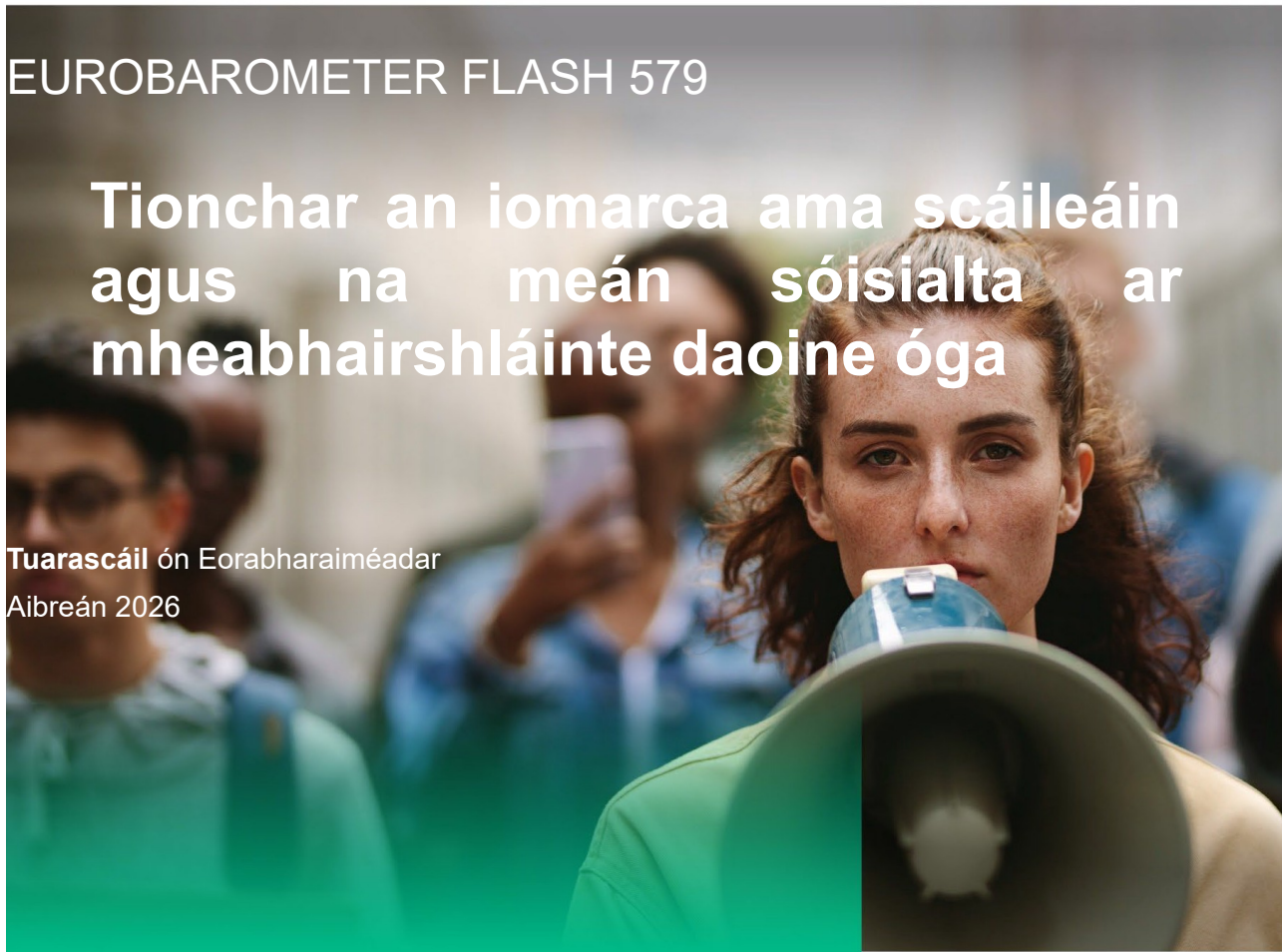


EUROBAROMETER FLASH 579

# Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Tuarascáil ón Eorabharaiméadar  
Aibreán 2026



## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Suirbhé arna dhéanamh ag Demoscopy arna iarraidh sin don Choimisiún Eorpach, an Ard-Stiúrthóireacht um Shláinte agus Sábháilteacht Bia (AS SANTE)

Suirbhé arna chomhordú ag an gCoimisiún Eorpach, Ard-Stiúrthóireacht na Cumarsáide (AS COMM 'Tuairim Phoiblí agus Rannpháirtíocht na Saoránach')

Ní hionann an doiciméad seo agus dearcadh an Choimisiúin Eorpaigh. Is iad na léirmhínte agus na tuairimí atá ann ach na húdair.

Teideal an tionscadail

Flais-Eorabharaiméadar 579 – Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Tuarascáil

GA

Uimhir chatalóige

EW-01-26-076-EN-N

ISBN

978-92-68-40169-9

doi: 10.2875/1010564

© An tAontas Eorpach, 2026

<https://europa.eu/eurobarometer>



*Eŭropo  
Demokratio  
Esperanto*

Doiciméad arna ullmhú ag Pierre Dieumegard do [Europokune](#) - An Eoraip le Chéile - agus [an Eoraip-An Daonlathas-Esperanto](#).

Is é cuspóir an doiciméid "sealadach" seo ná cur ar chumas níos mó daoine san Aontas Eorpach a bheith ar an eolas faoi dhoiciméid a tháirgeann an tAontas Eorpach (agus a mhaoinítear lena gcánacha).

**Mura bhfuil aon aistriúchán ann, eisiatar saoránaigh ón díospóireacht.**

Ní [raibh an doiciméad seo 'Méadar Eurobaro' ann](#) ach i mBéarla, i gcomhad pdf. Ón gcomhad tosaigh, chruthaíomar comhad odt, a d'ullmhaigh bogearraí Oifig Libre, le haghaidh aistriúchán meaisín go teangacha eile. Tá na torthaí [ar fáil anois i ngach teanga oifigiúil](#).

**Tá sé inmhianaithe go nglacfaidh riarachán an Aontais aistriúchán ar dhoiciméid thábhachtacha chuige féin. Ní dlíthe agus rialacháin amháin atá i gceist le 'doiciméid thábhachtacha', ach freisin [an fhaisnéis thábhachtach is gá chun cinntí eolasacha a dhéanamh le chéile](#).**

Chun ár dtodhchaí choiteann a phlé le chéile, agus chun aistriúcháin iontaofa a chumasú, bheadh an teanga idirnáisiúnta Esperanto an-úsáideach mar gheall ar a simplíocht, a rialtacht agus a cruinneas.

Déan teagmháil linn:

\* [Kontaktu nin - Ek ! Eŭropo kune !](#)

<https://e-d-e.org/-Kontakti-EDE>

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### Clár ábhair

|                                                                               |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|----|
| Réamhrá.....                                                                  | 4  |
| 1. Príomhthorthaí.....                                                        | 6  |
| 2. An t-am a chaitear ar scáileáin agus ar ghníomhaíochtaí digiteacha.....    | 9  |
| 2.1 Am scáileáin laethúil.....                                                | 9  |
| 2.2 Dáileadh ar fud gníomhaíochtaí digiteacha.....                            | 11 |
| 2.3 Féintuarascálacha déagóirí i gcomparáid le meastacháin tuismitheoirí..... | 13 |
| 3. Dearcthaí ar scáileáin agus ar na meáin shóisialta.....                    | 14 |
| 3.1 Dearcthaí déagóirí.....                                                   | 14 |
| 3.2 Braistintí tuismitheoirí.....                                             | 16 |
| 3.3 Athrú tíre agus an bhearna ghiniúna.....                                  | 17 |
| 4. Tionchar ar fholláine ógánach.....                                         | 20 |
| 4.1 - Comharthaí tuairiscithe i measc déagóirí.....                           | 20 |
| 4.2 - Am scáileáin agus táscairí folláine tuairiscithe.....                   | 22 |
| 4.3 - Patrúin úsáide agus comharthaí na meán sóisialta.....                   | 23 |
| 5. Rioscaí ar líne agus eispéiris dhíobhálacha.....                           | 26 |
| 5.1 - Nochtadh do dhéagóirí ar rioscaí ar líne.....                           | 26 |
| 5.2 - Athrú de réir aois na chéad úsáide ar na meáin shóisialta.....          | 28 |
| 5.3 - Ábhair inní do thuismitheoirí agus feasacht ar theagmhais.....          | 28 |
| 6. Straitéisí cosanta agus ionchais rialála.....                              | 32 |
| 6.1 - Freagraí tuismitheoirí tar éis teagmhais ar líne.....                   | 32 |
| 6.2 - Straitéisí cosanta agus dearcadh gníomhaithe.....                       | 33 |
| 6.3 - Sainordú gníomhaíochta trasghlúine.....                                 | 37 |
| 7. Sonraíochtaí teicniúla.....                                                | 38 |
| Barúlacha.....                                                                | 40 |
| 8. Ceistneoir.....                                                            | 41 |

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### Réamhrá

De réir achoimre bheartais 2025 ó Airmheán Comhpháirteach Taighde an Choimisiúin Eorpaigh, daoine 15 bliana d'aois a chaitheann níos mó ná trí huaire an chloig in aghaidh an lae ar na meáin shóisialta, is mó an seans go dtuairisceoidh siad dúlagar nó imní ná iad siúd a chaitheann níos lú ná uair an chloig in aghaidh an lae<sup>1</sup>. Dá bhrí sin, caitear níos mó agus níos mó leis an meabhairshláinte agus le húsáid na meán sóisialta mar thosaíocht ar leibhéal an Aontais, go háirithe i ndáil le sábháilteacht leanaí ar líne agus leis an timpeallacht dhigiteach níos leithne. I bhfianaise an mhéid sin, tá sé beartaithe leis an bhFlais-Eorabharaiméadar atá ann faoi láthair bonn eolais a chur faoi dhíospóireacht bheartais an Aontais ag crosbhealach na sláinte poiblí, na sábháilteachta ar líne agus na rialála digití.

Tá an suirbhé ceaptha chun fianaise struchtúrtha agus inchomparáide a chur ar fáil maidir le leitheadúlacht, déine agus comhthéacsanna úsáid scáileáin agus úsáid na meán sóisialta i measc déagóirí idir 13 agus 18 mbliana d'aois ar fud an Aontais Eorpaigh. Breathnaíonn sé níos faide ná an t-am foriomlán a chaitear ar líne chun scrúdú a dhéanamh ar phatrúin úsáide de réir cuspóra agus comhthéacs, agus iniúchadh á dhéanamh ag an am céanna ar thionchair fhéintuairiscithe ar fholláine mheabhrach, lena n-áirítear gnéithe dearfacha amhail nascacht agus féinléiriú, agus eispéiris dhiúltacha amhail strus, imní, comparáid shóisialta, eagla go gcaillfí amach agus deacrachtaí comhchruinnithe. Déantar imscrúdú sa staidéar freisin ar nochtadh do phríomhrioscaí ar líne, lena n-áirítear cibearbhulaíocht, fuathchaint, caighdeáin dhíobhálacha nó brú íomhá coirp, agus mífhaisnéis nó ábhar a ghintear leis an intleacht shaorga.

Gné lárnach den staidéar is ea a dhá pheirspictíocht: in éineacht leis an suirbhé do dhéagóirí, rinneadh suirbhé ar leithligh i measc tuismitheoirí leanaí cleithiúnacha atá ina gcónaí sa bhaile. Leis an dearadh dhá shraith sin, is féidir comparáid a dhéanamh idir eispéiris thuairiscithe daoine óga agus braistintí, ionchais agus ábhair imní tuismitheoirí, agus ar an gcaoi sin bonn fianaise níos saibhre agus níos ábhartha ó thaobh beartais de a chur ar fáil maidir le leochaileachtaí agus tosca cosanta araon.

Thar ceann an Choimisiúin Eorpaigh, chuir an Ard-Stiúrthóireacht um Shláinte agus Sábháilteacht Bia (AS SANTE), Demoscopy agallamh ar dhéagóirí (idir 13 agus 18 mbliana d'aois) agus ar thuismitheoirí a bhfuil leanaí cleithiúnacha acu, i ngach ceann de 27 mBallstát an Aontais Eorpaigh (AE).

Idir an 30 Márta agus an 16 Aibreán 2026, rinneadh 39,047 agallamh trí úsáid a bhaint as modh bailithe sonraí CAWI (Agallamh Gréasáin Ríomhchuidithe): Cuireadh 26,297 ndéagóir agus 12,750 tuismitheoir faoi agallamh, agus rinneadh suirbhé ar thart ar 1,000 ógánach agus 500 tuismitheoir i ngach Ballstát, seachas i Lucsamburg, sa Chipir agus i Málta, áit a raibh thart ar 500 agus 250 agallamh ar mhéideanna comhfhreagracha na samplaí.

<sup>1</sup> An Coimisiún Eorpach, an tAirmheán Comhpháirteach Taighde, Elena Bertoni, Cinzia Centeno et Romina Cachia, Úsáid na meán sóisialta agus meabhairshláinte déagóirí san Aontas, Ispra, an Coimisiún Eorpach, 2025, JRC141047.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### Nótaí

Tá sonraí an tSuirbhé ualaithe

Tá torthaí an tSuirbhé faoi réir lamháltas samplála, rud a chiallaíonn nach bhféadfadh na difríochtaí dealraitheacha uile idir tíortha nó grúpaí a bheith suntasach ó thaobh staidrimh de.

Tugtar tuairisc sna torthaí ar chomhlachais staidrimh a breathnaíodh i sonraí féintuairiscithe trasghearrthacha agus níor cheart iad a léirmhíniú mar fhianaise ar éifeachtaí cúisíocha díreacha

Nuair a d'fhéadfadh freagróirí níos mó ná freagra amháin a roghnú, d'fhéadfadh suim na gcéatadán freagartha a bheith níos mó ná 100 %.

Sa tuarascáil seo, tagraítear do thíortha lena ngiorrúchán oifigiúil mar a léirítear thíos

|    |              |    |                        |    |                 |
|----|--------------|----|------------------------|----|-----------------|
| BE | an Bheilg    | FR | an Fhrainc             | NL | an Ísiltír      |
| BG | an Bhulgáir  | HR | an Chróit              | AT | an Ostair       |
| CZ | an tSeicia   | IT | an Iodáil              | PL | an Pholainn     |
| DK | an Danmhairg | CY | Ionadaíocht na Cipire* | PT | an Phortaingéil |
| DE | an Ghearmáin | LV | an Laitvia             | RO | an Rómáin       |
| EE | an Eastóin   | LT | an Liotuáin            | SI | an tSlóivéin    |
| IE | Éire         | LU | Lucsamburg             | SK | an tSlóvaic     |
| EL | an Ghréig    | HU | an Ungáir              | fi | an Fhionlainn   |
| ES | an Spáinn    | MT | Málta                  | SE | an tSualainn    |

\* Tá an Chipir ina hiomláine ar cheann de 27 mBallstát an Aontais. Ar chúiseanna praiticiúla, ní dhearnadh agallaimh ach amháin sa chuid sin den tír atá faoi rialú rialtas Phoblacht na Cipire

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### 1. Príomhthorthaí

**Cuid mhór de shaol laethúil an ógánaigh is ea am scáileáin, arb ionann é agus 4.5 uair an chloig ar an meán ar lá scoile agus 6.1 uair an chloig ar lá deireadh seachtaine, agus tá ceann amháin as gach ceithre cinn níos mó ná sé uair an chloig i lár na seachtaine cheana féin**

- Ar ghnáthlá scoile, sáraíonn 25% de dhéagóirí Eorpacha sé huaire an chloig d'am scáileáin cheana féin, figiúr a ardaíonn go 46% ar laethanta deireadh seachtaine, nuair a éiríonn le 14% fiú an tairseach deich n-uair an chloig a bhaint amach. Tá éagsúlacht tíre leathan, ó 4.3 uair an chloig sa Chipir go 7.3 uair an chloig sa tSualainn ar lá deireadh seachtaine. Léiríonn sé sin go bhfuil difríocht mhór idir úsáid scáileáin do dhéagóirí ar fud na mBallstát.

Laistigh den am a chaitear in aghaidh an lae, is iad na meáin shóisialta an phríomhghníomhaíocht ar líne ag 2.6 uair an chloig, roimh chearrbhachas, obair scoile agus sruthú (2.2 uair an chloig an ceann) agus teachtaireachtaí (2.0 uair an chloig). Tá 30% de dhéagóirí a úsáideann na meáin shóisialta níos mó ná trí uair an chloig in aghaidh an lae ar an ngníomhaíocht seo amháin, agus is é siamsaíocht (57%) agus teagmháil le cairde nó le teaghlaigh (53%), i bhfad chun tosaigh ar nuacht (35%) nó úsáidí stádas-tiomáinte mar leithéidí (26%).

**Déanann tuismitheoirí gannmheastachán córasach ar am scáileáin a bpáiste, le bearna 1.1 uair an chloig ar lá scoile**

- Ar lá scoile, measann tuismitheoirí 3.4 uair an chloig d'am scáileáin i gcomparáid le 4.5 uair an chloig a dhearbhaíonn déagóirí iad féin; ar lá deireadh seachtaine, 5.3 uair an chloig i gcoinne 6.1 uair an chloig. Is é an míthuiscint is géire ag an deireadh ard: ní aithníonn ach 10% de thuismitheoirí a leanbh mar úsáideoir trom (níos mó ná sé uair an chloig) i gcoinne 25% de dhéagóirí a dhearbhaíonn é,

bearna 15 phointe céatadán a chungaíonn go 10 bpointe ar an deireadh seachtaine (36% vs 46%).

- Tagann aois na chéad úsáide sna meáin shóisialta chun cinn mar an t-aimplitheoir nochta aonair is láidre: tuairiscíonn na daoine a thosaigh roimh aois 10 7.5 uair an chloig d'am scáileáin an deireadh seachtaine i gcoinne 5.7 uair an chloig i measc na ndaoine a thosaigh tar éis aois 14, bearna 1.8 uair an chloig a shíneann a n-éifeachtaí roinnt blianta tar éis an chéad úsáide agus atá fós le feiceáil ar fud comparáidí soch-dhéimeagrafacha ina dhiaidh sin.

**Le bearna sa ghiniúint struchtúrach, roinntear déagóirí agus tuismitheoirí ar an tionchar a mheastar a bheith ag scáileáin, atá aonfhoirmeach ó thaobh treo de ar fud na 27 mBallstát uile**

- Bíonn dearcadh i bhfad níos dearfaí ag déagóirí ná mar a bhíonn ag tuismitheoirí maidir le tionchar na scáileán agus na meán sóisialta. Tá siad níos mó ná dhá oiread níos dóchúlá ná tuismitheoirí scáileáin a fheiceáil go dearfach (40% vs 17%) agus freisin níos mó ná dhá oiread níos dóchúlá tionchar na meán sóisialta ar fholláine mheabhrach a fheiceáil go dearfach (48% vs 21%). Measann 48% de dhéagóirí go bhfuil tionchar dearfach ag na meáin shóisialta ar a bhfolláine i gcoinne 18% amháin a fheiceann ceann diúltach, an measúnú is airde a taifeadadh sa suirbhé iomlán.

- Tá imní tuismitheoirí dírithe ar rioscaí seachtracha seachas ar éifeachtaí inmheánacha, is é sin, tionchar na scáileán ar shláinte agus ar fheidhmiú an linbh féin: Tá imní ar 72% faoi nochtadh d'ábhar díobhálach agus 61% faoi theagmháil le strainséirí, i gcoinne 54% ar chodladh agus 51% ar fheidhmíocht scoile. Buaicphointí cáineadh tuismitheoirí sa Ghréig (66 % diúltach), sa Phortaingéil (62 %), sa tSeicia (60 %) agus sa Pholainn (62 %), agus tá sé ar an leibhéal

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

is ísle i Málta, i Lucsamburg, sa Danmhairg agus in Éirinn.

Tuairiscíonn trian de dhéagóirí Eorpacha tinneas cinn (33%) nó fadhbanna tiúchana (32%) le mí anuas, agus tuairiscíonn cion ard ar an gcaoi chéanna súile tuirseach (34%) nó tuirse (33%); ar an iomlán, ní thuairiscíonn ach 11 % díobh aon cheann den dá shiomptóm déag a tomhaiseadh

■ Táscairí iompraíochta agus stíl mhaireachtála mar an dara sraith: Tuairiscíonn 27% de dhéagóirí go n-itheann siad níos lú sláinte, 24% pian sa chúl, sa mhuineál nó sa chaol na láimhe, 21% easpa ama do chaitheamh aimsire, 19% easpa aclaíochta coirp, 19% easpa ama chun bualadh le cairde go pearsanta, 15% easpa ama teaghlaigh, agus 13% úsáid substaintí mar thobac, nicitín, alcól nó drugaí.

■ Déanann tuismitheoirí gannmheastachán córasach ar gach siomptóm, agus na bearnaí iomlána is mó tugtha faoi deara ar shúile tuirseacha (34% vs 18%), tinneas cinn (33% vs 17%), pian droma, muineál nó láimhe (24% vs 10%) agus fadhbanna codlata (30% vs 16%); Tuairiscíonn 21% de thuismitheoirí nár thug siad aon symptom faoi deara i gcoinne 11% de dhéagóirí iad féin.

**Nascann caidreamh soiléir agus seasta idir dáileog agus freagairt am scáileáin le hairíonna, agus na meáin shóisialta ag tiomáint an ghrádáin is géire ar tháscairí codlata agus mothúchána cé nach léiríonn obair scoile aon cheann**

■ Ar fud na lúibíní scáileáin deireadh seachtaine, tá na ceithre shiomptóm fiseolaíochta agus cognaíochta níos mó ná dhá oiread idir úsáideoirí éadroma agus troma: Éiríonn súile tuirseacha ó 17% go 46%, tuirse ó 19% go 46%, deacrachtaí tiúchana ó 18% go 45% agus fadhbanna codlata ó 18% go 44%, gan aon ardchlár nó inbhéartú ag pointe ar bith ar feadh an chuair suas le dhá uair déag.

