16(4), 438–443. <https://doi.org/10.18502/ijps.v16i4.7231>
- Sheng, X., Yang, M., Ge, M., Zhang, L., Huang, C., Cui, S., Yuan, Q., Ye, M., Zhou, R., Cao, P., Peng, R., Zhang, K., & Zhou, X. (2022). The relationship between Internet addiction and childhood trauma in adolescents: The mediating role of social support. *Frontiers in psychology*, 13, 996086. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.996086>
- Shkurti, E., & Shtiza, D. (2023). Internet Addiction in Undergraduate Students of the University of Medicine in Tirana, Albania. *Materia socio-medica*, 35(4), 334–338.
- Sun, H. L., Chen, P., Zhang, Q., Si, T. L., Li, Y. Z., Zhu, H. Y., Zhang, E., Chen, M., Zhang, J., Su, Z., Cheung, T., Ungvari, G. S., Jackson, T., Xiang, Y. T., & Xiang, M. (2024). Prevalence and network analysis of internet addiction, depression and their associations with sleep quality among commercial airline pilots: A national survey in China. *Journal of affective disorders*, 356, 597–603. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.03.022>
- Suzuki, H., Miyatake, N., & Kusaka, T. (2023). Problematic internet use and attachment styles among adolescents in Japan. *Pediatrics international : official journal of the Japan Pediatric Society*, 65(1), e15411. <https://doi.org/10.1111/ped.15411>
- Vieira Martins, M., Gouveia Rodrigues, R., Saraiva Carvalho, P., & Ferreira, S. (2022). Profiles on Adolescent Internet Addiction: A Taxonomy with Latent Profiling Analysis. *Acta medica portuguesa*, 35(9), 644–651. <https://doi.org/10.20344/amp.17047>
- Wang, S., Xia, L., Wang, J., Yuan, X., Shi, Y., Wang, X., Li, X., Hu, Y., Zhang, Y., Yang, Y., Geng, F., Liu, Z., Chen, C., Wen, X., Luo, X., Gao, F., & Liu, H. (2022). Prevalence and Clinical Correlates of Internet Addiction Symptoms and Their Association With Quality of Life in Adolescents With Major Depressive Disorder: A Multicenter Cross-Sectional Study. *Frontiers in psychiatry*, 13, 819704. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.819704>
- Wei, Q., Zhang, S., Pan, Y., Hu, H., Chen, F., Yin, W., Lin, Q., Pan, S., Tham, C., & Wu, J. (2022). Epidemiology of gaming disorder and its effect on anxiety and insomnia in Chinese ethnic minority adolescents. *BMC psychiatry*, 22(1), 260. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03894-3>
- Xiang, H., Tian, X., Zhou, Y., Chen, J., Potenza, M. N., & Zhang, Q. (2021). The Relationship Between Behavioral Inhibition and Behavioral Activation Systems, Impulsiveness, and Internet Gaming Disorder Among Students of Different Ages. *Frontiers in psychiatry*, 11, 560142. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.560142>
- Yang, G., Cao, J., Li, Y., Cheng, P., Liu, B., Hao, Z., Yao, H., Shi, D., Peng, L., Guo, L., & Ren, Z. (2019). Association Between Internet Addiction and the Risk of Musculoskeletal Pain in Chinese College Freshmen - A Cross-Sectional Study. *Frontiers in psychology*, 10, 1959. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01959>
- Yang, J. J., Bai, W., Guo, T., Zhang, L., Li, Y. C., Liu, H. Z., Du, X., Cai, H., Balbuena, L., An, F. R., & Xiang, Y. T. (2022). The prevalence of internet addiction and its association with quality of life among clinically stable patients with major depressive disorder. *Journal of affective disorders*, 314, 112–116. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.06.067>

- Yang, Y., Zhang, D. Y., Li, Y. L., Zhang, M., Wang, P. H., Liu, X. H., Ge, L. N., Lin, W. X., Xu, Y., Zhang, Y. L., Li, F. J., Xu, X. J., Wu, H. H., Cheung, T., Ng, C. H., Bo, H. X., & Xiang, Y. T. (2022). Prevalence, correlates, and network analysis of Internet addiction symptoms among Chinese pregnant and postpartum women. *Journal of affective disorders*, 298(Pt A), 126–133. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.092>
- Yang, X., Guo, W. J., Tao, Y. J., Meng, Y. J., Wang, H. Y., Li, X. J., Zhang, Y. M., Zeng, J. K., Tang, W. J., Wang, Q., Deng, W., Zhao, L. S., Ma, X. H., Li, M. L., Xu, J. J., Li, J., Liu, Y. S., Tang, Z., Du, X. D., Hao, W., ... Li, T. (2022). A bidirectional association between internet addiction and depression: A large-sample longitudinal study among Chinese university students. *Journal of affective disorders*, 299, 416–424. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.013>
- Yang, S. Y., Fu, S. H., Chen, K. L., Hsieh, P. L., & Lin, P. H. (2019). Relationships between depression, healthrelated behaviors, and internet addiction in female junior college students. *PloS one*, 14(8), e0220784. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220784>
- Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychol Behav*. (1998) 1:237–44. doi: 10.1089/cpb.1998.1.237
- Yu, L., & Shek, D. T. L. (2021). Positive Youth Development Attributes and Parenting as Protective Factors Against Adolescent Social Networking Addiction in Hong Kong. *Frontiers in pediatrics*, 9, 649232. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.649232>
- Zhong, Y., Li, Y., Hu, A., & Zhang, X. Y. (2024). Prevalence, demographics and clinical characteristics of Internet addiction among Chinese adolescents with schizophrenia. *Frontiers in psychiatry*, 15, 1398479. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1398479>