

XII. Erdélyi Tudományos Diákköri Konferencia

Kolozsvár, 2009. május 15–17

Fényképekhez való pozitív hozzászólások hatása a fizikai énkép alakulására a Hi5 internetes szociális hálózati oldalon

Szerzők:

Kopacz Ildikó (III. év)

Sass Ildikó-Mária (III. év)

Tímár Tünde (III. év)

Varga-Berde Ágnes (III. év)

BBTE, Pszichológia és

Neveléstudományok kar, Pszichológia

Témavezetők:

Drd. János Réka

Marschalko Eszter Enikő MA.

BBTE, Pszichológia és

Neveléstudományok kar, Alkalmazott Pszichológia az Oktatásban Tanszék

Tartalomjegyzék

1. Elméleti háttér.....	2
1.1 Bevezetés	2
1.2. Miért használja a fiatalság a társas hálózati site-okat?.....	5
1.3. Énkép és önértékelés	6
1.4. A pozitív self létrehozásának és fenntartásának lehetőségei	8
1.5. Multidimenzionális énkoncepció	9
1.6. Az önértékelés működése és kontingencia elmélete	10
1.7. Genetikai vagy környezeti hatások.....	12
1.8. A Hi5 társas hálózati oldal bemutatása.....	13
2. A kutatás bemutatása.....	15
2.1. A kutatás célja	15
2.2. A kutatás hipotézisei.....	15
2.3. Résztvevők.....	16
2.4. Eszközök.....	16
2.5. Eljárás	17
2.6. Eredmények	20
2.7. Következtetések, értekezés	22
2.8. Továbbfejlesztési lehetőségek.....	23
3. Bibliográfia:	24

Absztrakt

A különböző Internetes társas portálok gyakorisága egyre nagyobb...információk, érdekeltségek tömkelege, naplók, bejegyzések, kedvenc zene, barátok..."Szólj hozzá!", „Mondd el a véleményed!", „Mit gondolsz rólam?"...mindegyik oldalnak és az oldalak mögött meghúzódó embereknek ez a leggyakoribb üzenete. A jelen kutatás célja az volt, hogy megvizsgálja, hogy az ilyen társas oldalakon a fényképekhez érkezett pozitív hozzászólások befolyásolják-e a személyek fizikai énképét. A kutatást a Hi5 nevű nemzetközi szociális hálózaton végeztük. Az általunk összeállított kérdőívet több mint 3000 18-32 év közötti magyar nemzetiségű romániai személynek küldtük el, végül 41 személy adatait dolgoztuk fel. Az első feltételezésünk, hogy a pozitív hozzászólások pozitív módon befolyásolják a fizikai énkép észlelését, nem igazolódott be. A második hipotézisünk, hogy a nőkre nagyobb hatással vannak a pozitív hozzászólások, igaznak bizonyult. Összehasonlítottuk a férfiak és nők fizikai énképének észlelését, de nem találtunk különbséget közöttük.

Kulcsszavak: fizikai énkép, szociális halózati oldalak, Internet, pozitív hozzászólás, önértékelés

1. Elméleti háttér

1.1 Bevezetés

Az Internet népszerűsége egyre inkább növekszik napjainkban, az információk keresése, hírek olvasása, filmek, zenék letöltése, rádiók hallgatása stb. funkciók mellett egy nagyon fontos közege lett a szociális interakciónak. Az Internet robbanásszerű elterjedése olyan gyorsan történt, hogy időnk sem volt megismerni ezt az új környezetet, holott jelentős hatással lehet viselkedésünkre

A számos chat oldal, blog lehetőség, e-mail, társas oldal lehetővé teszi az ismerkedést, illetve a régi ismerősökkel, rokonokkal való kapcsolat fenntartását.

Az Internet ismerkedési lehetőséget biztosít azok számára is, akik a valódi világban nem érzik magukat kompetensnek erre a feladatra.

A számítógép által mediált kommunikáció (Computer Mediated Communication, CMC) számos szociális szorongó személy számára utat nyitott a társas kapcsolatok felé (Rice és Markey, 2008).

Kutatások azt bizonyítják, hogy azok a kamaszok, akik az instant üzeneteket használják a társaikkal való kapcsolatfenntartásban, úgy gondolják, hogy ez segíti őket abban, hogy elmélyítsék a barátságaikat (Gross, Juvonen, and Gable, 2002; id. Rice és Markey, 2008). Green és mtsai. (2005) azt találták, hogy azok a nők, akik CMC technikák által érintkeztek egy idegen férfival nagyobb boldogságról és jobb kedvről számoltak be, mint azok, akik szemtől szembe találkoztak egy idegen férfival (Rice és Markey, 2008).

Az újabb kutatások azt mutatták ki, hogy a személyes honlapok és a társas oldalak terjedésével megváltozott az emberek véleményalkotása egymásról. Egy kutatás szerint az emberek az Internetes oldalakon látott embereket igyekeznek úgy megítélni, mintha a valóságban látnák; a szemtől szembe helyzetekben a szociálisan expresszív személyeket kedvelik inkább, ezért az Internetes személyi oldalakon is az oldal expresszivitása alapján ítélik meg a személyeket. (Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008). Az alapfeltételezés az, hogy a személyes Internetes oldalak megtekintése lehetővé teszi az illető személy viselkedésének bejósolását. Mostanság, annak ellenére, hogy a személyes webpagek száma növekszik, keveset lehet tudni a személyes oldal és a valódi életben való viselkedés kapcsolatáról.

Mára az Internetes személyes oldalak száma annyira megnövekedett, hogy alig lehet találni a kamaszok, fiatalok között olyan személyt, aki ne tartana fenn legalább egy személyes oldalt, mint például a Facebook, MySpace, Hi5, Friendster. (Lenhart és Madden, 2007; id. Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008). A személyes oldalak felhasználóinak száma az életkor növekedésével egyenes arányban áll, vagyis például egy, az amerikai fiatalságot kutató projektben kimutatták, hogy míg a 12-13 évesek 41%-a, addig a 14-17 évesek 67%-a használ ilyen oldalakat (Lenhart és Madden, 2007; id. Pempek, Yermolayeva, Calvert, 2009).

Az egyedülálló felnőttek közül nagyon sokan tartanak fenn személyes oldalt a különböző társskereső oldalakon (Madden és Lenhart, 2006; id. Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008), míg külföldön már az is egyre gyakoribb kezdett lenni, hogy a munkaadók személyes oldalakon keresztül keresik a munkavállalókat (Finder, 2006; id. Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008). Amerikában már a vállalatok 10%-ánál kötelező az alkalmazottaknak feltenni magukat az online piacra (Madden, Fox, Smith és Vitak, 2007; id. Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008).

A személyes oldal kinézete nagyon is meghatározó lehet a kedvelhetőség szempontjából, mert fontos döntések alapjául szolgálhat, mint például a randizás, barátság, munkavállalás.

A kedvelhetőség az egyik alapvető elem a szociális ismeretek kialakításánál. Az Internetes személyes oldalak vizsgálatokor bizonyítottan nagyobb kedvelhetőségi inferenciát alakítanak ki az emberek (Weibusch, Ivcevic, Ambady, 2008).

A különböző társas oldalakon eltöltött idővel kapcsolatos eredmények azt mutatták, hogy a társas oldalakra való bejelentkezés az amerikai diákok napi, rutinszerű tevékenységei közé tartozik. Lenhart és Madden 2007-es kutatása szerint a 12-17 évesek körülbelül fele naponta bejelentkezik az oldalára: 22% egy nap több alkalommal is, 26% egyszer egy nap, 17% 3-5 nap lép be egy héten, 15% 2-3 nap egy héten és csak 20%, aki egyszer egy héten vagy ennél kevesebbszer (id. Pempek, Yermolayeva, Calvert 2009). Mivel ennyi időt eltöltenek a személyes oldalukkal az emberek, ez mindennapjaik részévé vált, hatással van rájuk. A változások figyelemmel követése, a visszajelzések hatást gyakorolnak rájuk.

