



ALKALMAZOTT PSZICHOLÓGIA

2016/2

AZ ALKALMAZOTT PSZICHOLÓGIA ALAPÍTVÁNY FOLYÓIRATA

ALKALMAZOTT PSZICHOLÓGIA

2016/2

AZ ALKALMAZOTT PSZICHOLÓGIA ALAPÍTVÁNY – APA – FOLYÓIRATA

Alapítás éve: 1998

Megjelenik a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem,
az Eötvös Loránd Tudományegyetem
és a Debreceni Egyetem együttműködésének keretében,
a Magyar Tudományos Akadémia támogatásával.

A szerkesztőbizottság elnöke

Prof. dr. Hunyady György
E-mail: hunyady.gyorgy@ppk.elte.hu

Szerkesztőbizottság

Demetrovics Zsolt	Faragó Klára
Jekkelné Kósa Éva	Juhász Márta
Kalmár Magda	Katona Nóra
Király Ildikó	Kiss Enikő Csilla
Molnárné Kovács Judit	N. Kollár Katalin
Münnich Ákos	Szabó Éva
Urbán Róbert	

Főszerkesztő

Szabó Mónika
E-mail: szabo.monika@ppk.elte.hu

A szerkesztőség címe

ELTE PPK Pszichológiai Intézet
1064 Budapest, Izabella u. 46.

Nyomdai előkészítés

ELTE Eötvös Kiadó
E-mail: info@eotvoskiado.hu

Kiadja

az ELTE PPK dékánja
ISSN 1419-872 X

TARTALOM

Pozitív fejlődés? – A közép- és késő serdülőkori életszakasz nehézségei a XXI. század elején. Szerkesztői előszó.....	7
<i>Szabó Éva</i>	
A pozitív fiatalkori fejlődés elmélete és modelljei	9
<i>Kőrössy Judit</i>	
Az internetes kapcsolatokban való nyitottság összefüggése az észlelt társas támasszal és az énhatékonysággal	19
<i>Jámbori Szilvia – Horváth M. Tünde – Harsányi Szabolcs Gergő</i>	
„Nem szeretném megoldani.” A kortársi problémák megoldásával kapcsolatos negatív orientáció vizsgálata serdülők körében	37
<i>Kasik László</i>	
A felelősségérzet koncentrikus szerkezetének vizsgálata középiskolások körében	53
<i>Szabó Éva – Kékesi Márk</i>	
A kapunyitási pánik vizsgálata a megküzdési módok és a szorongás függvényében	69
<i>Leist Balogh Brigitta – Jámbori Szilvia</i>	
Lelki ellenálló képesség és társas megismerés az információs társadalomban. A lezárás iránti igény, a reziliencia és a szorongás összefüggéseinek vizsgálata magyar egyetemista mintán	91
<i>Porpáczki Júlia – Harsányi Szabolcs Gergő – Csabai Márta</i>	

TEMATIKUS SZÁM

**POZITÍV FEJLŐDÉS?
A KÖZÉP- ÉS KÉSŐ SERDÜLŐKORI
ÉLETSZAKASZ NEHÉZSÉGEI
A XXI. SZÁZAD ELEJÉN**

POZITÍV FEJLŐDÉS? – A KÖZÉP- ÉS KÉSŐ SERDÜLŐKORI ÉLETSZAKASZ NEHÉZSÉGEI A XXI. SZÁZAD ELEJÉN

SZERKESZTŐI ELŐSZÓ



SZABÓ Éva

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet

eva.szabo@psy.u-szeged.hu

Tematikus kötetünk középpontjában a serdülőkor középső és késői szakaszának néhány pszichológiai aspektusa áll. Az itt csokorba szedett tanulmányok részben egy komplex kutatás anyagára épülnek,¹ melynek eredeti célkitűzése az volt, hogy feltárja azokat a jellemzőket, amelyek segíthetik vagy gátolhatják a serdülőket abban, hogy életük e fontos és kritikus szakaszából „győztesen” kerüljenek ki, és boldog, elégedett életet élő felnőttekké váljanak. Később ezekhez csatoltunk még három másik tanulmányt, amely hasonló kérdésekre keresi a választ, de már kissé konkrétabb problémák szintjén. Ezeknek a lazán összefűzött, ugyanakkor egymáshoz jól kapcsolódó kutatásokat bemutató írásoknak ad kifejezetten tág, de mégis jól alkalmazható elméleti keretet *Kőrössy Judit* bevezető tanulmánya, amelyben áttekinti a pozitív fiatalkori fejlődés elméleti kereteit, fontosabb jellemzőit és három modelljét. A modellek számos közös vonással bírnak, melyben a legnagyobb hangsúlyt egyrészt a fiatalok saját fejlődésükben vállalt aktív szerepének megjelenítése, másrészt a fiatal és a környezete közötti szoros, dinamikus kapcsolat jelentőségén van.

A társas környezettel való kapcsolattartás a XXI. században nagymértékben áttevődött az online térbe. Az interneten való önfeltárás és annak pszichológiai korrelátumai képezik *Jámbori, Horváth* és *Harsányi* tanulmányának központi kérdését is. Szegedi reprezentatív mintán végzett kutatásukban rámutatnak, hogy az énfeltárás az internetes térben jellegzetes életkori mintázatot követ, és erősen összefügg olyan jellemzőkkel, mint az énhatékonyság és a társas támogatáskeresés. Ez utóbbi igény különösen erősen jelenik meg a lányok esetében.

A társas kapcsolatok fennmaradása, működése azonban erősen függ attól, hogy az emberek képesek-e megoldani a kapcsolatokban törvényszerűen felmerülő személyközi problémákat.

¹ A kutatás „A fiatalok biztonságkereső stratégiái az információs társadalomban” című projekt keretében zajlott, amelyet a TÁMOP-4.2.1/B-09/1/KONV-2010-0005 pályázat finanszírozott.

Ezt a kérdést vizsgálja *Kasik László* egy longitudinális kutatás keretében, melynek kvalitatív adataival összefüggő eredményeit adja közre jelen tanulmányban. Elemzésének eredményeként rámutatott arra, hogy a negatív problémamegoldási orientáció (megoldáskerülés) erőteljesen összefügg az énhatékonyság érzés hiányával és azzal, hogy a serdülő racionálisan nem látja értelmét annak, hogy foglalkozzon az adott probléma megoldásával.

A problémák elhárítása a felelősség elhárítását is implicálja. A pozitív fiatalkori fejlődés egyik fontos feltétele, hogy a szocializációs folyamat során kialakuljon a felelősségvállalás képessége. Az egyéni, társas és globális szinten megélt felelősségérzet egy lehetséges modelljét állította fel *Szabó és Kékesi*, melynek vizsgálatát elvégezték szegedi középiskolások reprezentatív mintáján. Kutatásuk eredménye azt mutatja, hogy a felelősségérzet koncentrikus modellje megállja a helyét. A diákok legerősebb felelősséget saját magukért érznek, ennél kicsit kevesebb felelősséget élnek meg a közvetlen társas környezetükben zajló eseményekért. A legkisebb mértékű felelősséget pedig a tágabb, globális környezet kapcsán élnek át.

A felelősségérzet növekedése a fejlődéssel párhuzamosan egyre erősebb elvárásként nehezedik a fiatalokra. Különösen igaz ez a fiatal felnőttekre, akik saját sorsuk alakításának felelősségével is szembesülnek tanulmányaik végéhez közeledve. Ez is része lehet annak a krízisnek, amelyet kutatásukban *Leiszt és Jámbori* vizsgáltak. A szakirodalomban kapunyitási pániknak nevezett jelenség egyes elemeit feltáró munkájukban rámutattak, hogy a szorongásnak és a megküzdési stratégiáknak meghatározó szerepe van a krízis kialakulásában és megoldásában. Eredményeik rámutattak, hogy a proaktív megküzdés erős védőfaktor lehet e krízissel szemben.

A szorongás és a nehéz élethelyzetekben mutatott ellenálló képesség vizsgálata áll *Porpácsi, Harsányi és Csabai* tanulmányának középpontjában is. Kutatásukban fiatal felnőttek megismerési, döntéshozási jellemzőit és szorongását vizsgálták, mint a rugalmas ellenállás lehetséges tényezőit. Úgy találták, hogy az erősebb reziliencia nyitottabb információfeldolgozási és döntéshozatali folyamatokkal, valamint bizonytalanságtűrőbb és erősebb döntési preferenciával jár együtt, ami csökkentheti a megélt szorongást, javítva ezzel a fiatal felnőtt életminőségét.

Jelen tematikus egységben bemutatott kutatások, bár egymástól részben független munkákra épülnek, de abban a tekintetben egybehangzó eredményeket hoztak, hogy az egyéni jellemzők vizsgálata, azon belül is az énhatékonyság, megküzdés, problémamegoldási és gondolkodási attitűdök meghatározó szerepet játszanak a serdülőkor pozitív kimenetelének elérésében, mely jellemzőket alapvetően a szocializációs környezet formálja. Ez utóbbi vizsgálata pedig elengedhetetlen ahhoz, hogy teljesebb képet kapjunk ennek a kritikus fejlődési szakasznak minél mélyebb megértéséhez, a pozitív fiatalkori fejlődés elősegítéséhez.

A POZITÍV FIATALKORI FEJLŐDÉS ELMÉLETE ÉS MODELLJEI



KÓRÓSSY Judit

judit.korossy@psy.u-szeged.hu

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A tanulmány célja, hogy bemutassa a pozitív fiatalkori fejlődés elméleti kereteit, fontosabb jellemzőit és három modelljét. *Módszerek:* A pozitív fiatalkori fejlődés megközelítéseinek kulcsjellemzői és három modellje kerülnek áttekintésre. *Eredmények:* Az elmélet lényeges téziseinek bemutatása kiemeli, hogy a serdülők képesek kialakítani és fejleszteni az erősségeiket, kompetenciáikat a felnőttkorba való átmenet során. A fiatalok aktívan szabályozzák saját fejlődésüket, amelynek során nemcsak a saját kibontakozásukhoz járulnak hozzá, hanem a közösség és a társadalom fejlődéséhez is. A pozitív fiatalkori fejlődés modelljei közül az 5 C modell, a Fejlődési források, a Kezdeményezés megközelítés ismerhető meg részletesen. *Következtetések:* A modellek különbségei ellenére az erősségekkel és a környezeti forrásokkal kapcsolatos tartalmi hasonlóságok jelentősnek tűnnek. A pozitív fiatalkori elmélet és a hozzá kapcsolódó gyakorlat igazolásához szükség lenne kultúrközi vizsgálatokra.

Kulcsszavak: pozitív fiatalkori fejlődés, kompetenciák, fejlődési források

BEVEZETÉS

MIT JELENT A POZITÍV FIATALKORI FEJLŐDÉS KIFEJEZÉS?

Damon (2004) azzal kezdi sokat idézett cikkét, hogy minden gyereknek van tehetsége, erőssége és érdeklődése, ami a sikeres jövő lehetőségét biztosítja a számára. A pozitív

fiatalkori fejlődés (*positive youth development*) szemléletmódja a gyermek- és serdülőkori képességek és erősségek változását vizsgálja, valamint azt, hogy milyen feltételek szükségesek a sikeres fejlődéshez, a kibontakozáshoz vagy növekedéshez (*thriving*).

Az 1990-es évektől megjelenő irányzat olyan különböző tudományterületek eredményeit integrálja, mint a fejlődéslelektan,

orvostudomány, közegészségügy, szociológia, szociális munka, oktatásügy. A határozottan fejlődéslélektani szemléletű megközelítés egyszerre elmélet és alkalmazásmód is. Elsősorban a fiatalok pozitív fejlődési kimenetelének feltételeit, kontextusát kívánja elősegíteni és támogatni, amelynek során a fiatal a saját fejlődésében aktívan és szándékosan részt vevő személyt definiálja.

A pozitív fejlődési eredmény definiálásakor és vizsgálatokor az a gondolat került a középpontba, hogy minden serdülőnek van lehetősége a pozitív fejlődésre, a felnőttkorba való átmenet sikeres megvalósítására. A pozitív fejlődés kifejezés azt jelenti, hogy a fiatal – megfelelő környezeti feltételek esetén – képes kialakítani és fejleszteni belső erősségeit, képességeit és kiaknázni fejlődési lehetőségeit. Az új szemlélet arra irányul, hogy a gyerekek és serdülők fejlődését a produktív aktivitás során értse meg, és ne a sérült gyerekek problémás viselkedése és annak korrekciója, terápiája álljon a figyelem központjában (Damon, 2004). Ez a szemléletmód szembe megy azzal a korábbi felfogással, amely a serdülőkort viharos és feszültséggel teli korszaknak látta, és amely elsősorban a fiatalok nehéz alkalmazkodását, problémás és kockázatos viselkedését hangsúlyozta (Damon, 2004; Lerner et al., 2005a).

A pozitív fiatalkori pszichológia új koncepciót fogalmaz meg a serdülőkről. Ez a szemlélet elismeri a fejlődési kihívásokat és nehézségeket, de a fejlődést nem úgy koncipiálja, mint a hiányok és a kockázatok legyőzését. Ehelyett a fiatalot képességekkel rendelkező, folyamatosan exploráló, kompetens személynek tartja, aki lényegesen hozzá tud járulni a környezetének fejlődéséhez (Damon, 2004). Az új szemlélettel egy új szótár is megjelent, amely tartalmazza például a következő szavakat és kifejezéseket:

„erősségek, fejlődési forrás, állampolgári részvétel, kibontakozás” (Lerner et al., 2005b: 20).

A pozitív fiatalkori fejlődés elmélete a fejlődési rendszer elmélet keretei között formálódott, és így hangsúlyozza az emberi fejlődést szabályozó különböző szerveződési szintek dinamikus és szisztematikus kapcsolatát. Az egyén és környezete közötti, kétirányú és kölcsönösen ható kapcsolatot jelölik a következő módon: egyén ↔ kontextus (Lerner et al., 2005b). Ez a kapcsolat szabályozza, irányítja az egyén fejlődésének pályáját: sebességét, irányát, eredményét (Lerner, Lerner és Benson, 2011). Ebben a felfogásban plasztikus az egyén, akinek a fejlődését befolyásolja a sokféle környezeti hatás (biológiai, pszichológiai, környezeti, történelmi), és az ezekkel kapcsolatba kerülő egyén maga. Az egyén és a környezet közötti kölcsönösen előnyös kapcsolat teszi lehetővé az adaptív fejlődésszabályozást, melynek során az egyén aktívan szabályozza a saját fejlődését. Akkor adaptív a fejlődésszabályozás, ha egyensúly alakul ki az egyén kapacitása és erősségei, illetve a fejlődést segítő társas hatások között, amelynek során egészséges, pozitív egyéni és társadalmi fejlődés jöhet létre (Lerner et al., 2005b; Benson, Scales, Hamilton és Sesma, 2006; Bowers et al., 2015). A pozitív fiatalkori fejlődés fogalmát tesztelő vizsgálatok azt a feltételezést fogalmazták meg, hogy ha a fiatalok erősségei (pl. iskolai elköteleződés, elvárások, célok) támogató családi, iskolai, közösségi forrásokkal találkoznak, akkor a fiatalok fejlődése, kibontakozása optimális lesz, ezáltal a környezetük fejlődéséhez is hozzájárulnak, sőt a kockázatos, deviáns viselkedés is kevésbé lesz valószínű (Lerner, Lerner és Benson, 2011).

A pozitív fiatalkori fejlődés szemléletében a fejlődési rendszer elmélet mellett a re-

zilienciakutatások eredményei is felefedezhetők olyan szakkifejezések mentén, mint kitartás, remény, célirányultság, sikerorientáció, teljesítménymotiváció, hit a jövőben, koherenciaérzés. A nehézségek és hátrányok legyőzésére alkalmas képességek vizsgálata mögött viszont mégis egy olyan szemlélet húzódik meg, amely a fejlődéssel kapcsolatos veszélyt és stressztényezőket hangsúlyozza. A rezilienciakutatások a sikeres fejlődést tehát a kedvezőtlen fejlődéssel szemben határozzák meg, és nem úgy fogják fel, mint ami a kihívásokra adott normális alkalmazkodás, így nem tud átfogó, univerzális modellt adni a fiatalkori fejlődésről (Damon, 2004).

A pozitív fiatalkori fejlődésnek többféle modellje jött létre, de a következő központi gondolatok hasonlóknak tűnnek az eltérő koncepciókban (Benson, Scales, Hamilton és Sesma, 2006). Minden fiatalnak inherens kapacitása van a pozitív fejlődésre, ami akkor valósulhat meg, ha a fiatal beágyazódik a fejlődését segítő környezetbe, kapcsolatokba és kontextusokba, sőt ezekben aktívan részt vesz. A közösségi támogatás és részvétel minden fiatalnak lehetőséget biztosít kibontakozásra, a képességek kiteljesítésére, de a támogatás stratégiája és taktikája a fiatal társadalmi helyzetétől függően változhat. A közösség működőképes és kritikus közvetítője a pozitív fejlődésnek, a fiatalok pedig a legfontosabb szereplői a saját fejlődésüknek, és fontos forrásai a kibontakozást segítő kapcsolatok kialakításának.

A következőkben három olyan modell kerül bemutatásra, amely az előbbi gondolatok mentén hasonlóságot mutat, de különbözik abban, hogy milyen erősségeket és képességeket emel ki a sikeres serdülőkori fejlődés folyamatában, továbbá hogy milyen feltételeket lát fontosnak a kibontakozás során.

A POZITÍV FIATALKORI FEJLŐDÉS MODELLJEI

Az „5 C modell”

Részben korábbi eredményekre támaszkodva a 2000-es évek elején kialakult a pozitív fiatalkori fejlődés 5 C modellje. Az öt c betűvel kezdődő fogalom (*competence, confidence, caring, connection, character*) mindegyike több mentális, szociális és viselkedéses elemet tartalmaz, és ez az öt fogalom együtt megtestesíti a pozitív fiatalkori fejlődést, tehát a sikeres alkalmazkodást, a személyiség és a belső erőforrások kibontakozását (Lerner et al., 200b5). A pozitív fejlődés következménye a hozzájárulás (*contribution*), ami a hatodik c betűs fogalom Lerner modelljében. Ez azt jelenti, hogy a kibontakozás egyik eredménye a társadalom fejlődéséhez való hozzájárulás lehet. Másik sikeres fejlődési eredmény a kockázatos és problémás viselkedés hiánya, illetve ritka és gyenge megjelenése. Az öt pszichológiai konstrukció akkor fejlődhet a legjobban, ha a serdülő olyan képességeket építő közösségben vesz részt, ahol a felnőtt-serdülő kapcsolat pozitív, hosszan tartó, és ahol vagy vezetőként, vagy tagként a fiatal maga is hozzájárulhat a közösség értékes aktivitásához (Lerner et al., 2005a). A *kompetencia* kategória tartalmazza a megfelelő társas (pl. társas konfliktus megoldás), kognitív (pl. döntéshozás), iskolai (pl. jó tanulmányi előmenetel) és pályaválasztási (pl. pályaválasztási lehetőségek feltérképezése) képességeket. Az *önbizalom* azt a globális pozitív önértékelést, önértékelést és énhatékonyt jelenti, ami feltétele a kezdeményezésnek, aktivitásnak, a sikeres társas kapcsolatoknak. A *gondoskodás* a másokkal kapcsolatos szimpátia és empátia képességét fedi le, míg a *kapcsolatok* fogalom

a szülőkkel, kortársakkal, iskolával és közösségekkel folytatott pozitív és kölcsönösen fenntartott köteléket jelenti. A *karakter* kifejezés a moralitást és integritást foglalja magába, a helyes viselkedési és morális szabályok ismeretét és tiszteletét. Az öt kategória együttes előfordulása biztosítja a hatodik fogalom, a *hozzájárulás* kialakulását, aminek szemléleti, ideológiai és viselkedéses oldala is van egyszerre. Az a serdülő, aki hisz abban, hogy ő is aktív formálója a saját maga és a közösség jobbá tételének, és úgy gondolja, hogy valamit vissza kell adni a környezetének (szemléleti aspektus), illetve eszerint is cselekszik (segít másoknak, önkéntes munkát végez valamely közösségben, vezetőként vagy mentorként tevékenykedik) az elősegíti a további fejlődését önmagának és a közösségének is (Lerner et al., 2005b).

Az empirikus vizsgálat igazolta a hat kategória létezését 11 éves fiataloknál (Lerner et al., 2005; Phelps et al., 2009), sőt a longitudinális vizsgálatok azt bizonyították, hogy ugyanezek a kategóriák megjelentek a 10. és 11. osztályos fiataloknál is (Lerner et al., 2010, Lerner et al., 2011). Az első mérésekben az öt C kategória elsődrendű látens faktorként jelent meg, és másodrendű látens faktorként kapcsolódott ehhez az általános pozitív fiatalkori fejlődés konstrukciója (Lerner et al., 2005b). Újabban viszont több tanulmány is a kétfaktoros elrendeződést igazolja, a változók egy része ugyanis jobban kapcsolódott az általános területet jelentő pozitív fiatalkori fejlődés konstruktumhoz, míg más tételek inkább tartoztak a specifikus 5 C faktor valamelyik kategóriájához (Geldhof et al. 2013; Erentaité és Raizienė, 2015).

A fejlődés környezeti feltételeinek vizsgálata azt mutatta, hogy más-más tényezők hozhatók kapcsolatba a kibontakozás és a problémaviselkedés egyes elemeivel (Bowers et

al., 2011). A longitudinális vizsgálatban a pozitív fejlődés mutatója azoknál a serdülőknél volt tartósan magas szintű, ahol gyakori volt a családi közös aktivitás (pl. együtt étkezés), a szülő elérhetősége megfelelő volt, és ahol aktív közösségként működött a lakóhelyi környezet. A gyakori szabályszegést elkövető fiataloknál viszont az iskolai környezet hatása bizonyult meghatározónak: a problémás serdülők kevésbé vettek részt az iskola oktatási segítséget nyújtó, rekreációs és délutáni programjaiban, és az ő esetükben nagy volt a tanuló-tanár arány.

Fejlődési források (*developmental assets*) modellje

Scales (1999) szerint nyilvánvaló, hogy az egészséges fejlődés szempontjából szükséges a kockázatok csökkentése. De még ha csökkentjük is a fejlődési kockázatot, akkor is felmerül az a kérdés, hogy milyen pozitív dolgot szeretnénk adni a fiataloknak, milyen pozitív fejlődést szeretnénk számukra lehetővé tenni. Scales (1999) hangsúlyozza, hogy meg kell találni a fiatalok számára szükséges pozitív építőköveket, vagyis azokat a fejlődési forrásokat és erősségeket, amelyek tartalmazzák, de meg is haladják a problémás fejlődés felismerését és csökkentését. A fejlődés, kibontakozás nem egyenlő a túléléssel vagy az egyszerű felnövekedéssel, a felnőttkorba lépéssel. A kibontakozás a lehetőségek, potenciálok teljes elérését jelenti (Benson et al., 1999).

Benson és munkatársai kétféle nagyobb csoportját különböztetik meg a fejlődést támogató tényezőknek: külső vagy környezeti források, és belső források (Benson et al., 1999; Scales, 1999). Ez utóbbiak olyan pszichés jellemzőket tartalmaznak, mint elkötelezettség, értékek, kompetenciák. A külső és belső forrásokhoz kapcsolódó tényezőket

a prevenció- és a rezilienciakutatásokból emelték ki a kutatók (Scales, 1999). A 20 külső és 20 belső forrás négy-négy nagyobb kategóriába rendeződik.

A *külső források* olyan sajátos tapasztalatokat jelentenek, amelyek akkor hatásosak, ha a fiatal gyakran, sok helyzetben, kontextusban és következetesen találkozik ezekkel. A négy külső fejlődési forrás kategóriái a következők.

Támasz: támasz, gondoskodás és szeretet – ezt kell megtapasztalnia a gyerekeknek a családban, iskolában és sok más felnőttel kapcsolatban is. A családban a pozitív kommunikáció, az iskolában a gondoskodó iskolai klíma adhatja meg az elfogadás érzését. Az intézményeknek, szervezeteknek is pozitív, támaszt nyújtó környezetet kell biztosítani a kibontakozás eléréséhez.

Felhatalmazás (empowerment): a közösségnek értékelnie kell a fiatalt, és lehetőséget kell adni, hogy a fiatal is hozzájáruljon a közösséghez. A közösség számára hasznos szerep betöltéséhez és a másoknak nyújtott segítség és önkéntes feladatok ellátásához viszont szükség van arra, hogy a fiatal biztonságosan érezze magát e közösségekben.

Határok, elvárások: a fiatalnak ismerni kell, hogy mit várnak el tőle, és tudnia kell, hogy a viselkedése e határokon belül van-e. Túl az elvárások világos megfogalmazásán és a figyelemmel követésen, a pozitív és felelősséget vállaló szülői és tanári modellnyújtás is segíti a szabályok megismerését.

Konstruktív időfelhasználás: gazdag és konstruktív alkalmakat kell biztosítani a fejlődésre, kreatív aktivitást a fiataloknak szánt programok (klubban, sportkörben) és otthoni tevékenységek által.

A *belső források* olyan képességek, amelyek nem fejlődnek ki automatikusan, hanem minden fiatallal foglalkozó közösség-

nek, fórumnak erősítenie kell ezeket a képességeket.

Tanulással kapcsolatos elkötelezettség: ez a kategória a tanulással, oktatással való élethosszig tartó elköteleződést jelöli, amit segít az iskolai kötődés és bevonódás, illetve a teljesítménymotiváció.

Pozitív értékek: olyan értékek (pl. segítségnyújtás, becsületesség) kialakítása kell a fiataloknak, amelyek irányítják a választásukat. A személyes felelősség elfogadása és gyakorlása is ilyen pozitív értéknek tartható.

Szociális kompetencia: ide tartoznak a pozitív választásokat, a kapcsolatok építését és a sikerek elérését lehetővé tevő képességek és kompetenciák (tervezés, döntéshozás, interperszonális kompetencia).

Pozitív identitás: saját erejét, céljait, értékét éreznie kell a fiatalnak, emellett pozitívan kell látnia a személyes jövőjét. Ez akkor lehetséges, ha pozitív önértékelés és személyes kontrollérezet alakul ki a fiataloknál.

Benson és munkatársai szerint a külső és belső fejlődési források pozitív választ adnak a serdülőkorú kihívásokra és kockázatokra (Benson et al., 1999). A következő három szerep betöltése teszi ezt lehetővé. 1. A fejlődési források olyan védőfaktorok, amelyek a nagyon kockázatos viselkedéssel szemben (pl. drogfogyasztás, problémás alkoholfogyasztás, antiszociális viselkedés) oltásként hatnak. 2. Emellett erősítő, fokozó tényezők is, mert növelik a kibontakozás (pl. iskolai sikeresség, vezetői szerep, egészség megőrzése, nehézségek legyőzése, segítségnyújtás másoknak) lehetőségét. 3. Rezilienciafaktorokként is működnek a fejlődési források, hiszen a fejlődéssel interferáló deficitek (pl. fizikai vagy szexuális abúzus) negatív hatását tudják csökkenteni. A fejlődési források jótékony hatásával kapcsolatban ugyanakkor a korlátokat is megemlítik a szerzők. A fejlődési

források hatásosak ugyan, de nem feltétlenül nyújtanak garanciát. Egyrészt nagyon sok egyéb tényező is befolyásolja az egyén viselkedését. Másrészt a források hiánya vagy kisebb jelenléte nem jelent egyértelmű kudarcot és fejlődési elakadást, sőt a deficiteket és kockázatos viselkedést kiváltó körülmények sem determináló tényezők, és sokszor a kockázatos viselkedés sem vezet egyértelműen súlyos következményhez. A fejlődési források tehát inkább valószínűsítő és nem meghatározó tényezők.

Több vizsgálat is azt igazolta, hogy ha a meglévő fejlődési forrás pozitívabbra változott, akkor csökkent a serdülők rizikómagatartása, illetve a forrásban gazdag feltételek között nevelkedő fiatalok sokkal nagyobb valószínűséggel mutatták a kibontakozás, sikeres fejlődés jeleit (Benson et al., 1999; Benson et al., 2004; Scales et al., 2006).

Kezdeményezés modell

Larson (2000) szerint a pozitív fejlődés központi komponense a kezdeményezés, amit empirikus adatok eredményei alapján határozott meg. A középosztálybeli fehér amerikai minta önbeszámoló vizsgálatára szerint a fiatalok nagy része motiválatlan, unatkozik, és nem érdekli a saját élete sem. A napi élet események és tapasztalatok random módon vizsgált pillanatainak 27%-ában a fiatalok unalomról számoltak be, és ez még a becsülletes, nem törvényszegő fiatalokra is jellemző volt.

Larson azt írja, hogy az unalom, elidegenedés, értelmetlen kihívások nélküli állapot élménye ugyan nem patológiás, de mindenképpen a pozitív fejlődés hiányának a jeleként értelmezhető. Ezen túl a korábban családi stressznek, emocionális zavarnak vagy maladaptív kognitív működésnek tulajdonított serdülőkori problémaviselkedés

és kisebb törvényszegő magatartás is a pozitív életpálya megélésének a hiányaként fogható fel.

Az unalommal és motiválatlansággal szemben a kezdeményezés lehet az a képesség, amely segíti a pozitív fejlődés kialakulását a fiataloknál. A kezdeményezés során a serdülő motivált arra, hogy a kihívást jelentő cél felé fordítsa a figyelmét, és erőfeszítést tegyen a cél elérésére. A kezdeményezés (hasonló fogalom, mint az ágencia, vagy autonóm aktivitás) szükséges a pozitív fejlődés olyan más elemeihez is, mint például a kreativitás, vezetői szerep, altruizmus, állampolgári részvétel.

Három feltétel teljesülésekor alakulhat ki a kezdeményezés képessége (Larson, 2000). Az egyik az intrinzik motiváció, ami aktivitási, cselekvési vágyat és erőfeszítést foglal magába. A másik feltétel a környezettel való összehangolt elköteleződés, ahol tényleges feladatban, valódi kihívás során tapasztalja meg a fiatal a konstruktív figyelem gyakorlását, vagyis a feladat elvégzéséhez szükséges rendezettség és a szabályok kialakításának lehetőségét. Harmadik feltételként a szerző az idői dimenziót jelöli meg, ami olyan fontos tapasztalatokhoz juttatja a serdülőket, mint a feladatmegoldási stratégia módosítása, a visszaesés, újraértékelés, akadályok leküzdése és a kitartás.

Larson azt is részletesen elemezi, hogy milyen feladat és milyen környezet segíti a kezdeményezés két elemének, az intrinzik motivációnak és a koncentrált figyelemnek a megjelenését és tartós fennmaradását. A korábbi vizsgálatok azt bizonyították, hogy a szándékos, önként vállalt, strukturált tevékenység az, ami ezt lehetővé teszi, például a sport, hobbi, művészeti vagy szervezetben végzett tevékenység. Az iskolai feladatok és a baráti kapcsolatok azért nem alkalmasak

e két elem gyakorlására, mert az előbbi a koncentrált figyelmet ugyan valamennyire működteti, de az intrinzik motivációt nem mozgatja meg, a baráti találkozások pedig éppen fordítva hatnak, a belső motiváltság erős, de a figyelem működése gyenge a közös tevékenység során. A feladat sajátosságai mellett a strukturált környezet általános leírását is megadja a szerző. Elsősorban az a fontos, hogy jelen legyen egy támaszt nyújtó, mentoráló felnőtt, aki segíti a feladatmegoldást, de a célok kijelölése, a szabályok kialakítása már a fiatalok szerepéhez tartozik. A csoportban végzett tevékenységet valódi környezetben, igazi korlátok és kényszerítő körülmények között kell megtapasztalni, és hosszabb időszak alatt kell a csoportnak együttműködni ahhoz, hogy egy kész produkció vagy eredmény elkészülhessen. Larson szerint az ilyen strukturált tevékenység azzal járul hozzá a pozitív fejlődéshez, hogy fokozza a teljesítményt, erősíti az énhatékonyt és az önkontrollt, illetve csökkenti a szabályszegést. Ugyanakkor ezek a kedvező fejlődési eredmények nem elsősorban a csoport jótékony hatásának köszönhetőek.

Larson későbbi munkáiban a pozitív fejlődés kapcsán az ágencia képességét hangsúlyozza, ami egy hosszú távú cél felé szervezi és szabályozza az egyén saját vagy másokkal együtt kivitelezett viselkedését az időben (Larson, 2006, 2011). Az emberi pozitív irányú fejlődést egy beépített motivációs rendszer irányítja. Ezt a motivációs rendszert igazolják az olyan korábban megnevezett pszichológiai konstrukciók is, mint belső kontroll, énhatékonyt érzés, érdeklődés, autonómia- és kompetenciaszükséglet. Jóllehet az ágencia belső motivációját több tényező is akadályozhatja, a fiatal kezdeményezését az egyéni jóllét és a társadalomban

kifejtett konstruktív aktivitás felé kell irányítani. Ebben az irányításban van nagy szerepe a felnőtt környezetnek, amely akkor segíti a pozitív változást, ha a felnőttek *autoritativ stílusban* lépnek interakcióba a fiatalokkal, *instrumentális állványzatot* biztosítanak a feladatmegoldás során, vagyis a serdülő képességeihez igazodva segítik a fiatal figyelmét a kulcselemek irányába fordítani, és a következő lépés felé terelni a megoldás folyamatát. A *motivációs állványzat* is segítséget adhat, ha a felnőttek jelzik, bíznak az erőfeszítés sikerességében. Ilyen motivációt fenntartó támasz még a képességet kicsit meghaladó feladat kijelölése, és a fiatal számára reálisan elérhető cél kitűzése. Az ön-szabályozott tanulás során a *tanulási ciklusok támogatása* az, ami a felnőttek feladata lehet, mégpedig a tanulás utolsó elemének, a reflexiónak a segítése, és a legfontosabb tanulságok levonásának támogatása. Emellett még a *fejlődési források biztosítása* is jelentős irányítói feladata a felnőtteknek, akár a prevenció általi kockázatcsökkentésre gondolunk, akár a pozitív fejlődési lehetőségek (munka, iskola utáni elfoglaltság, sportolás) biztosítására.

A MODELLEK FONTOSABB HASONLÓSÁGAI ÉS KÜLÖNBSÉGEI

A három modell, jóllehet a pozitív fiatalkori fejlődés sajátosságait és feltételeit írja le, különbözőképpen határozza meg azokat a képességeket és feltételeket, amelyek a pozitív fejlődésben a legfontosabb szerepet játsszák. Lerner modellje hat, egyéni képességet és kompetenciát tartalmazó kategóriát lát megfelelőnek a pozitív fejlődés leírására (Lerner et al. 2005b), és kevésbé dolgozza ki és vizsgálja meg a kibontakozást segítő környezeti

tényezőket (Bowers et al., 2011). Benson és munkatársai az egyéni jellemzőkön kívül azokat a külső tényezőket is a pozitív fejlődés alapjaként, forrásaként tekintették, amik hozzájárulnak a kibontakozáshoz (Benson et al., 1999). Amíg Lerner 6 C modelljének hangsúlya az egyéni pozitív fejlődés meghatározásán van (Lerner et al., 2005b), addig Larson (2000, 2006) az egyetlen belső tényező (kezdeményezés, ágencia) mellett elsősorban azt emeli ki, hogy milyen felnőtt szerepek és tevékenységek alakíthatják és tarthatják fenn a belső motivációként működő kibontakozást, növekedést.

Ugyanakkor Lerner és Benson modellje az egyéni tényezők mentén sok rokon vonást mutat. Az 5 C modell kompetencia kategóriája hasonló megfogalmazást mutat, mint a bensoni szociális kompetencia és tanulással kapcsolatos elköteleződés. Az önbizalom, pozitív önértékelés, pozitív identitás mindkét megközelítésben szerepel, és a karakter, illetve a pozitív értékek is hasonló vonásokat tartalmaznak (pl. felelősségvállalás). A larsoni meghatározás az egyén oldalán csak a kezdeményezést, illetve az ágencia belső motívumát emeli ki, mint a pozitív fejlődés alapját. A mentorként segítő felnőtt feladatai azonban több ponton is hasonlóknak tűnnek a bensoni külső forrásokhoz: Larsonnál (2006) az autoritatív nevelés és a külső források párhuzamba állíthatók a Támasz, a Határok és elvárások, és a Konstruktív idő-

felhasználás forrásokkal (Benson et al., 1999). Mindhárom magyarázat egyetért abban, hogy relatíve plasztikusnak, aktívnek, a saját fejlődését befolyásoló szereplőnek látja a serdülőket, akik sokszorosan kapcsolódnak a különböző társas környezethez. Abban is hasonló álláspontot képviselnek, hogy a sikeres fejlődést, a képességek kibontakozását a külső optimális feltételek, elsősorban a támogató társas környezet mentén látják biztosítottnak. További lényeges hasonlóságnak tartható, hogy mindegyik megközelítésben az egyéni aktivitás mellett az énhatékonyság pszichológiai konstrukta is szerepet kapott a belső tényezők között.

A pozitív fiatalkori fejlődés kutatása eddig jórészt USA központú volt, Európában eddig egy litvániai vizsgálat igazolta az 5 C modell érvényességét. Hogy az elmélet és a gyakorlati következmények érvényessége igazolható legyen, mindenképpen szükség lenne kultúrközi vizsgálatokra is, amelyek nemcsak fontos információval szolgálhatnának a különbségeket és hasonlóságokat tekintve, hanem jelentős mértékben hozzájárulhatnának a fiatalkori fejlődés általános elméletének formálódásához is. Ugyanakkor a pozitív fiatalkori fejlődés szemléletének komoly érdeme, hogy az elméleti alapokat és megfontolásokat lefordítják az ifjúsági és iskolai fejlesztőprogramok nyelvére is, így közvetlen visszacsatolás kapható az elmélet és gyakorlat helyességéről és kapcsolatáról.

SUMMARY

THEORIES AND MODELS OF POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT

Background and aims: The aim of this study is to discuss the main characteristics and theoretical framework of positive youth development, and to present its three models. *Method:* The key features and the three models of positive youth development approaches are reviewed.

Results: The positive youth development perspective accentuates that every adolescent is capable of developing and building their strengths and competencies during the transition to adulthood. Young people actively regulate their own development, and their thriving has beneficial effect not only on the individual but also on community and society. Three models of positive youth development are discussed in detail in the second part: Five Cs model, Developmental assets, and Initiative. *Discussion:* The similarities are significant in the content of the strengths and developmental conditions despite the differences of models. Cross-cultural studies are needed to control the theory and the practice of positive youth development.

Keywords: positive youth development, competencies, developmental assets

IRODALOM

- ARBEIT, M. R., JOHNSON, S. K., CHAMPINE, R. B., GREENMAN, K. N., LERNER, J. V., LERNER, R. M. (2014): Profiles of problematic behaviors across adolescence: Covariations with indicators of positive youth development. *Journal of Youth and Adolescence*, 43, 971–990. DOI 10.1007/s10964-014-0092-0.
- BENSON, P. L., MANNES, M., PITTMAN, K., FERBER, T. (2004): Youth development, developmental assets, and public policy. In: LERNER, R. M., STEINBERG, L. (eds.): *Handbook of Adolescent Psychology*. (2nd ed.) Wiley, New Jersey. 781–814.
- BENSON, P. L., SCALES, P. C., HAMILTON, S. F., SESMA, A. (2006): Positive youth development: Theory, research, and applications. In: DAMON, W. (Editor-in-Chief), LERNER, R. M. (Vol. ed.): *Handbook of Child Psychology*. 1–4. (6th ed.) *Theoretical models of human development*. (Vol. 1.). Wiley, New York. 894–941.
- BENSON, P. L., SCALES, P. C., LEFFERT, N., ROEHLKEPARTAIN, E. C. (1999): *A fragile foundation. A state of developmental assets among American youth*. Search Institute, Minneapolis.
- BOWERS, E. P., GELDHOF, G. J., JOHNSON, S. K., HILLARD, L. J., HERSHBERG, R. M., LERNER, J. V., LERNER, R. M. (2015): Applying research about adolescence in real-world settings: The sample case of the 4-H study of positive youth development. In: BOWERS, E. P., GELDHOF, G. J., JOHNSON, S. K., HILLARD, L. J., HERSHBERG, R. M., LERNER, J. V., LERNER, R. M. (eds.): *Promoting positive youth development. Lessons from the 4-H study*. Springer, Heidelberg. 1–18.
- BOWERS, E. P., VON EYE, A., LERNER, J. V., ARBEIT, M. R., WEINER, M. B., CHASE, P., AGANS, J. P. (2011): The role of ecological assets in positive and problematic developmental trajectories. *Journal of Adolescence*, 34, 1151–1165.
- DAMON, W. (2004): What is positive youth development? *The Annals of the American Academy of Political and Social Sciences*, 591, 13–24.
- ERENTAITĖ, R., RAIŽIENĖ, S. (2015): Lithuanian version of measure of positive youth development based on the Five Cs model. *European Journal of Developmental Psychology*, 12(6), 701–717.
- GELDHOF, G. J., BOWERS, E. P., BOYD, M. J., MUELLER, M. K., NAPOLITANO, C. M., SCHMID, K. L., LERNER, J. V., LERNER R. M. (2013): Creation of Short and Very Short Measures

- of the Five Cs of Positive Youth Development. *Journal of Research on Adolescence*, 24(1), 163–176. DOI: 10.1111/jora.12039.
- LARSON, R. W. (2000): Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(1), 170–183. DOI: 10.1037//0003-066X.55.1.170.
- LARSON, R. W. (2006): Positive youth development, willful adolescents, and mentoring. *Journal of Community Psychology*, 34(6), 677–689. DOI: 10.1002/jcop.20123.
- LARSON, R. W. (2011): Positive Development in a Disorderly World. *Journal of Research on Adolescence*, 21(2), 317–334.
- LERNER, R. M., LERNER, J. V., BENSON, J. B. (2011): Positive youth development: Research and application for promoting thriving in adolescence. In: LERNER, R. M., LERNER, J. V., BENSON, J. B. (eds.): *Advances in Child Development and Behavior*. Elsevier, London. 1–18.
- LERNER, R. M., ALMERIGI, J. B., THEOKAS, C., LERNER, J. V. (2005a): Positive youth development. A view of the issues. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 10–16. DOI: 10.1177/0272431604273211.
- LERNER, R. M., LERNER, J. V., VON EYE, A., BOWERS, E. P., LEWIN-BIZAN, S. (2011): Individual and contextual bases of thriving in adolescence: A view of the issues. *Journal of Adolescence*, 34, 1107–1114.
- LERNER, R. M., VON EYE, A., LERNER, J. V., LEWIN-BIZAN, S., BOWERS, E. P. (2010): Special issue introduction: The meaning and measurement of thriving: A view of the issues. *Journal of Adolescence*, 39, 707–719. DOI 10.1007/s10964-010-9531-8.
- LERNER, R. M., LERNER, J. V., ALMERIGI, J. B., THEOKAS, C., PHELPS, E., GESTSDOTTIR, S., NAUDEAU, S., JELCIC, H., ALBERTS, A., MA, L., SMITH, L. M., BOBEK, D. L., RICHMAN-RAPHAEL, D., SIMPSON, I., DIDENTI CHRISTIANSEN, E., VON EYE, A. (2005b): Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth-grade adolescents: Finding from the first wave of the 4-H Study of Positive Youth Development. *Journal of Early Adolescence*, 25(1), 17–71. DOI: 10.1177/0272431604272461.
- PHELPS, E., ZIMMERMAN, S., WARREN, A. E. A., JELIČIĆ, H., VON EYE, A., LERNER, R. M. (2009): The structure and developmental course of Positive Youth Development (PYD) in early adolescence: Implications for theory and practice. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30, 571–584.
- SCALES, P. C. (1999): Reducing risk and building developmental assets: Essential action for promoting adolescents health. *Journal of School Health*, 69(3), 113–119. DOI: 10.1111/j.1746-1561.1999.tb07219.x.
- SCALES, P. C., BENSON, P. L., ROEHLKEPARTAIN, E. C., SESMA, A., VAN DULMEN, M. (2006): The role of developmental assets in predicting academic achievement: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 29, 691–708.

