

A környezetvédő viselkedés és az egészségviselkedés összefüggése

Értekezés a doktori (Ph.D.) fokozat megszerzése érdekében
a pszichológia tudományágban

Írta: Lányi Katalin okleveles pszichológus

Készült a Debreceni Egyetem Multidiszciplináris Bölcsészettudományok doktori iskolája
(pszichológia programja) keretében

2008

| | |
|--|------------|
| BEVEZETÉS | 3 |
| Köszönetnyilvánítás | 5 |
| KÖRNYEZETVÉDELEM | 6 |
| <i>A környezetvédelem kutatása a környezetpszichológián belül</i> | <i>6</i> |
| <i>A környezetvédő magatartás</i> | <i>7</i> |
| A környezetvédő magatartás mérése a kutatásokban..... | 8 |
| Néhány példa, hogyan mérték még a környezetvédő magatartást a különböző kutatásokban | 11 |
| <i>A környezetvédő magatartás háttértényezői.....</i> | <i>13</i> |
| A szándékolt cselekvés elmélete | 14 |
| Egyéb megközelítések..... | 17 |
| <i>Értékek</i> | <i>20</i> |
| Az érték-rendszer | 22 |
| Érték - hiedelem - norma modell..... | 25 |
| A környezeti értékek | 29 |
| Az értékek, mint a környezetvédő viselkedés közvetlen háttértényezői | 32 |
| <i>A személyiségvonások kapcsolata a környezetvédő viselkedéssel.....</i> | <i>33</i> |
| EGÉSZSÉGMAGATARTÁS..... | 34 |
| <i>Az egészségmagatartás mérése</i> | <i>35</i> |
| <i>Magyarázó modellek az egészségmagatartásra</i> | <i>39</i> |
| Az értékek kapcsolata az egészségmagatartással..... | 40 |
| <i>Lelkiismeretesség</i> | <i>41</i> |
| A személyiség ötfaktoros megközelítése..... | 41 |
| A lelkiismeretesség kapcsolata az értékekkel..... | 43 |
| A lelkiismeretesség, mint az egészségmagatartás háttértényezője | 44 |
| A KÖRNYEZETVÉDELEM ÉS AZ EGÉSZSÉGVISELKEDÉS KAPCSOLATA | 47 |
| A VIZSGÁLAT..... | 51 |
| A VIZSGÁLAT MENETE | 52 |
| MINTA | 54 |
| MÓDSZEREK | 58 |
| <i>A környezetvédő magatartás mérése</i> | <i>58</i> |
| <i>Az egészségmagatartás mérése</i> | <i>62</i> |
| <i>Az értékek mérése.....</i> | <i>64</i> |
| <i>A lelkiismeretesség mérése</i> | <i>68</i> |
| <i>Statisztikai eljárások</i> | <i>70</i> |
| EREDMÉNYEK..... | 73 |
| <i>A környezetvédő magatartás</i> | <i>73</i> |
| <i>Az egészségmagatartás</i> | <i>77</i> |
| <i>Az értékek</i> | <i>79</i> |
| <i>A lelkiismeretesség.....</i> | <i>89</i> |
| <i>A lelkiismeretesség összefüggése az értékekkel.....</i> | <i>92</i> |
| <i>Az értékek kapcsolata a környezetvédő magatartással</i> | <i>94</i> |
| <i>Az értékek kapcsolata az egészségmagatartással.....</i> | <i>95</i> |
| <i>A lelkiismeretesség kapcsolata a környezetvédő magatartással</i> | <i>96</i> |
| <i>A lelkiismeretesség kapcsolata az egészségmagatartással</i> | <i>97</i> |
| <i>Az oki háttér hasonlóságai.....</i> | <i>98</i> |
| <i>A környezetvédő és az egészségmagatartás kapcsolata</i> | <i>103</i> |
| <i>A viselkedések közötti kapcsolat okai.....</i> | <i>104</i> |
| Szocio-demográfiai változók..... | 104 |
| Lelkiismeretesség..... | 105 |
| A viselkedések közötti összefüggés a szocio-demográfiai, személyiség és érték változók együttes alkalmazásakor | 106 |
| EREDMÉNYEK MEGVITATÁSA | 108 |
| FELHASZNÁLT IRODALOM..... | 115 |
| MELLÉKLET | 127 |

Bevezetés

A környezetvédelem szerepe napjainkban egyre fontosabbá válik. A környezet romló állapota, az egyre szaporodó erre utaló jelek egyre több embert kell, hogy végre rádöbbenjenek a Föld sérülékenységre, és arra, hogy nem tartható fenn továbbra az az életmód, ami a fogyasztói társadalmakra jellemző. Sok népegészségügyi probléma szintúgy az életmód rovására írható. A mozgásszegény életmód, a nem megfelelő étkezési szokások, a dohányzás vagy az alkoholfogyasztás jelentős romboló hatással lehet az egészségre. Egyre jellemzőbb az elhízás, magas a kardiovaszkuláris problémák és a daganatos betegségek száma. Ezek egy része egészséges életmóddal megelőzhető lenne. Mindkét problematikánál kulcsszerephez jut az egyén viselkedése. Mind az egészség megőrzésére vagy helyreállítására, mind a környezet megóvására irányuló viselkedés mértéke egyéni eltéréseket mutat. Az egészségviselkedéshez egészség-tudatosságra, a környezetvédő viselkedéshez környezettudatosságra van szükség. A két jelenségkör hasonlósága vezetett a disszertációm kiinduló tételének felvetésére: vajon az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés között van-e kapcsolat, és ha igen, mennyire szoros. Ezen továbbmenve feltehető még az a kérdés is, hogy egy esetleges kapcsolat háttérben milyen közös változók állhatnak. Ehhez a kérdéshez a tudatosság, mint kulcsfogalom közelebb vezethet. Mindkét viselkedés megkíván bizonyos személyiségtényezőket és értékpreferenciákat. A disszertációm célja a lehetséges közös oki háttértényezők egy részének azonosítása.

Mind az egészségviselkedést, mind a környezetvédő viselkedést széles körben kutatják napjainkban. A kétféle viselkedés közötti összefüggés vizsgálatára viszont elenyésző számú kutatást találni csak. Az eddigi eredmények és a mindennapi tapasztalat alapján inkább közvetve lehet erre az összefüggésre következtetni. Egyrészt vannak viselkedések, amiket mind egészségvédőnek, mind környezetvédőnek is tekinthetünk, mivel mind az egészség védelméhez, mind a környezet megóvásához hozzájárulnak. Példa lehet erre a bioélelmiszerek vásárlása, vagy a kerékpározás, mint alternatív közlekedési eszköz használata. Másrészt a motivációs háttér is hasonló. Az egészségért aggódás befolyásolhatja a környezethez való viszonyt is az egészségviselkedésen túlmenően. A két viselkedés magyarázó modelljei is jelentős hasonlóságokat mutatnak az egészségpszichológiában és a környezetvédelem pszichológiájában (Fishbein és mtai, 2001; Vining & Ebero, 2002). Továbbá mindkét viselkedés tartós gyakorlása hasonló képességeket és tulajdonságokat igényel az egyén részéről. Például mindkettőhöz

szükség van a tervezés képességére és a kitartásra, amely a lelkiismeretesség személyiségvonással lefedhető.

Jelen disszertációban a környezetvédő és az egészségviselkedés összefüggésével és az összefüggés háttérében álló lelkiismeretesség személyiségvonással és értékrendszerrel fogok foglalkozni. A szakirodalom témába vágó eredményeinek ismertetése után a saját kérdőíves felmérésem eredményeit fogom részletezni. Bemutatásra kerülnek a kérdőívfelvétel körülményei, a vizsgált minta, a mérőeszközök, a használt statisztikai módszerek, a kérdőívek leíró statisztikai és az összefüggések sokoldalú elemzése. Végül felállítok egy strukturális modellt a viselkedések közötti összefüggés magyarázatára. A vizsgálatban újdonságnak számít a Rasch modell illetve a structural equation modeling (SEM) felhasználása a pontosabb eredmények érdekében. Ez kihívást jelentett a megelőző munkáimhoz képest, egyben izgalmasabbá tette a kutatás folyamatát. A nemzetközi együttműködéseim javarészt e köré a problematika köré csoportosultak.

Köszönetnyilvánítás

Itt szeretnék köszönetet mondani a következő személyeknek, akik a kutatás különböző szakaszaiban tanácsokkal, eszközök rendelkezésre bocsátásával, szaktudásuk megosztásával a segítségemre voltak:

Dr Bugán Antalnak, aki egyben a témavezetőm volt.

John Thøgersen, Professor, dr. merc.

Florian G. Kaiser, Ph.D.

Kasia Byrka

Prof. Shalom H. Schwartz

Ass. Mag. Dr Rainer Alexandrowitz

Prof. Dr Philipp Mayring szakmai és módszertani konzulenseknek.

Fekete Melindának a kérdőívfelvételben nyújtott segítségéért.

Dr Sallay Hedvignek és

Dr Kun Ágotának az általuk fordított kérdőívek rendelkezésemre bocsátásáért.

Szeretnék továbbá köszönetet mondani mindazoknak a kollégáknak, akikkel gondolatokat cseréltünk a témáról: a Debreceni Egyetem Pszichológia Intézetében, a Klagenfurti Egyetem Alkalmazott Lélektan és Metodológia tanszékén, az Århus Gazdasági Főiskola Marketing és Statisztika Tanszékén, az Eindhoveni Műszaki Egyetem Technológia Menedzsment Tanszék Ember - Technológia Interakció csoportjában, továbbá hazai és nemzetközi szakmai konferenciákon.

Emellett köszönet illeti az Osztrák Magyar Akció Alapítványt, a Magyar Ösztöndíj Bizottságot, a Debreceni Egyetem pszichológia doktori iskoláját valamint Személyiség- és Klinikai Lélektan Tanszékét, az Århus Gazdasági Főiskola Marketing és Statisztika Tanszékét, az Universitas Alapítványt és a Széchenyi NFKP-1B/0015/2002 kutatási pályázatot, hogy az általuk nyújtott ösztöndíjaknak vagy támogatásoknak köszönhetően külföldi tanulmányutak és konferencia-részvételek is segítették kutatásom haladását.

Környezetvédelem

A környezetvédelem kutatása a környezetpszichológián belül

A környezetpszichológia az emberek fizikai, téri, társas és kulturális környezethez való viszonyát és viselkedését vizsgálja. Hivatalosan 1968 óta létezik, amikor létrejött az első hivatalos szervezete, az EDRA (Environmental Design Research Association). A korábbi megközelítéseket ellenpontozva, a környezetpszichológia a kezdetekben a környezet alatt a fizikai környezetet értette. Később a társas-társadalmi környezetet is bevonták a vizsgálandó jelenségek körébe, mivel a fizikai és szociális környezet egymásra hatva létezik, elkülönítése csak mesterségesen lehetséges (Düll, 2001).

A környezetpszichológia főbb kutatási területeit Matthies és Homburg (2001) három csoportba sorolta.

1. *A fizikai környezethez* való viszony (pl. fény, zaj).
2. *A téri környezethez* való viszony
3. *A veszélyeztetett környezethez* való viszony.

Ezt a részterületet a környezetvédelem pszichológiájának is lehet nevezni. Tanulmányom a továbbiakban ennek bizonyos aspektusaival foglalkozik.

A környezetvédelem pszichológiai szempontból történő kutatása fiatal területnek tekinthető. A hetvenes években indult meg, de csak a nyolcvanas évek végétől szélesedett ki. A környezetvédelem alatt a nem kívánatos, romboló környezeti hatások, folyamatok ellen irányuló stratégiák összességét értjük. Az ember a környezeti problémákban háromféleképpen is érintett: mint okozója, mint elszenvedő alanya és mint ellene tenni tudó ágens. A környezetvédelem pszichológiájának kérdései három területre oszthatóak (Matthies, Homburg, 2001 nyomán):

1. *A környezeti krízis percepciója*: Vélekedések, hozzáállás és rizikóértékelés vizsgálatának segítségével azt kívánják feltárni, hogy az emberek hogyan értékelik, strukturálják és észlelik a környezetszennyezés kérdését. Tipikus kérdések lehetnek: Mit látnak az emberek veszélyeztetve? (A környezettudatosság struktúrája.) Milyen okokat és következményeket sorolnak fel az emberek a környezetszennyezés kapcsán? (A környezeti témakör reprezentációja.) Veszélyeztetve érzik-e magukat az emberek? Más-hogy érzékelik-e a laikusok a környezetszennyezés veszélyeit, mint a szakemberek? (Rizikóvizsgálat.)

2. A környezetszennyezés negatív *pszichikai hatásai*: Ezek a vizsgálatok a szennyezett környezet egészségre, jóllétre gyakorolt hatását nézik, ill. hogy lehet ezeket ellensúlyozni.
3. A *környezetvédő magatartás körülményei*: Ez a terület a viselkedés magyarázó modelljeivel és a beavatkozási technikákkal foglalkozik. Arra kíváncsi, hogy milyen belső és külső tényezők vezetnek a környezetkímélő életmódhoz, és mivel lehet motiválni az embereket ennek irányába. Ezek közül az első területtel, a környezetvédő magatartás hátterével lentebb részletesen fogok foglalkozni. A beavatkozási technikák széles körét használják. Némelyek a szituációra irányulnak, ezek a technikai változásokat és a kondicionálást (jutalmazás, büntetés) foglalják magukba, mások a személyre irányulnak, mint a tudásközpontú technikák és a normaközpontú technikák. Az előbbiek közé sorolhatóak a felvilágosító anyagok és a visszajelzés nyújtása, míg az utóbbiak közé a célképzés, társadalmi minta nyújtása és a közeli ismerős befolyásoló hatása (ún. block leader). Gardner és Stern (1996) négy fő csoportba osztja a beavatkozási technikákat: vallási és morális megközelítés a világnézet és hiedelmek megváltoztatására, oktatás (attitűdformálás és információszolgáltatás), a tárgyi ösztönző rendszer megváltoztatása, és közösségi változtatások (szabályok felállítása, elvárások kialakítása).

A környezetvédő magatartás

A környezetvédő magatartás alatt azokat a magatartásformákat értjük, amelyek a környezet állapotának megvédésére, fenntartására vagy rehabilitációjára irányulnak (szándék megközelítésű definíció) és/vagy amely cselekvések befolyásolják a környezet állapotát (hatás megközelítésű definíció). A kétféle megközelítés nem minden esetben esik egybe. Nem minden a környezet védelmét okozó viselkedés mögött áll környezetvédelmi szándék, illetve a környezet védelmére irányuló viselkedés nem feltétlenül vezet a környezet védelméhez. Ez utóbbira példa lehet, ha valaki téves tudással bír egy adott viselkedés környezetre gyakorolt hatásáról. Mindkét definíció hasznos lehet a kutatás szempontjából. A hatás megközelítésű a ténylegesen környezetvédelemben végződő tevékenységek feltérképezéséhez hasznos. Míg ha a viselkedés megváltoztatásához szükséges magyarázó modelleket kutatjuk, a szándékolt cselekvés hátterében álló pszichológiai változók megértése vezethet eredményhez (Stern, 2000).

Stern (2000) négy fő csoportba osztja a környezetvédő magatartásokat.

1. *Környezeti aktivizmus.* A környezetvédő szervezetek munkájában való részvétel.
2. *Nem-aktivista közéleti tevékenység.* Környezetvédő szervezetek támogatása, petíciók aláírása, rendelkezések elfogadása és támogatása.
3. *Hétköznapi viselkedések.* Termékek és szolgáltatások vásárlása, fogyasztása és hulladékként való kezelése. Az előző két fajttal ellentétben, ezeknek a viselkedéseknek közvetlen hatása van a környezetre. A legsűrűbben kutatott viselkedések ide tartoznak.
4. *Egyéb a környezet szempontjából releváns viselkedések.* Szerveztek működésének környezetbarát irányba való módosítása. A munkahelyi szervezetek tagjai a munkájuk során hatással vannak a szervezet tevékenységére, amelynek környezeti hatása is lehet.

A környezetvédő magatartás mérése a kutatásokban

A környezetvédő magatartás általában önbeszámoló kérdőívvel mérik, mivel a megfigyelése gyakorlatilag lehetetlen (Matthies, Homburg, 2001). Az a kérdés, hogy tekinthetjük-e a környezetvédő viselkedést egységesnek, vagy a különböző viselkedésformák (pl. szelektív hulladékgyűjtés, biotermékek vásárlása, közlekedés) egymással csak mérsékelt módon függnek össze, a környezetvédelem pszichológiájának kialakulása óta megosztja a kutatókat. Számos kutatás pozitív korrelációkat talált (pl. Berger, 1997), megint mások nem találtak összefüggést (pl. Stern, Oskamp, 1987, De Kruijk, van Raaij, 1991). Bratt (1999) a különböző hulladékok szelektív gyűjtése között sem talált összefüggést. Diekman és Preisendörfer (1992 in Matthies, Homburg, 2001) azt találta, hogy a különböző viselkedések nemcsak hogy nem függnek össze nagyon egymással, de más mértékű kapcsolatban állnak a környezet-tudatossággal, mint háttértényezővel. A hulladék-kezelés és a vásárlói magatartás szorosabb kapcsolatban áll vele, mint az energia-megtakarítás vagy a közlekedés. Ebből arra következtek, hogy a viselkedés költsége befolyásolja a kapcsolat szorosságát: a környezet-tudatosság csak az alacsony ráfordítással járó viselkedéseknél fejt ki hatást. A viselkedések nehézségének szerepe az alacsony összefüggésekben Kaiser és Wilson (2004) cikkében is tárgyalásra kerül (lásd lentebb), egyben felmutatnak egy megoldást ennek kiküszöbölésére.

A kérdés azért fontos, mert más implikációja van annak, ha különálló viselkedéseket szeretnénk módosítani, amelyek mindegyikét speciális körülmények szabják meg, mintha egy általános környezetvédő szemléletre kéne hatni. Viszont az is igaz, hogy teljes összefüggést nem várhatunk a viselkedésformák között, mert bizonyos környezetvédő viselkedések egymást kizárják, mint pl. hogy biciklivel vagy tömegközlekedési eszközzel jár-e valaki munkába.

Emellett más környezeti faktorok módosíthatják az adott viselkedéseket: más a következményük az egyén számára (valamelyik nagyobb költséggel jár, némelyiknek egészségvédő motívációja is lehet egyben), más helyszínekhez kötődnek és más környezeti problémával állnak összefüggésben. Mindezek mellett nem szabad elfeledkezni a mérőeszközök pontatlanságáról sem, amelyek általában önbeszámoláson alapulnak, márpedig az ezekre alapozott korrelációk általában alábecslik a valós korrelációt, főleg ha a fent említett befolyásoló tényezők is közrejátszanak (Bagozzi, 1994, Mackenzie, 2001). Thøgersen (2004) munkájában azt mérte fel, hogy a viselkedések közötti észlelt hasonlóság mértéke hogyan hat a viselkedésformák összefüggésére. Ugyanis, ha két viselkedés között nem észlelünk hasonlóságot, kevésbé valószínű, hogy kognitív disszonanciát élnénk át, ha nem viselkedünk konzisztensen, hiszen nem éljük meg a viselkedésünket következetlennek. Viszont az, hogy a kognitív disszonancia mennyire sarkall az egyensúly visszaállítására, függ attól, hogy az énkép fontos része került-e veszélybe (Aronson, 1997) Erre alapozta Thøgersen (2004) azt a feltételezését, hogy a morális hozzáállás befolyásolja a különféle viselkedések összefüggését, tehát csak akkor fogja az inkonzisztencia az énképet fenyegetni, ha a személy rendelkezik a környezetvédelemre irányuló morális normával. Így a környezetvédő viselkedésformák közötti korreláció mértéke és az érzékelt hasonlóság közötti összefüggés függ az egyén morális normáitól. A vizsgálatban dán vásárlókat kérdeztek meg. 15 környezetvédő viselkedésforma gyakoriságát mérték fel, illetve a viselkedések között párokat képezve a pár tagjai közötti hasonlóság mértékét becsültették meg. Ezen felül az adott viselkedésre vonatkozó morális hozzáállást is felmérték szemantikus differenciál skálákkal. Az eredmények alátámasztották a hipotézist, miszerint a különféle viselkedésformák közötti összefüggés attól függ, hogy mennyire hasonlónak észlelik őket, illetve ez az összefüggés erősebb, ha a viselkedésre irányuló norma erősebb.