Pempek és mtsai. szerint annak ellenére, hogy az információs korszakban élünk, az emberek alapvető törekvései nem változtak sokat, így a különböző életkorok, fejlődési szakaszok feladata is ugyanaz maradt: például a korai kamaszkor és a késői kamaszkor feladata sem változott. Erikson elmélete szerint a korai kamaszkor feladata az identitáskeresés, amely folytatódik a késői kamaszkorban is, az intimitás és izoláció folyamata mellett. (Pempek, 2009). Arnett (2000) a késői kamaszkort a fiatalkor felbukkanási időszakának nevezi, amely több szabadságot és függetlenséget ad a serdülőnek, de ugyanakkor ebben az időszakban kell elsajátítsa a felnőtt élet működési elveit is. Ebben a korszakban a kamaszok mélyebb szinten folytatják az explorációt (Arnett, 2000; id. Pempek, 2009). A kamaszoknak az Internetes társas hálózati oldalak az exploráció egyik fontos forrását képezik. A kérdés, hogy a fiatalok esetében ez így van-e?

Buhrmester és Prager (1995) szerint a felnőttkor felbukkanásának időszakában nagyon fontos szerepet játszik az énközlés, mert segíti a serdülőt abban, hogy a másoktól, főleg a kortársaktól kapott visszajelzések által oldja meg problémáit. Az énközlés segíti mind az intimitás, mind az identitás fejlődését. Az előbbit abban, hogy a kapcsolat megerősödik azzal a személlyel, aki fogadja a közlést; az utóbbit abban, hogy a kortársaktól érkező feed-back segíti a személyt abban, hogy pontosabb képet alakítson ki az énjéről (Buhrmeister és Prager, 1995; id. Pempek, 2009). A kutatásunk során a fiatal felnőtteknél néztük meg, hogy ez a jelenség működik-e. A fényképekhez való hozzászólások befolyásolják-e a saját külsőjükről kialakított képüket?

Mivel az Internethasználat ennyire gyakorivá vált a fiatalok körében, ezért fontos figyelembe venni az online interakciók hatásait is a szelfre. Valkenburg és mtsai. egy kutatás során azt fedezték fel, hogy a holland kamaszok 50%-a használja az instant üzeneteket.

Amikor megkérdezték tőlük, hogy miért teszik ezt, háromfajta választ kaptak vissza: hogy felfedezhessék magukat a mások véleményének tükrében; hogy kompenzálják a féltékenységgel járó szociális gyengeségeket; valamint, hogy facilitálják a társas kapcsolattartást (Valkenburg, Schouten, és Peter, 2005; id. Pempek, 2009).

1.2. Miért használja a fiatalság a társas hálózati site-okat?

A társas hálózati oldalak célja, hogy segítségükkel szociális interakciókat lehessen kialakítani és fenntartani virtuális környezetben. Sokan élnek azzal a lehetőséggel, hogy honlapot készítenek a weben, amely az online bemutatkozás egy gazdagabb közvetítő eszköze.

Az emberek különféle okokból készítenek honlapot, egyesek azért, mert képeket és információt akarnak megosztani barátaikkal, családtagjaikkal míg néhányan közösségi szolgáltatást akarnak nyújtani. Általában a kommunikáció a profilon közölt információkkal indul be, mint pl. a személy neve, neme, életkora, iskolázottsága. Ami még a profil alapvető elemei közé tartozik az egy vagy több fénykép, illetve a személyes érdeklőségek feltüntetése, amelyek nagyon sokat elárulnak a személy identitásáról (Pempek, 2009).

Az online személyiség nagy hatással van az első benyomás kialakítására, amely sokszor meghatározza, hogy a személyek egyáltalán kapcsolatba lépnek-e egymással. Az online személyiség nagyban különbözhet valós személyiségünktől, mivel csak töredék információt szolgáltat rólunk. A honlapon a szövegrész mellett a kategória és a képecskék, hátterek, stílus kiválasztásával az alkotó egységes énképet igyekszik mutatni. A honlapok lehetővé teszik, hogy az online bemutatkozással kísérletezzünk, információt osszunk meg számunkra fontos emberekkel az életünkről és visszajelzést kapjunk azoktól, akik megtalálták a webhelyünket. Az internetes megjelenésünket sokkal inkább kézben tarthatjuk, mint a való életbeli megjelenésünket, pontosan eldönthetjük, mit és hogyan akarunk mondani, milyen személyiségjegyeinket akarjuk hangsúlyozni, illetve a digitális fényképek segítségével a legvonzóbb külsőnket hangsúlyozhatjuk. A való életbeli helyzetekben a személyközi vonzalom legerősebb mágnes a fizikai vonzerő, s talán az Internet világában is ez a meghatározó jellegű (Patricia Wallace, 2006).

A társas hálózati oldalakon a személyek megtekinthetik továbbá egymás profiljait és számos modalitás által kommunikálhatnak, mint pl. e-mailezés (,send message'), üzenet hagyása az instant message board-on (profile comment), a fényképekhez való hozzászólás (photo comment) stb. által. Ezek az interakciók által megfogalmazhatóak a személyek intenciói, mint pl. a társkeresés, barátok szerzése stb..

Egyes kutatások azt találták, hogy a szociális hálózati oldalakat az emberek inkább a már meglévő barátságok fenntartására használják, mint új barátságok kialakítására (Ellison, 2007; id. Pempek, 2009).

Más kutatások azonban arra az eredményre jutottak, hogy a teenagerek fele ezeket az oldalakat új barátok szerzésére használja (Lenhart és Madden, 2007; id. Pempek 2009), míg a középiskolások kb. fele arra használja, hogy másokat tudasson maga felől (Wiley & Sisson, 2006; id. Pempek 2009). A felnőttek adatairól már kevesebb információval rendelkezik a szakirodalom, ezért kutatásunkkal is hozzá szeretnénk járulni a már meglévő adatok bővítéséhez.

Buhrmeister és Prager (1995) énközlés modelljének megfelelően a kortárs csoport visszajelzése befolyásolja a személyek önértékelését. Például: egy kutatás, amely egy holland szociális hálózati oldal 10-19 év közötti tagjait vizsgálta, azt találta, hogy a tagok önértékelése közvetlen kapcsolatban állt a profilra kapott hozzászólásokkal, és az önértékelés kapcsolódott általánosságban a jólléthez. Nem meglepően a pozitív feedback a pozitív önértékeléshez társult, a negatív feedback, a negatív önértékeléshez kapcsolódott (Valkenburg, Peter, és Schouten, 2006; id. Pempek 2009). Ezekből a kutatásokból is az derül ki, hogy a fiatalok ezeket a társas oldalakat arra használják, hogy lemérjék a kortársaik és más személyek véleményét magukról. A kutatásunk azt a kérdést teszi fel, hogy a felnőttek esetében ez így van-e, vajon az ő önértékelésüket, fizikai énképük észlelését mennyire befolyásolják a hozzászólások?