AZ INTERNETES KAPCSOLATOKBAN VALÓ NYITOTTSÁG ÖSSZEFÜGGÉSE AZ ÉSZLELT TÁRSAS TÁMASSZAL ÉS AZ ÉNHATÉKONYSÁGGAL



JÁMBORI Szilvia

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: szilvia.jambori@psy.u-szeged.hu

HORVÁTH M. Tünde

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: hmtunde@sol.cc.u-szeged.hu

HARSÁNYI Szabolcs Gergő

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
e-mail: tudommar@gmail.com

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A tanulmány középpontjában a szakirodalomban Z generációként, azaz netgenerációként emlegetett korosztály internetes kapcsolatteremtési jellegzetességei állnak. Munkánkban szakirodalmi adatokra támaszkodva a nyitottság két pszichés funkcióval: az énhatékonysággal és az észlelt társas támasszal való összefüggését vesszük górcső alá. Az énhatékonyság az önszabályozás folyamatában betöltött jelentősége folytán került vizsgálatunk középpontjába, a mások által nyújtott modellhatások, a meggyőződés és a bátorítás (vö. Bandura, 1994) vonatkozásában. Az online kapcsolatok jelentőségének megragadásához használt másik változónk a társas támasz jelensége (Kaplan et al., 1977). *Módszer:* Kutatásunkban egy Szegedre reprezentatív középiskolás mintán (N = 1034, átlagéletkor: 16,45 év) vizsgáltuk az észlelt társas támogatás és az énhatékonyság internetes kapcsolatokban való feltárulkozás mélységével való összefüggéseit. A válaszadók kitöltötték az Általános énhatékonyság-mérő skálát (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993), az Internetes énfeltárás skálát (Lai-yee Ma, Leung, 2006), a Multidimenzionális észlelt társas támogatás skálát (Cheng és Chan, 2004) és az Internethasználati szokások kérdőívet (Kwon és Wen, 2010). *Eredmények:* Eredményeink azt mutatják, hogy az énhatékonyság érzés és az énfeltárás mértékében szignifikáns nemi és életkori különbségek azonosíthatók, továbbá az internethasználati szokások jelentősen különböznek a két nem esetében. A lányok számára meghatározóbb a támogatáskeresés és

támogatásnyújtás is online környezetben, mint fiú társaik esetében. *Következtetések:* Az elemzések alapján megállapítható, hogy az énhatékonyság közvetlenül és közvetetten is – a családból és a közvetlen környezetből észlelt társas támogatáson keresztül – befolyásolja az online kapcsolatokban való őszinte feltárulkozást.

Kulcsszavak: Z generáció, énfeltárás, online kommunikáció, észlelt társas támogatás, énhatékonyság

BEVEZETÉS

Napjainkban az internetes kommunikáció a virágkorát éli. Tapasztalati tény, hogy a serdülők többsége tagja valamely internetes csoportnak, ahol információkat közölhet magáról vagy másokról. Ha csak a legjellemzőbb online tevékenységeket említjük, megállapíthatjuk, hogy hosszú órákat tudnak eltölteni azzal, hogy a barátaikkal/iskolatórsaikkal online beszélgetnek. Az információs technológia alapvetően átalakította és befolyásolja a mindennapi élet számos területét, hatást gyakorolhat az interperszonális és társadalmi kapcsolatokra is (Hullám és Muha, 2010). A mai serdülők ebben a megváltozott szocializációs közegben nőnek fel. Az információs technológia fejlődésének következményeként megfigyelhetjük, hogy kitágul az intim tér határa. Ezáltal a serdülők olyan privát információkat is megosztanak vadidegen emberekkel, amelyeket face-to-face szituációkban nem adnának ki. A virtuális kapcsolati minőségek világában lépkedve hozzászoknak az azonnalisághoz, az állandó hozzáféréshez (Ujhelyi, 2013). Az internetes közösségi oldalak használatának feltérképezését célul kitűző empirikus vizsgálatukban Kwon és Wen (2010) rámutattak arra, hogy az észlelt társas támasz szignifikáns hatást gyakorol a közösségi oldalak használatának jellegzetességeire.

Tanulmányunkban górcső alá vesszük, hogyan befolyásolja az internetes kapcsolatokban való énfeltárás mértékét az énhatékonyság és az észlelt társas támogatás.

Digitális generáció

A Z generáció (más néven netgeneráció) tagjai 1995 után születtek. A digitális technológiák eredményeinek használata folytán a korábbiól markánsan különböző új világgéppel rendelkeznek, amely az élet minden területére hatást gyakorol (Prensky, 2001a; Tapscott, 1998). A kutatások alapján megállapították (Jukes és Dosaj, 2006; Prensky, 2001b), hogy szimultán többféle médium felhasználói, virtuális közösségek tagjai, akik kiváló technikai érzékkel, fejlett problémamegoldó képességgel rendelkeznek, gyakorlatiasak, jó az absztrakciós képességük. Sokszor felnőttesen kommunikálnak, a szüleiket is zavarba ejtő kérdéseket tesznek fel, biológiai életkorukat meghaladóan képesek magukat kifejezni, azonban ez a koraérettség nem jelent érzelmi érettséget is (Tari, 2011). Tari Annamária szerint ez inkább látszatérettség, mely érzelmileg megterhelő helyzetekben, súlyosabb konfliktusok esetében látványosan széteshet. A koraérettség egyik megnyilvánulásaként bemutatott látszatérettség kialakulásában Tari (2011) szerint szerepet játszhat az információs technológia térhódítása. Míg néhány évtizeddel korábban a gyerekevelés viszonylag zárt térben zajlott, tehát a szülők csak olyan információkat osztottak meg a serdülő gyermekükkel, melyekről úgy ítélték meg, hogy érzelmileg képesek feldolgozni, addig az internet elterjedésével lehetővé vált számukra, hogy bármilyen információhoz hozzáférjenek, attól függetlenül,

hogyan annak tartalmára fel vannak-e készülve. Ezzel együtt a Z generáció tagjaira jellemző még a lemaradás félelme, miszerint mindig mindenhol szeretnének jelen lenni, mindig mindenről tudni, és mindig mindent tudatni másokkal (Tari, 2011).

Az online kommunikáció sajátosságai

Az online kommunikációt sokkal egyszerűbb használni szemben a face-to-face kommunikációval. Három legfontosabb jellemzője az anonimitás, az aszinkronicitás (van idő át-gondolni a kommunikáció folyamatában a választ) és az elérhetőség (vö. Seepersad, 2009). Ezek a jellemzők abban az esetben jelentősek, amikor az online kommunikáció énbemutatásra és énfeltárássra gyakorolt hatását elemezzük. Seepersad szerint az anonimitás egyik pozitív hatása, hogy kevésbé gátolt kommunikációt eredményez. A szerző kutatásaiban azt találta, hogy az emberek online közegben hajlamosabbak személyes információkat megosztani, mindeközben azonban arra törekcsenek, hogy kevésbé tetszetős tulajdonságaik rejtve maradjanak. Vizsgálatai alapján megállapította, hogy azok a személyek, akiknek kevés tapasztalatuk van a társas kapcsolatokról, nehezen nyitnak mások felé, azok a kapcsolatteremtés kezdeti szakaszában akár hasznát is kovácsolhatnak ebből az anonimitásból. Ezzel szemben az anonimitás negatív hatásaként pedig a túlzott mértékű énfeltárást, a kitörő, gátolatlan kommunikációt jelöli meg. Az online kommunikáció aszinkronicitása pedig lehetővé teszi, hogy a gyengébb társas készséggel rendelkezők az aszinkronicitást reflexióra, tervezésre használhatják, aminek eredményeként képessé válhatnak arra, hogy sokkal effektívebben mutassák be magukat (Seepersad, 2009).

Az online kommunikáció mind individuális, mind interperszonális szinten hatást gya-

korol a fiatalok életére (Ujhelyi, 2013). A különböző identitásokkal való kísérletezgetés lehetőséget biztosít a kamaszok számára, hogy felfedezzék önmagukat, gyakorolják az önfeltárást és az énbemutatást, különböző szerepeket próbáljanak ki, amelyek rendkívül jelentősek fejlődéslelektani szempontból a koherens identitás megalkotásához. Az online kommunikáció előbb bemutatott sajátosságai (ld. anonimitás, aszinkronicitás) pedig kontrollt adnak a kamaszok kezébe, megteremtve ezáltal a biztonság érzetét a kapcsolatalakítás és -fenntartás folyamatában (Buote, Wood és Pratt, 2009).

Az internet identitás-laboratóriumában a fiatal megjelenítheti saját ideális szelfjét is. Kutatások alapján (vö. Pew Internet and American Life Project adatai, Horrigan, Rainie és Fox, 2001) a tizenévesek negyede vallotta be, hogy másnak adja ki magát az interneten, és egyezéseket találtak az ideális én és a választott kedvenc karakter között is. Individuális szinten negatív hatásként emeli ki Ujhelyi (2013) az identitásalakítás feletti kontroll csökkenését. Eszerint az interneten kialakított képünket nem csak mi alakíthatjuk, hanem ezt mások is befolyásolhatják. A különböző felvett identitások háttérében Buote és mtsai (2009) szerint a következő motivációk húzódnak meg: (1) szelfexploráció (megfigyelni, mások miképp reagálnak), (2) szociális kompenzáció (szégyenlősség, féltékenység kompenzációja), (3) társas facilitátor (társas kapcsolatok kialakítását segíti). Azt a folyamatot, amikor a fiatalok személyes életük belső titkait megosztják a világhálón másokkal, azért, hogy érvényességüket leellenőrizzék, Tisseron (2010) „extimitásnak” nevezi. Kétségkívüli tény, hogy a felvett különböző identitások háttérében rendszerint meghúzódik a másoknak megfelelés vágya is.

Az internet interszociális kapcsolatokra gyakorolt hatásával foglalkozó kutatások alapvetően kétféle irányvonalat képviselnek (áttekintő Ujhelyi, 2013). Az első álláspont azt hangsúlyozza, hogy az internethasználat növelheti a magányosság érzését, mivel időt és energiát vesz el a valódi kapcsolatoktól. A másik megközelítés pedig az internetes kommunikáció pozitívumait emeli ki. Rávilágítva arra, hogy egy olyan szociális színteret teremt a fiatalok számára, ahol barátságok köthetnek, releváns témákról lehet nyíltan beszélni, fokozhatja a szociális belevonódást, és anonim volta miatt sokkal nyíltabb és őszintébb énfeltárást tesz lehetővé. A kutatások alapján négy modell körvonalazódott az internet társas kapcsolatokra gyakorolt hatásával kapcsolatban (áttekintik Buote és mtsai, 2009). A *helyettesítő modell* szerint az offline kapcsolatok helyettesítői az online kapcsolatok, aminek következtében kevesebb idő jut a családra, nő a depresszió és a magány kialakulásának valószínűsége. A „*gyarapító*” modell szerint az internethasználat a szociális kapcsolatokat és a szociális háló méretét növeli. Erősíti a társas készségeket és a közeli kapcsolatokat, emellett új kapcsolatok kialakítását is elősegíti. A „*gazdag gazdagít*” hipotézis szerint az internethasználat az extrovertáltaknak kedvez jobban. Tehát akinek már eleve gazdag társas hálójá van és megfelelő szociális készségekkel rendelkezik, az internet pozitív hatást gyakorolhat a társas kapcsolatai alakulására, mivel erősíti a pszichés jóllétet, az önbecsülést, emellett csökkenti a magány és a negatív érzések megjelenését. A *szociális kompenzációs* hipotézis pedig azt hangsúlyozza, hogy az internet használata a szociális szorongásra hajlamos, elszigetelt felhasználóknak segítséget jelenthet, mivel a megbélyegzett identitás, a szociális szo-

rongás és a magány következtében ezek a személyek jobban motiváltak az online interakciók létesítésében és fenntartásában. A kutatási eredmények által kirajzolódott, hogy az internet használata – azáltal, hogy kapcsolatokat tudtak kialakítani, és gazdagíthaták szegényes kapcsolati rendszerüket – csökkentette a félénk emberek depresszív érzéseit. Ennek alapján Valkenburg és Schouten (2005) hangsúlyozzák, hogy védőfaktoroként is szerepelhet az online kommunikáció szociálisan szorongó emberek körében. Más szerzők (pl. Buote és mtsai, 2009) arra a megállapításra jutottak, hogy a gazdag kapcsolati hálóval rendelkező fiatalok meglévő kapcsolataik erősítésére, mélyítésére használják az online kommunikációt, ezzel is tovább erősítve a csoport, az összetartozás élményét. Azok a kamaszok azonban, akikre jellemzőbb volt a szociális szorongás és a magány, inkább idegenekkel próbáltak meg kapcsolatot kialakítani.

Az internet szerepe a társas támogatás keresésében

A kapcsolatok kialakításának és fenntartásának képessége fontos erőforrásunk. Azok a személyek, akik képesek pozitív, kölcsönösen kielégítő kapcsolatokat fenntartani, sokkal boldogabbak és kiegyensúlyozottabbak, mint akik képtelenek erre (Pikó, 1996). A csoporthoz tartozás élménye bizonyítottan stresszcsökkentő hatású, általános biztonságérzettel jár, míg ennek hiánya az emberi kapcsolatok iránti bizalmatlansággal és biológiai sérülékenységgel járhat együtt (Fonagy, 1996). A társas támasz hagyományos definíciója a „jelentős mások” által szolgáltatott pszichoszociális erőforrásokat egyesíti (Kaplan et al., 1977). A társas támasz szerepe hangsúlyozottan van jelen életünk változásokkal teli időszakában, adott eset-

ben a serdülőkorban lejátszódó normatív és váratlan krízishelyzetek idején (vö. Vikár, 1980). Ezzel szemben a változásokkal és kihívásokkal teli időszakokban a magányosság, a társas támogatás hiánya valóságos, a fizikai egészséget veszélyeztető rizikófaktor (Pikó, 1996).

A társas támasz egészségmegőrző szerepének fényében fontos kiemelni, hogy az internet jelentős szerepet tölthet be a társas-támogatás-keresésben, és ezáltal segíthet megbirkózni a stresszteni életeseményekkel. Az internetezés potenciális stresszcsökkentő hatásait támasztják alá Leung (2007) kutatási eredményei, miszerint az internethasználat explicit motivációi között megtaláljuk egyszerre a társas hiány kitöltését, a szórakozás élményét, az információk keresését, valamint az időtöltést, szokást, relaxációt is (Leung, 2007). Az internet csatornáin is megnyilvánuló társas támogatás áttekintése során Leung a társas támogatás több egymástól jól elkülönülő formáját azonosította. Ilyen lehet például az *érzelmi* támogatás, az *instrumentális* támogatás (materiális, kézzelfogható segítség, viselkedéses segítség), az *információs* támogatás (tanács, útmutatás, visszacsatolás, ami lehetőséget kínál a probléma megoldására), *affektív* támogatás (szeretet kifejezése), és társas kapcsolati támasz (pozitív társas kapcsolat, rekreáció, szabadidős elfoglaltság). A kutatási eredmények azt bizonyítják, hogy a serdülők három jelentős területen felmerült probléma esetén kérnek támogatást az interneten: (1) *szülőkkal való problémák* kapcsán, ez esetben szórakozást keresnek, és a kapcsolataik fenntartására használják a netet; (2) *betegség, halál, szeparáció, válás a családban*, ilyenkor a szórakozás, kapcsolatépítés, információkeresés a cél; (3) *iskolai problémák* miatt akarják a hangulatukat javítani, vigasztalást, nyugalmat, szórakozást,

bátorítást, gondoskodást keresnek, vagy igyekeznek nyújtani (áttekinti Leung, 2007).

Énhatékonyság

Az énhatékonyság fogalma azt a hitet, meggyőződést jelenti, hogy a személy képes megbirkózni a felbukkanó akadályokkal, mert rendelkezik az ahhoz szükséges erőforrásokkal, készségekkel (Bandura, 1994). Az énhatékonyság érzése elsősorban az ember önszabályozásában tölt be fontos szerepet. Az a hitünk, hogy kitűzött céljainkat képesek vagyunk cselekvéseinkkel, tetteinkkel elérni, erőteljesen befolyásolja a döntéseinket, erőfeszítéseinket, törekvéseinket az élet számos területén. Az énhatékonyság érzése jelentős hatást gyakorol egy kihívással való megküzdés sikerességére is. A szakirodalomban az énhatékonyság érzésének két egymástól elkülönülő típusa körvonalazódik. Az egyik típus az *általános énhatékonyság*, amely az élet különféle területein megjelenő nehézségek leküzdésébe vetett bizalmat jelenti; a másik pedig a *specifikus énhatékonyság*, ami egy bizonyos feladat megoldására vonatkozik (áttekintik Luszczyńska, Gutiérrez-Dona és Schwarzer, 2005).

A *magas énhatékonysággal* jellemezhető emberek úgy érzik, hogy kontroll alatt tudják tartani a helyzetet, a feladataikra inkább kihívásként tekintenek, mint potenciális szorongásforrásra. Ezzel az attitűddel képesek erőfeszítéseket tenni a sikeres megoldás érdekében. Bele tudnak mélyülni egy feladatba, tevékenységbe, valódi érdeklődést tanúsítva iránta. Képesek elköteleződni az általuk kitűzött célok mellett, magas az önbizalmuk, nagyobb teljesítményre képesek, kevésbé hajlamosak a stresszre és a depresszióra. Ezzel szemben az *alacsony énhatékonysággal* jellemezhető személyek kevésbé elkötelezettek a célok iránt, a tevékenységekbe is

kevésbé képesek belefeledkezni, ha nehéz feladattal találkoznak, azt gyakran fenyegetettségnek élik meg, így hamar elriadnak a megoldásától. Alacsonyabb önértékeléssel rendelkeznek, hajlamosabbak a stresszre és a depresszióra (Bandura, 1994).

Az általános énhatékonyság egyfajta egyetemes konstruktumként jelenik meg, amely jelentőségteljes viszonyban áll más pszichológiai fogalmakkal (Luszczynska és mtsai, 2010). Vizsgálatok alapján összefüggés figyelhető meg az énhatékonyság és a szociális-kognitív változók, így például szándék, a végrehajtás melletti elköteleződés, az eredménnyel kapcsolatos elvárások és az önfegyelem között. Emellett a kutatások viselkedésspecifikus énhatékonysággal, az egészségért tett erőfeszítésekkel, a jólléttel és a megküzdési stratégiákkal is mutattak ki párhuzamot (Luszczynska és mtsai, 2010).

A szülők nevelési stílusa, a családi környezet támogatása is jelentős hatást gyakorol az énhatékonyság alakulására. Smith (2007) vizsgálatában a szülői nevelési stílusok és az énhatékonyság kapcsolatát kutatta. Eredményei azt bizonyították, hogy az autoritatív nevelési stílus pozitív kapcsolatba hozható a magas énhatékonysággal, az autoriter nevelési stílus viszont alacsonyabb énhatékonysággal járt együtt. Frank, Plunkett és Otten (2010) kutatásukban rámutattak, hogy a szülői támogató attitűd pozitívan befolyásolja a magas énhatékonyság megjelenését, a szülők gondoskodása, odafigyelése szintén jelentős prediktora a magas énhatékonyságnak. Ezzel szemben viszont a korlátozó, manipulatív attitűd alacsonyabb énhatékonysághoz vezet.

Egyes vizsgálatokban nemi különbségekre is rámutattak. Barton és Kirtley (2012) vizsgálata szerint a lányok fejlődésére nagyobb hatással van az anya nevelési stílusa,

a fiúkra pedig nagyobb befolyást gyakorol az apa nevelési stílusa. Ezzel párhuzamba állítható Keshavarz és Baharudin (2012) kutatása, melyben arra jutottak, hogy a fiúk énhatékonyságát jobban befolyásolja az apa autoritatív nevelési stílusa, mint a lányokét.

A családban megvalósuló nevelési sajátosságok hatására körvonalazódó énhatékonyság érzése az iskolai nevelésre is markáns hatást gyakorol. Az énhatékonyság iskolai teljesítményre gyakorolt hatását vizsgálva Jerusalem és Schwarzer (1986) megállapították, hogy azok a diákok, akik bíznak a képességeikben, sokkal kevésbé ijednek meg a követelményektől, mint azok, akik negatívan vélekednek magukról ebben a kérdésben.

VIZSGÁLAT

Vizsgálatunk során a szakirodalmi áttekintés során részletesen bemutatott *internetes kapcsolatokban való nyitottság* két pszichés funkcióval: *az énhatékonysággal és az észlelt társas támasszal* való összefüggését vesszük górcső alá.

Hipotézisek

Hipotéziseinket nemi és életkori bontásban határoztuk meg:

1. Feltételezzük, hogy az internethasználati szokásokban azonosíthatók nemi különbségek. A lányok esetében gyakrabban figyelhetünk meg támogatáskeresést, bátorítást, mások segítségét, másoktól tanácskérést, mint a fiúk esetében, mivel a lányokra inkább jellemző, hogy megerősítést várnak és megerősítést is szívesebben adnak társas kapcsolataikban, mint a fiúk (Leung, 2007).
2. Az internethasználati szokásokban életkori eltéréseket is feltételezünk, miszerint

minél fiatalabb a serdülő, annál hasznosabbnak véli az internetet, annál gyakrabban használja, annál inkább a csoporthoz való tartozása miatt is nélkülözhetetlennek gondolja az online életet. Ezt a feltételezésünket korábbi szakirodalmak is alátámasztották már (Leung, 2007).

3. Az énfeltárás mértéke esetében nagyobb fokú nyitottságot feltételezünk a lányokkal kapcsolatban, összefüggésben korábbi kutatási eredményekkel (Morahan-Martin és Schumacher, 2003). Ennek alapján azt feltételezzük, hogy a lányok könnyebben és szívesebben osztanak meg másokkal személyes, intim információkat online, mint a fiúk.

4. Fiatalabb serdülők (14–16 évesek) esetében szintén nagyobb fokú feltárulkozást feltételezünk az online kapcsolataikban, mint az idősebb fiatalok (17–20 évesek) esetén, mivel kutatások bizonyítják (Boute, Wood és Pratt, 2009), hogy ők gyakrabban használják az internetet arra a célra, hogy másokkal ismerkedjenek, valamint az identitásalakítás kísérletezési szakaszában vannak és önmaguk megítélésében nagyon jelentősek mások online visszajelzései (Tisseron, 2010).

A változók közötti összefüggések vizsgálata alapján a következőket feltételezzük:

5. Az észlelt támogatás mértéke pozitív kapcsolatban áll az énhatékonysággal, miszerint minél nagyobb támogatást észlelnek a serdülők a közvetlen szociális környezetükből, annál nagyobb mértékű énhatékonyságot figyelhetünk meg náluk (Smith, 2007; Frank, Plunkett és Otten, 2010).

6. Az észlelt társas támogatás és az énfeltárás mértéke között szintén pozitív összefüggést feltételezünk. Miszerint minél nagyobb társas támogatást észlelnek a fiatalok, annál

őszintébb az énfeltárásuk online kapcsolatokban. Ez a hipotézisünk összhangban van Seepersad (2009) kutatási eredményeivel, miszerint az online kommunikáció inkább a nyitottabb, extrovertáltabb személyeknek kedvez, akik szélesebb társas hálóval rendelkeznek. Könnyebben nyílnak meg online helyzetben, és hajlamosabbak őszintébben is bemutatni önmagukat, mint introvertált társaik, akik online kommunikációban is gyengébbek, kevésbé nyílnak meg, és hajlamosabbak másnak mutatni magukat, mint amilyenek valójában.

7. Az énhatékonyság és az énfeltárás mértéke között szintén pozitív összefüggést feltételezünk, miszerint minél magasabb énhatékonysággal rendelkezik a fiatal, minél biztosabb a kitűzött céljai elérésében, annál őszintébben megnyílik az online kapcsolataiban is. Tehát a magasabb énhatékonyság (és az ezzel együttjáró magasabb önbizalom, célorientáltság) mint pozitív személyiségvonások prediktorai is lehetnek az egészséges mértékű nyitottságnak az internetes kapcsolatokban (Kim, LaRose és Peng, 2009).

MÓDSZER

Résztevők

Kutatásunkban egy Szegedre reprezentatív középiskolás (N = 1034, átlagéletkor: 16,45 év) mintán vizsgáltuk a hipotézisekben megfogalmazott összefüggéseket. Az adatfelvétel 2012-ben történt. A kutatásban 534 fiú és 480 lány vett részt, a résztvevők nemi arányait iskolatípusonként az 1. táblázat tartalmazza (20-an nem válaszoltak erre a kérdésre):

I. táblázat. A vizsgálati minta megoszlása iskolatípusonként

	Normál tantervű	Két tannyelvű	Tagozatos/ emelt szintű	Nemzetiségi	Összesen
Fiú	346	14	119	1	480
Lány	353	19	161	1	534
Összesen	699	33	280	2	1014

A mintánkban 402 diák gimnáziumba járt, 517 diák szakközépiskolába, és 114 diák szakiskolai tanulmányokat folytatott.

Eszközök

A komplex vizsgálatban (SZTE BTK Szociológia Tanszékkal közösen végzett kutatás) többféle kérdőívet töltöttek ki a válaszadók. Az egész kérdőív-battériából mi a következő mérőeszközöket használtuk:

Általános énhatékonyságot mérő skála (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993)

A skála 10 kérdésből áll és a személy énhatékonyságát méri. Négyfokú Likert-típusú válaszokat adhat a személy arra vonatkozóan, hogy mennyire igaz rá az adott kijelentés, fordított itemmel nem rendelkezik. Olyan állítások tartoznak ide, mint például: „Ha nagyon akarom, mindig sikerül megoldanom a nehéz problémákat.”

Multidimenzionális észlelt társas támogatás skála (Multidimensional Scale of Perceived Support, Cheng és Chan, 2004)

A skála 12 állítást tartalmaz, melyet a vizsgálati személyeknek egy ötfokú skálán kell értékelni. A kérdőív fordított tételt nem tartalmaz és azt méri, mennyire támaszkodhat az egyén a közvetlen környezetében élő személyekre. Három alskáláját különböztethetjük meg:

1. Család alskála: 4 állítás, pl.: „A családom igazán próbál nekem segíteni.”
2. Barátok alskála: 4 állítás, pl.: „Vannak barátaim, akikkel megoszthatom az örömeimet és a bánatomat.”
3. Szignifikáns mások alskála: 4 állítás, pl.: „Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akire számíthatok, ha szükségem van rá.”

Internetes énfeltárás skála (Revised Self-Disclosure Scale – RSDS, Lai-yee Ma és Leung, 2006)

A kérdőívet Wheelées és Grotz fejlesztette ki 1976-ban, segítségével az önbevalláson alapuló énfeltárást vizsgálták. Az eredeti változatban 5 különböző dimenziót alakítottak ki (Wheelées és Grotz, 1976, idézi: Lai-yee Ma és Leung, 2006), melyet Lai-yee Ma és Leung az internetes kommunikáció vizsgálatára alakították át. Az általuk kifejlesztett eszköz 4 különböző faktort mér (feltárlkozás, őszinteség és pontosság, pozitív és negatív természetű közlések, önfeltárás gyakorisága és mennyisége). Vizsgálatunkban az átdolgozott kérdőív két faktorát használtuk (összesen 13 állítás, ebből 5 fordított állítás), mely leginkább meghatározója az énfeltárásnak, és leginkább illeszkedett a kutatási kérdésünkhöz.

1. Feltárulkozás mélysége alszála (Control of depth): mely azt méri, hogy mennyire intimek, személyesek az egyén megnyilvánulásai az online kommunikáció során. 5 állítás tartozik ide, közülük két példa: „Bensőségesen – nyíltan és teljesen – feltárom magam az interneten folytatott beszélgetéseimben.”, „Ha egyszer felvállalom magam az interneten, akkor ezen az állapoton nem szoktam változtatni.”

2. Őszinteség és pontosság alszála: az egyén őszinteségét méri, amit az online viselkedése tükröz, illetve mennyire torzul önmaga bemutatása az internetes kommunikációban. 8 állítás tartozik ehhez a faktorhoz, így például: „Nem tudom feltárni magam az interneten, mert nem ismerem elég alaposan önmagam.” (fordított állítás), vagy: „Teljesen őszinte vagyok, amikor az érzéseimet és a tapasztalataimat megosztom az interneten.”

Internethasználati szokások kérdőív (Usage of Social Network Service, Kwon és Wen, 2010)

A kérdőív 25 állítást tartalmaz, melyben a kitöltő egy 7 fokú Likert-típusú skálán jelezheti, hogy mennyire ért egyet az állításokkal. Az állítások hét faktorba rendezhetőek, ezek a következők:

Érzékelt hasznosság: 4 állítás tartozik ide, például: „A közösségi oldalak használata képessé tett arra, hogy több információt tudjak szerezni.”

Érzékelt könnyű használat: egy példa a három állítás közül: „Könnyű volt megtanulnom a közösségi portálok használatát.”

Érzékelt támogatás, bátorítás: A faktorhoz tartozó négy állítás egyike: „Azok az emberek, akikkel a közösségi oldalakon találkozom, sok támogatást és bátorítást adnak nekem, ha megtudják, hogy nehéz (krízis) helyzetben vagyok.”

Aktuális használat: a három item közül egy: „Rendszeresen használom a közösségi oldalakat.”

Társas identitás: három állítás tartozik ide, például: „Nagyon fontos számomra, hogy abban az internetes közösségben, melynek tagja vagyok, milyen szerepet töltek be.”

Altruizmus: a három állítás egyike: „Ha a közösségi oldalon megtudom valakiről, hogy krízishelyzetben van, igyekszem bátorítani, támogatni.”

Telepresence (új világ, új lehetőség): a négy közül két példamondat: „Amíg a közösségi portálon tevékenykedek, úgy érzem, mintha egy másik világban lennék.”, „Úgy érzem, hogy a közösségi oldal egy új világot teremt számomra.”

A vizsgálatban használt kérdőívek belső megbízhatóságát a 2. táblázat mutatja.

2. táblázat. A vizsgálatban használt kérdőívek belső megbízhatósága

Kérdőívek	Belső megbízhatóság (Cronbach- α)
Énfeltárás	
• Feltárulkozás mélysége	0,67
• Őszinteség és pontosság	0,65
Énhatékonyság	0,89
Észlelt társas támogatás	0,91
• Család	0,90
• Barátok	0,92
• Szignifikáns mások	0,87
Internethasználati szokások	0,90

EREDMÉNYEK

Internet használatában megmutatkozó különbségek*Nemi különbségek*

Varianciaanalízis segítségével megvizsgáltuk, hogy milyen szignifikáns különbségek mutathatók ki a fiúk és lányok között az internethasználati szokásokban. A statisztikai eredmények azt mutatták, hogy három területen mutatható ki szignifikáns ($p = 0,05$) nemi különbség:

Érzékelt támogatás, bátorítás mértéke: az eredmények alapján a lányok ($M = 18,25$, $SD = 4,15$) szignifikánsan ($F_{(1, 1009)} = 7,72$; $p = 0,006$) nagyobb támogatásról számolnak be, mint a fiúk ($M = 17,44$; $SD = 4,26$).

Aktuális használat: a lányok ($M = 14,20$; $SD = 3,80$) szignifikánsabban ($F_{(1, 1010)} = 11,95$; $p = 0,001$) gyakrabban használják az internetet, mint a fiúk ($M = 13,35$; $SD = 3,94$).

Altruizmus: a lányok ($M = 15,73$; $SD = 3,26$) szignifikánsan ($F_{(1, 1010)} = 22,94$; $p = 0,00$) gyakrabban számolnak be arról, hogy szívesen segítenek krízishelyzetben levő társaiknak az interneten, mint a fiúk ($M = 14,59$; $SD = 3,61$).

Életkori különbségek

Középkorú mintákon képeztünk, mivel feltételeztük, hogy különbség mutatkozik az internethasználati szokásokban a 14–16 évesek és a 17–20 évesek között. Varianciaanalízis segítségével megvizsgáltuk, hogy milyen szignifikáns különbségek mutathatók ki a két életkori csoport között az internethasználati szokásokban. A statisztikai eredmények szinte minden területen szignifikáns különbséget mutattak ki az életkor alapján. A statisztikai elemzések eredményét mutatja a 3. táblázat.

Átlagos különbségek az énfeltárás mértékében*Nemi különbségek*

A varianciaanalízis eredményei alapján szignifikáns nemi különbséget találtunk mind a feltárlkozás mélysége ($F_{(1, 1003)} = 9,33$; $p = 0,002$), mind az ösztönös és pontoság ($F_{(1, 1003)} = 4,008$; $p = 0,046$) alfaktorokban. Az eredmények azt mutatták, hogy a lányok szignifikánsabban magasabb ($M = 3,87$; $SD = 0,65$) ösztönöségről számoltak be az online kommunikációjuk során, mint a fiúk ($M = 3,78$; $SD = 0,68$). Míg a feltárlkozás mélysége alapján szignifikánsan a fiúk mutattak magasabb eredményt ($M_{\text{fiú}} = 2,23$;

3. táblázat. Szignifikáns életkori különbségek az internethasználati szokásokban

Változók	F	p	M		SD	
			F*	**	F*	**
Érzékelt hasznosság	7,12	< 0,05	21,26	20,57	3,88	4,34
Érzékelt könnyű használat	18,97	< 0,05	17,31	16,54	2,55	3,01
Érzékelt támogatás, bátorítás	44,89	< 0,05	18,61	16,62	3,97	4,43
Aktuális használat	7,96	< 0,05	14,10	13,40	3,89	3,91
Társas identitás	31,52	< 0,05	11,28	9,90	3,81	3,93
Altruizmus	38,93	< 0,05	15,84	14,48	3,13	3,78
Telepresence	20,76	< 0,05	9,15	7,88	4,84	4,04

* : F- 14–16 évesek; **: I- 17–20 évesek

$SD_{\text{fiú}} = 0,66$; $M_{\text{lány}} = 2,11$; $SD_{\text{lány}} = 0,62$). Tehát a fiúk hajlamosabbak gyakrabban olyan személyes, intim információkat is megosztani magukról online kommunikációban, melyeket a személyes interakcióik során esetlegesen nem osztának meg.

Életkori különbségek

A statisztikai elemzések szignifikáns életkori különbséget ($F_{(1, 988)} = 13,45$; $p < 0,005$), is kimutattak a feltárulkozás mélysége alfaktorban a fiatalabb (14–16 évesek) és idősebb (17–20 évesek) serdülők között. Az eredmények alapján a fiatalabb korosztály hajlamosabb személyes, intim információkat gyakrabban ($M_{\text{fiatal}} = 2,23$; $SD_{\text{fiatal}} = 0,64$) megosztani másokkal online interakciójuk során, mint az idősebb csoport ($M_{\text{idős}} = 2,08$; $SD_{\text{idős}} = 0,65$).

Iskolatípus szerinti eltérések

A varianciaanalízis eredményei szerint szintén szignifikáns különbség mutatkozott ($F_{(2, 1010)} = 6,75$; $p < 0,005$), a szakiskolás, szakközépiskolás és gimnazista serdülők énfeltárásában. Az eredmények azt mutatták, hogy a szakiskolás diákok szignifikánsan gyakrabban ($M = 2,27$; $SD = 0,80$) mutatnak mélyebb énfeltárást az internetes kapcsolataikban, mint a szakközépiskolás ($M = 2,22$; $SD = 0,67$) és gimnazista társaik ($M = 2,07$; $SD = 0,57$).

Nemi különbségek az énhatékonyságban

A varianciaanalízis eredményei szerint szignifikáns nemi különbséget ($F_{(1, 979)} = 12,61$;

$p < 0,005$) lehet kimutatni a fiúk és lányok között az énhatékonyságban. Az elemzések azt mutatják, hogy a fiúk szignifikánsabban magasabb ($M_{\text{fiú}} = 30,77$; $SD_{\text{fiú}} = 4,9$) énhatékonyságról számoltak be, mint a lányok ($M_{\text{lány}} = 29,66$; $SD_{\text{lány}} = 4,8$).

Nemi különbségek az észlelt társas támogatás mértékében

Szintén szignifikáns nemi különbséget mutattak a statisztikai elemzések az észlelt társas támogatás kérdőív két alfaktorában. Az eredmények alapján elmondhatjuk, hogy mind a barátoktól ($F_{(1, 1017)} = 11,34$; $p < 0,005$), mind a szignifikáns másoktól ($F_{(1, 1018)} = 55,85$; $p < 0,005$) a lányok nagyobb társas támogatás észlelnek, összehasonlítva a fiúk eredményével (lásd 4. táblázat).

Összefüggések feltárása

Hierarchikus regresszióelemzést végeztünk, hogy az énfeltárás, az énhatékonyság és az észlelt társas támogatás kapcsolatát megvizsgáljuk.

Az énhatékonyság kialakulásában a családból és szignifikáns másoktól észlelt támogatás, az internetes kapcsolatokban való őszinteség, valamint a nemek játszanak szerepet 12%-kal magyarázva a varianciát (lásd 5. táblázat). Tehát minél több támogatást észlelnek a fiatalok családi környezetükből és a szignifikáns személyektől, annál magasabb énhatékonyságot mutatnak. A nem is jelentős prediktora az énhatékonyságnak, ahogyan azt korábban a varianciaanalízis eredményei

4. táblázat. A barátoktól és a szignifikáns másoktól észlelt társas támogatás mértéke nemi bontásban

	Fiúk		Lányok	
	M	SD	M	SD
Barátok	17,59	3,19	18,21	2,65
Szignifikáns mások	18,00	3,22	19,20	1,70

5. táblázat. Énhatékonyságot befolyásoló tényezők

Változók	R	R ² - változás	b	Béta	T	p
<i>Énhatékonyság</i> $F_{(4, 936)} = 30,14; p < 0,001$						
Észlelt társas támogatás – család	0,245	0,06	0,24	0,145	3,54	< 0,01
Énfeltárás-összintesség	0,300	0,09	1,26	0,172	5,36	< 0,01
Nem	0,328	0,11	-1,51	-0,152	-4,81	< 0,01
Észlelt társas támogatás – szign.m.	0,338	0,12	0,21	0,111	2,64	< 0,01
(Konstans)			19,36			

6. táblázat. Internetes kapcsolatokban való őszinteséget befolyásoló tényezők

Változók	R	R ² - változás	b	Béta	T	p
<i>Őszinteség</i> $F_{(3, 913)} = 36,74; p < 0,001$						
Észlelt társas támogatás – szign.m.	0,264	0,07	0,049	0,188	5,34	< 0,01
Énhatékonyság	0,319	0,10	0,024	0,174	5,41	< 0,01
Észlelt társas támogatás – család	0,329	0,12	0,018	0,090	2,57	< 0,01
(Konstans)			1,890			

is mutatták, a fiúk esetében figyelhetünk meg magasabb énhatékonyságot. Az elemzés azt is bebizonyította, hogy az őszinteség és pontosság az énfeltárásban szintén hozzájárulhat az énhatékonyság megjelenéséhez.

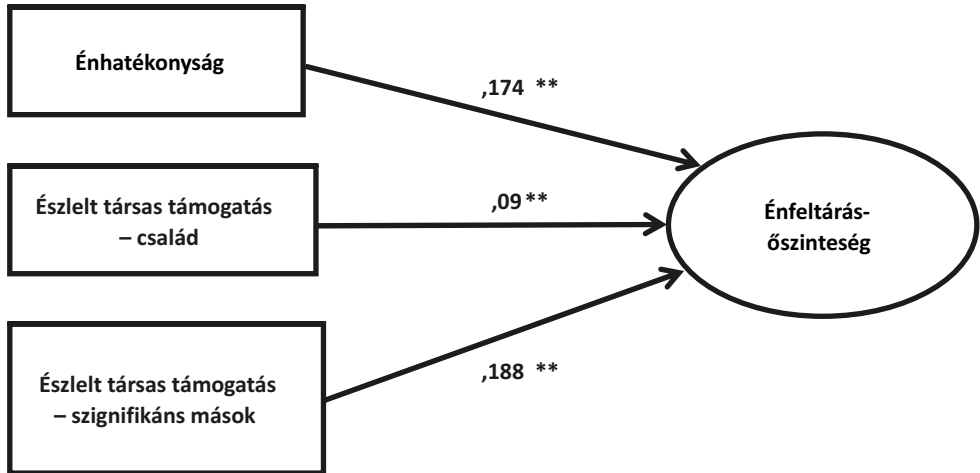
A regresszióelemzésekből kiderült, hogy az énfeltárást vizsgáló kérdőív esetében csak az internetes kapcsolatokban való őszinteség faktornak tudtuk meghatározni a prediktorait. Az elemzés azt mutatta, hogy az őszinte és pontos feltárulkozásnak a családi környezetből és a szignifikáns másoktól észlelt támogatás, és az énhatékonyság a bejövő tényezői, 12%-kal magyarázva a variáciát. Az eredmények azt tükrözték, hogy minél nagyobb támogatást észlelnek a fiatalok a családi környezetükből és a közvetlen környezetükben jelentős személyektől, annál őszintebben tárják fel magukat az online kapcsolataikban. Ehhez az őszinteséghez még az énhatékonyság is hozzájárul. Tehát minél magasabb az énhatékonyság mértéke, annál őszintebben és nyíltabban tárják fel

a fiatalok önmagukat az internetes kommunikációban (lásd 1. ábra).

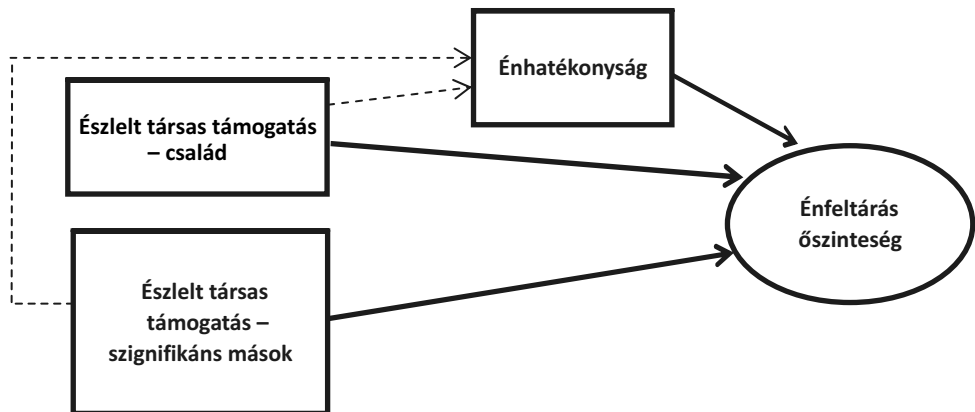
A következő, 2. ábra a regresszióelemzések eredményeit egy komplex modellben mutatja be. A modell jól szemlélteti, hogy az énhatékonyság közvetlenül is befolyásolja az online kapcsolatokban való őszinteség mértékét, valamint közvetetten, a családi környezetből és a szignifikáns személyektől észlelt támogatáson keresztül is hatást gyakorol a serdülők énfeltárására az online kapcsolatokban. Az elemzések megerősítették még a társas támogatás szerepét az internetes kapcsolatokban való őszinte feltárulkozásban is.

ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásunkban arra a kérdésre kerestük a választ, hogyan befolyásolja az internetes kapcsolatokban való énfeltárás mértékét az énhatékonyság és az észlelt társas támogatás. Egy Szegedre reprezentatív középiskolás mintán



1. ábra. Az énfeltárás összintesség faktorát befolyásoló tényezők (**: $p < 0,05$, A számok a Béta értékeket jelölik)



2. ábra. Komplex modell az énfeltárás összintesség faktorát befolyásoló tényezőkről

végzett vizsgálatunk során az alábbi kérdésekre kerestük a választ: 1. Milyen nemi és életkori különbségek mutathatók ki az online kapcsolatokra való nyitottságban? 2. Van-e különbség az internethasználati szokásokban? 3. Milyen szerepe lehet az énhatékonyság érzésének mint az önszabályozás folyamatának meghatározó tényezőjének abban, ahogyan észlelik a fiatalok a társas kapcsolataikat? 4. Hogyan élük meg személyes, intim életünket egy anonim, online helyzetben?

Vizsgálati eredményeink alátámasztották első hipotézisünket, amelyben feltételezzük, hogy az internethasználati szokásokban nemi különbségek azonosíthatók. Eredményeink szerint a lányok gyakrabban használják az internetet, valamint több támogatást és bátorítást érzékelnek online helyzetben, mint a fiúk. Kimutatható volt még, hogy a lányok szívesebben is segítenek krízishelyzetben levő társaiknak, és szívesebben hallgatják meg mások problémáit. Ezek az eredmények alátámasztják

Sebő (2012) kutatási megállapításait, miszerint a nők gyakrabban használják az internetet, hasznosabbnak érzik, nagyobb jelentőséget tulajdonítanak az interneten keresztül megnyilvánuló társas támogatottságnak, és őszintébbek internetes kapcsolataikban, mint a hasonló korú férfi társaik. Adataink tehát alátámasztják azokat a korábbi megállapításokat, amelyek hangsúlyozzák, hogy az online támogatás keresésében a női nem kitüntetett szerepben van (vö. Szenes és Sebő, 2012).

Kutatásunk második hipotézisében Leung (2007) korábbi megállapításaira támaszkodva feltételeztük, hogy életkori eltéréseket találunk az internethasználati szokásokban. Valószínűsítettük, hogy minél fiatalabb a serdülő, annál hasznosabbnak véli az internetet, illetve annál gyakrabban használja, annál nélkülözhetetlenebbnek gondolja az online életet. Hipotézisünk bebizonyosodott, mivel kutatásunk arra is rávilágított, hogy a 14–16 éves fiatalok életében az internet sokkal jelentősebb szerepet tölt be, mint egy-két évvel idősebb társaik esetében. Ők szignifikánsan gyakrabban és könnyebben is használják az internetet, több támogatást érzékelnek. Elengedhetetlenek bizonyul számukra, mivel társas identitásuk, csoporthoz tartozás érzésük megélése valósul meg az internetes kapcsolattartási formák útján. Ezen túlmenően kutatási eredményeink azt is körvonalazzák, hogy az internet világa a serdülők számára egy új lehetőséget, egy új világot jelent, amely teljesen elszigetelten létezik a hétköznapi valóságtól. Az internet világa egy valós élettér (vö. Tari, 2011), egy találkozási színtér, amely nélkül nehezen tudnak megenni. (2. hipotézis)

A virtuális térben kibontakozó kapcsolatok jelentőségét megragadó adataink alátámasztják Furman és Buhrmester (1985) ko-

rábbi kutatási adatait és következtetéseit, amelyekben kapcsolatot találtak a baráti kapcsolatok minősége és a pszichés problémák megjelenése között. Azon fiatalok esetében, akik szegényesebb baráti kapcsolatrendszerrel rendelkeznek, és az internetet kommunikációra használták, kisebb mértékű depressziót azonosítottak. Esetükben az interneten keresztüli kommunikáció egy védőfaktorot jelenthet a pszichés problémák megjelenésében. Ezzel szemben azok a fiatalok, akik kevés és nem mély baráti kapcsolattal rendelkeztek és az internetet nem kommunikációra használták, a depresszió és a szorongás kialakulásában rizikócsoporthként jelentek meg. Ezek az eredmények az online kommunikáció *társas kompenzációs modell* hatását támogatják. Minél több társas támogatásban részesülnek a serdülők akár online, akár offline, annál kevésbé érzik elkeserítőnek a stresszes életeseményeket, melyekkel serdülőkorban találkozhatnak. Ezzel párhuzamosan azonban azt is fontos megemlíteni, minél több társas támogatást kapnak online, vagy minél hatékonyabban tudnak megküzdeni az őket érő stresszel az internet használatának segítségével, annál inkább motiváltak lesznek arra, hogy az internethasználatot összekössék a társas kompenzációval és azt a hangulatuk kezelésére, javítására használják, ami pedig a problémahelyzettel való aktív megküzdést nem segíti elő (Li, Wang és Wang 2009).

Összességében elmondható, hogy a gátlottság hiánya, az anonimitás, és az arra való képesség, hogy valaki másnak a benyomását, a róla alkotott képét befolyásolja, személyes kapcsolati kényszer nélkül, azzal a képességgel társulva, hogy kiválassza a célközönséget, akinek prezentálhatja ezt az ideális selfet, magyarázatot jelenthet arra, hogy néhány használó jobban érzi magát online, mint off-

line környezetben. Ugyanakkor fontos látnunk, hogy ez a jelenség egy ördögi kör kialakulásához vezet, amelyben a magányos serdülők online próbálják meg a kapcsolati hiányukat, társas készségeiket pótolni és megszerezni, de mindeközben éppen ez az online idő az, ami a nem online töltött társas életükben hiányokat okoz, és más való életbeli problémákhoz vezet.

KITEKINTÉS

A társas támogatás keresése manapság egyre gyakrabban nemcsak face-to-face kommunikációban történik, hanem egyre nagyobb jelentőséget kapnak az online tanácsadás különböző formái. Alapvetően a 70-es években terjedtek el a különböző online önszolgáltató csoportok, melyek anonim volta hozzájárult a népszerűségükhöz és az elterjedésükhöz. Ezek után a 80-as évektől kezdtek el megje-

lenni a hírcsoportok, elektronikus levelezőlisták, online támogató csoportok, melyek alkalmasak bizonyos témák megbeszélésére, tanácsadásra. Az internetes támogató csoportok alapvetően népszerűek a serdülők körében, főként azért, mert az információ gyorsan, könnyen, ingyen elérhető számukra, és nagyon széles a felkínált információ tárháza. Kutatások bizonyítják (Seepersad, 2009), hogy az online támogatás előnyei között szerepel az őszinteség és nyíltság (kevésbé szigorú, becsmérlő válaszok helyett több egyenes választ kaphatnak), a kevesebb negatív ítékezés, a kisebb kötelezettség a viszontsegítésre, támogatásra, a kevesebb kapcsolati függőség. Megfigyelhető, hogy online támogatás esetén sokkal gyorsabb támogatáskeresési képesség jelenik meg, jobban kezelhető a stigmatizálódás a szociális távolságtartás révén, és természetesen sokkal intimebb önfeltárlkozást tesz lehetővé az anonimitás által.

SUMMARY

SELF-DISCLOSURE IN ONLINE COMMUNICATION

– IN RELATION TO PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND SELF-EFFICACY

Background and aims. The aim of our study is to determine the effects of Computer-Mediated Communication (CMC) on adolescents' contact making habits. In the focus of our study, we try to clarify the relationships between openness in internet communication with self-efficacy and perceived social support. Self-efficacy is really important in the self-regulation process. In Bandura's social cognitive theory (1994), the role of observational learning and social experience in the development of personality could play an important role in the self-regulation process. The other factor which could influence the relevance of online communication is social support (Kaplan, et. al., 1977). *Methods.* We carried out a representative research in Szeged, Hungary. 1034 high school students (Mean age: 16.45 years) took part in the study. They had to fill in the Hungarian versions of the General Self-Efficacy Scale (Kopp, Schwarzer & Jerusalem, 1993), the Revised Self-Disclosure Scale (Lai-yee Ma, Leung, 2006), the Multidimensional Social Support Scale (Cheng & Chan, 2004) and the Usage of Social Network Service Scale (Kwon & Wen, 2010). *Results.* Results have shown that there are

significant gender differences in self-efficacy, self-disclosure and internet usage habits. Giving and asking for support in online environment is much more relevant for girls compared to boys. *Conclusions.* Our results demonstrated that self-efficacy could influence directly and indirectly, via social support from the family, the level of self-disclosure in online communication.

Keywords: Generation Z, self-disclosure, online communication, perceived social support, self-efficacy

IRODALOM

- BANDURA, A. (1994): Self-efficacy. In: RAMACHAUDRAN, V. S. (ed.): *Encyclopedia of human behavior*. 4. Academic Press, New York. 71–81.
- BARTON, A. L., KIRTLEY, M. S. (2012): Gender differences in the relationships among parenting styles and college student mental health. *Journal of American College Health*, 60(1), 21–26.
- BUOTE, V. M., WOOD, E., PRATT, M. (2009): Exploring similarities and differences between online and offline friendships: The role of attachment style. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 560–567.
- CHENG, S-T., CHAN, A. C. M. (2004): The multidimensional scale of perceived social support: dimensionality and age and gender differences in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1359–1369.
- FONAGY, P. (1996): Patterns of attachmentinterpersonal relationships and health. In: BLANE, D., BRUNNER, E., WILKINSON, R. (ed.): *Health and Social Organization*. Routledge, New York, NY. 125–151.
- FRANK, G., PLUNKETT, S. W., OTTEN, M. P. (2010): Perceived Parenting, Self-Esteem and General Self-Efficacy of Iranian American Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 738–746.
- FURMAN, W., BUHRMESTER, D. (1985): Children’s perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21(6), 1016–1024.
- HORRIGAN, J., LEE RAINIE-FOX, S. (2001): *Online Communities: Networks that nurture long distance relationships and local ties*. Pew Internet & American Life Project.
- HULLÁM I., MUHAI L. (2010): Új típusú függőségek az információs társadalomban és azok hatása az informatikai biztonságra. *Hadtudományi Szemle*, 3(2), 70–76.
- JERUSALEM, M. SCHWARZER, R. (1986): Selbstwirksamkeit. In: SCHWARZER, R. (ed.): *Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit*. Berlin: Institut für Psychologie, Freie Universität Berlin. 15–28.
- JUKES, I., DOSAJ A., (2006): Understanding Digital Children, Teaching & Learning in the New Digital Landscape. *The InfoSavvy Group, Singapore MOE Mass Lecture*.
- KAPLAN, B. H., CASSEL, J. C., GORE, S. (1977): Social support and health. *Medical Care*, 15(5), 47–58.

- KESHAVARZ, S., BAHARUDIN, R. (2012): The moderating role of gender on the relationships between perceived paternal parenting style, locus of control and self-efficacy. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 32, 63–68.
- KIM, J., LAROSE, R., PENG, W. (2009): Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 451–455.
- KOPP, M. S., SCHWARZER, R., JERUSALEM, M. (1993): *Hungarian Questionnaire in Psychometric Scales for Cross-Cultural Self-Efficacy Research*. Zentrale Universitäts Druckerei der FU Berlin.
- KWON, O., WEN, Y. (2010): An empirical study of the factors affecting social network service use. *Computers in Human Behavior*, 26(2), 254–263.
- LAI-YEE MA, M., LEUNG, L. (2006): Unwillingness-to-communicate, perceptions of the internet and self-disclosure in ICQ. *Telematics and Informatics*, 23(1), 22–37.
- LI, H., WANG, J., WANG, L. (2009): A Survey on the Generalized Problematic Internet Use in Chinese College Students and its Relations to Stressful Life Events and Coping Style. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(2), 333–346.
- LEUNG, L. (2007): Stressful Life Events, Motives for Internet Use, and Social Support Among Digital Kids. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 204–214.
- LUSZCZYNSKA, A., GUTIÉRREZ-DONA, B., SCHWARZER, R. (2005): General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International Journal of Psychology*, 40(2), 80–89.
- LUSZCZYNSKA, A., MALLACH, N., PIETRON, K., MAZURKIEWICZ, M., SCHWARZER, R. (2010): Intentions, planning, and self-efficacy predict physical activity in Chinese and Polish adolescents: Two moderated mediation analyses. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(2), 265–278.
- MORAHAN-MARTIN, J., SCHUMACHER, P. (2003): Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659–671.
- PIKÓ B. (1996): Az egészségi állapot szociális dimenziója: a társas támogatás. Kutatási modell. *Végeken*, 7(1), 20–24.
- PRENSKY, M., (2001a): Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), MCB University Press.
- PRENSKY, M., (2001b): Do they really think differently? *On the Horizon*, 9(6), MCB University Press.
- SEBŐ T. (2012): A férfiak segítségkérő viselkedése és az internet világa. In: KÖRÖSSY J., KÖVÁRY Z. (szerk.): *Fiatалok biztonságkeresési stratégiái az információs társadalomban*. Primaware, Szeged.
- SEEPERSAD, S. (2009): Coping with Loneliness: Adolescent Online and Offline Behavior. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1), 35–39.
- SMITH, G. J. (2007): Parenting Effects on Self-Efficacy and Self-Esteem in Late Adolescence and How Those Factors Impact Adjustment to College. *Online Submission*.
- SZENES M., SEBŐ T. (2012): Valódi segítség a virtuális térben. Az „elvezetesonline.hu” szolgáltatásainak kezdeti tapasztalatai a Szegedi Tudományegyetemen. In: KÖRÖSSY J.,

- KÖVÁRY Z. (szerk.): *Fiatalok biztonságkeresési stratégiái az információs társadalomban*. Primaware, Szeged.
- TAPSCOTT, D. (1998): *Growing up digital: the rise of the Net generation*. McGraw Hill, New York.
- TARI A. (2011): *Z generáció*. Tercium Kiadó, Budapest.
- TISSERON, S. (2010): A képek új kultúrája. In: LE BRETON, D. (ed.): *Serdülőök világa. Kétségek és önmegvalósítás*. Pont Kiadó, Budapest.
- UJHELYI A. (2013): Digitális nemzedék – Szociálpszichológiai szempontból. Tanulmány. In: LÉVAI D. (szerk.): *Digitális Nemzedék Konferencia. Konferenciakötet*.
- VALKENBURG, P. J., SCHOUTEN, A. P. (2005): Developing a model of adolescent friendship formation on the internet. *Cyberpsychology & Behavior*, 8. 423–430.

„NEM SZERETNÉM MEGOLDANI.”

A KORTÁRSI PROBLÉMÁK MEGOLDÁSÁVAL KAPCSOLATOS
NEGATÍV ORIENTÁCIÓ VIZSGÁLATA SERDÜLŐK KÖRÉBEN



KASIK László

Szegedi Tudományegyetem Neveléstudományi Intézet
kasik@edpsy.u-szeged.hu

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: Igen sok információval rendelkezünk a személyközi problémák serdülőkori megoldásának jellemzőiről, ám az utóbbi évtizedben egyre több kísérlet, segítő-fejlesztő program mutatott rá arra, hogy a különböző mérőeszközök által nyújtott információk nem mindig elegendőek a hatékony fejlesztéshez. A szociálisprobléma-megoldás esetében a legtöbb elemzés a negatív orientációval kapcsolatban jutott erre a következtetésre. Egy longitudinális felmérés során (N = 180) három éven át vizsgáltuk a kezdetben 12 éves tanulók szociálisprobléma-megoldását, majd a második évben egy pilotkutatás keretében tártuk fel részletesebben, miért nem szeretnék, nem akarják az akkor 13 éves tanulók (N = 52) megoldani kortársaikkal kapcsolatos problémáikat. *Módszer:* A longitudinális mérést a Social Problem Solving Inventory–Revised (SPSI–R; D’Zurilla, Nezu és Maydeu-Olivares, 2002) adaptált változatával (Kasik, Nagy és Fűzy, 2009) végeztük, ami a pozitív és a negatív orientáció, valamint a racionális, az impulzív és az elkerülő megoldási stílus mérésére alkalmas. A pilotkutatásba azokat a diákokat vontuk be, akik egyaránt magas értéket értek el a negatív orientáció és az elkerülés faktoron mindkét évben. Két kérdésre kellett írásban válaszolniuk: (1) Általában hogy érzed, szeretnéd megoldani a társaiddal kapcsolatos problémáidat? (2) Ha nem, miért nem? *Eredmények:* A kérdőíves vizsgálat alapján 12–14 éves kor között a pozitív orientáció nem változik, az impulzivitás fokozatosan nő, a racionalitás, az elkerülés és a negatív orientáció 13 éves kortól jelentősen nő. A negatív orientáció hátterében álló okok kategóriái közül több teljes mértékben megegyezik az SPSI–R által megfogalmazott tételek tartalmával (pl. negatív énhatékonyság, szükségtelenség), ám több olyan kategóriát különítettünk el (pl. szokás/minta, várakozás/kezdeményezés, pozitívum), amelyekről nem nyújtott információt a kérdőíves kutatás. *Következtetések:* A kismintás kutatás is alátámasztja azt a feltevést, hogy a problémával és annak megoldásával kapcsolatos negatív orientáció értelmezéséhez szükséges a legtöbb kérdőív által mért területeken kívül továbbiak figyelembevétele. A jövőben további, nagyobb mintán végzett feltáró elemzéseket, illetve egy új – a negatív orientációt részletesebben feltáró – kérdőív kidolgozását tervezzük.

Kulcsszavak: társas problémák megoldása; negatív orientáció; pilotkutatás; 13 évesek

BEVEZETÉS

„Nem szeretném megoldani”

A személyközi (társas, interperszonális, szociális) problémák megoldásának mikéntje alapvető fontossággal bír az életünkben. Háttal van pszichés jóllétünkre (pl. Elliott, Bush és Chen, 2006), tanulmányi-szakmai előmenetelünkre (pl. Rodriguez-Fornells és Maydeu-Olivares, 2000), meghatározza a különböző csoportokba és a társadalomba való beilleszkedésünket (pl. Lindsay, Hamilton, Moulton, Scott, Doyle és McMurran, 2011). Az utóbbi két évtizedben egyre több kutatás hívja fel a figyelmet arra, hogy a szociális-probléma-megoldás alapvetően a problémához és a probléma megoldásához való viszonyulásunktól függ: meg akarjuk, meg szeretnénk oldani a problémát vagy sem (McMurran és McGuire, 2005).

Számtalan oka lehet annak, miért nem szeretnénk, nem akarjuk megoldani az adott társas problémát. Chang, D’Zurilla és Sanna (2004) szerint a „nem szeretném” vagy a „nem akarom” az egyén problémához és annak megoldásához való negatív viszonyulását fejezi ki, ami – többek között – magában foglalja az alacsony énhatékonyságot, a megoldás szükségtelenségének érzését és a hatékony megoldásba vetett alacsony hitet. A negatív orientáció jellemző lehet egy adott probléma esetén, az egyén által hasonlóknak vélt problémáknál, ám általánossá is válhat, jelentős mértékben akadályozva a hatékony életvezetést.

Frauenknecht és Black (2009), Conger és Dogan (2007), Strough és Keener (2013), valamint Webster-Stratton (2011) kutatásai alapján a gyermek- és serdülőkorban mutatott, bármilyen intenzitású negatív orientáció – akárcsak ellentéte, a pozitív viszonyulás –

nagymértékben a családi közegen, a szülők nevelési gyakorlatán múlik (pl. miként viszonyulnak a problémákhoz, hogyan kommunikálják azokat, milyen megoldási módokat alkalmaznak), és az e szocializációs közegben tapasztaltak mint minták a későbbiek folyamán is meghatározóak. Hazai és külföldi vizsgálatok (pl. Jessor, Turbin és Costa, 1998; Kasik, Guti és Gáspár, 2014) eredményei egyaránt azt mutatják, hogy igen sok gyermek és serdülő nem lát otthon megfelelő mintát arra, miként érdemes viszonyulni a problémákhoz, azokat hogyan lehetséges hatékonyan megoldani (pl. D’Zurilla et al., 2002).

Cobb (2006) szerint a családtagokkal kapcsolatos problémákhoz való viszonyulás (a problémák megoldási módja úgyszintén) igen hamar megjelenik iskolai, kortársi környezetben: amennyiben a családi és a kortársi problémák között összefüggést fedeznek fel a diákok, hasonló attitűdöt mutatnak és hasonló eszközökkel oldják meg kortársi problémáikat. Mivel az idő előrehaladtával problémamegoldásunk egyre személyspecifikusabb (pl. D’Zurilla, Nezu és Maydeu-Olivares, 2002; Eskin, 2013; Kasik, 2015), vagyis egyre jobban függ a másik fél jellemzőitől, a vele való viszonyunktól és a vele kapcsolatos társas tapasztalatainktól, ezért kialakulnak a kortársi problémákkal kapcsolatos speciális megoldási módok, eszközök és viszonyulások. Ugyanakkor Cobb (2006) szerint ezek teljesen sosem válnak el a szülőkkel kapcsolatosaktól, azok nyoma életünk végéig felfedezhető.

Az, hogy valaki negatívan vagy pozitívan viszonyul egy társas problémához és annak megoldásához, a szociálisprobléma-megoldás során egy döntés eredménye, ami lehet tudatos és nem tudatos (D’Zurilla et al., 2002). D’Zurilla és Nezu (2007) szerint

a döntés és annak tudatossága attól függ, miként értelmezik a problémát (pl. kihívás vagy támadás), hogyan vélekednek annak megváltoztathatóságáról (pl. nem változtatható meg vagy megváltoztatható), illetve milyen mértékben aktiválódnak az ezzel kapcsolatos minták, szokások.

Az orientációs részfolyamatot a megoldói részfolyamat követi, ami során a probléma definiálása, elemzése, alternatív megoldási módok keresése, ezek értékelése, a legalkalmasabbnak tűnő megoldás kiválasztása történik, amit legtöbbször valamilyen viselkedésben megnyilvánuló kivitelezés (megoldás) követ. Bár e folyamat az óvodáskor végétől egyre nagyobb egyéni különbséget mutat (Landy, 2009; Kasik és Gál, 2014), elkülönítenek három általános megoldói stílust: racionális, impulzív és elkerülő. E stílusok különböző kombinációkat alkothatnak akár egy-egy probléma megoldása során is a probléma, az adott helyzet és a szereplők – gondolatai, érzései, viselkedése – függvényében (Chang et al., 2004; D’Zurilla és Nezu, 2007; D’Zurilla et al., 2002).

Chang és munkatársai (2004) szerint a problémamegoldás sikeressége, hatékonysága alapvetően az orientációs stílustól függ, és a negatív orientációt nagyobb arányban követi impulzív vagy elkerülő megoldás, mint a pozitív orientációt, ami a racionalitással mutat szoros összefüggést. Mindezt több kutatási eredmény megerősíti (pl. Ajtay, Bérdi, Szilágyi és Perczel Forintos, 2012; Kasik, 2014, 2015), ám azt a megállapításukat, miszerint a megoldói folyamat az életkor növekedésével egyre tudatosabban szabályozott, több felmérés eredménye cáfolta. Frauenknecht és Black (2009) vizsgálatai alapján a múltbéli tapasztalatok alapján formálódó sémák és az azokhoz szorosan kapcsolódó, automatikusan megjelenő, gyakran

negatív gondolatok és érzelmek akadályozhatják a – nem feltétlenül adekvát megoldást eredményező – tudatos szabályozást.

A szociálisprobléma-megoldás mérésére kidolgozott eszközök – többnyire kérdőívek – többségének az orientációs és a megoldói részfolyamat jellemzőinek együttes feltárása a célja. Az egyik leggyakrabban alkalmazott ilyen kérdőív a Social Problem Solving Inventory–Revised (SPSI–R, D’Zurilla, Nezu és Maydeu-Olivares, 2002, magyar változat: Kasik, Nagy és Füzy, 2009). Rövid, 25 ítemes változata a negatív és a pozitív orientáció, a racionalitás, az impulzivitás és az elkerülés jellemzőit tárja fel; hosszabb, 52 kijelentésből álló változatával a három megoldási stílus, főként a racionális, részletesebben vizsgálható. A kijelentések értékelésekor (1: egyáltalán nem jellemző rám – 5: nagyon jellemző rám), mindkét változat esetében, bárkire gondolhat a kitöltő, vagyis a kérdőív nem személyspecifikus. Ám tudjuk, hogy a válaszok ebben az esetben is néhány emberrel (serdülőkorban egyre inkább kortársakkal) kapcsolatos probléma megoldásával összefüggő tapasztalat, gondolat, érzés alapján születnek (Chang et al., 2004).

Az orientációval kapcsolatos kijelentésekkel a már említett énhatékonyság, a megoldás szükségessége, a megoldásba vetett hit, a megoldás következményének becslése, a megoldás és a jövő kapcsolatáról gondoltak, valamint a megoldással járó frusztráció kezelése mérhető. A racionalitás faktorhoz tartozó tételek a tények mentén történő problémamegoldást, több alternatív megoldás végiggondolását, a következmények alapos számbavételét; az impulzivitás tételei a gyors döntéshozatalt, a következmények gyakori figyelmen kívül hagyását, az érzelemalapú, gyakran a negatív érzelmek meghatározta megoldást; az elkerülést kifejező kijelentések

a halogatást, a negligálást, a várakozást, a tehetetlenség érzését, a megoldás helyett más tevékenység végzésének preferálását fejezik ki.

A külföldi, az SPSI–R-t is alkalmazó felmérések eredményei alapján az elmúlt két évtizedben nagyon sok segítő-fejlesztő programot dolgoztak ki gyermek- és serdülőkorúak számára (pl. Heppner, Witty és Dixon, 2004; McGuire, 2001; Shure, 1997; Walker, Degnan, Fox és Henderson, 2013). A különböző országokban végzett felmérések adatai hasonló tendenciákra hívják fel a figyelmet. A serdülőkorban igen jelentős egyéni különbségek tapasztalhatók mind a problémaorientáció, mind a megoldási stílusok és ezek kombinációinak változásában, illetve a kulturális tényezők eltérő szereppel bírnak a fejlődésben. Fokozatosan nő a negatív orientáció mértéke, egyre pesszimistábban látják problémáikat a serdülők, egyre gyakrabban kerülnek el problémáikat, azokkal nem akarnak foglalkozni, illetve igen magas impulzivitás jellemző rájuk már a serdülőkor elején is, és mindez igen sok diák esetében nem magyarázható azzal, hogy „ez a serdülőkor sajátja”.

Néhány program hatásvizsgálata során derült fény arra, hogy bár a fejlesztési alapelvek egyikét betartották (csak azon területek fejlesztése történt, amelyekkel kapcsolatban megbízható empirikus adatokkal rendelkeztek), ám a program során több olyan új gyakorlatot, feladatot is végeztek a diákokkal, amihez nem volt kapcsolható empirikus adat, ugyanakkor a gyakorlat során tapasztaltak indokolták alkalmazásukat (Bell és D’Zurilla, 2008; Eskin, 2013). Az egyik ilyen – és az e tanulmányban bemutatott pilotkutatáshoz szorosan kapcsolódó – gyakran előforduló eltérés a problémaorientáció fejlesztését érinti. Eskin (2013) szerint igen sok információ szerezhető az SPSI–R orientációt feltáró kijelentései alapján, akár-

csak más hasonló mérőeszközzel (pl. SPSI–A, Frauenknecht és Black, 2009), de a programbeli nem tervezett, új gyakorlatok, feladatok azt mutatják, lehetséges, hogy nem adnak elegendő információt. Jobb helyzetben van az a projekt, ahol több eszközzel gyűjtenek adatokat e területről, ugyanakkor, áttekintve a leggyakrabban használt és megfelelő reliabilitás- és validitásmutatókkal rendelkező kérdőíveket (l. Kasik, 2015), kevés olyan található, ahol az orientáción belül a leggyakrabban mért területeken kívül más lehetséges jellemzőt is vizsgálnak (pl. kötődés a másik félhez, a másik fél lehetséges gondolatai a közös problémával kapcsolatban).

VIZSGÁLAT

Célok

A 2009-ben, 12 évesekkel indított, hároméves longitudinális mérés (Kasik, 2014, 2015) célja a SPSI–R által mért pozitív és negatív orientáció, valamint a három megoldási stílus (racionális, impulzív, elkerülő) jellemzőinek és változásának azonosítása volt. A második évben (2010) a két mérés eredményei alapján döntöttünk úgy, hogy egy pilotmérés keretében részletesebben megvizsgáljuk, miért nem szeretnék megoldani kortársaikkal kapcsolatos problémáikat a diákok. Egyrészt a személyspecifikusság miatt szűkítettük a kört, a kortársi problémákkal kapcsolatos negatív viszonyulás lehetséges okait akartuk minél pontosabban látni; másrészt egy másik 2010-es mérés (Kasik, 2015) eredménye azt mutatta, hogy 12-13 éves korban a kortársakkal kapcsolatos problémák a legváltozatosabbak, melyek gyakran jobban foglalkoztatják a diákokat, mint a szüleikkel és a pedagógusaikkal kapcsolatosak.

Minta

A kérdőíves vizsgálatban 180-an vettek részt az ország különböző megyéiben található általános iskolákból. Az önjellemzés mellett a szülők (kizárólag az anyák) és az osztályfőnökök is jellemezték a diákokat. Az első évben mindegyik diák 6. évfolyamos volt, 63%-uk elvált családban élt (édesanyjával vagy édesanyjával és testvérével, testvéreivel), 80%-uknál az anya legmagasabb iskolai végzettsége érettségi vagy főiskolai diploma, ugyanez az apák esetében 64%. A háttérváltozók számottevően nem változtak a három év alatt.

A longitudinális mérés második évében (2010), amikor a diákok 13 évesek voltak, a negatív orientáció és az elkerülés szoros kapcsolata miatt döntöttünk úgy, hogy a 180 diákból azokat választjuk ki a pilotkutatásba, akik önjellemzésük alapján magas értéket értek el (25 pontból 24-et vagy 25-öt) mindkét évben mindkét faktoron, így ebben a mérésben 54 diák vett részt, ebből 38 lány (73%). A diákok 60%-a élt csak az édesanyjával és testvérével vagy testvéreivel.

Mérőeszközök és eljárás

Az SPSI–R kérdőív adaptált változata (Kasik, Nagy és Fűzy, 2009) mindegyik évben és mindegyik értékelő (diák, anya, pedagógus) esetében jó megbízhatósági mutatóval bírt (Cronbach- α : 0,72 vagy e feletti), a faktorstruktúra az eredetivel megegyező (KMO: 0,82 vagy e feletti) volt. A kiegészítő mérés során az 54 diáknak az volt a feladata, hogy írásban válaszoljon e két kérdésre: (1) *Általában hogy érzed, szeretnéd megoldani a társaidkal kapcsolatos problémáidat?* (2) *Ha nem, miért nem?* A tanulók közül kettő (mindkettő fiú) írta azt, hogy általában meg szeretné oldani a problémáit, így nem vála-

szoltak a második kérdésre, tehát 52 tanuló válaszait elemeztük. Annak érdekében, hogy minél több okra fény derüljön, nem adtunk meg mennyiségi korlátot.

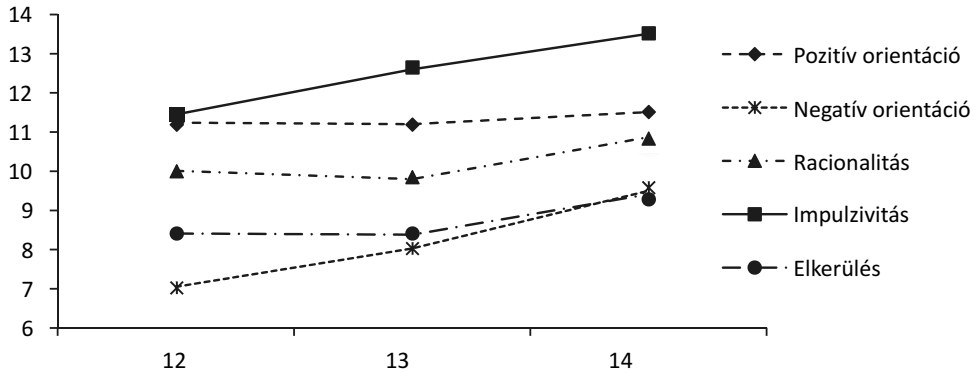
Összesen 106 választ kategorizáltunk (1 válasz: 17 fő, 2 válasz: 20 fő, 3 válasz: 10 fő, 4 válasz: 4 fő, 5 válasz: 1 fő). Két, e témában jártas bíráló sorolta kategóriákba a válaszokat (előzetesen nem határoztunk meg kategóriákat), majd egy harmadik szakértővel együtt véglegesítettük a kategória-rendszert és a válaszok, válaszrészecskék besorolását.

Adatfelvétel

A kérdőíveket egy tanítási órán töltötték ki a tanulók a pedagógusok felügyelete mellett. A pilotmérésre napközis foglalkozás vagy osztályfőnöki óra keretében került sor, szintén a pedagógusok ügyeltek arra, hogy a diákok nyugodtan válaszolhassanak a kérdésekre. Mind a kérdőíves, mind a kiegészítő méréshez rendelkezünk iskolai (igazgatói) és szülői engedéllyel is.

EREDMÉNYEK

Elsőként a longitudinális vizsgálat eredményeit – az életkori változást és a nem szerinti eltéréseket – mutatjuk be. A *Miért nem?* kérdésre adott válaszok (a negatív viszonyulás okainak) kategóriákba sorolása mellett az elemzés során arra voltunk kíváncsiak, hogy (1) a felsorolt okok milyen kategóriák szerinti megoszlást mutatnak; (2) a 13 éves fiúk és lányok válaszainak kategóriák szerinti megoszlásában van-e jelentős különbség; (3) milyen kapcsolat áll fenn a kategóriák között; (4) illetve az egy és a több okot felsoroló tanulónkénti válaszok milyen mintázatot mutatnak, továbbá ezen mintázatok milyen gyakorisággal fordulnak



1. ábra. A kérdőíves vizsgálat eredménye a tanulók önjellemzése alapján (ANOVA, Bonferroni, átlag/év)

1. táblázat. A kérdőíves vizsgálat eredménye a tanulók önjellemzése alapján

Faktor	12 éves átlag (szórás)	13 éves átlag (szórás)	14 éves átlag (szórás)	Változás
Pozitív orientáció	11,24 (1,66)	11,2 (1,07)	11,51 (1,09)	12 = 13 = 14
Negatív orientáció	7,05 (1,10)	8,03 (1,22)	9,50 (1,55)	12 = 13 < 14
Racionalitás	10,01 (1,22)	9,80 (1,78)	10,87 (1,67)	12 = 13 < 14
Impulzivitás	11,45 (1,20)	12,60 (1,76)	13,51 (1,21)	12 < 13 < 14
Elkerülés	8,41 (1,51)	8,38 (1,32)	9,41 (1,45)	12 = 13 < 14

Megjegyzés: = nincs szignifikáns eltérés; < szignifikánsan magasabb érték ($p < 0,05$)

elő. A pilotkutatás eredményeit ebben a sorrendben ismertetjük.

A longitudinális vizsgálat eredményei mint előzmények

A longitudinális mérés 2009 és 2011 között zajlott. Bár a pilotmérésbe az első és a második mérés eredményei alapján választottuk be a diákokat, az 1. ábra mindhárom év eredményeit tartalmazza. A pilotkutatásba való kiválasztás az önjellemzéssel kapott adatok alapján történt, így ezeket az értékeket tüntettük fel, a szülőket és a pedagógusokat nem. Az értékelők közötti kapcsolat a korábbi keresztmetszeti vizsgálatokban azonosítottakkal megegyező volt: mindhárom évben és mindegyik faktoron az anya és a gyermek által

adott értékelés közötti kapcsolat a legerősebb, illetve a pedagógus-szülő értékelésének kapcsolata a leggyengébb (részletesebben l. Kasik, 2014, 2015).

Az 1. ábra alapján a 12 éves korban jellemző pozitív és negatív orientáció, valamint a racionalitás és az elkerülés egy évvel később hasonló mértékű, jelentős változás nem történt, ám az impulzivitás szignifikánsan nőtt ($F = 12,01$). A 14 éves korban mért adatok – a pozitív orientáció kivételével – mindegyik faktor esetében növekedést mutattak (negatív orientáció: $F = 13,57$; racionalitás: $F = 12,21$; impulzivitás: $F = 12,67$; elkerülés: $F = 11,06$ – minden esetben $p < 0,05$).

Mindhárom mérés alapján (kétmintás t-próba, minden esetben $p < 0,05$) az impul-

zivitás és az elkerülés a lányokra (impulzivitás: 12 éves korban: $t = 3,55$; 13 éves korban: $t = 3,34$; 14 éves korban: $t = 2,45$; elkerülés: 12 éves korban: $t = 2,98$; 13 éves korban: $t = 3,01$; 14 éves korban: $t = 3,11$), a 14 éves korban mért adatok alapján a negatív orientáció a lányokra ($t = 3,87$), a racionalitás a fiúkra ($t = 2,76$) volt jellemzőbb.

Miért nem? – a pilotkutatás eredményei

A válaszok kategória-rendszere, valamint a fiúk és a lányok válaszainak megoszlása

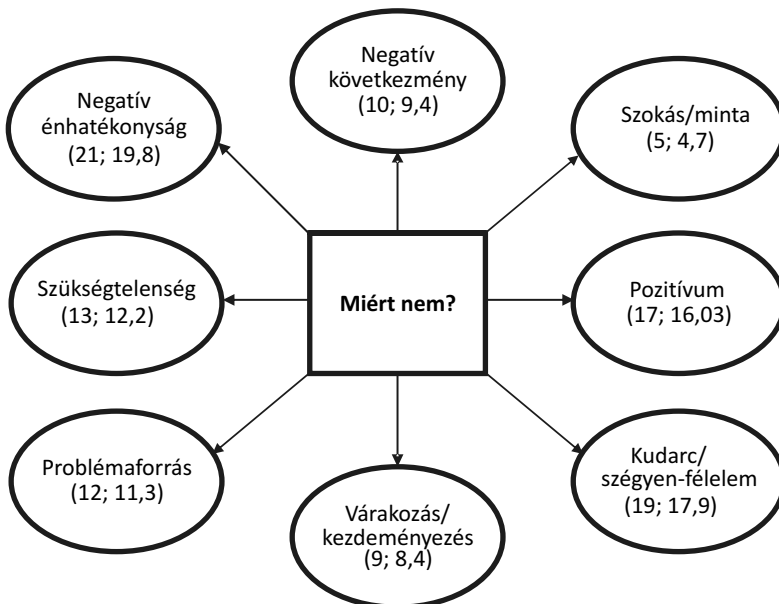
Az SPSP-R negatív orientáció faktorában az éhhatékonyaságot, a megoldásba vetett hitet, a megoldás szükségességét, következményének becslését, a megoldás és a jövő kapcsolatáról gondoltakat, valamint a megoldással járó frusztráció kezelését kifejező, ezekkel kapcsolatos negatív kijelentések olvashatók. A 13 éves diákok válaszainak kategorizálása alapján e területek mindegyike

megjelenik külön vagy részkategóriaként, tehát tükrözik az SPSP-R negatív orientáció faktorába tartozó tételek tartalmát, ám olyan okokat is tartalmaznak, amelyek a kérdőíves vizsgálatból nem derülnek ki.

A 2. ábra mutatja a nyolc kategóriát (negatív következmény; szokás, minta; pozitívum; kudarc/szégyen-félelem; várákozás/kezdemenyezés; problémaforrás; szükségtelesség; negatív éhhatékonyaság), valamint az ezekhez tartozó válaszok számát és arányát (%).

A 106 válasz megoszlása nem egyenletes (Cochran $Q = 19,77$, $df = 7$, $p = 0,006$). A legtöbb ok a negatív éhhatékonyaság (19,8%), a kudarc/szégyen-félelem (17,9%) és a pozitívum (16,03%) kategóriába tartozik, e három együttesen a válaszok 53,73%-át teszi ki, a legkevésbébbet a szokás, minta kategória tartalmazza (4,7%).

A legtöbb válasz negatív éhhatékonyaságról tanúskodik (pl. *Mert biztosan nem tudom*



2. ábra. Kategóriák és a hozzájuk tartozó válaszok (válasz száma; %)

megoldani. Mert nekem ez nem megy. Fogalmam sincs, hogy hogyan kezdjem.). Az ezen okokat leíró diákok (10 fiú és 11 lány) nem hisznek abban, hogy képesek lesznek saját erejükből megoldani a problémát, aminek során meg tudnak fogalmazni célokat, a cél eléréséhez szükséges lépéseket, illetve nem hisznek a megvalósíthatóságban (Bandura, 1994).

A kudarc/félelem-szégyen (pl. *Félek, mit fognak szólni a többiek, ha béégek. Mert ha nem tudom, nem úgy alakul, ahogy akarom, utána nagyon rossz érzés... Azért nem, mert félek, hogy nem fog sikerülni és akkor ez még rosszabb nekem.*) kategóriába tartozó okok a sikertelenséghez kapcsolt negatív érzelmet, a félelmet, illetve a sikertelenség egyik következményét, a szégyent fejezik ki. Míg a negatív énhatékonyságról szóló válaszok esetében közel azonos a fiúk és a lányok aránya, addig a kudarc/félelem-szégyen kategóriába tartozó válaszokat kizárólag lányok adták (19 fő). A negatív következmény és a kudarc/félelem-szégyen kategóriák között az a markáns különbség, hogy a negatív következmény (pl. *Abból nem sül ki semmi jó. Mert lehet, még nagyobb gáz lesz, ha megpróbálom. Az senkinek nem jó, ezért inkább nem foglalkozom ezekkel.*) kizárólag magáról a sikertelenségről szól, semmilyen érzelmi jellemzőt nem kapcsoltak ehhez a diákok. E válaszokat – egy kivételével – fiúk adták (9 fő).

Fiúk és lányok közel hasonló arányban (7 fiú, 6 lány) írtak olyan okokat, amelyeket a szükségtelenség (pl. *Mert semmi értelme nincs megoldani. Mert felesleges ezekkel foglalkozni.*) címkével láttunk el. E válaszok igen nagy hasonlóságot mutatnak azokkal, amelyeket egy korábbi vizsgálat során kaptunk (Kasik, 2015), amikor azt kértük a különböző életkorú serdülöktől, hogy definiál-

ják a társas probléma fogalmát. Ezek egy markáns csoportját azok a meghatározások tették ki, amelyek a negativitás mellett a megoldás szükségtelenségét is kifejezték (pl. *Valami rossz dolog, amivel nem kell foglalkozni.*). Az e válaszokat adó diákok szinte kivétel nélkül magas értéket értek el az SPSI–R elkerülés faktorán.

A várakozás/kezdeményezés (pl. *Azért, mert azt várom, hogy ő kezdje, ne én. Ez sokszor sok idő.; Azért, mert nehogy már én kezdjem!!!*) kategóriába tartozó válaszokat főként lányok írták (9-ből 7 fő). Lényegük, hogy a másiktól várják a megoldás kezdeményezését. Feltehető, ez az oka annak, hogy ők nem tesznek semmit, illetve e válaszok harmada azzal is kiegészül, hogy ez várakozással jár. E válaszoknál mindenképpen felmerül az a lehetőség, hogy ez nem teljes kizárása annak a lehetőségnek, hogy kezdjen valamit a problémával. Minden bizonnyal ezzel összefüggnek azok a – szintén inkább lányok által megjelölt (12-ből 9 fő) – jellemzők, amelyek a problémaforrás (pl. *Mert nem én szoktam lenni a hibás. Azért, mert nem én vagyok, aki vitázik.*) kategória fókuszában állnak: a másikat jelölték meg okként.

