

Doktori (PhD) értekezés tézisei

**A családi- és munkahelyi szerepek
összeegyeztetésének kihívásai
a gyermekes nők életében**

Sztányi-Szekér Barbara

Témavezető: Dr. habil. Szemán-Nagy Anita

Társtémavezető: Dr. Hógye-Nagy Ágnes



DEBRECENI EGYETEM

Humán Tudományok Doktori Iskola

Debrecen, 2025

1. Az értekezés célkitűzése, a téma körülhatárolása

A disszertáció a családi- és munkahelyi szerepek összehangolásának, valamint az egyensúlyi állapot kialakításának és fenntartásának kérdéskörét vizsgálja gyermekes, aktívan dolgozó nők körében. A szakirodalmi áttekintésben a vizsgált témához kapcsolódó főbb fogalmakat, elméleti és empirikus megközelítéseket négy alfejezetben tárgyalom. Áttekintésre kerültek a család intézményének aktuális és releváns elméleti megközelítései, majd a munka-család egyensúlyról, valamint a munka-család relációjában megjelenő konfliktusok értelmezéséről szóló szakirodalmak. A továbbiakban bemutatásra került a párkapcsolati elégedettség és a pszichoszociális jól-lét témaköre is.

A családi közeg az emberi élet egyik legjelentősebb színtere, egyben a nevelés és a szocializáció legmeghatározóbb tényezője, mely egyfajta védőfaktorként is funkcionálhat (Boreczky, 2015; Raj és Raval, 2013). Számos kutatási eredmény (pl. Johnson és mtsai., 2006; Lakatos és mtsai., 2020; Minuchin, 2005; Olson, 2000) hangsúlyozza a családi kapcsolatok minőségének meghatározó szerepét. A család működési dinamikája kulcsfontosságú szerepet tölt be az egyének és a családtagok pszichés egészségének- és a családi rendszer adaptív működésének fenntartásában (Bilač és mtsai., 2024; Chen és mtsai., 2017). A családi működés elemzésére szolgál David H. Olson „circumplex modellje”, - a disszertáció egyik központi részét képezve - amely a családi- és párkapcsolati dinamikát a kohézió, a flexibilitás és a kommunikáció dimenziói mentén írja le, kiegészítve a családdal való elégedettség vizsgálatával (Olson, 2000; Lakatos és mtsai., 2020).

A globális társadalmi-gazdasági változásokkal összhangban, a családi funkciók és szerepek is folyamatosan átalakulnak, azonban a családtagok testi-lelki egészségének megőrzése, valamint a külvilághoz való igazodás továbbra is kiemelt jelentőségű (Burgin és mtsai., 2017; Engler és mtsai., 2020). A családi struktúra meghatározásában a korábbi stabil, tradicionális modellt egy folytonosságot hangsúlyozó dinamikus megközelítés váltott fel, amely a hagyományos, nukleáris családtípustól való eltávolodást és az életformák pluralizálódását nem a családi működésmód válságaként-, hanem a változó környezethez való adaptív alkalmazkodási folyamatként értelmezi (Czibere, 2017; Waite és Gallagher, 2000).

A családszerkezet átalakulása jelentős mértékben befolyásolta a családi szerepek és feladatkörök-, valamint a háztartáson belüli munkamegosztás és munkavállalás mintázatait is. A 20. század elejéig uralkodó hagyományos szerep- és feladatfelosztást, - mely szerint a nőknek kizárólag háziasszonyi és anyai-, a férfiaknak pedig „kenyérkeresői” szerepük van - fokozatosan

felváltotta a szerepek megosztásának és átrendeződésének elfogadása, amelyet a nemek közötti egyenlőség iránti igény és a munkahelyi reformok erősödése kísért (Geszlér, 2014; Haupt és Gelbgiser, 2024). Mindezen változások ellenére azonban a tradicionális munkamegosztás és szerepfelosztás még mindig elfogadottabb és jellemzőbb a magyar társadalomban (Geszlér, 2014; Murinkó, 2014; Takács, 2017).

Ez a szemléletmód magában foglalja a folyamatosan növekvő munkaerőpiaci részvételhez történő igazodást is a családok részéről (Hantrais és mtsai., 2020). Vitathatatlan tény, hogy a család és a munka életszférái hatással vannak egymásra, az embereknek egyszerre több szerepet kell betölteniük (Gragnano és mtsai., 2020; Makra és mtsai., 2012). Számos tanulmány és kutatási eredmény is rávilágított arra, hogy az egymással összeférhetetlen szerepek szerepkonfliktusokhoz vezethetnek, ami negatív hatással van az emberek testi-lelki egészségére, jól-lét érzetére, étlettel-, párkapcsolattal/házassággal-, családi étlettel-, valamint a munkával való elégedettségére is (pl. Allen és mtsai., 2020; Makra és mtsai., 2012; Molnár és Orosz, 2017; Neto és mtsai., 2021, Pascucci és mtsai., 2022). A munkavállalás tekintetében, a női foglalkoztatottság iránti társadalmi nyitottság is növekedett, mely változás Magyarországon is megfigyelhető, egyre több háztartás működik „kétkeresős családmódként” (Horváthné Petrás, 2020). Nemcsak a munkahelyi kötelezettségek hárulnak mindkét félre, hanem a családi feladatok megosztása is szükségessé válik, melynek következtében a munkavállalói- és családi szerepek összehangolása növekvő stresszt okozhat (Gragnano és mtsai., 2020). Az úgynevezett „kettős teher” jelensége különösen a gyermeket/gyermeket nevelő édesanyák körében figyelhető meg, számukra ugyanis gyakran fokozott megterhelést jelent a család- és munka területéről - sok esetben azonos időben - érkező igényeknek és követelményeknek való megfelelés (pl. Harvey, 2022; Lipták és Matiscsákné Lizák, 2018; Perry-Jenkins és Gerstel, 2020). Esetükben a munkahelyi- és családi kötelezettségek összehangolása komplex feladat, különösen, ha a pszichés egészség, a gyermekek gondozása és nevelése, a családi étlettel- és a párkapcsolattal való elégedettség terén is egyfajta egyensúlyi állapot megteremtésére törekednek (Arpino és Luppi, 2020; Koncz, 2016; Makra és mtsai., 2012).

Tekintettel arra, hogy a munkahelyi- és családi szerepek összeegyeztetése egyre nagyobb társadalmi és tudományos figyelmet kap, a két életszféra összehangolásának kérdése a gyermeket/gyermeket nevelő, dolgozó nők életében nem is lehetne hangsúlyosabb és aktuálisabb, ezáltal a munka-család területek közötti egyensúlyi helyzet meglétének vagy éppen hiányának elemzését és kutatását indokoltnak tartottuk (Makra és mtsai., 2012). A dolgozat fókuszában a klasszikusnak tekinthető-, ugyanakkor hazai- és nemzetközi vizsgálatok

középpontjában lévő munka-magánélet egyensúly (*work-life balance*) kérdésköre áll, amelyet az aktuálisan dolgozó, egy vagy több gyermeket nevelő édesanyák szemszögéből vizsgáltunk (Makra és mtsai., 2012; Nagy és Paksi, 2014; Nagy és mtsai., 2018). A kutatás elsődleges célja az volt, hogy feltárja, hogyan befolyásolják a magánélet különféle dimenziói - például a családi struktúra, a kommunikációs mintázatok, a párkapcsolati dinamika, a gyermekek életkora és száma, a pszichés jól-lét és az étellel való általános elégedettség - a munkahelyi szerepkörhöz kapcsolódó tényezőket, mint a munkából- és a családból származó konfliktusok, a munkahelyi- és családi bevonódás mértéke, valamint a munkával való elégedettség. Vizsgáltuk továbbá, hogy ezek a hatások a munkahelyi szféra irányából a családi élet irányába is megmutatkoznak-e, befolyásolva ezáltal a családi rendszer dinamikáját és a gyermekes nők által megélt egyensúlyi állapot fenntartását (Makra és mtsai., 2012; Molnár és Orosz, 2017; Nagy, 2017; Thompson és Bunderson, 2001).