■ Gníomhaíocht de réir gníomhaíochta, spreagann na meáin shóisialta an grádán is géire: Ardaíonn deacracht ag titim ina chodladh ó 28% go 48% le nochtadh laethúil, comparáid shóisialta ó 36% go 52%, deacrachtaí tiúchana ó 30% go 47%, strus agus imní ó 25% go 39%. Os a choinne sin, ní léiríonn an t-am a chaitear ar obair scoile aon ghrádán ar chor ar bith (31 % go 30 % maidir le fadhbanna codlata), rud a dheimhníonn rannchuidiú sonrach na húsáide siamsaíocht-tiomáinte.

**Tháinig naonúr as gach deichniúr ógánach Eorpach ar ábhar díobhálach nó anásta amháin ar a laghad ar líne le 3 mhí anuas, faoi stiúir ábhar a ghintear leis an intleacht shaorga (39 %) agus mífhaisnéis (35 %)**

■ Baineann an dara sraith de neamhchosaintí le brúnna tráchtála agus normatacha: cur chun cinn cearrbhachais (28%), fuathchaint (25%), cur chun cinn táirgí míshláintiúla (25%), brú ar conas breathnú nó cad atá le ceannach (24%) agus brú chun caighdeáin choirp a leanúint (21%). Baineann díobhálacha tromchúiseacha idirphearsanta 19 % amach maidir le hábhar foréigneach nach bhfuil ag teastáil, 18 % maidir le hábhar gnéasaithe, 17 % maidir le cibearbhulaíocht nó ciapadh agus 10 % maidir le brú chun pictiúir phearsanta a chomhroinnt.

■ Déantar úsáideoirí troma ag an deireadh seachtaine agus úsáideoirí luaththosaithe na meán sóisialta a nochtadh ar bhealach níos córasaí ar fud na ndíobhálacha tromchúiseacha idirphearsanta uile (ábhar foréigneach nó gnéasaithe gan iarraidh, cibearbhulaíocht, brú chun pictiúir dhlúthphearsanta a chomhroinnt), agus déantar a leitheadúlacht a dhúbailt a bheag nó a mhór idir úsáideoirí éadroma agus úsáideoirí troma maidir le fuathchaint, ábhar gnéasaithe, foréigean agus cibearbhulaíocht. Tagann 55% de thuismitheoirí ar an eolas faoi theagmhas, trí nochtadh a linbh féin den chuid is mó (32%), agus déanann siad

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

gannmheastachán ar gach catagóir riosca ar líne faoi 4 go 9 bpointe céatadain.

**Maidir lena leanbh a chosaint ar líne, is é an t-idirphlé (47% go réamhghníomhach, 63% tar éis teagmhais) is mó atá i gceist le freagairtí tuismitheoirí, i bhfad chun tosaigh ar bhearta níos comhéigní, agus is beag an chabhair ghairmiúil atá ann i gcónaí (9%)**

- Taobh amuigh den idirphlé, cuireann tuismitheoirí teorainn le ham a linbh ar líne (41%), spreagann siad sosanna ó na meáin shóisialta (40%), úsáideann siad rialú tuismitheoirí nó uirlisí ama scáileáin (33%), scriosann siad aipeanna (20%) nó tuairiscíonn siad ábhar díobhálach (18%). Bíonn comhráite seachtainiúla ag 74 % de thuismitheoirí lena leanbh ar na meáin shóisialta, lena n-áirítear 20 % ar bhonn laethúil, agus bíonn idirphlé laethúil níos minice i measc máithreacha (24 % vs 15 % i measc aithreacha) agus bíonn éagsúlacht mhór ann ar fud tíortha, ó 33 % sa Rómáin agus 29 % sa Bhulgáir go 12 % san Fhionlainn agus 7 % sa Danmhairg. Is freagairtí mionlaigh fós iad teagmhais a thuairisciú d'ardáin (22%) agus teagmháil a dhéanamh le húdarás poiblí (9%).
- Is lú seans go háirithe go mbraithfidh déagóirí ná tuismitheoirí ar idirphlé (26 % vs 47

%), ach is mó an claonadh atá acu fógraí a theorannú (26 % vs 17 %), ábhar díobhálach a thuairisciú (25 % vs 18 %) agus cabhair ghairmiúil a lorg (14 % vs 9 %). Tá ceithre rochtain ar an dara ceann acu sin ar fud an Aontais, ó 8 % sa Bhulgáir agus sa tSeicia, 25 % sa Chipir, 28 % i Málta agus 30 % i Lucsamburg.

- Rangaíonn an dá dhaonra gníomhaithe cosanta go comhionann (measann baill teaghlai 71-75% go bhfuil siad ag déanamh go leor, scoileanna 56-61%, údarais phoiblí 42-53%, ardáin meán sóisialta 37-52%), ach tá tuismitheoirí níos criticiúla go córasach, agus an bhearna 15-phointe céatadain ar ardáin ag buaicphointe. Maidir leis na gníomhaíochtaí is mó a chabhródh, tagann an dá phobal le chéile ar chomhthosaíocht amháin: larrann 47 % de thuismitheoirí agus 48 % de dhéagóirí go ndéanfaí na rialacha ardáin atá ann cheana a chur chun feidhme ar bhealach níos fearr, roimh theorainneacha aoise (tuismitheoirí 54 % vs déagóirí 45 %) agus rochtain níos fearr ar thacaíocht mheabhairshláinte (ógánaigh 42 % vs tuismitheoirí 26 %, an éagsúlacht is leithne).

## 2. An t-am a chaitear ar scáileáin agus ar ghníomhaíochtaí digiteacha

### 2.1 Am scáileáin laethúil

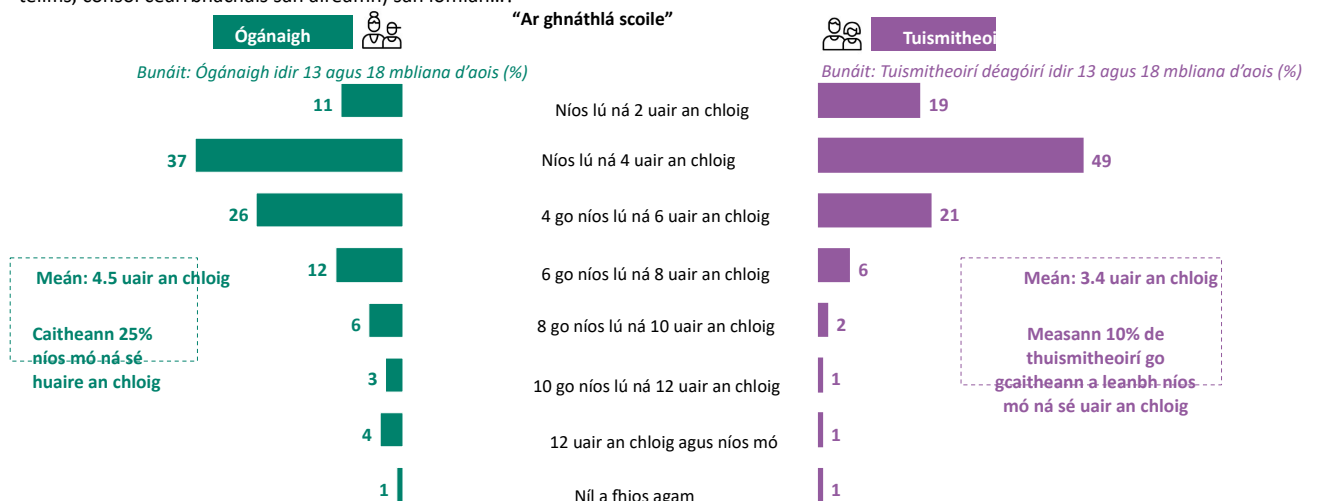
**Dearbhaíonn déagóirí 4.5 uair an chloig d'am scáileáin ar an meán ar ghnáthlá scoile, ag ardú go 6.1 uair an chloig ar lá deireadh seachtaine**

Ar lá scoile tipiciúil, dearbhaíonn déagóirí Eorpacha idir 13 agus 18 mbliana d'aois caiteachas 4.5 uair an chloig ar an meán ar scáileáin, gach feiste comhcheangailte (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais). Tá an dáileadh scaipthe ar fud an scála iomláin: Tuairiscíonn 11% níos lú ná dhá uair an chloig, 37% idir dhá agus ceithre, 26% idir ceithre agus sé, 12% idir sé agus ocht, 6% idir ocht agus deich, 3% idir deich agus dhá cheann déag, agus 4% dhá uair an chloig déag nó níos mó. Ar an iomlán, tá 25% de dhéagóirí (duine as gach ceathrar) níos mó ná sé uair an chloig d'am scáileáin cheana féin ar lá scoile rialta. In éineacht le thart ar seacht n-uaire an chloig den scoil agus na naoi n-uaire an chloig codlata a mholtar, is ar éigean a fhágann sé

ciallaíonn sé go sroicheann am scáileáin do dhéagóirí 6.1 uair an chloig, méadú 1.6 uair an chloig i gcomparáid le lá scoile. Tá an dáileadh ag dul in airde ar fud na gcatagóirí uile: Tuairiscíonn 5% níos lú ná dhá uair an chloig (i gcoinne 11% ar lá scoile), 18% idir dhá agus ceithre, 30% idir ceithre agus sé, 19% idir sé agus ocht, 13% idir ocht agus deich, 7% idir deich agus dhá cheann déag, agus 7% dhá uair an chloig déag nó níos mó.

Ag comhiomlánú, 46% de dhéagóirí níos mó ná sé uair an chloig d'am scáileáin ar lá deireadh seachtaine (gar do cheann as dhá cheann) agus 14% níos mó ná deich n-uaire an chloig, nochtadh a ídionn níos mó ná leath na n-uaireanta dúiseacht. Dá bhrí sin, léiríonn am scáileáin deireadh seachtaine, nach bhfuil chomh srianta céanna le sceidil scoile, an teorainn uachtarach de nochtadh digiteach do dhéagóirí nuair a bhaintear struchtúir institiúideacha, cé go bhfuil rialacha agus maoirseacht tuismitheoirí fós ina bpríomhthoisic mhaolaithe.

**Q2a/Q2** Cé mhéad ama a mheasann tú [a chaitheann tú] / [a chaitheann do leanbh] ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) san iomlán...?



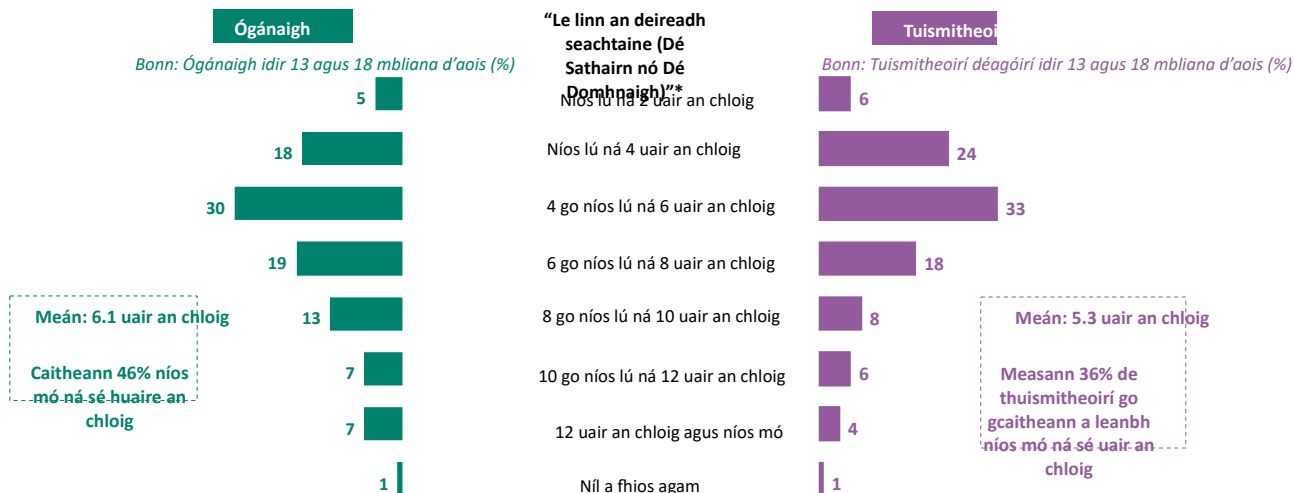
seo dhá uair an chloig do gach rud eile: obair bhaile, béilí, spórt agus sochaitheacht phearsanta.

Ag an deireadh seachtaine, dreapann an toirt go géar. Ar an Satharn nó ar an Domhnach,

## Flais-Eorabharaimeadar

### Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

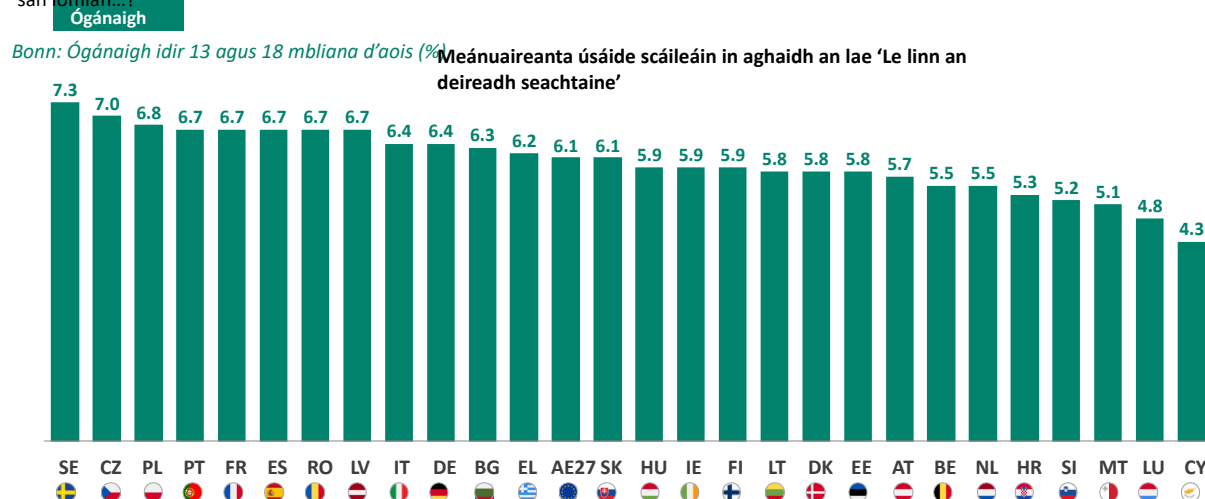
**Q2b/Q2** Cé mhéad ama a mheasann tú [a chaitheann tú] / [a chaitheann do leanbh] ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) san iomlán...?



(\*) Tagraíonn na míreanna d'am scáileáin in aghaidh an lae.

Tá éagsúlacht tíre in am scáileáin deireadh seachtaine substaintiúil. Tá meánmhéid tuairiscithe idir 4.3 uair an chloig sa Chipir agus 7.3 uair an chloig sa tSualainn, thart ar mheán AE27 de 6.1 uair an chloig, bearna trí uair an chloig idir an tír is ísle agus an tír is airde. Grúpa tíortha atá éagsúil ó thaobh na tíreolaíochta de (an tSualainn, an tSeicia, an Pholainn, an Phortaingéil, an Fhrainc, an

**Q2b** Cé mhéad ama a mheasann tú a chaitheann tú ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) san iomlán...?



Spáinn, an Rómáin agus an Laitvia) ag barr an rangaithe, le hacmhainní os cionn 6.5 uair an chloig. Titeann an Chipir, Málta, Lucsamburg, an tSlóivéin, an Chróit agus an Ísiltír faoi bhun mheán AE27.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Déanann dhá ghradam sochdhéimeagrafacha struchtúrú ar na meáin sin. Tús áite don aois: ardaíonn am scáileáin deireadh seachtaine ó 5.5 uair an chloig i measc daoine idir 13-14 bliana d'aois go 7.1 uair an chloig i measc daoine idir 17-18 mbliana d'aois, difríocht 1.6 uair an chloig a léiríonn an bhearna aoise idir nochtadh don lá scoile agus nochtadh don deireadh seachtaine don duine is óige. Inscne sa dara háit: tuairiscíonn cailíní 6.3 uair an chloig ar an meán ar lá deireadh seachtaine, i gcoinne 5.9 uair an chloig do bhuachaillí, difríocht 0.4 uair an chloig atá measartha ach comhsheasmhach. Ní léiríonn leibhéal oideachais, uirbiú agus comhdhéanamh teaghlaigh aon éifeacht inchomparáide. Is é an tuar aonair is láidre ar am scáileáin deireadh seachtaine, áfach, ná aois ná inscne ach an aois ag ar thosaigh an ógánach ag úsáid na meán sóisialta den chéad uair, athróg a ndearnadh anailís mhionsonraithe uirthi i roinn 2.3.

## 2.2 Dáileadh ar fud gníomhaíochtaí digiteacha

**Ar fud gníomhaíochtaí digiteacha, leithdháileann déagóirí buiséid ama laethúla chomhchosúla, agus na meáin shóisialta i gceannas ar an ordlathas ag 2.6 uair an chloig in aghaidh an lae scoile, roimh chluichíocht, obair scoile, sruthú agus teachtaireachtaí**

Nuair a iarrtar ar dhéagóirí a gcuid ama scáileáin laethúil a bhriseadh síos de réir gníomhaíochta, tá an t-ordlathas mar thoradh air sin réasúnta cothrom. Sroicheann an meán-am a chaitear ar ghnáthlá scoile 2.6 uair an chloig ar na meáin shóisialta, i gcoinne 2.2 uair

an chloig an ceann le haghaidh cearrbhachais, obair scoile nó obair bhaile, agus féachaint ar an teilifís nó ar fhíseáin trí shruthú, agus 2.0 uair an chloig chun aipeanna teachtaireachtaí a úsáid. Dá bhrí sin, is iad na meáin shóisialta an ghníomhaíocht dhigiteach aonair is mó i saol laethúil na n-ógánach, ach le corrlach leathuair an chloig amháin, agus sáraíonn meáchan carnach na gceithre ghníomhaíocht eile é i bhfad.

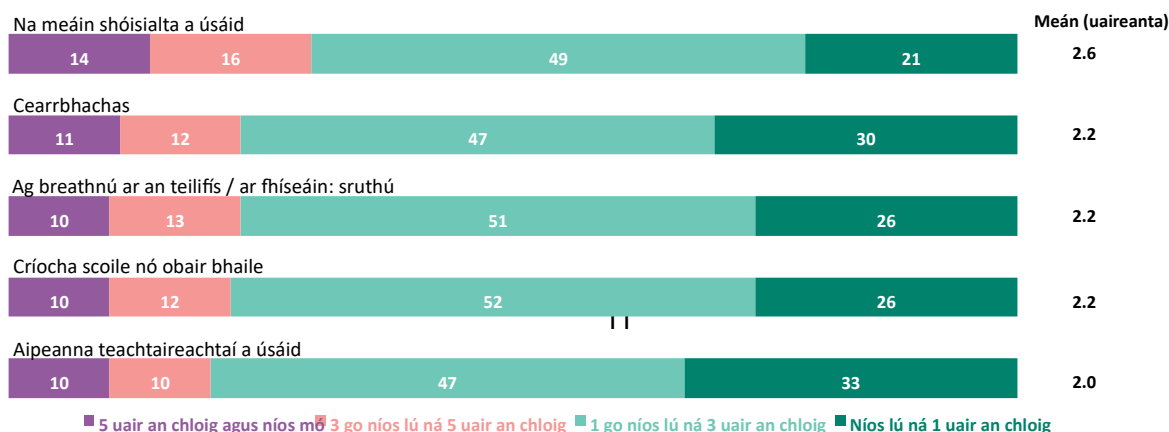
Laistigh de gach gníomhaíocht, tá an dáileadh skewed go mór. Ar na meáin shóisialta go sonrach, tuairiscíonn 21% de dhéagóirí níos lú ná uair an chloig úsáide in aghaidh an lae scoile, 49% idir uair an chloig amháin agus trí uair an chloig, 16% idir trí agus cúig uair an chloig, agus 14% cúig uair an chloig nó níos mó. Is é an sciar comhcheangailte díobh siúd a chaitheann trí uair an chloig nó níos mó, ag 30% de dhéagóirí a úsáideann na meáin shóisialta ar ghnáthlá scoile, an ceann is airde de na cúig gníomhaíocht a tástáladh, agus comharthaí nach feiniméan imeallach é úsáid throm na meán sóisialta ach patrún forleathan ar fud dhaonra ógánach na hEorpa.

**C3** Ar ghnáthlá (ó Luan go hAoine), cé mhéad ama ar an meán a chaitheann tú ar scáileáin, do gach ceann díobh seo a leanas?