Florian Kaiser (2004) egy kicsit más oldalról szemléli a jelenséget. A viselkedéseket kétféle megközelítésből vizsgálhatjuk: a megfigyelő szemszögéből a homlokzati validitás alapján értékelhetjük, míg a cselekvő szemszögéből a motiváció és a cél-orientáció alapján. Ezen két megközelítéshez kétféle kutatási irányzatot, gyakorlatot társíthatunk, amelyek máshogy mérik a viselkedést, máshogy kötik a viselkedést a következményekhez, és máshogy közelítik meg a viselkedés megváltoztatását. A homlokzati validitás megközelítésében a viselkedés környezetre gyakorolt hatását veszik alapul, és általában faktor analízissel, varimax rotációval és valós érték modellel (true score) dolgoznak. Sok ilyen kutatásban még a ránézésre hasonló viselkedések is elkülönülnek egymástól. A kutatások is általában csak egyes viselkedésformákra összpontosítanak, ezek közül is kiemelkedik a szelektív hulladékgyűjtés kérdésköre. A célorientált viselkedés a környezetre ártalmas viselkedés háttérében nem feltétlenül környezeti mo-

tivációt feltételez. Pl. ha valaki autóval megy bevásárolni, ezt valószínűleg kényelmi szempontból teszi, és fel sem merül benne a környezetvédelem. Ilyenkor nem meglepő, ha a környezeti attitűdök nem jósólják be a viselkedést. Tehát nem a homlokzati validitás határozza meg a viselkedést, hanem a motivációs háttér. Ha a viselkedést a célorientáció szemszögéből vizsgálták a Rasch modell segítségével a tétel - válasz elméletre (item response theory) alapozva (lásd pl. Embretson, Reise, 2000; Hambleton és mtsai, 1991), azt találták, hogy a ránézésre legkülönbözőbb viselkedések is egybecsoportosíthatóak. A legtöbb ember számára a különböző környezetvédő viselkedések egy mentális kategóriát alkotnak. Ebből következik, hogy ha valaki tenni szeretne a környezetért, ezt többféle módon megteheti. Valaki keveset használ autót, más lelkiismeretesen szelektálja a hulladékot. Sokszor ezzel is védekeznek, ha más területen környezetkárosító módon viselkednek. Bizonyos viselkedések pedig alternatívák ugyanarra a problémára, pl. hogy busszal vagy kerékpárral közlekedik-e az autó helyett. (Thøgersen, 1999)

A csak egyes viselkedésformákra koncentráló kutatásokban sokszor nem találtak megfelelő összefüggést az attitűdök és a viselkedés között. Kaiser és Wilson (2004) megközelítése szerint egy általános viselkedésskálára van szükség, mert így sokkal pontosabban lehet mérni a jelenséget. Azt a tényt pedig, hogy sok megelőző kutatás nem találta egy dimenziós jelenségnek a környezetvédő viselkedést, arra vezeti vissza, hogy a különböző nehézségű viselkedések faktoranalízissel vizsgálva nem hozhatnak egységes képet. Erre kínálja fel megoldásként a célorientált viselkedés megközelítést a tétel-válasz elméletet alapul véve. Saját mérőeszközt dolgozott ki ezen elv alapján, az ún. Általános Ökológiai Magatartás skálát (General Ecological Behavior scale, GEB). (Kaiser, 1998)

Kaiser és Wilson (2004) kutatásukban a GEB elemzését kétféle módon végezték el, és összehasonlították a két modellt. Azt kívánták bebizonyítani, hogy ellentétben sok megelőző kutatással, a környezetvédő magatartást tekinthetjük egydimenziós jelenségnek. Az egydimenziós és a többdimenziós Rasch-típusú modellt hasonlították össze 895 svájci állampolgár kérdőívét felhasználva. Azt találták, hogy ugyan a többdimenziós megoldás jobban illeszkedik az adatokra, viszont az eltérés elhanyagolhatónak tekinthető annak fényében, amit az egydimenziós mérőeszköz nyújt viszonzásul. A hatdimenziós modell alig jósolta be valamivel jobban az adatokat, mint az egydimenziós (ha az érték 1 lenne, a többdimenziós 0,74-et jósolna, míg az egydimenziós 0,72-t), ráadásul a megbízhatósági együttható (lásd Bond, Fox, 2001, Wright, Masters, 1982) az egydimenziós megoldásnál volt jobb.

A GEB skála 65 tételes verziójának ökológiai validitását is megvizsgálták környezeti szakemberek bevonásával (Kaiser és mtsai, 2003). Az ún. életciklus-elemzés (life cycle assessment)

módszert használták. A módszer lényege, hogy egy adott termék, vagy szolgáltatás teljes életútját végigkövetve az előállításától a felhasználáson keresztül a hulladékká válásig kiszámolják a környezetre gyakorolt hatását. Az eljárás négy lépésből áll: definiálni kell a terméket vagy szolgáltatást, az összes környezetre vonatkozó aspektusról listát kell összeállítani, számszerűsíteni kell a környezetre gyakorolt hatást és az eredményeket össze kell hasonlítani. A környezetvédő magatartás legnagyobb része termékekhez és szolgáltatásokhoz kötődik, így vizsgálható ezzel a módszerrel. Azokat a viselkedéseket, ahol indirekt a hatás, kihagyták. Ezek a helyettesítő és társas viselkedések csoportjába tartoznak. A többi viselkedéshez egy alternatívát kellett párosítani, és a kétféle ugyanarra vonatkozó viselkedés környezeti hatását hasonlították össze. Pl. „Biciklivel vagy tömegközlekedési eszközzel megyek munkába, iskolába.” kontra „Autóval megyek munkába, iskolába.” Azt találták, hogy a vizsgált 52 viselkedés közül egy sem állt ellentétben a várakozásokkal, tehát a 30 környezetkímélőnek feltételezett viselkedés közül egy sem volt károsabb, mint az alternatívája, és a 22 környezetkárosító viselkedés közül (fordított tételek) egy sem volt jobb hatású, mint a párja. Viszont 6 viselkedés párról azt találták, hogy nem differenciálnak a környezetre gyakorolt hatás szempontjából. Ez a hat viselkedés már nem szerepel az 50 tételes verzióban (Kaiser, Wilson, 2004), amelyiket felhasználtam vizsgálatomban.

Néhány példa, hogyan mérték még a környezetvédő magatartást a különböző kutatásokban

Bizonyos kutatásokban csak egyes viselkedéseket mértek. Spash (2002) a fizetési hajlandóságra kérdezett rá egy alapítványnak nyújtandó anyagi hozzájárulás formájában. McCalley és Midden (2002) szimulált mosási feladatok alatt megtakarított energia mértékét elemezte. Bamberg (2002) egy terepkísérletben függő változóként azon személyek arányát használta, akik a beavatkozás után hét napon belül elmentek egy adott bioboltba vásárolni. Egy másik vizsgálatában (Bamberg, 2003) az információkérő viselkedés volt a függő változó, amit azzal mért, hogy leválasztották-e a kérdőívről az információkérő postai levelezőlapot, ill. feladták-e.

Mások egy szűkebb viselkedéscsoportra kérdeztek rá. McFarlane és Boxall (2003) az erdőgazdálkodás ellen irányuló aktivista viselkedést nézte. Kilenc ezzel kapcsolatos viselkedést soroltak fel, amelyek a faktor analízis tükrében egy dimenzióba sorolhatónak bizonyultak, így ezek összegéből képeztek egy összesített változót. Werner (2003) a veszélyes hulladékok kezelését elemezte egy viselkedésmódosítást célzó program után. 9 kérdést tett fel attitűdökre és

viselkedésekre vagy viselkedési szándékokra vonatkozóan, és külön elemezte a tételeket. Ezek közül kettő vonatkozott már megvalósult személyes viselkedésre. Cook és munkatársai (2002) a genetikailag módosított élelmiszerekhez való hozzáállással foglalkozó kutatásban két kérdést tettek fel a megelőző viselkedésre. Az egyiknek a fókuszcsoportokra alapozva környezetvédelmi vetülete volt (befolyásolja-e az élelmiszervásárlását, hogy használtak-e perme-tezőszert a termék előállításakor), a másiknak egészségvédelmi vetülete volt (befolyásolja-e, hogy használtak-e adalékanyagokat). Bratt (1999) a szelektív hulladékgyűjtést vizsgálta. Különböző anyagok szelektálására kérdezett rá (pl. karton, üveg, élelmiszer, újságpapír és csomagolópapír).

Megint mások átfogóbb viselkedéslistát állítottak össze. Schultz és munkatársai (2004) önbe-számolón alapuló viselkedésskálát használtak fel korábbi saját kutatásból (Schultz, Zelezny, 1998). Thøgersen és Ölander (2002, Thøgersen, 2004) 17 tételviselkedés skálát állított fel. Különböző viselkedések gyakoriságára kérdeztek rá, ötfokú Likert skálával, amely a sohasem a mindigig terjedt. A kérdések a közlekedésre, különböző biotermékek vásárlására, energia- és vízmegtakarításra, szelektív hulladékgyűjtésre vonatkoztak. Az tételek összegéből összesített változót számoltak. Iwata (2002) saját megelőző kutatásából (Iwata, 2001) 15 tételt választott ki, amelyek a vásárlási szokásokra, energia- és víztakarékosságra vonatkoztak. Faktoranalízis-sel kiválasztotta a 0,3 fölé eső faktorsúllyal rendelkezőket és az összegüket vette. Eisler és mtsai (2003) 20 kérdésből álló viselkedéslistát állítottak össze, amelyekre háromfokú skálával kellett válaszolni. A kérdések a szelektív hulladékgyűjtésre, energia- és víztakarékosságra, tömegközlekedés használatára és környezetbarát termékek vásárlására vonatkoztak. A tétel-eknek az átlagát vették és lineáris transzformációval egy huszonegy-fokú skálát képeztek belőlük (0-tól 20-ig, 10-es felezőponttal). Nordlund és Garvill (2002) egy 25 viselkedésből álló listát állított össze, amelyek közül 13 az újrafelhasználással foglalkozott, hét a környezet-tudatos vásárlási szokásokkal, három az energia-megtakarítással és kettő a környezetbarát közlekedéssel. A viselkedéseket faktoranalizálva két faktort kaptak, amelyek közül az első volt a jelentősebb (22%-a a varianciának), és mindegyik tétel pozitív súllyal szerepelt ezen, míg a második csak 8%-át fedte a varianciának. Ebből és a magas belső konzisztenciából ($\alpha = 0,84$) arra következtettek, hogy ez a skála tekinthető egydimenziósnek. Így a tételek átlagát használták a környezetvédő magatartás mérésére.

Sok kutatás viszont nem magát a viselkedést használta célváltozóként, hanem a szándékot (proenvironmental behaviour intention), vagy a környezettudatosságot (environmental concern).

A környezetvédő magatartás háttértényezői

Mint arról fentebb már volt szó, a környezetvédő magatartás hátterének kutatása a környezetvédelem pszichológiájának egyik nagy témaköre. A 70-es évektől kezdődtek kutatások a témában, amelyek modelleket állítottak fel, hogy a viselkedés pszichikai prediktorait feltárják. Persze kritika is érte ezeket a kezdeményezéseket. Ha a kutatásokban a környezeti konzekvenciákat nézzük, mint pl. energia vagy víz felhasználás, akkor a pszichológiai tényezők hatása sokszor elhanyagolhatónak tűnik. Azok a kutatások, ahol a környezeti következményeket mérték, azt találták, hogy sokkal nagyobb szerepe van a külső tényezőknek (technológia, ár, háztartás mérete, időjárás) a környezet megóvásának mértékében, mint a pszichológiai tényezőknek. Ez felveti a kérdést, hogy érdemes-e egyáltalán vizsgálni a pszichológiai tényezőket. Amennyiben a viselkedés következményeire összpontosítunk, úgy találhatjuk, hogy a pszichológiai tényezők nem jelentősek, így ha ez utóbbiak hatására vagyunk kíváncsiak, a magatartást kell vizsgálnunk. (Kaiser, 2004)

A környezettudatosság (environmental concern, Umweltbewusstsein) és a viselkedés között különböző erősségű kapcsolatot tártak fel a kutatások, némelyek valóban elég alacsonyt. Viszont kimutatták, hogy a mérőeszköz tulajdonságainak nagy szerepe van ebben. Ha a környezettudatosságot, mint absztrakt jelenséget mérték, akkor a konkrét viselkedésekkel gyenge kapcsolat mutatkozott, viszont ha a konkrét viselkedésekkel szembeni hozzáállásként nézték, erősebb kapcsolatot találtak (Matthies, Homburg, 2001). Erősebb a kapcsolat, ha az attitűdöt és a viselkedést ugyanazon a meghatározottsági szinten mérik, és ha könnyen kivitelezhető viselkedésformákról van szó. Ezen kívül valószínűleg erősebb a kapcsolat az önbeszámolóson alapuló viselkedéssel, mint a tényleges viselkedéssel (Stern, 1992). Kaiser és munkatársai (1999) az új tesztelméletre alapozott mérőeszkőzzel jelentősen jobb összefüggést tártak fel. Azzal magyarázzák az egyébként sokszor tapasztalt összefüggéshiányt, hogy a megelőző kutatások nem vettek figyelembe három tényezőt: a környezetvédő attitűd koncepciójának egysége nem valósult meg, a mérőeszközök nem feleltek meg egymásnak és nem vették figyelembe az emberek hatáskörén kívül eső kényszerítő körülményeket. Emellett érdemes figyelembe venni az attitűd és a viselkedés közé ékelődő moderátorokat (pl. a konzekvencia észlelése, a viselkedés költségei), ill. további háttérváltozókat bevezetni, mint szituatív faktorok, társadalmi hatások és versengő attitűdök, motívumok (Matthies, Homburg, 2001).

Stern (2000) összefoglalásában négyféle típusú magyarázó változót különböztet meg. Az egyik az attitűdinális változók, pl. normák, hiedelmek, értékek. A magyarázó modellek jelentős része foglalkozik velük. A másik a kontextuális változók. Ide tartoznak a személyközi

befolyásolás, társadalmi elvárások, rendeletek, anyagi ösztönzés és költségek, a viselkedés kivitelezésének fizikai kívánalmai, az épített környezet és a technológia paramétereinek facilitáló vagy gátló tulajdonságai. Megint másik csoportba sorolta a személy lehetőségeit: tudás, készségek, idő, társadalmi státus és hatalom, pénz. Ezeket jelezhetik a szocio-demográfiai változók, mint pl. kor, végzettség, jövedelem. A negyedik csoportba a szokások, rutinok tartoznak. Különböző viselkedéseknél különböző mértékben lehetnek jelen ezek a változók. Vannak viselkedések, amelyeknek drága a kivitelezése (pl. napelem felszereltetése), másokhoz speciális készségek szükségeltetnek.

Matthies és Homburg (2001) több fő magyarázó modellt ismertet, amelyek gyakran megjelennek a kutatásokban, természetesen sok más között. A modellek eredetileg a pszichológia más területeire lettek kidolgozva, de a környezetpszichológia területén való felhasználásuk sikeresnek bizonyult.

- *Norma-aktivációs modell* (Schwartz, 1977). Központi tényezők: társas norma, személyes norma, a viselkedés következményeinek tudatossága. A normák viselkedésre kifejtett hatását vizsgálja.
- *A szándékolt cselekvés elmélete* (Ajzen, 1991, Ajzen, Fishbein, 1977). A modell lényege, hogy az attitűd mellé felsorakoztatja a szubjektív normát és az észlelt viselkedéskontrollt is.
- *Egyéb megközelítések*

A norma-aktivációs modellel, illetve annak továbbfejlesztésével, az érték - hiedelem - norma modellel lentebb külön fejezetben fogok foglalkozni az értékekkel való szoros kapcsolata miatt. Előbb kitekintésképpen egy összefoglalót nyújtok más magyarázó modellekből.

A szándékolt cselekvés elmélete

A szándékolt cselekvés elmélete (Theory of Planned Behavior, TPB) (Ajzen, 1991) az indokolt cselekvés elméletéből (Theory of Reasoned Action, TRA) (Ajzen, Fishbein, 1977) került továbbfejlesztésre. A TRA feltételezi, hogy egy adott viselkedésre való *szándékra* hatással van a viselkedésre vonatkozó *attitűd* és az ún. *szubjektív norma*. Ez utóbbi azt a motivációt jelenti, amelyik segítségével alkalmazkodunk a számunkra fontos emberek az adott viselkedésről alkotott véleményéhez, vagy legalábbis ahhoz, amit mi gondolunk, hogy az ő véleményük. A TPB ehhez hozzá veszi még az *észlelt viselkedéskontrollt* is, ami alatt azt értik, hogy

mennyire érezzük könnyűnek egy adott cselekvés végrehajtását, vagy mennyi akadály áll az utunkban, vagyis hogy mennyire van a mi kontrollunk alatt az adott viselkedés. Az észlelt viselkedéskontroll hatással van a viselkedési szándéokra és a viselkedésre is. A viselkedési szándék pedig a *viselkedéshez* vezet. Minden összetevő hiedelmekből áll össze. Az attitűdnél szerepet játszik a viselkedés következményeinek értékelése, és ezeknek a következmények előfordulási valószínűségéről kialakított becslés. A TRA azoknak a viselkedéseknek a magyarázatára használható, amelyek a szabad választásunk alatt állnak, míg a TPB olyan viselkedésekhez is jó, ahol hátráltató tényezők is szerepet játszanak, ezért ez alkalmasabb a környezetvédő viselkedés leírására.

Ajzen és Fishbein (1977) általánosságban alkotta meg a viselkedésmagyarázó modelljét. A környezetvédő magatartást is vizsgálták sokan ezzel a modellel. Kaiser és Scheuthle (2003) a GEB-bel kapcsolatban nézte meg. Az találták, hogy a három háttérfaktor 80-81%-ban járul hozzá a viselkedési szándék magyarázatához, az pedig 51-48%-át magyarázza a viselkedés varianciájának. Megpróbálták a modellt további faktorokkal kiterjeszteni, de nem sikerült növelni a magyarázó értéket. Az első vizsgálatban a morális normákat adták még hozzá, a másodikban pedig két igazságos világba vetett hitre vonatkozó skálát.

Cook és munkatársai (2002) már sikereobbnek bizonyultak a modell továbbépítésében. Ők az identitást („Én egy olyan típusú ember vagyok, aki vásárol genetikailag módosított terméket.”) adták hozzá, és azt találták, hogy szignifikánsan emeli a modell magyarázó erejét 58%-ról 63%-ra. A megelőző viselkedés is összefügg a TPB összetevőkkel: ha azt nézték, hogy befolyásolja-e az élelmiszervásárlását, hogy használtak-e permetezőszert a termék előállításakor (környezetvédő motiváció) illetve adalékanyagot (egészségvédelmi motiváció), negatív összefüggés mutatkozott a genetikailag módosított termékek vásárlásával, illetve a szubjektív normával és az észlelt viselkedéskontrollal is. Ugyanígy a nemnek és az életkornak is van hatása: az idősebbek és a férfiak mutatkoznak hajlandóbbnak a genetikailag módosított élelmiszerek vásárlására, amit a tudomány mai állása szerint a kevéssé környezetvédő viselkedések közé sorolnak.

Spash (2002) a fizetési hajlandóságot mint környezetvédő magatartást vizsgálta. Két modell közül kereste a jobban illeszkedőt. Az első modell szerint annak függvényében, hogy mennyire vagyunk motiváltak az információfeldolgozásra, beszélhetünk centrális feldolgozási módról (magas motivációnál) és periférikus feldolgozási módról (alacsony motivációnál). Az első esetben az információ tartalma befolyásolja a fizetési hajlandóságot, tehát a viselkedést, míg a második esetben az altruizmus és moralitás játszik szerepet. A második modell szerint, amely Ajzen és Fishbein (1977, Ajzen, 1991) modelljéből indul ki, az attitűdök a szociális normák

és az adott viselkedésre vonatkozó etikai felelősségről való alapvető elképzelés együttesen befolyásolják az indokolt cselekvést, amely a szándékolt cselekvéshez vezet, amely pedig a megfigyelt cselekvéshez. Tehát ebben a modellben az etikai aspektusok központi szerepet töltenek be, szemben az első modellel. A vizsgálatban, amely a korallzátonyok biológiai változatosságának megőrzésével foglalkozott, jamaicai és curaçaoi lakosok vett részt. A felmérésben szerepelt a korallok pusztulására és a tengeri változatosságra vonatkozó tudás felmérése, információ nyújtása a helyi korallok helyzetéről, a fizetési hajlandóság felmérése egy alapítványnak nyújtandó anyagi hozzájárulás formájában, valamint az élővilághoz való etikai viszonyulást felmérése. Az eredmények azt mutatták, hogy akik hisznek a tengeri élővilág védelemhez való jogában, valószínűbben támogatták az élővilág megmentését célzó programot, úgy gondolták, hogy keveset tudnak a jelenségről és informatívnak találták a vizsgálatban kapott információt, míg akik elutasítják az élővilág védelemhez való jogát, úgy gondolták, sokat tudnak a jelenségről és kevésbé voltak hajlandóak anyagi hozzájárulásra. A két véglet között helyezkedtek el azok, akik úgy találták, a vizsgálatban nyújtott információ megváltoztatta az élővilághoz való hozzáállásukat és hajlandóak voltak fizetni, illetve azok, akik úgy értékelték, nem jutottak új információhoz és mérsékelt fizetési hajlandóságot mutattak. Spash megállapította, hogy az etikai hozzáállás központi szerepet játszik a fizetési hajlandóságban (tehát a környezettudatos viselkedésben), így a második modellt fogadta el.