A vizsgált változók közötti összefüggések feltárása érdekében négy fő kutatási célkitűzést határoztunk meg.

Az első célkitűzés a párkapcsolati/házastársi/élettársi-, étellel való elégedettség, a jól-lét érzet közötti feltételezhető összefüggések azonosítására irányult, mely valószínűsíthető kapcsolatrendszerhez negyedik változóként beemelésre került a gyermekek családi jelenléte, különös tekintettel a gyermekek számát és életkorát illetően.

Korábbi elemzések eredményei alapján, a *második célkitűzés* arra terjedt ki, hogy Olson családszerkezeti modelljének dimenzióit alapul véve (Lakatos és mtsai., 2020; Olson, 2000) megvizsgáljuk, van-e összefüggés a dimenziók között, - kohézió, flexibilitás, kommunikáció és családdal való elégedettség. Továbbá, hogy az egyes dimenziók, a jól-lét érzet, valamint az étellel- és a párkapcsolattal való elégedettség között van-e kapcsolat.

Harmadik célkitűzésként vizsgáltuk, hogy hatással vannak-e az általános munka-magánélet konfliktusra az alábbi tényezők, mint a munkahely követelményei (pl. Deshmukh, 2018; Nagy és Paksi, 2014), családi állapot (pl. Gragnano és mtsai., 2020), a gyermekek családban való jelenléte - gyermekek száma és életkora (pl. Makra és mtsai., 2012; Lakshmi és Prasanth, 2018). Mindezek mellett továbbá, hogy az említett faktorok és a párkapcsolati-, étellel való elégedettség (pl. Bellmann és Hübler, 2021; Haar és mtsai., 2014; Makra és mtsai., 2012), valamint az egyéni jól-lét érzet (pl. Obrenovic és mtsai., 2020) között van-e összefüggés.

A dolgozat *negyedik célkitűzése* annak vizsgálata volt, hogy megjelenik-e mediációs hatás - direkt és/vagy indirekt hatások - a munkából származó konfliktus és a vizsgálatban résztvevő

édesanyák párkapcsolati-, valamint étellel való elégedettsége között (pl. Lee Siew Kim és Seow Ling, 2001; Makra és mtsai., 2012; Neto és mtsai., 2021). Az elemzés során arra voltunk kíváncsiak, hogy az Olson-féle dimenziók - kohézió, flexibilitás, családi kommunikáció és a családdal való elégedettség - közvetítő szerepet töltenek-e be ebben a kapcsolatban.

2. Alkalmazott módszerek bemutatása

Az értekezésben összefoglalásra került fő vizsgálatot megelőzően, egy kisebb mintán végzett kutatás is bemutatásra került, a doktori kutatás elővizsgálataként.

A kutatások során felhasznált kérdőívek papír alapon- és online felületen is elérhetőek voltak a vizsgálati személyek számára. A felmérésben való részvételt egy részletes leírás előzött meg, amely tájékoztatást nyújtott a válaszadóknak a vizsgálat céljáról és a részvétel módjáról, majd beleegyezésüket követően tudták elkezdeni a kitöltést, amennyiben megfeleltek a kritériumoknak (*18 év feletti édesanyák, akik aktuálisan dolgoznak és van/vannak gyermekük/gyermekük*).

A kérdőívcsomag tartalmazott két saját készítésű kérdéssort, melyek közül az első, a demográfiai adatokra vonatkozott (életkor; lakóhely; legmagasabb iskolai végzettség a kitöltőre; illetve amennyiben a kitöltés időpontjában volt párkapcsolata, akkor a párjára vonatkozóan is érvényes volt a kérdés; kapcsolati státusz; gyermekek száma és életkora).

A másik saját készítésű kérdőív a munkavégzés jellemzőivel kapcsolatban tartalmazott különböző kérdéseket, kezdve a kitöltő jelenlegi foglalkozásával, majd beosztásával. A következő kérdésben arra kellett válaszolniuk a résztvevőknek, hogy mióta dolgoznak jelenlegi munkahelyükön, majd a munkarenddel kapcsolatban jelölték meg, hogy melyik jellemző a saját, illetve, amennyiben kapcsolatban/házasságban éltek a kitöltés időpontjában, akkor a párjuk munkarendjére is. A következő kérdés a kitöltők munkaidejére vonatkozott, továbbá, hogy milyen tényezők vannak hatással a vizsgálati személyekre jelenlegi munkahelyükön. Az utolsó kérdés a család anyagi helyzetével való elégedettségre kérdezett rá.

Kutatásunkban - az előzőekben ismertetett saját szerkesztésű kérdéssorok mellett - magyar nyelven adaptált és validált kérdőíveket is alkalmaztunk, amelyek a következők voltak: Kapcsolati Elégedettség Skála (RAS), Munka-család konfliktus kérdőív, WHO Jól-lét kérdőív (WBI-5), és az Olson-féle Családteszt (FACES-IV).

A párkapcsolati- és családszerkezeti formák sokszínűsége indokoltá tette olyan mérőeszközök használatát, amelyek a hagyományos házassági elégedettségen túl a különböző párkapcsolati mintázatokat is képesek megragadni. Ennek megfelelően a vizsgálatban az 1988-ban Susan

Hendrick által kidolgozott, hét tételből álló - kiegészítve egy szexuális elégedettségre vonatkozó kérdéssel, mely a disszertációba is beemelésre került - Kapcsolati Elégedettség Skála (*Relationship Assessment Scale, RAS*) magyar változatát (RAS-H) használtuk (Martos és mtsai., 2014).

A 25 tételből álló Munka-család konfliktus kérdőívet Makra és munkatársai (2012) fejlesztették ki magyar mintán való alkalmazásra. A skála a munkából származó család- és a családból származó munka konfliktus dimenzióit-, a munkába és családba való bevonódást-, valamint az élettél- és munkával való elégedettséget méri.

Susánszky és munkatársai (2006) egyik tanulmányukban ismertették a WHO Jól-lét Skála 5 itemből álló verziójának magyar nyelvű adaptációját, amely a kutatásunkban résztvevő vizsgálati személyek általános közérzetének aktuális állapotáról nyújtott információt, a kitöltés előtti kéthetes időintervallum tekintetében.

David H. Olson - amerikai származású pár- és családterapeuta - nevéhez fűződik a házassági és családrendszerek működésének elemzésére megalkotott egyik legjelentősebb és széles körben használt családteszt, mely az évek során több változatban is bemutatásra került. Disszertációmban a Vargha és munkatársai (2007) által adaptált, Olson-féle Családteszt 4. változatát alkalmaztuk (FACES-IV), aminek elméleti hátterét a szakirodalmi áttekintés során ismertetett „circumplex modell” képezi, s amely a családi működés strukturális feltevésének alaptéziseiből és fogalmi készletéből áll. A FACES-IV kérdőív összesen 62 állításból tevődik össze, és nyolc alskálát tartalmaz, amelyek közül hat a tagok által érzékelt családi kohéziót (összetartó, széteső, egybefonódott) és flexibilitást (rugalmas, merev, kaotikus) méri. Kiegészítő alskálaként jelenik meg a családi kommunikációval való elégedettség is. A kérdőív végén, az 53-62. kérdésig a családi élet egyes területeivel kapcsolatos elégedettséggel kapcsolatban találunk állításokat a kohézió, az adaptivitás, valamint a kommunikáció aspektusából.