1.3. Énkép és önértékelés

Az énképet a legegyszerűbb módon úgy határozhatjuk meg, mint az önmagunkra vonatkozó észleletek rendszerét. A jelentősége abból adódik, hogy központi szerepet játszik a személyiség szerveződésében. Míg az énképben az önmagunkra vonatkozó észleletek testesülnek meg, addig az önértékelés ezeknek az önészleleteknek a pozitív, illetve negatív minősítéséből alakul ki és az önbecsülésben jut kifejeződésre. Az egyének önértékelését az olyan állításokkal való egyetértésük, illetve egyet nem értésük tökrözi, mint például:

“ értékes személynek tartom magam ”, “összességébe véve elégedett vagyok magammal” (Rosenberg, 1965; id. Eliot R. Smith, Diane M. Mackie, 2004). Tehát láthatjuk, hogy az énkép és az önértékelés nagyon szoros kapcsolatban állnak egymással. Az önbecsülés, illetve annak az érzelmi vetülete, az önbizalom egyrészt attól függ, hogy a személy – a saját érzése szerint – mennyire felel meg az önmaga szabta, vagy mások (szülők, tanárok és más, számára fontos személyek) által támasztott elvárásoknak, másrészt pedig attól, hogy – ismét csak szerinte – mennyire fogadják el és kedvelik őt mások. Az önbecsülést úgy belső (intrinsic), mint külső (extrinsic) tényezők befolyásolják, személytől függ, hogy mely tényezők a meghatározóbbak számára. A személyiségteoretikusok egybehangzóan állítják, hogy az önbecsülés fenntartására és növelésére való igény egyike a legalapvetőbb emberi szükségleteknek, és minthogy ez a késztetés igen erős, az emberek nagyon sok energiát fektetnek abba, hogy ne sérüljön az önbecsülésük (Balogh László, 1978).

Az önértékelés az egyik leggyakrabban tanulmányozott témája a pszichológiának, mivel azt találták, hogy előrejelzője lehet az iskolai teljesítménynek, a depressziónak, a kapcsolatokban megmutatkozó elégedetlenségnek, valamint a bűncselekményeknek (lásd Baumeister, Campbell, Krueger és Vohs, 2003; id. Zlatan Krizan, Jerry Suls, 2008). A kutatások általában a Rosenberg Önértékelési Skála (1965) segítségével mérik fel a személyek önértékelési szintjét. Ezeknek az önbeszámolóknak azonban hátulütői is lehetnek, mint például az, hogy az emberek nem szeretik bevallani, hogy negatív érzéseik, gondolataik vannak önmagukkal szemben (Schneider és Turkat, 1975; Paulhus, 1991), vagy irrealisztikusan optimisták a saját képességeik megítélésében (lásd Wilson és Dunn, 2004; id. Zlatan Krizan, Jerry Suls, 2008). Így általában magasabb pontszámot érnek el a skálán, mint amilyen a való életben megmutatkozó tényleges önértékelésük szintje.

Az önértékelés egy egységes, tág fogalom, több komponens jelenlétét is feltételezi. Harler (2001) a globális önértékelés mellett területspecifikus önértékelésről is szót ejt, amelyek megfigyelésével pontosabb képet kaphatunk a személyek önértékelésének fejlődéséről. A terület specifikus önértékelés minden fejlődési fázisban jelen van. A leggyakoribb önértékeléshez kapcsolódó területek a következők lehetnek: iskolai kompetenciák, fizikai kompetenciák, szociális kompetenciák, fizikai megjelenés. Mivel a fizikai megjelenés is a globális önértékelés egy komponensének tekinthető, ezért kutatásunkban erre a területre fektettük a hangsúlyt, mivel a globális önértékelés túl tág fogalomnak bizonyult. Amint az elméleti leírásokból kiderül, az önértékelés több tényezővel is összefüggésben áll, a két leginkább meghatározó jellegű a sikerélményekből származó kompetenciaérzés az életünk fontos területein, valamint a szignifikáns mások részéről érkező visszajelzések.

Ebből a feltételezésből kiindulva, kutatásunkban a mások részéről érkező pozitív visszajelzések hatását vizsgáltuk a személyek fizikai énképének észlelésére nézve. Tehát a mások részéről érkező pozitív visszajelzések (dicséret, elismerés) pozitív hatást kellene gyakoroljanak a személyek önértékelésére, ezen belül a fizikai komponensre.

A kutatások eredményei szerint az emberek többé-kevésbé elégedettek önmagukkal szemben, sőt a legtöbb ember átlagon felülinek tartja önmagát szinte minden tekintetben. Kevés olyan emberrel találkozunk akik átlag alattinak ítélik meg saját magukat bármely tulajdonság tekintetében.

Ezt az önmegegerősítési tendenciát Wobegon-hatásnak nevezték el a humorista Garrison Keillor képzeletbeli városa után, ahol „minden gyermek átlagon felüli volt” (Eliot R. Smith, Diane M. Mackie, 2004). Ez az önmagukkal való megelégedettség a személyek magas önértékelésére enged következtetni. Ha valakinek az énjére vonatkozó tapasztalatai és gondolatai főként pozitívak, annak valószínűleg magas lesz az önértékelése. Ha viszont tapasztalatai túlnyomórészt negatívak, negatív önértékelést alakíthat ki magáról. Az alacsony illetve a magas önértékelésű emberek jelentősen különböznek abban, ahogyan a különféle eseményekre, tapasztalatokra reagálnak, illetve abban is, ahogyan ezek az események befolyásolják önértékelésüket. A kutatásunk azt vizsgálja, hogy a romániai fiatal felnőttek fizikai énképének észlelése milyen; van-e különbség nők és férfiak fizikai énképének észlelése között, illetve, hogy melyik nemre gyakorolnak nagyobb befolyást a fényképeikhez való pozitív hozzászólások.

1.4. A pozitív self létrehozásának és fenntartásának lehetőségei

Mivel az emberek jobban szeretik pozitívan értékelni önmagukat, a selfre vonatkozó információkat olyan módon dolgozzák fel, ami elősegíti a pozitív self kialakulását illetve fenntartását. Az információ gyűjtését és feldolgozását énvédő torzítások módosíthatják, amelyek a pozitív self kialakulásához járulnak hozzá (Kunda, 1990; id. Eliot R. Smith, Diane M. Mackie, 2004). Az emberek a napi sikerek és kudarcok, a társakkal való összehasonlítás és saját belső normáikkal való összevetés alapján értékelik meg magukat. Az értékelések ezen forrásai közül bármelyik torzulhat olyan irányban, hogy az az önértékelést növelje. A személyek gyakran olyan tevékenységi területet választanak, ahol sikerre számíthatnak, vagy olyan emberekkel hasonlítják össze magukat, akik gyengébbnek minősülnek (lefele irányuló összehasonlítás), ezáltal torzítják énképüket, illetve képességeikről kialakított képüket. Az önértékelésünk a társas összehasonlítástól is függ.

Abraham Tesser (1988) önértékelés fenntartás modellje két reakciót különít el, amely meghatározó az önértékelés fenntartásának tekintetében, az első reakció a másik személy közelsége, a másik a kérdéses tulajdonság fontossága (Eliot R. Smith, Diane M. Mackie, 2004), ezért kutatásunkban a személyek által fontosnak ítélt külső, fizikai tulajdonságokhoz kapcsolódó pozitív hozzászólások hatását vizsgáltuk meg.

A vonzalom és az önbecsülés kapcsolata is igen szoros. Más emberek szeretete és tisztelete pozitív önértékelésünk legfontosabb forrása. Önbecsülésünk értékelése szerepet játszik abban is, hogy milyen embereket választunk partnernek.

Kiesler és Baral (1970) kísérletének eredményei szerint, azok a férfiak, akiknek önbecsülését megnövelték, ha választaniuk kellett, a csinos nővel kezdeményeztek kapcsolatot, szemben a másik esettel, amikor a férfiak önbecsülését kísérleti körülmények között csökkentették, ilyenkor a férfiak a kevésbé vonzó nőt részesítették előnyben (Forgács József, 2002).