Bamberg (2002) egy terepkísérletben a célképzés egy formáját (implementation intention), a szokások szerepét és a szándékolt cselekvés elméletéhez való viszonyukat vizsgálta a bioboltokban való vásárlás témakörében. Arra kereste a választ, hogy az emberek tényleg nehezen változtatják-e meg a vásárlási szokásaikat, még akkor is, ha megvan a szándék bennük a biotermékek vásárlására; illetve hatásos-e a célképzés, amelyben a személyek egy viselkedési szándékot alakítanak ki maguknak; továbbá a korábbi vásárlási szokások vajon hátráltatják-e a szándék megvalósulását, és a célképzéssel le lehet-e ezt győzni. A célképzés és az anyagi ösztönzés hatását is össze kívánta hasonlítani, ezért négy csoportot alakított ki: az egyikben csak anyagi ösztönzés volt, a másikban csak célképzés, a harmadikban a kettő kombinációja, s ezen felül szerepelt még egy kontroll csoport is. Kérdőívvel felmérték a bioboltban való vásárlás TPB összetevőit (attitűd, szubjektív norma, észlelt viselkedéskontroll, viselkedési szándék) és a vásárlási szokásokat. A függő változó azon személyek száma lett, akik egy héten belül végrehajtották a vásárlást az adott bioboltban. Az eredmények azt mutatták, hogy az összes TPB összetevő korrelál a viselkedéssel, viszont a vásárlási szokások egyikkel sem korreláltak. A megvalósult viselkedés tekintetében csak a kontroll csoport tért el a másik háromtól, tehát nincs különbség a kétféle befolyásolási módszer között, sőt

nem is adódott össze a hatásuk. Emellett azt találta, hogy csak a kontroll csoportnál van hatása a vásárlási szokásoknak, tehát a beavatkozás ellensúlyozza a szokások negatív hatását.

Bamberg (2003) egy másik, környezetkímélő elektronikai eszközökkel kapcsolatos vizsgálatban kiterjesztette a TPB modellt további háttértényezőkkel, úgymint környezettudatosság és hiedelmek. A vizsgálatban be kívánta bizonyítani, hogy a környezettudatosság közvetett úton hat a viselkedésre, és ehhez a TPB-t használta fel. Azt találta, hogy a viselkedésre a viselkedési szándék erős hatással van, a szándékra hat az attitűd, a szubjektív norma és az észlelt viselkedéskontroll. Az attitűdre hat a viselkedési hiedelem, normatív hiedelem és a kontroll hiedelem, a szubjektív normára és az észlelt viselkedéskontrollra pedig egyaránt hat a normatív hiedelem és a kontroll hiedelem. Legvégül mindhárom hiedelemre hat a környezettudatosság, amely ráadásul közvetlenül hat még a szubjektív normára és az észlelt viselkedéskontrollra is. Ezek után összehasonlította még az alacsony és a magas környezettudatossággal rendelkező egyének csoportját. Minden TPB összetevő és egyéb változó eltért a két csoportnál: a magas környezettudatossággal jellemezhető emberek magasabbra értékelik az adott környezetbarát viselkedés (itt egy környezetbarát elektronikai eszközökről szóló felvilágosító kiadvány igénylését) hatását, nagyobb érdeklődést mutatnak irányába, nagyobb támogatást tulajdonítanak környezetüknek, kevésbé érzik elrettentőnek az akadályokat, nagyobb az eltökéltségük a viselkedés megtételére és valószínűbben meg is teszik azt. Az attitűd hatása egyforma mértékű a két alcsoportban, viszont a szubjektív norma és az észlelt viselkedéskontroll hatása eltérő: a magas környezettudatossággal jellemezhető egyéneknél a viselkedési szándéokra a legerősebb hatást az észlelt viselkedéskontroll mutatja, míg a szubjektív normának mérsékelt szerep jut, ezzel szemben az alacsony környezettudatossággal jellemezhető embereknél a legfőbb szerep a szubjektív normának jut, míg az észlelt viselkedéskontrollnak nincs szignifikáns hatása. A magas környezettudatosságú csoportnál nagyobb az összefüggés a szándék és a megvalósult viselkedés között.

Egyéb megközelítések

Jelentős mértékű kutatás foglalkozik szokások szerepével is (Triandis, 1977 in Matthies, Homburg, 2001). A megközelítés szerint a kialakult szokások után már nincs aktív döntési folyamat, hanem automatikussá válik a viselkedés. Ennek a modellnek a felhasználásával (pl. Verplanken és mtsai, 1994 in Matthies, Homburg, 2001) a környezetvédő magatartás vizsgálá-

latát az idő és fejlődés perspektívájából közelítik meg. Azonfelül magyarázatul szolgálhat arra is, hogy miért nincs nagy összefüggés a környezettudatosság és a viselkedés között.

Az ipszatív viselkedés-modell (Frey, Foppa, 1986 in Matthies, Homburg, 2001) a szubjektív és az objektív viselkedésterrel foglalkozik. Egy új aspektust emel be a viselkedésmagyarázatba: a szubjektíven észlelt viselkedési lehetőségek és az objektív körülmények eltérését.

A környezetvédő magatartás kapcsolatban áll a megküzdési stratégiákkal is. Egy vizsgálatban háromféle megküzdési stratégiát különítettek el: az elkerülést, a problémamegoldást és az önámító optimizmust. A környezetvédő magatartással az önámító optimizmus mutatott összefüggést, illetve az, ha valaki hajlandónak mutatkozik áldozatot hozni a környezetért. (Iwata, 2002)

A tudásnak is szerepe van a környezetvédő magatartás kialakulásában. Frick és munkatársai (2004) vizsgálatukban a környezeti tudást három területre osztották fel. Rendszer-tudás (system knowledge) alatt azt értették, hogy mennyire érti valaki, hogy működnek a természeti folyamatok, tevékenységhez kapcsolódó tudás (action-related knowledge) alatt azt, mit tudunk arról, mit lehet tenni a környezetért, végül a hatékonyságról való tudás (effectiveness knowledge) alatt azt, mennyit tudunk a cselekvések hatékonyságáról. Ez utóbbi akkor hasznos, ha többféle viselkedési alternatíva közül szeretnénk kiválasztani a legkörnyezetkímélőbbet. A tudás mérésére Kaiser és Frick (2002) által kidolgozott környezeti tudás kérdőívet használták, a környezeti viselkedéshez pedig a GEB (Kaiser, 1998) 50 tételes verzióját. Mindkettőhöz a Rasch modellt használták. A felállított modell alapján a viselkedésre közvetlenül hat a tevékenységhez kapcsolódó tudás és a hatékonyságról való tudás, ezek mindegyikére hat a rendszer-tudás, és a hatékonyságról való tudásra hat még a tevékenységhez kapcsolódó tudás.

Bonaiuto és mtsai (2002) végzetek egy kutatást, ahol a természetvédelmi területeken belül és kívül élő emberek helyhez való kötődését, helyi identitását, a természetvédelmi területekhez való általános és specifikus hozzáállását hasonlították össze. A helyhez való kötődés alatt az emberek lakóhelyükhöz való érzelmi viszonyulását értik (Prohansky és mtsai 1983), a helyi identitás alatt pedig a személyes identitás azon részét, amely a lakóhely fizikai és szimbolikus sajátosságain alapul (Fried, 2000). A természetvédelmi területekhez való általános attitűdöt és az adott nemzeti parkra vonatkozó attitűdöt külön mérték. A vizsgálati populációt azok az emberek alkották, akik a Genargentu Nemzeti Park területén belül élnek és főleg mezőgazdasággal foglalkoznak, illetve a közeli városban élő emberek. Az eltérésekre való hipotéziseket arra alapozták, hogy a védett területen belül élő emberek számára a korlátozások hatására nő a helyi identitás és helyhez való kötődés, és negatívabb viszony figyelhető meg az adott védett

területtel szemben és általánosságban is. Az eredmények megerősítették a hipotéziseket. Egy másik területen, a Tuscan Archipelago Nemzeti Parkban megismételték a vizsgálatot az eredmények általánosíthatóságának ellenőrzésére. Továbbá annak vizsgálatára, hogy a gazdasági érdek negatívabbá teszi az attitűdöt, a környezettudatosság viszont pozitívabbá, a helyiek közül három csoportot hasonlítottak össze: környezetvédő szervezetekhez tartozó embereket, a helyi gazdaságban érdekelteket és egy kontroll csoportot. A gazdasági csoportba tartozóknak magasabb volt a helyi identitása és a helyhez való kötődése, mint a másik két csoportnak. A legkisebb helyhez való kötődést a környezetvédők mutatták. A természetvédelmi területekhez való attitűd a környezetvédőknél volt a legpozitívabb, míg a gazdaságiaknál a legnegatívabb. Mindez azt támasztja alá, hogy a helyi érdekelttség csökkenti a környezetvédő hozzáállás valószínűségét és nagyobb kötődést idéz elő.

Kulturközi vizsgálat is készült a környezetvédelem témakörében (Eisler és mtsai 2003). Négy országot hasonlítottak össze: Svédországot, Németországot, Japánt és az Egyesült Államokat. A kutatás célja az országok és a nemek közötti eltérések vizsgálata volt különböző természeti jelenségekhez való viszonyulásban, a környezethez való viszonyulásban, a környezettel kapcsolatos tudásban és a környezetvédő viselkedésben. A nők komolyabbnak értékelték a környezetre leselkedő veszélyeket, motiváltabbnak mutatkoztak az ökológiai gondolkodásra és viselkedésre, míg a férfiak nagyobb természettel kapcsolatos tudásról tettek tanúbizonyságot. Az országok között is találtak eltéréseket: a legjobb hozzáállása a tengerhez a svédeknek volt, a hegyekhez az amerikaiaknak, a folyókhoz a németeknek, míg a japánoknak a legkedvezőtlenebb mindezekhez. A svédeknek volt a legjobb a környezethez való viszonyulása, míg a japánoknak a leggyengébb. Viszont a környezetről való tudásban a japánok emelkedtek ki, míg az amerikaiak teljesítettek a leggyengébben. A németek és a svédek tartják a leghasznosabbnak a környezet iránt mutatott viselkedésüket, míg a japánok mutatnak a legkevesebb környezetvédő viselkedést. Az eredmények értelmezését árnyalhatja esetleg az a kulturális különbség, hogy a japánoknál magasra értékelik a szerénységet, ami megjelenhet a kérdőív kitöltés stílusában. Általánosságban a környezethez és egyes elemeihez való pozitív hozzáállás kapcsolatot mutatott a környezetvédő magatartással.

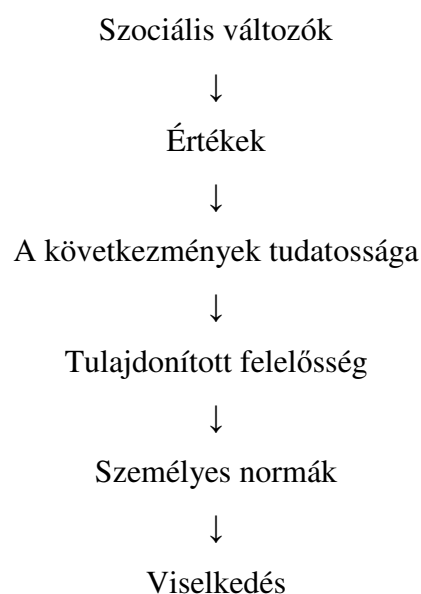
Mint arról már volt szó fentebb, a vizsgálatok egy része a környezetvédő magatartás megváltoztatásával foglalkozik. Nézzünk egy példát erre is. Egy az USA-ban végzett terepvizsgálat (Werner, 2003) a környezetre ártalmas háztartási vegyszerek kezelését próbálta megváltoztatni. Elérendő célként a vegyszerek használatának csökkentését és ezek másokkal való megosztását jelölték meg. A környéken épült hulladékgyűjtőt kívánták népszerűsíteni, és hogy az emberek előnyben részesítsék a nem-toxikus alternatívákat, ill. kisebb kiszereleket vásárol-

janak és osszák meg egymás között. Kiscsoportos formában történt a meggyőzés. Minden csoportnak volt egy vezetője, aki a csoportos megbeszélést irányította, amit egy tájékoztató videofilm vetítése előzött meg. A csoportos megbeszélés alatt az emberek meggyőződhetnek róla, hogy másoknak is hasonló problémáik vannak, ill. ötleteket javasolhattak. A meggyőzést több komponensre alapozták: kiselőadás helyett megbeszélést alkalmaztak, a személyes érintettség érzését növelték, az üzenet hatásosságát növelték. A program után visszajelzést gyűjtöttek a hatásosságról. Az eredmények szerint a programban résztvevő emberek jobban figyeltek a vegyszerek használatára, mint a kontrolles csoport tagjai. Kevesebbet vásároltak és hajlandóbbnak mutatkoztak a megosztásra, de elsősorban a barátaikkal, nem csoportos formában.

Értékek

Schwartz (1977) segítő viselkedésre kidolgozott norma-aktivációs modelljét sok környezetvédelemmel foglalkozó kutatás alkalmazta (pl. Nordlund, Garvill, 2002; 2003; Gärling és mstai, 2003; Bratt, 1999; Stern, Dietz, 1994; Schultz, Zelezny, 1998; Schultz és mtsai, 2004). A megközelítés lényege, hogy az egyén morális késztetést érez (személyes norma) és annak megfelelően cselekszik, amennyiben úgy észleli, hogy mások számára kellemetlen állapot állhat elő (következmények tudatossága) és hogy képes tenni valamit ez ellen (saját maga számára tulajdonított felelősség). Stern és munkatársai (1993) érték - hiedelem - norma modellje az érték - elméletet ötvözi a norma - aktivációs modellel. A modell szerint először következnek a szociális változók (életkor, nem, végzettség, foglalkozás stb.), majd az értékek, majd a hiedelmek (ide tartoznak a következmények tudatossága és a tulajdonított felelősség), majd a személyes normák. A láncolatban minden egyes változó hat az utána következőre. És a közvetett mellett közvetlenül is hathat

1. ábra
Az érték - hiedelem - norma modell vázlata



a láncolatban előrébb levőkre. Ezt a modellt kiterjesztik az eredeti altruista viselkedésről általánosabban a viselkedésre. Emellett az altruista értékek mellé beemelik az egoista és a bioszferikus értékeket is.

Az általános értékek és a környezetvédő viselkedés között általában gyenge közvetlen kapcsolat van, mivel az értékek absztrakt jelenségek, az egyes szituációkon átívelnek. Ezért eredményesebb a kognitív hierarchia modellek használata, ahol specifikusabb faktorok töltenek be közvetítő szerepet az értékek és a viselkedés között. A kognitív hierarchia modellekben a magasabb szinten levő faktorok közvetlen kapcsolatban állnak az alattuk elhelyezkedővel, de hathatnak a hierarchiában lejjebb levőkre is.

A **szociális változók** után az érték – hiedelem - norma modell második faktora az **általános értékek**, amelyet leggyakrabban Schwartz (1992, 1994) érték kérdőíveire alapoznak (Value Inventory Scale). A mérőeszköz 10 értéktípust különböztet meg, amelyek más-más motiváció talaján állnak. Ezeket két dimenzió mentén lehet elhelyezni: a *változásra való nyitottság* szemben a *megőrzéssel* (openness to change versus conservation) és az *önkiterjesztés* szemben az *önmegvalósítással* (self-transcendence versus self-enhancement). Ezek közül a második dimenziót szokták felhasználni a környezetvédő viselkedéssel kapcsolatban. Sok helyen **értékorientációként** utalnak rá (pl. Dietz, Stern, 1995). Az önkiterjesztés mások érdekeinek figyelembevételét jelenti, ide tartoznak az univerzalizmus (universalism) és a jótékonyság (benevolence) értékei, míg az önmegvalósítás a saját érdekek figyelembevételét, ide tartozik a teljesítmény (achievement) és a hatalom (power). A kutatások azt találták, hogy az önkiterjesztéssel jellemezhető emberek hajlamosabbak a környezetvédő viselkedésre, mint azok, akik az individualista értékeknek adnak elsőbbséget (pl. Stern, Dietz, 1994; Schwartz, 1992).

A következő faktort a **környezeti értékek** (environmental values) képezik. Az egyik népszerű megközelítés (Stern, Dietz, 1994) különbséget tesz *egoista, társas-altruista és bioszferikus* (egoistic, social-altruistic, biospheric) értékek, vagy más néven környezeti beállítódás között. Az első az egyénre összpontosít, a második a többi emberre, a harmadik a természeti környezetre. Egy másik, szintúgy gyakran hivatkozott megközelítés Gagnon-Thompson és Barton-é (1994), akik különbséget tesznek *ökocentrikus* és *antropocentrikus* érték, motiváció között (ecocentric, anthropocentric). Az ökocentrikus emberek a természetet önmagáért értékelik, míg az antropocentrikusak az általa nyújtott haszonért. Ők a környezet védelmét a természetből nyerhető erőforrások megőrzése végett érzik fontosnak. Így mindkét megközelítés eredményezhet környezetvédő magatartást, csak más motiváció talaján. Viszont az ökocentrikus embereknél erősebb összefüggés van a környezetvédő attitűd és a valós viselkedés között, kiváltképp, ha az jelentős energiáfordítással járna, mivel az antropocentrikus személy ilyen-

kor más ember-központú értékeket vesz figyelembe (pl. tárgyi életminőség). Gagnon Thompson és Barton pozitív összefüggést talált az ököcentrikusság és a környezetvédő viselkedés között, míg egy esetben negatív, másik esetben semleges kapcsolatot a viselkedés és az antropocentrikusság között. Schwartz (1977) eredeti modelljében a személyes norma (következő lépcsőfok) egyik prediktora a **következményekkel tudatossága** (awareness of consequences), amely utóbbi Gärling és mtsai szerint (2003) megfeleltethető a **környezettudatosságnak, környezeti attitűdnek** vagy **környezeti értéknek**. Stern és Dietz (1994) nyomán egoista, társ-altruista és bioszferikus következmény-tudatosságot különböztetnek meg. Bratt (1999) pedig a **feltételezett következmények** kifejezést használja szinonimaként, mivel úgy véli, nem beszélhetünk a következmények tudatosságáról akkor, amikor a természettudomány sincs még tisztában az egyes környezeti viselkedések tényleges hatásával. Ráadásul ennek az elnevezésnek megvan az az előnye is, hogy nem feltételezzük, hogy az emberek tisztában vannak a tudomány jelenlegi állásával, hanem azt vesszük figyelembe, hogy mit feltételeznek. Nordlund és Garvill (2002) kutatásában a környezeti érték és a személyes norma között a **probléma-tudatosság** (problem awareness) szerepel, amely gyakorlatilag a következmények tudatosságának felel meg. Mint látható, a fogalmak használata nem teljesen egységes a különböző kutatások között.

A környezetvédő norma egy másik prediktora a **tulajdonított felelősség** (ascribed responsibility). Ez alatt azt értik, hogy a személy felelősnek érzi-e saját magát a pozitív vagy negatív kimenetért. Aki tagadja a személyes felelősséget a környezetért, kevésbé valószínű, hogy lépéseket tenne érdekében (Stern és mtsai, 1985-86).

A következő stádium a modellben a **személyes norma** (personal norm), nevezik néhol **viselkedési szándéknak** is. A környezeti témakörben a személyes norma a környezet védelmére vonatkozó morális késztetés. Szerepe, hogy a fentebb felsorolt változók között hidat képezzen a viselkedés felé.

Az érték-rendszer

Az értékek tanult hiedelmek a viselkedés és létezés előnyben létesített formáiról, amelyek a személy életében iránymutató szerepet töltenek be, és különböznek fontosságuk mértékében. Az értékek három univerzális követelmény kognitív reprezentációi: a biológiai szükségleteké, a személyközi koordinációé valamint a csoport jólétét és túlélését elősegítő intézményes társadalmi elvárásoké (Schwartz, Bilsky, 1987, 1990). Az értékek Schwartz és Bilsky (1987,

p. 551) definíciója alapján „(a) fogalmak vagy hiedelmek, (b) kívánatos végállapotokról vagy viselkedésekről, (c) amelyek átívelnek a specifikus szituációkon, (d) irányítják a viselkedések és események kiválasztását vagy értékelését és (e) és a viszonylagos fontosságuk alapján sorba rendezhetőek.” Az értékek egy személy vagy társas entitás valamely érdekeit szolgálják. A cselekvéseket motiválják és a cselekvések megítéléséhez vagy indoklásához nyújtanak fogódzót. Szocializáció során és személyes tapasztalatok hatására alakulnak ki (Schwartz, 1994). Az értékek egyéni és társas érdekeket szolgálnak. Személyes érdekeket szolgálhat például a függetlenség vagy a kényelem értéke, társas érdeket pedig a felelősség vagy az egyenlőség értéke. Egy érték egyszerre szolgálhatja mindkét érdeket is, ilyen például a bölcsesség vagy a biztonság. A személyes és társas értékek nem feltétlenül állnak egymással konfliktusban. Emellett az egy csoporton belül levő (pl. az egyéni) értékek nem mindig változnak együtt, tehát nem feltétlenül állnak ugyanolyan összefüggésben külső változókkal. A társas értékek-nél további különbséget lehet tenni aszerint, hogy a hovatartozási csoport érdekeit szolgálja, vagy szélesebb értelemben a társadalomét. Például a béke vagy az egyenlőség értéke szélesebb értelemben veendő, míg a segítség, szeretet, megbocsátás az egyén csoporttagjaira irányul inkább (Schwartz, 1990).

