

A problémás videojáték-használat újabb elméleti és gyakorlati megközelítései³

Talán ma már közhelynek tűnhet, mégis érdemes a videojátékok népszerűségével kapcsolatosan hangsúlyozni, hogy ez a népszerű rekreációs tevékenység korántsem csak egy szűk társadalmi vagy életkori csoport érdeklődését övezi. Éppen ellenkezőleg: folyamatosan jelen van a legkülönbözőbb életkori és társadalmi csoportokban. A videojáték-használat elterjedtségét mutatják az olyan éves kimutatások, eladási mutatók és vásárlói adatokat elemző közvélemény-kutató cégek jelentései is, mint amilyen az Entertainment Software Association (ESA) éves kimutatása (Entertainment Software Association 2017). Az ESA a videojáték-ipart képviselő amerikai szervezet, mely minden évben készít egy felmérést a videojáték-ipart érintő legfontosabb kérdésekről. Az említett beszámoló jól szemlélteti, hogy a videojáték-használat mennyire széles körben elterjedt szabadidős tevékenység, és képet nyújt arról is, kik játszanak ezekkel a digitális játékokkal. Az ESA legfrissebb adatai alapján az amerikai háztartások 67%-a rendelkezik olyan eszközzel (például számítógép, konzol), mely alkalmas a videojáték-használatra, és a háztartások 65%-ában él legalább egy olyan személy, aki három órát vagy annál többet játszik hetente. A játékosok átlagéletkora 35 év körülire tehető, a nemi megoszlást tekintve pedig a férfiak és nők aránya 60-40% körül mozog, ha az összes platformot (például PC/laptop, konzol, mobileszközök) együtt vizsgáljuk. Az ESA adatai alapján az is elmondható, hogy a női játékosok átlagosan később (18 éves koruk felett) kezdenek el aktívan játszani, míg a férfi játékosok nagyobb arányban kezdik fiatalon a videojáték-használatot (Entertainment Software Association 2017).

A videojátékokkal kapcsolatos tudományos érdeklődés a pszichológia területén is számottevő (Nagygyörgy et al. 2013). Az érdeklődés eleinte a játékhasználat, az egyes játékok tartalma és a felhasználók szociodemográfiai jellemzőinek összefüggéseire koncentrált (Bryce és Rutter 2002, Dickey 2006), de idővel a videojátékok és az agresszió kapcsolatának feltárása (Anderson és Bushman 2001, Anderson, Carnagey és Eubanks 2003, Anderson, Gentile és Buckley 2007, Ewoldsen et al. 2012, Möller és Krahé 2009, Velez 2015, Velez et al. 2016), a játékok motivációs hátterének feltérképezése (Demetrovics et al. 2011, Greenberg et al. 2010, Ryan, Rigby és Przybylski 2006, Sherry et al. 2006, Yee 2006a, 2006b), és a problémás játékhasználat kérdésköre (Demetrovics et al. 2012, Griffiths 1999, 2005, Király et al. 2015, Király, Zsila és Demetrovics 2016, Kuss és Griffiths 2011a, 2011b) kapott kiemelt szakmai figyelmet. Vagyis megállapítható, hogy a pszichológiai kutatások döntő többsége a videojáték-használat negatív következményeire fókuszál (Andreassen

¹ Bányai Fanni és Zsila Ágnes hozzájárulása a tanulmányhoz egyenlő. Mindketten első szerzőnek tekintendők.

² Levelező szerző: Király Orsolya (kiralay.orsolya@ppk.elte.hu)

³ A tanulmány a Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Hivatal (K111938, KKP126835) és az Emberi Erőforrások Minisztériuma ÚNKP-17-3 és ÚNKP-17-4 kódszámú Új Nemzeti Kiválóság Programjának támogatásával készült. A tanulmány elkészülését az Európai Unió Horizont 2020 ke-retrprogramja támogatta (CA16207).

et al. 2016, Ballabio et al. 2017, Király et al. 2015, Rehbein et al. 2015, Rehbein és Mößle 2013, Van Rooij et al. 2010).

A 2000-es évekhez közeledve igencsak megnőtt a tudományos érdeklődés a problémás internet- és videojáték-használat iránt (Griffiths 1996, Keepers 1990, Young 1996, 1998). A kezdeti kutatások elsősorban a problémás játékhasználat, vagy más néven a „videojáték-függőség” definícióját és kritériumait próbálták meghatározni, azonban ezeket a mai napig komoly szakmai vita övezi (Demetrovics és Király 2016, Kardefelt-Winther 2015, Kuss, Griffiths és Pontes 2016, 2017, Petry et al. 2014, Pontes és Griffiths 2014). A vita ellenére az elmúlt két évtized kutatási eredményei alapján több mint 250 tanulmány vizsgálata után az „internetesjáték-zavar” 2013-ban bekerült a Mentális Betegségek Diagnosztikai és Statisztikai Kézikönyvének legújabb (ötödik) kiadásának (DSM-5; American Psychiatric Association 2013) harmadik részébe, amelyben a további kutatást igénylő zavarok kaptak helyet. A DSM-5 mellett várhatóan az Egészségügyi Világszervezet (WHO) által kiadott, 2018-ban megjelenő, a betegségek nemzetközi osztályozására szolgáló kódrendszer (BNO) 11. kiadásában (WHO 2017) már önálló betegségként jelenik meg a videojáték-használat zavar.

A problémás játékhasználat meghatározása és kritikája

A problémás játékhasználatot a kezdetektől fogva leginkább viselkedési addikcióként értelmezték (Demetrovics és Kun 2010) – ennek alapján a kémiai addikciókra, valamint a szerencsejáték-függőségre jellemző kritériumok segítségével próbálták meghatározni és mérni. Viselkedési addikció alatt azokat a zavarokat érthetjük, amelyek esetében a függőséget nem valamilyen pszichoaktív szer, hanem valamilyen viselkedés váltja ki. Függő magatartásról akkor beszélhetünk, ha a viselkedés uralni kezdi az egyén életét, károsítja annak és környezetének testi-lelki állapotát. Az élet egyéb területei elveszítik jelentőségüket, a túlzásba vitt tevékenység válik meghatározóvá, valamint a viselkedés normális mértéke nem okoz már az egyén számára örömet, nem nyújt kielégülést (Demetrovics et al. 2012).

Bár a problémás videojáték-használat viselkedési addikcióként történő értelmezését több kritikával illetik (ezekre a továbbiakban még kitérünk), jelenleg ez a legelfogadottabb meghatározása. A függőségekkel foglalkozó szakemberek jelentős része támogatja azt az álláspontot, mely szerint egyes jutalmazó tevékenységek (például a szerencsejáték, szex, evés, testedzés, internet- és a videojáték-használat) a kémiai szerekhez hasonlóan képesek függőséget kiváltani, ezért érdemes ezeket egy egységes keretrendszerben vizsgálni. Erre utal az is, hogy a korábban már említett Amerikai Pszichiátriai Társaság (APA) gondozásában megjelent legfrissebb, a Mentális Betegségek Diagnosztikai és Statisztikai Kézikönyve (DSM-5, APA 2013) az előző, negyedik kiadáshoz képest (DSM-IV, APA 1994) kibővítette a függőségekkel foglalkozó fejezetét, oly módon, hogy a kémiai addikciók mellett a szerencsejáték-zavar is bekerült ide mint nem szerrel kapcsolatos, vagyis viselkedési függőség (APA 2013). A DSM-5 Szerrel kapcsolatos zavarok munkacsoportjának tagjai a szerencsejáték mellett a videojátékokat illetően találtak elég kutatást arra, hogy megfontolják a problémás játékhasználat önálló diagnózissá nyilvánítását. A szakirodalom gondos áttekintése és elemzése nyomán azonban arra a következtetésre jutottak, hogy a problémás játékhasználat egyelőre nem rendelkezik egységes definícióval, mérőeszközökkel, valamint a kezelési módokról és azok hatékonyságáról sincsenek elégséges információk, ezért korai lenne a „Szerrel kapcsolatos és addiktív zavarok” fejezetbe helyezni. Ennek ellenére fontosnak tartották a DSM-5-ben is jelezni a probléma létezését, és ösztönözni a további ku-

tatásokat, ezért a harmadik szekció „További kutatást igénylő mérőeszközök és modellek” fejezetébe helyezték el internetesjáték-zavar (Internet Gaming Disorder; IGD) néven.