1.5. Multidimenzionális énkoncepció

Az énkoncepció multidimenzionalitását felfedezvén, több tanulmány is született, amely az énkép összetevőit szerette volna feltárni (Fox, 2000; id. Christophe Maïano, Grégpry Ninio és Jean Bilard, 2004). A fizikai énkép egyedülálló részét képezi a globális énképnek mert a test a megjelenésen, kinézetén, a tulajdonságokon és képességeken keresztül alapján véve meghatározza a kapcsolatot az egyén és a külvilág között (Fox, 1998; id. Christophe Maïano, Grégpry Ninio és Jean Bilard, 2004). A külső megjelenés a státus és a szexualitás kifejezője, illetve a legfőbb közvetítő eszközt képezi a szociális kommunikációnak. Több kutatás eredménye szerint a fizikai énkép megítélése a globális énkép fejlődéséhez vezet a serdülőknél (Fox, 2000, Whitehead, Corbin, 1997; id. Christophe Maïano, Grégpry Ninio és Jean Bilard, 2004). A fizikai énkép a serdülőkor alatt egyre negatívabb színezetet kap, főleg a lányok esetében (Wigfield és mtsai., 1999). Marsh (1989, 1998) kutatásaiban arra az eredményre jutott, hogy a serdülők globális percepciója a fizikai kompetenciájukat tekintve 12-16 év között szignifikáns csökkenést mutat (id. Christophe Maïano, Grégpry Ninio és Jean Bilard, 2004). Ebből kiindulva feltételeztük, hogy a felnőtt nők fizikai énképének észlelésére nagyobb hatással lesznek a fényképeikhez való pozitív hozzászólások, mint a férfiak esetében.

Shavelson, Hubner és Stanton (1976) megalkották az énkoncepció multidimenzionális, hierarchikus modelljét.

A multidimenzionális, hierarchikus modell több kutatásnak is az alapját képezte (Byrne, 1988c; Harter, 1988; Marsh, 1987b, 1993; Marsh és Shavelson, 1985; Song és Hattie, 1984; Yeung, Chui, Lau, McInerney és Russell-Bowie, 2000; id. Martin S. Hagger, Stuart J. H. Biddle és C. K. John Wang, 2005) és arra a következtetésre jutottak, hogy az átfogó, globális énkoncepció irányítja az énkoncepció értékelését különböző doméniumokban, mint például a szociális, akadémikus, fizikai és foglalkozási területeken.

Fox és Corbin 1989-ben a fizikai énkoncepció modelljét mutatta be, amely a fenti modellen alapult és a pozitív fizikai énkép négy komponensét foglalja magában: három kompetencia jellegű tényezőt -sportolási kompetencia, fizikai kondíció, fizikai erő-, és egy fizikai megjelenéssel kapcsolatos tényezőt, név szerint a vonzó külsőt. Ez a négy összetevő kapcsolatban áll mind a pozitív fizikai énképpel, mind a globális önértékeléssel (id. Martin S. Hagger, Stuart J. H. Biddle és C. K. John Wang, 2005).

Wilgenbusch és Marrel (1999) metaanalízis segítségével a serdülők énkoncepciójában megmutatózó nemek közti különbséget szeretne volna feltárni (id. Richard Fletcher és John Hattie, 2005). Statisztikailag szignifikáns különbség volt kimutatható a serdülők énkoncepciójában, a serdülő fiúk magasabb én-észlelési pontszámot értek el, mint a lányok. A férfiak magasabb pontszámot értek el a globális énkoncepcióban, a külső megjelenésben, a pszichomotoros koordinációban, az énkép e három komponense hasonlóságot mutat a Fox és Corbin (1989) által leírt pozitív fizikai énképet meghatározó komponensekkel (id. Richard Fletcher és John Hattie, 2005).

1.6. Az önértékelés működése és kontingencia elmélete

Az amerikai kultúrát egyre jobban foglalkoztatja az önértékelés témája, valamint egyre növekvő mennyiségű irodalom mutatja be azokat a módszereket, amelyeknek segítségével a személyek fenntartják, illetve növelik önértékelésüket (Baumeister, Campbell, Krueger és Vohs, 2003; Crocker és Park, 2004; id. Virgil Zeigler-Hill, 2006). Az emberi önértékelés működése annyira átható, hogy egy alapvető emberi szükségletként értékelhető (Baumeister, Heatherton és Tice, 1993; id. Virgil Zeigler-Hill, 2006), ezért fontos, hogy az emberek minél kedvezőbb képet alakítsanak és tartsanak fenn önmagukról.

Ha a figyelmünket arra irányítjuk, hogy megértsük, az emberek hogyan működtetik az önértékelésüket, két fogalommal szembesülhetünk, amelyek James (1890) nevéhez kapcsolódnak.

Először is, James állítása szerint az egyéni önértékelés jellegzetes vonás szintje (trait level) viszonylag független az objektív körülményektől, viszont az önértékelés változik az átélt sikerek és kudarcok hatására. Másodsorban, James megjegyzi, hogy nem minden siker- illetve kudarcélménynek van azonos hatása az önértékelésre. Az emberek különböznek abban, ahogy a különböző események, élmények milyen hatást gyakorolnak érzelmeikre. Crocker és mtsai. (Crocker, 2002; Crocker és Luhtanen, 2003; Crocker és Wolfe, 2001; id. Virgil Zeigler-Hill, 2006), James elméletére alapozva magalkották az önértékelés kontingens (contingent) modelljét. Az önértékelés kontingens modelljének megfelelően a személyek egy fontos területen elért sikerélményt követően növekedést tapasztalhatnak az önértékelésük területén, míg a kudarcélmény megtapasztalása csökkentheti önértékelésüket (Crocker, 2002; Crocker és Luhtanen, 2003; Crocker, Luhtanen, Cooper és Bouvrette, 2003; Crocker és Wolfe, 2001; Wolfe és Crocker, 2003; id. Virgil Zeigler-Hill, 2006). Ezt az elgondolást Crocker, Sommers és Luhtanen 2002-ben végzett kutatása is megerősítette, amely azt találta, hogy a főiskolai tanulók felsőoktatásra való jelentkezése során, azok akik önértékelésüket tudományos, elméleti szakértelmükre alapozták, nagyobb növekedést mutatott az önértékelésük azokon a napokon, amikor megkapták az értesítést, hogy felvették őket az egyetemre, s ugyanígy nagyobb mértékben csökkent az önbizalmuk, ha elutasították őket, szemben azokkal a személyekkel, akik önértékelésüket nem tudományos szakértelmükre alapozták. Ez arra enged következtetni hogy a személyeknek a saját maguk által fontosnak ítélt tulajdonságok elismerése növeli az önértékelését. A kutatások eredményei szerint a fizikai megjelenéssel, külsővel való megelégedettség egy fontos komponensét képezi az önértékelésnek, illetve a kamasz fiúk pozitívabban értékelik fizikai megjelenésüket, mint a kamasz lányok (Harter, 1990, 1999; id. Zlatan Krizan, Jerry Suls, 2008), ezt a tendenciát kutatásunkban a fiatal felnőttek fizikai megjelenésének észlelését tekintve vizsgáltuk, illetve a nemek közötti fizikai énképészlelés különbségeit tanulmányoztuk.

Láthatjuk tehát, hogy a pozitív önértékelés különbözik a személyek interperszónálisan fontosnak tartott tulajdonságaitól, amelyek alapján saját magukat értékelik. Park és mtsai. azokat az interperszónális eshetőségeket (contingencies) azonosította, amelyek a pozitív önértékeléssel állnak kapcsolatban, ezek a következők voltak: mások elismerése, külső megjelenés, családi támasz, Isten szeretete (Park, Crocker és Mickelson, 2004; id. Virgil Zeigler-Hill, 2006). A kutatások szerint az önértékelés relatív stabilnak mutatkozik: a gyerekkorukban magas önértékelésű személyek serdülőkorukban is magas önértékelésről számoltak be. Számos tanulmány bebizonyította, hogy késő kamaszkortól korai felnőttkorig az önértékelés stabil marad vagy éppen nő.