Az értékek háttérében különféle motivációk állnak, mely motivációk alapján típusokba sorolhatóak. Schwartz (1992, 1994) 10+1 univerzális értéket határozott meg. A legtöbbször tizet használnak, de újabban felmerül a spiritualitás értéke mint tizenegyedik. Az egyik érték típus az *önirányítottság*. Ez a független cselekedetekre és gondolkodásra vonatkozik. A kontrol és kompetencia biológiai igényéből és az autonómia és függetlenség személyközi igényéből származtatható. A *stimuláció* értéke az optimális aktivációs szint fenntartásának és a változatoságnak a biológiai igényével függ össze. A *hedonizmus* az örömekre és kielégültségre vonatkozik. A biológiai szükségletekből eredeztetik. A *teljesítmény* értéke a kompetens viselkedésen alapuló sikerre való igénnyel függ össze. A siker fogalmánál ebben az értelmezésben kulcstényező a társas elismerés. Tehát nem elég, ha belső elismeréssel jár egy siker, az inkább az önirányítottsághoz tartozik. A *hatalom* a társadalmi státuszkülönbségekkel függ össze, amelyek uralkodást és behódolást tesznek szükségessé. A hatalom értéke az emberek és az erőforrások fölött való kontroll magasra értékelését jelenti. Erre azért van szükség, hogy a társadalmi különbségek fenntartását igazolják vele. A teljesítmény és a hatalom egyaránt a társas elismertséghez kötődik, de míg a teljesítmény a kompetencia demonstrációját hangsúlyozza konkrét társas helyzetekben, a hatalom a fennálló társadalmi pozíció megőrzését. A *biztonság* a harmóniára, a társadalmi stabilitásra, a kapcsolatok és a személy stabilitására is vonatkozik. Személyes és társas igényekre is visszavezethető. A *konformitás* az impulzusok

visszafojtását jelenti, hogy ne ártsunk másoknak, ne hágjunk át társadalmi szabályokat. A személyközi és a csoportok funkcionálásának igényéből eredeztethető. A *tradíció* a szokások és kulturális fogalmak elfogadásával, tisztelésével és betartásával függ össze. Minden társadalom kialakít hiedelemrendszereket és cselekvéseket, amelyek közös tudást és sorsot hordoznak. Ezek egy része a vallással függ össze. A tradíciók a csoport összetartozás-érzését erősítik. A *spiritualitás* is köthető a vallásossághoz (bár nem kizárólagosan), viszont itt az értelemadáson van a hangsúly, nem a rituálékon. Az élet értelmének keresésével és a koherencia, kiteljesedés igényével függ össze. Két fő probléma van a spiritualitás univerzális értéként való felfogásával. Az egyik, hogy sok embernél a koherencia iránti igényt kielégítik a tradíció, konformitás és biztonság értékei. A másik, hogy a különféle társadalmakban nagyon különbözően jelenhet meg, így nem lehet egységes mérőszközt kifejleszteni rá. A *jótekonyság* a személlyel kapcsolatban álló emberek jólétének fenntartására vagy fejlesztésére irányuló érték. Az ezen túlmutató, minden emberrel és az egész társadalommal törődés nem tartozik ebbe a kategóriába. Ez utóbbi már az *univerzalizmusba* tartozik. Az univerzalizmus az összes ember és a természet jólétének megértésére, elősegítésére és védelmére irányul. A két érték közötti különbségtételre a kollektivista és individualista társadalmak értékei közötti különbségek jól rávilágítanak. A kollektivista társadalmakban nagy hangsúly helyeződik a tartozási csoporttagok felé irányuló törődésre, anélkül, hogy más csoportok tagjaira ez kiterjedne, míg az individualista társadalmakban nincs éles választóvonal a kettő között.

Az érték típusok egymással meghatározott viszonyban állnak, amely egy érték-struktúrát hoz létre. Egyik elterjedt ábrázolása egy kör, amelyben minden cikkely egy értéket képvisel. Az egymás mellett elhelyezkedő értékeknél nincsenek éles határok. Az egymáshoz térben közel elhelyezkedő értékek közel vannak egymáshoz jelentésben, az átellenesek meg konfliktusban állnak egymással. Például az egymás mellett elhelyezkedő stimulációban és a hedonizmusban az a közös, hogy mindkettő jóleső arousal elérésére törekvést foglal magába. Az átellenes értékekre példa, hogy az univerzalizmus és jótekonyság ellentétben áll a teljesítménnyel és hatalommal, abban, hogy az egyikben egyenlőnek fogjuk fel a többieket és számítanak az ő érdekeik is, míg a második esetben a másokhoz viszonyított kiemelkedés jelenik meg valamilyen formában. Hasonlóképpen, a hedonizmus konfliktusban áll a konformitással és tradícióval, mert az egyikben az örömök elérésére törekszünk, a másikban pedig az impulzusokat korlátozzuk. Egy dimenzió, amely alapján két térfélre oszthatjuk az értékek körét a már tárgyalt érdekek dimenziója. Az elsősorban személyes érdekekre vonatkozó hatalom, teljesítmény, hedonizmus, stimuláció és önirányítottság egy régiót képez, velük átellenesen helyezkednek el a kollektív érdekeket szolgáló értékek (jótekonyság, tradíció, konformitás). A kettő

terület között képez átmenetet az univerzalizmus illetve a biztonság. A másik dimenzió a nyitottság és a megőrzés közötti ellentétre épül. Az egyik oldalon a független cselekvés és változásra való készség áll, a másikon az önkorlátozás és a fennálló társadalmi rend megőrzése. A két dimenzió alapján négy szeletre oszthatjuk az érték-kört. A *nyitottság a változásra* csoportba az önirányítottság, stimuláció és részben a hedonizmus tartozik. Az *önmegvalósításba* a teljesítmény, hatalom és részben a hedonizmus. A *megőrzés* tartományba a biztonság, konformitás, tradíció, míg az *önkiterjesztésbe* az univerzalizmus és jótékonyosság (Schwartz, 1992, 1994).

Az itt felvázolt érték-struktúra kulturközi vizsgálatok alapján univerzálisnak tekinthető. Schwartz számos kutatásban (Schwartz, Bilsky, 1987, 1990; Schwartz 1992, 1994; Schwartz és mtsai 2001; Schwartz, Sagiv, 1995) vizsgálta, hogy különböző kultúrákban is megkapja-e az értékek imént ismertett rendszerét. Azt találta, hogy a nyitottság-megőrzés és önkiterjesztés-önmegvalósítás dimenzió megtalálható gyakorlatilag mindegyik vizsgált mintán valamint az egyes értékek nagy arányban ugyanabba a 10 érték-típusba tartoznak. Kisebb eltérések természetesen előfordulnak minden mintán, de a 10 érték típus beazonosítható és ugyanolyan struktúrát alkot. Az 1994-es kutatásban 141 fős magyar minta is szerepelt.

Érték - hiedelem - norma modell

A norma aktivációs modell számos alkalmazásával találkozhatunk. Stern és munkatársai (1985-86) egyik korai munkájukban az ipar és a kormány számára tulajdonított felelősséget vizsgálták. Mérték a környezettudatosságot, a vegyszerek következményének tudatosságát, a kormány számára tulajdonított felelősséget, az ipar számára tulajdonított felelősséget, a kormány beavatkozására irányuló normát, az ipar beavatkozására irányuló normát, a kormány befolyásolására való elköteleződést és az ipar befolyásolására való elköteleződést. Azt találták, hogy az ipar beavatkozására irányuló normának közvetlen hatása van annak befolyásolása mellett való elköteleződésre. Ugyanolyan mértékű a közvetlen hatása a környezettudatosságnak és a vegyszerek következményének tudatosságának. A felelősség tulajdonítása erősen bejósolja a normákat, emellett a következmények tudatossága is. Az ipar számára tulajdonított felelősség függ a következményének tudatosságától és a környezettudatosságtól, míg ez utóbbi egyben bejósolja az előbbit is. Tehát az ipar esetében működik ugyanaz a modellt, amelyet az egyénekre fejlesztettek ki. Viszont a kormánytól akkor is elvárják a beavatkozást, ha nem tartják felelősnek a környezetben esett kárért.

Stern és munkatársai (1993) a háromféle környezeti érték társadalmi és politikai tevékenységre való hatását is vizsgálták. Mind az egoista, mind a társas- altruista, mind a bioszferikus érték hatott a neki megfelelő következmény-tudatosságra, az pedig a politikai magatartásra, ami azt mutatja, hogy mindhárom értékorientáció bejósolja a viselkedést azoknál, akik hisznek benne, hogy a környezet állapota negatív következménnyel van a releváns értékként szereplő tárgyra (egyén, társak, természet). Nemi különbségek mutatkoztak a következmények tudatossága terén (a nők fenyegetőbbnek érzik a környezetszennyezést), viszont a környezeti értékek terén nem. Egy másik politikai magatartásra vonatkozó kutatásban (Stern, Dietz, 1994) a Schwartz-féle értékek alapján létrehozott értékorientáció skálákkal azt találták, hogy az értékorientáció közvetlenül, és a hiedelmeken keresztül közvetve is befolyásolja a viselkedést. A nem szintúgy közvetve és közvetlenül hat. A nőknek erősebb volt a viselkedési szándéka, azután is, hogy kontrollálták a hiedelmeket és értékeket, és másféle értékeket mutattak, mint a férfiak. A környezetrombolással jobban tisztában voltak, és erősebbek voltak a környezetre vonatkozó értékeik. Emellett érdemes megemlíteni, hogy mindkét előbb ismertetett kutatás szerint a háromféle értékorientáció pozitív interkorrelációban áll egymással, tehát nem zárja ki egymást.

Stern és munkatársai (1995) összefüggést kerestek a következmények tudatossága és az Új Környezeti Paradigma (New Environmental Paradigm, NEP) között. A NEP azt méri, hogy az emberek mennyivel inkább tekintik magukat a természet részének, mintsem annak felhasználójának. A természetre vonatkozó és az ember környezetre való hatására vonatkozó átfogó hiedelmeket mér (Dunlap, Van Liere, 1978). A NEP átdolgozott változata (Dunlap és mtsai, 1992) 15 tételt tartalmaz, amelyek közül 12 állítás a természet jelenlegi és jövőbeni állapotával kapcsolatos. A maradék három az emberek relatív jogaira vonatkozik, ezért inkább normákra utal. A vizsgálatban hetet használtak fel viselkedési szándéokra, általános és specifikus következménytudatosságra és értékorientációra vonatkozó mérőeszközök mellett. A NEP illetve az általános környezeti hiedelmek a viselkedési szándékkal (következmény-változó) és az értékekkel (előzmény-változó) is ugyanolyan irányú és megközelítőleg azonos mértékű korrelációt mutattak. Ez, és az hogy egymással szoros kapcsolatban álltak, azt mutatja, hogy a két mérőeszköz hasonló jelenséget mér. Mindezt alátámasztandó faktoranalízist is végeztek a hét NEP tétel és az érték tételek együttes felhasználásával. A NEP elkülönült faktort alkotott a különféle érték-orientációktól, tehát különálló dimenzióról van szó. Egy másik faktoranalízisben a NEP és az általános hiedelmek skála szerepelt együtt. A tételek keveredtek a két létrejövő faktorban, tehát pszichometriailag nem választhatóak szét. Egy hasonló kutatásban (Stern és mtsai, 1999) az altruista értékorientáció egyaránt erősen hatott a NEP-re és az általános

nos hiedelmekre. A többi érték típus kevésbé konzisztensen jelezte előre ezeket a függő változókat.

Nordlund és Garvill (2002) svéd mintán tesztelte az érték – hiedelem - norma modellt. Azt feltételezték, hogy az általános értékorientációk hatnak a környezeti értékekre (ökocentrikusság - antropocentrikusság), és mindkettő szint hat a probléma tudatosságra, majd mindez együtt hat a személyes normára, ami végül a viselkedéshez vezet. Az önkiterjesztés és az ökocentrikusság pozitívan hat a személyes normára, míg az önmegvalósítás és az antropocentrikusság negatívan. Az értékorientációk egyben hatnak a probléma-tudatosságra is, mivel arra ösztönzik az egyént, hogy információt gyűjtsön az adott tárgyról. A probléma-tudatosságot az egyénre, a környezetre, a többi emberre vonatkozó és általános következmények tudatosságából nyerték a tételek átlagolásával. A viselkedés méréséhez egy 25 állításból álló skálát használtak. Az önkiterjesztés pozitívan hatott az ökocentrikusságra, a probléma-tudatosságra és személyes normára, az önmegvalósítás negatívan hatott az ökocentrikusságra és a probléma-tudatosságra, viszont pozitívan hatott az antropocentrikusságra. Az ökocentrikusság pozitívan hatott a probléma-tudatosságra és a személyes normára, az antropocentrikusság pedig negatívan hatott a probléma-tudatosságra. A személyes norma erős pozitív kapcsolatban állt a viselkedéssel. Ezzel demonstrálták, hogy az általános értékek közvetve vannak hatással a környezetvédő viselkedésre a környezeti értékeken, probléma-tudatosságon és a személyes normán keresztül. Egy másik kutatásukban (Nordlund, Garvill, 2003) az autóhasználat csökkentését vizsgálták. A probléma-tudatosságot felosztották általános és specifikus tudatosságra. Az általánosan belül megkülönböztették az emberiségre és a természetre vonatkozót, míg a specifikuson belül az autóhasználatra, mint okra illetve a helyzet súlyosságára vonatkozót. Azt találták, hogy az önkiterjesztés, az ökocentrikusság és az antropocentrikusság befolyásolja az emberiségre vonatkozó probléma-tudatosságot, az önkiterjesztés és az ökocentrikusság a természetre vonatkozó probléma-tudatosságot, a természetre vonatkozó probléma-tudatosság befolyásolja az emberiségre vonatkozó probléma-tudatosságot, az általános probléma-tudatosság befolyásolja a specifikus probléma-tudatosságot, az pedig a személyes normát, amely az autóhasználat csökkentésére való hajlandósághoz vezet. A személyes normára közvetlenül hat még az önkiterjesztés és az ökocentrikusság. A specifikus problématudatosságok közül az autóhasználatra, mint okra vonatkozó befolyásolja a helyzet súlyosságára vonatkozót.

Gärling és munkatársai (2003) modelljében az egoista, a társas-altruista és bioszferikus következmény-tudatosság befolyásolja a tulajdonított felelősséget, az a személyes normát, az pedig a viselkedési szándékot. Felmérték az értékorientációt is két csoportot különítve el: a társas

orientáltságúakat (prosocial) az egyéni orientáltságúaktól (proself). Az eredeti modellhez képest különbségek mutatkoztak, amikor a két csoportra külön tesztelték a modellt: a társas értékorientációjú csoportnál az egoista következmény-tudatosság nem állt összefüggésben a tulajdonított felelősséggel, az egyéni orientáltságú csoportnál pedig a társas-altruista következmény-tudatosság nem mutatott kapcsolatot a tulajdonított felelősséggel.

Bratt (1999) modelljében az észlelt társas norma és a feltételezett következmények hatnak a személyes normára, az pedig a viselkedésre. Viszont a személyes norma hatása kisebb, ha kevesebb akadály állja útját a viselkedésnek. Összehasonlították két alcsoport válaszait. Akiknél könnyebb volt szelektív hulladékgyűjtést megoldani, kisebb összefüggés mutatkozott a szelektív hulladékgyűjtésre vonatkozó személyes norma és a viselkedés között.

McFarlane és Boxall (2003) kanadai környezeti aktivistákat vizsgáltak az erdőgazdálkodás szempontjából. A következő kognitív hierarchia modellre építették a kutatást: az alapvető értékek befolyásolják a környezeti értékorientációt (ökocentrikus - antropocentrikus,) azok a specifikus attitűdöket (itt: az erdőgazdálkodás), azok pedig a viselkedést. Mindezekre hatnak még a demográfiai (nem, kor, lakóhely, végzettség, jövedelem) és szocializációs (van-e a hozzátartozók között, aki az erdőgazdálkodásban érintett, ill. tagja-e környezetvédő szervezetnek) háttértényezők, továbbá a tudás összekötő kapocsként működik az értékorientáció és a specifikus attitűdök között, mindkettőre hatva. Az eredmények szerint az idősebbek, és akiknek van erdőgazdálkodásban érintett hozzátartozója antropocentrikusabb hozzáállást mutatnak, míg a nők és a környezetvédő szervezetek tagjai kevésbé. A ökocentrikus hozzáállás inkább jellemző a nőkre és a városiakra. Az idősebbek, a magasabb végzettségűek, a környezetvédő szervezetek tagjai, a magasabb ökocentrikus pontszámot elérik, és akik a legtöbbet tudtak a témáról, rosszabb véleménnyel voltak az erdőgazdálkodásról. Míg az antropocentrikus beállítottságúak jobb véleménnyel voltak. A környezetvédő viselkedésben a környezetvédő szervezetek tagjai emelkedtek ki, továbbá azok, akiknek az attitűdje a legelítélőbb volt, és akik a legtöbbet tudtak az erdőgazdálkodásról. Viszont a viselkedést nem jósolták be a demográfiai tényezők, illetve az ökocentrikus hozzáállás pont a fordított irányban befolyásolta a viselkedést, mint azt a hipotézisben várták, s mint azt sok megelőző tanulmány mutatta. A jelen kutatás alátámasztotta azt a megközelítést, hogy az antropocentrikusságot és ökocentrikusságot külön dimenzióként kell kezelni (Gagnon-Thompson, Barton, 1994), mivel a két változó eltérő hatást mutatott.

Schultz (2000) az empátia és a környezettudatosság összefüggését vizsgálta. A környezettudatosságot ő a Stern-féle környezeti érték szinonimájaként használja. Feltételezte, hogy ha valaki egy állat perspektíváját felveszi, akkor nagyobb szintű bioszferikus környezettudatosságról

tesz majd tanúbizonyságot. 2x3 kísérleti felállást alkalmazott, ahol a kísérleti személy kétféle instrukció közül az egyiket kaphatta, vagy objektívnak kellett maradnia, vagy a képen bemutatott szereplő helyébe képzelnie magát. Háromféle képsorozatot mutattak: emberek a természetben, állatok a természetben, a környezetszennyezéstől szenvedő állatok. A kísérleti változók háromféle környezettudatosságra való hatásában interakció mutatkozott. A bioszferikus és az altruista környezettudatosság magasabb a perspektívát felvevő személyeknél, amennyiben a szenvedő állat képét kapta.

Schultz munkatársaival (2004) a természethez való viszonyulás és a környezettudatosság összefüggését is nézte. Az előbbihez egy implicit mérőeszközt fejlesztettek ki, amellyel azt mérték, hogy a vizsgálati személy mennyire kötődik a természethez. Emellett az Új Környezeti Paradigma Skálát (New Environmental Paradigm Scale, NEP) is használták (Dunlap, Van Liere, 1978). Az eredmények azt mutatták, hogy a bioszferikus környezettudatosság pozitív összefüggésben van azzal, hogy mennyire érzi magát valaki a környezet részének és mennyire kötődik hozzá, míg az egoista és altruista környezettudatosság negatív kapcsolatban áll azzal, hogy valaki mennyire tekinti magát a természet részének, ill. az egoista környezettudatosság negatív kapcsolatban áll a természethez való kötődéssel is.

A környezeti értékek

Az érték – hiedelem – norma modell egyik központi fogalma a környezeti érték. Stern munkásságában (pl. Stern és mtsai, 1993; Stern, Dietz, 1994; Stern és mtsai, 1995; Stern és mtsai, 1998; Stern és mtsai, 1999) a környezeti értékek három fajtáját különbözteti meg. Az egoista értékorientáció az egyén jólétét tartja szem előtt, altruista értékorientáció a többi emberét, a bioszferikus pedig a természetét.

Gagnon Thompson és Barton (1994) a környezeti értékeknek az eddigi megközelítéstől kicsit eltérő, de szintúgy megfontolásra érdemes csoportosítását alkalmazta: két csoportra osztotta őket, ökocentrikusra és antropocentrikusra. Az ökocentrikus személyek a természetet önmagáért értékelik, míg az antropocentrikusok azért, mert az állapota befolyásolja az életminőséget. Az ökocentrikusokra kevésbé jellemző a környezeti kérdésekkel kapcsolatos apátia, nagyobb valószínűséggel mutatnak környezetvédő viselkedést és csatlakoznak környezetvédő szervezetekhez. Az antropocentrikusok ezzel szemben apatikusabbak, kevesebb környezetvédő tevékenységet végeznek, beleértve a környezetvédő szervezeti tagságot. A kétféle értékorientáció egymástól függetlenül hat a függő változókra, ami azt jelzi, hogy mindkét jelenséget

érdemes figyelembe venni. A megismételt kutatásukban viszont nem találtak összefüggést az antropocentrizmus és a viselkedések között. Ennek esetleges okaként a két minta életkori eltérését sejtették, de amikor ezt almintákkal leellenőrizték, ez a feltételezés nem bizonyosodott be. Az egymásnak ellentmondó eredmények további vizsgálódást tennének szükségessé.