Az empirikus vizsgálat kezdeti lépéseként az alkalmazott mérőeszközeink megbízhatóságának vizsgálatára került sor, melyet a későbbiekben - az R studio, Lavaan package program segítségével - megerősítő faktorelemzés követett. A kutatás során gyűjtött adatok elemzéséhez az IBM SPSS Statistics 21.0.-, valamint a Jamovi programot alkalmaztuk, az R statisztikai programcsomag segítségével pedig további kiegészítő vizsgálatokat végeztünk. A hipotézisek elemzéséhez (H1-H3), - minden esetben - normalitás vizsgálatot hajtottunk végre, mely során Kolmogorov-Smirnov próba segítségével megállapítottuk, hogy változóink nem mutatnak normáloszlást ($p < .001$), így a korrelációs vizsgálatokat nem paraméteres eljárással, a Spearman-korrelációs módszer alkalmazásával végeztük el.

A korrelációs elemzéseket kiegészítve lineáris regresszióanalízist végeztünk a teljes mintán, hogy feltárjuk, milyen mértékben és irányban befolyásolják az egyes változók a párkapcsolati- és az étellel való elégedettséget.

Továbbá, mediációs elemzéssel vizsgáltuk, hogy a családi tényezők milyen mértékben és hogyan közvetítik a munkából származó konfliktusok hatását a párkapcsolati- és az étellel való elégedettséget illetően, ezáltal egy komplexebb képet kapva a munka és a család életterületei közötti összefüggésekről.

A vizsgálat részeként további kutatási kérdésként merült fel bennünk, hogy a klaszterelemzés módszerének segítségével, vajon milyen családtípusok rajzolódnak ki a mintából. Az elemzés célja az volt, hogy feltárjuk az esetleges eltéréseket a különböző családtípusok között, - az Olson-féle családi dimenziókat alapul véve a vizsgálatban szereplő változók tekintetében.

3. Az eredmények tézisszerű ismertetése

3.1. A doktori kutatást megalapozó elővizsgálat eredménye

A mérőeszközök tesztelése érdekében, - kisebb mintán - dolgozó édesanyák körében vizsgáltuk a munka-család konfliktus és a családi struktúra alakulásának összefüggéseit, mely egyben a disszertációt megelőző elővizsgálatként (N=273) is szolgált.

Az empirikus vizsgálat során alkalmazott mérőeszközök közül, az alábbiakból származó adatokat használtuk fel az elővizsgálat eredményeinek elemzéséhez: saját készítésű-, demográfiai adatokra vonatkozó kérdéssor (életkor, nem, kapcsolati státusz, gyermekek száma és életkora), illetve 2 sztenderd kérdőív (Munka-család konfliktus kérdőív, valamint az Olson-féle Családteszt (FACES-IV)). Az elővizsgálat célja annak tanulmányozása volt, hogy az aktuálisan dolgozó, gyermeket/gyermekeket nevelő nők, össze tudják-e egyeztetni a munkát és a családi életet a különféle munkahelyi terhelésekből és a család „elvárásaiból” adódó konfliktusok függvényében, és mindez milyen hatással van a családi struktúra alakulására. A vizsgálat eredményei igazolták, hogy a munka és a család egyensúlyának megteremtése komoly kihívást jelent a kisgyermekes családok-, különösen a dolgozó édesanyák számára, az adatok elemzéséből kirajzolódott a munka és a családi szerepvállalás közötti kölcsönös negatív kapcsolat. A jól működő, megfelelő kohézióval és rugalmassággal rendelkező családi rendszer fontossága megmutatkozik a családi és munkahelyi elégedettség tekintetében is.

Az eredmények további kutatási irányokra és fontos összefüggésekre mutattak rá a vizsgálni kívánt változók között, amelyeket nagyobb mintán (N=522) és már a kibővített, teljes mérőeszközkészlettel vizsgáltunk, így összességében meghatározó volt a végleges disszertáció elkészülését illetően.

3.2. A doktori kutatás során végzett vizsgálat eredményei

A szakirodalmi áttekintésben bemutatott eredményekre-, valamint a témában korábban azonosított összefüggésekre alapozva, - a kutatási kérdésekkel és célkitűzésekkel összhangban - több hipotézis és alhipotézis került megfogalmazásra.

Az alábbiakban, a kutatás empirikus eredményein alapuló téziseket ismertetem.

1. Tézis: A gyermekek száma, valamint a legfiatalabb gyermek életkora, vagyis az, hogyha több és kisebb gyermekek vannak a családban, nem befolyásolja negatívan a párkapcsolati elégedettség szintjét.

Az első két alhipotézisünk korrelációs eredményének magyarázatához több tényezőt is figyelembe kell venni, hiszen habár a korábbi kutatások eredményei azt sugallták, hogy a több gyermek-, és különösen a fiatalabb, kicsi gyermekek jelenléte csökkentheti a párkapcsolati elégedettséget (pl. Bühler és mtsai., 2021; Twenge és mtsai., 2003), ez a hatás azonban nem minden kontextusban érvényesül egyértelműen. Továbbá, bizonyos védőfaktorok mérsékelhetik vagy ellensúlyozhatják a negatív hatásokat (szülők alkalmazkodási képessége, gyermekvállalással kapcsolatos elvárások változása, társas támasz, gyermekneveléssel- és háztartással kapcsolatos feladatok megoszlása, párkapcsolati kommunikáció- és konfliktuskezelés minősége, kulturális különbségek, családi dinamika) (pl. Carlson és mtsai., 2020; Hou és mtsai., 2019; Szcześniak és Tułeczka, 2020).

A tézishez kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.1. alfejezete tárgyalja.

2. Tézis: A jól-lét érzet, étlettel-, párkapcsolattal és munkával való elégedettség között pozitív szignifikáns összefüggések mutatkoztak meg.

Eredményeink alapján megerősítést nyert, hogy pozitív, - bár nem túl erős kapcsolat - áll fenn az egyéni jól-lét érzet és a párkapcsolati elégedettség között, vagyis, azok a személyek, akik általában magasabb pszichológiai jól-léttel rendelkeznek, gyakran elégedettebbek a kapcsolataikban, így a párkapcsolataikban is nagyobb elégedettséget mutathatnak (Martos és mtsai., 2014). Az étlettel- és a párkapcsolattal való elégedettség között szintén pozitív összefüggést azonosítottunk, mely esetben a korrelációs eredmény jelentősebb kapcsolatot

mutatott (Stahnke és Cooley, 2021). Továbbá, az étellel való elégedettség és a jól-lét érzet között egyértelmű pozitív tendencia volt megfigyelhető, vagyis azok, akik elégedettek az életükkel, általában magasabb szintű jól-lét érzetről számolnak be, melynek fordítottja is igaz (Ruggeri és mtsai, 2020). A munkával való elégedettség, jól-lét érzet, étellel- és párkapcsolattal való elégedettség között feltételezett kölcsönös pozitív kapcsolat igazolódott: a magasabb étellel- és párkapcsolattal való elégedettség, valamint jól-lét érzet szintén hozzájárul a nagyobb mértékű munkával való elégedettséghez (pl. Kansky, 2017; Makra és mtsai., 2012; Viñas-Bardolet és mtsai., 2020).

A tézishez kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.1. és 8.3. alfejezetei tárgyalják.

3. Tézis: Az étellel való elégedettség és a legfiatalabb gyermek életkora között negatív szignifikáns kapcsolat mutatkozott meg.