Kutatásunkkal mi is hozzá szerettünk volna járulni a vizsgálatban résztvevő személyek önértékelésének növekedéséhez.

1.7. Genetikai vagy környezeti hatások

Számos kutatás figyelemmel kísérte az önbecsülés fejlődését a serdülőkor folyamán, ezek a longitudinális vizsgálatok az önbecsülés stabilitására fókuszáltak (Block és Robins, 1993; O'Malley és Bachman, 1983; id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007). Több előzetes kutatás stabilitást mutatott az önértékelésben a serdülőkor folyamán. Ezt a stabilitást teszt-reteszt korreláció segítségével bizonyították be. Például Roberts és Bengston 1996-os kutatásában az önértékelésben megmutatkozó teszt-reteszt korreláció 17-20 éves kísérleti személyek esetén 0.75 (magas) volt. Habár az előzetes kutatások eredményei alátámasztják az önértékelés stabilitását a serdülőkor folyamán, keveset tudunk arról, hogy genetikai vagy környezeti tényezők okozzák-e a stabilitást vagy az esetleges változást. Több kutatás bebizonyította, hogy az önértékelés szorosan asszociálódik az énkoncepcióval (McGuire és Padawer-Singer, 1976; id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007), ami kifejezi, tükrözi a self globális nézetét (Shavelson és Bolus, 1982; id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007) és ami megváltoztatja az énkoncepció néhány területét serdülőkor alatt, részben genetikai tényező által befolyásolt (McGuire és mtsai., 1999; id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007). Egy másik lehetőséget az képezhet, hogy specifikus környezeti tényezők, mit például a stresszel teli életesemények hozzájárulnak ahhoz, hogy az önértékelés változzon (Iijima, Kawaguchi és Ito, 1995; id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007).

Roy, Neale és Kendler 1995-ben a Virginia-i Iker Nyilvántartás adatait elemezte, hogy megvizsgálja a genetikai illetve a környezeti tényezők hatását az önértékelés stabilitására nézve. Az eredményei szerint az önértékelés stabilitását a genetikai tényezők 53%-ban befolyásolták, míg a környezeti hatások 47%-ban (id. Toshimitsu Kamakura, Juko Ando, Yutaka Ono, 2007). Toshimitsu Kamakura, Juko Ando és Yutaka Ono (2007) arra az eredményre jutottak első kísérletük során, hogy az önértékelést az öröklődés 31%-ban befolyásolja, a környezeti tényezők pedig 69%-ban; a második kísérletük eredményei értelmében a genetika 49%-ban felelős az önértékelésért, míg a környezet 51%-ban. Ezeket a tényeket figyelembe véve elmondhatjuk, hogy úgy a genetikai mind a környezeti tényezők hozzájárulnak az önértékelés stabilitásához vagy változásához.

1.8. A Hi5 társas hálózati oldal bemutatása

Yalamanchi (34) és Garg (30) először egy társskereső oldalt hoztak létre Dél-ázsiaiaknak, amely a Sona.com címen volt elérhető. Ezzel az oldallal kapcsolatban, azonban technikai problémák merültek fel, ezért a szerkesztők úgy döntöttek, hogy nagyobb költségvetésből, más név alatt egy új oldalt hoznak létre. Így született meg 2003-ban a Hi5 társas hálózati oldal.

A Hi5 az egyik legnagyobb és leggyorsabban bővülő szociális internetes hálózat, amelynek több, mint 50 millió felhasználója van világszerte. Az internetes portál rengeteg dícséretet kapott a megalkotásáért, mivel egy nagyon jó lehetőséget jelent új emberekkel való találkozásra, illetve a régi barátokkal való kapcsolat fenntartására. Leginkább a 10-20 éves fiatalok a Hi5 felhasználói.

Hogyan működik a Hi5 oldal? Az új tagok saját online profiljuk elkészítésével kezdik meg működésüket. Kitöltik személyes adataikat és elfogadják a feltételeket, amelyeket a Hi5 állít fel, valamint képeket töltenek fel magukról. Miután ez megtörtént, készen állnak arra, hogy új emberekkel találkozzanak, meghívókat küldhetnek más felhasználóknak. Ezeket a meghívókat más felhasználók elfogadhatják vagy megtagadhatják és le is blokkolhatják, ezáltal megtiltva a kapcsolat kialakítását azzal az adott személlyel. Ha egy felhasználó elfogadja egy másik felhasználó meghívóját, „kapcsolatba kerülnek” egymással és első szintű barátok lesznek, kölcsönösen megjelennek egymás barátaik között. Mindenki megtekintheti a másik személy profilját, kivéve, ha egy felhasználó alkalmazza azt a biztonsági eljárást, miszerint „idegenek” nem nézhetik meg a profilját. Ebben az esetben csak a vele már kapcsolatban álló barátok nézhetik meg a profilját. (http://money.cnn.com/2008/10/13/technology/hempel_hifive_fortune/index.htm?postversion=2008101512)

A Hi5 az első olyan szociális hálózat, amelynek több, mint 30 országból vannak felhasználói és több kontinensről is: Latin Amerikából, Európából, Ázsiából és Afrikából is. A comScore adatai szerint több, mint 56 millió személy látogatja havonta. (<http://www.hi5networks.com/press.html>)

A Hi5 társas szociális hálózat alaptulajdonságai:

1. **Levelezés** – Minden felhasználó üzenetet tud küldeni más felhasználóknak.
2. **Hirdetőtábla** – Minden felhasználó elküldheti híreit a barátainak.

3. **Csoportok** – Minden felhasználónak megvan az a lehetősége, hogy belépjen különböző csoportokba, ahol ismerősök és ismeretlenek megosztják hasonló élményeiket, nézeteiket, hobbyjukat, tartózkodásukat, zenei stílusukat, stb. Ha valaki csatlakozik egy csoporthoz, az megjelenik a profilján.
4. **Napló** – Minden felhasználó elolvashatja az aktuális és a régebbi naplóbejegyzéseket.

További tulajdonságok:

1. **Videó** – A felhasználók videókat tölthetnek fel a profiljukra.
2. **Zene** – A felhasználók akár 15 dalt is feltölthetnek a Hi5 zenelejátszó keretén belül, amely 5 stílusban biztosít zenét: Hip-Hop, R&B, Elektronikus, Rock és Raggae a REAL és iTunes honlapjairól. Zenészek a saját dalaikat is feltölthetik az oldalra.
3. **Fényképek** – 1 Gigabyte fényképet lehet feltölteni a profilra, ami közel 100 album. Minden albumnak 50 MB hely van, amely 250 fényképet jelent albumonként.
4. **Chat (csevegés)** – Mindenki mindenkivel cseveghet.
5. **Hozzászólás (“kommentelés”)** – Minden felhasználó hozzászólhat egy másik felhasználó fényképéhez, elmondhatja, mi a véleménye az adott fotóról. Biztonsági okokból van egy olyan opció amelyik nem engedi, hogy bárki bárkinek hozzászólást írjon. Ezért csak a barátok szólhatnak hozzá a fényképekhez. A hozzászólásokat el kell fogadja az adott felhasználó és csak az elfogadás után jelennek meg a felhasználó profilján, amelyet majd bárki megtekinthet.
6. **Five** - A felhasználók szimbólumokkal (“five”) is értékelhetik kapcsolataikat a barátaikkal, mint például: aranyos, dögös, csinos, divatos, rokon, bajnok, legjobb barát, házastárs, elegáns, stb. A felhasználók el kell fogadják a five-okat; az elfogadás után jelennek meg azok a profiljukon.