Schulz (2000) faktoranalízis segítségével tesztelte a hármas struktúra megalapozottságát, és összehasonlította a kétfaktoros és az egységes környezettudatosság verziókkal. A természet-szennyezés káros következményeinek elszenvedőire vonatkozó nyílt végű kérdésre adott válaszokat kódolta. A feltáró faktoranalízis és az azt követő konfirmatív faktor analízis megerősítette, hogy az észlelt áldozatok három csoportba sorolhatóak: a bioszféra elemei, az én és más emberek. A három faktorba sorolás szignifikáns illeszkedésváltozást eredményezett a Gagnon Thompson – Barton-féle kétfaktoros megoldáshoz képest.

A kétfaktoros megoldás bizonyítására is készült faktoranalízises eljárás (Milfont, Duckitt, 2004). Több felhasznált környezeti érték kérdőív tételeit feltáró faktoranalízissel két csoportba osztották, amelyek megfeleltethetőek az antropocentrizmusnak és az ököcentrizmusnak, majd konfirmatív faktor analízissel bebizonyították, hogy az egyfaktoros megoldásnál jobb illeszkedést eredményez. Másodfokú faktorokba rendezéssel is ugyanez az eredmény jött ki. Tehát nem egy dimenzió két átellenes pontjáról van szó, hanem két különálló jelenségről. A két faktor egymással pozitív korrelációban áll, tehát nem teljesen független. (Ezen a ponton vitatkoznak Wiseman és Bogner (2003) álláspontjával, akinél a biocentrikus és antropocentrikus értékek külön dimenziót alkotnak.) Más változókkal való kapcsolatuk a diszkrimináns validitást támasztja alá: Az ököcentrizmus bejósolta a környezetvédő viselkedést, míg az antropocentrizmus az ún. gazdasági liberalizmust. (Ez utóbbi az új környezeti paradigmával szembeállítható domináns társas paradigma gazdasági dimenziója.)

A környezeti értékek prediktorai az általános értékek. Az ököcentrizmussal pozitív kapcsolatban áll az univerzalizmus, negatív kapcsolatban a hatalom és a tradíció. Az értékek a variancia 12%-át magyarázzák. Az antropocentrizmussal a jótékonyosság negatív kapcsolatban áll, a hatalom, tradíció, konformitás és biztonság pedig pozitív kapcsolatban. Ezek együtt a variancia 15%-át magyarázzák (Schultz, Zelezny, 1999).

Az értékorientációk és a környezeti értékek között átfedés található. Stern és munkatársai (1995; Stern, Dietz, 1994) az értékorientációk kapcsolatát vizsgálta a környezeti értékekkel. Feltételezték, hogy Schwartz értékei közül sok besorolható az egoista, társas-altruista és a bioszferikus értékek közé. Az önérvényesítés értékorientációt az egoistával állították párhuzamba, az önkiterjesztést pedig a társas-altruistával. Ezen túlmenően az önkiterjesztés tartalmaz a környezetvédelemre vonatkozó értékeket is. A Schwartz-féle értékek közül 32-t hasz-

náltak fel, és még két ökológiai értéket adtak hozzá (a környezet-szennyezés megelőzése, a Föld tisztelete). A faktor analízis négy faktort különített el: Az első faktor az önkiterjesztés értékorientációnak felelt meg, valamint magába foglalta az ökológia értékeit is. Így ezt bioszferikus – altruista faktornak nevezték el. A második az önérvényesítés értékorientációnak illetve az egoista környezeti értéknek feleltethető meg, ezt egoista értékorientációnak nevezték el. A harmadik faktor a nyitottság a változásra értékorientációt jelenítette meg. A negyedik pedig a megőrzés orientációt, ezt tradicionálisnak nevezték. Az így létrejött csoportosítás egyfajta ötvözete lett a Schwartz-féle értékorientációknak és a Stern-féle környezeti érték - rendszernek. Hiányossága, hogy nem tudta szétválasztani az altruista és a bioszferikus környezeti értékeket. Az értékorientációk közvetve és közvetlenül is hatnak a viselkedési szándéokra. A bioszferikus - altruista pozitív összefüggésben áll a környezetvédő politikai viselkedéssel, az egoista pedig negatív kapcsolatban. A másik két orientáció nincs hatással. A következményekkel kapcsolatos hiedelmek közül a bioszférára, az énrre és másokra vonatkozó következményt szerepeltették. A bioszferikus – altruista értékorientáció mindhárom következménytudatosságra pozitívan hat, az egoista a bioszférára vonatkozó következmény tudatosságra negatívan, a tradicionális pedig a bioszférára és az énrre vonatkozó következmény tudatosságra is negatívan hat. Ezt úgy értelmezik, hogy az értékorientációk aktív filterként hatnak az információ feldolgozásra. A tradicionális és egoista értékekkel rendelkezők tagadják, hogy az emberi tevékenység veszélyeztethetné a környezetet, akik viszont önmagáért tartják fontosnak a természetet, elfogadják ezt a feltételezést.

Az előző kutatásra épülő újabb vizsgálatban (Stern és mtsai, 1998) 26 értéket választottak ki az abban használtak közül. Itt is hasonló négyfaktoros megoldást találtak. Az értékorientációk hatással voltak a környezetvédő viselkedésekre (politikai viselkedés, fogyasztói magatartás és az áldozathozatalra való hajlandóság). Az önkiterjesztés bizonyult a legerősebb bejósoló erejűnek minden viselkedés csoportra nézve. Az önérvényesítés (egoista értékek) negatívan viszonyul a politikai magatartáshoz, a megőrzés szintűgy negatívan a politikai magatartáshoz és az áldozathozatalra való hajlandósághoz. A kutatás eredményeit felhasználva kifejlesztettek egy rövid érték kérdőívet is, amelyet ennél és az előbb ismertetett vizsgálatnál is teszteltek. A viselkedésekkel való összefüggések hasonló mintázatot mutattak.

Az értékek, mint a környezetvédő viselkedés közvetlen háttértényezői

Ugyan az összetettebb modellekkel sűrűbben találkozhatunk a környezetvédő viselkedés magyarázatára hivatott kutatásokban, az értékek közvetlen hatását vizsgáló kutatásokra is akad példa. Némely kutatás az általános értékek környezetvédelemre kifejtett közvetlen hatását vizsgálja. Thøgersen és Ölander (2002) az értékek és a környezetvédő viselkedés kapcsolatának irányát kívánták felmérni. A kérdés az volt, hogy csak az értékek hatnak-e a viselkedésre, vagy viszont is, hathat-e a viselkedés az értékekre. Longitudinális vizsgálatban egy év eltéréssel felmérték dán alanyok viselkedését és értékstruktúráját, és cross-lagged panel analízissel elemezték. Az értékek nem változtak az egy év leforgása alatt. A dánok a jótékonyt, az univerzalizmust és a hedonizmust tartják fontosabbnak, mint a hatalmat vagy a teljesítményt. A környezetvédő viselkedés mértéke, szemben a stabil értékstruktúrával, növekedett. Az összefüggések elemzésénél szignifikáns cross-lagged hatást csak az univerzalizmus mutatott, mégpedig az értékek felől a viselkedés felé mutató irányba. A vizsgálatban két almintát is összehasonlítottak, az egyikben az év során jelentős változások voltak a hulladékgyűjtés körülményeiben. Ez utóbbi csoportnál erősebb volt az értékek hatása, ami azt mutatja, hogy az értékek fontosabb szerepet töltenek be akkor, ha a viselkedés megváltozására nagyobb lehetőség kínálkozik. Emellett itt jelentősebb volt a viselkedésváltozás mértéke.

Az értékorientációk és a környezetvédő viselkedés közvetlen kapcsolatának vizsgálatára is találhatunk példát. McCalley és Midden (2002) szimulált kísérletükben a célképzés energiamegtakarításra kifejtett hatását vizsgálták. Számítógépes szimulációval mosásokat végeztek a kísérleti személyekkel. Négy kísérleti csoport volt: az elsőben saját energiamegtakarítási célt állítottak fel és kaptak visszajelzést a megtakarításról, a másodikban a kísérletvezető állított fel célt és szintűgy volt visszajelzés, a kontroll csoportban csak visszajelzés volt, célképzés nem. Felmérték az értékorientációt is: két csoportot különítettek el, a társas orientáltságúakat, és az egyéni orientáltságúakat. A két kísérleti csoport szignifikánsan több energiát takarított meg, mint a kontroll csoport, viszont a kétféle célképzés között nem találtak eltérést. A társas orientációnak önmagában nem volt hatása, de a célképzéssel interakciót mutatott: az egyéni orientáltságú személyek számára az volt hatásosabb, ha maguk állíthattak fel egy elérhető célt, míg a társas orientációval jellemezhető személyek számára a kívülről kapott cél bizonyult hatásosabbnak.

Dietz és munkatársai (2002) a környezetvédő viselkedésben jelentős szerepet betöltő értékrendszer nemi eltéréseit is fel kívánta tárni, mivel sok kutatás vizsgálta a környezetvédő visel-

kedésben fellelhető nemi különbségeket, de az értékek szerepét nem nézték. Azt találták, hogy nincs eltérés az értékek struktúrájában, tehát ugyanazokat a faktorokat lehet képezni belőlük. Viszont a prioritásokban van eltérés: a nők magasabbra értékelik az altruizmust, ami valószínűleg részben megmagyarázza, miért találják általában magasabbnak a nők környezetvédelem iránt tanúsított attitűdjét, magatartását. Ezt az is bizonyítja, hogy miután kontroll alatt tartották az értékeket, és úgy vizsgálták a nemnek az Új Környezeti Paradigma Skálára (Dunlap, Van Liere, 1978) kifejtett hatását, az összefüggés 0,4-ről 0,17-re esett vissza.

A személyiségvonások kapcsolata a környezetvédő viselkedéssel

A környezetvédő viselkedés és a személyiségvonások kapcsolatának kutatása nem rendelkezik kiterjedt szakirodalommal. Mindössze az Eysenck-féle háromfaktoros személyiségrendszer és a környezeti értékek közötti összefüggés vizsgálatára sikerült egy példát találnom. Wiseman és Bogner (2003) a pszichotocizmus, extravertió és neuroticizmus összefüggését nézték az ököcentrikus és antropocentrikus környezeti értékekkel. Eysenck rendszerében az emberek leírhatóak személyiségvonásokkal, amelyek kisebb vagy nagyobb mértékben jellemzik őket. Ezek a vonások valamilyen mintázatban összefüggnek egymással, és átfogóbb kategóriákat képeznek, a típusokat. A vonásokat tekinthetjük első fokú faktoroknak, s ezekből képezhetők másodfokú faktorok, a típusok. Ez utóbbiak az extravertió és a neuroticizmus, amelyekhez Eysenck később még hozzákapcsolta a pszichotocizmust is. Egy másik gyakran használt megközelítés az ötfaktoros modell (részletesen lásd lentebb), az ún. Nagy Ötök. Eltérés a kettő között a pszichotocizmusban van az Eysenck-modell részéről, és a nyitottság, lelkiismeretesség és kellemesség faktorokban a Nagy Ötök részéről. Viszont ezek között átfedés található. Eysenck a lelkiismeretesség és kellemesség faktoroknak a pszichotocizmust felelteti meg. (Wiseman, Bogner, 2003 nyomán).

Amint várható volt, az extravertió nem játszik szerepet a környezetvédő viselkedésben, a neuroticizmus az ököcentrikus értékkel függ össze ($p = 0,136$), míg a pszichotocizmus pozitív kapcsolatban áll az antropocentrikussággal ($p = 0,233$) és negatív kapcsolatban az ököcentrikussággal ($p = -0,249$). Témánk szempontjából most a pszichotocizmus játszik szerepet, mivel - mint említettem - az feleltethető meg valamilyen szinten a kutatásomban szerepeltetett lelkiismeretességnek. A pszichotocizmus fordított viszonyban áll a lelkiismeretességgel, így ezek az eredmények megerősíteni látszanak a lelkiismeretesség és a környezetvédő

viselkedés közötti pozitív kapcsolatra vonatkozó hipotézisemet. Itt viszont nem a viselkedést, hanem a környezeti értéket vizsgálták, ami - mint már volt szó róla - a viselkedés prediktora.

Egészségmagatartás

Az egészségpszichológia olyan alkalmazott pszichológiai tudományterület, amely az emberek jóllétének elősegítésével és megtartásával foglalkozik. Egyik jelentős témakör ezen belül az egészségmagatartás vizsgálata. Az egészségmagatartáshoz mindazok a magatartások tartoznak, amelyeket valaki azért végez, vagy éppen nem végez, hogy egészségét megőrizze: megelőzze a betegségeket és fejlessze egészségét. A koncepció sok tekintetben párhuzamba állítható a már tárgyalt környezetvédő viselkedéssel. Az egészségmagatartás meghatározása nem egyértelmű sok esetben, mivel egy adott viselkedés egészségre való hatását nem mindig lehet pontosan beazonosítani a rendelkezésre álló tudományos eredmények alapján. A környezetviselkedéshez hasonlóan az egészségviselkedésnél sincs egyértelmű kapcsolat az egészségmotiváció és viselkedés között. Egy adott egészségviselkedés állhat más motiváció talaján (pl. testmozgást esztétikai megfontolásból vagy társas motivációból is lehet végezni), vagy az egészségmotiváció téves ismeretek alapján vezethet olyan viselkedéshez, amely valójában nincs a kívánt hatással az egészségi állapotra. Továbbá itt is fennáll, hogy többszörös motiváció állhat egy adott viselkedés hátterében, amelyek erősíthetik, vagy kiolthatják egymást. Kultúránkban az egészségmagatartásnak valamiféle kultusza is kialakulóban van, ami a testet tárgyiasítja és a személyes felelősséget hangsúlyozza. Ez a tendencia ahhoz vezethet, hogy akaratgyengének bélyegezik azokat, akik nem egészségesek. Ez a megközelítés figyelmen kívül hagyja a társadalmi kontextust (Urbán, 2001).

Az egészségmagatartást többféle szempontból csoportosíthatjuk. Vannak viselkedések, amelyek új magatartás felvételét igénylik, míg más esetben már meglévő magatartásokat kell módosítani. Új magatartás felvételére lehet példa a testedzés elkezdése, míg a módosításra az étkezési szokások módosítása. Különbözhetnek a viselkedések a gyakoriságuk alapján: vannak olyan ritka viselkedések, amiket elég akár egyszer is elvégezni, pl. védőoltás beadatása, és vannak olyanok, amiket a mindennapi életvitelbe kell beilleszteni. Ez utóbbiaknál a személyiség önszabályozó folyamatai jóval fontosabb szerephez jutnak. Feloszthatjuk a viselkedést az alapján is, hogy egy veszély kivédését szolgálja-e, pl. szűrővizsgálat elvégzettetése, vagy az egészség megerősítését eredményezi, pl. étkezési szokások. Továbbá különbséget tehetünk jól meghatározott viselkedések és nehezen meghatározható viselkedések között. A szűrővizsgálata-

ton való részvétel könnyen beazonosítható viselkedés, míg a megfelelő étkezési szokásokat nehéz meghatározni, mert sokféle és összetett viselkedéssel és döntéssel jár (Urbán, 2001). Az egészségmagatartás szempontjából különbség van a kelet-európaiak és a nyugat-európaiak között. Ez azért is érdekes, mert a kutatásom magyar mintán készült, míg a legtöbb hivatkozott irodalom nyugati mintán. Steptoe és Wardle (2001) egyetemisták egészségviselkedését hasonlították össze öt nyugat-európai és három kelet-európai országban (Magyarország szerepelt a vizsgálatban). Azt találták, hogy Kelet-Európában többen dohányoznak, kevesebbet végeznek testedzést, nagyobb valószínűséggel fogyasztanak alkoholt, kevésbé ügyelnek a zsiradékbevitelre és a rostban gazdag táplálkozásra, több sót fogyasztanak, kevésbé valószínűen használnak biztonsági övet és napvédő krémet. A változókból készített index alapján a keletieknek 24%-a volt jellemezhető egészséges életvitellel, míg a nyugatiaknak 36%-a. A rizikó-tudatosság is kisebb volt a kelet-európai mintán, továbbá jobban jellemző a külső kontroll az egészséggel kapcsolatban. A keletieknek nagyobb eséllyel voltak depressziós tünetei és alacsonyabb társas támaszt tudhattak maguk mögött. Mindezek alapján a nyugat-európai fiatalok nagyobb védettségét állapíthatjuk meg. Viszont a kelet-európaiak nagyobb fontosságot tulajdonítottak az egészségnek.

Az egészségmagatartás mérése

Az egészségmagatartás tartalmi szempontok alapján is csoportosítható. Egy lehetséges felosztás Urbán nyomán (2001) a következő csoportokat foglalja magába: táplálkozással, szexualitással, fizikai aktivitással, addikcióval, higiéniával, fizikai megjelenéssel, közlekedéssel valamint betegséggel és gyógyulással kapcsolatos viselkedések. Ezek jelennek meg a szakirodalomban az egészségviselkedés vizsgálatokor különféle összetételben.

Az étkezéssel összefüggő viselkedések csoportja az egyik leggyakrabban vizsgált egészségmagatartás csoport. Schwarzer és Renner (2000) az étkezés vizsgálatánál 7 tétellel 2 látens változót mért fel: a rostban gazdag étkezést és az alacsony zsiradékbevitelt. A kétféle látens változó 0.2 - 0.3 mértékben korrelált egymással. Wardle és munkatársai (2000) is a rostban gazdag (zöldség és gyümölcsfogyasztás) és az alacsony zsírtartalmú táplálkozást vizsgálták. Az átlagos napi fogyasztást adták meg egységekben, és elkülönülten elemezték a három változót. Conner és munkatársai (2002) szintúgy a rostban gazdag és az alacsony zsiradék-tartalmú étkezést vizsgálta, mivel mindkettő kimutatottan összefüggésbe hozható a keringési és rákos megbetegedésekkel. Mindkettő viselkedéscsoportot háromféle indikátorral mérték: az

észlelt étkezés szubjektív becslésével (14 és 7 tétel, átlagolva), egy objektívebb gyakoriság skálával (szintúgy átlagolt) és egy 63 tételes étkezési kérdőívvel, amelyből az elfogyasztott táplálékmenyiség alapján számoltak indexet az energia-bevitel adott összetevőre vonatkozó értéket felhasználva. Sheperd és Stockley (1985) a zsiradékfogyasztást vizsgálta. Hatféle étel fogyasztásának gyakoriságára kérdeztek rá, amelyek a leginkább felelősek a zsiradékbevitelért. Ételenként is, és összesített indexként is vizsgálták. A bioélelmiszerek fogyasztását többféleképpen is nézték. Thøgersen (1997) négyféle bioélelmiszer (tojás, tej, burgonya, hús) vásárlására kérdezett rá a megelőző két hétből. A négy megfigyelt változót használta fel a viselkedés látens változó megalkotásához a strukturális modellben. Grankvist és Biel (2001) burgonyát, tejet, húst és kenyeret használt és ezekből indexet alkotott átlagolással. Grunert és Juhl (1995) nyolc élelmiszer kategóriát használt. Ezek alapján három klasztert alkottak a vásárlás gyakorisága szerint (nem vesz, alkalmanként, rendszeresen). A genetikailag módosított élelmiszerek vizsgálatánál (Cook és mtsai, 2002) az élelmiszervásárlást a mögötte rejlő motíváció alapján különítették el. Az egészségtudatosságra vonatkozó az adalékanyagok figyelembevételére kérdezett rá. Urala és Lähteenmäki (2003) az ún. funkcionális élelmiszerek fogyasztását vizsgálta 6 termékkategóriában. A megelőző fogyasztás gyakoriságára kérdeztek rá, azon kívül interjú helyzetben a termékek és alternatíváik közötti választásokra kérték fel az alanyokat. Conner és munkatársai (2001) napló vezetésére kérték fel az alanyokat, hogy milyen gyakran fogyasztanak táplálék-kiegészítőket.

A testmozgás az egészségmagatartás egy másik csoportja. Sniehotta és munkatársai (2005) ötféle mozgástípus gyakoriságára kérdeztek rá. A hetente mozgással töltött idő összeadásával egy összesített változót hoztak létre, amin az eloszlás normálistól való eltérése miatt logaritmikus transzformációt hajtottak végre. Lippke és munkatársai (2005) bizonyos intervenciók hatására bekövetkező viselkedésváltozást mért a testmozgással kapcsolatban. Háromféle mozgás terén bekövetkezett változás mértékét becsültették meg az alanyokkal: a közlekedéssel kapcsolatos, a mindennapi és a tudatos rehabilitáció-specifikus mozgását. A három tételt mint indikátor változót használták strukturális egyenletekkel való modellezés során. Courneya és Hellsten (1998) a Godin Szabadidős Testmozgás Skála (Godin, Separd, 1985 in Courneya és Hellsten, 1998) szabadidős indexét használta, amely a könnyű, közepes és erős testmozgás gyakoriságának súlyozott átlagából kapható meg.