Bár a hipotézisek között nem szerepelt, a kiegészítő eredmény alapján - habár gyenge összefüggésről van szó - feltételezhető, hogy a kisgyermekes időszakban az édesanyák étellelégedettsége magasabb lehet: vagyis, minél fiatalabb a családban nevelt legkisebb gyermek, annál pozitívabb az anyák szubjektív jól-léte. Ennek hátterében több pszichológiai- és szociális tényező, illetve védőfaktor is állhat, mint például a gyermekgondozásból és -nevelésből fakadó érzelmi bevonódás, flexibilitás, vagy a megfelelő megküzdési stratégiák alkalmazása, társas támasz, rugalmasabb munkafeltételek, a háztartási- és gyermeknevelési feladatok kiegyensúlyozottabb megosztása, a gyermek/gyermekek temperamentuma, vagy éppen az optimális párkapcsolati kommunikáció és hatékony konfliktuskezelés (Abreu-Afonso és mtsai., 2022; Arpino és Luppi, 2020; Molnár és Orosz, 2017; Pietromonaco és mtsai., 2021; Szcześniak és Tułeczka, 2020).

A tézishez kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.1. alfejezete tárgyalja.

4. Tézis: Az Olson FACES-IV dimenziói között - családi kohézió, családi flexibilitás, kommunikáció (családi kommunikáció) és családdal való elégedettség - pozitív szignifikáns kapcsolatot azonosítottunk.

A második hipotézis első részének megfelelően az Olson-féle elsődleges és másodlagos dimenziók - kohézió, flexibilitás, kommunikáció és családdal való elégedettség - között pozitív kapcsolat mutatkozott meg, amely az eredmények alapján közepes erősségű összefüggésekkel támasztható alá. Ezáltal korábbi kutatások eredményeit és megállapításait sikerült vizsgálatunkban is megerősíteni: azok a családok kiegyensúlyozottabbak, ahol támogató belső légkör és optimális kommunikáció jellemzi a kapcsolatokat, jobban bevonják a tagokat a családi

folyamatokba, és összetartóbbak. A különböző változások során pedig az esetek döntő többségében alkalmazkodást segítő konfliktuskezelési stratégiákat alkalmaznak (pl. Lakatos és mtsai., 2020; Olson, 2011; Shearman és Dumlao, 2008; Wilder, 2016).

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.2. alfejezete tárgyalja.

5. Tézis: Az Olson FACES-IV dimenziói, - családi kohézió, családi flexibilitás, kommunikáció (családi kommunikáció) és családdal való elégedettség - a jól-lét érzet, az étellel-, valamint a párkapcsolattal való elégedettség között pozitív szignifikáns összefüggések mutatkoztak meg.

Korrelációs eredményeink igazolták, hogy az Olson-modell dimenziói pozitív - bár nem túl erős - kapcsolatokat mutattak a jól-lét érzettel és az étellel való elégedettséggel, mely a korábbi eredményekhez hasonlóan (pl. Izzo és mtsai., 2022; Szcześniak és Tułeczka, 2020; Xiang és mtsai., 2022) azt sugallja, hogy a családon belüli megfelelő működésmód hozzájárul a családtagok általános jól-létéhez és az általános életelégedettség magasabb szintjéhez, azonban nem kizárólagos meghatározói azoknak. A pozitív tendenciát követve, a párkapcsolattal való elégedettség esetében mutatkoztak meg a legjelentősebb kapcsolatok, mely értelmezés szerint a jól funkcionáló családok esetében az egyének összességében elégedettebbek párkapcsolatukkal is és ennek fordítottja is igaz, a magasabb szintű párkapcsolati elégedettség mögött optimális családműködés valószínűsíthető (Abreu-Afonso és mtsai., 2022; Lakatos és mtsai., 2020; Nameni és mtsai., 2025).

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.2. alfejezete tárgyalja.

6. Tézis: A munkából származó család konfliktusnál sem a gyermekek száma, sem pedig a legfiatalabb gyermek életkora tekintetében nem mutatkozott meg szignifikáns kapcsolat, míg a családból származó munka konfliktus és a legfiatalabb gyermek életkora tekintetében negatív kapcsolatot találtunk.

Korábbi elemzések következtetéseit eredményeink csak részben - gyenge kapcsolattal - támasztották alá: a munkából származó család konfliktusnál sem a gyermekek száma, sem pedig a legfiatalabb gyermek életkora tekintetében nem mutatkozott meg szignifikáns kapcsolat. Vizsgálatunk tekintetében, kizárólag a családból származó munka konfliktust illetően azonosítottunk egy gyenge, negatív irányú összefüggést a legfiatalabb gyermek életkorával, amely azt sugallja, hogy a gyermekek életkorának növekedésével, a családból származó munka konfliktus csökken.

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.3. alfejezete tárgyalja.

7. Tézis: A munkahelyi- és családi szerepekből eredő konfliktusok kölcsönösen erősítik egymást, a munkába- és a családba való bevonódás között pedig negatív kapcsolat mutatkozott meg.

Az eredmények alapján, a munkából származó család- és a családból származó munka konfliktus között jelentős szignifikáns kapcsolat mutatkozott meg, mely kétirányú dinamika azt jelzi, minél nagyobb az egyik irányból eredeztethető konfliktus, annál nagyobb a valószínűsége, hogy a másik szférában is problémák jelentkeznek (French és mtsai., 2018).

A munkába- és a családba való bevonódás közötti ellentétes kapcsolatra utalnak vizsgálatunk eredményei, mely alapján úgy tűnik, hogy a gyermekes, dolgozó nők bizonyos mértékig képesek a két életszféra közötti egyensúly megteremtésére, azonban előfordulhat, hogy az egyik területen megjelenő növekvő elvárások némileg csökkenthetik a másik területre fordított figyelmet, időt és energiát (Nohe és mtsai., 2015).

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.3. alfejezete tárgyalja.

8. Tézis: A családba való bevonódás mértéke összefügg a párkapcsolati elégedettség magasabb szintjével, ugyanakkor nem volt szignifikáns kapcsolat a gyermekek száma, a legfiatalabb gyermek életkora és a családba való bevonódás között.

Felvetésünkkel ellentétben, nem mutatkozott meg szignifikáns kapcsolat a családba való bevonódás, a gyermekek száma, valamint a legfiatalabb gyermek életkora között, mely arra is utalhat, hogy a gyermekek száma és életkora nem minden esetben döntő tényező a családba való bevonódás szempontjából, vagy esetlegesen más tényezők - társas támasz vagy munkahelyi körülmények (például egyéni preferenciák, külső segítség) - is befolyásolják a szülők családi életbe történő bevonódását. A családba való bevonódás tekintetében, a magasabb mértékű párkapcsolati elégedettséget magyarázhatja, hogy egy boldog párkapcsolatban, ahol a felek szeretik és támogatják egymást, vannak közös célok és mindketten elkötelezettek a családjuk iránt, növekedhet a családi életbe való aktív bevonódás mértéke (Grevenstein és mtsai., 2019). A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.3. alfejezete tárgyalja.

9. Tézis: Bármelyik irányból eredeztethető konfliktustípus - munka-család vagy család-munka - csökkenti a jól-lét érzet szintjét, az általános életelégedettséget, valamint a párkapcsolattal- és munkával való elégedettséget is.