A DSM-5 az internetesjáték-zavart olyan tartósan fennálló és időszakosan visszatérő játéktevékenységként definiálja, amely a vizsgálatot megelőző 12 hónapban klinikailag is jelentős egészségkárosodáshoz vagy distresszhez (szorongáskeltő, ártalmas stressz) vezet, és amelyre az alábbi kilenc kritériumból legalább öt jelenléte utal. A kilenc kritérium a következő:

1. Gondolati és viselkedéses elfoglaltság: a játék az egyén domináns tevékenységévé válik, uralja a gondolatait és a cselekedeteit is. Ha csak teheti, játszik, amikor pedig nem játszhat, a játékra gondol.
2. Megvonási tünetek jelentkeznek, ha a személy nem játszhat: feszültség, ingerlékenység, szorongás, szomorúság, és a kémiai függőséghez hasonló fizikai jelek is megjelenhetnek (például remegés, izzadás).
3. Tolerancia: az egyénnek egyre többet kell játszania ahhoz, hogy ugyanazt az élményt érje el, mint korábban.
4. A kontroll elvesztése afelett, hogy mennyit játszik.
5. A korábbi hobbikkal, tevékenységekkel kapcsolatban elveszíti az érdeklődését, csak a játék érdekli.
6. Annak ellenére is folytatja a játékot, hogy tudatában van a pszichoszociális problémáknak, amelyeket okoz a számára.
7. Hazudik arról a családtagjainak, a terapeutájának, vagy más hozzátartozóinak, hogy mennyit játszik.
8. Arra használja a játékot, hogy csökkentse a negatív érzéseit/hangulatát (bűntudatát, szorongását, tehetetlenség érzetét) – a játékvilágba menekül.
9. Veszélybe kerülnek, vagy megszakadnak a kapcsolatai, elveszíti vagy veszélyezteti a munkáját, tanulmányi vagy munkahelyi karrierlehetőségeit a túlzott mértékű játék miatt.

Ezek a kritériumok jelentős hasonlóságokat mutatnak a pszichoaktív szer-függőség és a szerencsejáték-zavar kritériumaival, emiatt a DSM-5 megjelenése óta számos kritika érte és éri őket folyamatosan. A videojátékokkal való játék egy széles körben elterjedt, és az esetek többségében egészséges szabadidős tevékenységnek minősül. A gondolati elfoglaltság, avagy a belefeledkezés gyakorisága egyes szakemberek szerint nem feltétlenül utal problémás használatra. Ahogy egy nemzetközi futball-bajnokság is nagy érdeklődésre és gondolati elfoglaltságra tart számot, addig egy új videojáték megjelenése vagy egy barátokkal közösen játszott játék is gyakran eredményez komoly belefeledkezést a játékosok részéről anélkül, hogy az bármilyen problémára utalna. Erre hívja fel a figyelmet Daniel King és Paul Delfabbro is (2014a), akik szerint a gondolati elfoglaltság vizsgálatokor nem annak gyakoriságát vagy mértékét kellene tekintetbe venni, hanem inkább a gondolatok minőségét, adaptív voltát (vagy annak hiányát), illetve a játékos kognitív rugalmasságát. Vagyis a kérdés nem az, hogy mennyit gondol a játékos a játékra, hanem az, hogy ha például valamilyen iskolai/munkahelyi feladatot kell ellátnia, tud-e arra koncentrálni a játékon való gondolkodás helyett.

Szintén vitatott kritériumok a tolerancia és a megvonás, mivel a videojátékok esetén nem kerül kémiai szer a szervezetbe, ezért a függőség fizikai tüneteivel kapcsolatos kritériumok félrevezetőek lehetnek (Starcevic 2016). A tolerancia kapcsán az is fontos szempont, hogy a játékidő mennyiségét egy ponton túl már nem lehet tovább növelni (Ko 2014). Ezért érdemes lenne a kritériumot vagy kihagyni vagy átfogalmazni, hogy az ne a játékidő mennyiségének növelésére fókuszáljon, hanem arra, hogy a játékos a megnövekedett játékidő ellenére is egyre csökkenő játékelvezetett tapasztal.

A megvonási tünetek a videojátékok esetén negatív mentális (például szomorúság) és viselkedési tünetekként (például ingerlékenység, nyugtalanság) nyilvánulnak meg. Pies (2009) szerint a játékosok önbeszámolóival mellett (kérdőíves vagy interjú kutatások), fontos és időszerű lenne a megvonási tüneteket fiziológiai módszerekkel is vizsgálni (például vérnyomás, pulzusszám mérése). Emellett fontos kiemelni, hogy a megvonási tüneteket nem szabad összetéveszteni azokkal a negatív érzésekkel, amelyek akkor jelentkeznek, ha a játékot a játékosnak egy külső erő miatt kell abbahagynia (például szülői utasításra) (Pies 2009). Ehelyett a játéktevékenység befejezését röviddel (pár órával, de legfeljebb 1-2 nappal) követő kellemetlen tüneteket kell érteni alatta. Azokat a negatív érzéseket, amelyek két hét játék nélkül töltött idő után keletkeznek, inkább sóvárgásnak kellene tekinteni, mint megvonási tüneteknek (Ko et al. 2005).

Szintén vitatott kritérium a hetedik, amely szerint a játékos hazudik például a családtagjainak vagy a terapeutájának a játékkal kapcsolatban. Az említett kritérium megfogalmazására nagy hatással voltak a DSM-5 patológiás szerencsejáték kritériumai (APA 2013), ugyanakkor a problémás játékhasználat esetén ez a tünet egy gyenge láncszem. A legfőbb érv a kritérium ellen az, hogy a játékhasználat többnyire a játékos otthonában zajlik, ezért akkor is nehezen tudná eltitkolni a tevékenységét, ha akarná (King és Delfabbro 2013). Továbbá a játékos lakhatási körülményei is jelentősen befolyásolják a kritérium teljesülését, lévén egy egyedül élő játékos senkinek sem köteles beszámolni a videojátékhasználati szokásairól, habár az problémás lehet.

A kritériumok mellett az internetesjáték-zavar elnevezés és annak tartalma is komoly kritikákat kapott. A DSM-5 ugyanis kijelenti, hogy az internethasználat-zavar, az internetfüggőség és a játékfüggőség kifejezések is mind ugyanennek a konstrukciónak a megnevezései (APA 2013). Ez a fogalmi zavar jelentősen megnehezíti a szakirodalom áttekintését (Király, Griffiths és Demetrovics 2014), mivel összemossa az általános internethasználatot az online játékokkal, melyek mind a józan ész szerint, mind empirikus kutatások eredményei alapján különböznek egymástól (Király et al. 2014, Rehbein és Mößle 2013). További ellentmondás, hogy a DSM-5 leírása alapján az internetesjáték-zavar offline játékokra is vonatkozhat (APA 2013).

A felsorolt kritikák mentén tehát komoly vita folyik a kutatók között, azonban elmondható, hogy a szakma javarészt a kritikák ellenére is pozitívan fogadta az internetesjáték-zavar DSM-5-be való kerülését, és bízik abban, hogy ez a lépés elősegíti a diagnosizálást, a mérés és a kezelési protokollok egységesítését.