A felhasználók a profiljukat saját ízlésük szerint készíthetik el, előre megtervezett színes stílusok közül választhatnak vagy saját képeket tehetnek be háttérként, de akár a betűk színét is változtathatják. 15 választott barátjuk miniatűr képét megjeleníthetik a főoldalukon.

2007-ben 37 nyelvre fordították le a site-ot, így az angol nyelvet nem beszélők számára is elérhető.

Jelenleg a Hi5 társas hálózati oldal igazgatási, szerkesztési központja San Franciscoban (California) van. (<http://www.aboutus.org/Hi5.com>)

2. A kutatás bemutatása

2.1. A kutatás célja

A kutatás célja megvizsgálni, hogy a hálózati társas oldalakon a fényképekhez kapcsolódó pozitív visszajelzések befolyásolják-e a fizikai énkép észlelését. Az elméleti háttérből kiindulva a fiatalok a társas hálózati oldalakat az ismerkedés és kapcsolatok fenntartása mellett arra használják, hogy felmérjék mások róluk alkotott képét. A kutatás azt vizsgálja, hogy mások véleménye hatására énképük változtatható-e, ezzel az eredménnyel hozzájárulva a szakirodalmi adatok bővítéséhez.

A kutatás gyakorlati célja irányt mutatni az embereknek, hogy a fényképekhez való pozitív hozzászólások (dicséret, elismerés, biztatás stb.) pozitív kimenetellel járnak, ami a személy fizikai énképészlelését illeti.

Egy másik célt képezett az a szándékunk, hogy megvizsgáljuk a nők és férfiak fizikai énképészlelése közötti különbséget is, azt feltételezve, hogy a férfiak fizikai énképészlelése eleve pozitívabb, mint a nőké.

A közhiedelem szerint a nők többet adnak a külsejükre, mint a férfiak és inkább figyelembe veszik mások véleményét, ezért az érdekesség kedvéért megvizsgáltuk azt is, hogy a nőkre nagyobb hatással lesznek-e a fényképekhez való pozitív hozzászólások, mint a férfiakra.

2.2. A kutatás hipotézisei

1. A fényképekhez való pozitív hozzászólások hatására a személyek fizikai énképének észlelésében pozitív változás figyelhető meg.

2. A nők fizikai énképében nagyobb változás lesz kimutatható a fényképekhez való pozitív hozzászólások hatására, mint a férfiak esetében.

3. A férfiak általánosságban pozitívabban észlelik a fizikai énképüket, mint a nők.

2.3. Résztvevők

A kutatásban magyar nemzetiségű, magyarországi és romániai 18-32 év közötti fiatalok vettek részt (átlagéletkor 22, 15 év). Ezeknek a személyeknek a profilját random módon választottuk ki a hi5 nevű társas hálózati oldalról. A pretesztben megközelítőleg 3000 személynek küldtük ki a kérdőívet, 125 választ kaptunk vissza, a poszt tesztben végül 41 személy válaszolt, 19 nő és 22 férfi.

A kísérleti csoportban az átlagéletkor 23,67 év volt, a kontroll csoportban 20,96 év. A kísérleti csoportban 10 férfi, 8 nő, a kontroll csoportban 9 férfi és 14 nő volt.

Csoport	Átlagéletkor	Csoportlétszám	Nő	Férfi
Kísérleti	23,67	18	8	10
Kontroll	20,96	23	14	9
Összlétszám		41	22	19

1. Táblázat: A kutatás résztvevőinek adatai

2.4. Eszközök

A preteszt során használt kérdőív 15 itemet tartalmazott, amelyek a fizikai énkép észlelésére vonatkoztak. Ezeket az itemeket az elővizsgálat során kapott tulajdonságok alapján szerkesztettük. A kijelentéseket öt-pontos Likert-skálán kellett pontozni, ahol az 1 azt jelenti, hogy “egyáltalán nem értek egyet vele”, a 2, hogy “inkább nem értek egyet vele”, a 3 “határozatlan vagyok” (egyetértek meg nem is), a 4 jelentése: “részben egyetértek”, míg az 5-é a “teljes mértékben egyetértek”. A 2, 3, 4, 8, 14 fordított itemek voltak, a 2-13 itemek, pedig ellenőrző itemek.

A poszt tesztben ugyanezt a kérdőívet használtuk, felcserélve az itemek sorrendjét, illetve belső tulajdonságokra vonatkozó itemeket beleillesztve, hogy elkerüljük azt a hibát, hogy a pretesztben alkalmazott kérdőívet küldjük el újra. Az utólag beillesztett itemek értékeit természetesen nem vettük figyelembe.

2.5. Eljárás

Elővizsgálat

A kutatáshoz szükséges elővizsgálatokat egy évvel ezelőtt végeztük el. A felmérésben még 10 személy segített, másodéves pszichológia hallgatók a Babeş-Bolyai Tudományegyetem Pszichológia és Neveléstudományok Karáról (2008). Ebben a szakaszban azt mértük fel, hogy a célpopuláció (18-32 év közötti nők és férfiak) tagjai milyen külső (fizikai) tulajdonságokat tartanak vonzónak és vesznek figyelembe az ellenkező nemnél. A kérdést a következőképpen tettük fel:

„Szia. Harmadéves szociológia hallgató vagyok, és az államvizsga dolgozatom témája: "Vonzalom, első látásra".

Szerinted, melyik az a három külső (fizikai) tulajdonság, amelyekkel egy személynek rendelkeznie kell ahhoz, hogy számodra ő vonzó legyen?

Kérlek, írd meg nekem ezt a három külső (fizikai) tulajdonságot.

Segítségedet előre is köszönöm!"

A kapott adatokat az alábbi táblázatban foglaljuk össze.

Tulajdonság	Előfordulási szám
Arc	7
Száj/ajkak (többnyire a forma)	5
Szem (akik csak annyit írtak, h <i>szép</i> v. <i>kifejező</i> szem, v. egyszerűen szem)	11 (összesen 18)
– formája	2
– színe (ált. barna, de kék is)	5
Fogak	3
Haj (rendezett/dús, vörös/barna)	8
Testalkat/arányok (többnyire a	22

<i>csinos, arányos, kecses</i> vonásokat emelték ki, de magas/alacsony tulajdonságokat is)	
Köröm	5
Has (izmos hasfal, lapos has)	3
Kéz v. szép ujjak	4
Fenék („formás hátsó”)	6
Lábak/lábfejek	2
Mellek	5
Öltözködés, stílus („jó megjelenés”, „dekoratív”)	4
Mosoly	12

2. Táblázat: Az elővizsgálat során kapott tulajdonságok gyakorisága

Előmérés

A kapott fizikai tulajdonságok gyakorisága alapján állítottunk össze egy kérdőívet, amellyel a célzott személyek fizikai énképének észlelését mértük fel (lásd Melléklet 1.). A kérdőívhez a következő szöveget mellékeljük a nagyobb hatékonyság érdekében:

„Kedves, ne haragudj, hogy zavarlak, de nagyon fontos lenne nekem, hogy kitöltsd ezt a kérdőívet. Szociológiát tanulok, az idén végzek és az államvizsgadolgozatom megírásához kellene:) Nagyon hálás lennék, ha rám tudnál szálni egy pár percet!”

A szöveg közvetlen, barátságos hangon íródott, fiatalokhoz közelálló problémát közölve (államvizsga, vizsga stb.), a keresztnéven történő megszólítás, illetve a megszólító életkora (hozzájuk közelálló életkorú) a megcélzott személyek segítő viselkedésének aktivizálását az empátia, hasonlóság érzésének kiváltásával fokozta.