Ógánaigh

Bonn: 25775 Ógánaigh a úsáideann scáileáin ar ghnáthlá scoile (%)



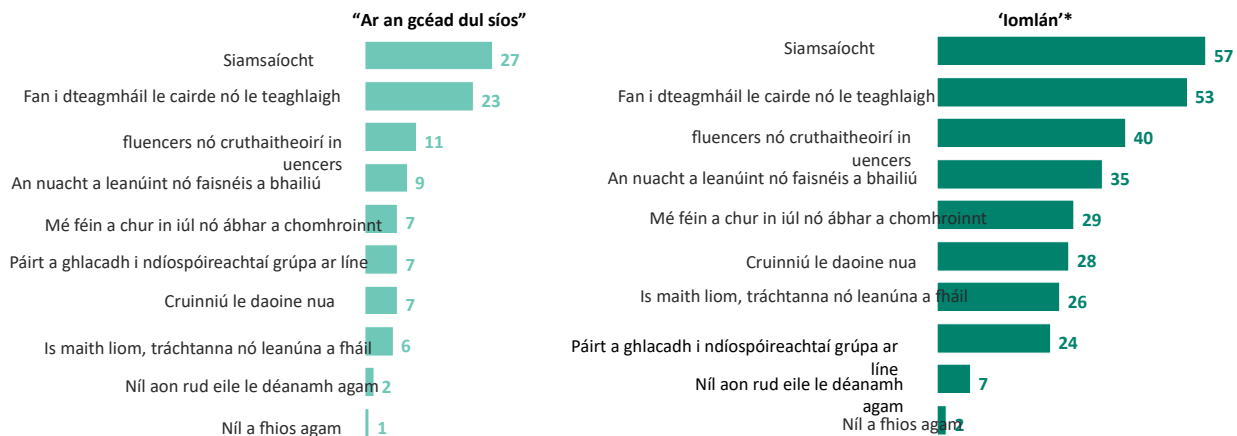
## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Tá dhá chuspóir ag an spreagadh atá taobh thiar d'úsáid na meán sóisialta. Is í an tsiamsaíocht an phríomhchúis, a luann 57% de dhéagóirí (agus rangaithe sa chéad áit ag 27%), agus ina dhiaidh sin fanacht i dteagmháil le cairde nó le teaghlaigh ag 53% (an chéad chúis le 23%). Cuimsíonn an dara sraith ábhar tionchairí nó cruthaitheoirí ábhair a leanúint (40%), tar éis nuachta nó faisnéis a bhailiú (35%), tú féin a chur in iúl nó ábhar a roinnt (29%) agus bualadh le daoine nua (28%). Cumhdaítear le tríú sraith níos mó spreagthaí idirbheartaíochta nó spreagthaí bunaithe ar stádas: rudaí is maith leo, tuairimí nó leantóirí a fháil (26 %) agus páirt a ghlacadh i ndíospóireachtaí grúpa ar líne (24 %). Ní deir ach 7% de dhéagóirí go n-úsáideann siad na meáin shóisialta toisc nach bhfuil aon rud eile le déanamh acu, rud a thugann le tuiscint go bhfuil na húsáidí ceannasacha d'aon ghnó seachas iarmharach.

**C6** Cad iad na príomhchúiseanna a úsáideann tú na meáin shóisialta? Ar an gcéad dul síos? Agus cad iad na cúiseanna eile a úsáideann tú na meáin shóisialta?

### Ógánaigh

Bunáit: 23702 Ógánaigh a chaitheann am ag úsáid na meán sóisialta ar ghnáthlámh scoile (%)



(\*) Tá an t-iomlán níos mó ná 100%, toisc go raibh cead ag ionadaithe dhá fhreagra a thabhairt.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### 2.3 Féintuarascálacha déagóirí i gcomparáid le meastacháin tuismitheoirí

Déanann tuismitheoirí gannmheastachán córasach ar am scáileáin a bpáiste, le bearna 1.1 uair an chloig ar lá scoile agus 0.8 uair an chloig ar lá deireadh seachtaine, agus míthuiscint cúig phointe déag ar úsáid throm

Nochtann an cheist scátháin a chuirtear ar thuismitheoirí patrún de ghannmheastachán córasach a choinníonn ar fud gach beart ama scáileáin. Ar ghnáthlá scoile, measann tuismitheoirí go gcaitheann a leanbh 3.4 uair an chloig ar an meán ar scáileáin, i gcoinne 4.5 uair an chloig a dhearbhaíonn déagóirí iad féin, bearna 1.1 uair an chloig. Ar lá deireadh seachtaine, measann tuismitheoirí 5.3 uair an chloig in aghaidh na tuarascála 6.1 uair an chloig do dhéagóirí, bearna níos cúinge ach fós suntasach de 0.8 uair an chloig. Ós rud é go bhfuil an bhearna deireadh seachtaine níos lú is dócha go léiríonn sé infheictheacht shimplí úsáid scáileáin deireadh seachtaine laistigh den teaghlach, ach tarlaíonn nochtadh lae scoile go páirteach lasmuigh de bhreathnóireacht na dtuismitheoirí.

Is é an míthuiscint is géire ag deireadh ard an dáilte. Ar lá scoile, dearbhaíonn 25% de

bearna 15 phointe. Ar lá deireadh seachtaine, sáraíonn 46% de dhéagóirí sé huair an chloig, i gcoinne 36% de thuismitheoirí, bearna 10 bpointe. Is é sin le rá, bíonn claonadh ag tuismitheoirí a meastachán a dhaingniú ar an meán-ógánach seachas ar an gcuid uachtarach den dáileadh, agus tá sciar na dtuismitheoirí a aithníonn go mbaineann a leanbh leis an ngrúpa úsáideoirí is troime i bhfad níos ísle ná sciar na n-ógánach a thuairiscíonn é sin a dhéanamh.

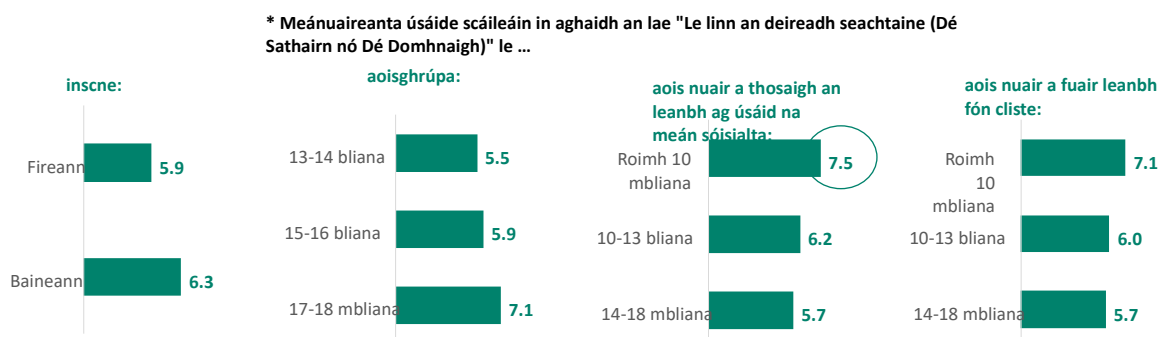
Is é an t-athróg aonair is mó a dhéanann idirdhealú láidir ar am scáileáin ógánaigh ná an aois ag ar thosaigh an ógánach ag úsáid na meán sóisialta den chéad uair. Tuairiscíonn na daoine a thosaigh roimh aois 10 7.5 uair an chloig d'am scáileáin ar an meán ar lá deireadh seachtaine, i gcoinne 6.2 uair an chloig i measc na ndaoine a thosaigh idir 10 agus 13, agus 5.7 uair an chloig i measc na ndaoine a thosaigh idir 14 agus 18, bearna 1.8 uair an chloig idir tosaithe luath agus déanach. Tá an grádán comhfhreagrach ar an aois ag a bhfuair an déagóir fón cliste den chéad uair cosúil ach beagán níos laige, ag 7.1 uair an chloig, 6.0 uair an chloig agus 5.7 uair an chloig faoi seach. Dá bhrí sin, feidhmíonn iontráil luath sna meáin shóisialta mar aimplitheoir struchtúrach nochtadh dhigitigh, le héifeachtaí a shíneann roinnt blianta tar éis an chéad úsáide.

**Q2b** Cé mhéad ama a mheasann tú a chaitheann tú ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) san iomlán...?



Ógánaigh

Bonn: Ógánaigh idir 13 agus 18 mbliana d'aois (%)



dhéagóirí níos mó ná sé uair an chloig d'am scáileáin, i gcoinne ach 10% de thuismitheoirí a mheasann go gcaitheann a leanbh an méid sin,

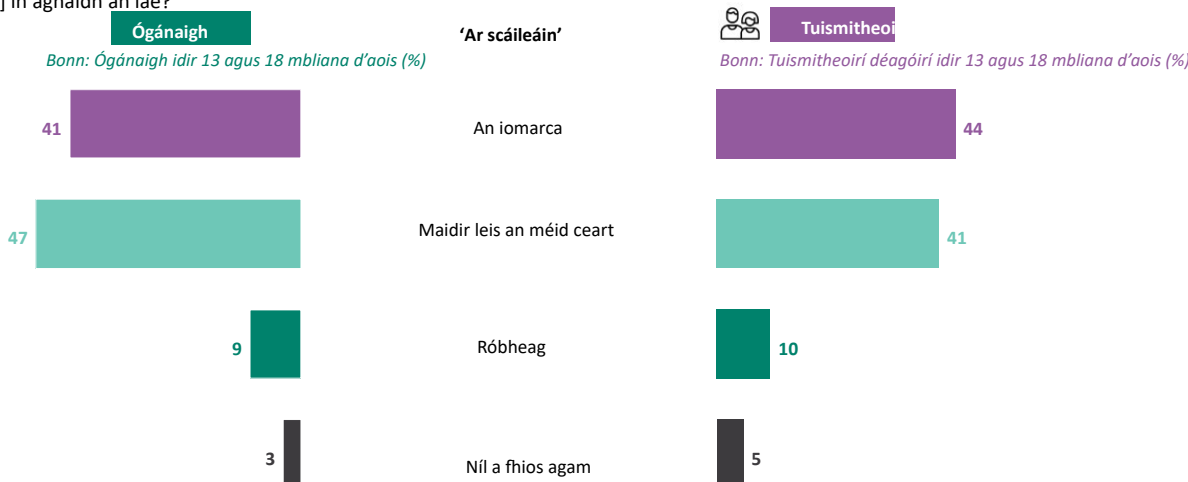
### 3. Dearcthaí ar scáileáin agus ar na meán shóisialta

#### 3.1 Dearcthaí déagóirí

Tá déagóirí roinnte go cothrom ar a n-úsáid scáileáin féin: Measann 41% go bhfuil sé iomarcach i gcoinne 47% a mheasann go bhfuil sé ceart, ach tá a measúnú cáilíochtúil ar thionchar na meán sóisialta ar a bhfolláine fós dearfach den chuid is mó (48% i gcoinne 18%)

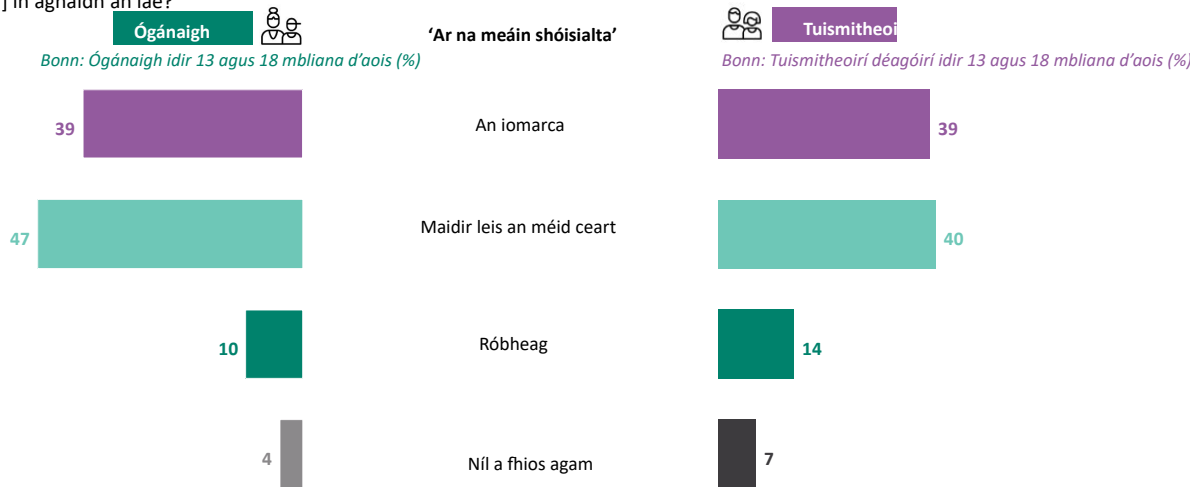
Nuair a iarrtar orthu méid a n-ama scáileáin féin a mheas, roinntear déagóirí Eorpacha ina dhá leath beagnach comhionann. Ar scáileáin ar an iomlán, dearbhaíonn 41% go bhfuil an méid ama a chaitheann siad in aghaidh an lae i bhfad ró, measann 47% go bhfuil sé ceart, ba mhaith le 9% níos mó ama fiú, agus níl 3% in ann a rá. Tugann an cheist chéanna ar na meán shóisialta go sonrach 39% an iomarca, 47% faoi cheart agus 10% ró-bheag. Dá bhrí sin, is suntasach an t-achar idir dearbhú tuairisciúil na n-ógánach maidir le húsáid scáileáin throm agus a measúnú normatach ar an úsáid sin: measann sciar suntasach de dhéagóirí a sháraíonn sé uair an chloig d'am scáileáin ar lá scoile fós go bhfuil a méid ceart, rud a thugann le fios go ndéantar úsáid throm a normalú go páirteach laistigh den daonra ógánach.

**Q4/C3** Agus, ar an iomlán, an ndéarfá gurb é ... an méid ama [a chaitheann tú]/ [a chaitheann do leanbh] [ar scáileáin/ar na meán shóisialta] in aghaidh an lae?



## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

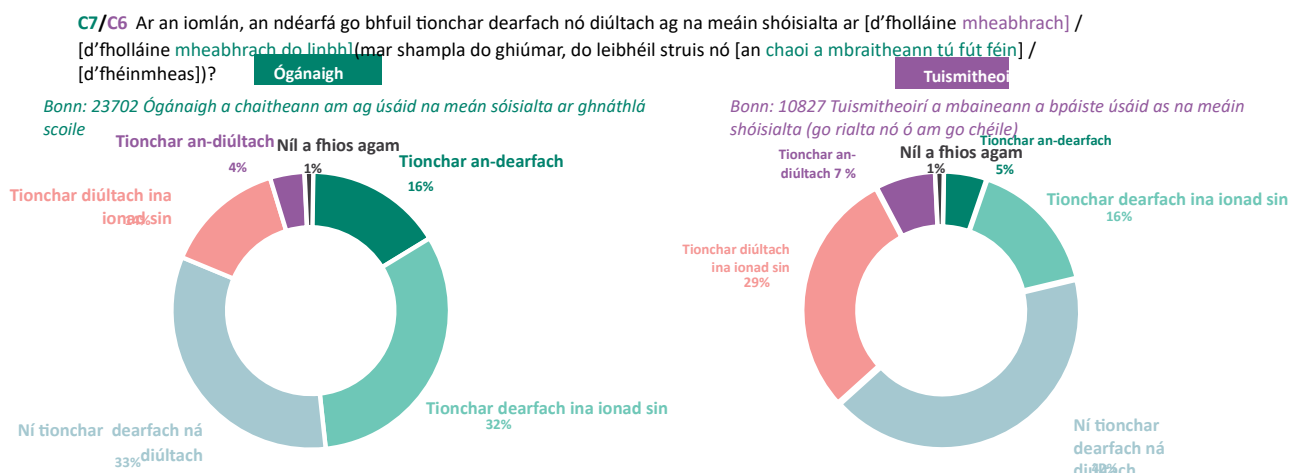
**Q4/C3** Agus, ar an iomlán, an ndéarfá gurb é ... an méid ama [a chaitheann tú]/ [a chaitheann do leanbh] [ar scáileáin/ar na meán sóisialta] in aghaidh an lae?



Tá an measúnú cáilíochtúil ar úsáid scáileáin níos caolchúisí. Maidir le tionchar na scáileán ar shaol daoine óga a n-aois, tá tionchar an-dearfach ag 14 % de dhéagóirí agus tionchar sách dearfach ag 26 % díobh, 40 % dearfach san iomlán, i gcoinne 24 % sách diúltach agus 5 % an-diúltach, 29 % diúltach san iomlán. Ní fheiceann 30 % iarmharach tionchar dearfach ná diúltach. Dá bhrí sin, tá déagóirí ar fud an domhain níos dearfaí ná diúltach faoi scáileáin, ach aithníonn mionlach suntasach éifeachtaí díobhálacha.

Maidir le tionchar na meán sóisialta ar a bhfolláine mheabhrach féin, éiríonn an chothromaíocht níos dearfaí fós: 16 % an-dearfach, 32 % an-dearfach (48 % san iomlán), i gcomparáid le 14 % sách diúltach agus 4 % an-diúltach (18 % san iomlán), agus 33 % ann. Is é sin le rá, déanann déagóirí idirdhealú soiléir idir scáileáin i gcoitinne, a bhraitear trí lionsa sáithithe ama cineálach, agus na meán sóisialta go sonrach, a bhraitear trí lionsa taithí phearsanta agus sásamh láithreach. Is é an **figiúr dearfach 48% ar thionchar na meán sóisialta ar fholláine mheabhrach an measúnú is airde a taifeadadh sa suirbhé iomlán.**

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga



### 3.2 Braistintí tuismitheoirí

**Tá tuairimí tuismitheoirí i bhfad níos criticiúla: Measann 51 % de thuismitheoirí go bhfuil tionchar diúltach ag scáileáin ar dhaoine óga, i gcomparáid le 17 % dearfach, agus imní dírithe níos mó ar rioscaí seachtracha ná ar éifeachtaí inmheánacha**

Tá measúnú tuismitheoirí ar úsáid scáileáin agus na meán sóisialta i bhfad níos diúltaí ná measúnú déagóirí. Maidir le méid an ama scáileáin, measann 44% de thuismitheoirí a n-úsáideann a leanbh scáileáin go bhfuil sé ró-mhór, 41% faoi cheart, 10% ró-bheag agus níl a fhios ag 5%, patrún atá inchomparáide go ginearálta le féin-thuairiscí déagóirí, le sciar beagán níos airde ag smaoineamh ar úsáid iomarcach. Ar na meán shóisialta go sonrach, measann 39% de thuismitheoirí go bhfuil méid a linbh iomarcach, 40% faoi cheart, 14% ró-bheag, agus tá sciar na dtuismitheoirí a chuirfeadh fáilte roimh níos mó úsáide as na meán shóisialta (14%) níos airde go háirithe ná i measc déagóirí iad féin (10%), toradh a d'fhéadfadh tuairimí tuismitheoirí ar na meán shóisialta a léiriú mar bhealach dlisteanach muintearais shóisialta agus cumarsáide.

Tá an measúnú cáilíochtúil níos éagsúla ó thuairimí na n-ógánach. Maidir le tionchar na scáileán ar shaol daoine óga in aois a linbh, ní fheiceann ach 4% de thuismitheoirí tionchar an-

dearfach agus 13% dearfach go leor (17% dearfach san iomlán), i gcoinne 41% sách diúltach agus 10% an-diúltach (51% diúltach), le 31% ach an oiread. Dá bhrí sin, tá tuismitheoirí trí huaire níos criticiúla ná dearfach faoi scáileáin, agus tá an sciar de mheasúnuithe an-diúltacha (10%) dhá oiread níos tábhachtaí ná an sciar de dhéagóirí (5 %). Maidir le tionchar na meán sóisialta ar fholláine mheabhrach a linbh, níl an patrún chomh dian céanna ach tá sé fós diúltach: 21 % dearfach i gcoinne 36 % diúltach, agus 42 % neodrach.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

C5 An bhfuil imní ort nó nach bhfuil imní ort faoi gach ceann de na gnéithe seo a leanas d'úsáid scáileáin do linbh?

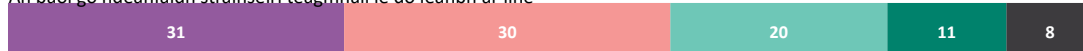
Tuismitheoir

Bonn: Tuismitheoirí déagóirí idir 13 agus 18 mbliana d'aois (%)

An baol go mbeidh do leanbh neamhchosanta ar ábhar díobhálach nó míchuí ar líne



An baol go ndéanfaidh strainséirí teagmháil le do leanbh ar líne



Tionchar úsáid an scáileáin ar chodladh do linbh



Tionchar na húsáide scáileáin ar fheidhmíocht do pháiste sa scoil



An-ábhartha

Ábhartha go cóir

Ní bhaineann sé go mór leis

Ní bhaineann sé le hábhar ar líne

Ní raibí agam

Ní dhéantar imní tuismitheoirí, áfach, a dháileadh go cothrom ar fud thoisí na húsáide scáileáin. Nuair a chuirtear ceist orthu go sonrach faoi cheithre fhoinsé imní, cuireann tuismitheoirí rioscaí seachtracha os cionn éifeachtaí inmheánacha. Díríonn an riosca a bhaineann le bheith nochtaithe d'ábhar díobhálach nó míchuí ar líne 72% d'ábhair imní (32% an-, 40% go cothrom), agus an baol go ndéanfaidh strainséirí teagmháil leo ar líne 61% (31% an-, 30% go cothrom). Is léir go bhfuil éifeachtaí inmheánacha na húsáide scáileáin taobh thiar de: baineann an tionchar ar chodladh le 54% de thuismitheoirí (19% an-, 35% go cothrom), agus an tionchar ar fheidhmíocht scoile 51% (20% an-, 31% go cothrom).

Is mó an imní atá ar thuismitheoirí faoi rioscaí seachtracha infheicthe, amhail ábhar díobhálach agus teagmháil le strainséirí, ná faoi shaincheistanna nach bhfuil chomh hinbhraite céanna, amhail codladh nó feidhmíocht scoile. Cruthaíonn na hathróa is mó a bhaineann le hairíonna meabhairshláinte déagóirí sa suirbhé, eadhon méid laethúil ama scáileáin, úsáid throm na meán sóisialta agus aois na chéad úsáide, éifeachtaí carnacha atá deacair a bhrath ón taobh amuigh. Os a choinne sin, tá na bagairtí seachtracha a dtugann tuismitheoirí tosaíocht dóibh (ábhar díobhálach, strainséirí) níos infheicthe, níos idirghabhála agus níos éasca le himní chomhchoiteann. Is é an baol atá ann go ndíríonn aird na dtuismitheoirí ar an dara ceann agus gannmheastachán á

dhéanamh ar an gcéad cheann, mí-ailíniú a fhorbraíonn roinn 4 den tuarascáil seo go mion.