Öt évvel a DSM-5 megjelenését követően, a várhatóan 2018-ban megjelenő BNO 11. kiadása is tartalmazni fogja a problémás játékhasználatot „játékzavar” néven. A DSM-mel ellentétben a zavar a könyv törzsszövegében kap helyet a „Mentális, viselkedési és idegrendszeri fejlődési zavarok” között, a „Viselkedési zavarok” al kategórián belül, amely szintén azt a nézőpontot erősíti, hogy a problémás játékhasználatot viselkedési addikcióként érdemes definiálni. A játékzavar jelenségének meghatározásakor a szakértők elkülönítették az online és offline játékok kategóriáit is, szemben a DSM-5 terminológiájával, amely kifejezetten az internetes (vagy online) játékok problémás használatát hangsúlyozza. A BNO definíciója szerint a játékzavar akkor áll fent, ha a játéktevékenység tartós vagy rendszeresen visszatérő, a játékos elveszíti a kontrollt a tevékenység felett, a játék növekvő prioritást élvez a játékos életének minden más fontos tevékenységével (például hobbik, mindennapi tevékenységek) szemben, és a játékos a negatív következmények ellenére is folytatja a játékot (például kapcsolati és/vagy munkahelyi, tanulmányi problémák, egészségre gyakorolt negatív hatás). A problémás viselkedés 12 hónapon belül tartósan fennáll vagy epizodikusan vissza-visszatér, komoly distresszt okozva a játékos számára, és gátolja

az élet meghatározó területein (például személyes, családi, társas, tanulmányi, munkahelyi) való egészséges működést.

Előrelépést jelenthet a DSM-5 definíciójához képest, hogy a BNO-ban szereplő definíció már egyértelműen kimondja, hogy csak akkor beszélhetünk játékszavarról, ha a tevékenység akadályozza az egészséges életvitelt (Billieux et al. 2017), valamint a DSM-5 kritériumok közül csak azokat az addikciós kritériumokat tartalmazza, amelyek kapcsán a legnagyobb az egyetértés a kutatók között (Király és Demetrovics 2017). A BNO megjelenése révén önálló diagnosztikai kategóriává előlépő játékszavar terve tovább fokozta a jelenséget övező szakmai vitát. Az ellenzők leginkább attól tartanak, hogy a formális diagnózis negatív hatással lesz a játékos közösségre szerte a világon, megbélyegzi, stigmatizálja az elkötelezett, de egészséges játékosokat is (Aarseth et al. 2017). Attól is tartanak továbbá, hogy az új diagnosztikai kategória precedenst teremt, és a mindennapi tevékenységek indokolatlan túlpatologizálását eredményezheti (Billieux et al. 2015). Más szempontból azonban a kutatók időszerűnek is látják a formális diagnózis létrejöttét, melytől a jelenség egységessé válását, és a klinikai kezelés megkönnyítését várják (Billieux et al. 2017, Kuss, Griffiths és Pontes 2017, Griffiths et al. 2017, Király és Demetrovics, 2017).

Mérés és előfordulási gyakoriság

Mindeddig a jelenség mérése kapcsán sem született konszenzus a kutatók körében a problémás játékhasználat definíciójának és kritériumainak diverzitásából eredően (King et al. 2013). Az egyes szűrőkérdőívek így nemcsak elnevezésükben különböznek (például Játékfüggőség Skála [Game Addiction Scale – GAS; Lemmens, Valkenburg és Peter 2009], Problémás Online Játék Kérdőív [Problematic Online Gaming Questionnaire - POGQ; Demetrovics et al. 2012], Videojáték-dependencia Skála [Video Game Dependency Scale - KFN-CSAS-II; Rehbein et al. 2010]), hanem a felsorolt tünetek és határértékek meghatározásában is (King et al. 2013, Pontes és Griffiths 2014). Ennek megfelelően egyes kérdőívek az IGD-kritériumokat tükrözik, míg mások eltérő diagnosztikai rendszerek alapján épülnek fel, így magukban foglalhatnak olyan tüneteket is, mint például az alvászavarok, másoktól való függés, törvénybe ütköző cselekedetek vagy a pénzügyi problémák (King et al. 2013). A kérdőívek kiértékelése még az egyazon kritériumrendszer alapján konstruált kérdőívek esetében is eltérő lehet, hiszen az egyes mérőeszközök az IGD különböző dimenzióira fókuszálnak, mindemellett a minta és a kérdőív strukturális jellemzői (például a tételek száma), továbbá módszertani megfontolások is szerepet játszhatnak a határértékek kialakításában (Griffiths et al. 2015).

Habár napjainkban húsznál is több szűrőkérdőív áll rendelkezésre a problémás játékhasználat mérésére (Király et al. 2017), a definíciót, a kritériumokat és a határértékek kialakítását övező konszenzushány mellett a kérdőíves vizsgálatok korlátai is megnehezítik a jelenségről alkotott egységes kép kialakítását a kutatók között (Király és Demetrovics 2017). A kérdőíveket eddig többnyire keresztmetszeti kutatásokban használták (Griffiths et al. 2015, Király és Demetrovics 2017), amelyek nem alkalmasak az összefüggések irányának feltárására (például nem állapítható meg általuk, hogy a sérült társas kapcsolatok vezetnek-e problémás játékhasználatához, vagy a problémás játékhasználat okozza-e a társ kapcsolatok elvesztését). Ilyen típusú tudományos kérdések megválaszolásához longitudinális kutatások szükségesek, azonban ezekből egyelőre komoly hiány van, akárcsak kvalitatív és klinikai vizsgálatokból (Király és Demetrovics 2017). Ezek a tanulmányok (például Chappell et al. 2006, Ko et al. 2014) mindazonáltal rámutattak arra,

hogy a játékosok egy kis csoportja valóban jelentős funkcionális és pszichológiai ártalmaktól szenved, amely összefüggésben áll az intenzív játékhaználókkal.

Fontos azonban megemlíteni, hogy a problémás használat szempontjából veszélyeztetettnek tekinthető játékosok kiszűrésére alkalmazott kérdőívek nem szolgálnak diagnosztikai célokat, ezáltal önmagukban nem alkalmasak diagnózisalkotásra (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Ezek a mérőeszközök elsősorban a nagymintás, epidemiológiai jellegű kutatásokat segítik, amelyek által képet kaphatunk a probléma elterjedtségéről és súlyosságáról a játékosok között (Maraz, Király és Demetrovics 2015). Ahhoz, hogy a szűrőkérdőívek által jelzett kockázat megerősítést nyerjen, klinikus szakember által felállított diagnózis szükséges (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). A kérdőívek által jelzett probléma gyakran nem társul klinikai diagnózissal, ami azt jelenti, hogy a mérőeszközök veszélyeztetettnek nyilváníthatnak olyan játékosokat is, akiknél csupán enyhe tünetek jelentkeznek (Maraz, Király és Demetrovics 2015). Ebben szerepet játszhat az is, hogy a válaszadók a kérdőívekben önbevallás alapján számolnak be az észlelt tünetekről, amely torzításokhoz vezethet (Demetrovics és Király 2016). Másfelől számos tünet, amely korábban patológiásnak számított (például a belefeledkezés), ma már általánosnak tekinthető az elkötelezett játékosok körében (Kardefelt-Winther 2014).