A többi kategóriába tartozó válaszokhoz képest viszonylag kevés, öt tartozik a szokás, minta kategóriába (pl. *Hát ezt szoktam csinálni, azért. Mert tesóm szerint nem kell foglalkozni a hülyeségekkel.*). E válaszok, melyek közül négyet fiúk adtak, egyrészt tényszerű – és a kérdést ismétlő – közlések: szokása nem foglalkozni a problémával, gyakran előforduló reakciója egy-egy probléma-helyzetben, másrészt tartalmazzák, kinek a javaslatára tesz így (ki a mintaadó, ki az, akinek a problémákkal való foglalkozás minősítésével – feltehetően – egyetért).

Arányát tekintve sok válasz tartalmazta azt, hogy a diák számára pozitívummal

2. táblázat. A kategóriák közötti szignifikáns kapcsolatok (Pearson r, p)

Kategória	Negatív következmény	Positívum	Várakozás/ kezdemenyezés	Probléma- forrás	Szükségte- lenség
Szokás, minta	–	0,32 (0,01)	–	–	–
Positívum	–	–	–	0,29 (0,03)	–
Kudarc/ félelem-szégyen	0,37 (0,007)	–0,45 (0,00)	–0,34 (0,01)	–0,41 (0,02)	–0,46 (0,001)
Várakozás/ kezdemenyezés	–	0,44 (0,001)	–	–	–0,27 (0,04)
Negatív éhhatékony- ság	0,32 (0,01)	–	–	–	–

(pl. *Jobb ez így nekem. Nekem ez a jó...*) jár a jövőre nézve (7 fiú, 10 lány), ha nem oldja meg a problémáját. Feltételeztük, hogy ezen diákokra jellemző az elkerülés és a racionalitás erős kapcsolata, és az SPSI–R-adatok nyolc diák (5 fiú, 3 lány) esetében megerősítették ezt. Vagyis az a cél, hogy a problémával nem akar foglalkozni, valamilyen elkerülésformában (pl. negligálás) sok célt szolgáló tudatos választás eredménye is lehet, például jelentős éhvédő funkcióval bírhat.

A nyolc kategória közül ötnél szignifikáns a lányok és a fiúk adta válaszok kategóriák szerinti megoszlásának eltérése. A fiúk adtak több olyan okot, ami a negatív következményt ($\chi^2 = 25,03$; $p = 0,001$), a szokást, mintát ($\chi^2 = 7,92$; $p = 0,005$), a szükségtelességet ($\chi^2 = 5,18$; $p = 0,02$) és a negatív éhhatékony-
ságot ($\chi^2 = 7,66$; $p = 0,006$) fejezi ki. A kudarc/félelem-szégyen ($\chi^2 = 11,03$; $p = 0,001$) kategóriába csak lányok által adott válaszok kerültek.

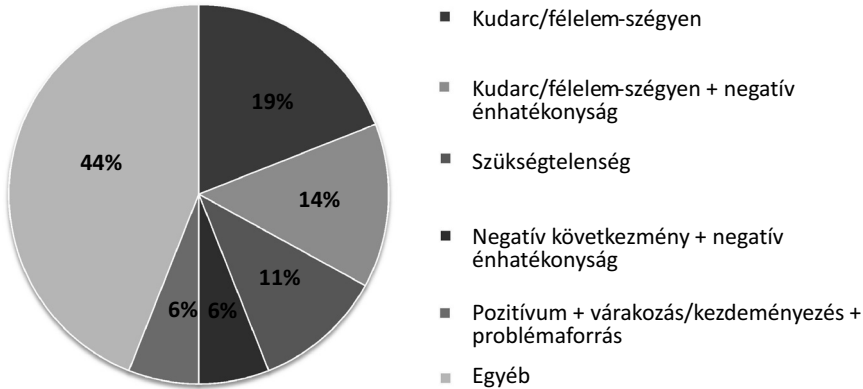
A kategóriák közötti kapcsolatok és a tanulói válaszok mintázata

A diákok válaszai – a nyolc kategória mentén – kezelhetők dichotóm változókként (0 = válasza nem tartozik az adott kategóriá-

ba; 1 = beletartozik), ami lehetővé teszi, hogy megvizsgáljuk a kategóriák kapcsolatrendszerét. A korrelációelemzés (Pearson r) alapján a 2. táblázatban feltüntetett kategóriapárok kapcsolata szignifikáns.

A 2. táblázat alapján a kudarc/félelem-szégyen áll a legtöbb kategóriával szignifikáns kapcsolatban, ezek közül a pozitívum, a várakozás/kezdemenyezés és a szükségtelesség kategóriával negatív, a negatív következmény és a problémaforrás kategóriával pozitív kapcsolatban. Pozitív kapcsolatban áll a pozitívum a szokás, minta, a várakozás/kezdemenyezés és a problémaforrás kategóriával, akárcsak a negatív következmény a negatív éhhatékony-
sággal. A szükségtelesség és a várakozás/kezdemenyezés között negatív az összefüggés.

Az egy és a több (2–5) okból álló tanulói válaszok (pl. egy adott diák által felsorolt két ok közül az egyik a negatív éhhatékony-
ság, a másik a negatív következmény kategóriába tartozik) mintázatokat tekinthetők (melyik kategóriába tartozik vagy sem egyetlen vagy több válasza). A tanulói válaszok 26 különböző mintázatot mutatnak, melyek gyakorisági megoszlását a 3. ábra tartalmazza.



3. ábra. A mintázatok gyakorisági megoszlása (%)

A 26 mintázatból kiemelkedik öt, ezek együtt a mintázatok 56,2%-át adják, a további – 21, összesen 44%-nyi – mintázatok mindegyike egy vagy két tanulóra jellemző. A leggyakoribb mintázatot egyetlen, a kudarc/félelem-szegyeny kategóriába tartozó ok adja, aminek a leggazdagabb a kategóriákkal való kapcsolata (1. 1. táblázat). A második leggyakoribb mintázatban ehhez a kategóriához kapcsolódik a negatív énhatékonyság. Ugyancsak egyetlen kategóriába (szükségtelenség) tartozó ok adja a harmadik leggyakoribb mintázatot. A negyedik legtöbbször előforduló mintázatban együtt szerepel a negatív következmény és a negatív énhatékonyság kategóriába sorolt ok, melyek kapcsolata szintén jelentős a korrelációelemzés szerint ($r = 0,32$). Végül az ötödik mintázatot a pozitívum, a várakozás/kezdeményezés és a problémaforrás kategóriába tartozó okok alkotják, melyek úgyszintén szoros pozitív kapcsolatban állnak (1. 1. táblázat).

ÖSSZEFOGLALÁS, KÖVETKEZTETÉSEK

A 2009–2011 között (12–14 évesekkel) végzett longitudinális vizsgálat eredményei több más országban végzett kutatás adatait megerősítették, ugyanakkor azokkal ellentétes adatokat is kaptunk. A serdülőkor kezdetétől – külföldi mérések eredményeihez hasonló módon – a racionalitás fokozatosan jellemzőbb, valamint – egy másik, 2012 és 2014 között, 14–16 évesekkel folytatott mérés alapján (Kasik, 2015) – a teljes serdülőkor alatt igen magas az impulzivitás mértéke. Azonban más külföldi adatokkal ellentétben, és a két longitudinális felmérés eredményeit együtt szemlélve, 13 éves kortól a magyar diákokra egyre inkább jellemző a negatív orientáció, 14 éves kor körül drasztikusan csökken a pozitív orientáció és marad hasonló az ezt követő években. Az elkerülés 13 éves kortól fokozatosan nő, és leginkább a középiskolai évek alatt mutat igen jelentős növekedést. A longitudinális méréssel kapott eredmények mindegyik korábbi, azokkal párhuzamosan futó vagy későbbi keresztmetszeti vizsgálat eredményével azonosak (Gáspár és

Kasik, 2015; Kasik, 2010, 2012, 2014, 2015; Kasik és Guti, 2015; Kasik, Guti és Gáspár, 2014).

Az eddig általunk vizsgált, közel 2500 serdülő igen jelentős hányadára jellemző a negatív orientáció és/vagy az elkerülés, melyek csökkentése mindenképpen fontos nevelési célként, feladatként értelmezhető az intézményes nevelés számára. Úgy tűnik, a szociálisprobléma-megoldás – akárcsak több szociáliskompetencia-összetevő – esetében igen sok gyermek- és serdülőkorú számára nem biztosítottak a hatékony problémamegoldást lehetővé tevő, a későbbiekben is alapvetően meghatározó családi orientációs és megoldási minták, szokások. Számítalan külföldi, hasonló életkorú diákokkal végzett felmérés eredményeit alapul vevő segítő-fejlesztő program bizonyul hatékony-nak, amennyiben a fejlesztés tervszerű, legalább egy évig tart, illetve jól felkészített pedagógusok és más szakemberek részvételével, irányításával történik az adott tanulókra vonatkozó empirikus adatok maximális figyelembevételével (Kasik, 2015).

Az utóbbi évtizedben egyre több kísérlet, segítő-fejlesztő program mutatott rá arra, hogy a különböző mérőeszközök által nyújtott információk nem mindig elegendők a hatékony fejlesztéshez (Eskin, 2013). A szociálisprobléma-megoldás esetében a legtöbb elemzés a negatív orientációval kapcsolatban jutott erre a következtetésre. Pilotkutatásunk célja ehhez kapcsolódott, annak feltárása volt a célunk, miért nem szeretnék, nem akarják 13 éves diákok megoldani kortársaikkal kapcsolatos problémáikat.

Az SPSP-R negatív orientáció faktorába az éhatékonyságot, a megoldásba vetett hitet, a megoldás szükségességét, a következményének becslését, a megoldás és a jövő kapcsolatáról gondoltakat, valamint a meg-

oldással járó frusztráció kezelését kifejező kijelentések tartoznak. A 13 éves diákok válaszáinak kategorizálása alapján e területek mindegyike megjelenik külön vagy részkatégoriáként, illetve több olyan kategóriát különítettünk el, amelyekről a kérdőíves kutatás nem nyújtott információt. Ilyen a szokás/minta alapján történő problémakezelés, a problémával való foglalkozás hiányának pozitívumként kezelése, valamint az azért való várakozás, hogy a másik fél kezdeményezze a probléma kezelését. E válaszok mögött az alacsony éhatékonyságon, a megoldásba vetett alacsony hiten és a megoldás szükségtelenségének érzésén kívül meghúzódní látszik a felelősségvállalás hiánya, a félelem és a szégyen érzete, illetve a modellkövetés.

Scheier, Wientraub és Carver (1986), akárcsak később Chang és Sanna (2001) kutatásai alapján a magas negatív éhatékonysággal rendelkező, pesszimista serdülők és felnőttek egyaránt kevés lehetséges megoldást vesznek számba, nagyon gyakran főként érzelmeik alapján döntenek, aminek eredménye igen nagy arányban a probléma megoldásának elkerülése. A probléma megoldásának esetleges kudarca, az ettől való félelem és a sikertelen megoldás okozta szégyen mint visszatartó erők kizárólag lányok válaszaiban jelentek meg (38-ból 19-nél), ami tükrözi azt a kutatási tapasztalatot, miszerint rájuk jellemzőbb, hogy a problémák, vitás helyzetek megoldásának módját jobban meghatározza mások véleménye (az ebben megfogalmazott elvárás), illetve problémamegközelítésük érzelmközpontúbb (pl. Grusec és Davidov, 2007; Ladd, 2005).

Ugyancsak a lányokra jellemzőbb, hogy a másikat jelölték meg problémaforrásnak, tőlük várják a megoldás kezdeményezését, ami a tettekért vállalt utólagos, valamint a jövőre

vonatkozó racionális mérlegelésen alapuló felelősségvállaláshoz is kapcsolódik (Szabó, Zsadányi és Szabó Hangya, 2015). Bár a többi válaszhoz képest kisebb azok aránya, amelyek egyrészt erős mintakövetésen alapuló negatív viszonyulásról szólnak, ám kivétel nélkül családtagok a modellszemélyek, ami a családi háttér meghatározó szerepét bizonyítja (pl. Frauenknecht és Black, 2009). Ez a hatás nehezen építhető le, változtatható meg, hiszen a mindennapok közösen megélt eseményei folyamatosan táplálják a negatív viszonyulást, és a korrelációs értékek is szemléltetik azt, hogy magát a negatív viszonyulást – ezzel gyakran karöltve az elkerülést – mint számukra pozitívumokkal járó viselkedést értelmezik. Laplanche és Pontalis (1994) szerint ez ideig-óráig megfelelőnek tűnhet (pl. csökken a probléma okozta feszültség), ám hosszú távon diszfunkcionális, mivel később a problémák felbukkannak és általában romboló hatást gyakorolnak a társas kapcsolatra.

E kismintás kutatás eredményei is alátámasztják azt a feltételezést, miszerint a prob-

lémával és annak megoldásával kapcsolatos negatív orientáció értelmezéséhez szükséges figyelembe venni a kérdőívek által mértéken kívül más területeket is. Ugyanakkor az eredmények értelmezésekor mindenképpen fontos számba venni a minta nagyságát, nem szerinti összetételét, azt az eljárást, hogy nem volt megkötve, hány okot adjanak meg a diákok, illetve azt, hogy olyanoktól kértük a kortársi problémák megoldásának elutasítása mögött álló okok felsorolását, akik a kérdőív kitöltése alatt bárkire gondolhattak, tehát nem volt személyspecifikus a kérdőív.

A jövőben a mostanihoz hasonló struktúrájú, a korlátok kiküszöbölésére is koncentrááló, illetve nagyobb mintán végzett feltárási elemzéseket végzünk. Egy új – a negatív orientációt részletesebben mérő, az új területeket megjelenítő – kérdőív kidolgozását is tervezzük, bízva abban, hogy ezen eszköz még jobban segíti az okok feltárását, illetve az ezzel a kérdőívvel kapott eredmények hozzájárulnak majd egy fejlesztőprogram kidolgozásához, annak minél hatékonyabb megvalósításához.

SUMMARY

“I WOULD NOT LIKE TO SOLVE IT.” A STUDY OF NEGATIVE ORIENTATION IN CONNECTION WITH PEER’S SOCIAL PROBLEM SOLVING AMONG ADOLESCENTS

Background and aims. We have lots of information about the characteristics of social problem solving (SPS), but in the last decades more and more experiments and developing programs showed that the data produced by different measurements are not always enough for successful development. In the case of SPS, negative orientation showed to be such a field. In a longitudinal study (N = 180) with 12-year-olds at the beginning, we examined students’ SPS for three years. In the second year it was also revealed in a pilot study why the 13-year-olds (N = 52) do not want to solve their problems with their peers. *Methods.* To measure SPS we applied an adapted version (Kasik, Nagy & Fűzy, 2009) of the Social Problem Solving Inventory–Revised (SPSI-R; D’Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares, 2002) questionnaire in the longitudinal study, which is appropriate to measure positive and negative problem orientation,

rationality, impulsivity and avoidance. Students with high scores in negative orientation and in avoidance in both measuring years were involved in the pilot study. They had to give written answers for two questions: (1) In general, would you like to solve your peer-related social problems? (2) If you wouldn't, why? *Results*. Based on the research between the ages of 12 and 14, there is no alternation in positive orientation, while impulsivity shows progressive increase, and rationality, avoidance and negative orientation grow significantly from the age of 13. More of the categories of the reasons underlying negative orientation are identical with the content of the items of SPSI-R (e.g. negative self-efficacy, needlessness), however more categories were separated (habit/patterns, waiting/initiation, positive aspect) about which no information was provided by the survey research. *Conclusions*. This small sample research also confirms the hypothesis that it is needed to consider other areas than the ones measured by the most popular questionnaires to understand the negative orientation related to a problem and its solution. Further plans are to carry out a large sample-analysis and to develop a new questionnaire for detailed understanding of negative orientation.

Keywords: social problem solving; negative orientation; pilot study, 13-year-olds

IRODALOM

- AJTAY GY., BÉRDI M., SZILÁGYI S., PERCZEL FORINTOS D. (2012). Egy hatékony beavatkozás szuicid prevencióban: A problémamegoldó tréning alkalmazása a klinikumban. *Psychiatria Hungarica*, 27(2), 92–102.
- BANDURA, A. (1994). Self-efficacy. In: RAMACHAUDRAN, V. S. (ed.): *Encyclopedia of human behavior*. Academic Press, New York. 71–81.
- BELL, A. C., D'ZURILLA, T. J. (2008): Problem-solving therapy for depression: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 29(4), 348–353.
- CHANG, E. C., SANNA, L. J. (2001): Optimism, pessimism, and positive and negative affectivity in middle-aged adults: A test of a cognitive-affective model of psychological adjustment. *Psychology and Aging*, 16, 524–531.
- CHANG, E. C., D'ZURILLA, T. J., SANNA, L. J. (2004): *Social problem solving. Theory, research, and training*. American Psychological Association, Washington, DC.
- COBB, N. A. (2006): Patronising the mentally disordered? Social landlords and the control of anti-social behaviour under the Disability Discrimination. *Legal Studies*, 26(2), 238–266.
- CONGER, R. D., DOGAN, S. J. (2007): Social class and socialization in families. In: GRUSEC, J., HASTINGS, P. (eds.): *Handbook of Socialization*. Guildford Press, New York. 433–460.
- D'ZURILLA, T. J., NEZU, A. M. (2007): *Problem-solving therapy: A positive approach to clinical Intervention*. Spring Publishing Company, New York.
- D'ZURILLA, T. J., NEZU, A., MAYDEU-OLIVARES, A. (2002): *Social Problem-Solving Inventory–Revised (SPSI–R): Technical manual*. Multi-Health Systems, North Tonawanda, New York.
- ELLIOTT, T., BUSH, B., CHEN, Y. (2006). Social problem solving abilities predict pressure sore occurrence in the first three years of spinal cord injury. *Rehabilitation Psychology*, 51, 69–77.

- ESKIN, M. (2013): *Social Problem Solving Therapy in the Clinical Practice*. Elsevier, Turkey.
- FRAUENKNECHT, M., BLACK, D. R. (2009): Is it social problem solving or decision making? Implications for health education. *American Journal of Health Education*, 41(2), 112–123.
- GÁSPÁR Cs., KASIK L. (2015): A szociálisprobléma-megoldás, az empátia és a szorongás kapcsolata serdülők körében. *Iskolakultúra*, 25(10), 48–58.
- GRUSEC, J. E., DAVIDOV, M. (2007): Socialization in the family: The roles of parents. In: GRUSEC, J., HASTINGS, P. (eds.): *Handbook of socialization*. Guildford Press, New York. 284–308.
- HEPPNER, P. P., WITTY, T. E., DIXON, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A review of 20 years of research using the problem solving inventory. *Counseling Psychologist*, 32(3), 344–428.
- JESSOR, R., TURBIN, M. S. COSTA, F. M. (1998): Risk and protection in successful outcomes among disadvantaged adolescents. *Applied Developmental Science*, 2, 194–208.
- KASIK L. (2010): *A szociálisérdek-érvényesítő, az érzelmi és a szociálisprobléma-megoldó képességek vizsgálata 4–18 évesek körében*. PhD-értekezés. SZTE BTK Neveléstudományi Doktori Iskola.
- KASIK L. (2012): A szociálisprobléma-megoldó és az induktív gondolkodás kapcsolata 8, 12, 15 és 18 évesek körében. *Magyar Pedagógia*, 112(4), 243–263.
- KASIK L. (2014): Development of Social problem Solving – A Longitudinal Study (2009–2011) in a Hungarian Context. *Journal of Developmental Psychology*, http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17405629.2014.969702?journalCode=pedp20#.VL62gGSG_AE.
- KASIK L. (2015): *Személyközi problémák és megoldásuk*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- KASIK L., GÁL Z. (2014): Óvodások szociálisprobléma-megoldó gondolkodása szüleik és pedagógusaik véleménye alapján. *Magyar Pedagógia*, 114(3), 189–213.
- KASIK L., GUTI K. (2015): A kortársi versengés és problémamegoldás jellemzői serdülők körében. *Magyar Pszichológiai Szemle*. (Közlésre elfogadva)
- KASIK L., GUTI K., GÁSPÁR Cs. (2013): Hátrányos és nem hátrányos helyzetű tanulók szociálisprobléma-megoldó gondolkodása. *Magyar Pedagógia*, 114(1), 49–63.
- KASIK L., NAGY Á., FÜZY A. (2009): *Szociálisprobléma-megoldás kérdőív*. SZTE BTK Neveléstudományi Intézet.
- LADD, G. W. (2005): *Children's Peer Relations and Social Competence: A Century of Progress*. Yale University Press, New Haven – London.
- LANDY, S. (2009): *Pathways to Competence: Encouraging Healthy Social and Emotional Development in Young Children*. Brookes, Baltimore, London.
- LAPLANCHE, J., PONTALIS, J. B. (1994): *A pszichoanalízis szótára*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- LINDSAY, W. R., HAMILTON, C., MOULTON, S., SCOTT, S., DOYLE, S., MCMURRAN, M. (2011): Assessment and treatment of social problem-solving in offenders with intellectual disability. *Psychology, Crime and Law*, 17, 181–197.
- MCGUIRE, J. (2001): What is problem solving? A review of theory, research and applications. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 11(4), 210–235.

- McMURRAN, M., MCGUIRE, J. (2005): *Social problem solving and offending: Evidence, evaluation and evolution*. John Wiley & Sons, Chichester, UK.
- RODRÍGUEZ-FORNELLS, A., MAYDEU-OLIVARES, A. (2000): Impulsive/careless problem solving style as predictor of subsequent academic achievement. *Personality and Individual Differences*, 28, 639–635.
- SCHEIER, M. F., WEINTRAUB, J. K., CARVER, C. S. (1986): Coping with stress. Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257–1264.
- SHURE, M. B. (1997): Interpersonal cognitive problem solving: Primary prevention of early high-risk behaviors in the preschool and primary years. In: ALBEE, G., GULLOTTA, T. (eds.): *Primary prevention works*. Thousand Oaks, Sage. 167–188.
- STROUGH, J., KEENER, E. (2012): Interpersonal problem solving across the life span. In: VERHAEGHEN, P., HERTZOG, C. (eds.): *The Oxford handbook of emotion, social cognition, and everyday problem solving during adulthood*. The Oxford Library of Psychology Series, Oxford University Press.
- SZABÓ É., ZSADÁNYI ZS., SZABÓ HANGYA L. (2015): Ki szeret iskolába járni? Az iskolai kötődés, a motiváció, az énhatékonyság és a tanulmányifelelősség-vállalás vizsgálata. *Iskolakultúra*, 25(10), 5–20.
- WALKER, O. L., DEGNAN, K. A., FOX, N. A., HENDERSON, H. A. (2013): Social problem solving in early childhood: Developmental change and the influence of shyness. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 34(4), 185–193.
- WEBSTER-STRATTON, C. (2011): *The Incredible Years. Parents, Teachers, and Children's Training Series. Program Content, Methods, Research and Dissemination 1980–2011*. file:///The-Incredible-Years-Parent-Teacher-Childrens-Training-Series-1980-2011p.pdf.

A FELELŐSSÉGÉRZET KONCENTRIKUS SZERKEZETÉNEK VIZSGÁLATA KÖZÉPISKOLÁSOK KÖRÉBEN



SZABÓ Éva

eva.szabo@psy.u-szeged.hu

KÉKESI Márk

markkekesi@gmail.com

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A felelősség szerepe az egyén életében egyre nagyobb jelentőséggel bír. A választás megnövekedett szabadsága nemcsak lehetőséget kínál, de felveti a választott viselkedéssel kapcsolatos következmények vállalásának kérdését is, éppúgy, ahogy elvárható, hogy képesek legyünk előzetes felelősségbelátásra is (Krzywosz-Rynkiewich, 2009). A serdülőkorú fejlődés egyik fontos eleme a felnőtt életre való felkészülésben a felelős viselkedés és gondolkodásmód kialakítása, amely nemcsak saját magunkkal, de a társakkal szemben is megnyilvánul (Helison, 2000). Sőt, beszélhetünk globális szintű felelősségről is, amennyiben az ember döntéseivel és viselkedésével hozzájárul a társadalom, a haza vagy a bolygó sorsának alakulásához (Armstrong, 2011). Mindezek alapján fontosnak véltük egy olyan felelősségmodell felállítását, amely számol a felelősség kontrollaspektusával, téri és időbeli kiterjedésével is. Kutatásunk célja egy ilyen komplex megközelítésre épülő mérőeszköz kialakítása és kipróbálása volt, serdülő mintán. *Módszer:* Kutatásunkban szegedi középiskolások reprezentatív mintáján (N = 1034, átlagéletkor = 16,45 év) vettük fel saját fejlesztésű felelősségérzet kérdőívünket, valamint a demográfiai adatokon túl vizsgáltuk a diákok általános énhatékonyságát is (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993). Feltáró és megerősítő faktoranalízissel (CFA), valamint a reliabilitás- és stabilitásvizsgálattal ellenőriztük a kérdőív validitását és modellünk érvényességét. *Eredmények:* A CFA eredménye megerősítette a három faktor működését. Így kérdőívünk segítségével sikerült azonosítani a felelősségérzet három szintjét: a személyes (mikro-), a társas (mezo-) és absztrakt, globális (makro-) szinteket. Feltételezésünk, amely szerint az egyén kontrollérzetének csökkenésével csökken a megélt felelősség, szintén alátámasztást nyert. *Következtetések:* Kutatásunk eredményei korlátozott mértékben általánosíthatók a teljes populációra, de jó kiindulási lehetőséget és megfelelő mérőeszközt kínálnak a felelősségérzet és a vele összefüggésbe hozható pszichológiai tényezők vizsgálatához. *Kulcsszavak:* felelősségérzet, énhatékonyság, személyes, társas és absztrakt felelősség

BEVEZETÉS

A felelősségérzet nehezen megfogható, mégis szinte minden egyéni és társas cselekvés hátterében meghúzódó pszichológiai jelenség. Talán ez az oka, hogy a pszichológia és a szociológia területén is viszonylag kevés kutatás foglalkozik ezzel a témával (Auhagen, Bierhoff, 2001). Holott a felelősségérzet szerepe a XX. század kezdetétől egyre erősödött, és egyre nagyobb mértékben vált a társadalmi diskurzus tárgyává. Az egyén választási szabadságának jelentős növekedése egyre erőteljesebb felelősségérzetet von maga után, ahogy a társadalmak az engedelmesség korszakából a választás korszakába léptek át (Bauman, 2007). Ez az érzés azonban sokak számára tehernek minősül, amely elől menekülni szeretne (Fromm, 1993). A felelősség nemcsak egyéni, de társadalmi szinten is meghatározó emberi jellemző. A társas együttélés normái éppúgy megtestesülnek benne, mint az egyéni moralitás a magánéletben és a közéletben egyaránt (Váriné, 2010a, 2010b).

A felelősségérzet egyaránt magában foglalja a hajlandóságot a tetteink következményének vállalására, valamint a tetteink leendő következményeinek anticipálását, mint ahogy érinti a társas normák és szabályok, valamint a másik fél jogainak tiszteletben tartását is. A felelősség olyannyira nem egységes fogalom, hogy egyes szerzők kifejezetten felelősség-szindrómáról beszélnek, amelyben a fogalom számos aspektusa egyesül (Vincent, 2011). A szerteágazó definíciók és hozzá kapcsolódó mérési eljárások teljes körű bemutatása messze túlmutat a jelen tanulmány keretein. Ezért a továbbiakban a megközelítések három fő aspektusára fókuszálunk, amelyek megalapozták saját elméleti modellünk és a hozzá kapcsolódó kérdőív kialakításának koncepcióját is.

A felelősség összefüggése a szabadság és kontroll fogalmával

A felelősség filozófiai értelmezései közül az egzisztencialista filozófusok álláspontját emelnénk ki, amely hangsúlyozza a szabadság és a felelősség kapcsolatát. Szerintük a felelősség az egyén immanens lényege. A normák, szabályok saját értelmezése és létrehozása implikálja, hogy mindazon cselekvésért, amelyet ebben a kontextusban követ el, maga a személy kell, hogy megélje felelősségét (Krzywosz-Rynkiewicz, 2009). Ehhez a megközelítéshez kapcsolható az egzisztencialista pszichológia álláspontja, mely szerint az egyén csak saját életével rendelkezik szabadon, amely egyedi az univerzumban, ezért kizárólag az egyén felelős saját személyes életének történéseiért, az abban meghozott döntésekért (Yalom, 2004). Lényegében ehhez a nézőponthoz kapcsolható humanisztikus pszichológiai megközelítése is, mely szintén a fejlődési potenciált, hozzá kapcsolódó szabad akaratot helyezi az emberképe középpontjába, amely szintén implikálja a felelősség fogalmát (Rogers, Freiberg, 1994). Ezeknek a felfogásoknak közös jellemzője, hogy a szabad akaratból vezetik le a fogalmat és alapvetően egyéni jellemzőként értelmezik. Ehhez kapcsolhatók azok a felelősségfelfogások, amelyek hangsúlyozzák nemcsak a szabad akarat, de a kontroll szerepét is a felelősséggel kapcsolatban. Egy ilyen komplex megközelítésre törekszik Schlenker (1994) is az ún. háromszög- (*triangle*) modelljében. Elméletében a felelősségtulajdonítás feltétele, hogy a személy ismerje egy esemény tartalmát, relevánsnak érezze magára vonatkozóan és érezzen kontrollt is az esemény felett. Azokat tartjuk leginkább felelősnek, akiről úgy tudjuk, hogy szabad akaratukból a következmények ismeretében

cselekedtek (Woolfolk és mtsai, 2006). Ez a folyamat hasonlóképpen működik az önmagunknak tulajdonított felelősséggel kapcsolatban is. Csak olyan esetekben éljük át (ismerjük el) saját felelősségünket, amelyekben érezzük, hogy hatással vagyunk az eseményekre (Branden, 1997). A saját kompetenciára vonatkozó meggyőződésünk általános és területspecifikus értelemben is megjelenik a pszichológiában. Bandura szerint az egyénnek viszonylag stabil meggyőződése, hogy milyen mértékben képes befolyásolni az életében bekövetkező eseményeket, megoldani a felmerülő nehézségeket. Ezt nevezte általános énhatékonyságnak. Ugyanakkor mintegy állapotszerűen felmerül adott területeken a speciális kompetenciahit is, amely lehet eltérő mértékű is az általános énhatékonyságtól (Bandura, 1997). Ez az elméleti keret egyrészt implikálja, hogy magasabb énhatékonysági érzés fokozottabb felelősségvállalással is együtt jár, illetve fordítva. A kutatások arra utalnak, hogy a két konstruktum nem azonos egymással, de közöttük erős korreláció található (Zimmerman és Kitsantas, 2005). Ez a kapcsolat feltételezi, hogy ha a személy magát énhatékonynak érzi egy adott területen, akkor azon a területen nagyobb felelősséget is képes vállalni, mint olyan esetekben, amely területeken ez a meggyőződés kevésbé erős (Riggio, Valenzuela, Weiser, 2010).

A felelősség fogalmának idői aspektusa

A másokkal való viszony, azaz a társas aspektus a felelősség attribúciós felfogásában jelenik meg markánsan (Fincham és Jaspars, 1980), azaz mikor, hogyan és milyen nagyságú felelősséget tulajdonítunk bizonyos cselekvések elkövetése után saját magunknak, ill. másoknak (Weiner, 1995). Lényegében az attribúciós hagyományra épült Piaget felelősségfejlődést feltáró paradigmája is, amely-

ben azt vizsgálta, hogy különböző életkorban hogyan változik a felelősségtulajdonítás. Bizonyította, hogy a kognitív fejlődéssel párhuzamosan a gyerekek képesek egyre több szempontot mérlegelni a felelősség odaítélésében, serdülőkorra már a szándék, a körülmények, az előzmények mérlegelése egyszerre jelenik meg az értékelésben (Piaget, 1965).

A társas világban azonban a felelősségértelmezésnek van egy másik aspektusa is. Nevezetesen a proaktív felelősségfogalom is, ami arra utal, hogy tetteim következményeit képes vagyok mérlegelni, és ennek eredményeként döntök egy adott viselkedés mellett, és hogy ebben a folyamatban nemcsak magam, de mások szempontjait is figyelembe veszem. A „viselt” (utólagos) és „vállalt” (előre ható vagy proaktív) felelősség fogalmait integrálta modelljébe Krzywosz-Rynkiewicz (2009). Komplex felelősségmodelljében az idői tényezőtől kívül megkülönböztetett a mérlegelést befolyásoló szempontok alapján szubjektív és objektív felelősséget is. Az előbbi arra vonatkozik, hogy a személy saját morális értékeit használja a mérlegelés támpontjául mind az előzetes cselekvéstervezésben, mind az utólagos felelősségviselésben, míg az objektív felelősség a szabályok, törvények, formális büntetések mérlegelésére, ezek értelmezési támpontként való használatára utal. Kutatásaiban azt találta, hogy a gyerekek zárt kérdések esetén preferálják a szubjektív mérlegelés alapú válaszokat, míg a szabad válaszadásnál sokkal erőteljesebben jelenik meg a felelősség objektív forrásainak használata. Ez arra utal, hogy már 10-11 éves korban tisztában vannak a társadalmi elvárással, amely a szubjektív felelősségérzetet preferálná, de a valós élethelyzetekben ez még sok esetben nem nyilvánul meg (Krzywosz-Rynkiewicz, 2009). Az említett vizsgálat túl azon, hogy a felelősség egy komplex modelljét ellenőrizte, egyben

rámutatott a felelősségérzet vizsgálatának módszertani problémáira is.

A felelősség fogalmának „téri” aspektusa

A felelősség kérdése nemcsak a személyes élettérben történő eseményekkel van szorosan összefüggésben, de értelmezhető a tágabb környezetért való munkálkodással, a társadalomba való beilleszkedéssel kapcsolatosan is. Egyszerűbben fogalmazva, nemcsak a saját életünkért vagyunk felelősek, hanem bizonyos mértékig a közvetlen környezetünkben élők testi-lelki jóllétéért, élményeiért, de társadalmunk működéséért, sőt még a globális környezeti változásokért is. Ebben az értelemben beszélhetünk a felelősség téri kiterjedéséről, ami a fogalom megközelítésének egy újabb szempontja lehet. A saját viselkedés és a társakkal való együttműködés kapcsolata áll Hellison felelősségértelmezésének központjában is (Hellison, 2000). Gyakorlati tapasztalatokra épülő modelljében és a hozzá kapcsolódó fejlesztési elképzelésben központi szerepet játszik az a feltevés, hogy a felelősség alapvetően társas kontextusban értelmezhető és fejleszthető. Modelljének lényege, hogy a sporton, pontosabban a csapatban végzett sporttevékenységen keresztül fejleszthető a felelősség és ez az élmény átvihető a tornateremből az élet más területeire is. A fejlesztendő területek reprezentálják Hellison felelősségértelmezésének elméleti koncepcióját, amelynek középpontjában mások jogainak és személyiségének tiszteletben tartása, valamint az önbecsülés áll. A cél, hogy a diákok megérezzék, hogy erőfeszítéssel képesek olyan módon viselkedni, hogy azzal ne sértsek a személyes környezetüket és képesek legyenek beilleszkedni a közösségbe, miközben el tudják érni saját céljaikat is. Hátrányos helyzetű, szocializációs hiányokkal küzdő

(alulszocializált) fiatalok körében végzett fejlesztési programjának sikerességét számos tanulmány igazolta (Hellison és Wals, 2002).

Már Hellison modellje is implikálja, hogy a felelősségérzet és az azt kifejező viselkedések nemcsak az egyén szempontjából értelmezhetők, de lényegében alapvetően meghatározzák a társadalomhoz való viszonyt és a beilleszkedést is. Ezt az aspektust hangsúlyozta vizsgálatában Váriné Szilágyi Ibo-lya is, aki a felelősség fogalmának jelentését asszociatív módszerekkel tárta fel fiatalok körében. Az általa megkérdezett serdülők a felelősséget nagyrészt jogi fogalmakkal (nagykorúság, állampolgár, a rendőr) hozzák összefüggésbe, de megjelenik a felelősség morális értelmezése is (Váriné, 2010). Egy nemzetközi összehasonlító vizsgálatban, amelyben üzleti tanulmányokat folytató középiskolásokat vizsgáltak, szintén azt találták, hogy a magyarok leggyakrabban a munkával, állampolgársággal, problémával, családdal és vezetéssel hozták összefüggésbe a fogalmat, de erőteljesen megjelent az érettség, felnőttég implikációja is az asszociációkban (Krzywosz-Rynkiewicz, 2012).

A felelősségérzet azonban nem csupán egy elvi koncepció, amely filozófiai értelemben része a személy gondolkodásának. Sokkal inkább egy olyan komplex konstruktum, amely irányító hatással bír a viselkedésre nemcsak az egyéni, de a társadalmi aktivitás vonatkozásában is (Amna, 2012). Serdülők állampolgári tevékenységét vizsgálva Armstrong (2011) azt találta, hogy a konkrét aktivitásokban való részvételt meghatározó tényezők között a felelősség önálló faktorként van jelen és gyakorol befolyást a személy viselkedésére. Ezért a felelősségérzet fejlesztése és kiterjesztése a társadalmi kontextusra is alapvető feladata az állampolgári nevelésnek (Szabó, Secui és Körössy, 2013).

A felelősség téri kiterjedése alapján beszélhetünk tehát az önmagunkért, a közvetlen társas környezetünkért érzett felelősségről (Brown, 2009), a közösségért érzett felelősségről, amely a tágabb szociális környezetet érinti és összefüggésbe hozható a „közjó” (*common good*) fogalmával, és ezenkívül megjelenik egy globális felelősségérzet, amely a legtágabb környezetre, a világra és a természeti környezetre vonatkozik (Michalik, 1998, idézi Krzywosz-Rynkiewicz, 2012).

A felelősség mérésének módszerei erősen kötődnek ahhoz az eleméleti modellhez, amelyben a szerző a felelősség fogalmát értelmezi. A legismertebb és legszélesebb körben használt eljárás sokáig Berkowitz és Daniels által 1964-ben publikált Social Responsibility Scale (SRS) tesztje volt, ezt fejlesztette tovább 1981-ben Conrad és Hedin. Az általuk kidolgozott Social and Personal Responsibility Scale (SPRS) azon a feltevésen alapul, hogy egy személy akkor fog felelős módon cselekedni, ha három feltétel teljesül: ha felelős attitűddel viszonyul másokhoz a társadalomban, ha kompetens abban, hogy felelősséggel tudjon cselekedni, és ha érzi saját hatóerejét, hatékonyságát. A későbbiekben felmerült a területspecifikus felelősségmérés igénye is. Ilyen például a tanárok felelősségérzetét vizsgáló (TRS) Teacher Responsibility Scale (Lauermann és Karabenick, 2013).

Összegezve a szakirodalmi áttekintést, levonható az a következtetés, hogy a felelősség olyan komplex, és a kutatás számára nehezen megközelíthető fogalom, amely összefügg a kontrollérzettel, a személy szabadságának terével, az énhatékonysággal és annak lehetséges határaival egyaránt. Ezen kívül beszélhetünk utólagos (viselt) és megelőző (vállalt) felelősségérzetről.

VIZSGÁLAT

Kutatásunk célja egy olyan felelősségmodell megalkotása és vizsgálata volt, amelyben megjelenik a felelősség idői, téri aspektusa és a kontrollérzet szerepe is. Ennek nyomán a felelősség koncentrikus szerkezetű modelljét tételeztük fel, amelynek legbelső és egyben a legerősebb felelősségérzetet implikáló köre a személy önmagára vonatkozó felelőssége (mikroszint). Ilyen például a saját tanulmányi teljesítményéért, vagy személyes egészségéért érzett felelősség. A következő kör a személy társas környezetében történő eseményekért vállalt vagy érzett felelősségét szimbolizálja (mezoszint). Például saját családjának jólléte, vagy a barátaival való kapcsolatának minősége. A legtágabb szinten (makroszint) jelennek meg azok a felelősségterületek, amelyek már túlmutatnak a személy közvetlen társas kapcsolatain, mint például az ország sorsa, vagy Európa jövője, a környezet megóvása.

Feltételeztük, hogy a legmagasabb felelősségérzet értéket a mikroszinten, azaz az egyén saját magáért vállalt felelősség szintjén kapunk, hisz itt a legerősebb a kontrollérzet. A személyes kontroll csökkenésével párhuzamosan a felelősségérzet csökkenését valószínűsítjük (Branden, 1997). Ennek megfelelően a mezoszinten alacsonyabb szintű felelősségérzet értékeket vártunk, mint a mikroszinten. A legalacsonyabb értéket feltételezésünk szerint a makroszinten érik el a vizsgálati személyek. Feltételezzük továbbá, hogy a mikroszintű felelősség és énhatékonyság között pozitív korreláció mutatkozik. Tekintve, hogy a személyes kompetenciába vetett hit feltétele annak, hogy saját magamnak felelősséget tulajdonítsak egy adott helyzetben (Bandura, 1997, Krzywosz-Rynkiewicz, 2012, Riggio, Valenzuela és Weiser, 2010).

1. táblázat. A felelősségérzet mérésére kialakított mérőeszköz tervezett faktorstruktúrái és a hozzájuk kapcsolódó itemek

Személyes sors	Közvetlen környezet	Tágabb környezet
az egészségi állapotod	az, hogy milyen a hangulat az osztályban	az ország jövője
az, hogy hány barátod van	jelenlegi családotod boldogsága	Európa jövője
az, hogy milyen a hangulatod	az, hogy hogyan ítélik meg az iskolát, ahová jársz	országunk kulturális sajátosságainak megőrzése (pl. nyelvünk, zenénk stb.)
az, hogy milyen a tanulmányi eredményed	az iskola épületének, termeinek tisztasága	az, hogy milyen lesz ez az ország 20 év múlva
az, hogy felnőttként milyen életet élhetsz		az, hogy a bolygónk élhető hely maradjon
az, hogy milyen lesz a családi életed (a majdani saját családotban)		
az, hogy milyen pályát választasz		
7 item; $\alpha = 0,816$	4 item; $\alpha = 0,688$	5 item; $\alpha = 0,898$

Minta

A kutatás¹ célja szerint szerettünk volna szegedi középiskolások populációját reprezentáló mintát létrehozni. Tekintve, hogy a megkérdezett 1034 középiskolás osztálytípus (szakiskola, szakközépiskola, gimnázium) szerinti eloszlása nem teljesen követte a Szeged város középiskoláiban tanuló diákok ugyanezen arányát, ezért – a valóságjobb eredmények érdekében – az adatokat súlyoztuk. A súlyozás szorzói a 0,76 és 1,75 közötti tartományba estek. Az összes elemzést a súlyozott adatokon végeztünk el. A megkérdezett 17 szegedi középfokú oktatási intézmény lefedi a szegedi középfokú oktatási intézményhálózatot, a mintában szerepelnek állami/önkormányzati, egyházi és alapítványi fenntartású intézmények is.

A minta nemi megoszlása kiegyenlített (47,2% fiú), az átlagéletkoruk 14,45 év (SD = 1,237), a legfiatalabb diák 14, a legidősebb 20 éves. Az életkor (leszámítva a 18 évnél

idősebbeket) egyenletes eloszlást mutat. A diákok mintegy kétharmada (69%) normál tantervű osztályba, egynegyede (27,5%) tagozatos vagy emelt szintű osztályba jár. A kéttannyelvű osztályok tanulói (3,3%) mellett elenyésző számban szerepelnek nemzetiségi és egyéb tagozatos osztályok diákjai is. A 18 évet be nem töltött válaszadók esetén a kérdőív kitöltéséhez passzív szülői beleegyezést kértünk. Az adatfelvételt a Szegedi Tudományegyetem megbízásából a Magyar Gallup Intézet végezte 2014-ben.