### 3.3 Athrú tíre agus an bhearna ghiniúna

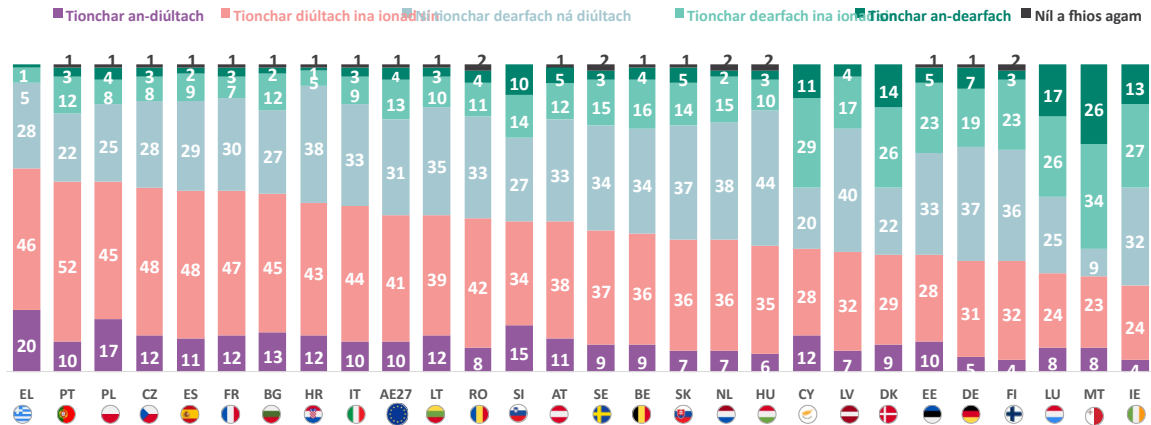
Tá cáineadh tuismitheoirí ar scáileáin forleathan ar fud AE27 ach sroicheann sé a bhuaicphointe sa Ghréig agus sa Phortaingéil (66 % agus 62 % diúltach) agus an leibhéal is ísle i Málta agus in Éirinn, agus tá an bhearna ghiniúna idir déagóirí agus tuismitheoirí struchtúrach agus leanúnach ar fud na mBallstát uile

Tá dáileadh tíre thuairimí na dtuismitheoirí ar scáileáin leathan agus struchtúrtha de réir tíreolaíochta. I ngach Ballstát AE27, measann tuismitheoirí amháin as gach triúr ar a laghad go mbíonn tionchar diúltach ag scáileáin ar shaol daoine óga, ach go bhfuil raon leathan scaireanna ann. An Ghréig (66 % diúltach), an Phortaingéil agus an Pholainn (62 % an ceann), agus braisle na Fraince, na Spáinne agus na Seicia (59 % an ceann) ag barr an ordlathais chriticiúil. Ar an taobh eile, léiríonn Málta, Lucsamburg, an Danmhairg agus Éire na tuairimí is dearfaí ó thuismitheoirí, le sciartha dearfacha comhcheangailte os cionn 30 %.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

C4 Ar an iomlán, an dóigh leat go mbíonn tionchar dearfach nó diúltach ag scáileáin ar shaol daoine óga in aois do linbh?

Bonn: Tuismitheoirí déagóirí idir 13 agus 18 mbliana d'aois (%)



Tá an bhearna ghiniúna idir déagóirí agus tuismitheoirí comhsheasmhach ar fud na mBallstát, rud a thugann patrún leathan athfhillteach le fios seachas éifeacht thírshonrach. Maidir le tionchar na scáileán, tá déagóirí 23 pointe céatadán níos dearfaí ná tuismitheoirí ar leibhéal AE27 (40% vs 17%) agus 22 pointe níos lú diúltach (29% vs 51%). Maidir le tionchar na meán sóisialta ar an bhfolláine mheabhrach, laghdaíonn an bhearna ach tá sí fós suntasach: 27 bpointe níos dearfaí i measc déagóirí (48% vs 21%) agus 18 bpointe níos lú diúltach (18% vs 36%). Tá treo na bearna aonfhoirmeach ar fud thíortha uile AE27, cé go bhfuil éagsúlacht ann maidir lena méid. I dtíortha nach bhfuil tuismitheoirí chomh criticiúil céanna maidir le scáileáin, amhail Éire, Málta agus Lucsamburg, is cosúil go bhfuil an éagsúlacht ó ghlúin go glúin níos measartha. Os a choinne sin, i dtíortha ina bhfuil na measúnuithe diúltacha tuismitheoirí is airde, go háirithe an Ghréig, an Phortaingéil agus an Pholainn, agus ina dhiaidh sin an Fhrainc, an Spáinn agus an tSeicia, is gnách go mbíonn an bhearna níos leithne. Tá an patrún ag teacht le toradh seanbhunaithe i dtaighde ar shóisialú sna meáin: is gnách go ndéanann an ghlúin atá ag fás aníos leis meastóireacht níos dearfaí ar gach meán ceannasach nua ná mar a dhéanann an ghlúin atá ag breathnú ar a theacht<sup>2</sup>. Is é an rud a bhaineann go sonrach

leis na scáileáin agus le nóiméad na meán sóisialta, áfach, ná comhcheangal le dearcadh láidir dearfach ógánach le haitheantas suntasach ógánach cheana féin ar éifeachtaí diúltacha (29% ar scáileáin, 18% ar na meáin shóisialta). Is é sin le rá, ní freasúra dénártha é an bhearna giniúna idir bloc dearfach ógánach agus bloc criticiúil tuismitheora. Tá mionlach suntasach de ghuthanna atá criticiúil go himmheánach sa dá phobal, agus baineann an sainordú trasghlúine le haghaidh gníomhaíochta a eascraíonn as an suirbhé leas as an bhfeasacht chomhroinnte sin, má dháiltear go neamhshiméadrach í.

<sup>2</sup> Féach Drotner, K. (1999), "Na Meáin Contúirteacha? Panic Discourses and Dilemmas

of Modernity," *Paedagogica Historica*, 35(3), 593-619, a dhéanann doiciméadú ar an bpatrún athfhillteach trína gcuireann an ghlúin atá ag fás aníos fáilte roimh gach meán ceannasach nua (nuálach, pictiúrlann, teilifís, idirlíon) agus a bhfuil amhras uirthi faoin nglúin atá ag breathnú ar a theacht chun cinn.

## Flais-Eorabharaméadar

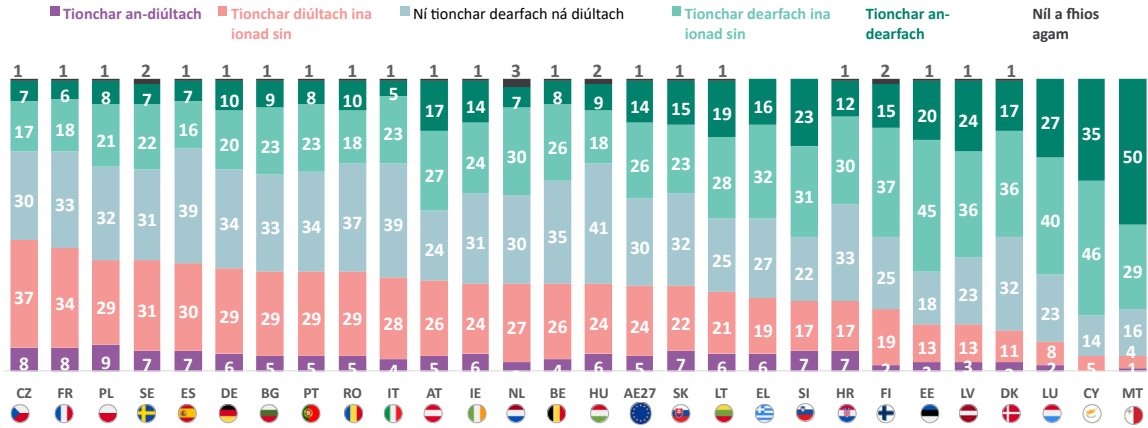
### Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Q5 Tríd is tríd, an gceapann tú go bhfuil tionchar dearfach nó diúltach ag scáileáin ar shaol daoine óga d'aois ?



Ógánaigh

Bonn: Ógánaigh idir 13 agus 18 mbliana d'aois (%)



## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

## 4. Tionchar ar fholláine ógánach

### 4.1 - Comharthaí tuairiscithe i measc déagóirí

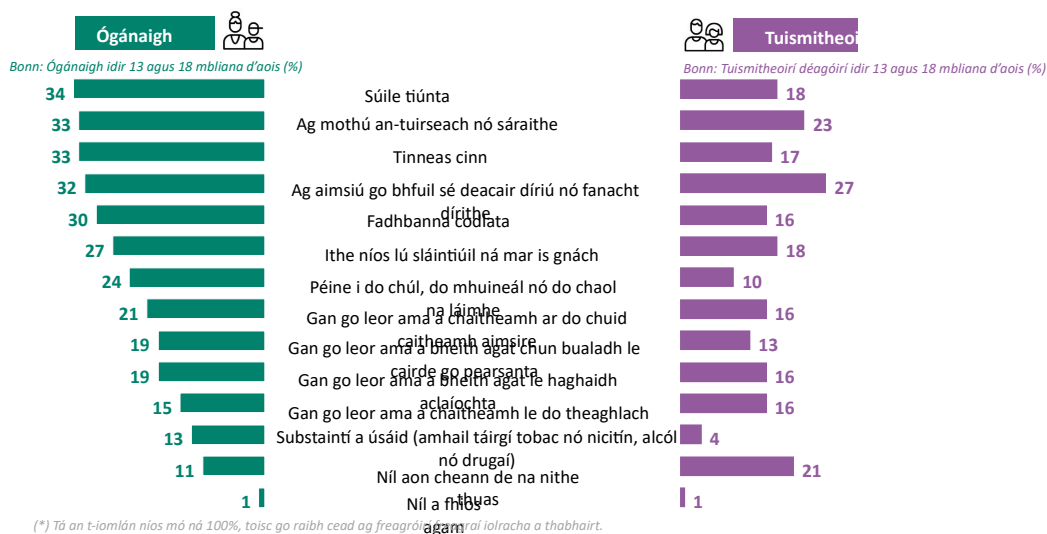
**Tuairiscíonn aon trian de dhéagóirí na hEorpa súile tuirseacha (34%), tuirse (33%), tinneas cinn (33%) nó fadhbanna tiúchana (32%) le mí anuas, agus déanann tuismitheoirí gannmheastachán córasach ar gach ceann de na hairíonna seo**

Taifeadann an suirbhé sláinte mheabhrach agus choirp ógánach trí dhá chás déag féintuairiscithe a tharla le 30 lá anuas, a iarradh i bhformáid scátháin ar dhéagóirí agus ar thuismitheoirí faoina leanbh. Tá ordlathas féintuarascálacha déagóirí faoi stiúir ceithre tháscaire fiseolaíocha agus cognaíocha, iad uile braislithe idir 30% agus 35%. Is iad na súile tiúnta an táscaire is mó a luaitear, a thuairiscigh 34% de dhéagóirí. Má bhraitheann tú an-tuirseach nó sáraithe agus má shroicheann tú 33% agus má bhíonn sé deacair díriú nó fanacht dírithe sroicheann sé 32%. Beagán taobh thiar de, bíonn tionchar ag fadhbanna codlata ar 30% de dhéagóirí. Tuairiscíonn thart ar naoi n-ógánach as deich gcinn ar a laghad ceann amháin den dá chás déag a tástáladh le mí anuas, agus ní dhearbhaíonn ach 11% nach

bhfuil aon cheann acu. Ag an gcéim seo, ba cheart na torthaí sin a thuiscint mar tháscairí leathana féintuairiscithe maidir le folláine agus stíl mhaireachtála, gan beann ar aon sannadh sonrach d'úsáid scáileáin nó d'úsáid na meán sóisialta. Scrúdaítear a gcaidreamh le patrúin nochtadh dhigitigh sna ranna seo a leanas.

Cumhdaíonn an dara sraith táscairí iompraíochta agus stíl mhaireachtála. Tuairiscíonn 27% de dhéagóirí ithe níos lú sláinte ná mar is gnách, pian sa chúl, muineál nó caol na láimhe faoi 24%, easpa ama do chaitheamh aimsire faoi 21%, easpa ama chun bualadh le cairde go pearsanta agus easpa aclaíochta coirp faoi 19% an ceann, agus easpa ama teaghlaigh faoi 15%. Tuairiscítear úsáid substaintí amhail tobac, nicitín, alcól nó drugaí ag 13%. Nochtann an cheist scátháin a chuirtear ar thuismitheoirí gannmheastachán córasach a bhaineann le gach siomptóm a tástáladh. Cé nach ndearbhaíonn 11% de dhéagóirí aon symptom, tuairiscíonn 21% de thuismitheoirí nár thug siad faoi deara aon cheann ina leanbh, bearna de dheich bpointe céatadáin. Maidir le formhór na míreanna, fanann meastacháin tuismitheoirí go

**C1** Cé acu de na cásanna seo a leanas, más ann dóibh, [a tharla duit] / [ar thug tú faoi deara go raibh tú ag tarlú do do leanbh] le 30 lá anuas?

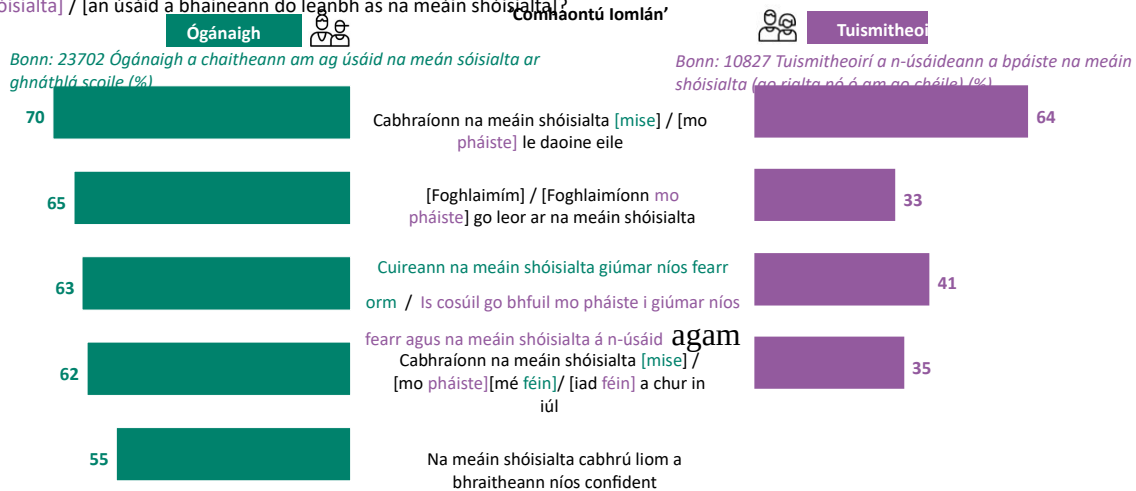


## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

comhsheasmhach faoi bhun féintuarascálacha déagóirí, agus na bearnaí iomlána is mó tugtha faoi deara ar shúile tuirseacha (34% vs 18%, bearna 16 phointe), tinneas cinn (33% vs 17%, 16 phointe freisin), pian sa chúl, sa mhuineál nó sa chaol na láimhe (24% vs 10%, 14 phointe) agus fadhbanna codlata (30% vs 16%, 14 phointe). Is iad na tuismitheoirí is gaire d'fhéintuairiscí déagóirí ar easpa ama teaghlaigh (15% vs 16%) agus ar dheacrachtaí tiúchana (32% vs 27%), dhá tháscaire is féidir a fheiceáil go díreach sa teaghlach.

mothaíonn 33% faoi strus nó imníoch, mothaíonn 31% brónach agus mothaíonn 31% fágtha amach i bplé ar líne. Dá bhrí sin, aithníonn beagnach duine as gach triúr ógánach go sainráite go bhfuil siad faoi strus, brónach nó eisiata go sóisialta mar gheall ar na meáin shóisialta.

**C8/C7** Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas maidir le [an úsáid a bhaineann tú as na meáin shóisialta] / [an úsáid a bhaineann do leanbh as na meáin shóisialta]?

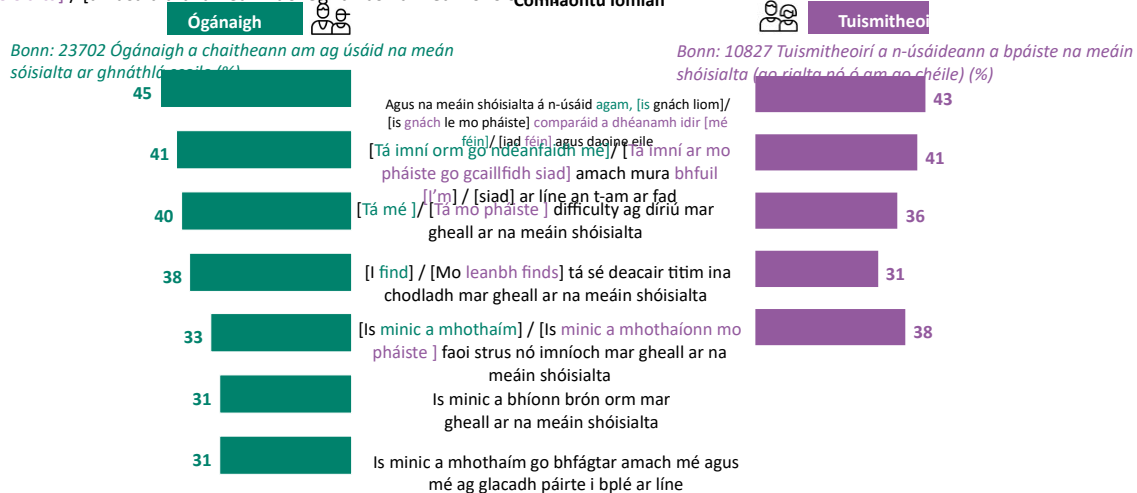


Meascann an measúnú cáilíochtúil a dhéanann déagóirí iad féin ar éifeachtaí na meán sóisialta sochair aitheanta agus claonchlónna aitheanta. Ar an taobh dearfach, aontaíonn 70% de dhéagóirí a úsáideann na meáin shóisialta go gcuidíonn sé leo mothú go bhfuil baint acu le daoine eile, 65% go bhfoghlaimíonn siad go leor tríd, 63% go gcuireann sé giúmar níos fearr orthu, 62% go gcuidíonn sé leo iad féin a chur in iúl, agus 55% go gcuidíonn sé leo mothú níos muiníní.

Ar an taobh diúltach, admhaíonn 45% go mbíonn claonadh acu iad féin a chur i gcomparáid le daoine eile agus na meáin shóisialta á n-úsáid acu, tá imní ar 41% go gcaillfidh siad amach mura bhfuil siad ar líne an t-am ar fad, tá deacracht ag 40% díriú air, bíonn sé deacair ar 38% titim ina chodladh,

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

**C9/C8** Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas maidir le [an úsáid a bhaineann tú as na meán sóisialta] / [an úsáid a bhaineann do leanbh as na meán sóisialta]?



### 4.2 - Am scáileáin agus táscairí folláine tuairiscithe

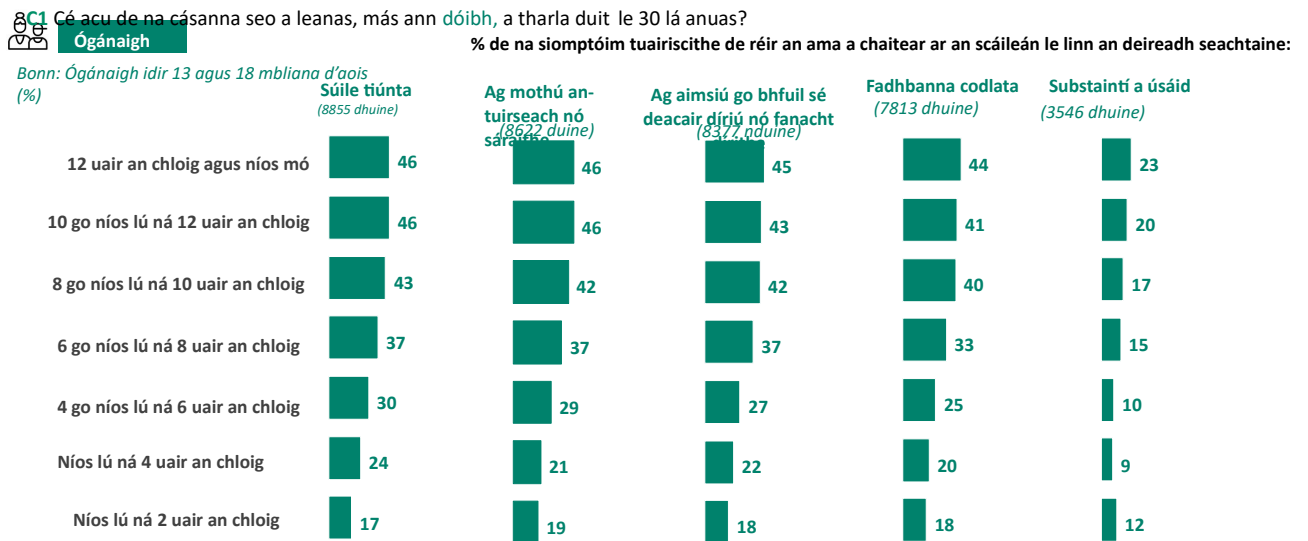
#### Comhcheangal soiléir idir am scáileáin agus táscairí folláine tuairiscithe

Léiríonn na torthaí tuairisciúla ceangal soiléir idir am scáileáin deireadh seachtaine agus roinnt táscairí folláine agus stíl mhaireachtála tuairiscithe i measc déagóirí. Ós rud é go bhfuil an suirbhé seo bunaithe ar shonraí trasghearrthacha féintuairiscithe, ba cheart na torthaí sin a léirmhíniú mar chomhlachais staidrimh seachas mar fhianaise ar ghaolmhaireacht chúise dhíreach idir am scáileáin agus na torthaí tuairiscithe.