A különböző elméleti és módszertani háttérrel rendelkező kérdőívek alkalmazásából eredően a problémás játékosok prevalenciájának felmérése is változatos előfordulási arányszámokat eredményez (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Napjainkig meglehetősen kevés országos reprezentatív kutatás irányult ennek feltárására, és ezek legnagyobb része a serdülőket vizsgálta. Az említett kutatásokban előforduló prevalencia-értékek a következők voltak: 1,7% (Rehbein et al. 2010) és 1,2% Németországban (Rehbein et al. 2015), 4,1% (Mentzoni et al. 2011) és 4,2% Norvégiában (Brunborg et al. 2013), 4,6% Magyarországon (Pápay et al. 2013), 2,5% Szlovéniában (Pontes, Macur és Griffiths 2016), 1,6% (van Rooij et al. 2011), 1,3% (Haagsma, Pieterse és Peters 2012) és 5,4% (Lemmens, Valkenburg és Gentile 2015) Hollandiában (az utóbbi két értéket serdülőket és felnőtteket is magába foglaló mintákon mérték) és 8,5% az Amerikai Egyesült Államokban (Gentile 2009). Továbbá egy átfogó, hét európai ország részvételével zajlott, reprezentatív felmérésben (Müller et al. 2015) a legalacsonyabb előfordulási arányt (0,6%) Spanyolországban, míg a legmagasabb prevalenciát (2,5%) Görögországban mérték.

A problémás használat kialakulása, lefolyása, korrelátumai és komorbid zavarok

A médiában gyakran találkozhatunk az „addiktív játék” kifejezéssel, azonban egyetlen játék sem rendelkezik olyan jutalmazó rendszerrel vagy más, vonzó jellemzőkkel, amelyek önmagukban képesek egészséges személyek játékhaználási szokásaiban negatív változásokat eredményezni, s konfliktusokat teremteni az egyén környezetében kedvező időtöltése kapcsán (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Az eddigi kutatások alapján a problémás játékhaználó kialakulása sokkal inkább a játékos meglévő erőforrásainak és pszichológiai sérülékenységének függvénye, mint a videojátékoknak, amelyekkel játszik (Griffiths et al. 2015, Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Habár a vizsgálatok többsége keresztmetszeti jellegéből eredően csupán korrelatív adatokkal szolgál, számos komorbid (társuló) zavarra mutattak rá, amelyek kapcsolatban állnak a problémás játékhaználattal (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). A veszélyeztetett játékosok gyakrabban számoltak be depresszív és szorongásos tünetekről (Allsion et al. 2006, Gentile et al. 2011), s többen küzdenek szociális fóbiával, pánikbetegséggel (Allsion et al. 2006), valamint fokozott magányérzettel (Király et al. 2014). Mindezek mellett alacsonyabb önbizalom, továbbá csök-

kent pszichoszociális jóllét jellemezte a problémás játékhazsnálat tüneteit mutató játékosokat, amelyhez alacsony étellel való elégedettség társult (Király et al. 2014, Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Emellett figyelemhiányos hiperaktivitás-zavar (ADHD) is gyakran előfordult a problémás játékosoknál (Allison et al. 2006, Chan és Rabinowitz 2006, Han et al. 2009).

Kapcsolatot találtak a problémás játékhazsnálat és egyes játékmotivációk között is (Király et al. 2015, Yee 2006b). Ezekben a tanulmányokban az eszképiizmus, azaz a menekülés, valamint a versengés motivációja (Király et al. 2015, Kuss et al. 2012, Yee 2006b) állt összefüggésben a problémás viselkedéssel. Ez azt jelenti, hogy azok a játékosok, akik egyfajta megküzdési stratégiaként tekintenek a játékra, amelynek segítségével elmenekülhetnek a való élet problémái elől, fokozottan veszélyeztetettek a problémás játékhazsnálat szempontjából (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Szintén kockázatot jelent a versengés előnyben részesítése azok esetén, akik elégedetlenek a való életben nyújtott teljesítményükkel, és a játékban elért sikereikkel próbálják kompenzálni hiányosságaikat (Király et al. 2015).

Szintén nagyon fontos kutatási eredmény, hogy a játékidő önmagában nem megfelelő előrejelzője a problémás használatnak. Míg a közvélemény hajlamos az intenzív játékhazsnálatot automatikusan problémásnak tekinteni, a kutatások azt sugallják, hogy az elkötelezett (azaz sokat játszó) játékosok többsége semmilyen negatív következményről nem számol be, ezért a BNO játékvazar definíciójának értelmében nem is tekinthető problémás használatnak (Demetrovics és Király 2016, Király et al. 2017). A játékidő helyett sokkal fontosabb a kontextus és a negatív hatások vizsgálata, mert csak ezek ismeretében lehet pontos diagnózist megállapítani (Griffiths 2010).

Habár ezek a tanulmányok fontos összefüggésekre mutattak rá a problémás játékhazsnálatlal gyakran együtt járó komorbid zavarokat illetően, korrelációs jellegükből eredően a kapcsolatok irányára vonatkozóan nem vonhatunk le egyértelmű következtetéseket (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Így az eredményekből nem olvashatjuk ki, hogy a problémás viselkedéssel gyakran társuló zavarok (például depresszió, szorongás, ADHD) vezetnek-e problémás játékhazsnálatához (például a társas elszigetelődés révén), vagy a problémás játéktevékenység okozza-e a tüneteket.

Szintén nagyon keveset tudunk a zavar természetes lefolyásáról. Kérdés, hogy éveken át tartó, krónikus zavarról van-e szó, vagy inkább átmeneti, idővel magától is megoldódó problémáról. Az elmúlt években végzett longitudinális vizsgálatok egymásnak ellentmondó eredményekre jutottak. Egyesek azt sugallják, hogy a probléma tartós (Gentile et al. 2011, Lemmens, Valkenburg és Peter 2011), mások viszont azt, hogy inkább átmeneti természetű (Rothmund et al. 2016, Konkoly-Thege et al. 2015).

A kvalitatív vizsgálatok (főleg esettanulmányok és interjúk) alapján valószínűsíthető, hogy a kémiai függőségekhez hasonlóan a problémás játékhazsnálat is fokozatosan alakul ki, és egy lefelé vezető spirálhoz hasonlítható (Allison et al. 2006, Chappell et al. 2006, Young 2010). A tevékenység szórakozásként indul, majd a játékos egyre jobban beleéli magát, egyre több időt tölt vele, és egyre inkább elveszíti felette a kontrollt. A játék fokozatosan kiszorítja a többi kedvelt és szükséges tevékenységet, és konfliktusokat okoz az egyén életének számos területén (például szociális, munkahelyi). A felépülés kapcsán bizonyos esetek azt sugallják, hogy a problémás játékhazsnálat esetén is létezik egy mélypont, amikor a játékos életét már kizárólag a játék uralja, mindenkit és minden mást elhanyagol. Ezt a mélypontot elérve a játékosban tudatosan a probléma súlyossága, és szerencsés esetben megszülethet benne az elhatározás a változtatásra. Ilyenkor fordul segítségért, vagy próbál önerőből változtatni, azonban itt is gyakori a visszaesés (Chappell et al. 2006, Young 2010).

Kitekintés

Mindent összevetve megállapíthatjuk, hogy a problémás játékhasználat bekerülése a DSM-5-be és várható bekerülése a BNO-ba pozitív fogadtatást nyert a kutatók körében, azonban jelenleg is tart a konszenzuseresés időszaka, amely valószínűleg további átfogó kutatásokat ösztönöz majd a problémás játékhasználat definíciójának és kritériumainak felülvizsgálatára (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Mivel számos megbízható szűrőkérdőívet alakítottak ki az elmúlt években, ezért a jövőbeli kutatásoknak további mérőeszközök kifejlesztése helyett elsősorban exploratív jellegű vizsgálatokra kell fókuszálniuk, amelyek magukban foglalják a nagymintás, reprezentatív adatfelvételeket, a longitudinális vizsgálatokat, a kvalitatív módszereket alkalmazó klinikai interjúkat, valamint a kultúrközi összehasonlító kutatásokat (Kardefelt-Winther et al. 2017).