Mérőeszköz

A felelősség háromdimenziós modelljének méréséhez korábbi pilotvizsgálatunk eredményei alapján az alábbi kérdést tettük föl: „Mit gondolsz, mennyiben függnek tőled, múlnak rajtad az alábbi dolgok?” Az egyes faktorokhoz eltérő számú item tartozott. Az előzetes faktorfelépítést és a hozzá tartozó tételeket részletesen az 1. táblázat mutatja.

¹ A kutatás „A fiatalok biztonságkereső stratégiái az információs társadalomban” című projekt keretében zajlott, amelyet a TÁMOP-4.2.1/B-09/1/KONV-2010-0005 pályázat finanszírozott.

A válaszadók hatfokú skálákon fejezték ki véleményüket („Egyáltalán nem” → „Teljes mértékben”). A kérdőívben nem szerepelt fordított item.

A konstrukciós validitás vizsgálatához felvettük még a Proaktív attitűd skálát (Schmitz & Schwarzer 1999), amelynek elméleti alapja az a feltevés, hogy létezik egy meggyőződés minden emberben arra vonatkozóan, hogy milyen mértékben rendelkezik potenciálokkal arra, hogy megváltoztasson dolgokat és ez által tökéletesíteni tudja saját magát és környezetét. A magas proaktivitással jellemezhető személyekben erősebb ez a meggyőződés. A skála nyolc itemet tartalmaz, amelyek értékelik az egyén saját találékonyágába, felelősségébe, a jövőbe és az értékekbe vetett hitét. A résztvevőknek 4 fokú Likert-skálán kell nyilatkozni arról, hogy az adott tételt mennyire érzik igaznak saját magukra vonatkozóan (1= egyáltalán nem igaz, 2= kis részben igaz, 3= nagyobb részben igaz, 4= teljes mértékben igaz). A skála értelmezéséhez összpontszámot kell számolni, a legalacsonyabb szerezhető pontszám 8, a legmagasabb pedig 32 pont. A magasabb érték erőteljesebb proaktivitásra utal.

A felelősségérzet általunk használt értelmezéséhez közelállóan értelmeztük még az énhatékonyság fogalmát, amely eredetileg Bandura (1997) nevéhez fűződik, és arra a meggyőződésre vonatkozik, hogy a személy képes elérni céljait, képes leküzdeni a felmerülő nehézségeket, azaz irányítani tudja saját sorsát. Az általunk alkalmazott GSE kérdőív magyar változatát Kopp Mária és munkatársai dolgozták ki (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993). A kérdőív 10 itemet tartalmaz, és kiváló belső konzisztenciával rendelkezik (esetünkben $\alpha = 0,88$). Az eredmények értelmezéséhez szükséges volt néhány demográfiai változó felvétele is. Így

rákérdeztünk a nemre, az életkorra, a középiskolai osztály típusára, illetve a szülők iskolai végzettségére.

Eredmények

A felelősségérzetet vizsgáló mérőeszköz belső konzisztenciája

A belső konzisztencia teszteléséhez a legáltalánosabban használt reliabilitásvizsgálatot és a Cronbach-féle alfa-értéket vettük alapul. Ennek értéke 0,7 felett elfogadható (Nunnally, 1978). Ugyanakkor kisebb itemszámú faktorok esetén ennél kissé alacsonyabb értékeket is kaphatunk (Cortina, 1993). Az alfa értékei az első és a harmadik faktor esetén az optimális, a második faktor esetén az elfogadható tartományba esnek. A teljes kérdőív Cronbach-alfa értéke 0,824.

Mivel a kérdőívet alkotó 16 változó többsége ferde eloszlást mutat, a feltáró faktoranalízist a Principal Axis Factoring módszerrel, Equamax forgatási eljárással végeztük (Costello és Osborne, 2005). Az itemek három faktorra illeszkednek, amelyek az eredeti variancia 49,35 százalékát tartalmazzák, ezt elfogadható eredményként értékeljük. A Bartlett-teszt eredménye szignifikáns ($p < 0,001$), vagyis a változók között sztochasztikus kapcsolat mutatkozik. A Kaiser–Meyer–Olkin (KMO) indikátor értéke 0,866; ez alapján a változóink alkalmasak faktorelemzésre. A faktorelemzés részletes adatait a 2. táblázat mutatja.

A kérdőív jósági mutatói

A háromfaktoros felelősségmodell változóinak egymás közötti viszonyait az IBM SPSS programcsomag strukturális egyenletekkel történő modellezésre szolgáló elemével, az AMOS 22.0 szoftverrel vizsgáltuk meg annak érdekében, hogy tisztább képet kapjunk a változók közötti oksági viszonyokról (Münnich

2. táblázat. A felelősség kérdőív feltáró faktorelemzésének eredménye (N = 1034)

Item	Makro	Mikro	Mezo
Mennyiben függ Tőled az egészségi állapotod?	-0,038	0,590	0,145
Mennyiben függ Tőled az, hogy hány barátod van?	-0,139	0,567	0,230
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen a hangulatod?	-0,032	0,393	0,383
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen a tanulmányi eredményed?	-0,090	0,616	0,166
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen a hangulat az osztályban?	0,188	0,102	0,610
Mennyiben függ Tőled jelenlegi családotod boldogsága?	0,130	0,330	0,394
Mennyiben függ Tőled az, hogy felnőttként milyen életet élhetsz?	0,036	0,747	0,049
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen lesz a családi életed?	0,028	0,754	0,072
Mennyiben függ Tőled az, hogy hogyan ítélik meg az iskolát, ahová jársz?	0,277	0,025	0,573
Mennyiben függ Tőled az iskola épületének, termeinek tisztasága?	0,407	0,029	0,514
Mennyiben függ Tőled az ország jövője?	0,846	-0,064	0,241
Mennyiben függ Tőled Európa jövője?	0,797	-0,104	0,222
Mennyiben függ Tőled országunk kulturális sajátosságainak megőrzése?	0,760	0,001	0,181
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen pályát választasz?	0,109	0,672	-0,024
Mennyiben függ Tőled az, hogy milyen lesz ez az ország 20 év múlva?	0,835	-0,024	0,171
Mennyiben függ Tőled az, hogy a bolygónk élhető hely maradjon?	0,668	0,087	0,126

és Hidegkuti, 2012). Ennek előfeltétele, hogy ne legyenek hiányzó értékek (meg nem válaszolt kérdések) az adatbázisban, ezért a mintából 24 embert törölnünk kellett, így az elemszám 1010 főre csökkent.

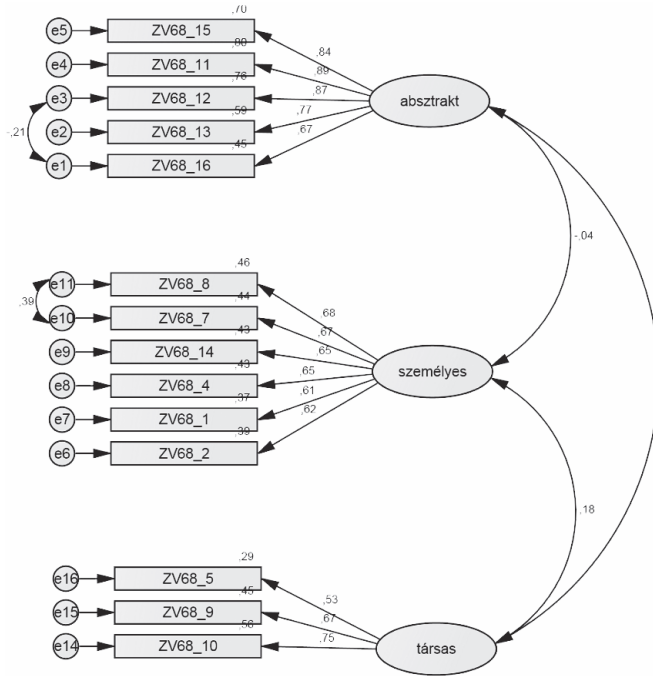
A kérdőív jósági mutatói összességében kiválóak. Az összes releváns indikátor a jó vagy a kitűnő tartományba esik (CMIN/DF = 4,824 – ez megfelel a <5 kritériumnak; CFI = 0,955 – ez igen jónak tekinthető; RMSEA = 0,061 – ez is az optimális illeszkedést jelöli; PCLOSE = 0,002 – ez közel tökéletes illeszkedés; TLI = 0,943 – közelíti az optimális 1-es értéket (Browne és Cudeck 1993).

Az egyes itemek és a három faktor kovariánciáinak ábráján (1. ábra) látható, hogy valamennyi item elfogadható súllyal kapcsolódik a vonatkozó faktorhoz, és a faktorok közötti kovariancia is kellően alacsony.

A kérdőív időbeli stabilitásának vizsgálata²

A kérdőív időbeli megbízhatóságának vizsgálatához elvégeztük a teszt-reteszt felmérést, melynek során 80 fő középiskolás diák (átlagéletkor: 17,7 év, férfi = 26; nő = 54) töltötte ki a kérdőívet kétszer egymás után. A két felvétel között egy hónap telt el. A teljes kérdőívre adott felelősség-összpontszámok az első és a második felvétel alkalmával szignifikáns korrelációt mutattak ($r = 0,71$). Az eredeti faktorstruktúrát követve elvégeztük a két mérés eredményeinek korrelációs vizsgálatát. A skálák közötti együttjárás értékei, bár szignifikánsak ($p < 0,001$), mérsékeltnek mondhatók. A személyes (mikro-) szintű felelősségskála esetében $r = 0,66$; társas (mezo-) szintű felelősségskála esetében $r = 0,59$; globális (makro-) szintű felelősségskálánál $r = 0,7$ értékeket kaptunk. Az adatok

² Az adatfelvételt Nagy Evelin, a Szegei Tudományegyetem pszichológia szakos hallgatója végezte 2014-ben.



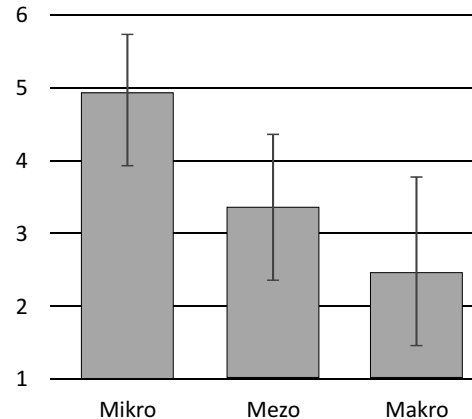
1. ábra. A megerősítő faktorélemzés (CFA) eredménye, az itemek kovarianciaértékei

ezek alapján viszonylag alacsony megbízhatóságot mutatnak. Itt azonban szükséges megjegyezni, hogy az eredmények nem feltétlenül a skála instabilitására utalnak. A gyengébb korrelációt magyarázhatja az egyes faktorok alacsonyabb itemszáma (vö. Cortina, 1993), másrészt az is, hogy a kitöltők a második kitöltés alkalmával jelentősen fegyelmezetlenebbül álltak a feladathoz. A stabilitásvizsgálatot a későbbiekben ezért érdemes lesz megismételni erősebben kontrollált feltételek mellett.

A felelősségérzet jellemzői a vizsgált mintában

A felelősségérzet három dimenziójának átlagolt értékeit a minta egészére kivetítve a 2. ábrán láthatjuk. Az egyéntől távolodva csökken annak az érzése, hogy tőle függenek, rajta múlna a közvetlen és a tágabb környezetének

jelenlegi és jövőbeni helyzete. Az is látható, hogy az egyéni szinttől távolodva a szórások értékei is növekednek, vagyis a diákok ezekben a kérdésekben már kevésbé egységesen vélekednek.



2. ábra. A felelősségérzet faktorainak átlagértékei és szórásuk

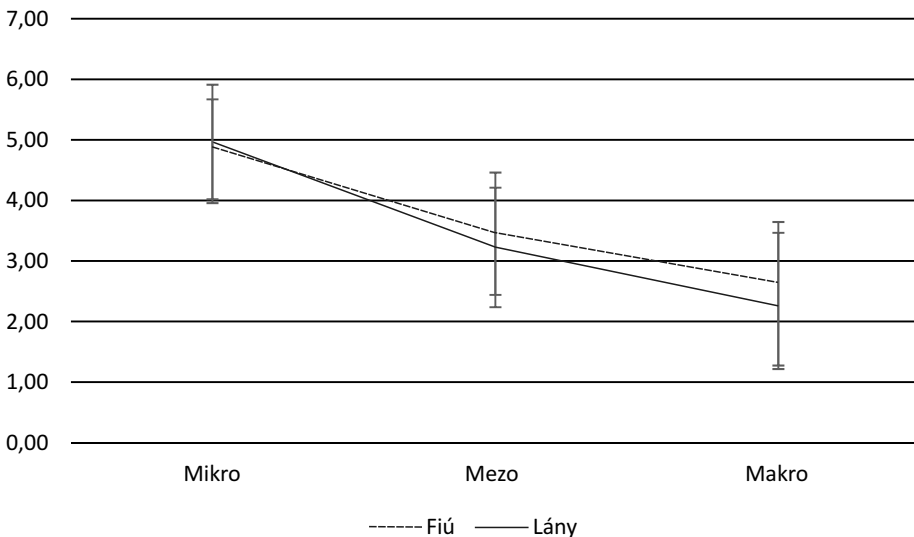
A három változó átlaga szignifikánsan különbözik a sphericitásfeltétel nem teljesülése miatt Greenhouse–Geisser korrekciós tényezővel számolt ismételt mérés varianciaanalízis eredménye alapján ($F(1,71) = 1941,356, p < 0,001$). A további elemzések során fény derült nemi különbségekre is. Míg a személyes sors kapcsán érzett felelősségénél nincs különbség a középiskolás lányok és fiúk között, a közvetlen környezetre vonatkozó felelősségérzetnél már megjelenik némi eltérés, ez a különbség az absztrakt szinten megélt felelősség esetében már jelentőssé válik (3. ábra). A nem és a felelősségdimenzió interakciója szignifikáns ($F(1,716) = 13,406, p < 0,001$).

Az ábrán látható, hogy a fiúk kissé magasabb felelősségérzetet mutatnak a társas (mezo-) szinten, mint a lányok, és ez a különbség a makroszintű tényezőkkel kapcsolatban fokozódik.

Az *osztályok típusa* (szakiskola, szak-középiskola, gimnázium) szerint nem találtunk szignifikáns főhatást a felelősségtuda-

tosság egészével kapcsolatban ($F(2) = 0,06, p = 0,942$), az egyes felelősségdimenziókra lebontva pedig csak a nagy mintaelemszám miatt jöttek létre szignifikáns, ám nagyon alacsony különbségek. Összességében elmondható, hogy a három osztálytípus tanulóira egyaránt a 2. ábrán látható tendencia jellemző.

A *származási közeg* hatása az általunk validált konstruktumra elhanyagolható. Nincs összefüggés a család összetételével, a testvérek számával, a család észlelt anyagi helyzetével, a szülők iskolai végzettségével. A családdal töltött idő legkülönbözőbb formáit (házimunka, barkácsolás, kirándulás, zenélés, mozi- és színházlátogatás, rokonok látogatása stb.) mérő változók összegzéséből képzett indikátorral viszont a mezofelelősség gyenge pozitív korrelációt mutat ($r(1005) = 0,219, p < 0,001$). Azaz, akik több szabadidős tevékenységet folytatnak családjuk körében, azok erőteljesebb felelősséget is éreznek ezen a szinten a többiek jóllétére vonatkozóan.



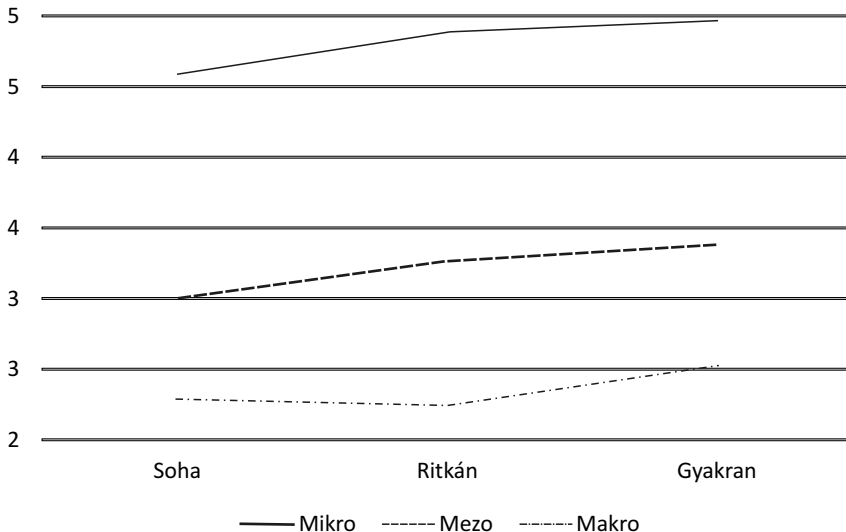
3. ábra. A felelősségérzet szintjeinek kapcsolata a nemekkel (N = 1034)

A gyerekkori szocializáció hatását két változó mentén vizsgáltuk. A kutatásban részt vevő középiskolásoknak feltettük azt a kérdést, hogy „Amikor kisgyerek voltál (óvodás, alsós), szüleid olvastak-e vagy meséltek-e neked mesét?”. A három válaszkategória (soha, ritkán, gyakran) által kialakított csoportok között mindhárom felelősségdimenzió esetén jelentős különbség mutatkozik (személyes: $F(2) = 6,147, p = 0,002$, közvetlen: $F(2) = 4,213, p = 0,015$, absztrakt: $F(2) = 4,611, p = 0,01$). Egyértelmű tendencia rajzolódott ki: a gyakoribb gyerekkori meseolvasás mindhárom skála esetén magasabb felelősségérzettel járt együtt (4. ábra). A gyerekkori vallásos nevelés (itt csak igen/nem válaszlehetőséget adtunk) viszont kizárólag a makroszintű felelősséggel volt kapcsolatban a középiskolás válaszadók esetében ($t(1014) = -4,085, p < 0,001$). Azaz azok érezték erősebb felelősséget a globális vagy absztrakt szintű helyzetekkel kapcsolatban, akik vallásos nevelésben részesültek.

A kialakított kérdőív konstrukciós validitásának vizsgálata

A felelősség kérdőívvel egyidejűleg a konstruktum külső érvényességének ellenőrzése céljából két másik mérőeszközt is elhelyeztünk a tesztbatteriaiban. Az első a Proaktív attitűd skála volt (Schmitz és Schwarzer, 1999), amelynek a kérdőívünkben használt magyar változatát mi készítettük el a fordítás-vissza fordítás technikával (Brislin 1970). A tíz itemből álló kérdőív belső konzisztenciája a jó tartományba esik ($\alpha = 0,75$). Feltételeztük, hogy a skála a személyes sors iránti felelősség-pontszámmal (mikroszint) fog együtt járni közepes mértékben. A kapott eredmények igazolták feltételezésünket.

A Proaktív attitűd skála a mikroszintű felelősség-pontszámmal közepes erősségű, pozitív irányú sztochasztikus kapcsolatot mutat ($r(996) = 0,387, p < 0,001$). A nagy mintaelemszám miatt a felelősség kérdőív másik két dimenziójával is szignifikáns a skála kapcsolata, ám itt az erősség elhanyagolható,



4. ábra. A meseolvasás és a felelősségérzet kapcsolata (N = 1028)

még az igen gyenge szintet sem éri el (mezoszintnél $r(995) = 0,081$, $p = 0,01$, illetve a makroszintnél $r(995) = 0,067$, $p = 0,035$).

Hasonló eredményeket vártunk és kaptunk a Kopp Mária és munkatársai által fordított Általános énhatékonyság (GSE) kérdőívnél (Schwarzer és Jerusalem, 1995), ami a különböző stresszhelyzetek esetén létrejövő hatékony megküzdésből fakadó átfogó és stabil kompetenciaérzés meglétének mérésére szolgál. Ennek a skálának a konzisztenciája a nagyon jó tartományba esik ($\alpha = 0,88$). A GSE-skála összpontszáma gyenge–közepes kapcsolatot mutat a személyes felelősségérzettel ($r(987) = 0,335$; $p < 0,001$), ugyanakkor nem korrelál érdemben sem a közvetlen környezet iránti felelősséggel ($r(987) = 0,151$; $p < 0,001$), sem a globális felelősségtudatossággal ($r(986) = 0,102$; $p = 0,001$). A két konstrukciós validitást ellenőrző indikátor – a Schmitz és Schwarzer-tanulmányának megfelelően – közepesen erős pozitív együttjárást mutatott ($r(969) = 0,564$; $p < 0,001$).

ÖSSZEFOGLALÁS, KÖVETKEZTETÉSEK

A felelősségérzet fogalmának értelmezése és ennek megfelelően a mérésére tett kísérletek is szerteágazóak. A megfelelő modell és mérőeszköz kialakítására tett erőfeszítéseket azonban nem szabad feladni, tekintettel arra, hogy ez a jelenség a XX. századtól egyre nagyobb jelentőségre tesz szert az egyének életében és ezen keresztül meghatározó szerepet játszik a társadalom működésének alakulásában is. Az egyéni szabadság megnövekedett területei nemcsak előnyöket hordoznak, de maguk után vonják a felelősség növekedésének terhét is (vö. Fromm, 1993).

Kutatásunk célja egy olyan komplex felelősségmodell felállítása és vizsgálata volt, amely magában foglalja a felelősségérzet több aspektusát. Képes megjeleníteni a felelősség és kontroll összefüggését, a jelenbe és a jövőbe vetített felelősségérzetet, mint idői aspektust, valamint képes kezelni az általunk térinek nevezett minőséget is. Azaz tükrözi azt az elképzelést, mely szerint a személy annál kevesebb felelősséget érez, minél távolabb esik tőle az adott helyzet vagy fogalom, amire éppen a felelősség vonatkozik. Tehát legerősebb felelősséget saját személyes életével kapcsolatban érez, kissé alacsonyabb mértékű lesz ez az érték a közvetlen társas környezetre vonatkozó dolgokra nézve, és legkisebb mértékű a globális, legtávolabbi szinten. Az általunk koncentrikusnak tételezett felelősségmodell ezeket az aspektusokat érinti, és a kifejlesztett mérőeszkővel ezeket kívántuk tetten érni a középiskolások egy nagyobb mintájának gondolkodásában.

A kérdőív kialakításában az észlelt kontroll fontosságának hangsúlyozása adta a felelősség fogalmi keretét (Woolfolk és mtsai, 2006). A „rajtad múlik, tőled függ” megfogalmazás alkalmasnak bizonyult arra, hogy a kérdezettek átéljék a felelősség és a kontroll kapcsolatát. Ezt igazolja, hogy a felelősség koncentrikus modellje lényegében alátámasztást nyert. A felelősségérzet kérdőív eredményei három markánsan elkülönülő, de egymástól nem teljesen független komponensbe rendeződtek. Így megjelent az általunk egyéni vagy mikroszintű felelősségnek nevezett komponens, amely azokra a tényezőkre vonatkozott, amelyek talán a legszorosabban a személy kontrollja alatt állnak. A második komponensbe a társas kapcsolatokkal összefüggő felelősségérzet elemei rendeződtek. Ennek a faktornak a belső konzisztenciája kissé alacsonyabb volt, de még

az elfogadható tartományban maradt. Ez arra utal, hogy valószínűleg a mezoszint egyes elemei, bár a mikro- és a makroszint közé esnek, azon belül az éntől való távolságuk meglehetősen variábilis. A globális vagy makroszintű felelősségérzet szintén markáns komponensbe tömörült. A diákok érznek felelősséget tágabb környezetük – az ország, a kontinens és a bolygó – jövőjével kapcsolatban is. Eredményeink abban a tekintetben is alátámasztották előzetes elvárásainkat, hogy az egyes szinteken más-más mértékű felelősségérzet fog megjelenni. Az eredmények világosan rámutattak arra, hogy az egyéntől a fizikai és pszichikai értelemben vett térben távolodva egyre csökken a felelősségérzet, amelyet a személy megél. Ez egybehangzik azokkal az elméleti feltevésekkel, amelyek a kontroll és a felelősség (Rogers, Freiberg, 1994; Woolfolk és mtsai, 2006), valamint a távolság és felelősség kapcsolatát hangsúlyozzák (Michalik, 1998, idézi Krzywosz-Rynkiewicz, 2012). Kutatásunk egyik érdekes eredménye, hogy a felelősség idői aspektusa nem érezte a hatását a felelősségérzet erősségén. Az itemek komponensbe rendeződését az egyéntől való távolsága befolyásolta, és nem az, hogy a jelenre vagy a jövőre utaló állításról volt szó. A háromkomponensű felelősségmodell kialakulását a megerősítő faktorelemzés is alátámasztotta.

Korábbi kutatások eredményeire támaszkodva (Zimmerman és Kitsantas, 2005) feltételeztük, hogy az énhatékonyság és a proaktivitás (Schmitz és Schwarzer, 1999) pozitív kapcsolatban áll a felelősségérzettel, azon belül is a mikroszintű felelősséggel. Ezt a feltevésünket az eredmények igazolták, alátámasztva ezzel kérdőívünk konstrukciós validitását.

Arra a kérdésre is megpróbáltunk választ találni, hogy vajon mely demográfiai vagy

szocializációs háttértényezőknek van hatása a felelősségérzet pontszámainak alakulására. Korábbi kutatások eredményeire ezen a területen nem támaszkodhattunk, így csupán az általunk vizsgált változókkal való összefüggéseket tudtuk vizsgálni. Jelen mintán a felelősségre vonatkozóan egyetlen hagyományos demográfiai változóval sem találtunk statisztikai összefüggést. Viszont úgy tűnik, hogy a családdal közösen töltött idő és a gyermekkorai rendszeres mesehallgatás és a felelősség pozitív kapcsolatban áll egymással. A családdal eltöltött közös tevékenységek a mezo-, azaz a társas kapcsolatok szintjén megélt felelősséggel mutattak együttjárást. Ez az eredmény nem meglepő, hiszen a közös szabadidős tevékenységek során a gyerek megtapasztalhatja a kölcsönös függés és együttműködés hatását a kapcsolatokra, illetve a család hangulatának, viszonyainak alakulására, érzékelheti saját szerepét ebben a folyamatban. A meséléssel kapcsolatos eredményt is viszonylag könnyű értelmezni. A legtöbb klasszikus gyermekmese arról szól, hogy valaki tesz valamit, aminek rossz vagy jó következményeit el kell szenvedni. Például, ha Pinokkió hazudik, megnő az orra, vagy számárfüle lesz, mert úgy dönt, a lusta, lázadó gyerekekkel fog tartani. A jó következmények is megjelennek azokban a mesékben, amelyek legfőbb tanulsága az, hogy jó tett helyébe jót várj, vagy az, hogy a sok munka elnyeri jutalmát. Ennek az implicit szocializációs hatásnak a lenyomata is megjelenhet abban, hogy a gyerekek később is megtanulnak számolni tetteik következményével, akár úgy, hogy előrevetítik azt, akár úgy, hogy később vállalják értük a felelősséget. Nem kívánjuk azt állítani, hogy a gyermekkorai meseolvasás jelentené a felnőttkori felelősségérzet egyedüli forrását. Kutatásunk eredménye inkább csak azt sugallja, hogy

már egészen kicsi korban megalapozódhat az a gondolkodásmód, amely a későbbiekben egyfajta sémát kölcsönöz az új tapasztalatok beépítésének, amelyet a morális és kognitív fejlődés csak tovább színez. Illetve ez az eredmény még azt is mondhatja, hogy az olyan családokban, ahol sokat meséltek a kisgyermekkorban, vélhetően nemcsak ezen a területen járnak el ilyen gondosan a szülők, az ilyen családokban valószínűleg sok más pozitív szocializációs hatás is megjelenhet.

Kutatásunk eredményeinek azonban vannak értelmezési korlátai. Mintánk csak egy vidéki nagyváros vonatkozásában tekinthető reprezentatívnak. A kérdőíves módszernek is vannak korlátai, hisz ezen a módon csak

azokra a területekre tudunk rálátni, amelyekre rákérdeztünk. A kvalitatív elemeket is alkalmazó feltáró eszközök jó kiegészítői lehetnének egy későbbi vizsgálatnak. Fontos lenne megismerni a felelősségérzettel kapcsolatos vélekedés és a valós helyzetekben ténylegesen vállalt felelősség közötti kapcsolatot is, amelyet talán kísérleti elrendezéssel lehetne behatóbban vizsgálni.

Mindezekkel együtt mégis úgy véljük, hogy kutatásunk eredményeként kialakított modellünk, és a hozzá kapcsolódó mérőeszköz alkalmasnak látszik arra, hogy további kutatásokat inspiráljon ezen a fontos, társadalomlélektani és egyéni pszichológiai kérdéseket is érintő területen.

SUMMARY

EXAMINING THE CONCENTRIC STRUCTURE OF THE SENSE OF RESPONSIBILITY AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS

Background and aims. The role of responsibility has an increasing importance in personal lives. The elevated freedom of choices not only offers possibilities, but also raises the question of taking the consequences pertaining to the chosen behavior. It is also expected that one has to be able to admit responsibility a priori (Krzywosz-Rynkiewich, 2009). An important element of adolescent development in preparing for adulthood is the formation of responsible behavior and thinking, which, besides being responsible for ourselves, is also manifested towards peers (Helison, 2000). Moreover, we can speak about global-level responsibility, if one contributes with his/her decisions to the fate of the society, the country or the planet (Armstrong, 2011). Based on the above, we considered important the shaping of a responsibility model which takes into account the control-aspects, the spatial and the temporal extensions of responsibility. The goal of our research was the development and testing of a questionnaire for adolescents, utilizing the above detailed complex approach. *Method.* We have administered the developed questionnaire on a representative sample of high school students of Szeged (N = 1034, mean age = 16.45 years). Beyond demographical data, we also surveyed the general self-efficacy and the proactive attitude of students as well. We have verified the validity of the questionnaire and the model by using exploratory and confirmatory factor analysis, along with reliability and stability checks. *Results.* Results of the factor analysis confirmed the existence of the three factors, identifying three levels of the sense of responsibility: the personal (micro), the social (mezzo) and the abstract, global (macro) level. Our assumption about the decreasing level of the experienced responsibility in correlation with the decreasing level of control was also

confirmed. *Conclusions.* Outcomes of our research have limited generalizability to the total population, but the results and our questionnaire make a stable ground and a handy tool for examining responsibility and related psychological factors.

Keywords: sense of responsibility, self-efficacy, personal, social and abstract responsibility

IRODALOM

- AMNA, E. (2012): How is civic engagement developed over time? Emerging answers from a multidisciplinary field. *Journal of Adolescence*, 35(3), 611–627.
- ARMSTRONG, M. N. (2011): Modeling the relationship between a social responsibility attitude and youth activism. *Psychology Dissertation, Paper 85*. <http://digitalarchive.gsu.edu/>
- AUHAGEN, A. E., BIERHOFF, H-W. (2001): Responsibility as a human phenomenon. In: AUHAGEN, A. E., BIERHOFF, H-W. (eds.): *Responsibility: the many faces of a social phenomenon*. Routledge, London. 1–9.
- BANDURA, A. (1997): *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company, New York.
- BAUMAN, Z. (2007): *Liquid times: living in an age of uncertainty*. Polity Press, Cambridge.
- BRANDEN, N. (1997) *Taking responsibility. Self-reliance and accountable life*. Fireside, NY.
- BRISLIN, R. W (1970): Back-Translation for Cross-Cultural Research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1970. szept., 185–216.
- BROWN, A. (2009): *Personal responsibility – why it matter?* Continuum, NY.
- BROWNE, M. W., CUDECK, R. (1993): Alternative ways of assessing model fit. In: BOLLEN, K. A., LONG, J. S. (eds.): *Testing structural equation models*. Sage, Beverly Hills, CA. 132–162.
- CORTINA, J. M. (1993): What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 98–104.
- COSTELLO, A. B., OSBORNE, J. W. (2005): Best Practices in Exploratory Factor Analysis: Four Recommendations for Getting the Most From Your Analysis. In: *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 10(7), 2005. júl.
- FINCHAM, F. D., JASPARS, J. M. (1980): Attribution of Responsibility: From Man the Scientist to Man As Lawyer. *Advances in Experimental Social Psychology*, 13, 81–138.
- FROMM, E. (1993): *Menekülés a szabadság elől*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- HELLISON, D. (2000): Physical activity programs for underserved youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 3(3), 238–242.
- HELLISON, D., WALSH, D. (2002) Responsibility – based youth programs evaluation: Investigating the investigations. *Quest*, 54, 292–307.
- KOPP, M. S., SCHWARZER, R., JERUSALEM, M. (1993): Hungarian Questionnaire in Psychometric Scales for Cross-Cultural Self-Efficacy Research, Zentrale Universitäts Druckerei der FU Berlin.
- KRZYWOSZ-RYNKIEWICZ, B. (2009): Children’s understanding of pupils responsibility – a self-responsibility model. *Social Science Tribune*, 55, 29–48.

- KRZYWOSZ-RYNKIEWICZ, B. (2012): Responsibility in the eyes of young people of business. In: FÜLÖP, M., KRZYWOSZ-RYNKIEWICZ, B., KOVALCIKOVA, I., PETRUCIOVA, J.: *Social capital within the visegrad context: competition and cooperation seen by future generation of business people: mutual prejudice or mutual respect?* Impuls, Krakow.
- MÜNNICH Á., HIDEGKUTI I. (2012): Strukturális egyenletek modelljei: oksági viszonyok és komplex elméletek vizsgálata pszichológiai kutatásokban. *Alkalmazott Pszichológia*, 12(1), 77–102.
- NUNNALLY, J. C. (1978): *Psychometric Theory*. Vols 1–2. McGraw-Hill, New York.
- PIAGET, J. (1965): *The moral judgment of the child*. Free Press, New York.
- RIGGIO, H. R., VALENZUELA, A. M., WEISER, D. A. (2010): Household responsibilities in the family of origin: Relations with self-efficacy in young adulthood. *Personality and Individual Differences*, 48, 568–573.
- ROGERS, C. R., FREIBERG, H. J. (1994): *Freedom to learn*. Merill, New York.
- SCHMITZ, G. S., SCHWARZER, R. (1999): Proaktive Einstellung von Lehrern: Konstruktbeschreibung und psychometrische Analysen. (Teachers' proactive attitude: Construct description and psychometric analyses). *Zeitschrift für Empirische Pädagogik*, 13(1), 3–27.
- SCHWARZER, R., JERUSALEM, M. (1995): Általános éhatékonyság skála (fordította: Kopp Mária). <http://userpage.fu-berlin.de/~health/hungar.htm>.
- SZABÓ É., SECUI M., KÖRÖSSY J. (2013): Structure and levels of youngcitizens' responsibility. In: CUNNINGHAM, P. (ed.): *Identities and Citizenship Education: Controversy, crisis and challenges*. CiCe, London.
- VÁRINÉ SZILÁGYI I. (2010a): Amit Lawrence Kohlbergről tudni érdemes. Kohlberg hozzájárulása az erkölcs pszichológiájához. In: VÁRINÉ SZILÁGYI I. (szerk.): *Jogtudatról – alulnézetben. – Tizenévesek jogtudata és jogi érzékenysége*. L'Harmattan Kiadó, Budapest.
- VÁRINÉ SZILÁGYI I. (2010b): Tizenévesek jogi érzékenysége – fókuszban a felelősséggel. In: VÁRINÉ SZILÁGYI I. (szerk.): *Jogtudatról – alulnézetben. – Tizenévesek jogtudata és jogi érzékenysége*. L'Harmattan Kiadó, Budapest.
- VINCENT, N. A. (2011): A structured taxonomy of responsibility concept. In: VINCENT, N. A., VAN DE POEL, I., VAN DEN HOVEN, J. (eds.): *Moral Responsibility. Beyond free will and determinism*. Springer, New York. 15–37.
- WEINER, B. (1995): *Judgments of responsibility: A foundation for a theory of social conduct*. Guilford Press, New York.
- WOOLFOLK, R. L., DORIS, J. M., DARLEY, J. M. (2006): Identification, situational constraint, and social cognition: Studies in the attribution of moral responsibility. *Cognition*, 100(2).
- YALOM, I. D. (2004): *Egzisztenciális pszichoterápia*. Animula Kiadó, Budapest.
- ZIMMERMAN, B. J., KITSANTAS, A. (2005): Homework practise and academic achievement: The mediating role of self-efficacy and perceived responsibility beliefs. *Contemporary Educational Psychology*, 30, 397–417.

A KAPUNYITÁSI PÁNIK VIZSGÁLATA A MEGKÜZDÉSI MÓDOK ÉS A SZORONGÁS FÜGGVÉNYÉBEN



LEIST BALOGH Brigitta

Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Pszichológia szak
Iskola és Tanácsadás MA Program
brigitte.leist@gmail.com

JÁMBORI Szilvia

Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet
szilvia.jambori@psy.u-szeged.hu

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A tanulmány középpontjában a kezdődő felnőttkor áll, amely feltételezhetően a II. világháború utáni pozitív társadalmi változások, és az ezt követő rohamos technológiai fejlődés következtében kialakuló új, fejlődéslélektani szempontból releváns életszakasz. Az utóbbi néhány évtizedben legfőképp nyugati, posztindusztriális társadalmakban megnőtt az igény a magasan képzett munkaerőre, ami a serdülőkor és a felnőttkor közötti határokat egyre távolabb helyezte egymástól. Ebben az életszakaszban jellemzően az Erikson (1991) által meghatározott serdülőkor és fiatal felnőttkor krízisei hirtelen, egyszerre jelennek meg. Az irreális elvárások a jövővel kapcsolatban, a stabil érzelmi kapcsolatok létesítésének vágya, a karrier építése, a szülőkről való leválás, az identitásban történő változások és a képtelenség az egyén saját képességeit illetően azok a tényezők, amelyek a legtöbb aggodalmat eredményezik a kezdődő felnőttkor időszakában. *Módszer:* Kutatásunkban a 18–28 éves korosztály körében vizsgáltuk meg a kapunyitási pánik jelenségét, és annak kapcsolatát a vonásszorongással, a megküzdési módokkal valamint a proaktív megküzdéssel. *Eredmények:* A 304 vizsgálati személy válaszai alapján megállapítható, hogy a vonásszorongás és a kapunyitási pánik megélése között szignifikáns kapcsolat van. Nincs különbség azonban a férfiak és a nők között abból a szempontból, hogy melyik csoportra jellemzőbb a kapunyitási pánik. *Következtetések:* Az eredmények azt bizonyítják, hogy a kapunyitási pánikban közrejátszó tényezők közül a nők hajlamosabbak a döntésekkel kapcsolatosan többet aggodalmaskodni. Megküzdési stratégiák szempontjából a proaktív megküzdés, a segítségkérés és a problémaelemzés előnyösnek bizonyult.

Kulcsszavak: kezdődő felnőttkor, kapunyitási pánik, szorongás, megküzdési módok

BEVEZETŐ

Átlépve a felnőttkor kapuját a fiatalok hirtelen komoly kihívásokkal és nehéz döntési helyzetekkel szembesülnek. Elindul a verseny a felsőoktatási intézményekbe való bekerülésért, el kell gondolkodniuk a karrier-választás kérdésén, mindezek mellett pedig javában zajlik a párkapcsolatokkal való kísérletezgetés, a szülőkről való leválás folyamata, amely a pénzügyi függetlenség megkezdését is vonzza magával. A lehetőségek száma a végtelenhez közelít, korántsem mondhatni, hogy van olyan kitaposott ösvény, mely a biztos sikerhez vezetne. A választható utak tárháza pozitív várakozással is eltölti a fiatalokat a jövőjükkel kapcsolatban, ugyanakkor a bizonytalanság, sebezhetőség érzését is fokozza az azon való gondolkodás, hogy vajon másik út választása esetén mi történne. Az X generáció (1965–1979 között születettek) kezdte elsők között megélni azt a periódust, mely a tízes éveik végén járó fiatalok és a húszas éveik közepében levő felnőttek életében egy új életszakasszá kezdett formálódni, és egyre tisztábban rajzolódott körbe az Y generáció (1980–1997 között születettek) felnőtté válásával, és a Z generáció (1998–napjainkig születettek) felnőttkorba lépésének közeledtével (Arnett, 2000). Mivel ezen fiatalok csoportja más életstílust kezdett el élni, mint elődeik, Arnett (2000) egy új fogalmat vezetett be az életszakasz leírására, az „emerging adulthood” fogalmát, amit Lisznyai (2010) nyomán készülődő felnőtté válásnak, vagy kezdődő felnőttkornak fordíthatunk magyarra. A kezdődő felnőttkor határait illetően nincs még konkrét megállapodás, hogy pontosan mikor kezdődik, és meddig tart, a legtöbben 18–25 éves kor közé helyezik, egyes szakirodalmakban 18–28 intervallum szerepel, vagy

akár 30-as évek elejéig is kitolódhat (Atwood és Scholtz, 2008; Arnett, 2004; Grossman, 2005). Arnett (2000) külön kiemelte, hogy ez az életszakasz semmiképpen se legyen összetévesztve a serdülőkorrrel, vagy pedig a fiatal felnőttkorrrel, hiszen pont a kettő között helyezkedik el, és bizonyos szempontok alapján mindkét vele határos életszakasz jellemzői megjelennek benne, fokozva ezzel az esetleges nehézségeket. A fiataloknál ebben az időszakban erősen megjelenik a függetlenségre való törekvés, a normáktól való eltávolodás vágya és a szociális szerepek megkérdőjelezése. Egy olyan periódus, amikor az egyén jelene is bizonytalan, jövője még nincs eldöntve teljes mértékben, a kihívások, választások száma pedig sokkal több, mint bármelyik másik életszakaszban. A felmerülő lehetőségek kiszámíthatatlansága, a karrier és az intim kapcsolatok alakulásának megjósolhatatlansága, az identitás még folyamatban levő alakulása, és az új döntések meghozásával járó folyamatosan változó helyzetek egyfajta sebezhetőségérzést keltenek a fiatalokban, amelyek az ebben az életszakaszban megjelenő krízis, a kapunyitási pánik, vagy életnegyedes krízis jellemző vonásai (Robbins és Wilner, 2001).

Kutatásunk célja, hogy átfogó képet kapjunk a kezdődő felnőttkor időszakában felmerülő problémákról, a krízis kialakulását fokozó életeseményekről és a kapunyitási pánik megjelenésének nemi megoszlásáról. Fontos témának tartjuk a kapunyitási pánik feltérképezését, hiszen igen kevés kutatás született még ezzel kapcsolatban annak ellenére, hogy az elmúlt évtizedekben a médiában is igazán közkedvelt fogalommmá vált. Azért érdemes felhívni a figyelmet az életszakaszra jellemző krízisfaktorokra, hogy azok felismerhetők legyenek, és azok az egyének, akik úgy érzik, hogy valamelyik életfeladattal nem

tudnak megküzdni egyedül, ne szégyelljenek segítséget kérni olyan szakembertől, aki szak tudásával rá tudja vezetni őket a megoldásra. Ahogyan azt több elméletalkotó is leírta, a mai huszonévesek életében hirtelen kell meghozni életre szóló döntéseket, hatalmas elvárásokkal szembesülnek a munkaerőpiacon, miközben a magánéletüket sem szeretnék elhanyagolni. Tehát a kapunyitási pánik több tényező közrejátszása által kialakuló, összetett jelenség. A megfelelő megküzdési módok alkalmazása nagyban enyhítheti a pánikszerű érzések kialakulását, ezért a kutatásunk során a megküzdési módok szerepét is figyelembe vettük. Ezenkívül, mivel a kezdődő felnőttkor igen megerőltető feladatai miatt sokat aggodalmaskodnak a fiatalok, azt is megvizsgáltuk, hogy a vonásszorongás együtt jár-e a kapunyitási pánikkal.