Az alkoholfogyasztás vizsgálatára is sok példa van. Murgraff és munkatársai (2003) az alkoholfogyasztási szokások kapcsán folytatott vizsgálatot. Az általános gyakoriságra kérdeztek rá, és az elmúlt két hét alatti fogyasztásra. Az alkoholfogyasztás mértékét egységben adták

meg, az egy bizonyos egység fölötti fogyasztást kérdezték. Theakston és munkatársai (2004) is az elfogyasztott italegységek alapján alakították ki változót az alkoholfogyasztásra.

A dohányzás (hiánya) is egy sűrűn vizsgált egészségviselkedés. Spielberger és munkatársai (2004) s nemdohányzók személyiségváltozóit hasonlította össze a dohányzókkal, illetve a füstmentes dohánytermék-fogyasztókkal. A felmérést megelőző hat hónap dohányzási szokásai alapján sorolták csoportba a válaszadókat. Joseph és munkatársai (2003) a dohányzás vizsgálatára a Fegestrom Nikotin Függőség Tesztjét (Heartherton és mtsai, 1991 in Joseph és mtsai, 2003) használták, amely egy hattételes skála a nikotinfüggőség mértékének megállapítására.

A szűrővizsgálatokra járás vagy önellenőrzés is fontos egészségviselkedés. Luszczynska és Schwarzer (2003) az emlővizsgálat gyakoriságát nézték. Három tételt használtak, amelyekből faktoranalízissel alkottak mérőszámot. Orbell és Sheeran (1998) méhnyakrák vizsgálaton való részvételt vizsgálta. A függő változót az adta, hogy egy éven belül megjelentek-e vizsgálaton. Tromp és munkatársai (2005) rákos betegeknél magatartás változóként használták a tünetek megjelenése és a szakemberhez fordulás között eltelt idő nagyságát, ezzel a halogatást, mint kockázati tényezőt mérve.

A biztonsági előírások betartása is az egészségmagatartás fogalmába tartozik. Wallace és Vodanovich (2003) a munkahelyi biztonságosságot vizsgálta. Vonatkozott kérdés az eszközhasználatra- és tárolásra, védőfelszerelés használatára, ezen kívül a megelőző három év bal-eseti statisztikáját is felhasználták mint függő változót. A szexuális viselkedéssel kapcsolatban is előkerül a rizikómagatartás és elkerülése. A HIV vírus elleni védekezéssel foglalkozó kutatások a rizikós szexuális gyakorlatot (pl. partnercsere gyakorisága, szex tudatmódosító szerek hatása alatt), a gumióvszer-használatot, és a kábítószer-használatot szokták vizsgálni (Stacy és mtsai, 2000; Trobst és mtsai, 2000; Trobst és mtsai, 2002).

Vannak vizsgálatok, amelyek nem csak egyféle viselkedéscsoportra fókuszálnak. Schroder és Schwarzer (2005) három viselkedéstípust mért: az étkezési viselkedést, a testmozgást és a dohányzást. Különböző ételkészlet típusok fogyasztásának gyakoriságára kérdeztek rá, a testmozgásnál pedig különböző mozgásfajtákkal hetente töltött órák számát használták fel egy aggregált változó létrehozására. Strecher és munkatársai (1986) áttekintő tanulmányukban az éhhatékonyosság és az egészségviselkedés kapcsolatával foglalkozó kutatásokat összegezték és a következő viselkedéscsoportokat taglalták: dohányzás, testsúlymegőrzés, fogamzásgátlás, alkoholfogyasztás és testmozgás. Vollrath és munkatársai (1999) a dohányzást, részegséget, ittas vezetést és kockázatos szexuális viselkedést vizsgálták együtt. Egy másik kutatásban Vollrath és Torgersen (2002) a dohányzást, az alkoholfogyasztást, a kábítószer-használatot és

a kockázatos szexuális magatartás személyiséggel való összefüggését vizsgálta. Roberts és Bogg (2004) a szerhasználatot vizsgálták. A dohánytermékek, az alkohol és a marihuána tartozott ide.

Ahol többféle viselkedéscsoport is vizsgálatra kerül, lehetőség van összesített változók létrehozására is. Norman (1995) a dohányzásból, rendszeres testmozgásból, alkoholfogyasztásból, és egy étkezésre vonatkozó dichotóm tételekből készített indexet a tételek összeadásával. Tromp és munkatársai (2005) rizikóviselkedések alapján két csoportot hoztak létre: rizikóviselkedéssel jellemezhető és nem jellemezhető egyéneket. Kétféle viselkedést vettek figyelembe: a dohányzást és az alkoholfogyasztást. Mindkét viselkedést egy –egy tétellel mérték. Ingledeu és munkatársai (1995) látens osztály vizsgálatot végeztek magatartás tételekkel. Testmozgást, alvást, dohányzást, alkoholfogyasztást (2 tétel), étkezési szokásokat (4 tétel: tesz-e cukrot teába, a tej zsírossági foka, ételek utánsózása, kenyér fajtája) mérték fel és elemeztek. A négyétkezési tételből egy változót alkottak, és úgy szerepeltették a modellben. Két osztályt különítettek így el, az egészségesen élőket és a kevert viselkedéssel jellemezhetőket. Jo és munkatársai (2003) négy viselkedéskategóriából alkottak indexet a kategóriák összeadásával: testmozgás, étkezés, vizsgálatok és testsúlyszabályozás. Ezek közül az étkezést két tétellel nézték, amelyek a rendszerességre kérdeztek csak rá, a többit eggyel. Steptoe és Wardle (2001) 12 egészségviselkedést dichotomizálva használt fel logisztikus regresszióhoz illetve alkottak egy egészséges életmód indexet is belőlük a tételek összeadásával. Étkezésre, dohányzásra, alkoholfogyasztásra, testmozgásra, önvizsgálatra, higiénia- és biztonsági öv és fényvédőkrém használatra vonatkozó tételekből állt össze a kérdőív. Artistico és munkatársai (2000) egy ún. egészségkereső viselkedés skálát használt, amely 20 dichotóm tételből állt. Ezek közül hét vonatkozott az étkezésre, négy a baleset-megelőzésre, kettő a szűrésekre és hét tétel az általános életmód elemeire.

Vannak skálák, amelyek több faktorra osztják az egészségviselkedést. Kristiansen (1986) két-faktoros viselkedés kérdőívet alkalmazott. A 42 tételből 25 a közvetett viselkedésre vonatkozott (pl. biztonsági öv használata, védőoltás elmulasztása), 17 pedig a közvetlen viselkedésre (pl. ittas vezetés, dohányzás). Wasylkiw és Fekken (2002) egy 27 tételű kérdőívűből négy egészségviselkedés klasztert alkotott: wellness viselkedés, baleset kontroll, közlekedési kockázatvállalás és szerhasználati kockázatvállalás.

Magyarázó modellek az egészségmagatartásra

Az egészségmagatartások magyarázatára a pszichológiában számos modell létezik. Egy lehetséges felosztás szerint (Urbán, 2001 nyomán) vannak kognitív elméletek, társas-kognitív elméletek és folyamatmodellek. Továbbá jelentős mennyiségű kutatás vonatkozik a személyiségjellemzők hatására. Ez utóbbival lentebb külön fejezetben fogok foglalkozni, mivel a kutatásomhoz az kapcsolódik közvetlenül. A többibe itt csak egy vázlatos betekintést nyújtok. A kognitív modellek közé tartozik az egészséghiedelem modell, a védelemmotiváció elmélete és az anticipált megbánás elmélete. Az egészséghiedelem modell szerint a magatartásra hat többek között a veszélyeztetettség észlelt komolysága, az észlelt veszélyeztetettség, a viselkedés észlelt nyeresége és a viselkedés költségei. A védelemmotiváció elmélete az egészség veszélyeztetettségére adott adaptív és maladaptív reakciókat írja le. Ezek két értékelő folyamat segítségével jönnek létre: a fenyegetés és a megküzdés értékelésével. Az anticipált megbánás elmélete szerint egy viselkedés elővételezett negatív hatása negatív érzelmi állapotot eredményez, és ez sarkallhat egészségvédő magatartás kivitelezésére. A társas-kognitív elméletek közé tartozik az indokolt cselekvés elmélete, a szándékolt cselekvés elmélete, és a próbálkozás elmélete. A szándékos és az indokolt cselekvés elméletét a környezetvédő magatartás kutatása kapcsán is sokat alkalmazták, részletesebben fentebb ismertettem őket. A próbálkozás elmélete az előbbieket kiegészítve azzal, hogy az attitűdöt felbontja összetevőkre: az anticipált siker illetve kudarc iránti és a célélérés folyamata iránti attitűdre. A folyamatmodellekben a viselkedések szakaszait írják le, mely szakaszok ciklikusan ismétlődhetnek. Egy lehetséges folyamat szakaszai: töprengés előtt, tépelődés, előkészület, cselekvés és viselkedésváltozás fenntartása. A modellek gyakorlati implikációja, hogy szakaszonként más stratégiákat érdemes kifejleszteni a viselkedés befolyásolásához. A folyamatmodellek közül Schwarzer egészségcselekvési folyamat megközelítését (pl. Schwarzer, Renner, 2000) érdemes kiemelni. Két fázisra osztja a magatartás adaptációt. A motivációs fázisban zajlik a mérlegelés és döntés, míg az akarati fázisban a kivitelezés. A motivációs fázisban a veszély percepciója, a kimeneti elvárások és az észlelt énhatékonyság játszik szerepet. Az énhatékonyságnak az akarati fázisban is kiemelt szerep jut.

Több prominens elmélet egybevetésével Fishbein és munkatársai (2001) kulcsváltozókat azonosítottak, amelyek közül több is jelen kell, hogy legyen az egészségmagatartás megjelenéséhez. Rendelkezni kell szándékkal a viselkedésre vonatkozóan. Nem lehet olyan környezeti gátló tényező, amelyik lehetetlenné tenné a viselkedés kivitelezését. A viselkedés végrehajtá-

sához szükséges képességekkel is rendelkezni kell. Szükség van pozitív attitűdre az adott viselkedés felé. A személynek hinnie kell benne, hogy a viselkedésből több előny származik, mint hátrány. A társas környezet normarendszerében jelen kell lennie az adott viselkedés támogatásának. A viselkedésnek konzisztensnek kell lennie a személy énképével. A viselkedéshez kapcsolódó érzelmi reakció pozitív legyen. Végül szükség van arra, hogy a személy úgy érezze, hogy képes megtenni az adott viselkedést.

Az értékek kapcsolata az egészségmagatartással

Az értékek és az egészségmagatartásra vizsgálatára nem sok példát találhatunk. Elsősorban azon viselkedéseknél vizsgálták, amelyek ugyanúgy tekinthetők a környezet védelmére irányuló viselkedésnek, mint az egészség védelmére. Grunert és Juhl (1995) a bioélelmiszerek vásárlása mögött rejlő értékeket térképezte fel. Elsősorban környezetvédelmi megközelítést használtak, de a vizsgált viselkedés egészségmagatartásnak is besorolható. Azt találták, hogy a bioélelmiszerek vásárlására irányuló „zöld” attitűd bejósolja a vásárlást, mint viselkedést. Akik jobb attitűddel rendelkeztek bioélelmiszer vásárlása iránt, nagyobb értéket tulajdonítanak az univerzalizmus, jótékonyág és önirányítás értékének. Ezek az önkiterjesztés és nyitottság értékei. Akik pedig nem rendelkeznek ezzel az attitűddel, a hatalmat, a biztonságot, konformitást és tradíciót tartják fontosnak, amelyek a megőrzés és önérvényesítés értékei közé tartoznak. A hedonizmus, a stimuláció és a teljesítmény irrelevánsnak mutatkozott.

Csukonyi (2003) a kábítószer-használat és a társas orientáció összefüggését nézte. Tendenciózus összefüggést figyelt meg a kollektívizmus szintje és a szer kipróbálásának valószínűsége között. Minél valószínűbb, hogy valaki kipróbálja a szert, annál kisebb kollektívizmus jellemzi. Schwartz (1990) a kollektív értékek közé a tradíciót, konformitást, és a jótékonyágot sorolja. Mivel a kollektívizmusban összeolvadnak a megőrzés és az önkiterjesztés bizonyos értékei, amelyek, mint fentebb látható volt, ellentétes hatással bírnak a bioélelmiszer iránti attitűdökre, hatásukat ennek a vizsgálatnak az eredményéből nem tudjuk beazonosítani. Továbbá ez a vizsgálat a kollektív orientációt négy tétellel mérte mindössze, amelyek a csoport-hovatartozás fontosságára voltak kihegyezve, így a konformitás és jótékonyág elemei fedezhetők fel benne valamennyire.

További egészségmagatartást értékkel kapcsolatba hozó kutatások az egészséget, mint értéket vizsgálták (pl. Kristiansen 1986; Norman, 1995; Tromp és mtsai, 2005). Az egészség fontosságára helyezett hangsúlyt értik alatta. A kutatások szerint ez az érték erős előrejelzője az

egészségmagatartásnak. Kristiansen (1986) ezen túlmenően az érdekes élet értékét is belevette kutatásába és az egészség értékéhez viszonyított fontosságot is nézte. Ez utóbbi viszonyított érték erősebb bejósoló értékkel bírt, mint a két érték külön vizsgálva.

Lelkiismeretesség

A személyiség ötfaktoros megközelítése

A személyiségvonások olyan tartós jellegzetességek, amelyek a környezetre való reagálás stílusának következetességét jelenítik meg, szituációkon átívelnek, öröklődnek, immúnisak a társas és szülői behatásokra és időben állandóak a felnőttkor során. Az ötfaktoros struktúra kultúrákon átível, sőt még az állatvilágban is fellelhető. (Olver, Mooradian, 2003)

Manapság sok kutató osztja a nézetet, hogy a személyiséget öt faktorról lehet a legegyszerűbben leírni. Az első ilyen próbálkozás 1961-ig nyúlik vissza (Tupes és Christal, 1961 in McCrae, Jonh, 1992), de csak az 1980-as években kezdett teret hódítani, amikor sokféle megközelítésből (önbeszámoló, nyelvelemzés, gyerekek, hallgatók, öregek, férfiak, nők, különböző nemzetiségek vizsgálatánál, különböző metódusok összevetésénél) is erre a konklúzióra jutottak. Két fő megközelítésnek számít a természetes nyelv emberi tulajdonságokra vonatkozó kifejezéseinek elemzése, és a kérdőíves felmérések eredményeinek faktoranalízisa. Eysenck (1964, 1975 in McCrae, Jonh, 1992) két fő faktort talált: az extroverziót és a neuroticitást. Ehhez Costa és McCrae (1980 in McCrae, Jonh, 1992) adta hozzá az élményekre való nyitottság dimenziót, majd később (1985, 1989 in McCrae, Jonh, 1992) a kellemesség és a lelkiismeretesség faktorokat. Ez az öt faktor gyakorlatilag minden személyiség kérdőívben fellelhető.

Az ötfaktoros személyiségelmélet azt feltételezi az emberekről, hogy *megismerhetőek*, tehát empirikusan vizsgálhatóak, *racionalisak*, tehát képesek megérteni magukat és másokat, *változatosak*, tehát különböznek egymástól és *proaktívak*, tehát cselekvéseik mozgatója belülről fakad, a személyiségük részt vesz az életük alakításában. A személyiség fő részei az alapvető tendenciák, a karakterisztikus alkalmazkodás (szokások, attitűdök, képességek, szerepek, kapcsolatok) és az énkép, perifériás összetevői a biológiai alapok (gének, agystruktúra), külső hatások és az objektív élettörténések. Az összetevők kapcsolatban állnak s köztük folyamatok zajlanak. Az egyéni eltéréseket több nézőpontból is értelmezni lehet. Az evolúciós pszichológia egyik megközelítése szerint a különböző személyiségű emberek különböző módon járul-

nak hozzá a faj fennmaradásához, a másik megközelítése szerint egy tulajdonság normál tartományon belüli változatai nincsenek összefüggésben a túléléssel, egyszerűen nem szelektálódtak ki (McCrae, Costa, 1999).

A Nagy Ötök (Big Five) öt faktora a személyiség alapvető dimenzióinak tekinthető, mivel (a) időben stabil és több értékelő személy esetén hasonló struktúrát kapunk, (b) a személyiség leírásához egyik sem hagyható el, (c) a faktorok univerzálisak: mindkét nemnél, minden életkorban és kultúrában fellelhetők, (d) a faktorok biológiai megalapozottságát az örökletesség bizonyítja (Costa, McCrae, 1992). Kulturközi összehasonlítással McCrae és Costa (1997) kimutatták, hogy különböző nyelvcsaládokban és kulturális közegekben is fellelhető az ötfaktoros személyiségstruktúra, ami a faktorok univerzális voltára szolgált bizonyossággal.

A megközelítést ért kritikák egy része azt kifogásolja, hogy túl kevés faktorról írják le a személyiséget (Mershon, Gorsuch, 1988 in McCrae, Jonh, 1992), amelyre McCrae és Jonh, (1992), válasza az, hogy az öt faktor nem meríti ki a személyiség leírását, hanem a vonások hierarchiájának legmagasabb szintjét képviselik.

A Nagy Ötök öt faktora az *extraverzió*, a *neuroticitás*, az *élményekre való nyitottság*, a *kellemesség* és a *lelkiismeretesség*. Az *extraverzió* a dominanciával és a melegséggel rokonítható egyszerre. Az *extraverzióval* jellemezhető emberek vidámak, beszédesek, uralkodóak, szociábilisek és melegek, míg az *introvertáltak* csendesek, visszahúzódóak, félénkek, szelídek és túlkontrollálják az impulzusokat. A *neuroticitás* a stresszre való reagálás különbségeit fedi le. Akik magas értéket érnek el, idegességre, lehangoltságra, büntudatra, testi panaszokra hajlamosabbak, alacsonyabb az önértékelésük, akik pedig alacsony értékkel bírnak, ellazultak, nyugodtak, nehéz őket kizökkenteni. Az *élményekre való nyitottsággal* jellemezhető emberek érzékenyek az esztétikai szépségre, igényük van a változatosságra, differenciált érzelmeket élnek meg, nem konvencionális az értékrendjük. A *kellemesség* faktoron magas pontszámúak altruisták, törődők, humánusak, akik meg alacsony pontszámot érnek el, ellenséges érzelműek, nem törődnek másokkal és féltékenyek. A *lelkiismeretességgel* jellemezhető emberek teljesítmény-centrikusak, összeszedettek, szorgalmasak, alaposak. Képesek késleltetni az örömeiket azért, hogy a kitűzött célokat elérjék. Szeretnek előre tervezni, megbízhatóak, felelősségteljesek. Ez a munkavégzésben hatékonyságot, kiszámíthatóságot, produktivitást jelent. A lelkiismeretesség skálát hat további alszálalával szokták leírni: énhatékonyság, kötelességtudat, teljesítmény-törekvés, önuralom, elővigyázatosság, rendszeretet. A lelkiismeretesség skála nem homogén, két fő ún. facetet lehet létrehozni belőle. Az egyik az impulzusok visszaszorítására vonatkozik, ezt *inhibitív*-nek nevezik, a másik a teljesítményre irányul, ezt pedig *proaktív*-nek nevezik. Az *inhibitív* facetbe tartozik az elővigyázatosság, rendszeretet és a köte-

lességtudat, a proaktívba pedig az énhatékonyság, teljesítmény-törekvés és az önuralom (McCrae, John, 1992).

A lelkiismeretesség kapcsolata az értékekkel

A személyiségvonások és az értékek mutatnak hasonlóságokat és eltéréseket is. Mindkettő időben állandó, keresztülível kultúrákon és társas helyzeteken. Az ötfaktoros személyiségelmélet és az érték struktúra is adaptív evolúciós gyökerekkel rendelkezik. Továbbá mindkettő átfogó képet ad a jelenségről. Különbségek is vannak. Míg az értékek egymással kölcsönösen összefüggnek, a személyiségvonások relatíve függetlennek tekinthetőek. A vonások diszpozíciók, az értékek célok. Az értékek azt mutatják, hogy valaki mit tart fontosnak, míg a vonások azt, milyen. A vonások frekvenciájukban és intenzitásukban különbözőek, az értékek a fontosságuk mértékében. Az értékek pozitívak, a vonások lehetnek pozitívak és negatívak is (Roccas és mtsai, 2002).