A problémás játékhasználat definícióját és kritériumait illetően elérni kívánt konszenzus a szakterület kutatói között a problémás viselkedés kezelését célzó eljárások egy-egyesítését jelenthetné, s ezáltal hatékonyságukat is növelhetné (King és Delfabbro 2014b). Jelenleg nincsen általános klinikai protokoll a problémás játékhasználat kezelésére, ezért a különböző segítő intézmények más-más módon közelítik meg a problémát (Király et al. 2014). Leggyakrabban online segítő fórumok, egyéni és csoportos pszichoterápiás intervenciók, valamint gyógyszeres kezeléssel kombinált terápiák és programok állnak rendelkezésre, továbbá az ázsiai országokban elterjedtté váltak a katonai stílusú kiképzőtáborok is a problémás játékhasználat kezelésére (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Ezek az eljárások alapvetően nem a videojátékokról való leszoktatást tűzik ki célul, hanem az egészséges játékhasználat pszichológiai feltételeinek megteremtésére irányulnak (Griffiths és Meredith 2009, Király et al. 2014, Király, Griffiths és Demetrovics 2015). A kezelési programokat leggyakrabban civil és nonprofit szervezetek biztosítják a nyugati országokban, ahol a család bevonására is gondot fordítanak, különös tekintettel arra, hogy a veszélyeztetett játékosok jelentős hányada kiskorú (Király et al. 2014). A keleti országokban ezzel szemben számottevő egészségügyi problémaként tekintenek a problémás játékhasználatra a serdülők és fiatal felnőttek populációjában, ezért kormányzati szintű kezelési stratégiákat alkalmaznak (Cha 2007, Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Ezekben az országokban váltak elterjedtté a katonai kiképzőtáborok szigorát idéző, bentlakásos intézményekben folytatott kezelési programok is, amelyek egyéni és csoportos foglalkozásokat, családterápiás elemekkel ötvözött konzultációkat, valamint a problémás játékhasználat veszélyeiről tartott előadásokat alkalmaznak szigorú napirendi szabályok betartatása mellett (Cha 2007).

Magyarországon jelenleg még nem elérhetőek hasonló, célzott kezelési programok, csupán konferenciák és ismeretterjesztő előadások formájában értesülhetnek szülők, gyermekek és fiatal játékosok a potenciális veszélyekről és megküzdési lehetőségekről egyéni úton, illetve szakember segítsége mellett. Mindezekon túl olyan magyar alapítványi intézetek (például a Magadért Alapítvány vagy a Megálló Csoport Alapítvány) is fogadnak problémás játékhasználattal küzdő személyeket, amelyek más függőségek kezelésére specializálódtak (például a kóros játékszenvedély kezelésére).

Habár a problémás játékhasználatra irányuló kezelési eljárások sok esetben eredményesnek bizonyultak (például a gyógyszeres kezeléssel kombinált pszichoterápiás intervenciók) (Huang, Li és Tao 2010, King és Delfabbro 2014a, 2014b), ezeknek a tanulmányoknak számos módszertani hiányossága van, mindemellett csupán rövid távú kezelési fázisok eredményeiről számolnak be, így a használt szerek és alkalmazott eljárások hosszú távú hatékonysága nem bizonyított (Király, Griffiths és Demetrovics 2015). Ezért a jövőbeli kutatásokban érdemes volna elvégezni az alkalmazott eljárások hatásvizsgálatát hosszú távon is.

Összességében megállapítható, hogy a problémás játékhazsnálat definícióját és kritériumait illetően még nem jutottak egységes álláspontra a kutatók, azonban a vizsgálatok egyértelműen alátámasztják, hogy a játékosok egy kis csoportja problémás játéktevékenységének következtében fizikai és pszichológiai ártalmakról számol be. Kezelésük eredményességéhez elengedhetetlen a szakmai konszenzus és a sztenderd eljárások mihamarabbi kialakítása, valamint a hatásvizsgálatok, melyek hozzájárulnak a leghatékonyabb kezelési módok kiválasztásához és továbbfejlesztéséhez. Ezek várhatóan azokra a rizikó- és védőfaktorokra fókuszálnak majd, amelyek kulcsszerepet játszanak a problémás játékhazsnálat kialakulásában, és remélhetőleg széles körben állnak majd a rászoruló játékosok rendelkezésére.

Irodalom

- Aarseth, Espen, Anthony M. Bean, Huub Boonen, Michelle Colder Carras, Mark Coulson, Dimitri Das, Jory Deleuze, Elza Dunkels, Johan Edman, Christopher J. Ferguson, Maria C. Haagsma, Karin Helmersson Bergmark, Zaheer Hussain, Jeroen Jansz, Daniel Kardefelt-Winther, Lawrence Kutner, Patrick Markey, Rune Kristian Lundedal Nielsen, Nicole Prause, Andrew Przybylski, Thorsten Quandt, Adriano Schimmenti, Vladan Starcevic, Gabrielle Stutman, Jan van Looy and Antonius J. van Rooij, "Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal", *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2017) Issue 3., pp. 267-270. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.088>
- Allison, Sara E., Lisa von Wahlde, Tamra Shockley and Glen O. Gabbard, "The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games", *American Journal of Psychiatry*, Vol. 163. (2006) Issue 3., pp. 381-385. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.163.3.381>
- American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV®)*, American Psychiatric Association, Washington, DC, 1994.
- American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)* (Fifth ed.), American Psychiatric Association, Arlington, VA, 2013.
- Anderson, Craig A. and Brad J. Bushman, "Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature", *Psychological science*, Vol. 12. (2001) Issue 5., pp. 353-359. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00366>
- Anderson, Craig A., Nicholas L. Carnagey and Janie Eubanks, "Exposure to violent media: the effects of songs with violent lyrics on aggressive thoughts and feelings", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 84. (2003) Issue 5., pp. 960-971. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.84.5.960>
- Anderson, Craig A., Douglas A. Gentile and Katherine E. Buckley, *Violent video game effects on children and adolescents: Theory, research, and public policy*, Oxford University Press, Oxford, 2007. <http://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195309836.001.0001>
- Andreassen, Cecilie Schou, Joël Billieux, Mark D. Griffiths, Daria J. Kuss, Demetrovics Zsolt, Elvis Mazzoni and Ståle Pallesen, "The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study", *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol. 30. (2016) Issue 2., pp. 252-262. <http://dx.doi.org/10.1037/adb0000160>
- Ballabio, Matteo, Mark D. Griffiths, Urbán Róbert, Alessandro Quartiroli, Demetrovics Zsolt and Király Orsolya, "Do gaming motives mediate between psychiatric symptoms and problematic gaming? An empirical survey study", *Addiction Research & Theory*, (2017) pp. 1-11. <http://doi.org/10.1080/16066359.2017.1305360>
- Billieux, Joël, Daniel L. King, Susumu Higuchi, Sophia Achab, Henrietta Bowden-Jones, Wei Hao, Jiang Long, Hae Kook Lee, Marc N. Potenza, John B. Saunders and Valdimir Poznyak, "Functional impairment matters in the screening and diagnosis of gaming disorder: Commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.)", *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2017) Issue 3., pp. 285-289. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.036>
- Billieux, Joël, Adriano Schimmenti, Yasser Khazaal, Pierre Maurage and Alexandre Heeren, "Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research", *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 4. (2015) Issue 3., pp. 119-123. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.009>