Beavatkozás

A 3000 kiküldött kérdőívre 125 választ kaptunk. A 125 személyt random módon két homogén csoportra osztottuk (kísérleti és kontroll). A kísérleti csoportot 66 személy alkotta. Ezek a személyek három hét leforgása alatt 12 profilról 48 pozitív hozzászólást kaptak a fényképeikhez, míg a kontrol csoport tagjainak fényképeihez nem küldtünk hozzászólásokat. A pozitív hozzászólások a kérdőívben található itemek elemeihez kapcsolódtak, vagyis a szem, száj, testalkat (testsúly, magasság, forma), fogak, láb, köröm, haj, mosoly, arc, öltözködés.

Példák a hozzászólásokra:

- „Nagyon szépek a szemeid.” „Igézőek a szemeid.” „Csábító a tekinteted.”
- „Formás a lábad.” „Szexi a lábad.”
- „Nagyon csinos vagy.” „Jó a tested.”
- „Szép az arcod.” „Jóképű vagy.”
- „Kedves a mosolyod.” „Szépek a fogaid.”
- „Jó a frizurád.” „Milyen szép, ápolat a hajad.”
- „Aranyos az arcod.” „Milyen izmos a hasad.”
- „Szépek a körmeid.”
- „Szexi vagy.” „Csini vagy.”
- „Jó a stílusod.” „Tetszik, ahogy öltözködsz.” stb.

Utómérés

A három hét beavatkozási időszak után újra kiküldtük a kérdőívet a 125 személynek. A kérdőívet megváltoztattuk, a már meglévő itemek sorrendjét felcseréltük és belső tulajdonságokra vonatkozó kijelentésekkel bővítettük ki (lásd Melléklet 2.), mondván, hogy: „Szia Ne haragudj, hogy megint zavarlak, de a tanárom nem fogadta el a múltkori kérdőívet és ki kellett bővítsem. Tényleg ne haragudj, hogy megint kérek tőled valamit, de nagyon sokat segítenél nekem, ha ezt is kitöltenéd.” A poszt teszt kérdőíveire 41 válasz érkezett az előre kitűzött határidőre (7 nap a kérdőív kiküldési napjától számolva). Ezeknek a kérdőíveknek és a rájuk válaszoló személyeknek az adatait dolgoztuk fel.

2.6. Eredmények

A felállított hipotézisek ellenőrzésére a Független mintás t-próbát és a Páros mintás t-próbát használtuk. Az elemzéseket az SPSS statisztikai adatfeldolgozó szoftverrel végeztük (SPSS 7.5 for Windows, 1996).

Az első hipotézisünk szerint a pozitív hozzászólások pozitívan befolyásolják a személyek észlelését a fizikai énképükről. Ezt a feltételezést az Független mintás t-próba alkalmazásával vizsgáltuk, és nem kaptunk szignifikáns eredményt ($p=0.491$), vagyis a pozitív hozzászólások nem változtatták meg a személyek fizikai énképének észlelését.

Csoport	Személyek száma	Átlag	Szórás	t érték	Szignifikancia-szint
kísérleti	18	4,01	0,358	1,613	0,230
kontroll	23	3,79	0,480		

3. Táblázat: A független mintás t-próba: az előmérésben kapott eredmények összehasonlítása

Csoport	Személyek száma	Átlag	Szórás	t érték	Szignifikancia-szint
kísérleti	18	4,02	0,687	1,280	0,491
kontroll	23	3,79	0,480		

4. Táblázat: A független mintás t-próba: az utómérésben kapott eredmények összehasonlítása

A második hipotézist, hogy a nőkre nagyobb hatással vannak a pozitív hozzászólások, mint a férfiakra a Páros mintás t-próbával vizsgáltuk. A hipotézis helyesnek bizonyult, ugyanis a nőkre szignifikáns hatással voltak a pozitív hozzászólások ($p=0,007$), míg a férfiakra nem voltak jelentős hatással ($p=0,554$).

Mérés	Átlag	Szórás	t érték	Szignifikancia-szint
Preteszt	3,94	0,360	-1,858	0,007
Poszt teszt	4,06	0,274		

5. Táblázat: Páros mintás t-próba a preteszt és poszt teszt eredményei a nőket illetően

Mérés	Átlag	Szórás	t érték	Szignifikancia-szint
Preteszt	4,08	0,363	0,300	0,554
Poszt teszt	3,99	0,911		

6. Táblázat: Páros mintás t-próba a preteszt és poszt teszt eredményei a férfiakat illetően

Összehasonlítottuk a nők és a férfiak énképészlelése közötti különbségeket a pretesztben, azzal a szándékkal, hogy megvizsgáljuk, hogy általánosságban a férfiak vagy a nők észlelik pozitívabban az énképüket. Annak ellenére, hogy a férfiak átlagban a kérdőíven látszólag magasabb pontszámot értek el, vagyis látszólag pozitívabban észlelik fizikai énképüket (átlagpontszám a kísérleti csoportban: nők=3,94, férfiak=4,08; átlagpontszám a kontroll csoportban: nők=3,70, férfiak=3,94), a különbség nem bizonyult szignifikánsnak ($p=0,711$, $p=0,874$), tehát a nők és a férfiak fizikai énképészlelése között általánosságban nincs jelentős különbség. A harmadik hipotézisünk így nem igazolódott be.

Csoport	Nem	N	Átlag	Szórás	Szignifikancia-szint	t érték
Kísérleti preteszt	férfi	10	4,08	0,363	0,711	0,812
	nő	8	3,94	0,360		
Kontroll preteszt	férfi	9	3,94	0,515	0,874	1,167
	nő	14	3,70	0,450		

7. Táblázat: Független mintás t-próba: A férfiak és a nők fizikai énképészlelése közötti különbség a pretesztben

2.7. Következtetések, értekezés

Az Internet elterjedésével a társas hálózati oldalak használata megnövekedett. Fiatalok és idősebbek egyaránt használják, többféle célból. A szakirodalom alapján az egyik legelterjedtebb használati cél a más személyektől kapott visszajelzések fogadása, amely hatással van a személy önértékelésére és énképének alakítására.

A fizikai énkép nagyon fontos szerepet játszik a társas kapcsolatok kialakításában. A társas hálózati oldalak egyik legfontosabb információszolgáltató elemét a profilon az adott személyről található fényképek képezik, amelyek többnyire a fizikai, külső megjelenést mutatják, tehát a hozzájuk kapcsolódó hozzászólások is többnyire ezt célozzák.

A kutatásunk célja az volt, hogy megvizsgáljuk a fényképekhez való pozitív hozzászólások hatását a személyek énképészlelésére. Az ehhez kapcsolódó első hipotézisünk, miszerint a pozitív hozzászólások pozitív irányba befolyásolják a személyek fizikai énképének észlelését, nem igazolódott be.

A második hipotézisünk, miszerint a nőkre nagyobb hatással vannak a fényképekhez való pozitív hozzászólások, mint a férfiakra, beigazolódott. Ez a feltételezés alátámasztja a közhiedelmet, hogy a nőknek a külsejük (fizikai énképük) megítélésében fontosabb szerepet játszik mások véleménye, mint a férfiak esetében. A nőknek, tehát nagyobb szükségük van a külső pozitív megerősítésre, mint a férfiaknak.

Azt feltételeztük, hogy a férfiak kevesebbet törődnek általánosságban a külsejükkel, mint a nők, ezért ők eleve pozitívabban észlelik a fizikai énképüket, mint az ellenkező nem tagjai. Ez a feltételezés, azonban nem bizonyult helytállónak, ugyanis nem találtunk szignifikáns különbséget a pretesztben a két nem fizikai énképének észlelésében.