EGY ÚJ ÉLETSZAKASZ KIALAKULÁSÁNAK FOLYAMATA

A serdülőkor fogalma nem túlságosan régóta használt fogalom, G. Stanley Hall 1904-ben publikált könyvében szerepelt először ez az időszak, mint egy olyan különálló élet szakasz, amely sajátos viselkedéses jellemzőivel elkülönül. A társadalmi struktúrák változása és a technológia fejlődése megkövetelte azt, hogy a fiatalok elődeikhez képest több időt töltsenek a munkavállalás előtt oktatással, szakmai betanulással ahhoz, hogy a feladataikat a munkájukban pontosan el tudják végezni. Ez a változás egyúttal a gyermekkor és a felnőttkor közötti határokat távolította el egymástól. Nem sokkal ezután kezdtek felfigyelni arra, hogy ezekre a fiatalokra is jellemző a normaképzés, más jellegű dolgokban hisznek, mint szüleik. Az életszakasz sajátossága még a nagymértékű

ambivalencia a gyermekkortól felnőtté válás útján. Korábban a gyermekek egészen fiatalon, amint azt fizikumuk engedte, munkába álltak, tehát nem volt jellemző a kettő élet szakasz közötti várakozási időszak. Jelenleg, ahogyan a technológia továbbra is rohamosan fejlődik, és egyre több szakképzett munkaerőre van szükség, az oktatási intézményekben, és főleg a felsőoktatásban töltött évek száma megtöbbszöröződött, a serdülőkor és a felnőttkor közötti távolságot még hosszabbra nyújtva. Egyes elméletalkotók amellet érvelnek, hogy ezáltal új fejlődési szakasz van kialakulóban, amely éppen a serdülőkor és a felnőttkor közötti intervallumot foglalja magába (Robbins, 2004; Robbins és Wilner 2001). Habár pontos meghatározás még nem született, de ezt a köztes periódust a 18–30 év közötti időszakra becsülik. Robbins és Wilner (2001) ezt a szakaszt úgy próbálja konkrétabb keretek közé foglalni, hogy az a serdülőkorból kilépve és egyúttal a kapuzárás előtt két évtizeddel kezdődik, tehát éppen a huszonéves korosztály szinte egésze belefoglalható. Grossman (2005) a *twixters* kifejezést használja, mely csoporthoz azok az egyének tartoznak, akik már egyértelműen nem serdülők, viszont még a felnőttkorra jellemző kritériumoknak sem tesznek eleget – akár a húszas éveik végén járva sem. Arnett (2010) a kezdődő felnőttkor kifejezéssel írja le ezt az életszakaszt, és részben azt is közrejátszó tényezőnek tartja a kialakulásában, hogy a fiatalok igen későn kerülnek ki az oktatásból, ezért a felnőttkori szerepek vállalása is még későbbre tolódik. Határozottan érvel amellet, hogy az elmúlt évtizedekben valóban kialakult egy új, fejlődéslelektani szempontból releváns szakasz, melyet az identitás kérdése, több élethelyzetben bekövetkező instabilitás, hovatartozás kérdése, a lehetőségek felhalmozódása, énközpontúság,

és a szülőkkel folytatott konfliktusok határoznak meg.

Az emberi pszichés fejlődés szakaszokra osztása és a szakaszok fejlődési jellemzőinek leírása több elméletalkotó fejében is megfordult már. Legismertebb elmélet minden kérdést félretéve Erik H. Erikson pszichoszociális fejlődésemélete (Erikson, 1968/1991). Előtte Sigmund Freud volt az, akinek elméletében megjelentek az emberi fejlődés szakaszainak jellemzői. Pszichoszexuális fejlődésemélete viszont a serdülőkorral bezárul. Ezenkívül Piaget (1967), Graves (1970), Levinson (1976), Loevinger (1976) és Kohlberg (1984) is úgy gondolták, hogy a fejlődés során az egyén több szakaszon megy keresztül (Murphy, 2011). Habár a véleményük eltért arról, hogy a különböző szakaszok mit is takarnak, abban mindannyian hasonlítottak, hogy mindegyik szakasz a fejlődés során teljes körű kvalitatív változásokkal jár. Robinson (2008) frappáns hasonlatában a változásokat úgy próbálta szemléltetni, hogy azok oly módon következnek be, mint ahogyan a bábból pillangó születik.

Erikson úgy tartotta, hogy a személyiség fejlődése egy egész életen át húzódó folyamat, amelyet nyolc egymás után következő szakaszra bontott. Minden egyes szakaszban egy-egy jellemző krízis, illetve megoldás jelentkezik. Erikson azonban utalt arra is, hogy habár mindegyik szakasznak megvan az ideje, a krízisek és az életfeladatok azonban nagyban környezet- és társadalomfüggőek is. A krízisek Erikson értelmezésében egyfajta fordulópontot jelölnek. Ebben a perspektívában a fejlődés egy olyan folyamat, melynek minden egyes lépcsőfokára érve egy kicsivel jobban, teljesebben funkcionáló lesz az egyén (Murphy, 2011).

Kutatásunk szempontjából fontos kiemelni Erikson ötödik életszakaszát, mely a 12

éves korban kezdődő serdülőkor, az identitás- vagy szerepkonfúzió periódusa. Az egyénben ekkor kezdenek el olyan kérdések felmerülni, melyek az identitás válságával kapcsolatosak. Erikson számára a serdülőkor egy olyan új életszakasz, melyet a társadalmi és technológiai változások újonnan eredményeztek. Nem sok időnek kellett eltelnie ahhoz, hogy ezek a hatások még egy új életszakaszt kezdjenek el formálni, mely jelen tanulmányunk témája is egyben.

Erikson elméletében a serdülőkor után rögtön a fiatal felnőttkort írta le, amely az intimitás vagy izoláció periódusa. Megoldandó feladatként ekkor egy másik egyénnel való intimitás kialakítása jelenik meg. Ez a képesség azt takarja, hogy a személy saját identitásának elvesztésétől való félelem nélkül tudjon szoros kapcsolatot kialakítani egy másik személlyel. Ez csak akkor sikerülhet, ha a serdülőkorban előrehaladt az identitás kialakulása. Ha a fiatal felnőttkorban nem sikerül egy kapcsolatban elérnie az intimitást, akkor izolálódik.

Összehasonlításképpen érdemes párhuzamot vonni Erikson és Arnett gondolatai között. Arnett amellet érvel egyértelműen, hogy az elmúlt évtizedekben a posztindustrializált társadalmakban megjelenő életszakasz nem egyezik meg az Erikson modelljében leírt serdülőkorral, és a fiatal felnőttkor sem ragadja meg azt pontosan. Alapvetően azt állítja, hogy a kezdődő felnőttkor egy teljesen új jelenség, mely az eriksoni modell mindkét elemének a keveréke. Ezáltal ez egy különösen pozitív időszak a fiatal húszas éveikben járó egyének életében, hiszen a XXI. században minden korábbinál tágasabbak a lehetőségek az identitás felfedezésére, ők maguk is tele vannak reményekkel és pozitívan látják jövőjüket mind párkapcsolati, mind pedig karrier szempontjából (Arnett, 2005).

Valóban megfigyelhető, hogy a mai fiataloknak sokkal több lehetőség adott identitásuk felfedezésére, mint szüleiknek, azonban az elhúzódó felnőtté válás következtében sokkal több átmenettel is szembesülnek, melyek hosszú távú döntések meghozását is követelik már ilyen fiatal korban (Cote, 2006). Azért is bonyolult ez az életszakasz, mivel ekkor zajlik a pályaválasztás, a stabil kapcsolat kialakítására való próbálkozások, és a szülőkről való leválás is (Hajduska, 2008). A kezdődő felnőttkorban az Erikson által definiált serdülőkor és a fiatal felnőttkor életfeladatai egyidejűleg jelennek meg, ami egyszerre két életszakasz kríziseit és megoldási lehetőségeit hordozza magában. Nagy kihívást jelenthet ez számukra, ezért nem meglepő, ha sokak éreznek nagy nyomást emiatt.

Arnett 2000-ben kezdte el leírni a kezdődő felnőttkor fogalmát azzal a céllal, hogy felhívja a figyelmet a tízes éveik végén járó fiatalok és húszas éveikben járó fiatalok életszakaszára jellemző karakterekre, melyek szerinte nem illelnek bele egyik eddig leírt fejlődéslélektani szakaszba sem (Arnett, 2000). Elmélete megalkotása során Erikson modelljéből indult ki ő is, hiszen a nyolc szakaszból álló modell az egyik legismertebb és legelfogadottabb elmélet, mely leírja az emberi fejlődés periódusait azok kihívásaival együtt. Az eriksoni modellben az ötödik szakasz a serdülőkor, melyet rögtön a fiatal felnőttkor követ. Ez a paradigma a XX. század közepén valóban érvényes is volt, hiszen akkor az industrializált társadalmakban a fiatalok a húszas éveik elején megházasodtak, és stabil, állandó munkahellyel rendelkeztek. Viszont a XX. század végére ez a paradigma már nem teljesen illeszkedik minden fiatal életvitelére. Rövid idő alatt a házasságkötések is átlagosan később, a húszas évek végén következnek be, több munkahe-

lyet is kipróbálnak a pályakezdők, és a partnerek gyakori váltogatása is elfogadottabbá vált az évek során. A legtöbb fiatal nem azal tölti az idejét a kamaszkora végétől egészen a húszas évei végéig, hogy beilleszkedjen a hosszú távú monotonitást követelő normák korlátai közé, hanem inkább új tapasztalatokat szeretnének szerezni, és fokozatosan közeledni a hosszú távú választások irányába mind a párkapcsolatok, mind a munka terén (Arnett, 2007a).

A kezdődő felnőttkor egy átmeneti életszakasz, amely Erikson serdülőkora és fiatal felnőttkora között található, olyannyira meghosszabbodott, hogy egy önálló életszakaszként funkcionál a maga kríziseivel. Ahogyan minden modell, ez sem ad teljes, minden részletében gazdag képet ennek a korosztálynak minden tagjáról, viszont Arnett elméletét kiindulópontként szánta további kutatások megalapozásához (Arnett, 2007b).

A krízis fogalmának meghatározása

Erik Erikson (1950) volt az első, aki részletesen foglalkozott a pszichológiai krízis fogalmával, és annak jelentőségét hangsúlyozta fejlődéslélektani szempontból. Úgy vélekedett, hogy a krízisek a fejlődés normál velejárói, melyek hozzájárulnak az egyén fejlődéséhez. Caplan (1960) a személyiségfejlődés alakulása szempontjából tanulmányozta a krízis megjelenését. Véleménye szerint a krízis kettős hatással rendelkezik – elsődlegesen hordozza annak a lehetőségét, hogy az egyén tanul belőle valamit, megoldásával pozitívabban lép tovább, ugyanakkor ott van annak a veszélye is, hogy fennakad egy krízisen, mely akár a mentális állapotot is fenyegeti.

A krízisek szempontjából két típust tudunk megkülönböztetni (Erikson, 2002). Ennek első formája az úgynevezett **akcidentális**

krízis, mely hirtelen következik be, és valamilyen külső tényező határozza meg, mint például a munkahely elvesztése. A **fejlődési krízis** a másik típus, amely egy átmeneti időszak a fejlődési szakaszok során. A fejlődés szempontjából ez utóbbinak van nagyobb jelentősége, és jobban is megjósolható, mint az akcidentális krízis, hiszen az leginkább váratlanul jelentkezik.

Erikson és Caplan is egyetért abban, hogy az életszakaszok velejárója a krízis megélése is egyben, hiszen az életszakaszok közötti átmenet az az időszak, amikor a fejlődési krízisek jelentkeznek, megoldásukkal pedig átléphetnek az egyének a következő lépcsőfokra (Murphy, 2011).

A kezdődő felnőttkor nehézségei –

kapunyitási krízis (Quarter-life Crisis)

Jeffrey Jensen Arnett 2000-ben publikált cikkében adott először nevet egy új fejlődési életszakasznak, a kezdődő felnőttkornak, melyhez a 18–28 éves korosztály tartozik. Az elmúlt néhány évtizedben az életkörülmények pozitív irányba történő változásával a fiatalok előtt kitarulkoztak a lehetőségek a továbbtanulásra, ebből következően a karrierlehetőségek is bővültek, és az önmegvalósítás került a középpontba, aminek hatására a házasságkötésről és a gyermekvállalásról történő gondolkodás is módosult. Arnett (2004) pozitív szemléletével úgy írta le ezt a periódust, mint olyan életszakaszt, ahol a lehetőségek felszaporodnak, a döntéseket hirtelen kell meghozni, az identitás fejlődése még folyamatban van, erősen jellemző az énközpontúság, és gyakran megjelenik a bizonytalanság érzése. Mivel az élet több területén is hatalmas változások történnek, ezért nem ritka a szorongás és a depresszió érzése, amit a kapunyitási pánik, vagyis az életnegyedes krízis megoldása oldhat fel.

Ez a fejlődési átmeneti időszak rizikófaktort jelent a krízis szempontjából a mentális egészségre, de egyben pozitív kimenetelű változásokat is hozhat. Riggs és Han (2009) megállapították, hogy az aggodalmaskodó időszak a kezdődő felnőttkorban a mentális egészség leromlását is okozhatja, ugyanakkor sikeres megküzdés esetén megerősíti az egyént. Igen kevés kutatás született a kapunyitási pánikot illetően, és a legtöbb kevés elemszámmal dolgozik, valamint interjú és fókuszcsoporthoz hasonló módszert alkalmaz. Robbins és Wilner (2001) kutatásában 18–29 éves fiatalokat kérdezett meg az eddigi élettapasztalataikról, és arra kérte őket, emeljék ki azokat a faktorokat, melyek nehézségeket okoztak számukra ebben a periódusban. Kutatásuk célja az volt, hogy felhívják a figyelmet a kapunyitási pánikra, és körülhatárolják az abban közrejátszó stresszfaktorokat. Vizsgálati személyeiket „huszonvalahány” évesekként nevezték el. Az alanyok kikérdezése során feltűnt, hogy a felsőoktatási intézmény igen nagy katalizátora a kapunyitási pánik megélésének. A szorongás mértéke lényegesen nagyobb volt azoknál az egyéneknél, akik az egyetemet elhagyva a munkakeresés stádiumába cseppentek. Robbins és Wilner ezt azzal magyarázták, hogy az egyének ekkor ismerik meg a „valóságos” világot, amiről eddig csak elképzeléseik, reményeik voltak. A vizsgálati alanyok arról számoltak be, hogy kételyeik vannak azzal kapcsolatban, hogy el tudják látni a választott pályájukban a feladataikat, szorongtak amiatt, hogy nem tudják, hogyan fognak a főiskoláról/egyetemről kikerülve ismerkedni, romantikus kapcsolatot kialakítani, valamint arról számoltak be, hogy nincs elég támogató személy a környezetükben. Sokan érezték úgy, hogy újabb szakot választanak csak azért, hogy diákként elkerüljék a szembesülést a való élet-

tel. Habár ezen kutatások alapján valóban feltelezhetjük azt, hogy a felsőoktatásban való részvétel nagymértékben hozzájárul a kapunyitási pánik kialakulásához, azt is figyelembe kell vennünk, hogy az elmúlt években jellemzően megnövekedett a felsőoktatásban tanulók száma. Olson-Madden (2007) azt találta, hogy a kezdődő felnőttkorban levő egyének fizikailag és érzelmileg is igyekeznek már leválni a szüleikről, haladni szeretnének a karrierjükkel, stabil identitást szeretnének kialakítani, funkcionális tagjaivá válni a társadalomnak, megtalálni azt a partnert, akivel majd utódokat és közös otthonot is szeretnének, stabil érzelmi kapcsolatra vágnak. Robbins és Wilner (2001) a kapunyitási pániknak 6 aspektusára figyelt fel, melyek a leginkább aggasztó tényezők közé tartoznak az interjúk alapján. Ide tartozik a munkakeresséssel kapcsolatos nehézségek, támogató környezet hiánya, csalódottság érzése (hiszen ellentmondásos sokszor, amit a fiatalok elvárnak, és aztán amit valójában tapasztalnak), annak érzése, hogy le kell szűkíteniük az életcéljaikat, kétely és önfelfedezés.

A kapunyitási pánik kutatásokban igen gyakran megjelenő probléma az identitás fejlődése során felmerülő mentális egészséggel kapcsolatos zavarok (Atwood és Scholtz, 2008). Ez az identitáskrizis és az ebből adódó mély kétségbeesés legfőképp annak tudható be, hogy a huszonévesek nagyon elégedetlenek a munkájukkal, a kapcsolataikkal, a főiskola utáni életükkel, és mert azzal akarják jellemezni magukat, amivel éppen foglalkoznak (Robbins és Wilner, 2001). Az étellel kapcsolatosan irreálisak az elvárásaik, az identitás krízisét pedig még jobban bonyolítja az az érzés, hogy már régen nem kamaszok, de még nem is felnőttek – egyszóval a felnőttésg fogalmi is zavarosak számukra. Mivel az élet minden területén egyszerre jelen-

nek meg ebben a szakaszban megoldandó problémák, a huszonévesek minden életfeladat terén szeretnék érezni a kontrollt, kezükben tartani az irányítást, és a sikertelenség érzése zavarodottsághoz, reménytelenséghez és egyéb negatív érzések kialakulásához vezet, aminek hosszú távú fennállása komoly mentális problémákat eredményezhet (Riggs és Han, 2009). A huszonéves korosztály legfőképp a döntések meghozásán képes hosszasan aggódalmaskodni, és a nehéz helyzetekkel való megbirkózás céljából különféle megküzdési módokat alkalmaznak (Panchal és Jackson, 2007). Hónapokat is eltöltene a kapunyitási pánikot átélők azzal, hogy megpróbálják meghozni a lehető legjobb döntést egy-egy élethelyzet során, és hatalmas nyomást éreznek magukon amiatt, hogy ezek a döntések talán az egész életükre vonatkoznak (Robbins és Wilner, 2001).

Olson-Madden 2007-ben végzett kutatása az étellel való elégedettség, a remény, az önértékelés és a társas támogatás feltárását vette célba a kezdődő felnőttek korosztályában. A kutatás eredményei alapján az étellel való elégedettség nem függ össze a vallással, a tanulói státusz meglétével, a jelenlegi lakhellyel, vagy éppen a párkapcsolati státusszal. Azonban a karrier és a felsőoktatás terén szignifikáns összefüggést találtak az elégedettség szempontjából. Számos fiatal beszámolt a pályaválasztását illető elégedetlenségről. Az életkor hatását is megvizsgálva azt tapasztalták, hogy a fiatalabb egyének elégedettebbek voltak az idősebbeknél. Azok a fiatalok, akik közelebb álltak nehéz döntések meghozásához, magasabb stressz-szintet mutattak és több bizonytalanságról számoltak be a jövőjükkel kapcsolatban (Olson-Madden, 2007).

Arnett (2007a) szerint az egyén szempontjából alapjában véve tehát a kezdődő

felnttör egy pozitív időszer. Az viszont, hogy azt az egyén valóban így éli-e meg, vagy feszültségekkel teltek a mindennapjai, nagymértékben függ a megküzdési módok megfelelő alkalmazásától, a szorongás megélésének mértékétől, illetve olyan társadalmi tényezőtktől, mint a szociális és anyagi helyzet, a támogató környezet megléte.

Castelles (1998) megfigyelte, hogy a hirtelen megváltozott körülmények nagymértékben hozzájárulnak a kapunyitási pánik érzéséhez párosuló szorongáshoz, hiszen a választási lehetőségek közül nincs kijelölt irány, melyet követhetnének a fiatalok. Igaz, hogy rengeteg kihívással néznek szembe a felntté válás útján, de hozzá kell tennünk azt is, hogy a szorongást okozó kihívások, konfliktusok azok, melyek leküzdése a fejlődéshez vezet. Coles (1995) is rámutat, hogy krízisek nélkül nem jöhetne létre fejlődéslélektani szempontból változás. Egy kutatás szerint azok a fiatalok, akik jobb anyagi körülmények között élnek, illetve szüleik még tudják őket támogatni anyagilag, könnyebben veszik az akadályokat, és kevésbé aggasztja őket a meghozandó döntések sokasága (Furlong és Cartmel, 1997). Ezek a fiatalok megengedhették maguknak, hogy hosszabb időt töltsenek a moratórium szakaszában, otthon élhessenek a szüleik házában, új lehetőségek után néznek, halogassák a munkába állást, és ne éljenek teljes felntt életet. A leírás alapján ez akár kellemesnek is hangozhat, a háttérben viszont ott van annak veszélye, hogy a szülők általi védelmezetttség miatt nem tudnak az önálló élethez szükséges készségeket kifejleszteni. Levine (2005) vizsgálatában azt bizonyította be, hogy a húszas éveikben járó fiatal felnttek döntő többsége nem tanult meg előre tervezni, jellemző a teendők szerveztségének hiánya, gyengébbek a döntéshozatal terén, melyek mind fontos feltételei len-

nének a munkavállalás szakaszának. Az oktatás nem készíti fel őket arra, hogyan küzdenek meg a felntté válással. A huszonéves korosztály jellemezhető úgy is: ők azok, akik folyamatos fejlődésben vannak, de soha nem érik el a felnttség minden kritériumát (Hendry és Kloep, 2007).

Egy finn tanulmányban (Salmela-Aro, Aunola és Nurmi, 2007) arra figyeltek fel, hogy a kezdődő felnttkor stádiumában levő fiatalok életcéljai folyamatos változáson mennek keresztül. Vizsgálatuk során több évig figyelemmel kísérték a fiatalokat, az egyetemi éveiktől kezdve, majd a diploma megszerzése után is. A 10 évig tartó megfigyelés során megállapították, hogy a változások a fiatalok életcéljait illetően a fejlődési krízisekkel való sikeres megküzdés és a haladás jele. Kezdetben főként a tanulmányokkal és sok utazással kapcsolatos célokat soroltak fel, és nagy szerepet játszott a barátok jelenléte az életükben, céljaik megvalósításában. A későbbiekben egyre inkább kezdtek megjelenni és dominálni a család, munka és egészségi állapot fontosságát kiemelő célok. Az idősebb korcsoport sokkal inkább család- és munkaorientált volt. Az eredmények alapján megállapítható, hogy akiknél megjelentek a családdal, munkával kapcsolatos elhatározások, ők sokkal hamarabb megházasodtak, illetve minél előbb megszerezték diplomájukat, annál hamarabb sikerült nekik stabil munkahelyen elhelyezkedniük, így valószínűleg kevesebb okuk maradt a szorongásra, mint a többi kortársuknak (Salmela-Aro, Aunola és Nurmi, 2007).

Ezen eredmények alapján észrevehető, hogy a kapunyitási pánik megéléséhez sok tényező kapcsolódik, melyek nem minden esetben az egyéntől függenek. Ilyenkor talán még erősebb lehet a szorongás érzésének mértéke, és sokkal fontosabb, hogy a helyzethez

megfelelő megküzdési módot tudjon alkalmazni az egyén. Kutatásunk során ezért is szenteltünk figyelmet a kapunyitási pánik és a megküzdési módok kapcsolatának, hiszen kíváncsiak voltunk arra, mit választanak leginkább azok a fiatalok, akik nagyfokú szorongást élnek át a kapunyitási pánik során. Mivel a szakirodalom főleg a szorongást okozó tényezőket tárta fel a fiatalokkal készített interjúk folyamán, arról mindeztidáig nincs megfelelő mennyiségű információ, hogy milyen megküzdési módokat alkalmaznak leginkább az adott helyzetekben.

A szakirodalmi áttekintés alapján a következő hipotéziseket fogalmaztuk meg:

H₁: Első hipotézisünkben azt feltételeztük, hogy a kapunyitási pánik megélése szoros összefüggést mutat a vonásszorongás megjelenésével. Ennek alapján a Vonásszorongás kérdőívén szerzett magas összpontszámok és a Kapunyitási pánik kérdőívén elért magas összpontszámok között szignifikáns kapcsolatot várunk. Vida (2011) korábbi kutatásában a szorongást nem a STAI-T skálával mérte, mégis úgy találta, hogy a QLC kérdőívén elért magas pontszámok valamint a depressziót és szorongást mérő kérdőívek magasabb pontszámai összefüggenek, és szignifikáns nemi különbségek mutatkoznak meg. Riggs és Han (2009) is megállapították, hogy a kamaszok után a húszas éveikben járó fiatalokra legjellemzőbb, hogy erős szorongást érezzenek.

H₂: A második hipotézis szerint a proaktív megküzdési mód negatívan korrelál a kapunyitási pánik jelenlétével. Hipotézisünket arra a kutatási eredményre alapozzuk (Almássy, Pék, Papp, és Greenglass, 2014), miszerint a proaktív megküzdési stratégiára a prob-

léma-központúság, a belső motiváció megléte, és a jövőorientáltság jellemző. Ennek a megküzdési stratégiának az alkalmazása segíti az egyént felkészülni a siker érdekében felmerülő nehézségek leküzdésére is, így feltételezhetően a kapunyitási pánik is kisebb valószínűséggel jelenik meg.

H₃: Dyson és Renk (2009) egyetemistákkal végzett kutatása szerint azok az egyének, akik problémaközpontú megküzdési módokat alkalmaztak, kevésbé mutattak depressziós, szorongásos tüneteket, és az étellel való elégedettségük is magasabb volt, mint akik inkább az érzelmi megküzdési stratégiákat gyakorolják. Ennek alapján azt feltételezzük, hogy az érzelmi megküzdési módok azok, amelyek inkább bejósolják a kapunyitási krízis megjelenését, míg a problémaközpontú megküzdési módok segítenek inkább a felmerülő élethelyzetekkel való boldogulás során.

H₄: Azt feltételezzük, hogy a vizsgálati személyek életkora hatást gyakorol a Kapunyitási pánik kérdőívén elért összpontszámra, vagyis azok a személyek érnek el több pontot a kérdőívén, akik a vizsgálati koresoport (18–28 év közöttiek) idősebb tagjait képezik. Negyedik hipotézisünket Vida (2011) kapunyitási pánikkal foglalkozó kutatási eredményére alapoztuk, amely jelentős életkori hatást mutatott ki a kapunyitási pánik megjelenésében.

VIZSGÁLAT

Vizsgálati személyek

A kutatásban összesen 304 fő vett részt, melyből 206 nő (67,76%) és 98 (32,23%) férfi kitöltő szerepelt. Életkor tekintetében

figyelembe vettük, hogy a vizsgálati személyek 18 és 28 év közé esznek. A kitöltők életkorának átlaga 22,26 (szórás 2,66). Az adatok gyűjtéséhez használt kérdőívcsomagot online módon tettük elérhetővé a vizsgálatban részt vevők számára, annak kitöltése önkéntes alapon történt.

Vizsgálati eszközök

A kutatás során online kérdőívcsomag segítségével történt az adatok gyűjtése, mely több részből állt. Első részben a kitöltők demográfiai adatokra vonatkozó kérdésekkel találkoztak, majd sorrendben következtek a felhasznált kérdőívek. A kapunyitási pánik megélésére a QLC Kérdőívet alkalmaztuk, ez után következett a Megküzdési módok kérdőív, a Spielberger-féle STAI-T kérdőív, amely a kitöltőkre jellemző szorongási szint meghatározásában segített, majd utoljára a Proaktív megküzdési skála következett.

Demográfiai kérdések

A demográfiai adatok megadása során a kitöltők életkora és neme került meghatározásra, illetve olyan adatokat kértünk még el, mint a foglalkozás, családi állapot és a lakhely. Összesen 304 fő töltötte ki a kérdőívcsomagot, 189 főiskolai/egyetemi hallgató, 52 középiskolás tanuló, 24 alkalmazott, 9 szakmunkás, 8 vezető pozícióban dolgozó, és 22 egyéb kategóriát jelölt meg. Közülük 157 egyedülálló, 139-en élnek párkapcsolatban, 6 házas, és 2-en egyéb kategóriát jelöltek meg, ahol leírták, hogy éppen most jegyezték el őket. A vizsgálati személyek jelenlegi lakhelyét tekintve 9 személy él a fővárosban, 155-en megyeszékhelyen vagy nagyvárosban, 82-en kisvárosban, 57-en pedig a község/falu/tanya mezőt jelölték.

QLC Kérdőív – Kapunyitási pánik kérdőív
A kapunyitási pánik megélésének vizsgálatára a Vida Katalin (2011) által kidolgozott, magyarra fordított és validált Kapunyitási pánik kérdőívet használtuk. Vida a magyar verzió kifejlesztése során Christine Hassler által 2009-ben publikált rövidebb kérdőívből indult ki, és egészítette ki azt. A magyar nyelvű kérdőív 46 ítemet tartalmaz, melyek egyes szám első személyben levő állításokat tartalmaznak, és a kitöltőknek egy 5 fokú Likert-skálán kell értékelniük azokat egyesével aszerint, hogy mennyire érzik jellemzőnek az adott állítást magukra nézve. A kérdőív ítemei alskálákat alkotnak, melyek tisztább képet adnak a kapunyitási pánikban megjelenő tényezőkről. Vida elemzése során 11 alskálát azonosított. Első alskála a karrierkrízis, mely 15 állítást tartalmaz, például: „*Büszke vagyok rá, hogy már pontosan tudom, mit akarok kezdeni az életemmel.*” Második a pozitív várakozás alskála, amely 6 állítást tartalmaz, például: „*Lehet, hogy még nem tudom, mivel fogok később foglalkozni, de ez várakozásteli izgalommal tölt el.*” Harmadik alskála a szorongás és alacsony önbecsülést kiemelő skála, 7 állítás tartozik bele, például: „*Gyakran hasonlítom magam össze a kortársaimmal és úgy érzem, hogy ők sikeresebbek nálam.*” A jövővel kapcsolatos vélekedések skálához 3 állítás sorolható, melyből egy így hangzik: „*Úgy érzem, hogy a jövőmmel kapcsolatban túl sok a kiszámíthatatlan és megjósolhatatlan faktor.*” A következő alskálához, a döntéssel kapcsolatos aggodalmakhoz szintén 3 állítás sorolható, például: „*Nyomaszt, hogy olyan súlyos döntéseket kell meghozzak, amik örökre meghatározzák az életemet.*” Az idő múlásával kapcsolatos vélekedéseket 2 állítás ragadja meg, például: „*Néha attól tartok, hogy kifutok az időből, hogy végre eldöntsem, meg akarok-e*

házasodni vagy akarok-e gyerekeket.” A párcapcsolati aggodalom alskála követi az előbbieket, szintén 2 állítással, melyet a következőképpen kell elképzelni: „*Aggaszt, ha arra gondolok, hogy vajon meg fogom-e találni életem párját.*” A 8. faktor a kérdőívben a külső megfelelés, amelyhez 2 állítás sorolható, például: „*Nagy nyomás van rajtam és mindenki azt várja, hogy csináljak »valamit« vagy legyenek »valaki«.*” 9. alskála az anyagiakkal kapcsolatos vélekedések, amely 3 állítást tartalmaz, például: „*Aggaszt az anyagi helyzetem.*” A 10. skálához, a függéshez, 2 állítás társítható, például: „*Nyomaszt a gondolat, hogy nemsokára anyagilag függetlenné kell válnom.*” Végezetül az utolsó, 11. faktorba csupán 1 állítás tartozik. Ez az alskála az autonómia, a hozzá tartozó egy állítás pedig a következő: „*Nem nyugtalanít, ha éppen nincsen párkapcsolatom.*”

Megküzdési Módok Kérdőív

Folkman és Lazarus dolgozta ki 1980-ban a Megküzdési módok kérdőívet, mely 68 olyan állításból áll, amely az emberek kognitív vagy viselkedéses stratégiáit írja le meghatározott stresszhelyzetekkel való megküzdés során. Kopp és Skrabski (1992) a Folkman és Lazarus-féle kérdőívvel a vizsgálatot magyar mintán is elvégezték, majd kialakították annak rövidített, 22 tételes változatát, melyek a nehéz élethelyzetekben mutatott viselkedést tárják fel. A 22 tételes változat úgy lett kialakítva, hogy az eredeti kérdőív minden faktorának a legjellemzőbb elemei szerepeljenek benne. A problémára irányuló konfliktusmegoldáshoz a problémaelemzés és a céltudatos cselekvés faktorok tartoznak, a többi faktor – az érzelmi indíttatású cselekvés, az alkalmazkodás, a segítségkérés, az érzelmi egyensúly keresése és a visszahúzódás pedig az érzelmi problémamegoldások közé sorol-

ható (Kopp és Skrabski, 1992). Míg a problémára irányuló megküzdési mód a kontroll megszerzésére, a probléma elemzésére irányul, addig az érzelmi problémamegoldás inkább akkor dominál, amikor az egyén nem rendelkezik elegendő információval a problémáról, vagy nem érzi magát alkalmasnak a helyzet irányításának kézbe vételére. A kérdőív állításait egy Likert-skálán 0-tól 3-ig kell értékelniük a vizsgálati személyeknek, attól függően, hogy milyen mértékben érzi jellemzőnek adott állításokat egy nehéz helyzet során.

STAI-T – Spielberger vonásszorongás kérdőív

A Spielberger állapot-vonás szorongás kérdőív (Spielberger, 1970) 40 tételből áll, és a szorongás erősségének mértékét tudjuk vele meghatározni. Magyar nyelvre Sipos és Sipos fordította 1978-ban. A 40 tétel két részre osztható, melynek első fele a STAI-S a pillanatnyi, állapotsszorongás meghatározására irányul, a második fele pedig a szorongás mint személyiségvonás mérésére szolgáló STAI-T skála. A STAI-T skála arra a kérdésre ad választ, hogy a vizsgálati személyre milyen mértékben jellemző a szorongás mint állandó tulajdonság. A kérdőív állításait egy 4 fokú Likert-skálán kell értékelnie a kitöltőnek az alapján, hogy általában hogyan érzik magukat.

Proaktív megküzdés kérdőív

Tradicionálisan Folkman és Lazarus nyomán két csoportba sorolható megküzdési stratégiákat különíthetünk el. Az egyik a probléma-központú megküzdési mód, a másik az érzelmi központú megküzdési mód. A proaktív megküzdési mód esetében a kihívásokkal történő szembesüléskor mutatott magatartás inkább belsőleg motivált, problémaközpontú.

A Proaktív megküzdés kérdőív Schwarzer (2000) elmélete alapján került kidolgozásra, és 55 ítemet tartalmaz, melyek 7 alskálához tartoznak (Almássy, Pék, Papp és Greenglass, 2014). Kutatásunkban ezek közül csak az első alskálába tartozó 14 ítemet használtuk fel, mely maga a proaktív megküzdés faktor, mert ezt találtuk relevánsnak a további kérdőívekkel való összehasonlítás szempontjából. A kérdőív ezen skálája olyan állításokat tartalmazott, mint például: „*Miután elértem egy célt, keresek egy másikat, ami nagyobb kihívást jelent számomra*”.

A proaktív megküzdés egy olyan megküzdési mód, amelyre az jellemző, hogy az egyén célokat tűz ki maga elé, és minden energiájával törekszik azok elérésére. A proaktív megküzdés, vagy proaktív coping a pozitív pszichológia fogalma. A megküzdési módok hagyományos meghatározásával ellentétesen a proaktív megküzdés funkcióját tekintve a stresszhelyzetből kikerülve a növekedés fokozására irányuló megküzdési stratégia (Schwarzer és Knoll, 2003; Greenglass, 2002). Egy olyan megküzdési mód, melyre különösen nagy mértékben jellemző a jövőre való irányultság. A kérdőív állításai az egyes élethelyzetekre adott válaszokat, reakciókat foglalják össze, és a kitöltőknek 4 fokú Likert-skálán kell bejelölniük azt, ahogyan megélik azt a szituációt.

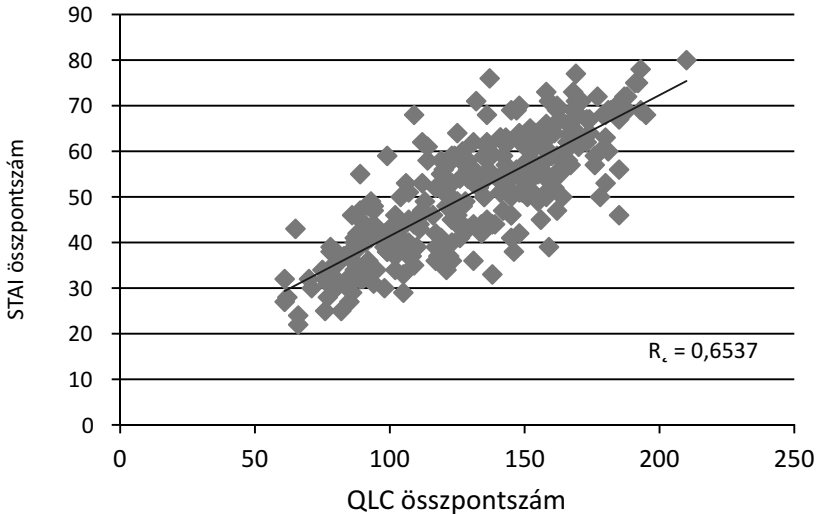
A vizsgálat menete

A kutatáshoz használt kérdőíveket online kérdőívcsomag formájában tettük a kitöltők számára elérhetővé. Az online kérdőívcsomagot a Google Dokumentumok űrlap funkciója segítségével szerkesztettük meg, ahol az így létrehozott űrlapon jelölhették meg válaszaikat a vizsgálatban részt vevő személyek. Az űrlapon jóváhagyott válaszok csak számunkra jelentek meg. A mintavétel során egyszerűen

elérhető alanyok kerültek bele a mintába, a mintavétel pedig úgynevezett „hólabda módszer” alkalmazásával történt. A módszer gyakorlatban úgy nézett ki, hogy első körben azokhoz az alanyokhoz juttattuk el a kérdőívcsomagot, akiket elértünk, majd őket arra kértük, hogy továbbítsák azt. Ezt az elvet követve a minta hólabdaszerűen bővült. Az online kérdőív linkjét közösségi oldalak egyetemista csoportjaiban tettük először közzé, és az ismerősöket is kértük arra, hogy továbbítsák azt az ő ismerőseik felé. A kutatást az etikai szabályok betartásával végeztük. Az online kérdőív elején meg kellett jelölniük a kitöltőknek, hogy hozzájárulnak-e a kutatásban való részvételhez, és ahhoz, hogy a vizsgálat során felvett, azonosításra nem alkalmas adatok más kutatók számára is hozzáférhetőek legyenek. Az adatokat SPSS 15.0 (Windows 8 operációs rendszerre) statisztikai programmal elemeztük.

EREDMÉNYEK

Az első hipotézis szerint megfigyelhető összefüggés a Kapunyitási pánik kérdőíven elért összpontszám és a vonásszorongást mérő skálán elért összeredmények között, tehát azoknál az egyéneknél, akiknél megjelenik személyiségvonás-szinten az a tulajdonság, hogy erős szorongási állapotba jussanak, náluk az életnegyedes krízis is erőteljesebben mutatkozik meg. Mintánk összesen 304 főből állt. A vizsgálati személyek QLC kérdőíven elért átlagos összpontszáma 129,62 (SD: 32,701), míg a STAI-T vonásszorongást mérő kérdőíven a vizsgálati személyek átlagosan 50,59 pontot értek el (SD: 12,49). A két tényező együttjárásának a vizsgálatára korrelációt alkalmaztunk. Mivel nagy elemszám áll rendelkezésünkre, ezért megnéztük a gyakorisági el-

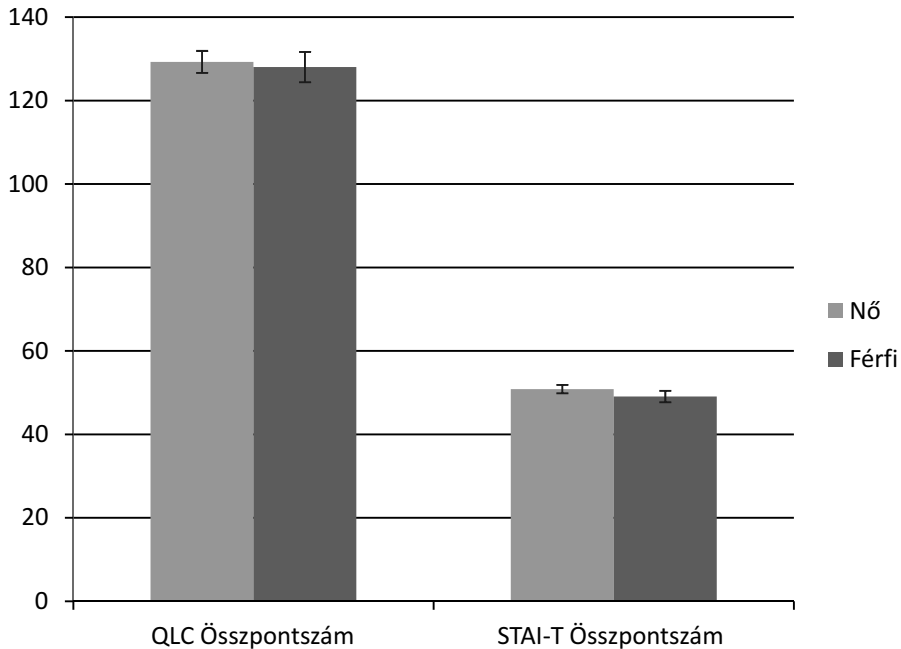


1. ábra. A Kapunyitási pánik kérdőíven és a STAI-T skálán elért összpontszámok

oszlást, amely azt mutatja meg, hogy a minta elemei hogyan oszlanak meg a csoportok között. A ferdeség és a csúcsosság vizsgálatából kiderült, hogy annak értéke +1 és -1 között található, ezért parametrikus próba alkalmazható. A mérés eredménye szerint kimutatható, hogy a vonásszorongás erős korrelációt mutat a kapunyitási pánikkal ($r(302) = 0,809$; $p < 0,001$). A hipotézis ezáltal beigazolódott, tehát a vonásszorongás magyarázza a kezdődő felnőttkorban megjelenő krízis erőteljesebb megjelenését, hiszen ez a krízis igen sok téren bekövetkező változást hoz magával.