46% i ndeich go dhá uair déag agus 46% i dhá uair an chloig déag nó níos mó, méadú 29 pointe céatadáin, agus beagnach trí oiread leitheadúlachta idir na catagóirí is éadroime agus is troime.

Ar fud na gcúig tháscaire a tástáladh le lúbín ama scáileáin, méadaíonn leitheadúlacht go ginearálta le ham scáileáin deireadh seachtaine. Mar sin féin, níl an patrún líneach go foirfe do gach táscaire: súile tuirseach agus mothú an-tuirseach nó overwhelmed ardchlár sa dá deireanach scáileán-am lúbíní, agus léiríonn úsáid substaintí inbhéartú beag idir an chéad agus an dara lúbíní. Ardaíonn súile tiúnta ó 17% i measc déagóirí a bhfuil níos lú ná dhá uair an chloig d'am scáileáin deireadh seachtaine acu, go 24% sa lúbín dhá go ceithre huaire an chloig, 30% i gceithre go sé huaire an chloig, 37% i sé go hocht n-uaire an chloig, 43% in ocht go deich n-uaire an chloig,

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga



Baineann an grádán céanna, le haimplitiúid inchomparáide, le tuirse (19% go 46%), deacrachtaí tiúchana (18% go 45%) agus fadhbanna codlata (18% go 44%). Leanann úsáid substaintí amhail tobac, nicitín, alcól nó drugaí an patrún céanna le bearna iomlán níos lú ach méadú géar coibhneasta, ó 12% i measc na n-úsáideoirí is éadroime go 23% i measc na n-úsáideoirí is troime, beagnach dubailt.

Na ceithre tháscaire fiseolaíocha agus cognaíocha, i bhfocail eile, níos mó ná dhá oiread idir foircinn íochtaracha agus uachtaracha scála nochta an deireadh seachtaine, agus ardaíonn úsáid substaintí go mór freisin. Leacaíonn an grádán beagán os cionn deich n-uaire an chloig in aghaidh an lae, rud a thugann le tuiscint go bhfuil éifeacht saíthithe ag barr an dáilte, go háirithe le haghaidh súile tuirseach agus mothú an-tuirseach nó sáraithe.

Mar sin féin, tá an impleacht shubstainteach suntasach. Is í an ghné ar léiríodh i roinn 3.2 gur lú a dhíríonn imní na dtuismitheoirí uirthi, eadhon éifeachtaí inmheánacha ar chodladh, ar thuirse agus ar thiúchan, an ghné ina mbreathnaítear sa suirbhé ar na comhlachais staidrimh is láidre a bhfuil am scáileáin acu, i gcomparáid leis an mothú go bhfuil siad fágtha amach nó an eagla go gcaillfear amach iad. Os a choinne sin, ní ghabhann ábhair imní tuismitheoirí maidir le hábhar díobhálach agus

creachadóirí ar líne an dinimic charnach a léiríonn sonraí na siomptóm.

#### 4.3 - Patrúin úsáide agus comharthaí na meán sóisialta

##### I measc gníomhaíochtaí digiteacha, tá baint láidir ag úsáid na meán sóisialta le hairionna codlata agus mothúchánacha

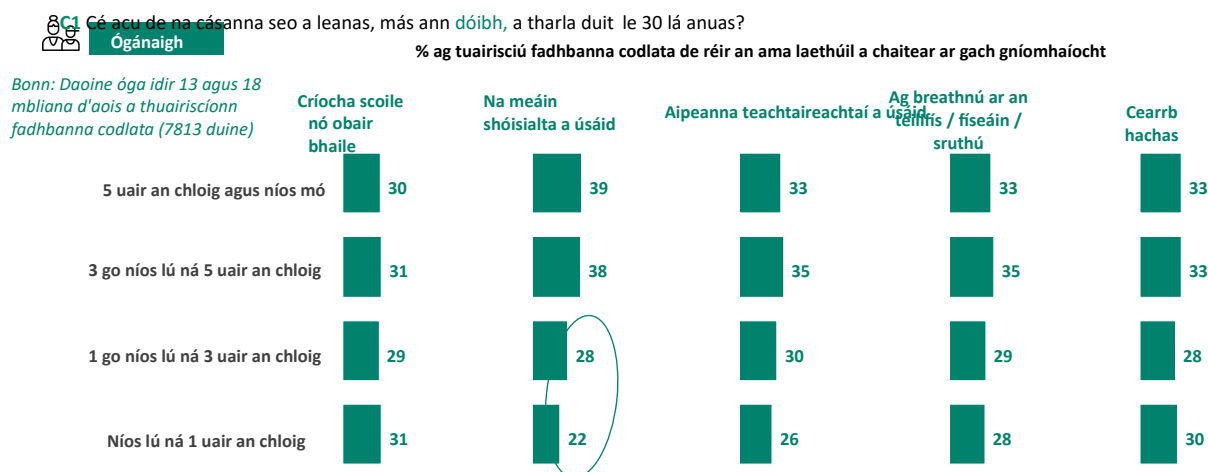
Nuair a dhéantar an anailís ar fhreagairt ar dháileog a mhiondealú de réir an chineáil gníomhaíochta digití, imíonn na patrúin a bhaineann le gach gníomhaíocht go géar. Maidir le fadhbanna codlata, is é an grádán is géire do na meáin shóisialta: Tuairiscíonn 22% de dhéagóirí a úsáideann na meáin shóisialta níos lú ná uair an chloig sa lá fadhb chodlata, i gcoinne 28% sa lúibín uair an chloig go trí huair an chloig, 38% i dtrí go cúig huair an chloig, agus 39% os cionn cúig uair an chloig, méadú 17 bpointe. Leanann aipeanna teachtaireachtaí grádán níos séimhe ach atá fós le feiceáil (26%, 30%, 35%, 33%), mar a dhéanann féachaint ar an teilifís nó ar fhíseáin trí shruthú (28%, 29%, 35%, 33%). Taispeánann cearrbhachas grádán measartha (30%, 28%, 33%, 33%) agus ní léiríonn an t-am a chaitear ar obair scoile nó ar obair bhaile, i gcodarsnacht leis sin, aon ghrádán ar chor ar

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

bith (31%, 29%, 31%, 30%): ní léiríonn fad an ama scáileáin laethúil a bhaineann leis an scoil an comhlachas staitistiúil céanna le fadhbanna codlata do dhéagóirí, i gcodarsnacht ghéar le húsáid atá tiomáinte ag siamsaíocht. Mar a dhéantar le linn na tuarascála seo, tugann na torthaí sin tuairisc ar chomhlachais staidrimh a thugtar faoi deara i sonraí féintuairiscithe trasghearrthacha agus níor cheart iad a léirmhíniú mar fhianaise ar éifeachtaí cúisíocha díreacha idir gníomhaíochtaí digiteacha sonracha agus torthaí folláine.

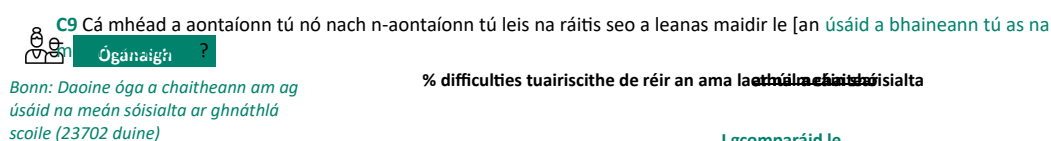
mothú faoi strus nó imníoch, ó 25% go 39%. Is é sin le rá, níl an caidreamh idir dáileog agus freagairt teoranta do ghné amháin den fholláine. Baineann sé le codladh, cognaíocht, comparáid shóisialta agus rialáil mhothúchánach ag an am céanna, agus éiríonn na ceithre tháscaire le chéile de réir mar a fhasann an nochtadh.

Deimhníonn na patrúin seo rannchuidiú sonracha na meán sóisialta laistigh de chatagóir níos leithne gníomhaíochtaí scáileáin. Aithníonn déagóirí iad féin go hintuigthe an t-idirdhealú seo: mar a léiríodh i roinn 2.1, tá a measúnú



Tá an t-ordlathas céanna ar fud na siomptóim is mó atá nasctha go díreach leis na meáin shóisialta. Maidir le deacracht ag titim ina chodladh, ardaíonn an sciar de dhéagóirí a aontaíonn ó 28% i measc iad siúd a chaitheann níos lú ná uair an chloig in aghaidh an lae ar na meáin shóisialta go 48% i measc iad siúd a sháraíonn cúig uair an chloig, bearna fiche pointe. Maidir le deacracht ag díriú mar gheall ar na meáin shóisialta, ritheann an grádán ó 30% go 47%. Nuair a chuirtear tú féin i gcomparáid le daoine eile, ó 36% go 52%. Ar

cáilíochtúil ar na meáin shóisialta níos dearfaí ná measúnú cáilíochtúil na scáileán ar an iomlán, ach tá na siomptóim fhéintuairiscithe a bhaineann le húsáid na meán sóisialta substaintiúil. Braitheann 31% brónach mar gheall air, 33% faoi strus nó imníoch, bíonn sé deacair ar 38% titim ina chodladh, bíonn deacracht ag 40% díriú. Tá an bhearna idir an leagan amach dearfach ceannasach agus leitheadúlacht na bhféintuarascálacha diúltacha ar cheann de na teannais lárnacha a sainaitníodh sa suirbhé: Is mór ag déagóirí na meáin shóisialta mar veicteoir ceangail agus



**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

féinléirithe agus iad ag aithint a gcostais  
mhothúcháin agus chognaíoch ina saol  
laethúil féin.

## 5. Rioscaí ar líne agus eispéiris dhíobhálacha

### 5.1 - Nochtadh do dhéagóirí ar rioscaí ar líne

***Le linn tréimhse trí mhí le déanaí, tháinig naonúr ógánach as deich dtuarascáil ar phíosá amháin ar a laghad d'ábhar ar líne a d'fhéadfadh a bheith díobhálach, míthreorach nó anásta.***

Cuireadh an cheist d'aon ghnó i bhformáid scátháin agus ar ionú gearr trí mhí, chun neamhchosaintí le déanaí agus nithiúla a ghabháil seachas eispéiris ar feadh an tsaoil. Níl ach 10% de dhéagóirí a úsáideann na meáin shóisialta ar ghnáth-thuarascáil lae scoile nach bhfaca nó nach bhfaca aon cheann den aon chatagóir déag a tástáladh. Ciallaíonn sé sin gur tháinig naonúr as gach deichniúr ógánach Eorpach ar phíosá amháin ar a laghad d'ábhar a bhféadfadh fadhbanna a bheith ag baint leis le trí mhí anuas amháin. Tá ordlathas na neamhchosaintí faoi stiúir dhá chatagóir réasúnta nua. Tagann ábhar a ghintear le IS a bhí deacair a aithint ar dtús, a luaigh 39 % de dhéagóirí. Tá faisnéis bhréagach nó mhíthreorach le fáil ag 35%. Cé nach bhfuil gach ábhar a ghintear le IS díobhálach ann féin, léiríonn leitheadúlacht an dá chatagóir sin sáithiú timpeallacht ar líne na n-ógánach le hinneachar a bhfuil sé deacair measúnú a dhéanamh ar a bharántúlacht. Áirítear leis an dara sraith neamhchosaintí, idir duine as gach cúigear agus duine as gach ceathrar déagóirí, cearrbhachas a chur chun cinn (28%), fuathchaint (25%), táirgí míshláintiúla amhail alcól nó bia míshláintiúil a chur chun cinn (25%), brú ar conas breathnú nó cad atá le ceannach (24%), agus brú caighdeáin áirithe coirp a leanúint (21%). Baineann gach ceann díobh seo le sciar suntasach den daonra ógánach, agus comhiomlánaíonn siad nochtadh beagnach córasach do bhrúna trachtála, normatacha nó naimhdeach le linn úsáid rialta na meán sóisialta.

ábhar foréigneach nach bhfuil ag teastáil 19% de dhéagóirí, ábhar gnéasach neamh-inmhianaithe 18%, cibearbhulaíocht nó ciapadh 17%, agus brú chun pictiúir phearsanta a roinnt 10%. Fiú ag ceann íochtair an scála, is ionann deich faoin gcéad de dhéagóirí Eorpacha a úsáideann na meáin shóisialta agus roinnt milliún duine aonair, rud a chiallaíonn nach bhfuil aon cheann de na neamhchosaintí sin imeallach, go háirithe i bhfianaise na tréimhse trí mhí.

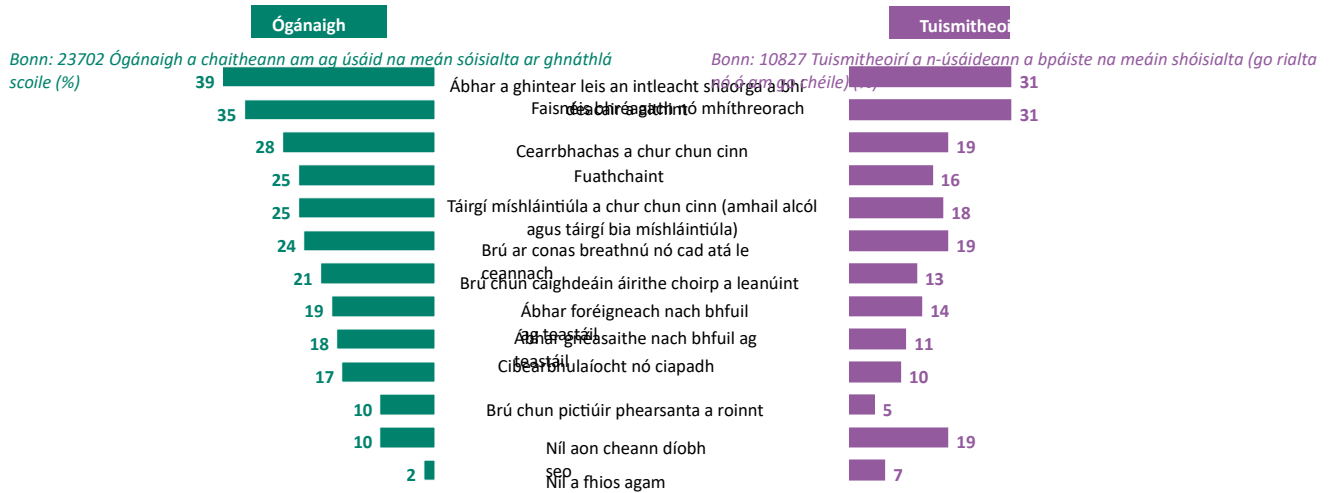
Nochtann an cheist scátháin a chuirtear ar thuismitheoirí gannmheastachán córasach atá i ngach ceann den aon chatagóir déag. Tuairiscíonn 9 faoin gcéad de thuismitheoirí a n-úsáideann a leanbh na meáin shóisialta nár nochtadh a leanbh d'aon cheann de na hábhair seo, i gcoinne 10% de dhéagóirí iad féin; Deir 7% breise de thuismitheoirí nach bhfuil a fhios acu, i gcoinne 2% de dhéagóirí. Mír ar mhír, fanann meastacháin tuismitheoirí go comhsheasmhach faoi bhun féintuarascálacha déagóirí, agus bearnaí iomlána idir ceithre agus naoi bpointe céatadáin. Baineann na bearnaí is mó le cearrbhachas a chur chun cinn agus nochtadh don fhuathchaint (9 bpointe an ceann), ábhar a ghintear le IS agus brú chun caighdeáin coirp a leanúint (8 bpointe an ceann). Is iad na tuismitheoirí is gaire do thuairiscí féin-ógánaigh maidir le scaipeadh faisnéise bréagach (4 phointe), agus maidir le míreanna cosúil le brú ar conas breathnú nó cad atá le ceannach, nochtadh d'ábhar foréigneach, nó brú chun pictiúir phearsanta a roinnt (5 phointe an ceann). Is é an rud a sheasann amach ná níos lú éagsúlachta idir míreanna ná rialtacht an ghanmheastacháin: beag beann ar an gcineál ábhair a tástáladh, feictear do thuismitheoirí nach bhfuil timpeallacht riosca ar líne chomh forleathan leis an gcéann a thuairiscíonn a leanáil i ndáiríre.

Clúdaíonn an tríú sraith na díobhálacha idirphearsanta is déine go cliniciúil. Sroicheann

## Flais-Eorabharaiméadar

### Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

**Q10/Q9c** Le 3 mhí anuas, [an bhfaca tú]/ [an bhfaca do leanbh] aon cheann díobh seo a leanas agus tú ag úsáid na meán sóisialta?



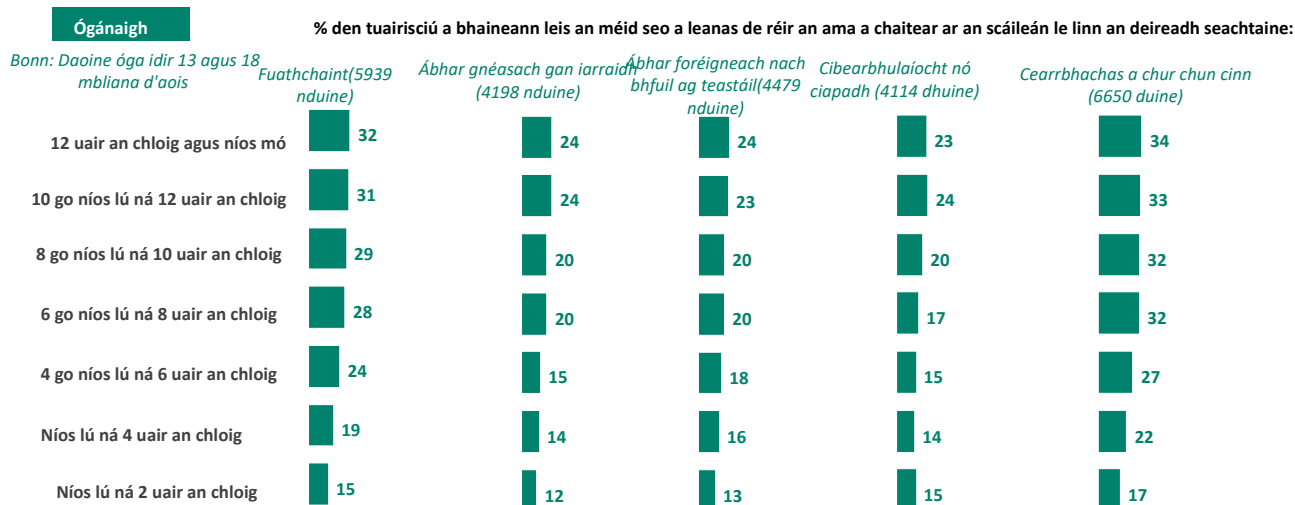
Tá an gaol idir am scáileáin deireadh seachtaine agus nochtadh d'ábhar díobhálach monotonic agus leanúnach ar fud na gceithre chatagóir is déine go cliniúil. Ardaíonn nochtadh don fhuathchaint ó 15% i measc déagóirí a chaitheann níos lú ná dhá uair an chloig ar scáileáin le linn lá deireadh seachtaine, go 32% i measc iad siúd a chaitheann dhá uair an chloig déag nó níos mó, a dhéanann níos mó ná an leitheadúlacht a dhúbailt. Ardaíonn ábhar gnéasach gan iarraidh ó 12% go 24% thar an raon céanna, dúbailt cruinn. Leanann ábhar foréigneach gan iarraidh an patrún céanna, ó 13 % go 24 %. Ardaíonn an chibearbhulaíocht nó an ciapadh ó 15% go 23%, agus an grádán ag leacú ag an gceann íochtair agus ag géarú os cionn sé huaire an chloig in aghaidh an lae.

nochtadh seachtrach do rioscaí inneachair (fuathchaint, ábhar gnéasaithe, foréigean, cibearbhulaíocht).

Tá an mheicníocht iomasach: méadaíonn níos mó ama a chaitear ar scáileáin go meicniúil an dóchúlacht go dtiocfar ar aon chineál ábhair ar leith, lena n-áirítear cinn dhíobhálacha. Is í an athróg a léirigh ranna roimhe seo den tuarascáil seo a bheith ar na cinn is láidre a bhaineann le hairíonna meabhairshláinte déagóirí an athróg is láidre a bhaineann le nochtadh riosca coinceite. Dá bhrí sin, tá pionós dúbailte ag gabháil le ham trom scáileáin deireadh seachtaine: tá sé comhghaolaithe le siomptóim inmheánacha (codladh, tuirse, tiúchan) agus le

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

**C10** Le 3 mhí anuas, [an bhfaca tú] aon cheann de na nithe seo a leanas nó an raibh taithí agat orthu agus na meáin shóisialta á n-úsáid agat?