A személyiségvonások az értékekkel kapcsolatot mutatnak. Az összefüggés magyarázatára többféle elképzelés létezik. Az első szerint a veleszületett temperamentum van hatással mindkettőre. Egy másik megközelítés szerint az érték hat a személyiségvonásra: az emberek az értékekkel konzisztensen szeretnek viselkedni. A harmadik megközelítés szerint a személyiségvonás hat az értékre. Ez lehet egyrészt azért, mert ha valaki azt tapasztalja, hogy konzisztensen hasonlóan viselkedik, a cél, amire a viselkedés irányul, fontosabbá válik számára. Másrészt állhat a háttérben az önészlelés elmélet: abból vonja le valaki, hogy mi a fontos számára, hogy hogyan viselkedik (Roccas és mtsai, 2002). McCrae és Costa (1999) elméletében a vonások az alapvető tendenciákhoz tartoznak, amik hatnak a karakterisztikus adaptációkra. Ez utóbbiak közé tartoznak az értékek is. A vonásokat a környezettől függetlennek tartják, míg az értékeket tanultnak. A vonások függetlenségét arra alapozzák, hogy az életút során állandóak, kicsi a szülői hatás rájuk, örökletesek, más kultúrákban és főemlősöknél is megtalálhatóak.

A vonások és értékek között van kapcsolat, mégis elmondható, hogy különálló konstruktumokról van szó. Egyrészt a kapcsolatok mértékükben nem túl erősek, másrészt a vonások és az értékek ugyanazon külső változókkal különböző módon függnek össze. Az értékek nagyobb hatással vannak azokra a viselkedésekre és attitűdökre, amelyek kognitív szabályozás alatt vannak, míg a személyiségvonások azokra, amelyek intuitívek, spontánok és érzelemvezéreltek (Roccas és mtsai, 2002).

Az értékek és személyiségvonások kapcsolatát vizsgáló empirikus kutatások eredményei szerint a lelkiismeretesség egyenes összefüggésben áll a megőrzés és önmegvalósítás bizonyos értékeivel (teljesítmény, biztonság, konformitás) valamint az altruizmussal és az érettséggel (az univerzalizmus elődje) és fordított összefüggésben a stimulációval (Olver, Mooradian, 2003; Wolfradt, Dalbert, 2003). Roccas és munkatársai (2002) facetekre bontva vizsgálta a lelkiismeretességet. A proaktív tényezők a teljesítmény értékével mutatnak kapcsolatot, míg az inhibítív tényezők, amelyek az impulzusok visszaszorítására vonatkoznak, a konformitással állnak pozitív kapcsolatban.

A lelkiismeretesség, mint az egészségmagatartás háttértényezője

Az egészségmagatartás bejósolása személyiségvonásokkal is lehetséges. Számos vizsgálat használta a Nagy Ötöket az egészségmagatartás kutatásakor. Ezek közül a lelkiismeretesség emelkedik ki, mint a téma szempontjából legfontosabb vonás. Több ponton is hathat az egészségviselkedésre. Egyrészt a rendezettség, fegyelem segíti elő a viselkedés kivitelezését, másrészt az, hogy a lelkiismeretesség probléma-központú és támogatás-kereső stratégiákat aktivál. A személyiségvonások használata nincs ellentmondásban a (társas-) kognitív modellekkel. A vonásokat egyrészt disztális változónak tekinthetjük, amelyek a viselkedésről alkotott hiedelmeket vagy a viselkedési szándékot befolyásolhatják, másrészt közvetlen kapcsolatban is lehetnek a viselkedéssel (Norman, Conner, 2005).

Friedman és munkatársai (1993, 1995) személyiségjellemzők élettartamra való hatására mutatott rá longitudinális vizsgálat eredményeit elemezve. A feltevésük az volt, hogy a személyiség vagy azért hathat az élettartamra, mert mindkettőt korai biológiai tényezők befolyásolják, vagy a személyiség a megküzdési mechanizmusokon keresztül hat, vagy az egészségviselkedésen keresztül keresendő a magyarázat. Egy 1921-es vizsgálat eredményeit használták fel, így elég idő telt el ahhoz, hogy a túlélési paramétereket lehetett már nézni. Az első vizsgálatban (Friedman és mtsai, 1993) (többek között) a gyermekkorban mért lelkiismeretesség élettartammal való pozitív kapcsolatát mutatták ki. Akik gyermekkorban jobban jellemezhetőek volt azzal, hogy megbízhatóak, kitartóak, nagyobb valószínűséggel érték meg az öregkort. Azt a feltételezést, hogy ennek köze van az egészségviselkedéshez a következő vizsgálatban (Friedman és mtsai, 1995) tesztelték. A baleseti halál negatív összefüggésben volt a lelkiismeretességgel, továbbá a nem balesetes esetekben is összefüggés volt kimutatható a lelkiismeretesség és a túlélés között. A lelkiismeretesség hat az alkoholtól való tartózkodásra, ami pedig

a korai halálozás valószínűségével áll fordított arányban. Ugyanez mondható el a dohányzásról is. Tehát a lelkiismeretesség a balesetek, alkohol és dohányzás elkerülésén keresztül hatással van az élettartamra. Viszont amikor mindezek kontroll alatt vannak, a lelkiismeretesség továbbra is szignifikánsan hozzáad a túlélés esélyéhez, tehát még további faktorokon keresztül is hat. Friedman egy későbbi cikkében (2000) felülvizsgálta saját eredményeit és úgy értékelte, még nagyobb jelentőséget lehet tulajdonítani a lelkiismeretesség hatásának.

Sok vizsgálat foglalkozik az egyes egészségviselkedés-fajták és a lelkiismeretesség összefüggésével. A testmozgás és a lelkiismeretesség között lehet kapcsolatot kimutatni. A testedzés mértéke pozitív korrelációban áll a lelkiismeretességgel. Ez az összefüggés az egészségmotiváción keresztül hathat, mivel a testedzésre vonatkozó egészségmotiváció is pozitív összefüggést mutat a lelkiismeretességgel. Továbbá a magasabb lelkiismeretességgel rendelkezők a tervszerű testedzést részesítik előnyben a spontánhoz képest, illetve a nagyobb intenzitásút. A gátló tényezők közül a lelkiismeretesség az energia és a motiváció hiányát jósolja be (Courneya, Hellsten, 1998). A huzamosabb ideje rendszeresen testmozgást végzők szignifikánsan magasabb lelkiismeretességgel jellemezhetőek, mint akik nemrég kezdték el. A lelkiismeretesség egyenes összefüggésben áll a rendszeres sportolás belső szabályozásával és fordított összefüggésben a külső szabályozásával (Ingledeu és mtsai, 2004).

Az alkoholfogyasztás is összefüggésben áll a lelkiismeretességgel. A lerészegedések gyakorisága és a lelkiismeretesség mértéke között negatív összefüggés áll fenn (Vollrath és mtsai, 1999) Az ivásra motiváló faktorok közül a konformitással, a megküzdési mechanizmussal és az örömréztetre való törekvéssel áll fordított kapcsolatban a lelkiismeretesség (Theakston és mtsai, 2004). Longitudinális vizsgálatban (Soldz, Vaillant, 1999) is nézték a fiatalkori lelkiismeretesség és a későbbi életkorban tapasztalható alkoholfogyasztás mértékét. A főiskolai évek alatt mért lelkiismeretességből be tudta jósolni a 47 éves korban tapasztalható alkoholabúzust. Akkor valószínűbb, hogy valaki alkohol problémáktól szenved, ha alacsonyabb mértékben jellemezte fiatal felnőttként a lelkiismeretesség.

A dohányzásra is hat a lelkiismeretesség. A dohányzás mértéke és a lelkiismeretesség mértéke között negatív összefüggés áll fenn (Vollrath és mtsai, 1999). Továbbá a legnagyobb egészségkockázatot jelentő füst nélküli dohánytermékek használói szignifikánsan alacsonyabb értéket érnek el a lelkiismeretesség skálán, mint a füstölő dohányt használó és a nem dohányzó személyek (Spielberger és mtsai, 2004). A főiskolai évek alatt mért lelkiismeretesség bejósolja a későbbi dohányzás intenzitását. Minél nagyobb lelkiismeretességgel volt valaki jellemezhető fiatal felnőttként, annál kevésbé valószínű, hogy életközép éveiben dohányzott, illetve annál kisebb mértékű dohányzás fordulhat elő (Soldz, Vaillant, 1999).

Az étkezési szokások is összefüggnek a lelkiismeretességgel. Az alacsony lelkiismeretességgel jellemezhető diétázóknál stressz hatására jobban megnőtt az étkezések közötti nassolás mértéke. Ez azt implikálhatja, hogy stressz hatására az alacsony lelkiismeretességi szinttel jellemezhető egyének a kevésbé adaptív megküzdési stratégia felé fordulnak és magas energiájú egészségtelen nassolnivalókat fogyasztanak (O'Connor, O'Connor, 2004).

Egyes kutatások a biztonságos szexuális szokások és HIV fertőzés megelőzésének személyiséggel való kapcsolatát vizsgálták. Az alacsony lelkiismeretességi szint kockázatos szexuális szokásokkal járt együtt. Ezen belül is az éhatékonyság, a teljesítmény-törekvés és az önuralom jósolta be, hogy valaki a magas rizikócsoporthoz tartozott-e. Tehát azok a személyek ügyelnek kevésbé a szexuális úton terjedő betegségek elleni védekezésre, akik nem képesek hosszú távon kitartani a céljaik mellett, a következmények figyelembevétele nélkül cselekszenek, és alacsonyabb véleményekkel vannak a saját hatékonyságukról (Trobst és mtsai, 2002). A lelkiismeretesség mértéke a biztonságos szexuális szokásokra szocializáló program hatékonyságát is bejósolta. A lelkiismeretesség összetevői közül az éhatékonyságnak és az önuralomnak volt nagyobb szerepe (Trobst és mtsai, 2000). Vollrath és munkatársai (1999) szintén kapcsolatot találtak a rizikós szexuális magatartás és a lelkiismeretesség mértéke között.

A megelőző viselkedések közé tartozik a balesetek elkerülése is. A munkahelyi balesetek megelőzése is összefügg a lelkiismeretességgel. A lelkiismeretességgel negatív irányú kapcsolat mutatható ki mind a munkahelyi balesetek számánál mind a nem biztonságos munkahelyi viselkedésnél (Wallace, Vodanovich, 2003).

Sok kutatás nem a specifikus viselkedések, hanem az általános egészségviselkedés lelkiismeretességhez (és egyéb személyiségvonáshoz) való viszonyát vizsgálta. Vollrath és Torgersen (2002) személyiségtípusok és többféle egészségveszélyeztető viselkedés (dohányzás, alkohol-ill. drogfogyasztás és rizikós szexuális magatartás) kapcsolatát nézte. Az eredmények szerint az alacsony lelkiismeretesség magas extravertiós szinttel vagy neuroticitással jelenti a legnagyobb kockázati tényezőt az egészségromboló szokásokhoz. Cox és munkatársai (2000) vizsgálatában az egészséges szokásokat a lelkiismeretesség jósolta be a Nagy Ötök közül ($\beta = 0,24$), azon belül is az elővigyázatosság alszála. Lemos-Giráldez és Fidalgo-Aliste (1997) vizsgálatában a lelkiismeretesség bejósolta az egészségviselkedést és az egészség iránti attitűdöt. Roberts és Bogg (2004) a lelkiismeretesség a különféle szerhasználatokra (alkohol, dohányzás, marihuána) kifejtett hatását vizsgálta. A 21 éves korban mért társas felelősség mint a lelkiismeretesség egy tényezője negatív összefüggésben van a 43 éves korban tapasztalható szerhasználattal. Ugyanakkor a másik irányba is működik a kapcsolat: a korábban mért szerhasználat bejósolja a későbbi lelkiismeretesség csökkenését. Wasylkiw és Fekken (2002)

egészségviselkedés mérőszámával is korrelált a lelkiismeretesség. A vonással 0,42-es korreláció volt tapasztalható, illetve az összetevőivel 0,3 körüli. Eredményeik szerint az összesített vonás az általános egészségviselkedéssel függ össze szorosabban, míg az összetevői a specifikus viselkedésekkel. Ezzel azt kívánták bizonyítani, hogy a mérés szintjét érdemes igazítani a prediktor és a célváltozó esetében.

A környezetvédelem és az egészségviselkedés kapcsolata

A környezetvédő magatartás és az egészségmagatartás kapcsolatára több jel utal. Egyrészt vannak viselkedések, amiket mind egészségvédőnek, mind környezetvédőnek is tekinthetünk, mivel mind az egészség védelméhez, mind a környezet megóvásához hozzájárulnak. Másrészt a motivációs háttér is hasonló. Az egészségért aggodás befolyásolhatja a környezethez való viszonyt is az egészségviselkedésen túlmenően. A két viselkedés magyarázó modelljei is jelentős hasonlóságokat mutatnak az egészségpszichológiában és a környezetvédelem pszichológiájában (Fishbein és mtsai, 2001; Vining & Ebero, 2002). Továbbá mindkét viselkedés tartós gyakorlása hasonló képességeket és tulajdonságokat igényel az egyén részéről. Például mindkettőhöz szükség van a tervezés képességére és a kitartásra, amely a lelkiismeretesség személyiségvonással lefedhető.

Ugyanazon viselkedés mögött egyszerre állhat környezeti és egészséggel összefüggő motiváció. Ezeket a viselkedéseket megtalálhatjuk akár egy környezetvédelemről szóló viselkedés skálában, akár egy egészségviselkedés skálában is. A legnyilvánvalóbb példákat az étkezés és a közlekedés területén találhatjuk. Az élelmiszerekkel kapcsolatos magatartások közül a leggyakrabban a bioélelmiszerek fogyasztásánál vizsgálták az adott motivációk kérdését. A bioélelmiszerek alatt azokat a mezőgazdasági termékeket értik, amelyeket mesterséges növényvédőszer és műtrágya használata nélkül állítottak elő. Ezek az eljárások természetes megoldásokat alkalmaznak, amelyek takarékosan bánnak a természeti erőforrásokkal és minimalizálják a szennyezés mértékét (Grunert, Juhl, 1995). Egyes vizsgálatok (pl. Brombacher, Hamm, 1990, Grunert, 1993, Van Dam, 1991) a környezettudatosságot találták meghatározó szerepűnek a bioélelmiszerek fogyasztásánál, míg mások az egészségtudatosságot (pl. Alversleben, Altman, 1987, Böckenhoff, Hamm, 1983, Glatzer, 1984, Naether, 1987), megint mások (pl. Langerbein, Wirthgen, 1987, Kals, Odenthal, 1996, Schilling, 1994, Sparks, Sheperd, 1992, Tanner és mtsai, 1998) mindkettőt egyformán meghatározónak találták. A hagyományos mezőgazdasági technikával előállított élelmiszerekhez a köztudatban kétféle

asszociáció társulhat: a környezetszennyezés és az egészségességük megkérdőjelezése, amelyet a termékben maradó növényvédőszer maradványok, hormonok és antibiotikumok okozhatnak (MiljøInfo, 1994; in Thøgersen, 1997). Grankvist és Biel (2001) különféle tényezők bioélelmiszerek vásárlási gyakoriságára gyakorolt hatását nézték (pl. íz, minőség stb.), illetve rákérdeztek arra, hogy milyen kritériumok fontosak a termékek kiválasztásában a mindennapi vásárlások során. Azt találták, hogy csak az egészségnek tulajdonított fontosságnak és a környezetnek tulajdonított fontosságnak van szerepe. A korreláció a vásárlási viselkedéssel 0,34 (egészség) ill. 0,43 (környezet) volt. Továbbá ez a két érték egymással is összefüggésben állt: aki nagyobb fontosságot tulajdonít egy termék környezetre gyakorolt hatásának, annak fontosabb az egészségre gyakorolt hatás is egyben (korreláció: 0,4). Thøgersen (1997) a bioélelmiszerek vásárlásával kapcsolatos hiedelmek szerepét vizsgálta. Három csoportba sorolta őket: költség, egyénre gyakorolt hatás (egészségesebb, jobb íze van, nincs benne vegyszermaradvány), környezetre gyakorolt hatás. Konfirmatív faktor analízis segítségével tesztelte a struktúrát, és azt találta, hogy két faktorról lehet legjobban leírni a modellt: a költségek alkotják az egyiket, a másikat pedig a környezetre és az egyénre vonatkozó hiedelmek, mivel egy csoportba rendezhetőek. Az egészségre és a környezetre vonatkozó tételek között 0,24 és 0,33 közötti korrelációk mutatkoztak. Erre az összefüggésre azt a magyarázatot adta, hogy az emberek a cselekvésük ezen következményeit összefüggőnek érzékelik: ha valaki hisz abban, hogy a hagyományos mezőgazdaság szennyezi a környezetet, akkor ez a hiedelem befolyásolja a termékek egészségességébe és ízébe vetett bizalmat. Emellett, ha valaki tart a vegyszerek egészségre gyakorolt hatásától, arra a következtetésre juthat, hogy ez a környezetre is káros. A kutatás feltárta ennek kevert (egyéni és mások érdekeire vonatkozó) motivációra épülő hiedelem-csoportnak a bioélelmiszerek fogyasztására gyakorolt hatását is. A bioélelmiszerek iránti közömbösségben is szerepet játszik az egészségességre vonatkozó hiedelem, vagyis inkább annak hiánya: Grunert (1991) a vásárlás hiányának okaira kérdezett rá, és azt találta, hogy öt faktorba rendezhetőek, amelyből az egyik azt a kételyt fejezte ki, hogy nincs eltérés a bio- és a hagyományos élelmiszerek között az egészségesség vagy a környezetre gyakorolt hatás tekintetében. Amint láttuk, mind az egészségmotiváció, mind a környezeti motiváció szerepet játszik a bioélelmiszerek fogyasztásában, ráadásul a két motiváció kapcsolatban áll, sokszor egy faktorba is rendeződik. Grunert (1993) bioélelmiszerekre vonatkozóan összetett modellt állított fel, ahol az egészségtudatosság és a környezeti tudatosság egymással összefüggést mutat, ezen kívül mindkettőre hat az értékorientáció, illetve mindkettő hatással van az élelmiszerek percepciójára, a velük kapcsolatos attitűdökre és a viselkedésre.

A bioélelmiszerek mellett a genetikailag módosított (GM) élelmiszerekhez való viszonyulás esetében is vizsgálták a kétféle motiváció hatását (Cook és mtsai, 2002). A GM élelmiszerek vásárlásának összefüggését nézték kétféle motiváció talaján álló élelmiszervásárlási szokással. Amelyik az egészségtudatossághoz kapcsolódott, az adalékanyagokkal készült termékek vásárlására kérdezett rá, amelyik a környezettudatossághoz, a növényvédőszerrel kezelt termékekre. A két vásárlói magatartás között 0,78 korreláció mutatkozott, és ugyanolyan kapcsolatban álltak az attitűddel, a szubjektív normával és az észlelt viselkedéskontrollal. Ami ebben az eredményben új a témánk szempontjából, hogy itt most azon túl, hogy a GM élelmiszerek esetében kimutatta a kétféle motivációt, kapcsolatot talált két egymástól különböző viselkedés között, ahol az egyik egészségviselkedés, a másik pedig környezetvédő viselkedés.

Az élelmiszerek mellett érdemes szót ejteni a közlekedéssel kapcsolatos viselkedésről is. Ha valaki autó helyett a kerékpárt választja, teheti ezt a környezet védelmének eszméjétől vezérelve, vagy azért, mert ezzel is tesz valamit az egészségéért, vagy a két motiváció egyszerre van jelen nála. Persze az is lehet, hogy pusztán gazdasági megfontolásból teszi, vagy azért, mert nem áll más alternatíva a rendelkezésére.

Eddig az ugyanazon viselkedés háttérében álló egészség és környezeti aspektusokat vettük sorra. Ennél összetettebb a környezetvédő viselkedés összefüggése az egészségmotivációval, ha azt vesszük, hogy a környezet védelmére irányuló viselkedést részben az motiválhatja, hogy a környezetszennyezés hosszú távon az egészség rovására megy. A levegőszennyezés, a talaj, az élővizek elszennyezése, a radioaktív hulladékok mind veszélyt jelentenek az egészségre, viszont ez a hatás csak hosszú távon jelenik meg. Baldassare és Katz (1992) azt találta, hogy az egészség veszélyeztetettségének észlelése jobban bejósolja a környezetvédő viselkedést, mint a szocio-demográfiai változók, ez utóbbiak viszont befolyásolják ezt a percepciót. Olsen (1981) pedig azt mutatta ki, hogy a környezetrombolás anticipált személyi következményei kapcsolatban állnak a környezetvédő viselkedéssel. Kals (1995) ugyanakkor azt találta, hogy az egészségtudatosság nem stabil előrejelzője a környezeti elkötelezettségnek. Amikor az egészségtudatosságot együtt vizsgálták regresszió analízisben morálisan releváns érzelmekkel és környezetre vonatkozó kognitív változókkal, az utóbbi két változócsoporthoz önmagában elégségesnek mutatkozott az elkötelezés bejósolására.

További okot ad a két viselkedés közötti összefüggés feltételezésére, hogy mindkettőhöz szükség van egy bizonyos előrelátásra és a tervezés képességére, mivel olyan viselkedéseket kell végrehajtani, ahol a viselkedés eredménye időben messze van és nincs azonnal visszajelzés a viselkedés sikerességéről. Ez a fajta előrelátás függhet az egyén személyiségétől (pl. önkontroll), szocioökonómiai háttérétől (pl. iskolázottság, jövedelem) és értékstruktúrájától.