Ezután azt vizsgáltuk meg, hogy a férfiak és a nők csoportja között megfigyelhető-e különbség a Kapunyitási pánik kérdőíven elért összpontszámok és a STAI-T skálán elért összpontszámok között. Azt feltételeztük, hogy a nők és a férfiak között szignifikáns különbséget fogunk találni a két kérdőíven elért összpontszám között. A csoportok közötti különbség megvizsgálása céljából független mintás T-próbát alkalmaztunk, amelyből kiderült, hogy a Levene-teszt nem mutat szig-

nifikáns eltérést (STAI: $t(302) = 1,559$; $p = 0,120$; QLC: $t(302) = 0,896$, $p = 0,307$). A T-próba eredménye alapján tehát levonhatjuk azt a következtetést, hogy a mintánkon nem mutatkozik szignifikáns különbség a nemek között a szorongás és a kapunyitási pánik megélésében, mivel a két nem nagyon közeli összpontszámokat ért el (lásd 2. ábra). Nemek szerinti csoportokba rendezve a Kapunyitási pánik kérdőíven a nők elért összpontszáma 130,78 (SD: 33,25), a férfiak összpontszáma 127,18 (SD: 31,54), míg a STAI-T kérdőíven a női kitöltők 51,35 pontot (SD: 12,70), a férfiak pedig 48,96 (SD: 11,94) pontot értek el. A standard értékekhez hasonlítva mindkét nem szempontjából megfigyelhetjük, hogy ennek a korosztálynak az átlagos összpontszáma mindkét kérdőíven magasabb lett. A 2. ábrán azt is láthatjuk, hogy a nők értek el magasabb pontszámokat mindkettő kérdőív esetében. Vida (2011) a QLC kérdőív kidolgozása és validálása során azt találta, hogy a férfiak átlagosan 110,6 pontot érnek el, míg a nők 119,72 pontot. A STAI-T kérdőív standard értékei pedig férfiak esetében

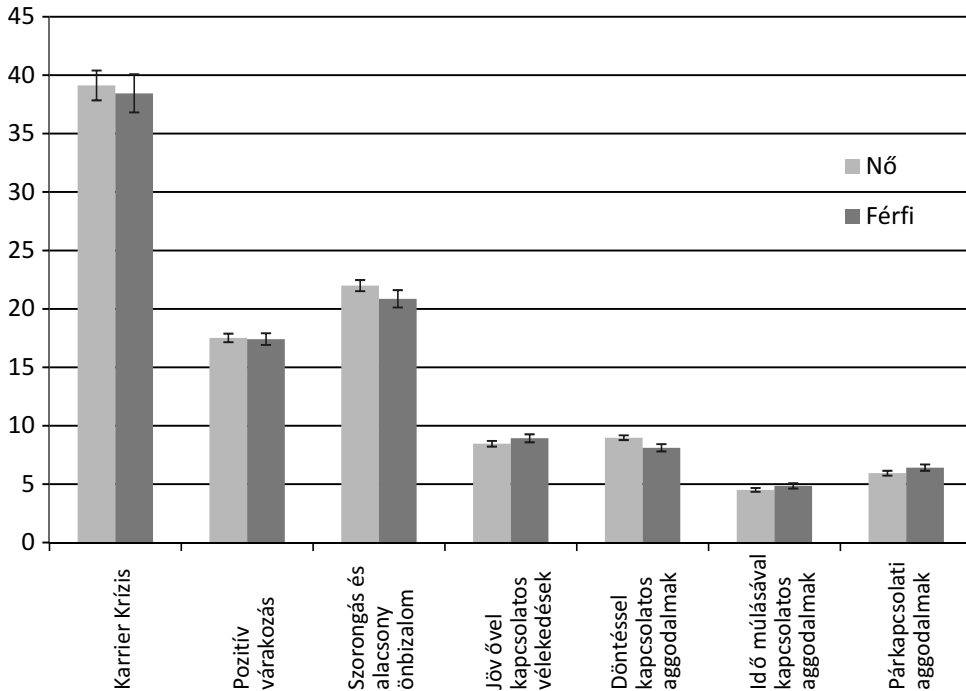


2. ábra. A QLC és a STAI-T kérdőíven elért összpontszámok nemek szerinti felbontása

40,9 pont (SD: 7,78), nők esetében pedig 45,3 pont (SD: 7,97). Habár a vizsgálati személyek pontszámai nem térnek el szélsőséges mértékben a standard értékektől, mégis elgondolkodtató az eredmény.

A következő elemzésben azt vizsgáltuk meg, hogy a QLC kérdőív alszámai között van-e szignifikáns különbség a férfiak és a nők csoportja között. A kérdőív 11 faktort tartalmaz, viszont a tételek igen aránytalanul oszlanak el ezeken belül. Vida (2011) az első 7 faktorról gondolta, hogy a leginkább releváns más kutatásokban történő alkalmazása, mivel a többi faktor csak 1-2 tételt tartalmaz. Az elemzés során ezért mi is az első 7 faktort vettük alapul. Azt feltételeztük, hogy a férfiak jobban aggódnak a karrierkrízis miatt, a jövővel kapcsolatosan, és a döntésekkel kapcsolatban (ami a QLC 1. faktora, 4. faktora, 5. faktora), míg a nőkre jellemzőbb lesz az érzelmi nehézségeket okozó élethelyzetek mi-

atti aggodalmaskodás, mint amilyen a szorongás és alacsony önbizalom, idő múlásával kapcsolatos vélekedések, párkapcsolati aggodalmak (QLC 3. faktora, 6. faktora, 7. faktora). Az elemzés elvégzése előtt normalitás tesztet végeztünk, mely szignifikáns lett a Karrierkrízis és a párkapcsolati aggodalmak faktoroknál, ezért ezekben az esetekben nem parametrikus Mann–Whitney-próbát végeztünk. A T-próba eredménye alapján nincs különbség a férfi és a női kitöltők eredményeit illetően (karrierkrízis: $U = 9370,5$; $Z = 1,010$; $p = 0,312$; párkapcsolati aggodalmak: $U = 8534,0$; $Z = -2,197$; $p = 0,028$). A további faktorok nem lettek szignifikánsak a Leveneteszten, ezért alkalmazhattunk parametrikus próbát. A T-próba elvégzése után kiderült, hogy a döntéssel kapcsolatos aggodalmak faktor (QLC 5. faktor) szignifikáns eltérést mutat a nemek között a nők javára, vagyis ez azt jelenti, hogy a nők sokkal többet aggo-



3. ábra. QLC első 7 faktorán elért összpontszám nemek szerint

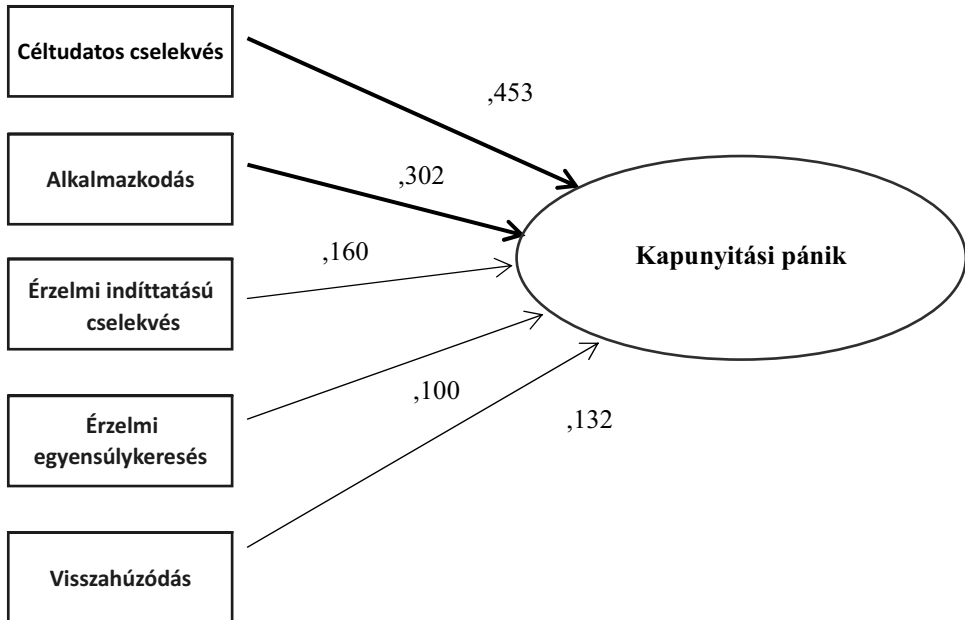
dalmaskodnak a meghozandó döntéseken, mint a férfiak ($t(302) = 3,063; p = 0,002$).

A többi vizsgált faktoron viszont nem figyelhető meg szignifikáns különbség a női és a férfi csoportba tartozók között. A 3. ábrán láthatjuk azt, hogy melyik faktoron értek el több pontot a nők, és melyiken a férfiak. Meglepő, hogy a párkapcsolati aggodalmak és a jövővel kapcsolatos vélekedések esetén is a férfiak pontszáma a magasabb. Az eredmények alapján levonhatjuk, hogy a kapunyitási pánik egy igen összetett, több tényező által meghatározott szakasz, és a benne megjelenő aggodalomra okot adó faktorok ugyanolyan szinten nyugtalanítják a nőket is, akár csak a férfiakat.

Következő hipotézisünk szerint a proaktív megküzdés negatívan függ össze a Kapunyitási pánik kérdőívén elért összpontszámmal, tehát azok az egyének, akik ezt a megküzdési

módot preferálják a nehéz helyzetek esetén felmerülő problémákkal való megküzdéskor pozitívabb mértékben élik át a krízist. A vizsgálatot Pearson-korreláció alkalmazásával hajtottuk végre, mely beigazolta az előfeltételezést, és negatív korrelációt mutatott ($r(302) = -0,639, p < 0,001$). Ez az inkább erős negatív korreláció felé hajló eredmény tehát alátámasztja, hogy a nehéz helyzetekkel való megküzdés során ha a pozitív végkimenetelt, és növekedést tartjuk szem előtt, kevésbé jellemzően mutatkozik meg a kezdődő felnőttkor során megélt feszültség.

A következő lépésben lineáris regressziót végeztünk lépcsőzetes módszerrel, backward típussal, ahol a függő változó a Kapunyitási pánik kérdőívén szerzett összpontszám volt, a független változók pedig a Megküzdési módok kérdőív alskálái, melyek a preferált megküzdési stratégiát jelölik. Az elemzés



4. ábra. A kapunyitási pánik és a megküzdési módok összefüggése (a számok a béta értékeket jelölik)

során a végső modellből így kiesett a problémaelemzés és a segítségkérés, és a megmaradt faktorok közül a standardizált koefficiens alapján a céltudatos cselekvés és az alkalmazkodás bizonyult a legerősebb prediktornak. Ez a modell tehát szignifikánsnak bizonyult ($F(5,298) = 37,221$; $MSE = 669,315$; $p < 0,001$). Magyarázóereje a populációban 37,4%. (Céltudatos cselekvés: $\beta = -0,453$; $t(298) = -9,501$; $p < 0,001$, érzelmi indíttatású cselekvés: $\beta = 0,160$; $t(298) = 3,196$; $p = 0,002$, alkalmazkodás: $\beta = 0,302$; $t(298) = 6,218$; $p < 0,001$, érzelmi egyensúlykeresés: $\beta = 0,100$; $t(298) = 2,058$; $p = 0,040$; visszahúzóadás: $\beta = 0,132$; $t(298) = 2,678$; $t = 0,008$). Érdekes volt tehát ezt a modellt választani (lásd 4. ábra), hiszen általa megfigyelhettük, hogy a függő változó kapunyitási pánik melyik megküzdési módokkal jár együtt leginkább. Így tehát abból, hogy a végső modellből kiesett a problémaelemzés

és a segítségkérés, arra következtethetünk, hogy ezek bizonyulnak a leginkább alkalmas megküzdési módoknak ezen a téren.

Végezetül a következő hipotézisünk az volt, hogy a kornak megfigyelhető hatása van a Kapunyitási pánik kérdőívén elért összpontszám alakulásában, hiszen a mintában részt vevő idősebb korosztály közelebb áll a végső döntések meghozásához. A kor hatásának megvizsgálásához lineáris regressziót alkalmaztunk enter módszerrel, ahol a függő változó a QLC Kérdőív összpontszáma, független változó pedig a vizsgálati személyek életkora. Azért enter módszert használtunk, hiszen itt egy modellt figyeltünk meg, és csak a kor hatását szeretnénk volna megállapítani. Az regresszió eredménye alapján a mintánkban a kor hatása a kapunyitási pánik szempontjából nem szignifikáns, vagyis a kor nem bír magyarázóerővel a kapunyitási pánik tekintetében ($F(1, 302) = 0,019$; $MSE = 1073,485$;

$p = 0,892$). Magyarzóereje a populációban tehát $R^2_{Adj} = 1,9\%$, ami igen kevésnek bizonyult ($\beta = 0,008$; $t(298) = 0,137$; $p = 0,891$).

ÖSSZEFOGLALÁS ÉS KÖVETKEZTETÉSEK

A kapunyitási pánik az úgynevezett kezdődő felnőttkor, a 18–28 éves korosztályt egyre szélesebb körben érintő jelenség, melynek okai között szerepel a bizonytalanság a jövőt illetően, és az élet minden területére vonatkozó hirtelen döntések meghozásának terhe, amihez társul a magánélet és az identitás krízise is. Sokan az idősebb generációból úgy tekintenek erre a korosztályra, mint akik el vannak késve az életfeladataikkal, lusták, vagy önzőek, mert később töltik be azokat a szerepeket, melyeket elődeik már a húszas éveik elején elkezdtek. Jeffrey J. Arnett szerint viszont nem egy generációs átmeneti jellemzőről van szó, hanem egy néhány évtized óta formálódó új fejlődéslélektani szakasz kialakulásáról (Arnett, 2010). A korosztálynak már számos találó neve született, mint például „tweenhood”, „twixster”, „kidult”, „adulthood”, melyek az angolban mind frappánsan jelölik a korosztályra jellemző kettősség érzését, illetve egy kicsit negatív előérzetet is adnak, hiszen a nevek mindegyike sugallja a kamaszkori éretlenség meglétét ebben a korban. Ezek a fiatalok már betöltötték a 18. életévüket, már nem számítanak gyermeknek, kamasznak, sok tekintetben viszont még nem is felelnek meg a felnőtttség kritériumainak (Grossman, 2005). Elhúzódo tanulóik miatt még sokan nem váltak anyagilag függetlenné a szüleiétől, szeretnének élni minden egyes adódó lehetőséggel, amelyekre a későbbiekben nem lesz alkalom, és az oktatásból kike-

rülve azonnal szeretnének elfogadható karrierlehetőségeket. Az irreális elvárások után a valósággal történő szembesülést igen nehéz elfogadni, ezért gyakori a szorongás, aggodalmaskodás az életfeladatokat illetően. Ahogy azt Arnett (2004) is kiemeli, a kezdődő felnőttkor egy elhúzódo átmenet két nagyobb, korábban Erikson által egymás után következőként leírt életszakasz között. Ilyen módon az átfedések miatt a stresszfaktorok is felszaporodnak. Riggs és Han (2009) szerint ezért a kapunyitási pánik során kialakuló feszültségnek több prediktora is lehetséges. A bizonytalanság, a kétségbeesés, a serdülőkori hangulatingadozások mind hozzájárulhatnak a kapunyitási pánik megjelenéséhez.

Kutatásunkban először azt vizsgáltuk meg, hogy a vonásszintű szorongás bejósolja-e a kapunyitási pánik megélését. Vida (2011) kutatásában azt feltételezte, hogy a férfiak szignifikánsan jelentősebb krízist tapasztalnak ebben az időszakban, eredményei azonban az ellenkezőjét bizonyították be. Kutatásunkból is az derül ki, hogy a nők értek el magasabb pontszámot a Kapunyitási pánik kérdőívben, azon belül is a döntésekkel kapcsolatos alskála az, amelynél szignifikáns különbséget találtunk a két nem között. Az is kiderült az eredményekből, hogy a vonásszintű szorongás szorosan együtt jár a kapunyitási pánik megélésével, amit Riggs és Han kutatása is megindokolt. Az összetett élet eseményekből adódóan valószínűleg nagy nyomás nehezedhet a kezdődő felnőttkorban lévőkre, hiszen mindenképp jól szeretnének kijönni egy-egy döntési helyzetből, ezért úgy tűnik, hogy hajlamosabbak a kelletnél többet aggodalmaskodni.

Korábbi kutatási eredményekkel ellentétben (Vida, 2011), miszerint az életkor előrehaladtával gyakrabban figyelhetjük meg a kapunyitási pánik jeleit, nem tudtuk kimutatni

a vizsgálatunkban. Egy korábbi kutatás (Rossi és Mebert, 2011) sem talált összefüggést a kor és a kapunyitási pánik között, sőt, meglepő módon a középiskolás korosztály körében nagyobb szorongási szintet fedeztek fel a jövővel kapcsolatban. A kutatás során azt találták még, hogy a támogató társas kapcsolatok, a család, a barátok, a jobb anyagi helyzet és az identitás stabilitása az, ami leginkább hozzájárul a fiatal felnőttek étellel való elégedettségéhez, és ezek hiánya az, ami inkább meghatározó a negatív érzelmek kialakulásának szempontjából (Rossi és Mebert, 2011).

Dyson és Renk (2006) egyetemisták körében vizsgálta meg, hogy milyen megküzdési stratégiákat használnak leginkább a mindennapi nehézségekkel történő szembesülés esetén a fiatalok. A kutatás alapján kiderült, hogy a problémaorientált megküzdési módok szignifikánsan hozzájárulnak a stressz csökkenéséhez, a nőkre viszont mégis jellemzőbb szokott lenni az érzelmezőzpontú megküzdés.

Kutatásunkban arra a kérdésre kerestük a választ, hogy melyik megküzdési mód választása hozhat sikereket a kezdődő felnőttkor nehézségei során. Megküzdési módokat tekintve a proaktív megküzdés bizonyult hatékonynak, emellett pedig a probléma elemzése és a segítségkérés válhat be leginkább. A proaktív megküzdés erős negatív korrelációt mutatott a kapunyitási pánikkal, amiből arra következtettünk, hogy azok az egyének, akik tisztában vannak céljaikkal, és az oda vezető út során leküzdendő akadályokkal, a végeredményre koncentrálnak gördülékenyebben veszik az odavezető út során megjelenő gátló tényezőket.

Mivel a kapunyitási pánikra az utóbbi néhány évben kezdtek el felfigyelni a kutatók, és még mindig viták zajlanak arról, hogy ön-

álló életszakaszként kezelendő-e, illetve beilleszthető-e Erikson modelljének ötödik és hatodik életszakasza közé, ez idáig nem tárták fel minden aspektusát. Ez kiváló alkalmat teremthet, hogy jobban megismerkedhessünk egy új jelenséggel, viszont az eddig elvégzett empirikus kutatások kis száma megnehezítheti eredményeink alátámasztását. Az új életszakasz és a kapunyitási pánik viszont kétségkívül felhívta magára a figyelmet, így várhatóan további tanulmányozására sor kerül még. Érdekesnek találnánk egy kulturaközi összehasonlító vizsgálatot, hiszen a jelenséget eddig főleg amerikai és európai, kis elemszámmal végzett interjúkkal próbálták vizsgálni, ami nem ad átfogó képet a kezdődő felnőttkori krízisfaktorok széleskörű tanulmányozásához. Ennek megismerése szorosan vonzaná maga után a tanácsadási lehetőségeket, ami szintén kiemelten fontos. Sajnos még mindig nem lehet elkerülni a segítséget kérő egyének megbélyegzését, azonban azzal, hogy felhívjuk a figyelmet a jelenségre, és tudatosítjuk azt, hogy nem egyedül vannak a problémával, már sokat lehet elérni abból a szempontból, hogy vegyék a bátorságot a segítség felkutatásához. A technológia fejlődését figyelembe véve a segítségnyújtás is többféle módon valósulhat meg, és mivel egy olyan korosztály problémája a kapunyitási pánik, akik mindennapjai elképzelhetetlenek internet és modern technikai eszközök nélkül, ezért a fiataloknak szóló weboldalak, kortárs segítő programok, online tanácsadás is hozzájárulhat a kapunyitási pánik hatékony kezeléséhez. Erikson modelljéből is tudjuk, hogy az életszakaszok közötti átmenet szükséges velejárója a krízis legyőzése, ahhoz pedig az első lépés annak meglétének felismerése, majd ezután a kontroll kézbe vétele. Arnett (2010) nagyon pozitív hozzáállással vélekedik az új életszakasz képviselőiről, úgy látja,

hogyan csodálatos a rendelkezésükre álló szabadság, és megvan benne a lehetőség, hogy csakis a saját életükre fókuszáljanak, és azon dolgozzanak, hogy álmaikat megvalósítsák.

SUMMARY

QUARTER-LIFE CRISES IN RELATION TO COPING STRATEGIES AND STATE-TRAIT ANXIETY

Background and aims. The focus of this study is on emerging adulthood, which is proposed to be a new relevant developmental stage. Several social, economic and historical factors have changed after WW2 that could result in the emergence of this new period. In the past few decades, especially in the western, post-industrialized societies the need for highly qualified employees have increased, which means the distance between adolescence and adulthood are getting much larger and noticeable than ever. Emerging adulthood is a period between 18-25, is neither adolescence nor young adulthood but is theoretically and empirically distinct from both. In his theory, Erikson (1991) described adolescence and young adulthood as two different stages of the life span, but he also commented on the prolonged adolescence which is typical of industrialized societies and of psychosocial moratorium. Unrealistic thoughts of the future, lack of stable emotional relationships, the desire to connect with peers, building a career, leaving the parental house, changes in identity and questioning own abilities are the major factors which can cause high amount of stress and anxiety during this period. *Methods.* Our study examined the quarter-life crises and its connection with state-trait anxiety, coping strategies, and proactive coping. 304 participants took part in the study, aged 18-28. *Results.* Our findings suggest that there is a significant correlation between state-trait anxiety and experiencing quarter-life crisis. There is no difference between men and women when dealing with quarter-life crisis. *Conclusions.* Our findings suggest that women tend to worry more about making life-determining decisions. Proactive coping, asking for help and analyzing the problem are the most successful coping strategies during the period of the quarter-life crisis.

Keywords: emerging adulthood, quarter-life crisis, anxiety, coping strategies, transition to adulthood

IRODALOM

- ALMÁSSY, Zs., PÉK, Gy., PAPP, G., GREENGLASS, E. R. (2014): The Psychometric Properties of the Hungarian Version of the Proactive Coping Inventory: Reliability, Construct Validity and Factor Structure. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(1), 115–24.
- ARNETT, J. J. (2000): Emerging Adulthood. A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–80.

- ARNETT, J. J. (2001): Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence to midlife. *Journal of Adult Development*, 8, 133–43.
- ARNETT, J. J. (2004): Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence to midlife. *American Psychologist*, 57, 774–83.
- ARNETT, J. J. (2004): *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press, New York.
- ARNETT, J. J. (2005): The Developmental Context of Substance use in Emerging Adulthood. *Independent scholar and the editor of Journal of Adolescent Research*, 35(2), 235–254.
- ARNETT, J. J. (2007a): Suffering, selfish, slackers? Myths and reality about emerging adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1), 23–29.
- ARNETT, J. J. (2007b): Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good For? *Child Development Perspectives*, 1(2), 68–73.
- ARNETT, J. J. (2010): Oh, Grow Up! Generational Grumbling and the New Life Stage of Emerging Adulthood. *Perspectives on Psychological Science*, 5, 89–92.
- ATWOOD, J., SCHOLTZ, C. (2008): The quarter-lifetimeperiod: An age of indulgence, crisis or both? *Contemporary Family Therapy*, 30(4), 233–250.
- CASTELLS, M. (1998): *The end of the millennium*. Blackwell, Oxford, England.
- COLE, M., COLE, S. R. (2006): *Fejlődéslélektan*. Osiris Kiadó, Budapest.
- COLES, B. (1995): *Youth and social policy: Youth, citizenship and youngcareers*. University College of London Press, London.
- COTE, J. E. (2006): Emerging Adulthood as an Institutionalized Moratorium: Risks and Benefits to Identity Formation. In: TANNER, J. L., ARNETT, J. J.: *Emerging Adult in America. Coming of Age in the 21st Century*. American Psychological Association Press, Washington DC.
- DYSON, R., RENK, K. (2006): Freshmen adaptation to university life: Depressive symptoms, stress, and coping. *Journal of Clinical Psychology*, 62(10), 1231–244.
- ERIKSON, E. (2002): *Gyermekkor és társadalom*. Osiris Kiadó, Budapest.
- ERIKSON, E. (1991): *A fiatal Luther és más írások*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- FOLKMAN, S., LAZARUS, R. S. (1980): An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219–39.
- FOLKMAN, S., LAZARUS, R., DUNKEL-SCHETTER, C., DELONGIS, A., GRUEN, R. J. (1986): Dynamics of stressful encounter: cognitive appraisal, coping and encounter outcomes. *Journal of Psychology*, 50(5), 992–1003.
- FURLONG, A., CARTMEL, F. (1997): Risk and uncertainty in youth transition. *Young: The Nordic Journal of Youth Research*, 5(1), 3–20.
- GREENGLASS, E. R. (2002): Proactive coping and quality of life management. In: FRYDENBERG, E. (ed.): *Beyond coping: Meeting goals, visions, and challenges*. Oxford University Press, London. 37–62.
- GROSSMAN, L. (2005): *Grow up? Not so fast*. Time, 24 January.
- HAJDUSKA M. (2008): *Krizislélektan*. Eötvös Kiadó, Budapest.

- HENDRY, L. B., KLOEP, M. (2007): Conceptualizing Emerging Adulthood: Inspecting the Emperor's New Clothes? *Child Development Perspectives*, 1(2), 74–79.
- KOPP M., SKRABSKI Á. (1995): *Alkalmazott magatartástudomány. A megbirkózás egyéni és társadalmi stratégiái*. Corvinus Kiadó, Budapest.
- LEVINE, M. (2005): *Ready or not, here life comes*. Simon & Schuster, New York.
- LISZNYAI S. (2010): Készülődő felnőttég. Kutatás a fiatalok mentálhigiénés állapota témakörében. In: LISZNYAI S., PUSKÁS-VAJDA Zs.: *Életszakaszok határán. Közösségi és egyéni tanulási feladatok*. FETA Könyvek 5, Budapest.
- MARY, A. (2006): The Emergence of a New Developmental Stage: 'Twenhood'? In: ATTE, O., EIJA, P., TARJA, P.: *Comparing Children, Families and Risks*. Tampere University Press, Tampere.
- MURPHY, M. (2011): *Emerging adulthood in Ireland: Is the quarter-life crisis a common experience?* MA Thesis. Dublin Institute of Technology, Masters in Child, Family and Community Studies.
- OLSON-MADDEN, J. H. (2007): *Correlates and predictors of life satisfaction among 18 to 35 years olds: An exploration of the „quarterlifecrisis” phenomenon*. Unpublished doctoral dissertation. University of Denver.
- PANCHAL, S., JACKSON, E. (2007): 'Turning 30' transitions: Generation Y hits quarter-life', *The Coaching Psychologist*, 3(2), 46–51.
- RIGGS, S. A., HAN, G. (2009): Predictors of Anxiety and Depression in Emerging Adulthood. *Journal of Adult Development*, 16(1), 39–52.
- ROBBINS, A. (2004): *Conquering Your Quarterlife Crisis. Advice from Twentysomethings Who Have Been There and Survived*. Perigee Book, New York.
- ROBBINS, A., WILNER, A. (2001): *Quarterlife-crisis: The unique challenge of life in your twenties*. Penguin Putnam Inc., New York.
- ROBINSON, O. (2008): *Developmental crisis in early adulthood: A composite qualitative analysis*. Unpublished doctoral dissertation. University of London.
- ROSSI, N. E., MEBERT, C. J. (2011): Does a Quarterlife Exist? *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 172(2), 141–61.
- SALMELA-ARO, K., AUNOLA, K., NURMI, J. (2007): Personal Goals During Emerging Adulthood – A 10-Year Follow Up. *Journal of Adolescent Research*, 22(6), 690–715.
- SCHWARZER, R. (2000): *Managed stress at work through preventive and proactive coping*. In: LOCKE, E. A. (ed.): *The Blackwell Handbook of Principals of Organizational Behavior*. Blackwell, Oxford.
- SCHWARZER, R., KNOLL, N. (2003): Positive Coping: Mastering Demands and Searching for Meaning. In: LÓPEZ, S. J., SNYDER, C. R. (eds.): *Positive Psychological Assessment. Handbook of Models and Measures*. American Psychological Association, Washington, DC. 393–409.
- SIPOS K., SIPOS M., SPIELBERGER C. D. (1994): *A STAI magyar változata*. In: MÉREI F., SZAKÁCS F. (szerk.): *Pszichodiagnosztikai Vademecum*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest.

SPIELBERGER, C. D., GORSUCH, R. L., LUSHENE, R. E. (1970): *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologist Press, Palo Alto, California.

VIDA K. (2011): *A kezdődő felnőttkor és a kapunyitási pánik*. Szakdolgozat. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar.

LELKI ELLENÁLLÓ KÉPESSÉG ÉS TÁRSAS MEGISMERÉS AZ INFORMÁCIÓS TÁRSADALOMBAN

A LEZÁRÁS IRÁNTI IGÉNY, A REZILIENCIA ÉS A SZORONGÁS
ÖSSZEFÜGGÉSEINEK VIZSGÁLATA MAGYAR EGYETEMISTA MINTÁN



PORPÁCSI Júlia

Szegedi Tudományegyetem Pszichológia Intézet
porpaci.julia@gmail.com

HARSÁNYI Szabolcs Gergő

Szegedi Tudományegyetem Pszichológia Intézet
Szociál- és Fejlődépszichológiai Tanszék
tudommar@gmail.com

CSABAI Márta

Szegedi Tudományegyetem Pszichológia Intézet
Személyiség-, Klinikai és Egészségpszichológiai Tanszék
csabaimarta.1@gmail.com

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: Az infokommunikációs társadalom technikai, társadalmi, szociális és gazdasági változásainak hatásait vizsgáló kutatások rámutatnak arra, hogy e kor szülőttei máshogy látják a világot és máshogy gondolkodnak, továbbá más szociális, érzelmi, megküzdési és problémamegoldási mintázatokat sajátítanak el, mint elődeik nemzedéke (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Ritter, Fábián, Pillók és Hoyer, 2004; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013). Munkánk fókuszában e kutatások mentén a rugalmas ellenálláshoz, a szorongáshoz, valamint az egyénileg eltérő információfeldolgozási folyamatok egyes komponenseihez kapcsolódó komplex összefüggések vizsgálata állt, a digitális generáció mintáján. Kutatásunk célja annak feltérképezése, hogy az Y és Z generáció – azaz a hetvenes és kilencvenes évek közepe között születettek, valamint az őket követő nemzedék – mindennapi életére milyen hatást gyakorolnak e személyiségtényezők komplex összefüggései. *Módszerek:* Kutatásunkban 190 fő fiatal felnőtt vett részt (átlagéletkor: 22,74 év), akikkel vonásszorongás-, rezilienciaskálákat vettünk fel, valamint a gondolkodás vizsgálatára a lezárás iránti igény kérdőívet használtuk. *Eredmények:* A fiatal felnőttek mintáján kapott eredmények alapján a szorongás alacsonyabb mértéke a magasabb rezilienciaszinttel és a nyitottabb információfeldolgozási és döntéshozatali

folyamatokkal, valamint bizonytalanságtűrőbb és erősebb döntési preferenciával jellemezhető megismerési stílussal mutat összefüggést.

Kulcsszavak: rugalmas ellenállás, reziliencia, lezárás iránti igény, kognitív stílus, szorongás, Y generáció, Z generáció, információs társadalom, digitális kor, digitális bennszülöttek

BEVEZETŐ

Információs korszak, információs társadalom

A tudományos haladás, és ennek hatására a gazdasági, társadalmi élet, valamint a szociális struktúrák alakulása az elmúlt évszázadig folyamatos, lassú változást mutatott, ezek a változások a mindennapi élet szintjén szintén apránként, évtizedek, időnként évszázadok alatt jelentek meg. Napjainkban, az infokommunikációs paradigmaváltás hatására ezek a folyamatok, változások jelentősen felgyorsultak és nem csupán a tudomány és a gazdaság világát érintik, hanem a hétköznapi életben a szociális és társas normák, attitűdök, gondolkodás és szemléletmód szintjén is megjelennek, befolyásuk azonnali (Ritter et al., 2004). Prensky (2001) ezt az átalakulást szingularitásként összegzi, a XX. század utolsó néhány évtizedében végbemenő digitális robbanás az események olyan láncolatát indította el, ahonnan nincs visszaút.

E változások hatására a digitális kor szülöttei, akik a számítógépek, az internet, online közösségi oldalak, azonnali üzenetváltó programok világában nőttek fel és szocializálódtak, máshogy látják a világot és másképp gondolkodnak, mint az őket megelőző nemzedékek (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Ritter et al., 2004; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013). Csepeli (2003) egy generáció születését olyan jelentős mértékű társadalmi változások folyamataként írja le, mely hatások következtében ra-

dikálisan megváltozik az a társadalmi, szociális környezet, melybe beleszületnek az adott generáció tagjai. Az infokommunikációs társadalom nemzedékének tagjait Prensky (2001) digitális bennszülöttekként definiálja. Ők azok, akik a digitális világban szocializálódtak és annak termékeit készségszinten alkalmazzák mindennapjaikban. Tari (2010) nyomán a digitális kor szülöttei között is két generációról beszélhetünk, az Y generáció a mai húszas és harmincas korosztály, a Z generáció pedig az őket követő nemzedék. Hazánk mai egyetemista korosztálya a digitális bennszülöttekként leírt Y és Z generáció határmezsgyéjének tagja.

Az egyéni léptékkal gyakran feldolgozhatatlanul gyors és nagy ívű változások hatására kialakult mai világunk „játékszabályai” megváltoztak, az új látásmód létrejötte nem csupán egy-egy tudományos elmélethez kapcsolódik, hanem az információs korban felövő generációkhoz kötődik (Ritter et al., 2004; Tari, 2010). A napjainkat irányító gazdasági és társadalmi hatások, valamint a digitális kultúra elemeivel átítatott szocializációs tér – többek között a nélkülözhetetlen internetkapcsolat, hordozható számítógépek, okostelefonok, folyamatos online üzemmód – eredményeként a digitális bennszülöttek attitűdje, gondolkodásmódja, preferenciái, valamint az információfeldolgozás folyamata eltér elődeikétől (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Ritter et al., 2004; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013).

A folyamatos technológiai jelenlét hatása a kialakult gondolkodásbeli és információfel-

dolgozási stratégiákra testi szinten is mérhető (Ritter et al., 2004; Small és Vorgan, 2008; Tóth-Mózer, 2013). Small és Vorgan (2008) agyi képalkotó eljárások alkalmazásával kimutatták, hogy az interneten rendszeresen böngészők esetén nagyobb és több agyi régió aktivitás figyelhető meg böngészés közben, összehasonlítva az internetet ritkán vagy egyáltalán nem használókkal (idézi Tóth-Mózer, 2013). Az internet rendszeres használói nagyobb rövid távú memóriával rendelkeznek, valamint a problémamegoldásért és döntéshozatalért felelős agyterületeken is nagyobb aktivitás mutatkozik (Small és Vorgan, 2008; idézi Gyarmathy, 2012). A kutatások nyomán megállapíthatjuk, hogy a digitális bennszülöttek valóban máshogy szűrik és dolgozzák fel az információkat, mint szüleik vagy nagyszüleik generációja (Prensky, 2001; Ritter et al., 2004; Small és Vorgan, 2008; Tóth-Mózer, 2013).

A digitális kor generációi az információs társadalomban

A radikálisan új világba beleszületett információs nemzedék korábitól eltérő habitusa, viselkedésmódja több szintéren is megjelenik. Az Y és Z generáció hozzászokott ahhoz, hogy nagyon gyorsan kap információt és az interneten keresztül szinte azonnal választ kaphat a kérdéseire, így az ismeretek beszerzéséhez szükséges plusz energiabefektetést nem preferálják. Mindemellett kialakult egyfajta ingerfaló magatartás. A megemelkedett ingerküszöb hatására jelen van a folyamatosan új ingerekre való éhség, ami mellett a monotóniátűrés nagyobb kihívást jelent. A Google, YouTube és Facebook korszakban élők jobban kedvelik a képeket, ábrákat, videókat, animációkat, mint a szöveget, hiszen ezek jobban kielégítik a gyors információszerezési igényt. Tipikus és elterjedt jelenség

a szimultán feladatvégzés és feldolgozás (pl. több ablak kezelése a digitális felületeken), valamint a párhuzamosan végzett feladatok közötti figyelemmegosztás és gyakori fókuszpontváltás. Ez a működésmód csapongónak tűnhet, azonban a digitális bennszülöttek számára ez a részben automatikussá vált működésmód nem megterhelő, mivel nem követel meg tőlük rendkívüli odafigyelmet (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Small és Vorgan, 2008; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013).

A tudás és tanulás hangsúlyai áttolódtak. A fiatalabb generációk tagjai a készség szintű, a mindennapok szintjén használható, versenyképes tudás megszerzését részesítik előnyben az „ünnepnap” tudással szemben. Mindezt játékos és nem fáradtságos módon, azonnali megerősítéssel és gyakori jutalmazással, hálózatban, mintegy közösségi tevékenységként. Ez ellentétben áll a korábban bevett, és a hazai oktatásban mai napig alkalmazott gyakorlattal, ahol az elméleti tudásanyag megszerzése fáradtságos úton és egyénileg történik (Prensky, 2001; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013). A folyamat az emlékezet minőségi csökkentését jelenti, nem maga a tényleges információanyag memorizálása történik meg, hanem az információ elérésének útvonala rögzül (Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013).

Az Y és Z generáció tekintélyhez való viszonya is megváltozott, és ez a változás a tekintélyszemélyek körét is érinti. Mindezek háttérben olyan okokat találhatunk, mint a családok demokratizálódása, a fordított szocializáció, valamint az elektronikus és online felületek közvetítő hatása, melyek a média által felépített példaképeket (celebeket) kínálnak a fiataloknak azonosulási pontként. A referenciaszemélyek már nem családi és tanári körből kerülnek ki. A fiatalokra nagyobb fokú

önállóság jellemző, amit erősít az is, hogy ők az internetnek – a blogoknak, a web 2.0-s felületeken megjelenő kommentelési lehetőségeknek és tetszésnyilvánításnak – köszönhetően az információkat nem csupán befogadják, hanem alakítják, előállítják és véleményezik, aktív résztvevői a cybertérnek. Mindezek veszélyként magukban rejtik a hiteles tájékozási pontok hiányát, a megbízható források nehéz elkülöníthetőségét a hiteltelenektől (Tari, 2010).

A fordított szocializáció folyamata sem könnyíti meg a ma élő generációk, köztük a huszoneves korosztály eligazodását a mindennapok útvesztőjében. Az információs érárt megelőző évtizedekben és évszázadokban a tudás a felnőttek monopóliuma volt, amely tekintélyük alapját jelentette, azonban a digitális robbanással a szocializáció iránya részben megváltozott. A fiatalok kísérletező kedvük, idegrendszerük plaszticitása és újdonságra való nyitottságuk miatt az információs kor adta lehetőségek terén előnybe kerültek az idősebbekkel szemben, és ezen a területen elődeik tanítói lettek. A célérték tudását még mindig a felnőttek birtokolják, azonban eszközérték tekintetében egyértelmű a fiatalok fölénye (Csepeli, 2003).

Életünk hálózatba ágyazottan működik, az internet szinte mindenhol és állandóan jelen van. Ez a sokoldalú összekapcsoltság és a folyamatos online üzemmód lehetővé teszi, hogy az internet segítségével olyan emberek is kapcsolatba lépjenek egymással, akiknek korábban erre lehetőségük sem volt. Ez azt jelenti, hogy akár tényleges érintkezés nélkül is létrejöhetnek személyközi érzések, csoportok tagjaivá válhatunk úgy, hogy a többi taggal hosszú ideig nem találkozunk. Ezek a virtuális közösségek fontos szerepet tölthetnek be a személyiségfejlődésben. Az identitásformálásban fontos funkciója lehet az

online csoportoknak, hiszen a tagok részben kiélhetik intimitásigényüket és különböző szerepekben próbálhatják ki magukat, új készségeket sajátíthatnak el (Csepeli, 2003; Ritter et al., 2004; Tari, 2010).

Jellemző, hogy az ismerősökkel való kapcsolattartás is a digitális felületekre tevődött át, ahol ismerőseink pillanatok alatt elérhetők. Ezek a közvetítő közegek az érzelmek kezelésére is hatást gyakorolnak, hiszen a rossz érzések szinte keletkezésük pillanatában megszüntethetők, míg a digitális vívmányok kora előtt erre nem volt mód, a feszültségek feloldására hosszabb idő után volt lehetőség, ez pedig a magában tartás készségét igényelte, ami valódi megértést és feldolgozást, toleranciát és kifinomultabb konfliktuskezelést eredményezett. Napjaink tendenciája ezzel szemben az azonnali feszültségoldás, azonban a valódi, de időigényesebb lélektani munka megspórolása a személyiség fejlődése szempontjából hátrulütökkel járhat (Tari, 2010).

Az ifjú generációk alkalmazkodása a rohamosan változó világhoz

A digitalizált fogyasztói társadalom keretei között az Y és Z generáció tagjai is biztonságot adó érzelmekre és referenciapontokra vágnak. Ezzel szemben a valóság az, hogy a régi normarendszer felborult, az új, kiforrott viszonyulási pontok pedig hiányoznak. Nem állnak rendelkezésre azok a szabályok és tájékozási pontok, melyek segítenek a fiatal felnőtteknek eligazodni a mindennapokban. A gyors tempóban változó világ nagyfokú szemléletmódbeli, gondolkodásbeli és viselkedésbeli rugalmasságot és alkalmazkodást követel meg (Ritter et al., 2004; Tari, 2010).

Napjainkban igazán aktuális téma, hogy a rendszerváltás után felnőtt, mai egyetemista korosztály tagjainak életében – a felsoroltak hatására – mennyire van jelen a szo-

rongás. Továbbá nehéz élethelyzetben megnyírá képesek boldogulni, sikeresen megküzdeni, egyfajta egyensúlyi állapotot megteremteni a megterhelő hatások közepette, illetve a rendelkezésre álló külső és belső erőforrásokat mennyire képesek mozgósítani a megoldás érdekében. Azaz milyen mértékű rugalmas ellenállás, reziliencia jellemzi őket.

Az elmúlt mintegy húsz évben, hazánkban végbemenő társadalmi változások teljesen megváltoztatták az addig kialakult normákat, világlátást és véleményformálást. Kérdés, hogy ezen változások hatására milyen sajátosságok mentén írható le a nagykorúvá vált, illetve húszas éveikben járó fiatal felnőttek információfeldolgozási és döntéskialakítási stratégiája, a megismerés igénye és iránya. A személyiség komplex rendszerén belül ezek a tényezők – szorongás, reziliencia, lezárás iránt igény – közvetlen vagy közvetett módon milyen kapcsolatban állnak egymással. A komplex összefüggések vizsgálatának értelmezéséhez a következőkben e faktorokat részletesen ismertetjük.

Reziliencia

A reziliencia jelensége napjainkra egyre inkább elterjed a köztudatban és a fizika, szociológia, ökológia, valamint közgazdaságtan mellett a pszichológia diszciplínáján belül is kiemelten vizsgált területté vált. Szokolszky és V. Komlósi (2015) úgy határozza meg általánosan e tudományterületeken átvívelő jelenséget, mint „sokkhatás esetén megmutató rugalmas ellenálló képesség, amely biztosítja a funkcionális fennmaradást” (Szokolszky és V. Komlósi, 2015: 12). Ez a fajta rugalmasság nem csupán képlékenységgént és alakíthatósággént írható le, lényegi meghatározója a dinamikus komplexitás, mely a stabilitás és formálhatóság folytonosan változó kettősét és az ön-újraszerveződés moz-

zanatát is magában foglalja (Szokolszky és V. Komlósi, 2015).

A pszichológia területén eddig nem született egységes definíciója a rezilienciának, de a kapcsolódó kutatások alapján úgy írható le, mint egy sikeres séma, mely lehetővé teszi a boldogulást nehéz, stresszt keltő, és az egyén számára megterhelő körülmények közepette (Ceglédi, 2012; Masten, 1994). A reziliencia a környezeti, biológiai és viselkedéses tényezők viszonyrendszerében értelmezhető, amik folyamatosan kapcsolatban állnak egymással (Szokolszky, Palatinus és Palatinus, 2015). A rugalmas ellenállás tehát többdimenziós jelenség, mely a személyiségtényezők, családi, társas és biológiai környezeti faktorok, etnikai hovatartozás, továbbá a kor és a nem dinamikus kölcsönhatásaként írható le, azaz a rendszer belső és külső adaptációjaként értelmezhető (Ceglédi, 2012; Connor és Davidson 2003; Gy. Kiss, 2012; Masten, Herbers, Cutuli és Lafavor, 2008).