## 5.2 - Athrú de réir aois na chéad úsáide ar na meáin shóisialta

### **Breathnaítear comhghaol den chineál céanna leis an aois ag ar thosaigh déagóirí ag úsáid na meán sóisialta.**

Tá na daoine a thosaigh roimh aois 10 níos nocht ar fud na gceithre chatagóir thromchúiseacha ná iad siúd a thosaigh tar éis aois 14: 34 % i gcoinne 19 % maidir leis an bhfuathchaint, 28 % i gcoinne 17 % maidir leis an mbrú caighdeán choirp a leanúint, 25 % i gcoinne 16 % maidir le hábhar gnéasaithe neamh-inmhianaithe, agus 23 % i gcoinne 16 % maidir leis an gcibearbhulaíocht nó leis an gciapadh. Tá an dá athróg seo, am scáileáin deireadh seachtaine agus aois na chéad úsáide meán sóisialta, comhghaolaithe iad féin: caitheann tosaithe luath 7.5 uair an chloig ar an meán ar scáileáin le linn lá deireadh seachtaine, i gcoinne 5.7 uair an chloig dóibh siúd a thosaigh tar éis 14 bliana d'aois.

Taobh amuigh d'am scáileáin agus d'aois na chéad úsáide, ní mór aird a thabhairt ar dhá phatrún shochdhéimeagrafacha. Tá inscne shuntasach ag baint leis an mbrú caighdeán áirithe choirp a leanúint, ag sroicheadh 25 % i measc cailíní i gcoinne 17 % i measc buachaillí, difríocht ocht bpointe; maidir leis na deich gcatagóir eile a tástáladh, tá ról imeallach ag

inscne. Tá tábhacht leis an aois féin freisin: Tá daoine idir 17–18 mbliana d'aois níos neamhchosanta ná daoine idir 13–14 bliana d'aois i ngach catagóir thromchúiseach, agus feictear na bearnaí is mó maidir le hábhar gnéasaithe neamh-inmhianaithe (23 % in aghaidh 14 %) agus brú chun caighdeán choirp a leanúint (26 % in aghaidh 18 %). Os a choinne sin, is beag éifeacht a bhíonn ag leibhéal oideachais, uirbiú agus comhdhéanamh teaghlaigh.

## 5.3 - Ábhair inní do thuismitheoirí agus feachtas ar theagmhais

### **Tuairiscíonn tromlach na dtuismitheoirí a n-úsáideann a leanbh na meáin shóisialta (55%) tar éis dóibh a bheith ar an eolas go raibh eispéireas diúltach ag a leanbh ar líne.**

Tá an patrún fionnachtana faisnéiseach: i 32% de na cásanna dúirt an leanbh leis an tuismitheoir go díreach, i 12% tháinig an fionnachtain trí dhuine eile, agus i 11% d'aithin an tuismitheoir an eachtra iad féin. Dá bhrí sin, braitheann feachtas tuismitheoirí, nuair is ann di, go príomha ar thoilteanas an linbh féin nochtadh a dhéanamh, rud a léiríonn an tearcmheastachán córasach a breathnaíodh níos luaithe ar an aon chatagóir ábhair déag: Feiceann tuismitheoirí den chuid is mó cad a roghnaíonn a gcuid leanaí a thaispeáint dóibh.

Flais-Eorabharaiméadar

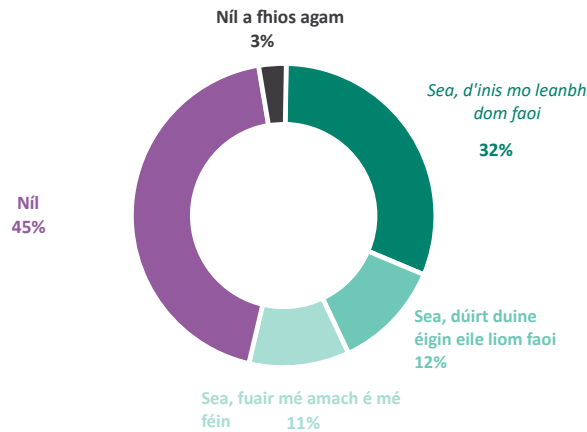
**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

**C9a** Ar tháinig do leanbh chugat riamh, nó ar aimsigh tú riamh, go raibh eispéireas diúltach ag do leanbh ar líne?

**Tuismitheoirí**

Bunáit: 10827 Tuismitheoirí a mbaineann a bpóiste úsáid as na meán shóisialta (go rialta nó ó am go chéile)



Tagann trí phatrún shochdhéimeagrafacha chun cinn ó na sonraí. ar an gcéad dul síos, ardaíonn feacht na dtuismitheoirí ar eispéiris dhiúltacha le líon na leanaí faoi bhun 15 bliana d'aois, ó 45 % i measc tuismitheoirí nach bhfuil aon leanbh eile faoi bhun 15 bliana d'aois acu go 65 % ina measc siúd a bhfuil triúr nó níos mó acu. Is é is dóichí go léiríonn an grádán seo an t-iolrú meicniúil ar dheiseanna chun go dtarlódh teagmhais. Ar an dara dul síos, agus ar bhealach níos frithiomasach, tá tuismitheoirí a bhfuil dearcadh dearfach acu ar na meáin shóisialta i bhfad níos feasaí ar theagmhais (76%) ná iad siúd a bhfuil dearcadh neodrach nó diúltach acu (46% agus 54% faoi seach). D'fhéadfaí an patrún seo a mhíniú go hipitéiseach trí dhéagóirí a bheith níos claonta mearbhall a dhéanamh ar thuismitheoirí nach ndéanann stiogmatú ar úsáid na meán sóisialta. ar deireadh, tuairiscíonn tuismitheoirí ar thosaigh a leanbh ag úsáid na meán sóisialta roimh aois 10 níos mó teagmhas (69%) ná iad siúd ar thosaigh a leanbh idir 10 agus 13 (53%), toradh atá comhsheasmhach leis na sonraí do dhéagóirí, a léirigh roimhe seo go bhfuil baint ag iontráil luath sna meáin shóisialta le nochtadh níos airde d'ábhar diúltach.

Léiríonn sonraí ar leibhéal tíre maidir le feacht tuismitheoirí ar theagmhais éagsúlacht shuntasach. Suíonn Málta, an Danmhairg, Lucsamburg, an Eastóin, Éire, an Chipir, an tSualainn ag barr an rangaithe, agus tá an Ghréig, an Iodáil, an Fhrainc, an Phortaingéil

agus an Spáinn ag an mbun. I ngach Ballstát, is é nochtadh díreach ón leanbh an príomhmhodh fionnachtana, cé go bhfuil a sciar éagsúil go háirithe ó thír go tír.

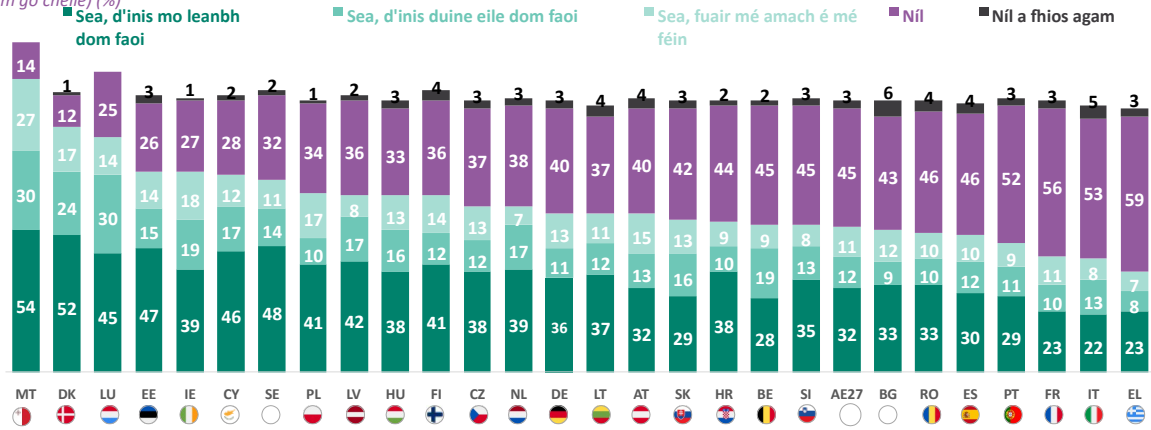
## Flais-Eorabharaméadar

### Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

**C9a** Ar tháinig do leanbh chugat riamh, nó ar aimsigh tú riamh, go raibh eispéireas diúltach ag do leanbh ar líne?

Tuismitheo

Bunáit: 10827 Tuismitheoirí a n-úsáideann a bpáiste na meáin shóisialta (go rialta nó ó am go chéile) (%)



(\*) Tá an t-iomlán níos mó ná 100%, toisc go raibh cead ag freagróirí freagraí iolracha a thabhairt.

## 6. Straitéisí cosanta agus ionchais rialála

### 6.1 - Freagraí tuismitheoirí tar éis teagmhais ar líne

**Nuair a thagann tuismitheoirí ar an eolas faoi eispéireas diúltach ar líne a bhaineann lena leanbh, is é an t-idirphlé an freagra is coitianta i bhfad**

Tuairiscíonn 63% de thuismitheoirí a bhraith teagmhas tar éis dóibh an cás a phlé lena leanbh, roimh aon ghníomh eile. Léiríonn an patrún seo an modh feasachta ceannasach a aithníodh sa chuid roimhe seo, áit a bhfoghlaimíonn tuismitheoirí go príomha faoi theagmhais trí nochtadh an linbh féin: freagraíonn siad ar dtús tríd an gcainéal comhrá sin a athoscailt. Leanann coigeartú na rialacha nó maoirseacht ar ghníomhaíochtaí ar líne mar an dara gníomhaíocht, a luaigh 36 %, i bhfad taobh thiar den idirphlé. Luann 22% de thuismitheoirí an teagmhas a thuairisciú don ardán nó don suíomh gréasáin, comhairle a lorg ó chairde, ó theaghlaigh nó ó ghairmithe faoi 21%, agus teagmháil a dhéanamh le húdarás poiblí faoi 9% amháin. Dá bhrí sin, is freagairtí mionlaigh fós iad an géarú institiúideach agus ardánbhunaithe i measc tuismitheoirí a thagann ar an eolas faoi theagmhas.

Tagann roinnt difríochtaí sochdhéimeagrafacha chun cinn. Tá idirphlé leis an leanbh beagán níos minice i measc máithreacha, i measc tuismitheoirí níos sine (a mbíonn a leanaí níos sine de ghnáth freisin), agus i measc tuismitheoirí a bhfuair a leanbh fón cliste roimh aois 10. Os a choinne sin, tá claonadh níos mó ag tuismitheoirí níos óige rialacha maoirseachta a choigeartú nó an teagmhas a thuairisciú don ardán. Tá na difríochtaí sin fós teoranta ó thaobh méide de, rud a thugann le fios go bhfuil ordlathas foriomlán na bhfreagairtí (idirphlé ar dtús, coigeartú rialacha ar an dara dul síos, géarú institiúideach ar deireadh) i bhformhór na ngrúpaí sochdhéimeagrafacha.

Tá an chobhsaíocht chéanna le fáil ar leibhéal na tíre. Cé go n-athraíonn sciar beacht gach freagartha ó Bhallstát go chéile, is é plé a dhéanamh ar an staid leis an leanbh an fhreagairt is mó a luaitear i ngach tír seachas Málta, áit a bhfuil coigeartú rialacha nó maoirseachta rangaithe ar dtús. I bhformhór na dtíortha, tagann coigeartú rialacha nó maoirseachta sa dara háit, agus is freagraí mionlaigh fós iad an tsaincheist a thuairisciú don ardán agus teagmháil a dhéanamh le húdarás poiblí.

**C9b** Cad a rinne tú nuair a tháinig tú ar an eolas go raibh eispéireas diúltach ag do leanbh ar líne?

Tuismitheo

Bunáit: 5665 Tuismitheoirí a bhfuil a fhios acu go raibh eispéireas diúltach ar líne ag a leanbh (%)



(\*) Tá an t-iomlán níos mó ná 100%, toisc go raibh cead ag freagróirí freagraí iolracha a thabhairt.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

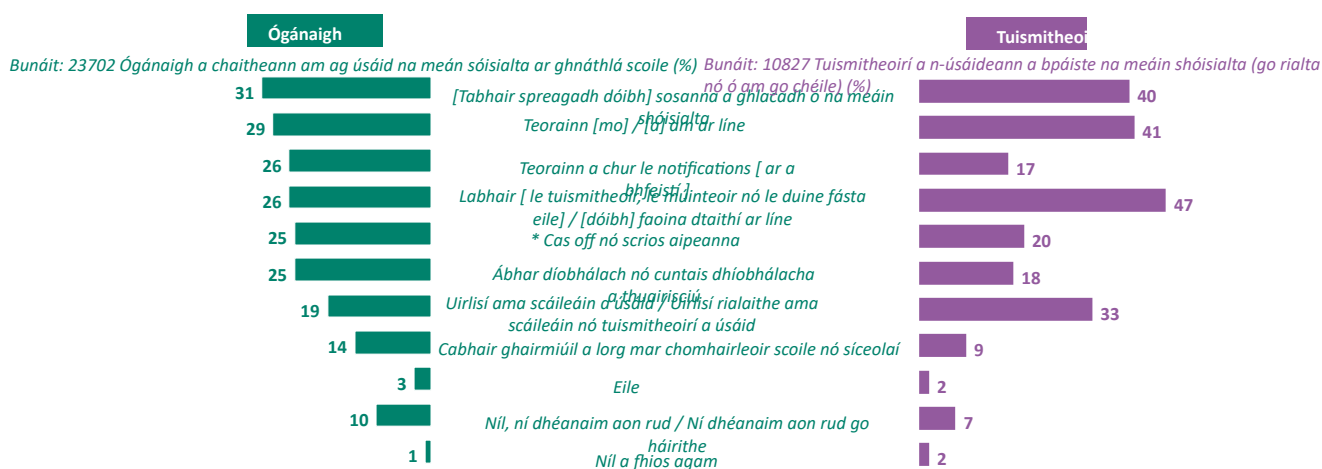
## 6.2 - Straitéisí cosanta agus dearcadh gníomhaithe

**Léiríonn patrúin gníomhaíochta cosanta go nglacann tuismitheoirí sraith straitéisí éagsúlaithe, arb é an t-idirphlé agus an spreagadh is mó atá acu seachas comhéigean dian.**

Is é caint leis an leanbh faoina dtaithí ar líne an beart is mó a luaitear (47%), agus ina dhiaidh sin teorainn a chur le ham ar líne (41%) agus sosanna ó na meáin shóisialta a spreagadh (40%). Ní bhíonn bearta níos comhéigní nó níos seachtraí chomh minic céanna go háirithe: luann 33% de thuismitheoirí uirlisí rialaithe tuismitheoirí, scriosadh aipeanna faoi 20%, ábhar díobhálach a thuairisciú faoi 18%, agus gan ach cúnamh gairmiúil a lorg faoi 9%, an sciar is ísle i measc na mbearta go léir. Ar thaobh na n-ógánach, agus mar a thuairiscigh déagóirí iad féin, níl an t-ordlathas chomh suntasach: luann idir duine as gach cúigear agus duine as gach triúr freagróirí formhór na mbearta, agus ní deir ach 10 % díobh nach ndéanann siad aon rud go háirithe. Tagann neamhshiméadracht choibhneasta chun cinn, áfach, maidir leis an idirphlé: ní deir ach 26% de dhéagóirí go labhraíonn siad le tuismitheoir, le múinteoir nó le duine fásta eile faoin méid a bhíonn acu ar líne, i gcoinne 47% de thuismitheoirí a deir go bhfuil an comhrá seo acu. Is cosúil go bhfuil déagóirí níos claonta freisin ná a dtuismitheoirí

fógraí a theorannú (26% vs 17%), ábhar díobhálach a thuairisciú (25% vs 18%) agus cabhair ghairmiúil a lorg (14% vs 9%), rud a léiríonn cineál féinchosanta a chomhlánaíonn gníomhaíocht tuismitheora.

**Q11/Q10** An ndéanann tú aon cheann de na nithe seo a leanas chun [do]/ [do leanbh] a chosaint ar fholláine mheabhrach agus [úsáid] / [úsáid] á baint acu as na meáin shóisialta?



(\*) Tá an t-iomlán níos mó ná 100%, toisc go raibh cead ag freagróirí freagraí iolracha a thabhairt.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

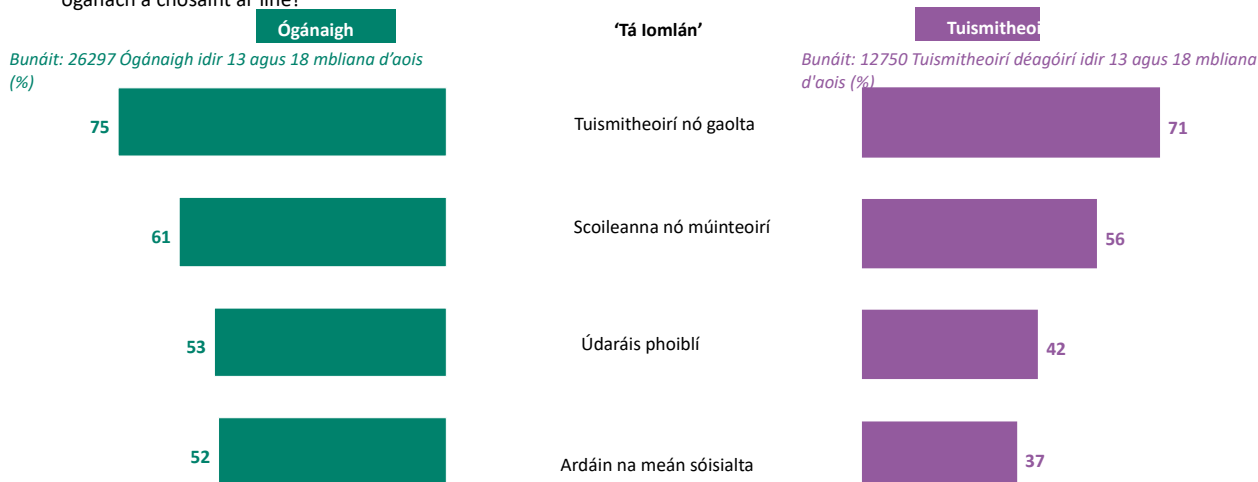
Seasann dhá phatrún amach ó anailís shochdhéimeagrafach ar thaobh na dtuismitheoirí. Is lú go mór an idirghabháil a dhéanann tuismitheoirí a bhfuil dearcadh dearfach acu ar scáileáin maidir le formhór na mbeart, le bearnaí de thart ar 15 phointe céatadáin i gcomparáid leis an meán Eorpach maidir le hidirphlé, teorainn ama agus spreagadh briste. Os a choinne sin, tuismitheoirí ar thosaigh a leanbh ag úsáid na meán sóisialta roimh aois 10, tugann siad tús áite don idirphlé (52 %) agus do shosanna a spreagadh (51 %) níos mó ná an meán, agus braitheann siad beagán níos lú ar uirlisí rialaithe tuismitheoirí, rud a thugann le fios go bhfuil oiriúnú ó thaithí ann i dtreo cleachtais níos boige le himeacht ama.

Seasann dhá phatrún amach i measc déagóirí iad féin. Bíonn na daoine a thosaigh ag úsáid na meán sóisialta roimh aois 10 ag brath níos lú ar uirlisí struchtúrtha (aipeanna ama scáileáin 14% i gcoinne 19% ar an meán) agus ar chabhair ghairmiúil (10% i gcoinne 14%) agus is dóichí nach ndéanfaidh siad aon rud go háirithe (13% i gcoinne 10%), rud a thugann le tuiscint cineál gnáthaimh a laghdaíonn reflexes féinchosanta le himeacht ama. Tuairiscíonn déagóirí óga (13-14 bliana d'aois) rátaí níos airde idirphlé le tuismitheoir, múinteoir nó duine fásta eile (32%, i gcoinne 26% ar an meán), rud a léiríonn go bhfanann na luathbhlianta sna déaga mar thréimhse cumarsáide oscailte le

Leanann tuairimí na ngníomhaithe a chosnaíonn folláine mheabhrach daoine óga ar líne an t-ordlathas céanna sa dá dhaoine: teaghlach ar dtús, scoileanna ar an dara dul síos, údaráis phoiblí ar an tríú dul síos, ardáin meán sóisialta ar deireadh. Feictear go bhfuil tuismitheoirí agus gaolta ag déanamh go leor ag 71% de tuismitheoirí agus 75% de dhéagóirí, an sárú beag ó thaobh na n-ógánach a léiríonn an t-idirphlé a bunaíodh idir an dá cheann. Leanann scoileanna agus múinteoirí ar leibhéal inchomparáide, agus tugann 56% de tuismitheoirí agus 61% de dhéagóirí tromlach soiléir muiníne dóibh. Tagann laghdú suntasach ar mhuinín na n-údarás poiblí (42 % de tuismitheoirí, 53 % de dhéagóirí) agus tuilleadh fós d'ardáin meán sóisialta (37 % de tuismitheoirí, 52 % de dhéagóirí), an t-aisteoir ar an ráta is ísle ar fad.

Ritheann patrún comhsheasmhach ar fud na gceithre ghníomhaí: tá tuismitheoirí níos criticiúla go córasach ná déagóirí, agus leathnaíonn an bhearna mar aistriú amháin ó ghníomhaithe neamhspleácha (tuismitheoirí, scoileanna) go ghníomhaithe institiúideacha (údaráis, ardáin). Léiríonn an bhearna is leithne, a tugadh faoi deara ar ardáin ag 15 phointe céatadáin, éagsúlacht ó ghlúin go glúin maidir leis an ngníomhaí sin.

**C12** An gceapann tú go ndéanann gach ceann de na nithe seo a leanas go leor chun folláine mheabhrach na n-ógánach a chosaint ar líne?