A magas stressz-szint erősen befolyásolja a munkával- és az étellel való elégedettséget, továbbá hatással van a mentális és fizikai jól-létre (Fuß és mtsai., 2008; Makra és mtsai., 2012; Pikó és Piczil, 2006). Akár a munkából származó család-, vagy a családból származó munka

konfliktust vesszük figyelembe, mindkét jelenség komoly feszültséget válthat ki az embereknél, csökkentve ezáltal a jól-lét érzetet, valamint azt, hogy milyen mértékben elégedett az adott személy az életével, párkapcsolatával/házasságával (pl. Fuß és mtsai., 2008; Makra és mtsai., 2012; Pascucci és munkatársai, 2022; Pikó és Piczil, 2006).

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.3. alfejezete tárgyalja.

10. Tézis: A kiegyensúlyozott, optimális családi működés, - magasabb szintű családi kohézió-, flexibilitás-, családon belüli kommunikáció és családdal való elégedettség - csökkenti a munkából származó család-, valamint családból származó munka konfliktus kialakulásának valószínűségét.

Eredményeink alátámasztották korábbi kutatások azon megállapításait is, amelyek kiemelik az optimális és kiegyensúlyozott családi egység fontosságát a munka-család konfliktus csökkentésében. Ez azt sugallja, hogy azok, akik harmonikusabb családi struktúrában élnek, kevesebb munkából adódó család-, valamint családból származó munka konfliktust élhetnek át (Allen és mtsai., 2020; Gagnano és mtsai., 2020; Makra és mtsai., 2012).

A tézishoz kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.3. alfejezete tárgyalja.

11. Tézis: Az étellel való elégedettség legjelentősebb pozitív prediktorai a családdal-, párkapcsolattal való elégedettség, a családba való bevonódás, a munkával való elégedettség, valamint a pszichés jól-lét mutatói-, míg a párkapcsolati elégedettség legerősebb előrejelzője az étellel való elégedettség, valamint a családi kommunikáció minősége volt.

A korrelációs elemzéseket kiegészítve, az egyes független változók párkapcsolati- és étellel való elégedettségre gyakorolt predikciós hatását lineáris regresszióanalízissel vizsgáltuk. A vizsgálat során három egymásra épülő lineáris regressziós modellt alkalmaztunk a párkapcsolati- és étellel való elégedettség előrejelzésére, hogy feltárjuk, miként változik a demográfiai-, munka-család konfliktushoz kapcsolódó-, valamint családi működésmódot jellemző pszichoszociális változók hatása a modell bővülésével. Az eredmények összességében rávilágítanak az optimális családi működés, az érzelmi közelség, a pszichoszociális jól-lét és a partnerkapcsolati támogatás kiemelt szerepére a gyermeket/gyermeket nevelő édesanyák életminőségének és párkapcsolattal való elégedettségének alakulását tekintve (pl. Diener és mtsai., 2017; Szcześniak és Tułeczka, 2020).

12. Tézis: A munkából származó család konfliktus az Olson-féle dimenziókon - kohézió, flexibilitás, kommunikáció (családi kommunikáció) és családdal való elégedettség - keresztül is hat a párkapcsolati- és étellel való elégedettségre.

A család működési módja kulcsfontosságú védőfaktoroként is működhet, amely csökkentheti a munka-család konfliktus negatív hatásait, és elősegítheti a párkapcsolattal- és az étellel való elégedettséget (Makra és mtsai., 2012). Mediációs elemzésünk összhangban a korábbi eredményekkel, megerősíti, hogy a családi dimenziók, - kohézió, flexibilitás, kommunikáció és családdal való elégedettség - az optimális családi működésmód, kiemelt szerepet játszanak a munkából származó család konfliktus hatásainak csökkentésében. A párkapcsolati elégedettség esetében a konfliktus kizárólag indirekt hatásokon keresztül érvényesült, míg az étellel való elégedettség tekintetében indirekt és direkt hatások is jelentkeztek. Ez rámutat arra, hogy a családi dimenziók erősítése és optimalizálása elősegíti a munkahelyi konfliktusok hatékonyabb kezelését, mivel a jól funkcionáló családi egység nélkülözhetetlen szerepet játszik a párkapcsolati- és az általános életelégedettség fenntartását illetően (Lee Siew Kim és Seow Ling 2001; Makra és mtsai., 2012; Neto és mtsai., 2021).

A tézishez kapcsolódó eredményeket a doktori disszertáció 8.4. alfejezete tárgyalja.

13. Tézis: Az Olson-féle családi dimenziók és családi funkcionalitás alapján kialakított különböző családtípusok működési mintázatai eltérőek: a kiegyensúlyozott családok magasabb szintű kohézióval, flexibilitással és hatékony kommunikációval jellemezhetőek, mely nagyobb mértékű érzelmi stabilitáshoz és elégedettséghez járul hozzá, szemben a diszfunkcionális működésű családokkal.

A kialakult négy klasztercsoport megfeleltethető a korábbi tanulmányok (pl. Allen és mtsai., 2020; Gragnano és mtsai., 2020; Lakatos és mtsai., 2020; Makra és mtsai., 2012; Olson és Gorall, 2003; Varga és Tóth, 2007) által leírt családoknak működésmódjuk tekintetében, melyeket tovább erősítenek a vizsgált változók (jól-lét érzet, párkapcsolattal-, étellel- és munkával való elégedettség, továbbá a munkából- és a családból származó konfliktus, a családba való bevonódás, illetve a munkával való elégedettség) mentén megmutatkozó különbségek is.

4. Következtetések

A disszertáció fő célkitűzése az volt, hogy az Olson-féle családi dimenziók - kohézió, flexibilitás, családi kommunikáció és családdal való elégedettség - mentén vizsgáljuk meg, milyen összefüggések rajzolódnak ki a családi rendszer működésmódja és a dolgozó, gyermeket/gyermeket nevelő édesanyák párkapcsolati elégedettségének, pszichoszociális jólét érzetének és a munka-család életterületek közötti viszonyrendszer tekintetében.

A kutatás gondolati íve végig e dinamikus egyensúlyra helyezte a hangsúlyt: arra, hogyan válik a család meghatározó támogató közeggé a külső környezetből érkező szerepeltvárások és

követelmények függvényében. Továbbá arra is, hogy milyen hatással vannak az egyéni és kapcsolati erőforrások az édesanyák életminőségére. A vizsgálat során megmutatkozott, hogy nem csupán a kívülről érkező igények és elvárások kezelése-, hanem a belső családi működési mintázatok is jelentős szerepet játszanak az étellel-, munkával-, párkapcsolattal való elégedettség és a pszichoszociális jól-lét fenntartásában. A korábbi vizsgálatok eredményei-, illetve kutatásunk alapján is megállapítható, hogy az optimálisan működő családi rendszer - melyet az érzelmi közelség, a partneri támogatás és együttműködés, a szerepek egyértelműsége és a konfliktusok konstruktív kezelése jellemez - alapvető védőfaktor a munka-magánélet egyensúlyának megteremtésében, különösképpen a dolgozó, gyermekes édesanyák esetében (pl. Abreu-Afonso és mtsai., 2022; Izzo és mtsai., 2022; Lakatos és mtsai., 2020; Nameni és mtsai., 2025; Szcześniak és Tułeczka, 2020; Sztányi-Szekér és mtsai., 2024; Xiang és mtsai., 2022).