A reziliencia mérésére több skálát is kidolgoztak, azonban többségük nem általánosítható, mivel sem széles körben, sem specifikus populáción nem validálták azokat (Connor és Davidson, 2003). E hiány pótlására dolgozta ki Connor és Davidson (2003) a Connor–Davidson Rezilienciaskálát (Connor–Davidson Resilience Scale) (CD-RISC). A 25 tételből álló önértékelős kérdőív összeállítása során a reziliencia jelenségének megragadására törekedtek a szakemberek (Járai et al., 2015). A kérdőív kialakításához felhasználták többek között a Kobasa-féle (1979) lelki edzettség konstrukció egyes elmeit, Rutter (1985) kutatása nyomán a mások támogatásának elnyerése; biztonságos kötődés másokhoz; énhatékonyság; a stressz erősítő hatása; kontroll; humorérzék; alkalmazkodás a változásokhoz; optimizmus és hit tételeit.

Lyons nyomán (1991) a türelem és a stressz vagy fájdalom elviselésének képessége, Alexander (1998) nyomán pedig a jó szándékú beavatkozásba vetett hit tényezője fogalmazódik meg a skála tételeiben (Connor és Davidson, 2003). A vizsgálat során Járai és munkatársai nyomán (2015) a Connor–Davidson Reziliencia Skála magyar mintán validált, 10 tételes változatát használtam fel.

Szorongás

A szorongás életünk részét képezi, mindenki szembesül vele akár a mindennapi teendők során is. A szorongást kiváltó tényezők sokfélék lehetnek.

A feszültség, nyugtalanság érzése bizonyos időtartamon belül és adott keretek között építő funkciót tölthet be: fokozza a teljesítményt, lehetséges erőforrásként jelenhet meg, továbbá felkészíti a szervezetet az egyén számára negatív kimenetelű vagy kellemetlen események bekövetkezésére, ezáltal megalapozva az elkerülés vagy megküzdés lehetőségét. Azonban bizonyos szinten túl a feszültség állandó jelenléte mind pszichés, mind fizikai szinten megterhelő az egyén számára, ami hosszabb távon testi és lelki problémákat okozhat (Selye, 1976).

Az egyéni félelem és nyugtalanság odáig fokozódhat, hogy az egyénben saját, kialakult helyzete felett kétségbeesett tehetetlenségérzés uralkodik el, azaz kialakul a szorongás érzése (Selye, 1976). Egyénileg eltérő az, hogy ki milyen gyakran él át szorongást a mindennapjaiban, hogy milyen hatást érez szorongatónak, illetve hogyan birkózik meg a kialakult helyzettel és a nyomában fellépő érzésekkel.

E sokszor és sokak által kutatott területen Cattell és Scheier (1963) voltak az első, akik a helyzetből, külső körülményekből adódó szorongást, azaz az állapotszorongást elkü-

lönítették az egyénben hajlam szinten jelen lévő szorongástól, azaz vonásszorongástól (Sipos, Sipos és Spielberg, 1988). Spielberg (1970) nevéhez köthető az állapot és vonás jellegű szorongás mérésére kidolgozott 20-20 tételből álló Spielberger Vonás- és állapotszorongás Skála (STAI). Munkánkban e kérdőív magyar mintán validált vonásszorongást mérő szakaszát használtuk fel a szorongásra való hajlam vizsgálatához.

Társas megismerés, avagy a lezárás iránti igény

A társas megismerés, vagy lezárás iránti igény koncepciója a kognitív stílus XX. század eleji kutatásáig nyúlik vissza, egészen az antiszemitizmus és az ideológiai fogékonyság háttérében álló személyiségtényezők kapcsolatának elemzése nyomán, az Adorno nevével fémjelzett tekintélyelvű személyiség vizsgálatáig (Adorno, Frenkel-Brunswick, Levinson és Sanford, 1950; Kruglanski, 2005). A teória kritikusa és továbbgondolója, Rokeach (1956) elméletében, a gondolkodási stílus sajátosságának leírásában már megjelenik a nyílt és a zárt gondolkodás kettőse, melynek mérésére Rokeach kifejlesztette a dogmatizmus skálát. Azonban Adorno és munkatársai (1950) megközelítéséhez hasonlóan, még ez az elmélet is magában hordoz egyfajta értékítéletet. A Webster és Kruglanski (1994) által továbbfejlesztett kognitív lezárás igényének koncepciója ezzel szemben értékítéletektől mentesen vizsgálja és jellemzi a gondolkodásmód jellegét (Csanádi, Harsányi és Szabó, 2009; Kruglanski, 2005).

A Kruglanski nevéhez kötődő elképzelés szerint a benyomáskialakítás és információfeldolgozás folyamatában egyéni eltérések ragadhatók meg. Ezt a nem specifikus motivációs igényt lezárás iránti igényként határozták meg. A lezárás iránti igény úgy írható

le, mint kétséges, bizonytalan helyzetekben a további esetlegesen felmerülő kétértelmű tényezők kizárása, ami gyors és határozott döntés által egy biztos álláspont kialakítását eredményezi. Elképzelésük nyomán a specifikus lezárás igénye ezzel szemben többek között az ego-védő, illetve ego-erősítő funkciók szintjén nyilvánul meg (Kruglanski, Atash, De Grada, Mannetti és Pierro, 1997; Porpáczai, 2012; Webster és Kruglanski, 1994).

A megközelítés alapján a kognitív lezárás motivációját, tehát az információk befogadásának és feldolgozásának folyamatát, időtartamát, valamint a döntéskialakítás preferenciáját, egyrészt környezeti és helyzeti tényezők – fáradtság, zaj, idői nyomás stb. –, másrészt egyéni faktorok befolyásolják (Kruglanski, Webster és Klem, 1993; Webster és Kruglanski, 1994). E koncepció nyomán a lezárás igénye személyiségdimenzióként ragadható meg, a lezárás irányába való törekvés és annak elkerülése pedig a kontinuum két végpontjának tekinthető. A kognitív lezárás folyamatában megmutatkozó egyéni eltérések mérésére Kruglanski és munkatársai (1993) kidolgozták a 47 tételes Lezárás Iránti Igény Kérdőívet (Need for Closure Scale). A skálán magasabb pontszámot elért személyek erőteljesebb lezárás irányába való törekvése többek között olyan formákban jelenik meg, mint az egységes álláspont előnyben részesítése, a többségi vélemény irányába tett erőfeszítések preferálása, a biztonság, a rend és struktúra, valamint a biztos tudás kialakítására való törekvés (Csanádi et al., 2009; Kruglanski et al., 1993; Porpáczai, 2012; Webster és Kruglanski, 1994).

Kruglanski és munkatársai (1993) a Lezárás Iránti Igény Kérdőív 5 aldimenzióját különítik el: rend és szervezettség igénye; kétértelműséggel szembeni ellenérzés; dön-

téskészség, bejósolhatóság igénye, és a zárt gondolkodás. Elképzelésük szerint ezen aldimenziók mentén ragadható meg a lezárás iránti igény, ami egy dimenzióként jellemezhető (Csanádi et al., 2009). A koncepció bírálóinak, Neuberg, Judice és Westnek (1997) megközelítése ezzel szemben, hogy a kérdőív nem egy, hanem legalább két episztemikus motívumot ragad meg. A két konstruktum egyike a struktúra iránti igény, ami egyfajta szisztéma, rendszer kiépítésének vágya, másik a döntéskészség, egy tudatos és határozott vélemény kialakításának az igénye. A szerzők megközelítése szerint tehát két dimenziót mér a kérdőív, aldimenziókat nem különítettek el.

Munkánkban a lezárás iránti igény vizsgálatára a lezárás iránti igény vizsgálatára a Kruglanski nevéhez köthető Lezárás Iránti Igény Kérdőív Csanádi és munkatársai (2009) által magyar mintán validált változatát, a Lezárási Igény Kérdőívet használtuk fel. A szerzők Kruglanski és munkatársai (1993) megközelítése nyomán szintén elkülönítenek öt alfaktort – rend és szervezettség igénye, döntéskészség, bizonytalansággal szembeni ellenérzés, többszemponúság igénye/kerülése, újdonságkeresés/-kerülés –, azonban bizonyos aldimenziók összetétele egyes esetekben eltér az eredetitől (Csanádi et al., 2009; Porpáczai, 2012).

A reziliencia, a szorongás és a kognitív lezárás összefüggései

A napjainkra jellemző dinamikus és állandó változások közepette, valamint az elmúlt 20 év társadalmi, szociális és érzelmi téren megélhető mindennapi életben megjelenő átalakulásai – többek között család, iskola, teljesítmény, tekintélyhez való viszony, információ feldolgozása – a magyar egyetemista korosztály lelki ellenálló képességére és információfeldolgozási mintázatára, valamint

a bizonytalanság nyomán fellépő szorongás szintjére is hatást gyakorolnak (Prensky, 2001; Ritter et al., 2004; Tari, 2010). Munkánkban az említett korosztály körében vizsgáljuk, hogy a lelki ellenálló képesség, azaz az erőforrások felhasználásának, megragadásának, és egy egyensúlyi állapot kialakításának képessége milyen komplex összefüggést mutat az egyéni szorongásszinttel, valamint a véleményformálás és gondolkodásmód egyéni sajátosságaival.

A szorongás szintje és a Connor–Davidson Rezilienciaskálán mért lelki rugalmasság szintje között a szerzők (Connor és Davidson, 2003) közvetlen kapcsolatot mutattak. Megállapították, hogy a szorongás által kiváltott magasabb stressz-szint a CD-RISC skálán elért alacsonyabb pontszámmal mutat kapcsolatot. Campbell-Sills, Coham és Stein (2006) pedig vizsgálatuk során kimutatták, hogy az alacsonyabb szorongásérték a reziliencia magasabb szintjével jár együtt (idézi Járai et al., 2015).

A rugalmas ellenállás és kognitív lezárás igénye közti közvetlen kapcsolat vizsgálata során feltárt eredmények a lezárás iránti igény mint episztemikus motívum és a reziliencia között nem mutattak szignifikáns kapcsolatot, azonban egyes aldimenziók bizonyítottan összefüggést mutatnak a rugalmassággal. A határozott válasz kialakításának az igénye, a többszemponthuság, az újdonságra való nyitottság és a bizonytalanság tűrése a reziliencia magasabb fokával mutatott alacsony, szignifikáns kapcsolatot (Porpácz, 2015).

A szorongás és a megismerés igényének közvetlen kapcsolatát vizsgáló kutatások is ismertek. A szorongás a lezárás irányába mozdítja a megismerés folyamatát, akár külső fenyegető hatások eredménye, akár személyiségvonás szintjén van jelen (Harsányi, 2014; Kruglanski, 2005; Porpácz, 2015).

Harsányi (2014) kutatta a Lezárási Igény Kérdőívén kapott eredmények és a szorongás összefüggéseit. Vizsgálata nyomán megállapította, hogy a lezárás iránti igény nem, de a kérdőív többi aldimenziója kapcsolatot mutat a szorongással. Eredményei alapján a szorongás a kétértelműséggel szembeni ellenérzéssel, a bejósolhatóság igényével, a rend és szervezethez való igényével és a zárt gondolkodással pozitív, míg a döntéskészéssel negatív kapcsolatot mutat. Neuberg és Newsome (1993) pedig azt állapította meg, hogy a szorongóbb személyre nagyobb struktúra iránti igény jellemző, ami koncepciójuk szerint a nagyobb biztonság utáni vágygal magyarázható (idézi Harsányi, 2014).

HIPOTÉZISEK

A fent leírt összefüggések nyomán a magyar egyetemista mintán végzett kutatás alapján az alábbi összefüggéseket feltételezzük:

Hipotézis: Feltételezzük, hogy a Lezárási Igény Kérdőív nyitottságra vonatkozó alfaktorai (Csanádi et al., 2009) – a bizonytalansággal szembeni ellenérzés, a többszemponthuság igénye/kerülése és az újdonságkeresés/-kerülés –, valamint a határozott döntés kialakításának igénye (Csanádi et al., 2009; Neuberg et al., 1997) szignifikáns kapcsolatot mutatnak a reziliencia szintjével (Porpácz, 2015).

Hipotézis: Connor és Davidson (2003), valamint Campbell-Sills és munkatársai (2006) kutatása nyomán feltételezzük, hogy a vonásszorongás szintje és a CD-RISC skálán kapott pontszámok fordított kapcsolatot mutatnak.

Hipotézis: Harsányi (2014) munkája nyomán feltételezzük, hogy a Lezárási Igény Kérdőív rend és szervezethez való tartozás igénye, bizonytalansággal szembeni ellenérzés, többszemponúság igénye/kerülése és újdonságkeresés/-kerülés alfaktorai pozitív, a döntéskészség alfaktora pedig negatív kapcsolatot mutat a szorongás szintjével.

Hipotézis: Neuberg és Newsome (1993) vizsgálata nyomán feltételezzük, hogy Neuberg és munkatársai (1997) koncepciója nyomán a döntéskészség negatív, a struktúra iránti igény pozitív kapcsolatot mutat a szorongás-értékkel.

MÓDSZEREK

Minta

A vizsgálatban összesen 203, 19 és 27 év közötti egyetemista vagy főiskolás hallgató vett részt. A vizsgálati személyek eltérő felsőoktatási intézmények hallgatói. A hiányosan kitöltött kérdőíveket, illetve azokat a tesztek, melyek esetén a Lezárási Igény Kérdőív szociális kívánatosság skáláján kapott pontszáma meghaladta az elfogadható szintet, kihagytuk az elemzésből. Így összesen 190 vizsgálati személy adatait dolgoztuk fel $M = 22,74$, $SD = 2,54$ év.

Vizsgálati eszközök

Az egyéni rugalmasság vizsgálatához a Connor–Davidson Reziliencia Skála (Connor és Davidson, 2003) magyar mintán validált, 10 tételes változatát használtuk fel (Járai et al., 2015). A szerzők a magyar nyelvű kérdőívet, az eredeti kérdőív Campbell–Sills és Stein (2007) által 10 tételesre csökkentett

skála egydimenziós változata nyomán, az eredeti 25 tételes kérdőív itemeit felhasználva hozták létre (Járai et al., 2015).

Az eredeti koncepció alapján a tesztet kitöltők ötfokú Likert-skálán értékelhetik, hogy az adott állítás mennyire vonatkoztatható önmagukra az elmúlt egy hónapban. Ehhez képest jelen vizsgálatban a skála instrukciójában változtatás történt, a vizsgálat résztvevőinek azt kellett értékelniük, hogy az adott állítást általában mennyire tartják önmagára érvényesnek: *Kérjük, jelölje meg minden állításnál, hogy milyen mértékben jellemző Önre az adott kijelentés általában. Fontos tudnia, hogy itt nincsenek „jó” vagy „rossz” válaszok.*

A vonásszorongás értékének vizsgálatára a Spielberger Vonás- és állapotsszorongás skála magyar nyelvű, vonásszorongásra vonatkozó 20 tételes kérdéssorát alkalmaztuk (Sipos et al., 1988). A résztvevőknek négyfokú Likert-skálán kell jelölniük, hogy az adott állítást általánosan mennyire tartják érvényesnek önmagukra nézve.

A megismerés motivációjának vizsgálatához a 47 tételes, magyar nyelvű Lezárási Igény Kérdőívet használtuk fel (Csanádi et al., 2009). A kérdőívet kitöltő személyek 6 fokú Likert-skálán jelölhetik meg, hogy önmagukra nézve mennyire tartják helytállóknak az állításokat. A 47 tételből 5 item a szociális kívánatosságot méri, amennyiben az ezeken a tételeken elért pontszám meghaladja a 15-öt, úgy az adott egyén kérdőívre adott válaszai nem értelmezhetők. A skála 17 tétel fordított, 25 tétel pedig egyenes módon méri a kognitív lezárási igényét. A Lezárási Igény Kérdőív 43,221 százalékos magyarított varianciája 5 százalékkal jobbnak bizonyult az eredeti kérdőív varianciaszintjénél (Csanádi et al., 2009).

1. táblázat. A Lezárási Igény Kérdőív mint episztemikus motívumnak, a skála egyes aldimenzióinak (Csanádi et al., 2009) és a neubergi két dimenzióinak (Neuberg et al., 1997), a Connor–Davidson Rezilienciaskála magyar nyelvű változatának, valamint a Spielberger-féle Vonásszorongás Kérdőív (STAI) magyar mintán validált változatának megbízhatósága saját mintán.

Faktorok	Cronbach- α
Lezárási iránti igény (Csanádi et al., 2009)	0,850
Rend és szervezethez való tartozás igénye (Csanádi et al., 2009)	0,822
Döntéskészség (Csanádi et al., 2009)	0,815
Többszemponthuság igénye/kerülése (Csanádi et al., 2009)	0,666
Bizonytalansággal szembeni ellenérzés (Csanádi et al., 2009)	0,855
Újdonságkeresés/-kerülés (Csanádi et al., 2009)	0,676
Döntéskészség (Neuberg et al., 1997)	0,815
Struktúra iránti igény (Neuberg et al., 1997)	0,849
Vonásszorongás	0,897
Reziliencia	0,811

A vizsgálat leírása

A kutatás keretében a vizsgálati személyek online felületen összesen három tesztet tölthettek ki: a rugalmas ellenállás szintjét mérő Connor–Davidson Rezilienciaskála 10 tételes magyar nyelvű változatát, a vonásszorongás értékét vizsgáló Spielberger-féle Vonásszorongás kérdőív (STAI) magyar nyelvű változatát és a kognitív lezárási igényt mérő Lezárási Igény Kérdőívet. A tesztek kitöltése 15–25 percet vett igénybe. A skálák kitöltéséhez a résztvevők megkapták a szükséges instrukciókat, tájékoztatást kaptak arról, hogy azonosítható adataik semmilyen formában nem kerülnek nyilvánosságra, az eredmények statisztikai elemzés alapjául szolgálnak. A vizsgálat résztvevői beleegyeztek a vizsgálatba, mely során az etikai szabályoknak megfelelően jártunk el. Az adatfelvétel 2015-ben történt.

EREDMÉNYEK

A kérdőíveken produkált eredmények komplex összefüggéseinek feltérképezése érdekében több eltérő statisztikai módszert is felhasználtunk az elemzés során. Az összefüggések elemzését megelőzően megvizsgáltuk a Lezárási Igény Kérdőív mint episztemikus motívumnak, a skála egyes aldimenzióinak (Csanádi et al., 2009) és a neubergi két dimenzióinak (Neuberg et al., 1997), a Connor–Davidson Rezilienciaskála magyar nyelvű változatának, valamint a Spielberger-féle Vonásszorongás Kérdőív (STAI) magyar mintán validált változatának megbízhatóságát saját mintán. Hair, Black, Babin és Anderson (2009) munkája nyomán, Csanádi és munkatársai (2009) megközelítését követve a megbízhatósági mutató minimum szintjét 0,6-nek tekintettük.

Az *1. táblázatban* ábrázolt eredmények alapján a vizsgált kérdőívek dimenziói és aldimenziói meghaladják a Hair és munkatársai (2009) által meghatározott 0,6-es minimum megbízhatósági szintet, így az egyes

2. táblázat. A reziliencia, a szorongás, valamint a lezárási igény, illetve egyes alfaktorai (Csanádi et al., 2009) és Neuberg és munkatársai (1997) által meghatározott dimenzióik összefüggései a korrelációs módszerrel történt elemzés nyomán

	Rend és szervezethez való igénye	Döntéskészség	Többszempontúság igénye/kerülése	Bizonytalansággal szembeni ellenérzés	Újdonság-keresés/-kerülés	Lezárási iránti igény	Döntéskészség	Struktúra iránti igény	Szorongás	Reziliencia
	(Csanádi et al., 2009)					(Neuberg et al., 1997)				
Reziliencia		0,448**			-0,278**		0,432**		-0,654**	
Szorongás		-0,506**		0,235**	0,243**		-0,498**			-0,654**

** $p < 0,001$

skálák és a Lezárási Igény Kérdőív aldimenziói megbízhatónak tekinthetők.

A skálák és alszálák megbízhatóságának vizsgálatát követően korreláció és regresszió módszerével elemeztük a hipotézisekben megfogalmazott állításokat. Hipotéziseink vizsgálatához egyrészt a Pearson-féle korrelációs módszert alkalmaztuk. A kapott eredmények alapján megállapítható, hogy az első hipotézis részben beigazolódt. Az újdonságkerülés $r = -0,278$; $p < 0,001$ (Csanádi et al., 2009) alacsony, negatív irányú kapcsolatot mutat a rugalmas ellenállással, míg a döntéskészség $r = 0,448$; $p < 0,001$ (Csanádi et al., 2009), $r = 0,432$; $p < 0,001$ (Neuberg et al., 1997) közepes erősségű, pozitív kapcsolatot mutatott a rezilienciával. A korreláció mentén vizsgálódva második hipotézisünk is beigazolódt, azaz a vonásszorongás szintje és a CD-RISC skálán kapott pontszámok fordított kapcsolatot mutatnak: $r = -0,654$; $p < 0,001$.

Harmadik és negyedik hipotézisünk szintén részben igazolódt be a korreláció nyomán. Bizonytalansággal szembeni ellenérzés és az újdonságkerülés (Csanádi et al., 2009) $r = 0,235$; $p < 0,001$, $r = 0,243$; $p < 0,001$, alacsony, pozitív irányú összefüggést mutat

a szorongással. Ezzel szemben a döntéskészség mindkét megközelítés nyomán $r = -0,506$; $p < 0,001$ (Csanádi et al., 2009), $r = -0,498$; $p < 0,001$ (Neuberg et al., 1997) közepes, negatív irányú kapcsolatot mutat a szorongással. A korreláció módszerével kapott összefüggéseket a 2. táblázat szemlélteti.

A hipotézisek állításait a korreláció mellett a lineáris regresszió Stepwise módszerével is elemeztük. Feltételezésünk szerint a személyiség komplex rendszerén belül a vizsgált tényezők hatást gyakorolnak egymásra, akár közvetett, akár közvetlen módon. Ezen összefüggések megragadására a Stepwise módszer tűnt a legalkalmasabbnak, mivel a módszer a folyamatos újraértékelés során a gyengébb viszonyokat kiszűrve az erősebb összefüggéseket tartja meg.

Az elemzés két lépésben történt: első fázisában a reziliencia, második részében a vonásszorongás jelent meg függő változóként. Ezekben belül két szakaszt különítettünk el mindkét elemzés során: az első szakaszban Csanádi és munkatársai (2009), a második szakaszban Neuberg és munkatársai (1997) megközelítése mentén vizsgáljuk az egyes tényezők komplex összefüggéseit.

A vizsgálat első fázisának első szakaszában a függő változó (reziliencia) mellett a szorongás, kor és Csanádi és munkatársai (2009) vizsgálata nyomán a lezárás iránti igény dimenziója, valamint a Lezárási Igény Kérdőív magyar nyelvű változatának aldimenziói – rend és szervezettség igénye, döntéskészség, bizonytalansággal szembeni ellenérzés, többszempontúság igénye/kerülése, újdonságkeresés/-kerülés – jelentek meg független változóként.

A modell szignifikanciaszintje a következőképp alakult: $F(3, 186) = 55,963$, $MSE = 19,742$; $p < 0,001$, magyarázóereje a populációban: $R^2_{Adj} = 46,6\%$, magyarázóereje a mintán: $R^2 = 47,4\%$. A modell alapján a szorongás közepes, negatív kapcsolatot mutatott a rezilienciával $\beta = -0,554$; $t(186) = -8,936$; $p < 0,001$. A többszempontúság kerülése szintén negatív irányú, alacsony összefüggést eredményezett $\beta = -0,172$; $t(186) = -3,186$; $p < 0,002$, a döntéskészség (Csanádi et al., 2009) pedig alacsony, pozitív irányú kapcsolatot mutatott $\beta = 0,194$; $t(186) = 3,094$; $p < 0,002$ a rezilienciával (3. táblázat).

3. táblázat. A szorongás, a kor és a lezárási igény, illetve egyes alfaktorai (Csanádi et al., 2009) nyomán megjelenő, rezilienciát magyarázó változók a lineáris regresszió Stepwise szelekcióval történt elemzése során

Faktorok	β	t(186)	P
Szorongás	-0,554	-8,936	0,001
Többszempontúság kerülése	-0,172	-3,186	0,002
Döntéskészség	0,194	3,097	0,002

A második szakaszban a függő változó (reziliencia) mellett a szorongás, kor, valamint Neuberg és munkatársai (1997) munkája nyomán a döntéskészség és a struktúra iránti

igény dimenziói jelentek meg független változóként.

A modell szignifikanciaszintje a következőképp alakult: $F(1, 188) = 140,361$; $MSE = 21,276$; $p < 0,001$, magyarázóereje a populációban: $R^2_{Adj} = 42,4\%$, magyarázóereje a mintán: $R^2 = 42,7\%$. A modell alapján csupán a vonásszorongás mutatott erős, negatív kapcsolatot a rezilienciával $\beta = -0,654$; $t(188) = -11,847$, $p < 0,001$ (4. táblázat).

4. táblázat. A szorongás, a kor, valamint a döntéskészség és a struktúra iránti igény faktorai (Neuberg et al., 1997) nyomán megjelenő, rezilienciát magyarázó változók a lineáris regresszió Stepwise szelekcióval történt elemzése során

Faktorok	β	t(188)	P
Szorongás	-0,654	-11,847	0,001

A vizsgálat második fázisában a függő változó (szorongás) mellett első szakaszban a reziliencia, kor, valamint Csanádi és munkatársai (2009) vizsgálata nyomán a lezárás iránti igény dimenziója, valamint a Lezárási Igény Kérdőív magyar nyelvű változatának aldimenziói – rend és szervezettség igénye, döntéskészség, bizonytalansággal szembeni ellenérzés, többszempontúság igénye/kerülése, újdonságkeresés/-kerülés jelentek meg független változóként.

A modell szignifikanciaszintje a következőképp alakult: $F(4, 185) = 48,424$, $MSE = 51,471$, $p < 0,001$, magyarázóereje a populációban: $R^2_{Adj} = 50,1\%$, magyarázóereje a mintán: $R^2 = 51,1\%$. A modell alapján a reziliencia közepes, negatív irányú kapcsolatot mutatott a szorongással $\beta = -0,523$; $t(185) = -9,092$, $p < 0,001$. A döntéskészség $\beta = -0,204$; $t(186) = -3,357$; $p < 0,001$, illetve a rend és szervezettség igénye $\beta = -0,158$; $t(185) = -2,407$; $p < 0,002$ szintén negatív irá-

nyú, alacsony összefüggést produkált a szorongással. A bizonytalansággal szembeni ellenérzés pedig $\beta = 0,210$; $t(185) = 3,132$; $p < 0,002$ pozitív irányú, alacsony összefüggést eredményezett a szorongással a modell alapján (5. táblázat).

5. táblázat. A reziliencia, a kor és a lezárási igény, illetve egyes alfaktorai (Csanádi et al., 2009) nyomán megjelenő, vonásszorongást magyarázó változók a lineáris regresszió Stepwise szelekcióval történt elemzése során

Faktorok	β	t(185)	P
Reziliencia	-0,523	-9,092	0,001
Döntéskészség	-0,204	-3,357	0,001
Bizonytalansággal szembeni ellenérzés	0,210	3,132	0,002
Rend és szervezethez való igény	-0,158	-2,407	0,002

A függő változó (szorongás) mellett másrészt a reziliencia, kor és Neuberg és munkatársai (1997) munkája nyomán a döntéskészség és a struktúra iránti igény dimenziói jelentek meg független változóként.

A modell szignifikanciaszintje a következőképp alakult: $F(1, 188) = 140,361$; $MSE = 59,361$, $p < 0,001$, magyarázóereje a populációban: $R^2_{Adj} = 42,4\%$, magyarázóereje a mintán: $R^2 = 42,7\%$. A modell alapján csupán a reziliencia mutatott erős, negatív kapcsolatot a vonásszorongással $\beta = -0,654$; $t(188) = -11,847$, $p < 0,001$ (6. táblázat).

6. táblázat. A reziliencia, a kor, valamint a döntéskészség és a struktúra iránti igény faktorai (Neuberg et al., 1997) nyomán megjelenő, vonásszorongást magyarázó változók a lineáris regresszió Stepwise szelekcióval történt elemzése során

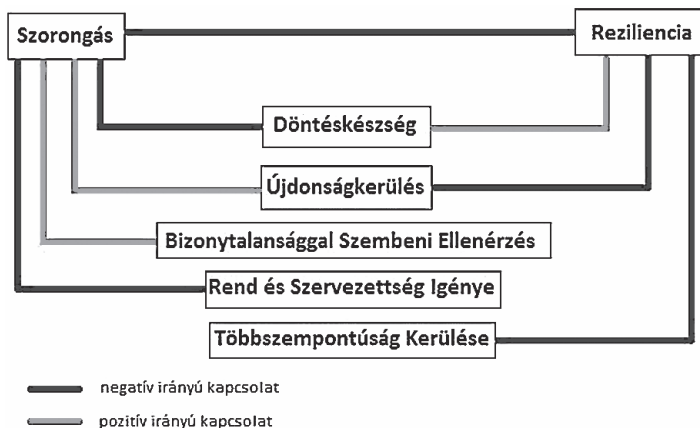
Faktorok	β	t(188)	P
Reziliencia	-0,654	-11,847	0,001

ÖSSZEFOGLALÁS

Munkánk fókuszában a reziliencia, a szorongás és a társas megismerés egyes komponenseinek vizsgálata állt. Kutatásunk célja, hogy képet alkothassunk e személyiségtervezők komplex összefüggéseiről és következtetéseket vonhassunk le arra vonatkozóan, hogy az egyes tényezők közötti kapcsolatok milyen hatást gyakorolnak az egyetemista korosztály mindennapi életére.

A fenti adatokat összegezve megállapíthatjuk, hogy a rugalmas ellenállás, a szorongás és a társas megismerés bizonyos komponensei között összefüggések írhatók le. A korábbi kutatások eredményeit (Campbell-Sills et al., 2006; Connor és Davidson, 2003) támasztják alá a kapott eredmények, melyek alapján a szorongás és reziliencia erős, fordított irányú kapcsolatot mutatnak egymással.

A magyar egyetemista mintán történt vizsgálat következtetéseit levonva az információfeldolgozás és benyomáskialakítás folyamatai, ezen belül is a döntéskészség dimenziója egyértelmű összefüggést mutat a rezilienciával és a szorongással is. A korrelációval történt elemzés nyomán a Lezárási Igény Kérdőív nyitottságra vonatkozó tételei közül az újdonságkerülés a szorongással pozitív, míg a rezilienciával negatív kapcsolatot eredményezett. Emellett a bizonytalansággal szembeni ellenérzés, valamint a szorongás gyenge, pozitív korrelációt mutatott. A lineáris regresszióval történt elemzés eredményeként a szorongás a bizonytalansággal szembeni ellenérzéssel gyenge pozitív, a rend és szervezethez való igényével gyenge negatív kapcsolatot, továbbá a többszempontúság kerülése, valamint a reziliencia gyenge negatív összefüggést mutatott. A leírt összefüggéseket az 1. ábra szemlélteti.



1. ábra. A reziliencia, a szorongás és a Lezárási Igény Kérdőív egyes aldimenziói (Csanádi et al., 2009) és dimenziói (Neuberg et al., 1997) közötti összefüggések

A magyar fiatal felnőttek mintáján kapott eredmények arra engednek következtetni, hogy az alacsonyabb szorongás a magasabb rezilienciaszinttel, valamint a nyitottabb információfeldolgozási és döntéshozatali folyamatokkal hozható kapcsolatba. A szorongás alacsonyabb és a rugalmas ellenállás magasabb mértékéhez újdonságra nyitottabb, bizonytalanságtűrőbb és erősebb döntési preferenciával jellemezhető megismerési stílus társul.

A korábban bemutatott kutatások, vizsgálatok, melyek az Y és Z generáció mindennapjaiban jelen lévő társas, gazdasági, szociális viszonyokat tekintették át, rámutatnak, hogy a napi életvitel során megjelenő tényezők számos szorongáskeltő faktort hordoznak magukban. Mindennapjainkban a fiatal generációknak is szembesülniük kell a feldolgozhatatlan mennyiségű információ állandó jelenlétével, ami azt az érzetet keltetheti, hogy aki nem képes követni az információs társadalom által diktált tempót, lemarad. A média által kínált és a tényleges valóság közti, időnként áthidalhatatlan távolság szintén jelentős frusztrációforrás. Ezek-

hez társul a generációk közti egyre nagyobb szakadék, a célérték és tudásérték közti elmentét. Az azonnali megerősítés, jutalmazás elmaradása szintén szorongás forrásaként jelenik meg. Mindezen tényezőkkel olyan társadalomban kell szembenéznük és megbirkózniuk a fiatal felnőtteknek, melyben a bevett szabályok és viszonyulási pontok hiányoznak, új normák pedig nem állnak rendelkezésre (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Ritter et al., 2004; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013). Ezek a társadalmi szintű jelenségek a rugalmas ellenállás tendenciájával ellentétes irányt mutatnak.

A kimutatott összefüggések nyomán feltehető, hogy a szorongás mértékének csökkenése, illetve a kognitív stílus nyitottság irányába mutató változása, valamint a rugalmas ellenállás magasabb szintje kölcsönösen pozitív hatás gyakorolnak egymásra. A szakirodalmi háttér (Connor és Davidson, 2003; Harsányi, 2014; Porpáczi, 2015; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013) és a kapott eredmények alapján arra következtethetünk, hogy kevésbé feszélyező körülmények – azaz a szorongás alacsonyabb szintje – mellett jel-

lemzőbb az újszerű, ebből adódóan egyén számára ismeretlen információk befogadása, alaposabb elemzése és mérlegelése, továbbá ezek alapján egy optimális és határozott döntés kialakítása. A lehetőségek alaposabb feltérképezése és a magabiztos döntés kialakítása a személy számára optimális problémamegoldás irányába, és ezzel együtt a rugalmas ellenállás felé mutató folyamat.

Az információfeldolgozás, döntéskialakítás, szorongás és reziliencia komplex összefüggéseinek részletesebb elemzése, a rugalmas ellenállás fejlesztésének lehetősége – a szorongáscsökkentés és lezárás iránti igény

egy-egy komponenseinek formálása által – az Y és Z generáció és más nemzedékek életében, illetve az egyes generációk közti különbségek feltérképezése további kutatások tárgyát képezheti.

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

Ezúton is szeretnénk köszönetet mondani Kresznerits Szilviának a kapott adatok kiértékelésében nyújtott segítségével, valamint a vizsgálatban részt vevőknek, hogy időt szántak a kérdőívek kitöltésére.

SUMMARY

CAPABILITY FOR MENTAL RESISTANCE AND SOCIAL COGNITION IN THE INFORMATION SOCIETY
– STUDYING THE CORRELATION AMONG THE NEED FOR CLOSURE, RESILIENCE AND ANXIETY
BASED ON SAMPLES OF HUNGARIAN UNIVERSITY STUDENTS

Background. The studies that focus on the effects of the technical, social and economic changes of the information and communication society show us that the people of this era see the world differently, think differently, furthermore, they learn different social, emotional, coping and problem-solving patterns than our ancestors (Csepeli, 2003; Prensky, 2001; Ritter, Fábíán, Pillók & Hoyer, 2004; Tari, 2010; Tóth-Mózer, 2013). *Aims.* This study that runs along the researches mentioned above focuses on the complex context connected to elastic resilience, anxiety, and the individual components of information processing procedures that vary from person to person, based on the samples of the digital generation. The aim of the current study is to explore what effect the complex context of these personality factors has on the everyday life of generation Y and Z – that is to say those born between the mid-1970s and mid-1990s, and people born after that. *Methods and results.* Based on the results produced from the samples of young adults, lower level of anxiety correlates with a cognitive style that can be characterized by higher level of resilience, more open information processing and decision-making procedures, being more willing to tolerate uncertainties, and a stronger decision-making preference.

Keywords: resilience, need for closure, cognitive style, anxiety, generation Y, generation Z, information society, digital era, digital aborigines

IRODALOM

- ADORNO, T., FRENKEL-BRUNSWICK, E., LEVINSON, D., SANFORD, N. (1950): *The Authoritarian Personality*. Harper and Row Publisher, New York, NY.
- ALEXANDER, C. (1998): *The Endurance: Shackleton's Legendary Antarctic Expedition*. Alfred A. Knopf, New York, NY.
- CAMPBELL-SILLS, L., COHAN, S. L., STEIN, M. B. (2006): Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 585–599.
- CAMPBELL-SILLS, L., STEIN, M. B. (2007): Psychometric analysis and refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028.
- CATTELL, R. B., SCHEIER, I. H. (1963): *Handbook for the IPAT Anxiety Scale Questionnaire*. Institute for Personality and Ability Testing, Champaign, IL.
- CEGLÉDI, T. (2012): Reziliens életutak, avagy a hátrányok ellenére sikeresen kibontakozó iskolai karrier. *Szociológiai Szemle*, 22(2), 85–110.
- CONNOR, K. M., DAVIDSON, J. R. (2003): Development of a new resilience scale: the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18(2), 76–82.
- CSANÁDI A., HARSÁNYI SZ. G., SZABÓ É. (2009): A Lezárási Igény Kérdőív – A Need for Closure Scale magyar nyelvű változatának tesztelése egyetemista mintán. *Alkalmazott Pszichológia*, 1(2), 55–81.
- CSEPELI GY. (2003): *Digitális generáció*. Online: http://www.csepe.hu/pub/2003/csepe_et_2003_45.pdf.
- GYARMATHY É. (2012): *Ki van kulturális lemaradásban?* Online: <http://www.osztalyfonok.hu/cikk.php?id=1018>.
- GY. KISS E. (2012): *A szisztémás autoimmun kórképekben szenvedő betegek személyiségjellemzőinek komplex klinikai és egészségpszichológiai megközelítése*. Zárójelentés (K71754) OTKA pályázathoz (2008–2012).
- HAIR, J. F., BLACK, W. C., BABIN, B. J., ANDERSON, R. E. (2009): *Multivariate Data Analysis*. Pearson Education, 7th Edition.
- HARSÁNYI SZ. G. (2014): *Politikai-ideológiai preferenciák a lezárási igény, a tekintélyelvűség, a szorongás és az értékpreferenciák tükrében*. Doktori disszertáció. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pszichológiai Doktori Iskola.
- JÁRAI R., VAJDA D., HARGITAI R., NAGY L., CSÓKÁSI K., KISS E. CS. (2015): A Connor–Davidson Reziliencia Kérdőív 10 ítemes változatának jellemzői. *Alkalmazott Pszichológia*, 15(1), 129–136.
- KOBASA, S. C. (1979): Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1–11.
- KRUGLANSKI, A. W. (2005): *A zárt gondolkodás pszichológiája*. Osiris, Budapest.
- KRUGLANSKI, A. W., ATASH, M. N., DEGRADA, E., MANNETTI, L., PIERRO, A. (1997): Psychological theory testing versus psychometric nay-saying: Comment on Neuberger et

- al.'s (1997) critique of the Need for Closure Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1005–1016.
- KRUGLANSKI, A. W., WEBSTER, D. M., KLEM, A. (1993): Motivated Resistance and Openness to Persuasion in the Presence or Absence of Prior Information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(5), 861–876.
- LYONS, J. (1991): Strategies for assessing the potential for positive adjustment following trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 4, 93–111.
- MASTEN, A. S. (1994): Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In: WANG, M., GORDON, E. (eds.): *Risk and resilience in inner city America: Challenges and prospects*. Erlbaum, Hillsdale, NJ. 3–25.
- MASTEN, A. S., HERBERS, J. E., CUTULI, J. J., LAFAVOR, T. L. (2008): Promoting Competence and Resilience in the School Context. *Professional School Counseling*, 12(2), 76–84.
- NEUBERG, S. L., JUDICE, T. N., WEST, S. G. (1997): What the Need for Closure Scale measures and what it does not: Toward Differentiating Among Related Epistemic Motives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(6), 1396–1412.
- NEUBERG, S. L., NEWSOME, J. T. (1993): Personal Need for Structure: Individual Differences in the Desire for Simple Structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 113–131.
- PORPÁCZI J. (2012): *A lezárás iránti igény és a megküzdési mód preferencia kapcsolatának vizsgálata*. Szakdolgozat. SZTE BTK, Pszichológia Intézet.
- PORPÁCZI J. (2015): *A reziliencia a társas megismerés és a munkamemória tükrében*. Szakdolgozat. SZTE BTK, Pszichológia Intézet.
- PRENSKY, M. (2001): Digitális bennszülöttek és a digitális bevándorlók. (Ford.: Kovács Emese) *On the Horizon*, 9(5). NCB University Press, 2001. október. Online: http://goliat.eik.bme.hu/~emese/gtk-mo/didaktika/digital_kids.pdf.
- RITTER A., FÁBIÁN ZS., PILLÓK P., HOYER M. (2004): Felmérés a magyarországi internet-használatról: betegség, vagy korosztályra jellemző tünet? Az internetfüggőség helyzetének megítélése két kutatás tükrében. *Információs társadalom*, 4(1), 121–134.
- ROKEACH, M. (1956): Political and religious dogmatism: an alternative to the Authoritarian Personality. *Psychological Monographs*, 70(18), 1–43.
- RUTTER, M. (1985): Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorders. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598–611.
- SELYE, J. (1976): *Stressz distressz nélkül*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- SIPOS K., SIPOS M., SPIELBERGER, C. D. (1988): A State-Trait Anxiety Inventory (STAI) magyar változata. In: MÉREI F., SZAKÁCS F. (szerk.): *Pszichodiagnosztikai vademecum*. 2. rész. Tankönyvkiadó, Budapest. 123–135.
- SMALL, G., VORGAN, G. (2008): *IBrain. Surviving the Technological Alteration of the Modern Mind*. Harper Collins, New York, NY.
- SPIELBERGER, C. D. (1970): *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA.
- SZOKOLSZKY Á., PALATINUS K., PALATINUS ZS. (2015): A reziliencia mint a komplex dinamikus fejlődési rendszerek sajátossága. *Alkalmazott Pszichológia*, 15(1), 43–60.

- SZOKOLSZKY Á., V. KOMLÓSI A. (2015): A „reziliencia-gondolkodás” felemelkedése – ökológiai és pszichológiai megközelítések. *Alkalmazott Pszichológia*, 15(1), 11–26.
- TARI A. (2010): *Y generáció. Klinikai pszichológiai jelenségek és társadalom-lélektani összefüggések az információs korban*. Jaffa Kiadó, Budapest.
- TÓTH-MÓZER SZ. (2013): A gyermekkép az információs társadalom hajnalán. In: OLLÉ J., PAPP-DANKA A., LÉVAI D., TÓTH-MÓZER SZ., VIRÁNYI A. (szerk.): *Oktatásinformatikai módszerek. Tanítás és tanulás az információs társadalomban*. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest. 31–56.
- WEBSTER, D. M., KRUGLANSKI, A. W. (1994): Individual Differences in Need for Cognitive Closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1049–1062.



CSABAI MÁRTA
HARSÁNYI SZABOLCS GERGŐ
HORVÁTH M. TÜNDE
JÁMBORI SZILVIA
KASIK LÁSZLÓ

SZERZŐINK

KÉKESI MÁRK
KŐRÖSSY JUDIT
LEIST BALOGH BRIGITTA
PORPÁCZI JÚLIA
SZABÓ ÉVA