A férfiak és a nők fizikai énképének észlelése eleve elég magasnak bizonyult, mivel az 5 pontos Likert skálán, többnyire 4 körüli pontszámot értek el. Ez arra utalhat, hogy azok az emberek, akik fényképeket tesznek ki magukról a profilukra eleve pozitívabb fizikai énképészlelettel rendelkeznek, mint más személyek, illetve magasabb az önértékelésük.

2.8. Továbbfejlesztési lehetőségek

A kutatásunknak több korlátja is van, ezért a jövőben számos továbbfejlesztési lehetőség áll fenn. El lehetne végezni a beavatkozást még több személy részvételével, illetve hosszabb hozzászólási periódussal, valamint több hozzászólás elküldésével, még több profilról. Érdekes lenne megvizsgálni azt a lehetőséget is, hogy a fényképekhez érkező negatív hozzászólásoknak milyen hatásuk lenne a fizikai énkép észlelésére.

Ki lehetne terjeszteni a kutatást a személyiség szerkezetére is, vagyis megvizsgálni, hogy bizonyos személyiségprofilok hogyan kapcsolódnak a profilok gazdagságához (milyen típusú személyek, milyen profilt hoznak létre, illetve milyen típusú hozzászólásokra érzékenyebbek –negatív vagy pozitív-). Lehetne vizsgálni, hogy az introvertált vagy az extrovertált személyek énképének észlelését befolyásolják jobban a hozzászólások.

Ki lehetne terjeszteni a hozzászólásokat az egész profilra, tehát nemcsak a fényképekhez hozzászólni, hanem más elemekhez is (pl. maga a profil egésze, az érdeklődési területek, a napló bejegyzések stb.), illetve lehetne vizsgálni a hozzászólások hatását a teljes énképre és önértékelésre, nemcsak a fizikai komponensre fókuszolni.

Továbbá kultúrák közötti különbségeket is fel lehetne térképezni, hogy van-e különbség a hozzászólások hatásában a különböző kultúrákhoz tartozó embereket illetően (pl. a keletieket befolyásolják jobban a hozzászólások vagy a nyugati kultúrákhoz tartozó embereket).

3. Bibliográfia:

1. Balogh L. (1987): Énképformálás, önértékelés-fejlesztés és a korszerű tanítási- tanulási módszerek. *Köznevelés*, 12.
2. Fletcher, R. & Hattie, J. (2005): Gender Differences in Physical Self-Concept: A Multidimensional Differential Item Functioning Analysis, *Educational and Psychological measurement* 65; 657
3. Forgács J. (2002): A társas érintkezés pszichológiája, Kairosz Kiadó
4. Hagger, M. S., Biddle, G. H. & Wang, K. J. C. (2005): Physical Self-Concept is Adolescence: Generalizability of a Multidimensional, Hierarchical Model Across Gender and Grade, *Educational and Psychological measurement* 65; 297
5. Harler, S. (2001): Self-development in Childhood. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Science* 13807-13812.
6. Kamakura, T., Ando J., Ono, Y. (2007): Genetic and environmental effects of stability and change in self-esteem during adolescence, *Personality and Individual Differences* 42 181-190
7. Kim, K-H., Davis, K. E. (2009): Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities; *Computers in Human Behavior* 25 490–500
8. Krizan, Z., Suls, J. (2008): Are implicit and explicit measures of self-esteem related? A meta analysis for the Name- Letter Test, *Personality and Individual Differences* 44 521-531

9. Maïano, C., Ninio, G. & Jean, J. B. (2004): Age and gender effects on global self-esteem and physical self-perception in adolescents, *European Physical Education Review* 10; 53
11. Pempek, T. A., Yermolayeva, Y.A., Calvert, S. L. (2009): College students' social networking experiences on Facebook; *Journal of Applied Developmental Psychology* 30 227–238
10. Rice, L., Markey, P. M. (2008): The role of extraversion and neuroticism in influencing anxiety following computer-mediated interactions; Department of Psychology, Villanova University 800 Lancaster Avenue, Villanova, PA 19085, USA
11. Smith, E. R., Mackie, D. M. (2004): Szociálpszichológia, Osiris Kiadó, Budapest
12. Wallace, P. (2006): Az internet pszichológiája, Osiris Kiadó, Budapest
13. Weisbuch, M., Ivcevic, Z., Ambady, N. (2009): On being liked on the web and in the “real world”: Consistency in first impressions across personal webpages and spontaneous behavior; *Journal of Experimental Social Psychology* 45 573–576
14. Zeigler-Hill, V. (2006): Contingent self esteem and the interpersonal circumplex: The interpersonal pursuit of self-esteem, *Personality and Individual Differences* 40 713-723
15. <http://www.aboutus.org/Hi5.com>
16. <http://www.hi5networks.com/press.html>
17. http://money.cnn.com/2008/10/13/technology/hempel_hi5.fortune/index.htm?postversion=2008101512

Melléklet

1. Melléklet

Arra kérek, értékeld egy ötös skálán, hogy milyen mértékben értesz egyet az alábbi kijelentésekkel.

1. egyáltalán nem értek egyet
2. inkább nem értek egyet
3. határozatlan vagyok (egyetértek meg nem is)
4. részben egyetértek
5. teljes mértékben egyetértek

Példa: Ha teljes mértékben úgy érzed/gondolod, hogy szép vagy, kifejező szemeid vannak, akkor értékelj 5-el, ha egyáltalán nem értesz egyet e kijelentéssel, akkor 1-el.

A válaszod értékét, írd oda a kérdés után.

1. Szép, kifejező szemeim vannak.
2. Nem vagyok megelégedve az alakommal.
3. Szájam, ajkaim formátlanok.
4. Túlsúlyos vagyok.
5. Divatosan öltözködöm.
6. Nem ápolom a hajam.
7. Hódító mosolyom van.
8. Nincsenek szép arcvonásaim.
9. Formásak a lábaim.
10. Ápoltak a körmeim.
11. Fehér, rendezett a fogsorom.
12. Csinos vagyok.
13. Szerintem vonzó a külsőm.
14. Zavar, hogy nem elég izmos a hasfalam.
15. Meg vagyok elégedve a magasságommal.

2. Melléklet

Arra kérek, értékeld egy ötös skálán, hogy milyen mértékben értesz egyet az alábbi kijelentésekkel.

1. egyáltalán nem értek egyet
2. inkább nem értek egyet
3. határozatlan vagyok (egyetértek meg nem is)
4. részben egyetértek
5. teljes mértékben egyetértek

Példa: Ha teljes mértékben úgy érzed/gondolod, hogy szép vagy, kifejező szemeid vannak, akkor értékeld 5-el, ha egyáltalán nem értesz egyet e kijelentéssel, akkor 1-el.

A válaszod értékét, írd oda a kérdés után.

1. Optimista vagyok.
2. Nincsenek szép arcvonásaim.
3. Divatosan öltözködöm.
4. Szájam, ajkaim formátlanok.
5. Ápoltak a körmeim.
6. Nem vagyok megelégedve az alakommal.
7. Nem ápolom a hajam.
8. Segítőképz vagyok.
9. Túlsúlyos vagyok.
10. Szép, kifejező szemeim vannak.
11. Formásak a lábaim.
12. Hódító mosolyom van.
13. Csinos vagyok.

14. Meg vagyok elégedve a magasságommal.
15. Szerintem vonzó a külsőm.
16. Zavar, hogy nem elég izmos a hasfalam.
17. Toleráns vagyok.
18. Fehér, rendezett a fogsorom.