- Brunborg, Geir Scott, Rune Aune Mentzoni, Ole Rogstad Melkevik, Torbjorn Torsheim, Oddrun Samdal, Jorn Hetland, Cecile Schou Andreassen and Stale Palleson, "Gaming addiction, gaming engagement, and psychological health complaints among Norwegian adolescents", *Media Psychology*, Vol. 16. (2013) Issue 1., pp. 115-128. <http://dx.doi.org/10.1080/15213269.2012.756374>
- Bryce, Joanne and Jason Rutter, "Gendered Gaming in Gendered Space", in Joost Raessens and Jeffrey Goldstein (eds.), *Handbook of Computer Game Studies*, MIT Press, Cambridge, Massachusetts, 2005, pp. 301-310.
- Cha, Ariana Eunjung "In China, Stern Treatment For Young Internet 'Addicts'", *The Washington Post*, 22 February 2007. <http://www.washingtonpost.com/wpdyn/content/article/2007/02/21/AR2007022102094.html>
- Chan, Phillip A. and Terry Rabinowitz, "A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents", *Annals of General Psychiatry*, Vol. 5. (2006) Issue 1., pp. 16. <https://doi.org/10.1186/1744-859X-5-16>
- Chappell, Darren, Virginia Eatough, Mark N. O. Davies and Mark D. Griffiths, "EverQuest—It's just a computer game right? An interpretative phenomenological analysis of online gaming addiction", *International Journal of Mental Health and Addiction*, Vol. 4. (2006) Issue 3., pp. 205-216. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9028-6>
- Demetrovics Zsolt és Kun Bernadett, „A viselkedési függőségek és az impulzuskontroll egyéb zavarainak helye az addikciók spektrumán”, in Demetrovics Zsolt és Kun Bernadett (szerk.), *Az addiktológia alapjai IV.*, ELTE Eötvös Kiadó, Budapest, 2010, 29-40. old.
- Demetrovics, Zsolt and Orsolya Király, "Commentary on Baggio et al.(2016): Internet/gaming addiction is more than heavy use over time", *Addiction*, Vol. 111. (2016) Issue 3., pp. 523-524. <https://doi.org/10.1111/add.13244>
- Demetrovics, Zsolt, Róbert Urbán, Katalin Nagygyörgy, Judit Farkas, Mark D. Griffiths, Orsolya Pápay, Gyöngyi Kökönyei, Katalin Felvinczi and Attila Oláh, "The development of the problematic online gaming questionnaire (POGQ)", *PLoS ONE*, Vol. 7. (2012) Issue 5., e36417. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0036417>
- Demetrovics, Zsolt, Róbert Urbán, Katalin Nagygyörgy, Judit Farkas, Dalma Zilahy, Barbara Mervó, Antónia Reindl, Csilla Ágoston, Andrea Kertész and Eszter Harmath, "Why do you play? The development of the motives for online gaming questionnaire (MOGQ)", *Behavior Research Methods*, Vol. 43. (2011) Issue 3., pp. 814-825. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0091-y>
- Dickey, Michele D., "Girl gamers: The controversy of girl games and the relevance of female-oriented game design for instructional design", *British Journal of Educational Technology*, Vol. 37. (2006) Issue 5., pp. 785-793. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8535.2006.00561.x>
- Entertainment Software Association, "Essential facts about the computer and video game industry", 24 July 2017. http://www.theesa.com/wp-content/uploads/2017/04/EF2017_FinalDigital.pdf
- Ewoldsen, David R., Cassie A. Eno, Bradley M. Okdie, John A. Velez, Rosanna E. Guadagno and Jamie DeCoster, "Effect of playing violent video games cooperatively or competitively on subsequent cooperative behavior", *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 15. (2012) Issue 5., pp. 277-280. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0308>
- Gentile, Douglas A., Hyekyung Choo, Albert Liau, Timothy Sim, Dongdong Li, Daniel Fung and Angeline Khoo, "Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study", *Pediatrics*, Vol. 127. (2011) Issue 2., pp. 319-329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Gentile, Douglas A., "Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study", *Psychological Science*, Vol. 20. (2009), Issue 5., pp. 594-602. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02340.x>
- Greenberg, Bradley S., John Sherry, Kenneth Lachlan, Kristen Lucas and Amanda Holmstrom, "Orientations to video games among gender and age groups", *Simulation & Gaming*, Vol. 41. (2010) Issue 2., pp. 238-259. <https://doi.org/10.1177/1046878108319930>
- Griffiths, Mark D., "Internet addiction: an issue for clinical psychology?", *Clinical Psychology Forum*, Vol. 97. (1996), pp. 32-36.
- Griffiths, Mark D., "Internet addiction: fact or fiction?", *The Psychologist*, Vol. 12. (1999), pp. 246-250.
- Griffiths, Mark D., "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework", *Journal of Substance Use*, Vol. 10. (2005) Issue 4., pp. 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, Mark D., "The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence", *International Journal of Mental Health and Addiction*, Vol. 8. (2010) Issue 1., pp. 119-125. <https://doi.org/10.1007/s11469-009-9229-x>
- Griffiths, Mark D., Orsolya Király, Halley M. Pontes, Zsolt Demetrovics, "An Overview of Problematic Gaming", in Elias Aboujaoude and Vladan Starcevic (eds.), *Mental Health in the Digital Age: Grave*

- Dangers, Great Promise*, Oxford University Press, New York, NY, 2015, pp. 27-45.
<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>
- Griffiths, Mark D., Daria J. Kuss, Olatz Lopez-Fernandez and Halley M. Pontes, "Problematic gaming exists and is an example of disordered gaming: Commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.)", *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2017) Issue 3., pp. 296-301. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.037>
- Griffiths, Mark D. and Alex Meredith, "Videogame addiction and its treatment", *Journal of Contemporary Psychotherapy*, Vol. 39. (2009) Issue 4., pp. 247-253. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9118-4>
- Haagsma, Maria C., Marcel E. Pieterse and Oscar Peters, "The prevalence of problematic video gamers in the Netherlands", *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 15. (2012) Issue 3., pp. 162-168. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0248>
- Han, Doug Hyun, Young Sik Lee, Churl Na, Jee Young Ahn, Un Sun Chung, Melissa A. Daniels, Charlotte A. Haws and Perry F. Renshaw, "The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder", *Comprehensive psychiatry*, Vol. 50. (2009) Issue 3., pp. 251-256. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.08.011>
- Huang, Xui Qin, Meng-chen Li and Ran Tao, "Treatment of internet addiction", *Current Psychiatry Reports*, Vol. 12. (2010) Issue 5., pp. 462-470. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0147-1>
- Kardefelt-Winther, Daniel, "The moderating role of psychosocial well-being on the relationship between escapism and excessive online gaming", *Computers in Human Behavior*, Vol. 38. (2014) pp. 68-74. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.020>
- Kardefelt-Winther, Daniel, "A critical account of DSM-5 criteria for internet gaming disorder", *Addiction Research & Theory*, Vol. 23. (2015), Issue 2., pp. 93-98. <http://dx.doi.org/10.3109/16066359.2014.935350>
- Kardefelt-Winther, Daniel, Alexandre Heeren, Adriano Schimmenti, Antonius van Rooij, Pierre Maurage, Michelle Carras, Johan Edman, Alexander Blaszczynski, Yasser Khazaal and Joël Billieux, "How can we conceptualize behavioural addiction without pathologizing common behaviours?", *Addiction*, Vol. 112. (2017) Issue 10., pp. 1709-1715. <https://doi.org/10.1111/add.13763>
- Keepers, George A., "Pathological preoccupation with video games", *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, Vol. 29. (1990) Issue 1., 49-50. <https://doi.org/10.1097/00004583-199001000-00009>
- King, Daniel L. and Paul H. Delfabbro, "Video-gaming disorder and the DSM-5: Some further thoughts", *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, Vol. 47. (2013) Issue 9., pp. 875-876. <https://doi.org/10.1177/0004867413495925>
- King, Daniel L. and Paul H. Delfabbro, "The cognitive psychology of Internet gaming disorder", *Clinical Psychology Review*, Vol. 34. (2014a) Issue 4., pp. 298-308. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.03.006>
- King, Daniel L. and Paul H. Delfabbro, "Internet Gaming Disorder treatment: A review of definitions of diagnosis and treatment outcome", *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 70. (2014b) Issue 10., pp. 942-955. <https://doi.org/10.1002/jclp.22097>
- King, Daniel L., Maria C. Haagsma, Paul H. Delfabbro, Michael Gradisar and Mark D. Griffiths, "Toward a consensus definition of pathological video-gaming: A systematic review of psychometric assessment tools", *Clinical Psychology Review*, Vol. 33. (2013) Issue 3., pp. 331-342. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.01.002>
- Király, Orsolya, Mark D. Griffiths and Róbert Urbán, Judit Farkas, Gyöngyi Kökönyei, Zsuzsanna Elekes, Tamás Domokos and Zsolt Demetrovics, "Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: Findings from a large nationally representative adolescent sample", *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 17. (2014) Issue 12., pp. 749-754. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0475>
- Király, Orsolya and Zsolt Demetrovics, "Inclusion of Gaming Disorder in ICD has more advantages than disadvantages: Commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.)", *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2017) Issue 3., pp. 280-284. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.046>
- Király, Orsolya, Mark D. Griffiths and Zsolt Demetrovics, "Internet gaming disorder and the DSM-5: Conceptualization, debates, and controversies", *Current Addiction Reports*, Vol. 2. (2015) Issue 3., pp. 254-262. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0066-7>
- Király, Orsolya, Katalin Nagygyörgy, Beatrix Koronczai, Mark D. Griffiths and Zsolt Demetrovics, "Assessment of problematic internet use and online video gaming" in Elias Aboujaoude and Vladan Starcevic (eds.), *Mental health in the digital age: Grave dangers, great promise*, Oxford University Press, New York, 2015, pp. 46-68.
- Király, Orsolya, Pawel Slecicka, Halley M. Pontes, Róbert Urbán, Mark D. Griffiths and Zsolt Demetrovics, "Validation of the ten-item Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10) and