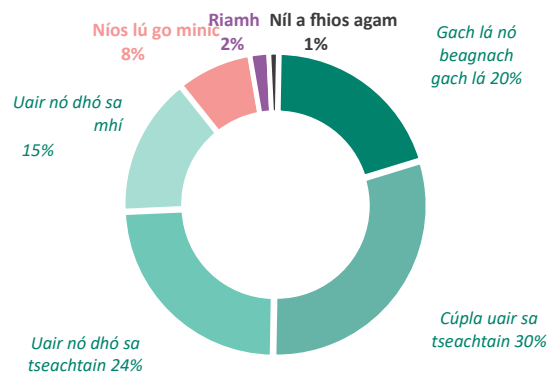
daoine fásta a chungaíonn de réir a chéile le haois.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Comhthacaíonn na sonraí sin leis an áit lárnach idirphlé a sainaithníodh níos luaithe. Tuairiscíonn trí cheathrú de thuismitheoirí (74%) ag caint lena leanbh faoi na rudaí a dhéanann siad nó a mbíonn taithí acu orthu ar na meáin shóisialta uair sa tseachtain ar a laghad, lena n-áirítear tuismitheoir amháin as gach cúigear (20%) a dhéanann amhlaidh gach lá nó beagnach gach lá, 30% cúpla uair sa tseachtain, agus 24% uair nó dhó sa tseachtain. Tuairiscíonn an ráithe eile (25%) rithim nach bhfuil chomh rialta, le 15% ag caint uair nó dhó sa mhí, 8% níos lú go minic, agus 2% riamh. Ar fud an Aontais, tá idirphlé tuismitheoirí maidir le húsáid na meán sóisialta le feiceáil mar ghnáthchleachtas leabaithe d'fhormhór mór na dteaghlach a bhfuil a n-ógánach ar na meáin shóisialta.

### Tuismitheoirí

Bunáit: 10827 Tuismitheoirí a mbaineann a bpáiste úsáid as na meáin shóisialta (go rialta nó ó am go chéile)

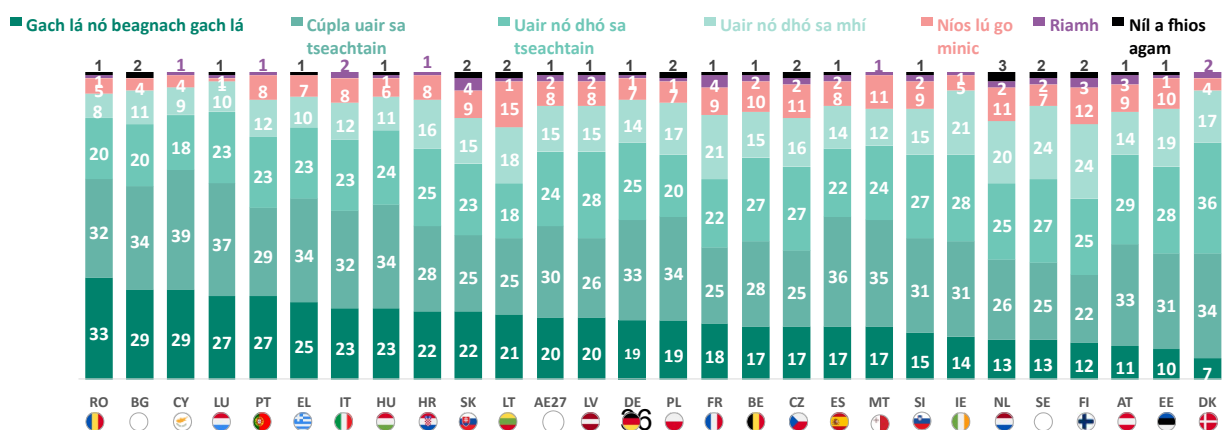


## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Tagann roinnt difríochtaí sochdhéimeagrafacha chun cinn i minicíocht an idirphlé idir tuismitheoirí agus leanaí. Is minice a thuairiscíonn máithreacha comhráite laethúla ná aithreacha (24% i gcoinne 15%), ag tuismitheoirí idir 30 agus 39 mbliana d'aois ná ag tuismitheoirí níos sine (23% i gcoinne 18%), agus ag tuismitheoirí a bhfuil triúr leanaí ar a laghad acu sa bhaile ná iad siúd nach bhfuil aon cheann acu (24% i gcoinne 16%). Is beag tionchar a bhíonn ag an am a chaitheann an leanbh ar scáileáin, áfach, ar mhinicíocht an chomhrá: tuairiscíonn tuismitheoirí a n-úsáideann a n-ógánaigh scáileáin go mór agus tuismitheoirí a n-úsáideann a n-ógánach iad rithimí den chineál céanna go héadrom. Léiríonn sonraí ar leibhéal tíre éagsúlacht mhór i minicíocht an idirphlé idir tuismitheoirí agus leanaí maidir le húsáid na meán sóisialta. Tá comhráite laethúla is coitianta sa Rómáin agus sa Bhulgáir (33% agus 29% faoi seach), agus ina dhiaidh sin tá an Chipir, Lucsamburg, an Phortaingéil agus an Ghréig, idir 25% agus 29%. Níl siad chomh minic céanna i dtíortha Nordacha, agus an Danmhairg ag 7 %, an Fhionlainn ag 12 % agus an tSualainn ag 13 %, agus ag leibhéal chomhchosúla san Eastóin, san Ostair agus in Éirinn. Maidir le ráta comhiomlánaithe an chomhrá sheachtainiúil, sroicheann an bhearna beagnach tríocha pointe, ó 87 % i Lucsamburg agus 86 % sa Chipir síos go 59 % san Fhionlainn. Ní leanann an t-athrú difríochtaí tíre go dlúth in am scáileáin do dhéagóirí, rud a thugann le tuiscint go léiríonn sé patrúin níos leithne cumarsáide teaghlaigh.

**C11** Cé chomh minic a labhraíonn tú le do leanbh faoi na rudaí a dhéanann siad nó a mbíonn taithí acu orthu ar na meán sóisialta?

Bunáit: 10827 Tuismitheoirí a n-úsáideann a bpáiste na meán sóisialta (go rialta nó ó am go chéile) (%)



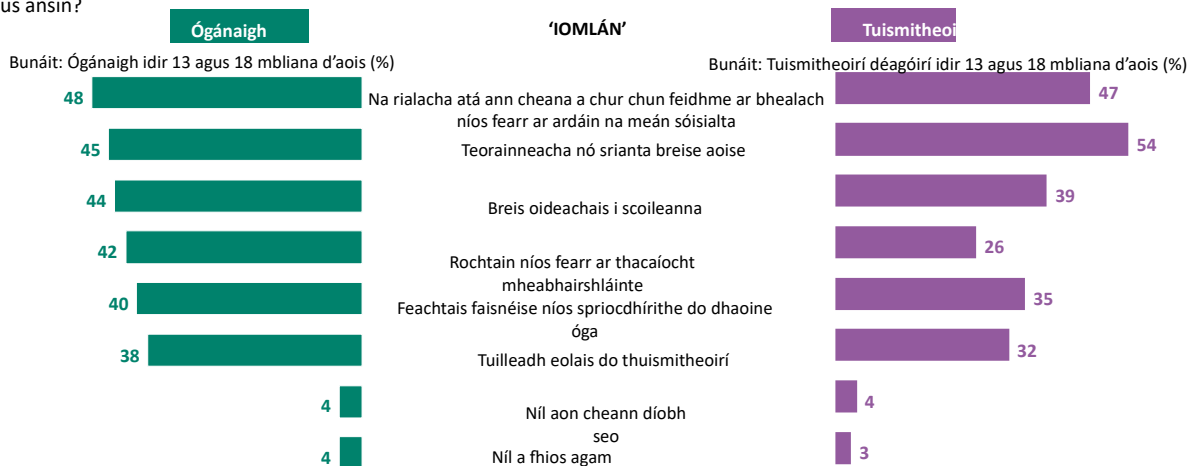
## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

## 6.3 - Sainordú gníomhaíochta trasghlúine

**Maidir leis na gníomhaíochtaí is mó a chabhródh le folláine mheabhrach na n-ógánach a fheabhsú ar líne, tagann an dá phobal le chéile ar chomhthosaíocht amháin: larrann 47% de thuismitheoirí agus 48% de dhéagóirí go gcuirfí na rialacha ardáin atá ann cheana chun feidhme ar bhealach níos fearr**

Sa bhreis ar an gcóineasú sin, seasann dhá dhibhéirseacht amach. Tá tuismitheoirí ag brú níos mó ar son teorainneacha aoise agus srianta (54% i gcoinne 45% de dhéagóirí), arb iad an beart is mó a luaitear ar thaobh na dtuismitheoirí. Éilíonn déagóirí, ina dhiaidh sin, go minic rochtain níos fearr ar thacaíocht mheabhairshláinte (42% i gcoinne 26% de thuismitheoirí), an éagsúlacht is mó idir an dá dhaonra ar an gceist seo. Tacaíonn 32 % go 44 % ar an dá thaobh leis na bearta eile, lena n-áirítear tuilleadh oideachais i scoileanna, feachtais faisnéise níos spriocdhírithe agus tuilleadh faisnéise do thuismitheoirí, gan éagsúlacht mhór. Léiríonn liosta tosaíochta na dtuismitheoirí luamhán ceannasach aonair (teorainneacha aoise), cé go bhfuil liosta na n-ógánach níos cothroime go háirithe, le ceithre bheart idir 42 % agus 48 %, rud a thugann le fios go n-éilíonn déagóirí féin freagairt chuimsitheach seachas freagra aonair.

**C13** Chun feabhas a chur ar fholláine mheabhrach daoine óga ar líne, cé acu de na gníomhartha seo a leanas is mó a mheasann tú a bheith effective? Ar an gcéad dul síos?  
Agus ansin?



(\*) Tá an t-iomlán níos mó ná 100%, toisc go raibh cead ag freagróirí freagraí iolracha a thabhairt.

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

## 7. Sonraíochtaí teicniúla

Idir an 30 Márta agus an 16 Aibreán 2026, rinne Demoscopy an Flais-Eorabharaiméadar 579 seo ar iarratas ón gCoimisiún Eorpach, an Ard-Stiúrthóireacht um Shláinte agus Sábháilteacht Bia (AS SANTE). Is suirbhé é atá á chomhordú ag Ard-Stiúrthóireacht na Cumarsáide (AS COMM 'Tuairim Phoiblí agus Rannpháirtíocht na Saoránach').

Clúdaíonn an Flais-Eorabharaiméadar seo déagóirí (idir 13 agus 18 mbliana d'aois) agus tuismitheoirí a bhfuil leanaí cleithiúnacha acu, i ngach ceann de 27 mBallstát an Aontais. San iomlán, cuireadh 39,047 agallamh i gcrích (26,297 ndéagóir agus 12,750 tuismitheoir) trí Agallamh Gréasáin Ríomhchuidithe (CAWI).

**Líon na n-agallamh in aghaidh na tíre**

|    |                   | An óige | Tuismitheoirí |    |                 | An óige | Tuismitheoirí |
|----|-------------------|---------|---------------|----|-----------------|---------|---------------|
| AE | AE                | 26297   | 12750         | LV | an Laitvia      | 1000    | 500           |
| BE | an Bheilg         | 1016    | 500           | LT | an Liotuáin     | 1000    | 500           |
| BG | an Bhulgáir       | 1000    | 500           | LU | Lucsamburg      | 500     | 250           |
| CZ | Poblacht na Seice | 1000    | 500           | HU | an Ungáir       | 1000    | 500           |
| DK | an Danmhairg      | 1000    | 500           | MT | Málta           | 595     | 250           |
| DE | an Ghearmáin      | 1121    | 500           | NL | an Ísiltír      | 1029    | 500           |
| EE | an Eastóin        | 1000    | 500           | AT | an Ostair       | 1040    | 500           |
| IE | Éire              | 1041    | 500           | PL | an Pholainn     | 1000    | 500           |
| EL | an Ghréig         | 1000    | 500           | PT | an Phortaingéil | 1000    | 500           |
| ES | an Spáinn         | 1052    | 500           | RO | an Rómáin       | 1042    | 500           |
| FR | an Fhrainc        | 1043    | 500           | SI | an tSlóivéin    | 1033    | 500           |
| HR | an Chróit         | 1000    | 500           | SK | an tSlóvaic     | 1000    | 500           |
| IT | an Iodáil         | 1051    | 500           | fi | an Fhionlainn   | 1000    | 500           |
| CY | an Chipir         | 597     | 250           | SE | an tSualainn    | 1137    | 500           |

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga****Corrlach earráide**

Tá torthaí an tsuirbhé faoi réir lamháltais samplála. Leis an 'corrlach earráide', déantar éiginnteacht maidir le toradh suirbhé (nó muinín ann) a chainníochtú. Mar riail ghinearálta, dá mhéad agallamh a rinneadh (méid an tsampla), is ea is lú an lamháil earráide. Táirgfidh sampla 500 lamháil earráide nach mó ná 4.4 pointe céatadáin, agus táirgfidh sampla 1 000 lamháil earráide nach mó ná 3.1 pointe céatadáin.

**Corrlaigh staidrimh i ngeall ar lamháltais samplála**

(ag an leibhéal muiníne 95 %)

|        | tá méideanna samplacha éagsúla i sraitheanna |      |       | Tá torthaí éagsúla faoi deara i gcolúin |       |      |      |
|--------|----------------------------------------------|------|-------|-----------------------------------------|-------|------|------|
|        | 0,05                                         | 0,1  | 0,25  | 0,5                                     | 0,75  | 0,9  | 0,95 |
| n=50   | ±6.0                                         | ±8.3 | ±12.0 | ±13.9                                   | ±12.0 | ±8.3 | ±6.0 |
| n=100  | ±4.3                                         | ±5.9 | ±8.5  | ±9.8                                    | ±8.5  | ±5.9 | ±4.3 |
| n=200  | ±3.0                                         | ±4.2 | ±6.0  | ±6.9                                    | ±6.0  | ±4.2 | ±3.0 |
| n=500  | ±1.9                                         | ±2.6 | ±3.8  | ±4.4                                    | ±3.8  | ±2.6 | ±1.9 |
| n=1000 | ±1.4                                         | ±1.9 | ±2.7  | ±3.1                                    | ±2.7  | ±1.9 | ±1.4 |
| n=1500 | ±1.1                                         | ±1.5 | ±2.2  | ±2.5                                    | ±2.2  | ±1.5 | ±1.1 |
| n=2000 | ±1.0                                         | ±1.3 | ±1.9  | ±2.2                                    | ±1.9  | ±1.3 | ±1.0 |

## **Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

### **Barúlacha**

Tuarascáil spéisiúil, le tagairtí eolaíocha i gcuid de na fonótaí.

Is mór an náire é go bhfuil na fotheidil le haghaidh na léaráidí chomh beag sin (uaireanta 5.4 nó 6.2), ach is maith an rud é go ndéantar iad a fhotheidealú trí theaghráin téacs chuí a úsáid.

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

### 8. Ceistneoir

Modh agallaimh: Ar Líne (CAWI)

Spríocdhaonra: Ógánach (idir 13 agus 18 mbliana d'aois) agus Tuismitheoirí a bhfuil leanaí cleithiúnacha acu

Clúdach: 27 mBallstát de chuid an Aontais

dátaí na hoibre allamuigh: 30 Márta go 16 Aibreán 2026

Méid an tsampla: 39,047 n-agallamh: 26,297 ndéagóir (thart ar 1,000 in aghaidh na tíre) agus 12,750 tuismitheoir (thart ar 500 in aghaidh na tíre)

*Cumhdaíodh na ceisteanna sochdhéimeagrafacha seo a leanas: aois, inscne, réigiún cónaithe, leibhéal oideachais, uirbiú, comhdhéanamh teaghlaigh.*

#### **Ceist A - An Óige (13 – 18 mbliana d'aois)**

*Taithí ar neamhoird mheabhreacha nó fhisiceacha*

#### **C1. Cé acu de na cásanna seo a leanas, más ann dóibh, a tharla duit le 30 lá anuas?**

(Ceann de na hiarratais sin go léir)

(Teoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – Ceann ar bith de na &ampaí thuas; DK = EXCLUSIVE)

1. Gan go leor ama a bheith agat chun bualadh le cairde go pearsanta
2. Gan go leor ama a chaitheamh le do theaghlach
3. Gan go leor ama a bheith agat do do chaitheamh aimsire (mar shampla spóirt, ceol, léitheoireacht nó gníomhaíochtaí eile a thaitníonn leat)
4. Gan go leor ama a bheith agat le haghaidh aclaíochta
5. go bhfuil sé deacair díriú nó fanacht dírithe
6. Ag mothú an-tuirseach nó sáraithe
7. Péine i do chúl, do mhuineál nó do chaol na láimhe
8. Súile tiúnta
9. Tinneas cinn
10. Fadhbanna codlata (mar shampla deacracht ag titim ina chodladh nó gan a bheith ag codladh go maith)
11. Ag ithe níos lú sláinte ná mar is gnách (mar shampla gan béilí a scipeáil nó níos mó bia míshláintiúil a ithe)
12. Substaintí a úsáid (amhail táirgí tobac nó nicitín, alcól nó drugaí)
13. Níl aon cheann de na nithe thuas
14. Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

*U se de scáileáin*

**Q2a. \* Cé mhéad ama ar an meán a chaitheann tú ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) ... san iomlán?**

(Aon Fhreagra Amháin)

Mura n-úsáideann tú Scrúduithe, CINEÁL 0 le haghaidh uaireanta agus 0 le haghaidh miontuairiscí  
Má úsáideann tú Grinnscrúduithe le haghaidh níos lú ná uair amháin, CINEÁL 0 le haghaidh uaireanta agus an líon nóiméad

Mura bhfuil CINEÁL FAISNÉISE in 99 le haghaidh Uaire agus Minicíochtaí

Líon na n-Líon na nóiméad  
uaireanta

An t-am a chaitear ar lá an ghrinnscrúduithe

1. Ar ghnáthlá scoile
2. Deireadh Seachtaine (Dé Sathairn nó Dé Domhnaigh)

*T ime a chaitear ar scáileáin chun críocha éagsúla*

ASK IF Q2 <> 0 NÓ 99

**C3. Ar lá tipiciúil (ó Luan go hAoine), cé mhéad ama ar an meán a chaitheann tú ar scáileáin, do gach ceann díobh seo a leanas?**

(Líne Piaráí Freagartha Amháin – Sonraigh an líon uaireanta a chaitear)

Mura n-úsáideann tú scrúduithe chun an t-úsáid seo a bhaint amach, féach ar 0 le haghaidh uaireanta agus 0 le haghaidh miontuairiscí

Má úsáideann tú Grinnscrúduithe le haghaidh níos lú ná uair amháin, CINEÁL 0 le haghaidh uaireanta agus an líon nóiméad

Mura bhfuil CINEÁL FAISNÉISE in 99 le haghaidh Uaire agus Minicíochtaí

(Teoracha scríbhneoireachta: Líne Piaráí Freagartha Eisiach – Randamach 2 go 5)

Líon na n-uaireanta Líon na nóiméad

Críocha scoile nó obair bhaile

Na meáin shóisialta a úsáid

Aipeanna teachtaireachtaí a úsáid

Ag breathnú ar an teilifís / físeáin / sruthú

Cearrbhachas

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

Féinmheasúnú

**C4. Agus, ar an iomlán, an ndéarfá gurb é ... an méid ama a chaitheann tú [ar scáileáin / ar na meáin shóisialta] in aghaidh an lae?**

(Líne Piaráí Freagróra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: RÉAMHRÁ – RANDOMIZE 1 agus 2)

- An iomarca
- Maidir leis an méid ceart
- Róbheag
- Níl a fhios agam

1. Ar scáileáin
2. Ar na meáin shóisialta

*I mpact na scáileáin*

ASK GACH

**C5. Ar an iomlán, an gceapann tú go bhfuil tionchar dearfach nó diúltach ag scáileáin ar shaol daoine óga d'aois?**

(Aon Fhreagra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. Tionchar an-dearfach
2. Tionchar dearfach ina ionad sin
3. Ní tionchar dearfach ná diúltach
4. Tionchar diúltach ina ionad sin
5. Tionchar an-diúltach
6. Níl a fhios agam

*Cúiseanna leis na Meáin Shóisialta a Úsáid*

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**C6. Cad iad na príomhchúiseanna a n-úsáideann tú na meáin shóisialta? Agus cad iad na cúiseanna eile a úsáideann tú na meáin shóisialta?**

(FREAGRAÍ AMHÁIN FAISNÉISE) - (Treoracha scríbhneoireachta: Tá sé eisiach go fíochmhar – tá 2 iolrach – Randamach 1 TO 8 – DK = Eisiach)

Ag fanacht i dteagmháil le cairde nó le teaghlaigh

- Siamsaíocht
- Ábhar tionchairí nó cruthaitheoirí a leanúint
- An nuacht a leanúint nó faisnéis a bhailiú
- Mé féin a chur in iúl nó ábhar a chomhroinnt
- Páirt a ghlacadh i ndíospóireachtaí grúpa ar líne
- Is maith liom, tráchtanna nó leanúna a fháil
- Cruinniú le daoine nua

Níl aon rud eile le déanamh agam

- Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

1. ar an gcéad dul síos
2. Agus cad iad na cúiseanna eile?