Mindez hangsúlyozza a családi rendszer komplex szemléletének szükségességét, amely nem csupán az elméleti kutatás alapjául szolgál, hanem a gyakorlatban megjelenő intervenciók megtervezése és megvalósítása során is elengedhetetlen. Ez a megközelítés kiemelkedő jelentőségű a családbarát munkahelyi programokat illetően, valamint a különböző, tanácsadással foglalkozó szolgáltatások és támogatási rendszerek kialakításának tekintetében is. A családi működés átfogó, komplex vizsgálata elősegíti ezen gyakorlati intervenciók célzottabb és hatékonyabb felépítését, amely hozzájárul a munka-magánélet területek közti harmónia kialakításához és hosszú távú megőrzéséhez (pl. Bello és mtsai., 2024; Blom és mtsai., 2025). A kutatás új megvilágításba helyezi az optimális családi működésmód és a reziliencia kulcsfontosságú szerepét a munkahelyi- és családi kihívásokkal szembeni adaptív megküzdési folyamatban. Emellett hangsúlyozza, hogy a munkahelyi- és családi szerepek közötti egyensúlyi állapot nem csupán egyéni szintű rugalmasságot és alkalmazkodást-, hanem rendszerszintű támogatást és változtatásokat is igényel a munkaadók részéről - különösen a gyermeket/gyermekeket nevelő dolgozó nők esetében (Deandra és mtsai., 2024).

A doktori értekezésben szereplő vizsgálat limitációihoz sorolható, hogy a vizsgálati minta nem tekinthető reprezentatívnak, s elsősorban magasabb iskolai végzettségű édesanyákra korlátozódik. A mérési eszközök nem ragadják meg teljes mértékben a dimenziók közötti összefüggéseket. A kutatás korrelációs jellegéből adódóan nem vonhatók le egyértelmű okozati következtetések, ezáltal az eredmények nem általánosíthatók a teljes populációra. Tekintettel a közelmúltbeli kutatások irányvonalaira és jelen vizsgálat eredményeire, érdemes lenne a kérdéskört a jövőben egy nagyobb és reprezentatívabb mintán végzett, komplexebb vizsgálatban feltárni. Mindazonáltal, már ezen kutatási eredmények alapján is megfogalmazhatók olyan következtetések, amelyek hozzájárulhatnak a dolgozó édesanyák

munka-magánélet egyensúlyának mélyebb megértéséhez, valamint a munkahelyi- és társadalmi támogatórendszerek - kiemelten a munkáltatói részről megvalósuló intézkedések - fejlesztéséhez, továbbá a célzott gyakorlati javaslatok és stratégiák megalapozásához és kivitelezéséhez.

Irodalomjegyzék

- Allen, T. D., French, K. A., Dumani, S., & Shockley, K. M. (2020). A cross-national meta-analytic examination of predictors and outcomes associated with work-family conflict. *Journal of Applied Psychology*, 105(6), 539-576.
<https://doi.org/10.1037/apl0000442>
- Abreu-Afonso, J., Ramos, M. M., Queiroz-Garcia, I., & Leal, I. (2022). How couple's relationship lasts over time? A model for marital satisfaction. *Psychological Reports*, 125(3), 1601-1627.
<https://doi.org/10.1177/00332941211000651>
- Arpino, B., & Luppi, F. (2020). Childcare arrangements and working mothers' satisfaction with work-family balance. *Demographic Research*, 42, 549-588.
<https://doi.org/10.4054/DemRes.2020.42.19>
- Bellmann, L., & Hübler, O. (2021). Working from home, job satisfaction and work-life balance—robust or heterogeneous links?. *International Journal of Manpower*, 42(3), 424-441.
<https://doi.org/10.1108/IJM-10-2019-0458>
- Bello, B. G., Tula, S. T., Omotoye, G. B., Kess-Momoh, A. J., & Daraojimba, A. I. (2024). Work-life balance and its impact in modern organizations: An HR review. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 21(1), 1162-1173.
<https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.21.1.0106>
- Bilač, S., Öztop, F., Kutuk, Y., & Karadag, M. (2024). Cultural Narratives and Their Impact on Family Mental Health. *Journal of Psychosociological Research in Family and Culture*, 2(2), 18-24.
<https://doi.org/10.61838/kman.jprfc.2.2.4>
- Blom, R., Jaspers, E., Knies, E., & van der Lippe, T. (2025). Family-friendly policies and workplace supports: A meta-analysis of their effects on career, job, and work-family outcomes. *Journal of Vocational Behavior*, 157, 104091.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2025.104091>

- Boreczky Ágnes (2015). Családkutatások nevelésszociológiai nézőpontból. In: Varga, A. (szerk.) *A nevelésszociológia alapjai (pp. 103-137)*. Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar Neveléstudományi Intézet Romológia és Nevelésszociológia Tanszék, Wlislócki Henrik Szakkollégium, Pécs.
- Buehler, C. (2020). Family processes and children's and adolescents' well-being. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 145-174.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12637>
- Burgin, R., Schumacher, R., & Ritschard, G. (2017). Changes in the order of family life events in 20th-century Europe: A cross-regional perspective. *Historical Life Course Studies*, 4, 41-58.
<https://doi.org/10.51964/hlcs9338>
- Carlson, D. L., Miller, A. J., & Rudd, S. (2020). Division of housework, communication, and couples' relationship satisfaction. *Socius*, 6, 1-17.
<https://doi.org/10.1177/2378023120924805>
- Chen, E., Brody, G. H., & Miller, G. E. (2017). Childhood close family relationships and health. *American Psychologist*, 72(6), 555-566.
<https://doi.org/10.1037/amp0000067>
- Czibere, I. (2017). A családi állapot és az étellel való elégedettség összefüggései és hatásuk a társadalmi integrációra a magyar társadalomban. *Szociológiai Szemle*, 27(1), 30-63.
- Deandra, F. I., Februhartanty, J., & Mansyur, M. (2024). Child rearing workplace policy for working mothers. *World Nutrition Journal*, 8(1), 129-146.
<https://doi.org/10.25220/WNJ.V08.i1.0014>
- Deshmukh, K. (2018). Work-life balance study focused on working women. *International Journal of Engineering Technologies and Management Research*, 5(5), 134-145.
<https://doi.org/10.5281/ZENODO.1296934>
- Diener, E., Pressman, S. D., Hunter, J., & Delgado-Chase, D. (2017). If, why, and when subjective well-being influences health, and future needed research. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 9(2), 133-167.
<https://doi.org/10.1111/aphw.12090>

- Engler, Á., Kozek, L., & Németh, D. K. (2020). Családi életre nevelés Magyarországon. *Iskolakultúra*, 30(6), 52-66.
<https://doi.org/10.14232/ISKKULT.2020.6.52>
- French, K. A., Dumani, S., Allen, T. D., & Shockley, K. M. (2018). A meta-analysis of work-family conflict and social support. *Psychological Bulletin*, 144(3), 284-314.
<https://doi.org/10.1037/bul0000120>
- Fuß, I., Nübling, M., Hasselhorn, H. M., Schwappach, D., & Rieger, M. A. (2008). Working conditions and work-family conflict in German hospital physicians: psychosocial and organisational predictors and consequences. *BMC Public Health*, 8(1), 1-17.
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-8-353>
- Geszler, N. (2014). A munka és a család konfliktusának forrásai az európai férfiak életében. *Szociológiai Szemle*, 24(2), 65-89.
- Gragnano, A., Simbula, S., & Miglioretti, M. (2020). Work-life balance: weighing the importance of work-family and work-health balance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 907.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17030907>
- Grevenstein, D., Bluemke, M., Schweitzer, J., & Aguilar-Raab, C. (2019). Better family relationships-higher well-being: The connection between relationship quality and health related resources. *Mental Health & Prevention*, 14, 200160.
<https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200160>
- Haar, J. M., Russo, M., Suñe, A., & Ollier-Malaterre, A. (2014). Outcomes of work-life balance on job satisfaction, life satisfaction and mental health: A study across seven cultures. *Journal of Vocational Behavior*, 85(3), 361-373.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2014.08.010>
- Hantrais, L., Brannen, J., & Bennett, F. (2020). Family change, intergenerational relations and policy implications, *Contemporary Social Science*, 15 (3), 275-290.
<https://doi.org/10.1080/21582041.2018.1519195>
- Harvey, H. (2022). When mothers can't "pay the cost to be the boss": Roles and identity within doubled-up households. *Social Problems*, 69(1), 261-281.
<https://doi.org/10.1093/socpro/spaa022>