- evaluation of the nine DSM-5 Internet Gaming Disorder criteria”, *Addictive Behaviors*, Vol. 64. (2017), pp. 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.005>
- Király, Orsolya, Róbert Urbán, Mark D. Griffiths, Csilla Ágoston, Katalin Nagygyörgy, Gyöngyi Kökönyei and Zsolt Demetrovics, “The mediating effect of gaming motivation between psychiatric symptoms and problematic online gaming: an online survey”, *Journal of Medical Internet Research*, Vol. 17. (2015) Issue 4., e88. <http://doi.org/0.2196/jmir.3515>
- Király, Orsolya, Dénes Tóth, Róbert Urbán, Zsolt Demetrovics and Aniko Maraz, “Intense video gaming is not essentially problematic”, *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol. 31. (2017) Issue 7., pp. 807-817. <https://doi.org/10.1037/adb0000316>
- Király Orsolya, Zsila Ágnes és Demetrovics Zsolt, „Viselkedési addikciók” in Elekes Zsuzsanna (szerk.), *Európai iskolavizsgálat az alkohol- és egyéb drogfogyasztási szokásokról – 2015; Magyarországi eredmények*, Budapesti Corvinus Egyetem, Társadalomtudományi és Nemzetközi Kapcsolatok Kar, Szociológia és Társadalmpolitika Intézet, Budapest, 2016, 75-94.old.
- Ko, Chih-Hung, “Internet gaming disorder”. *Current Addiction Reports*, Vol. 1. (2014) Issue 3., pp. 177-185. <https://doi.org/10.1007/s40429-014-0030-y>
- Ko, Chih-Hung, Ju-Yu Yen, Cheng-Chung Chen, Sue-Huei Chen and Cheng-Fang Yen, “Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents”, *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol. 193. (2005) Issue 11., pp. 728-733. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000185891.13719.54>
- Ko, Chih-Hung, Ju-Yu Yen, Sue-Huei Chen, Peng-Wei Wang, Cheng-Chung Chen and Cheng-Fang Yen, “Evaluation of the diagnostic criteria of Internet gaming disorder in the DSM-5 among young adults in Taiwan”, *Journal of Psychiatric Research*, Vol. 53. (2014), pp. 103-110. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.02.008>
- Konkolő Thege, Barna, Erica M. Woodin, David C. Hodgins and Robert J. Williams, “Natural course of behavioral addictions: a 5-year longitudinal study”, *BMC Psychiatry*, Vol. 15. (2015) Issue 4. <https://doi.org/10.1186/s12888-015-0383-3>
- Kuss, Daria J. and Mark D. Griffiths, “Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook”, *Education and Health*, Vol. 29. (2011a) Issue 4., pp. 68-71.
- Kuss, Daria J. and Mark D. Griffiths, “Online social networking and addiction – a review of the psychological literature”, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 8. (2011b) Issue 9., pp. 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Kuss, Daria J., Mark D. Griffiths and Halley M. Pontes, “Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field”, *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2016) Issue 2., pp. 103-109. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.062>
- Kuss, Daria J., Mark D. Griffiths and Halley M. Pontes, “DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Some ways forward in overcoming issues and concerns in the gaming studies field: Response to the commentaries”, *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 6. (2017) Issue 2., pp. 133-141. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.032>
- Kuss, Daria J., Jorik Louws and Reinout W. Wiers, “Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games”, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 15. (2012) Issue 9., pp. 480-485. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0034>
- Lemmens, Jeroen S., Patti M. Valkenburg and Douglas A. Gentile, “The Internet Gaming Disorder Scale”, *Psychological Assessment*, Vol. 27. (2015) Issue 2., pp. 567-582. <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000062>
- Lemmens, Jeroen S., Patti M. Valkenburg and Jochen Peter, “Development and validation of a game addiction scale for adolescents”, *Media Psychology*, Vol. 12. (2009) Issue 1., pp. 77-95. <http://dx.doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Lemmens, Jeroen S., Patti M. Valkenburg and Jochen Peter, “Psychosocial causes and consequences of pathological gaming”, *Computers in Human Behavior*, Vol. 27. (2011) Issue 1., pp. 144-152. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.07.015>
- Maraz, Aniko, Orsolya Király and Zsolt Demetrovics, “Commentary on: Are we overpathologizing everyday life? A tenable blueprint for behavioral addiction research: The diagnostic pitfalls of surveys: If you score positive on a test of addiction, you still have a good chance not to be addicted”, *Journal of Behavioral Addictions*, Vol. 4. (2015) Issue 3., pp. 151-154. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.026>
- Mentzoni, Rune Aune, Geir Scott Brunborg, Helge Molde, Helga Myrseth, Knut Joachim Mar Skouveroe, Jørn Hetland and Stale Pallesen, “Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health”, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 14. (2011) Issue 10., pp. 591-596. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0260>