*Measúnú foriomlán ar thionchar na meán sóisialta ar an meabhairshláinte*

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**C7. Ar an iomlán, an ndéarfá go bhfuil tionchar dearfach nó diúltach ag na meáin shóisialta ar d'fholláine mheabhrach (mar shampla do ghiúmar, do leibhéil struis nó an chaoi a mbraitheann tú fút féin)?**

(Aon Fhreagra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. An-dearfach
2. Deimhneach go leor
3. Ní dearfach ná diúltach
4. Diúltach go leor
5. An-diúltach
6. Níl a fhios agam

*Dearcadh i leith taithí dhearfach ar na meáin shóisialta*

(Uirlisí Cur Síos: RANDOMIZE Q8 agus Q9)

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**C8. Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas i ndáil leis an úsáid a bhaineann tú as na meáin shóisialta?**

(Líne Piaráí Freagróra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: Líne PER Freagartha Eisiach - Randamach)

|        |            |          |            |    |
|--------|------------|----------|------------|----|
| Aontaí | Tá sé i    | Tá sé i  | Easaontaím | DK |
| m go   | gceist go  | gceist   | go hiomlán |    |
| hiomlá | n-aontófar | easaontú |            |    |
| n      |            |          |            |    |

Cuidíonn na meáin shóisialta liom a bheith ceangailte le daoine eile

Chuir na meáin shóisialta mothú níos fearr orm

Cuidíonn na meáin shóisialta liom mé féin a chur in iúl

Cabhraíonn na meáin shóisialta liom a bheith níos muiníní

Foghlaimím go leor ar na meáin shóisialta

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

*Dearcadh i leith tionchar diúltach na meán sóisialta ar mheabhairshláinte*

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**C9. Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas maidir leis an úsáid a bhaineann tú as na meáin shóisialta?**

(Líne Piaráí Freagróra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: Líne PER Freagartha Eisiach - Randamach)

| Aontaím go<br>hiomlán | Tá sé i<br>gceist go n-<br>aontófar | Tá sé i<br>gceist<br>easaontú | Easaontaím<br>go hiomlán | DK |
|-----------------------|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|----|
|-----------------------|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------|----|

Is minic a mhothaím imníoch nó imníoch  
mar gheall ar na meáin shóisialta

Agus na meáin shóisialta á n-úsáid  
agam, is gnách liom mé féin a chur i  
gcomparáid le daoine eile

Tá imní orm go gcaillfidh mé amach  
mura bhfuil mé ar líne

Tá deacracht agam díriú ar na meáin  
shóisialta

Is minic a mhothaím go bhfágтар amach  
mé agus mé ag glacadh páirte i bplé ar  
líne

Tá sé deacair dom titim i mo chodladh  
mar gheall ar na meáin shóisialta

Is minic a bhíonn brón orm mar gheall ar  
na meáin shóisialta

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

*Nochtadh do rioscaí ar na meáin shóisialta*

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**Q10. Le 3 mhí anuas, an bhfaca tú nó an bhfaca tú aon cheann díobh seo a leanas agus na meáin shóisialta á n-úsáid agat?**

(Ceann de na hiarratais sin go léir)

(Teoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – DK = ExCLUSIVE)

1. Cibearbhulaíocht nó ciapadh
2. Brú chun caighdeáin áirithe choirp a leanúint
3. Brú ar conas breathnú nó cad atá le ceannach
4. Brú chun pictiúir phearsanta a roinnt
5. Ábhar gnéasaithe nach bhfuil ag teastáil
6. Ábhar foréigneach nach bhfuil ag teastáil
7. Fuathchaint
8. Faisnéis bhréagach nó mhíthreorach
9. Ábhar a ghintear leis an intleacht shaorga a bhí deacair a aithint
10. Cearrbhachas a chur chun cinn
11. Táirgí míshláintiúla a chur chun cinn (amhail alcól agus táirgí bia míshláintiúla)
12. Níl aon cheann díobh seo
13. Níl a fhios agam

*Straitéisí chun dul i ngleic leis an bhfadhb*

ASK IF Q3.2 <> 0 NÓ 99

**C11. An ndéanann tú aon cheann de na rudaí seo a leanas chun do fholláine mheabhrach a chosaint agus na meáin shóisialta á n-úsáid agat?**

(Ceann de na hiarratais sin go léir)

(Teoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – “Ní dhéanfaidh aon ní go háirithe” & “DK” = EXCLUSIVE)

1. Teorainn a chur le mo chuid ama ar líne
2. Glac sosanna ó na meáin shóisialta
3. Ábhar díobhálach nó cuntais dhíobhálacha a thuairisciú
4. Labhair le tuismitheoir, múinteoir nó duine fásta eile
5. Cabhair ghairmiúil a lorg mar chomhairleoir scoile nó síceolaí
6. Aipeanna a mhúchadh nó a scriosadh
7. Fógraí a theorannú
8. Uirlisí ama scáileáin a úsáid
9. Eile
10. Níl, ní dhéanaim aon rud
11. Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

*Ról daoine fásta*

ASK GACH

**C12. An gceapann tú go ndéanann gach ceann de na nithe seo a leanas go leor chun folláine mheabhrach daoine óga a chosaint ar líne?**

(Líne Piaráí Freagróra Amháin)

(Teoracha scríbhneoireachta: Líne PER Freagartha Eisiach - Randamach)

- Tá, cinnte
- Tá, go pointe áirithe
- Níl, ní i ndáiríre
- Níl, níl ar chor ar bith
- Níl a fhios agam / B'fhearr liom gan a rá

1. Tuismitheoirí nó gaolta
2. Scoileanna nó múinteoirí
3. Ardáin na meán sóisialta
4. Údaráis phoiblí

*An beart is éifeachtaí chun daoine óga a chosaint*

**C13. Chun feabhas a chur ar fholláine mheabhrach daoine óga ar líne, cé acu de na gníomhaíochtaí seo a leanas is éifeachtaí dar leat? ar an gcéad dul síos? Agus ansin?**

(Teoracha scríbhneoireachta: "Agus ansin: MAX 2' – RANDOMIZED – ar an gcéad dul síos = EXCLUSIVE / Ceann ar bith díobh seo / DK =

Neamhghnách)

- Breis oideachais i scoileanna
- Na rialacha atá ann cheana a chur chun feidhme ar bhealach níos fearr ar ardáin na meán sóisialta
- Teorainneacha nó srianta breise aoise
- Tuilleadh eolais do thuismitheoirí
- Rochtain níos fearr ar thacaíocht mheabhairshláinte
- Feachtais faisnéise níos spriocdhírithe do dhaoine óga
- Níl aon cheann díobh seo
- Níl a fhios agam

1. ar an gcéad dul síos
2. Agus ansin?

## Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga

Ceisteanna comhthéacsúla eile a d'fhéadfadh a bheith ann

*Aois nuair a thosaigh tú ag úsáid na meán sóisialta*

### **DX1. Cén aois a thosaigh tú ag úsáid na meán sóisialta?**

(Aon Fhreagra Amháin)

(Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. Roimh 10 mbliana d'aois
2. 10 mbliana d'aois
3. 11 bhliain d'aois
4. 12 bhliain d'aois
5. 13 bliana d'aois
6. 14 bliana d'aois
7. 15 bliana d'aois
8. 16 bliana d'aois
9. 17 mbliana d'aois
10. 18 mbliana d'aois
11. Ní bhainim úsáid as na meáin shóisialta
12. Níl a fhios agam

## **CEISTNAIRE B – Tuismitheoirí déagóirí idir 13 agus 18 mbliana d'aois**

### **Scáileáin a úsáid**

#### **ASK GACH**

*Taithí ar neamhoird mheabhracha nó fhisiceacha*

### **C1. Cé acu de na cásanna seo a leanas, más ann dóibh, ar thug tú faoi deara go raibh do leanbh ag tarlú le 30 lá anuas?**

(LECT GACH IARRATAS A DHÉANAMH) (Treoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – 'Níl aon cheann de na nithe thuas' & 'Níl a fhios agam' = EXCLUSIVE)

1. Gan go leor ama a bheith agat chun bualadh le cairde go pearsanta
2. Gan go leor ama a chaitheamh leis an teaghlach
3. Gan go leor ama a bheith acu do chaitheamh aimsire (mar shampla spóirt, ceol, léitheoireacht nó gníomhaíochtaí eile a thaitníonn leo)
4. Gan go leor ama a bheith agat le haghaidh aclaíochta
5. go bhfuil sé deacair díriú nó fanacht dírithe
6. Ag mothú an-tuirseach nó sáraithe
7. Péine ina ndroim, ina muineál nó ina chaol na láimhe
8. Súile tiúnta
9. Tinneas cinn
10. Fadhbanna codlata (mar shampla deacracht ag titim ina chodladh nó gan a bheith ag codladh go maith)
11. Ag ithe níos lú sláinte ná mar is gnách (mar shampla gan béilí a scipeáil nó níos mó bia míshláintiúil a ithe)
12. Substaintí a úsáid (amhail táirgí tobac nó nicitín, alcól nó drugaí)
13. Níl aon cheann de na nithe thuas
14. Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

**C2. \* Cé mhéad ama a mheasann tú a chaitheann do leanbh ar scáileáin (fón cliste, ríomhaire, táibléad, teilifís, consól cearrbhachais san áireamh) ... san iomlán?**

*(Líne Piaráí Freagróra Amháin)*

*Más rud é nach n-úsáideann do leanbh aon ghrinnskrúduithe, CINEÁL 0 le haghaidh uaireanta agus 0 le haghaidh miontuairiscí*

*Más rud é go n-úsáideann do leanbh grinnskrúduithe le haghaidh níos lú ná uair amháin, CINEÁL 0 le haghaidh uaireanta agus an líon nóiméad*

*Mura bhfuil CINEÁL FAISNÉISE in 99 le haghaidh Uaire agus Minicíochtaí*

Líon na n-uaireanta      Líon na nóiméad

An t-am a chaitear ar lá an ghrinnskrúduithe

1. Ar ghnáthlá scoile
2. Deireadh Seachtaine (Dé Sathairn nó Dé Domhnaigh)

**Féinmheasúnú**

**C3. Agus, ar an iomlán, an ndéarfá gurb é ... an méid ama a chaitheann do leanbh [ar scáileáin / ar na meáin shóisialta] in aghaidh an lae?**

*(Líne PER AMHÁIN FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: RÉAMHRÁ – RANDOMIZE 1 agus 2)*

- An iomarca
  - Maidir leis an méid ceart
  - Róbheag
  - Níl a fhios agam
1. Ar scáileáin
  2. Ar na meáin shóisialta

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

**Tionchar foriomlán na scáileán**

**ASK GACH**

**C4. Ar an iomlán, an dóigh leat go mbíonn tionchar dearfach nó diúltach ag scáileáin ar shaol daoine óga in aois do linbh?**

(AMH FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. Tionchar an-dearfach
2. Tionchar dearfach ina ionad sin
3. Ní tionchar dearfach ná diúltach
4. Tionchar diúltach ina ionad sin
5. Tionchar an-diúltach
6. Níl a fhios agam

**Leibhéal imní**

**ASK GACH**

**C5. An bhfuil imní ort nó nach bhfuil imní ort faoi gach ceann de na gnéithe seo a leanas d'úsáid scáileáin do linbh?**

(Líne PER FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Líne Piaráí Freagartha Eisiach – Randamaithe)

| An-ábhartha | Ábhartha go cóir | Ní bhaineann sé go mór leis | Ní bhaineann sé le hábhar ar chor ar bith | DK |
|-------------|------------------|-----------------------------|-------------------------------------------|----|
|-------------|------------------|-----------------------------|-------------------------------------------|----|

An baol go mbeidh do leanbh neamhchosanta ar ábhar díobhálach nó míchuí ar líne

Tionchar úsáid an scáileáin ar chodladh do linbh

Tionchar na húsáide scáileáin ar fheidhmíocht do pháiste sa scoil

An baol go ndéanfaidh strainséirí teagmháil le do leanbh ar líne

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

**Úsáid na meán sóisialta**

**ASK GACH**

**Labhraímid go sonrach anois faoi na meáin shóisialta.**

**DX1. Chomh fada agus is eol duit, an mbaineann do leanbh úsáid as na meáin shóisialta?**

(AMH FREAGRAAMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. Tá, go rialta
2. Tá, ó am go chéile
3. Níl
4. Níl a fhios agam

*Comhthéacsúil – ceist scagaire do rannóg na meán sóisialta*

ASK Q6 IF DX1 = 1 nó 2

Measúnú foriomlán ar thionchar na meán sóisialta ar an meabhairshláinte

**C6. Ar an iomlán, an ndéarfá go bhfuil tionchar dearfach nó diúltach ag na meáin shóisialta ar fholláine do linbh (mar shampla a ghiúmar, a leibhéil struis nó a bhféinmheas)?**

(AMH FREAGRAAMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. An-dearfach
2. Deimhneach go leor
3. Ní dearfach ná diúltach
4. Diúltach go leor
5. An-diúltach
6. Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

(Uirlisí Cur Síos: RANDOMIZE Q7 agus Q8)

**ASK Q7 IF DX1 = 1 nó 2**

***Taithí dhearfach a fuarthas ar na meáin shóisialta***

**C7. Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas maidir leis an úsáid a bhaineann do leanbh as na meáin shóisialta?**

(Líne PER FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Líne Píaráí Freagartha Eisiach – Randamaithe)

|  | Aontaím go hiomlán | Tá sé i gceist go n-aontófar | Tá sé i gceist easaontú | Easaontaí m go hiomlán | DK |
|--|--------------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|----|
|--|--------------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|----|

Cabhraíonn na meáin shóisialta le mo leanbh a bheith ceangailte le daoine eile

Is cosúil go bhfuil mo leanbh i giúmar níos fearr agus iad ag úsáid na meán sóisialta

Cuidíonn na meáin shóisialta le mo leanbh iad féin a chur in iúl

Foghlaimíonn mo leanbh go leor ar na meáin shóisialta

***Tionchair dhiúltacha a mheastar a bheith ag na meáin shóisialta ar an meabhairshláinte***

**ASK Q8 IF DX1 = 1 nó 2**

**C8. Cá mhéad a aontaíonn tú nó nach n-aontaíonn tú leis na ráitis seo a leanas maidir leis an úsáid a bhaineann do leanbh as na meáin shóisialta?**

(Líne PER FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Líne Píaráí Freagartha Eisiach – Randamaithe)

|  | Aontaím go hiomlán | Tá sé i gceist go n-aontófar | Tá sé i gceist easaontú | Easaontaí m go hiomlán | DK |
|--|--------------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|----|
|--|--------------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|----|

Is minic a bhraitheann mo leanbh faoi strus nó imní mar gheall ar na meáin shóisialta

Agus na meáin shóisialta á n-úsáid agam, bíonn claonadh ag mo leanbh iad féin a chur i gcomparáid le daoine eile

Tá imní ar mo leanbh go gcaillfidh siad amach mura bhfuil siad ar líne an t-am ar fad

Tá deacracht ag mo leanbh díriú mar gheall ar na meáin shóisialta

Bíonn sé deacair ar mo leanbh titim ina chodladh mar gheall ar na meáin

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**  
shóisialta

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

***Taithí dhiúltach ar líne an linbh***

**ASK Q9a IF DX1 = 1 nó 2**

**Q9a. Ar tháinig do leanbh chugat riamh, nó ar aimsigh tú riamh, go raibh eispéireas diúltach ag do leanbh ar líne?**

*(ANSWERS AMHÁIN IARRATASACH) (Treoracha scríbhneoireachta: IOMLÁN - NÍL / DK = Eisceachtúil)*

1. Sea, d'inis mo leanbh dom faoi
2. Sea, d'inis duine eile dom faoi
3. Sea, fuair mé amach é mé féin
4. Níl
5. Níl a fhios agam

**ASK Q9b IF Q9a = 1, 2 nó 3**

**Q9b. Cad a rinne tú nuair a tháinig tú ar an eolas go raibh taithí dhiúltach ag do leanbh ar líne?**

*(SELECT GACH IARRATAS A DHÉANAMH) (Treoracha scríbhneoireachta: IOMLÁN – ‘Níl a fhios agam’ = IOMLÁN)*

1. Phléigh mé an scéal le mo mhac
2. Choigeartaigh mé rialacha nó maoirseacht ar ghníomhaíochtaí ar líne
3. Thuairiscigh mé an cheist ar an ardán nó ar an suíomh Gréasáin
4. Chuaigh mé i dteagmháil le húdarás poiblí
5. Lorg mé comhairle ó chairde, ó theaghlaigh nó ó ghairmithe
6. Ní dhearna mé aon rud go háirithe
7. Eile
8. Níl a fhios agam

***Nochtadh do rioscaí ar na meáin shóisialta***

**ASK Q9c IF DX1 = 1 nó 2**

**Q9c. Le 3 mhí anuas, an bhfaca nó an bhfaca do leanbh aon cheann de na nithe seo a leanas agus na meáin shóisialta á n-úsáid agat?**

*(SELECT GACH IARRATAS A DHÉANAMH) (Treoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – ‘Níl aon cheann díobh seo’ & ‘Níl a fhios agam’ = EXCLUSIVE)*

1. Cibearbhulaíocht nó ciapadh
2. Brú chun caighdeáin áirithe choirp a leanúint
3. Brú ar conas breathnú nó cad atá le ceannach
4. Brú chun pictiúir phearsanta a roinnt
5. Ábhar gnéasaithe nach bhfuil ag teastáil
6. Ábhar foréigneach nach bhfuil ag teastáil
7. Fuathchaint
8. Faisnéis bhréagach nó mhíthreorach
9. Ábhar a ghintear leis an intleacht shaorga a bhí deacair a aithint
10. Cearrbhachas a chur chun cinn
11. Táirgí míshláintiúla a chur chun cinn (amhail alcól agus táirgí bia míshláintiúla)
12. Níl aon cheann díobh seo

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

13. Níl a fhios agam

***Idirghabháil tuismitheoirí agus straitéisí déileála***

**ASK Q10 IF DX1 = 1 nó 2**

**Q10. An ndéanann tú aon cheann díobh seo a leanas chun folláine mheabhrach do linbh a chosaint nuair a úsáideann siad na meáin shóisialta?**

*(SELECT GACH IARRATAS A DHÉANAMH) (Teoracha scríbhneoireachta: MULTIPLE – RANDOMIZED – ‘Ní dhéanfaidh aon ní go háirithe’ & ‘Níl a fhios agam’ = IOMLÁN)*

- a. Teorainn a chur lena gcuid ama ar líne
- B. Spreag iad chun sosanna a ghlacadh ó na meáin shóisialta
- c. Ábhar díobhálach nó cuntais dhíobhálacha a thuairisciú
- d. Labhair leo faoina dtaithí ar líne
- e. Ábhar díobhálach nó cuntais dhíobhálacha a thuairisciú
- f. Cabhair ghairmiúil a lorg mar chomhairleoir scoile nó síceolaí
- g. Aipeanna a mhúchadh nó a scriosadh
- h. Teorainn a chur le fógraí ar a ngléasanna
- i. Úsáid uirlisí rialaithe ama scáileáin nó tuismitheoirí
- j. Eile
- k. Ní dhéanfaidh aon ní go háirithe
- l. Níl a fhios agam

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

**Cumarsáid faoi eispéiris ar líne**

**ASK Q11 IF DX1 = 1 nó 2**

**C11. Cé chomh minic a labhraíonn tú le do leanbh faoi na rudaí a dhéanann siad nó a bhfuil taithí acu orthu ar na meáin shóisialta?**

*(AMH FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)*

1. Gach lá nó beagnach gach lá
2. Cúpla uair sa tseachtain
3. Uair nó dhó sa tseachtain
4. Uair nó dhó sa mhí
5. Níos lú go minic
6. Riamh
7. Níl a fhios agam

**Ról na ngníomhaithe**

**ASK GACH**

**C12. An gceapann tú go ndéanann gach ceann de na nithe seo a leanas go leor chun folláine mheabhrach daoine óga a chosaint ar líne?**

*(Líne PER FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Líne Piaráí Freagartha Eisiach – Randamaithe)*

|  | Tá, cinnte | Tá, go pointe áirithe | Níl, ní i ndáiríre | Níl, níl ar chor ar bith | DK |
|--|------------|-----------------------|--------------------|--------------------------|----|
|--|------------|-----------------------|--------------------|--------------------------|----|

Tuismitheoirí nó gaolta

Scoileanna nó múinteoirí

Ardáin na meán sóisialta

Údaráis phoiblí

**Na bearta is éifeachtaí chun daoine óga a chosaint**

**C13. Chun feabhas a chur ar fholláine mheabhrach daoine óga ar líne, cé acu de na gníomhaíochtaí seo a leanas is éifeachtaí dar leat? ar an gcéad dul síos? Agus ansin?**

**Tionchar an iomarca ama scáileáin agus na meán sóisialta ar mheabhairshláinte daoine óga**

*Treoracha scrípteála: “Agus ansin: MAX 2’ – RANDOMIZED – ar an gcéad dul síos = EXCLUSIVE / DK = EXCLUSIVE)*

- Breis oideachais i scoileanna
- Na rialacha atá ann cheana a chur chun feidhme ar bhealach níos fearr ar ardáin na meán sóisialta
- Teorainneacha nó srianta breise aoise
- Tuilleadh eolais do thuismitheoirí
- Rochtain níos fearr ar thacaíocht mheabhairshláinte
- Feachtais faisnéise níos spriocdhírithe do dhaoine óga
- Níl aon cheann díobh seo
- Níl a fhios agam

1. ar an gcéad dul síos
2. Agus ansin?

**Ceisteanna comhthéacsúla breise**

**ASK GACH**

**DX2. Chomh fada agus is eol duit, cén aois a thosaigh do leanbh ag úsáid na meán sóisialta?**

(AMH FREAGRA AMHÁIN) (Treoracha scríbhneoireachta: Neamhghnách)

1. Roimh 10 mbliana d’aois
2. 10 mbliana d’aois
3. 11 bhliain d’aois
4. 12 bhliain d’aois
5. 13 bliana d’aois
6. 14 bliana d’aois
7. 15 bliana d’aois
8. 16 bliana d’aois
9. 17 mbliana d’aois
10. 18 mbliana d’aois
11. Ní úsáideann mo leanbh na meáin shóisialta
12. Níl a fhios agam