- Haupt, A., & Gelbgiser, D. (2024). The gendered division of cognitive household labor, mental load, and family-work conflict in European countries. *European Societies*, 26(3), 828-854.
<https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2271963>
- Horváthné Petrás, V. I. (2020). A nők munkaerő-piaci helyzetének elemzése Magyarországon. *Taylor*, 12(1), 41-51.
- Hou, Y., Jiang, F., & Wang, X. (2019). Marital commitment, communication and marital satisfaction: An analysis based on actor-partner interdependence model. *International Journal of Psychology*, 54(3), 369-376.
<https://doi.org/10.1002/ijop.12473>
- Izzo, F., Baiocco, R., & Pistella, J. (2022). Children's and adolescents' happiness and family functioning: a systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(24), 16593.
<https://doi.org/10.3390/ijerph192416593>
- Johnson, H. A., Zabriskie, R. B., & Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction. *Marriage & Family Review*, 40(1), 69-91.
https://doi.org/10.1300/J002v40n01_05
- Kansky, J. (2017). Benefits of well-being: Health, social relationships, work, and resilience. *Journal of Positive Psychology and Wellbeing*, 1(2), 129-169.
- Koncz Katalin (2016). A női karriertípusok és jellemzőik. *Opus et Educatio*, 3(1), 30-39.
- Lakatos, Cs., Martos, J., Mányai, A., & Martos, T. (2020). Párkapcsolati mintázatok és kapcsolati elégedettség együtt élő pároknál: az Olson-modell ellenőrzése. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 21(1), 56-85.
<https://doi.org/10.1556/0406.21.2020.006>
- Lakshmi, N., & Prasanth, V. S. (2018). A study on work-life balance in working women. *International Journal of Advanced Multidisciplinary Scientific Research*, 1(7), 76-88.
<https://doi.org/10.31426/ijamsr.2018.1.7.718>

- Lee Siew Kim, J., & Seow Ling, C. (2001). Work-family conflict of women entrepreneurs in Singapore. *Women in Management Review*, 16(5), 204-221.
<https://doi.org/10.1108/09649420110395692>
- Lipták, K., & Matiscsákné Lizák, M. (2018). A kisgyermekes nők foglalkoztatási helyzete és lehetőségeik. *Vezetéstudomány-Budapest Management Review*, 49(3), 41-51.
<https://doi.org/10.14267/VEZTUD.2018.03.05>
- Makra, E., Farkas, D. & Orosz, G. (2012). A munka-család konfliktus kérdőív magyar validálása és a munka-család egyensúlyra ható tényezők. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(3), 491-518.
- Martos, T., Sallay, V., Szabó, T., Lakatos, C., & Tóth-Vajna, R. (2014). A Kapcsolati Elégedettség Skála magyar változatának (RAS-H) pszichometriai jellemzői = Psychometric characteristics of the Hungarian version of the Relationship Assessment Scale (RAS-H). *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 245-258.
- Minuchin, S. (2005). *Családok és családterápia*. Animula Kiadó, Budapest.
- Molnár, N., & Orosz, G. (2017). A munkahelyi destruktív és konstruktív versengés kapcsolata a munka-család konfliktussal. *Alkalmazott Pszichológia*, 17(2), 7-28.
<https://doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2017.2.7>
- Murinkó, L. (2014). A nemi szerepekkel és a családdal kapcsolatos attitűdök európai kitekintésben: értékek és gyermekgondozás. *Szociológiai szemle*, 24(1), 67-101.
- Nagy, B., & Paksi, V. (2014). A munka és a magánélet összehangolásának kérdései a magasan képzett nők körében. In: Spéder, Zs. (szerk.): *A család vonzásában. Tanulmányok Pongrácz Tiborné tiszteletére* (pp. 159-175). KSH Népeségtudományi Intézet: Budapest.
- Nagy B. (2017). Létezhet-e munka-magánélet egyensúly vezető állásban?. *Szociológiai Szemle*, 27(3), 75-103.
- Nagy B., Géring Z., & Király G. (2018). A munka-magánélet egyensúlya és a genderrezsím viszonya a gazdasági átalakulást követően. In: Nagy B., Géring Z. & Király G. (szerk.): *Dilemmák és stratégiák a család és a munka összehangolásában* (pp. 15-32). Budapest: L'Harmattan Kiadó.
- Nameni, E., Mohammadi Hoseini, S. A., Nameni, R., & Arzandehfar, A. (2025). Investigating the mediating role of psychological security in the relationship between self-worth and

- family cohesion with marital life satisfaction of female teachers. *Journal of Applied Psychological Research*, 16(1), 199-221.
<https://doi.org/10.22059/japr.2023.348899.644385>
- Neto, M. J., Sequeira, J., Massano-Cardoso, I., & Chambel, M. J. (2021). Flexibility, cohesion and family satisfaction: The impact of conflict between work and family. *Journal of Family Therapy*, 43(4), 773-792.
<https://doi.org/10.1111/1467-6427.12322>
- Nohe, C., Meier, L. L., Sonntag, K., & Michel, A. (2015). The chicken or the egg? A meta-analysis of panel studies of the relationship between work–family conflict and strain. *Journal of applied psychology*, 100(2), 522-536.
<https://doi.org/10.1037/a0038012>
- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., & Khan, M. A. S. (2020). Work-family conflict impact on psychological safety and psychological well-being: A job performance model. *Frontiers in Psychology*, 11, 475-493.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00475>
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167.
<https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Olson, D.H., & Gorall, D.M. (2003). Circumplex model of marital and family systems. In Walsh, F. (Eds.), *Normal family processes* (pp. 514-547). The Guilford Press: New York.
- Olson, D. H. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64-80.
<https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>
- Pascucci, T., Hernández Sánchez, B., & Sánchez García, J. C. (2022). Being stressed in the family or married with work? A literature review and clustering of work-family conflict. *European Journal of Management and Business Economics*, 31(2), 239-265.
- Perry-Jenkins, M., & Gerstel, N. (2020). Work and family in the second decade of the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 420-453.
<https://doi.org/10.1111/jomf.12636>

- Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2021). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 76(3), 438-450.
<https://doi.org/10.1037/amp0000714>
- Pikó, B., & Piczil, M. (2006). A pszichoszociális munkakörnyezeti jellemzők összefüggése az életelégedettséggel nővérek körében=Relationship between Characteristics of Psychosocial Work Environment and Life Satisfaction among Nurses. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7(4), 301-310.
<https://doi.org/10.1556/mental.7.2006.4.3>
- Raj, S. P., & Raval, V. V. (2013). Parenting and family socialization within a cultural context. *Journal of Communications Research*, 5(2), 57-78.
- Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á., Matz, S., & Huppert, F. A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18, 1-16.
<https://doi.org/10.1186/s12955-020-01423-y>
- Shearman, S. M., & Dumlao, R. (2008). A cross-cultural comparison of family communication patterns and conflict between young adults and parents. *Journal of Family Communication*, 8(3), 186-211.
<https://doi.org/10.1080/15267430802182456>
- Stahnke, B., & Cooley, M. (2021). A systematic review of the association between partnership and life satisfaction. *The Family Journal*, 29(2), 182-189.
<https://doi.org/10.1177/1066480720977517>
- Susánszky, É., Konkoly Thege, B., Stauder, A., & Kopp, M. (2006). A WHO Jól-lét Kérdőív rövidített (WBI-5) magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 országos lakossági egészségfelmérés alapján. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7(3), 247-255.
<https://doi.org/10.1556/mental.7.2006.3.8>
- Szcześniak, M., & Tułeczka, M. (2020). Family functioning and life satisfaction: The mediatory role of emotional intelligence. *Psychology Research and Behavior Management*, 66, 223-

232.