- Möller, Ingrid and Barbara Krahé, "Exposure to violent video games and aggression in German adolescents: A longitudinal analysis", *Aggressive behavior*, Vol. 35. (2009) Issue 1., pp. 75-89. <https://doi.org/10.1002/ab.20290>
- Müller, Kai W., Mari Janikian, Michael Dreier, Klaus Wölfling, Manfred Beutel, Chara K. Tzavara, Clive Richardson and Artemis Tsitsika, "Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates", *European Child and Adolescent Psychiatry*, Vol. 24. (2015) Issue 5., pp. 565-574. <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0611-2>
- Nagygyörgy Katalin, Pápay Orsolya, Urbán Róbert, Farkas Judit, Kun Bernadett, Mark D. Griffiths és Demetrovics Zsolt, „Problémás online játék használat: szakirodalmi áttekintés”, *Psychiatria Hungarica*, Vol. 28. (2013) Issue 2., pp. 122-144.
- Pápay, Orsolya, Róbert Urbán, Mark D. Griffiths, Katalin Nagygyörgy, Judit Farkas, Gyöngyi Kökönyei, Katalin Felvinczi, Attila Oláh, Zsuzsanna Elekes and Zsolt Demetrovics, "Psychometric properties of the problematic online gaming questionnaire short-form and prevalence of problematic online gaming in a national sample of adolescents", *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 16. (2013) Issue 5., pp. 340-348. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0484>
- Petry, Nancy M., Florian Rehbein, Douglas A. Gentile, Jeroen S. Lemmens, Hans-Jürgen Rumpf, Thomas Mößle, Gallus Bischof, Ran Tao, Daniel S. S. Fung, Guilherme Borges, Marc Auriacombe, Angels González Ibáñez, Philip Tam and Charles P. O'Brien, "An international consensus for assessing internet gaming disorder using the new DSM-5 approach", *Addiction*, Vol. 109. (2014) Issue 9., pp. 1399-1406. <https://doi.org/10.1111/add.12457>
- Pies, Ronald, "Should DSM-V designate "Internet addiction" a mental disorder?", *Psychiatry*, Vol. 6. (2009) Issue 2., pp. 31.
- Pontes, Halley M. and Mark D. Griffiths, "Internet addiction disorder and internet gaming disorder are not the same", *Journal of Addiction Research & Therapy*, Vol. 5. (2014) Issue 4., e124. <http://dx.doi.org/10.4172/2155-6105.1000e124>
- Rehbein, Florian, Sören Kliem, Dirk Baier, Thomas Mößle and Nancy M. Petry, "Prevalence of internet gaming disorder in German adolescents: diagnostic contribution of the nine DSM-5 criteria in a state-wide representative sample", *Addiction*, Vol. 110. (2015) Issue 5., pp. 842-851. <https://doi.org/10.1111/add.12849>
- Rehbein, Florian, Grad Psych, Matthias Kleimann and Thomas Mößle, "Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: results of a German nationwide survey", *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, Vol. 13. (2010) Issue 3., pp. 269-277. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0227>
- Rehbein, Florian and Thomas Mößle, "Video game and Internet addiction: is there a need for differentiation?", *Sucht*, Vol. 59. (2013) Issue 3., pp. 129-142. <https://doi.org/10.1024/0939-5911.a000245>
- Rothmund, Tobias, Christoph Klimmt and Mario Gollwitzer, "Low temporal stability of excessive video game use in German adolescents", *Journal of Media Psychology*, (2016). <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000177>
- Ryan, Richard M., C. Scott Rigby and Andrew Przybylski, "The motivational pull of video games: A self-determination theory approach", *Motivation and Emotion*, Vol. 30. (2006) Issue 4., pp. 344-360. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9051-8>
- Sherry, John L., Kristen Lucas, Bradley S. Greenberg and Ken Lachlan, "Video game uses and gratifications as predictors of use and game preference" in Peter Vorderer and Jennings Bryant (eds.), *Playing Video Games: Motives, Responses, and Consequences*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ, 2006, pp. 213-224.
- Starcevic, Vladan, "Tolerance and withdrawal symptoms may not be helpful to enhance understanding of behavioural addictions", *Addiction*, Vol. 111. (2016) Issue 7., pp. 1307-1308. <https://doi.org/10.1111/add.13381>
- Van Rooij, Antonius J., Tim M. Schoenmakers, Regina J. J. M. van den Eijnden and Dike van de Mheen, "Compulsive internet use: the role of online gaming and other internet applications", *Journal of Adolescent Health*, Vol. 47. (2010) Issue 1., pp. 51-57. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.12.021>
- Van Rooij, Antonius J., Tim M. Schoenmakers, Ad A. Vermulst, Regina J. J. M. van den Eijnden, and Dike van de Mheen, "Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers", *Addiction*, Vol. 106. (2011) Issue 1., pp. 205-212. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03104.x>

- Velez, John A., "Extending the theory of Bounded Generalized Reciprocity: An explanation of the social benefits of cooperative video game play", *Computers in Human Behavior*, Vol. 48. (2015), pp. 481-491. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.015>
- Velez, John A., Tobias Greitemeyer, Jodi L. Whitaker, David R. Ewoldsen and Brad J. Bushman, "Violent video games and reciprocity: The attenuating effects of cooperative game play on subsequent aggression", *Communication Research*, Vol. 43. (2016) Issue 4., pp. 447-467. <https://doi.org/10.1177/0093650214552519>
- Yee, Nick, "The demographics, motivations, and derived experiences of users of massively multi-user online graphical environments", *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, Vol. 15. (2006a) Issue 3., pp. 309-329. <https://doi.org/10.1162/pres.15.3.309>
- Yee, Nick, "Motivations for play in online games", *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 9. (2006b) Issue 6., pp. 772-775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>
- Young, Kimberly S., "Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype", *Psychological Reports*, Vol. 79. (1996) Issue 3., pp. 899-902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>
- Young, Kimberly S., "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder", *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 1. (1998) Issue 3., pp. 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, Kimberly S., "When Gaming becomes an Obsession: Help for Parents and their Children to treat Online Gaming Addiction" 27 July 2010, <http://www.netaddiction.com/articles/Online%20Gaming%20Treatment>
- World Health Organization [WHO], *ICD-11 Beta Draft. Mental, behavioural or neurodevelopmental disorders*, <https://icd.who.int/dev11/l-m/en>

Bányai Fanni pszichológus, az ELTE PPK Pszichológia Doktori Iskolájának hallgatója. Az ELTE Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszék Addiktológia Kutatócsoportjának tagjaként hazai és nemzetközi kutatási projektek keretében részt vesz videojátékosok játékhaznlati szokásainak feltérképezésében, valamint a problémás játékhaznlat pszichés hátterének feltárásában. Az ELTE Szerencsejátékos Segélytelefon önkéntes munkatársainak tart műhelyt egészséges és problémás videojáték-haznlat témakörben, valamint több hazai videojátékos-magazinnak ír tudományos- ismeretterjesztő cikkeket a videojátékok és a pszichológia kapcsolatáról.

Zsila Ágnes pszichológus, író, az ELTE Pszichológiai Doktori Iskolájának hallgatója. Az ELTE Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszék Addiktológia Kutatócsoportjának tagjaként aktívan részt vesz videojátékok problémás és egészséges haznlatára irányuló vizsgálatokban. Fő érdeklődési területe a médiapszichológia és a populáris kultúra találkozása. Több hazai és nemzetközi publikációja jelent meg a cyberbullying és a népszerű japán médiatartalmak (anime, manga) pszichológiai vonatkozásairól.

Demetrovics Zsolt klinikai szakpszichológus, addiktológus, kulturális antropológus. Az MTA doktora, egyetemi tanár. Az ELTE Pszichológiai Intézetének igazgatója, a Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszék tanszékvezetője. Főbb kutatási területe a szenvedélybetegségek epidemiológiája, a kémiai (alkohol, kannabisz, opiátok, új szintetikus szerek) és viselkedési addikciók (szerencsejáték, problémás videojáték-haznlat, kényszeres vásárlás, testedzésfüggőség, munkafüggőség) személyiségpszichológiai, motivációs és családi háttere és prediktorai.

Király Orsolya 2016-ban szerzett doktori fokozatot az ELTE Pszichológiai Doktori Iskolájában. 2014-től az ELTE PPK Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszékén dolgozik, jelenleg egyetemi adjunktusként, korábban tudományos segédmunkatársként. Legfőbb érdeklődési és kutatási területe a videojátékok pszichológiai vonatkozásai és a problémás játékhaznlat, avagy közismertebb nevén a „videojáték-függőség”, melyet elsősorban kérdőíves módszerekkel vizsgál. Több hazai és nemzetközi kutatásban is részt vesz viselkedési addikciók, videojáték- és internethaznlat témakörben. Számos nemzetközi cikke és könyvfejezete jelent meg, és rendszeresen jár hazai és külföldi konferenciákra. Évekig írt játépszichológiai témájú ismeretterjesztő cikkeket a GameStar magazinba.