<https://doi.org/10.2147/PRBM.S240898>

Sztányi-Szekér B., Högye-Nagy, Á., & Szemán-Nagy, A. (2024). Relationships between work-family conflict and family structure in the lives of working mothers in Hungary – a pilot study. *BMC Psychology*, 12(1), 427-439.

<https://doi.org/10.1186/s40359-024-01925-0>

Takács, J. (2017). Aktívan törődő apák Magyarországon. *Szociológiai Szemle*, 27(3), 104-126.

Thompson, J. A., & Bunderson, J. S. (2001). Work-nonwork conflict and the phenomenology of time. *Work & Occupations*, 28(1), 17-39.

<https://doi.org/10.1177/0730888401028001003>

Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003). Parenthood and marital satisfaction: a meta-analytic review. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 574-583.

<https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>

Vargha, A., & Tóth, M. (2007). Az Olson-féle családteszt magyar adaptációja. In: E. Bagdy, Z. Mirnics, & A. Vargha (Eds.), *Egyén-pár-család: Tanulmányok a pszichodiagnosztikai tesztadaptációs és tesztfejlesztő kutatások köréből* (pp. 288–309). Budapest: Animula.

Viñas-Bardolet, C., Guillen-Royo, M., & Torrent-Sellens, J. (2020). Job characteristics and life satisfaction in the EU: A domains-of-life approach. *Applied Research in Quality of Life*, 15, 1069-1098.

<https://doi.org/10.1007/s11482-019-09720-5>

Waite, L. J., & Gallagher, M. (2000): *The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier and Better Off Financially*. New York: Doubleday.

Wilder, S. E. (2016). Predicting adjustment to divorce from social support and relational quality in multiple relationships. *Journal of Divorce and Remarriage*, 57(8), 553-572.

<https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1233844>

Xiang, G., Li, Q., Du, X., Liu, X., Xiao, M., & Chen, H. (2022). Links between family cohesion and subjective well-being in adolescents and early adults: The mediating role of self-concept clarity and hope. *Current Psychology*, 41(1), 76-85.

<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00795-0>



Nyilvántartási szám: DEENK/426/2025.PL
Tárgy: PhD Publikációs Lista

Jelölt: Sztányi-Szekér Barbara
Doktori Iskola: Humán Tudományok Doktori Iskola
MTMT azonosító: 10067068

A PhD értekezés alapjául szolgáló közlemények

Magyar nyelvű könyvrészletek (3)

- Sztányi-Szekér, B.:** A család szerkezete.
In: Család-pszichológia. Szerk.: Margitics Ferenc, Kery Publishing, Budapest, 9-51, 2023.
ISBN: 9786158107778
- Sztányi-Szekér, B.,** Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: Élettel való elégedettség, jóllét és a családi struktúra a Covid-19-világjárvány idején.
In: Ezerarcú tudomány a régió szolgálatában. Szerk.: János István, Nyíregyházi Egyetem, Nyíregyháza, 222-234, 2023, (Acta Academiae Nyiregyhaziensis, ISSN 2416-2981 ; 8) ISBN: 9786156032607
- Sztányi-Szekér, B.,** Szemán-Nagy, A.: A család és a munka egyensúlya.
In: Kutatások és látásmódok a Nyíregyházi Egyetemen. Szerk.: Kovács Zoltán, Nyíregyházi Egyetem, Nyíregyháza, 239-244, 2021, (Acta Academiae Nyiregyhaziensis, ISSN 2416-2981 ; 4.) ISBN: 9786156032393

Magyar nyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (3)

- Sztányi-Szekér, B.,** Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: A családi élettel, párkapcsolattal való elégedettség és a munka-magánélet egyensúly összefüggései a gyermekes nők életében.
Új Munkaügyi Szemle. 4 (2), 17-26, 2023. EISSN: 2677-1306.
DOI: <http://dx.doi.org/10.58269/UMSZ.2023.2.2>
- Sztányi-Szekér, B.,** Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: Jól-lét, élettel való elégedettség és a munka-család konfliktus közti kapcsolat a dolgozó anyák körében.
Új Munkaügyi Szemle. 4 (1), 23-32, 2023. ISSN: 2677-1306.
DOI: <http://dx.doi.org/10.58269/UMSZ.2023.1.2>
- Sztányi-Szekér, B.,** Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: Párikapcsolattal, élettel való elégedettség, jól-lét és a családi struktúra alakulásának összefüggései.
Psychiatr Hung. 37 (2), 124-132, 2022. ISSN: 0237-7896.





Idegen nyelvű tudományos közlemények külföldi folyóiratban (1)

7. **Sztányi-Szekér, B.**, Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: Relationships between work-family conflict and family structure in the lives of working mothers in Hungary - a pilot study.
BMC Psychol. 12 (1), 1-12, 2024. EISSN: 2050-7283.
DOI: <http://dx.doi.org/10.1186/s40359-024-01925-0>
IF: 3

Magyar nyelvű absztrakt kiadványok (1)

8. **Sztányi-Szekér, B.**, Högye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: A munka-család konfliktus és az étellel való elégedettség összefüggései dolgozó anyáknál.
In: XIV. Nemzetközi nyíregyházi doktorandusz és posztdoktori konferencia : Absztraktkötet.
Szerk.: Rusinné Fedor Anita, Tóth Dalma, Zakor-Broda Rita, Debreceni Egyetem
Egészségügyi Kar, Nyíregyháza, 37, 2022.

További közlemények

Idegen nyelvű, hazai könyvrészletek (1)

9. **Sztányi-Szekér, B.**, Almássy, Z., Szemán-Nagy, A.: Family structure formation in "transnational families".
In: Bonding and separation: Current problems in Clinical Psychology. Eds.: Anita Szemán-Nagy, Attila Körmendi, Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen, 59-65, 2020. ISBN: 9789633187913

Magyar nyelvű tudományos közlemények hazai folyóiratban (1)

10. Kovács, K. E., **Sztányi-Szekér, B.**, Kondé, Z., Nagy, B. E.: A nemfigyelési vakság jelensége a sportpályán.
Alk. Pszichol. 18 (1), 27-41, 2018. ISSN: 1419-872X.
DOI: <http://dx.doi.org/10.17627/ALKPSZICH.2018.1.27>





Magyar nyelvű absztrakt kiadványok (1)

11. **Sztányi-Szekér, B.**, Hőgye-Nagy, Á., Szemán-Nagy, A.: Családi szerepek alakulása a munkarend függvényében.

In: XIII. Nyíregyházi Doktorandusz Konferencia : Absztraktfüzet. Szerk.: Rusinné Fedor Anita, Balla Petra, Debreceni Egyetem Egészségügyi Kar, Nyíregyháza, 48, 2019. ISBN: 9789634901655

A közlő folyóiratok összesített impakt faktora: 3

A közlő folyóiratok összesített impakt faktora (az értekezés alapjául szolgáló közleményekre): 3

A DEENK a Jelölt által a Tudóstérbe feltöltött adatok bibliográfiai és tudománymetriai ellenőrzését a tudományos adatbázisok és a Journal Citation Reports Impact Factor lista alapján elvégezte.

Debrecen, 2025.06.26.