A megelőző fejezetekben számos kutatást ismertettem a személyiségvonások és az értékek viszonyáról mindkét viselkedés esetében. Összefoglalóan elmondható, hogy összefüggést találtak a lelkiismeretesség és az egészségviselkedés között (pl. Spielberger és mtsai, 2004; Friedman és mtsai, 1993, 1995; Cox és mtsai, 2000; Courneya & Hellsten, 1998). Mivel a személyiségközpontú megközelítés nem túl gyakori a környezetvédelem kutatásában (Vining & Ebreo, 2002), kevesebb bizonyíték található a környezetvédő viselkedés személyiséggel kapcsolatával. A legrelevánsabb vizsgálat szerint viszont összefüggés van az Eysenck-féle pszichoticizmus és az antropocentrikus (pozitív korreláció) ill. biocentrikus (negatív korreláció) környezethez viszonyulás között (Wiseman & Bogner, 2003). Mivel a pszichoticizmus negatív korrelációban áll a lelkiismeretességgel, ezek az eredmények hasonló személyiség háttérre engednek következtetni a környezetvédő viselkedésnél, mint az egészségviselkedésnél.

Az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés kapcsolatát jól szemléltetheti egy mozgalom célkitűzése, akik a fogyasztói társadalom túllengéseit szerették volna csillapítani. A „Kezünkben a jövőnk” elnevezésű norvég szervezet hitvallásában olyan elvek szerepeltek, mint „A kicsi szép.” („Small is beautiful.” Nyelvi analógia az ismert „Black is beautiful.” szlogenre), „Csináld magad!”, „szolidaritás a harmadik világgal”. Az életmóddal kapcsolatos elveik között található egészségre vonatkozókat is, mint pl. alkoholfogyasztási, étkezési, dohányzási szokások, testmozgás; energia megtakarításra vonatkozókat, mint közlekedés, háztartási energia felhasználás; önellátásra vonatkozókat, pl. kertészkedésre és szabadidőtöltésre vonatkozókat. Grønhaug és Øgaard (1981) a szervezet tagjai között készített felmérést. Rákérdeztek a szervezet elveivel egyező különböző viselkedések megváltoztatásának szándékára, ennek sikerére vagy kudarcára. Faktor analízissel tárták fel a viselkedések struktúráját. Nem sikerült markánsan elkülönülő faktorokat létrehozni, ami arra utalhat, hogy a viselkedések jelentősen összefüggnek egymással. Ha a faktorokkal legmagasabb faktorsúlyt létrehozó viselkedéseket vették egy csoportnak, az egyik faktorba tartoztak a káros szerhasználatra vonatkozó viselkedések (egészség), egy másikba az energia megtakarításra, utazásra, testmozgásra (erőforrások), a harmadikba az önellátásra vonatkozók. Tehát ebben a felosztásban némely egészségre és környezetvédelemre vonatkozó viselkedések egy csoportba estek, ezenfelül általánosságban mindegyik viselkedés összefüggést mutatott.

A vizsgálat

Doktori kutatásom témája az egészségvédő és a környezetvédő viselkedés összefüggésének és a háttérben álló tényezőknek a feltárása. Napjainkban a környezetvédelem egyre inkább az érdeklődés középpontjába kerül, bár sajnos még mindig nem a súlyának megfelelően. A környezet romló állapota felhívja a figyelmet a cselekvés sürgősségére. Ezt alapozzák meg a témában folyó kutatások, melyekhez a pszichológia is hozzá kíván járulni a maga eszközeivel. Hazánkban egy másik kiemelkedő fontosságú témakör az egészségvédő magatartás, hiszen a magyar népesség egészségügyi állapota a nemzetközi összehasonlítások alapján elég szomorú helyet foglal el. Tudatos egészségvédő magatartás kialakításával jelentősen növelhető lenne az életminőség és a várható élettartam. Mindkét problematikánál kulcsszerephez jut az egyén viselkedése. Mind az egészség megőrzésére vagy helyreállítására, mind a környezet megóvására irányuló viselkedés mértéke egyéni eltéréseket mutat. Az egészségviselkedéshez egészségtudatosságra, a környezetvédő viselkedéshez környezettudatosságra van szükség. A két jelenségkör hasonlósága vezetett a kutatás kiinduló tételének felvetésére: vajon *az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés között van-e kapcsolat*, és ha igen, mennyire szoros. Ezen továbbmenve felmerült még az a kérdés is, hogy a feltételezett *kapcsolat háttérében milyen közös változók állhatnak*. Ehhez a kérdéshez a tudatosságot tekintetem kulcsfogalomnak. Mindkét viselkedés megkívánhat bizonyos személyiségtényezőket és érték preferenciákat. A kutatás célja a lehetséges közös oki háttértényezők egy részének azonosítása.

Hipotézisem szerint az egészségtudatosabb életmód környezettudatosabb életmóddal jár együtt, és e két magatartás-együttes mögött közös — személyiségben, értékekben rejlő — oki háttér feltételezhető. A téma kutatását egy összetett modell alapján kezdtem meg. A célváltozók a környezetvédő viselkedésformák és az egészségvédő viselkedésformák. Emellett háttérfaktorként szerepelt a lelkiismeretesség, mint személyiségvonás és az értékek.

Legfőbb hipotézisem, hogy a környezetvédő és az egészségvédő magatartás összefügg egymással. Továbbá feltételezem, hogy az összefüggés közös — személyiségben rejlő — oki háttérre vezethető vissza.

Specifikus hipotézisekre bontva:

- Feltételezem, hogy az egészségmagatartás és a környezetvédő magatartás között korreláció áll fenn.
- Feltételezem, hogy a lelkiismeretesség hatással van mindkét viselkedésre.

- Feltételezem, hogy a két viselkedést bejósoló értékek között lesz átfedés, tehát léteznek értékek, amelyek mindkét viselkedéssel egyaránt kapcsolatban állnak. Leginkább az önkiterjesztés értékeinél számítok pozitív összefüggésre.
- Feltételezem, hogy a közös háttérváltozók felelősek bizonyos mértékig a két viselkedés között fennálló kapcsolatért.

A módszert tekintve kérdőíves felmérésre esett a választásom. Ez ellen szólna valamennyire, hogy a viselkedés önkitöltős kérdőívvel való mérésének lehet torzító hatása. Ez viszont nem elégséges ellenérv, mert jól bejáratott módszertana és hagyománya van a viselkedésskáláknak. Az is erre bizonyíték, hogy a környezetvédő viselkedéssel és egészségviselkedéssel foglalkozó kutatások nagy része él ezzel a lehetőséggel. A személyiség - és értékvizsgálat pedig kifejezetten gyakori kérdőíves módszerrel. Mindemellett magam a kvantitatív kutatásokat szerettem. A kérdőíves felmérés lehetőséget nyújt arra, hogy nagyobb mintát elérjek, mint egy kísérletes, interjú vagy megfigyeléses vizsgálat tenne lehetővé.

A vizsgálat menete

A kérdőíves felmérés 2005 tavaszán zajlott le. A kérdőív 12 oldalból állt. A fedőlapon szerepelt az Életmód kérdőív cím, a Debreceni Egyetem Pszichológia Intézet Személyiség és Klinikai Lélektan Tanszék neve, hogy az NFKP támogatásával készült, és hogy 2005-ben. Az első oldal egy rövid bevezetővel kezdődött:

„Kedves Válaszadó! A Debreceni Egyetem Pszichológiai Intézet Személyiség és Klinikai Lélektan Tanszékén folyó kutatáshoz szeretnénk segítségét kérni. A kutatás egyik ága az életmód bizonyos elemeivel foglalkozik. A felmérésben való részvétel névtelen. Az adatokat csak tudományos célra használjuk fel. Ha már elmúlt 18 éves, szeretnénk megkérni, hogy jelen kérdőív kitöltésével járuljon hozzá munkánk eredményességéhez. Néhány általános kérdés után állításokat fog találni. Ne időzzön sokat egy-egy állításnál, nyugodtan hagyatkozzon az első megérzésére. Rossz válasz nem létezik. Lehetőleg egy állítást se hagyjon ki! Előre is köszönjük a közreműködését!”

Utána aláhúzással vagy a kipontozott részre írással kellett válaszolni demográfiai típusú kérdésekre. Információt kaphattunk a kitöltő neméről, életkoráról, végzettségéről (8 általános,

szakmunkásképző, érettségi, felsőfokú diploma), a településről, ahol lakik (tanya, község, város, megyeszékhely, főváros), a családi állapotáról (hajadon/nőtlen vagy házas/élettársal él), foglalkozásáról (tanuló, alkalmazott, vállalkozó, munkanélküli, nyugdíjas), hogy hányan élnek egy háztartásban és a gyermekei számáról.

A 2. - 6. oldalon a két viselkedésskála (környezetvédő magatartás és egészségmagatartás) helyezkedett el. Mivel a válaszadás formátuma megegyezett mindkettőnél, ezért nem különítettem el őket egymástól. Ezen túlmenően mindkettőnél kétféle válaszadási formátumú tételek is szerepeltek, kézenfekvőbb volt az alapján csoportosítani a tételeket. Az első csoportba, ahol ötfokú skálát alkalmaztam, 78 tétel tartozott, amelyek közül az első 32 a környezeti viselkedés skála elemeit tartalmazta, míg 46 az egészségviselkedéséit. A következő instrukció szerepelt hozzá:

„A következő 78 állításnál kérjük, karikázza be, hogy milyen gyakran jellemző önre az adott viselkedés. Válassza a „Nem vonatkozik rám” lehetőséget, amennyiben nem tud választ adni. (Pl. az autóvezetéssel kapcsolatos kérdéseknél, ha nincs jogosítványa.)”

Ezt követően a kétértékű skálás 26 tétel szerepelt, amelyből 18 a környezeti viselkedés skála elemeit tartalmazta és nyolc az egészségviselkedéséit.

„A következő 26 állításnál kérjük, jelölje be, hogy igaz-e Önre vagy sem, illetve válassza a „Nem vonatkozik rám” válaszlehetőséget, ha nem tud válaszolni.”

A 7. -9. oldalon az érték kérdőív helyezkedett el, amely 40 tételből áll és a következő instrukció tartozott hozzá:

„Itt most röviden jellemzünk néhány embert. Arra kérjük, olvassa el a leírásokat és fontolja meg, mennyire hasonlít Ön a leírt személyhez! Karikázza be azt a számot, amelyikhez kapcsolódó fokozat (nagyon hasonlít hozzám, hasonló hozzám, valamennyire hasonló hozzám stb.) a leginkább hasonló Önhöz!”

A 10. -12. oldalon egy hatvan tételes Nagy Ötök Lelkiismeretesség kérdőív található az itt olvasható instrukcióval az élén:

„Végül arra kérjük, a következő 60 állításról döntse el, hogy milyen mértékben igaz Önre és a mellette látható számok közül karikázza be azt, amelyik ezt a legjobban kifejezi. Az 1 azt je-

lenti, hogy egyáltalán nem igaz Önre, az 5 pedig azt, hogy teljes mértékben igaz Önre az állítás.”

A kérdőív kitöltése megközelítőleg húsz percet vett igénybe, természetesen egyéni eltérésekkel. 300 személy töltötte ki. Ezek közel fele kiscsoportos formában egyetemi szemináriumokon töltötte ki, de egy részük vállalta, hogy elvive másokkal is felveszi. Másoddiplomás levelező képzésben részt vevő hallgatókat kerestem meg, akik mentálhigiéné, pszichológia, pasztorálpszichológia szakokra jártak a Debreceni Egyetem Bölcsészkarára. Mivel ezek többsége nő volt, és szerettem volna kiegyensúlyozott mintát kapni, megoldásként az merült fel, hogy 150 kérdőívet a Magyar Honvédség Egészségvédelmi Intézet Pszichológiai Alkalmasság Vizsgáló Osztálya vállalt át tőlem. Ezért köszönettel tartozom Fekete Melinda pszichológusnak, aki az ottani lebonyolítást szervezte. Az őáltaluk elért majdnem teljes egészében férfi minta a Magyar Honvédség hivatalos állományából került ki. Külszolgálatra induló vagy szerződés hosszabbítás előtt álló szerződéses tisztek és tiszthelyettesek, illetve a Zrínyi Miklós Nemzetvédelmi Egyetemre jelentkezett hallgatók kapták meg kitöltésre a kérdőívet.

Minta

A 300 kiadott kérdőívből 279 érkezett vissza, amelyek közül a bevitel során kiderült, hogy tíz nem megbízható, így 269 fős minta maradt. Ezek közül némelyek nem rendelkeznek minden skála pontszámával, mert hiányzó tételek esetében nem kaptak összesített pontszámot az adott skálára. Így az összetettebb statisztikai elemzésnél, ahol több összesített változó szerepel, adott esetben pár fővel kevesebb is lehet az elemszám.

A mintában csak nagykorú személyek vehettek részt. Ezen túlmenően igyekeztem azt a korosztályt elérni, akik már kialakult önálló életvitellel és háztartással rendelkeznek, hiszen a környezetvédő viselkedések jelentős része megköveteli ezt. Azok a fiatal felnőttek, akik még a szüleikkel élnek, kevésbé határozzák meg maguk a háztartásban előforduló környezet szempontjából releváns tevékenységeket. Akik pedig kollégiumban élnek, olyan speciális lakókörülmények között élnek, ahol nagymértékben behatárolt, hogyan bonyolítják ugyanezeket. Éppen ezért esett a választásom a levelező hallgatókra. Tudatosan igyekeztem kerülni a nappali tagozatos hallgatókat, akik amúgy számos esetben nyújtanak könnyen elérhető mintát a kutatóknak. A honvédségnél felvett mintában is többségben voltak a foglalkoztatott státusban levők a hallgatókhoz képest. A pénzügyi támogatások szűkössége miatt nem volt alkalmam

kérdőbiztosokat fizetni, így reprezentatív minta sajnos nem jöhetett szóba. Tisztában vagyok vele, hogy a mintavétel tökéletlenségéből adódóan lehetőség van a torzításra, s ezt a tőlem telhető mértékben igyekeztem elkerülni vagy csökkenteni. Egyrészt igyekeztem a nemek arányát kiegyensúlyozni, és ez jelentős mértékben sikerült is. A minta 59 %-a férfi, 41 %-a nő. Másrészt törekedtem rá, hogy különböző korú és foglalkozású emberek kerüljenek a mintába, amit a levelező hallgatói minta jobban biztosít, mint azt a nappali tagozatos minta tette volna. Természetesen az, hogy hasonló területen továbbképződő diplomások kerültek a mintába, eleve behatárolja a foglalkozások sokféleségének lehetőségét. Illetve az is, hogy a honvédségnél dolgozók is egy speciális mintát jelentenek. Ezt az eredmények értelmezésénél és általánosíthatóságánál mindenképpen figyelembe kell venni.

A mintavétel két markánsan elkülöníthető csoportra oszthatósága is aggodalomra adott okot. Az általam felvett debreceni hallgatók mintája zömében felsőfokú végzettségű nőből állt, míg a honvédségi minta összességében alacsonyabb végzettségű férfiakkól, illetve férfi hallgatóból. Ennek esetleges hatását ellenőrizendő, összehasonlítottam minden skálaérték paramétereit (átlag, megbízhatósági mutató) három alcsoportra osztva, a debreceni, a honvéd és a honvéd hallgatói csoportra. Szerettem volna leellenőrizni, hogy van-e olyan alcsoport, amelyiknél a skálák nem mérnek megbízhatóan. A mérőeszközök megbízhatósági együtthatói csoportonként hasonlóak és egyben kielégítőek, mint az ugyanarra teljes mintán kapott értékek, ami azt jelzi, hogy a teljes minta adatait felhasználhatom, mert megfelelő módon töltötték ki. Azonkívül az értékek többdimenziós skálázással kapott térképe is hasonló mintázatot mutatott. Egy érdekes jelenséget figyelhettem meg viszont. A lelkiismeretesség hat alskálájának faktoranalízisekor ugyan mindhárom csoportnál megkaptam ugyanazt a faktort, amely egy egységes lelkiismeretesség mérőeszközt jelez, viszont a másoddiplomás csoportnál megjelent még egy faktor (kevésbé hangsúlyosan, mint az előző), amely a szakirodalomban is utalt két facet-et különíti el. Ez arra enged következtetni, hogy a magasabb végzettségű emberek jobban képesek voltak disztingválni a lelkiismeretesség jellemzői között. A teljes mintán csak az egyfaktoros megoldást vettem alapul ezek után. (A jelenség tárgyalását lásd lentebb a vonatkozó fejezetben.)

A különböző skálák pontszáma eltér a csoportoknál, de ezt az eltérő szocio-demográfiai háttér képes megmagyarázni. Így végül úgy döntöttem, hogy felhasználhatom a teljes mintát, nyilvánvalóan némi megszorításokkal. Az egészségviselkedés skála kalibrálásához nincs szükség reprezentatív mintára, így ott nem okozhat gondot. Az összefüggések értelmezésénél pedig tisztában kell lennünk vele, hogy az eredmények csak iránymutató jellegűek, a pontosabb

bizonyításhoz szükséges lenne a vizsgálat reprezentatív mintán való megismétlése, amihez nekem sajnos nem voltak meg az anyagi feltételeim.

Végül essék szó a minta jellemzőiről! Az átlagos életkor 29,89 év volt (terjedelem 21-70 év között), az átlagos háztartásméret: 3,15 fő. Gyermekek átlagos száma: 0,66.

A minta 50%-a egyedülálló, 50%-a párkapcsolatban él (házastárssal vagy élettárrsal, a kettő között nem láttam értelmét a különbségtételnek).

A minta 11,6%-a (31 fő) budapesti, 26,5%-a (71) megyeszékhelyről jött, 40,7%-a (109) egyéb városi, 20,5%-a (55) falusi, 0,7%-a (2) tanyán él.

A minta 70%-a (187) alkalmazott, 23%-a (61) hallgató, 7%-a (19) egyéb foglalkozású (pl. vállalkozó, munkanélküli, nyugdíjas, kismama).

A minta 50%-a (134) egyetemi végzettségű, 38%-a (101) érettségizett, 12%-a (33) alacsonyabb iskolázottsággal rendelkezik.

A szocio-demográfiai változók közötti kapcsolatokat a modellezés strukturális egyenletekkel (structural equation modeling, SEM) módszerével néztem meg (a módszerről lásd lentebb). Mivel ehhez a változóknak legalább ordinális szintűnek vagy dichotómnak kell lenniük, ezért a foglalkozás változó helyett egy kétértékű tanulói létre vonatkozó változót hoztam létre, ahol a hallgatókat különítem el a többiektől. A nyolc szocio-demográfiai változó mind megfigyelt exogén változóként kerül a modellbe, amelyek között az összes lehetséges kapcsolat megengedett. A nők átlagosan idősebbek, magasabb végzettségűek és kisebb valószínűséggel hallgatók, illetve a kor is összefügg a végzettséggel, ami a mintavétel már tárgyalt jellegzetességéből fakad. Így ennek függvényében szabad csak értelmezni a mintaváltozók közötti összefüggéseket. A nők az említetteken felül nagyobb településen laknak, nagyobb valószínűséggel élnek kapcsolatban és több gyerekük van. Minél idősebb valaki, annál valószínűbb, hogy nem hallgató, nagyobb településen él, nem egyedülálló, és több gyermeke van. Aki hallgató, nagyobb valószínűséggel férfi, fiatalabb, alacsonyabb végzettségű, egyedülálló, kevesebb gyermeke van, és többen laknak egy háztartásban. Minél nagyobb településen lakik valaki, annál valószínűbb, hogy nő, idősebb, magasabb végzettségű, kapcsolatban él és kevesebben élnek egy háztartásban. Az egyedülállók inkább férfiak, fiatalabbak, alacsonyabb végzettségűek, hallgatók, kisebb településen laknak és kevesebb gyerekük van. A nőknek, idősebbeknek, magasabb végzettségűeknek, dolgozóknak és a párkapcsolatban élőknek több gyermeke van. A háztartás mérete a legtöbb változóval nem függött össze. Kivételt képeznek a már említett pozitív összefüggés a gyerekek számával, negatív összefüggés a település méretével és, hogy a tanulók nagyobb létszámú háztartásokból jöttek. A változók közötti összefüggések néhol a minta nem-reprezentatív voltának köszönhetőek (pl. végzettség és gyermekek száma közötti

pozitív korreláció: az érettségivel rendelkezők jelentős részét teszik ki a jelenlegi hallgatók, akik a minta legfiatalabb rétegéhez tartoznak, és még nincs gyerekük, míg a másoddiplomás képzésben részt vevő diplomások értelemszerűen idősebbek, így valószínűbben van gyerekük), más helyeken pedig valószínűleg általános tendenciák következményei (pl. életkor és gyermekek száma közötti pozitív korreláció). Az összefüggéseket az 1. táblázat mutatja be összefoglalóan. (A megadott korrelációk 0,05 szinten szignifikánsak. A kétértékű változók korrelációinak értelmezéséhez: a nemnél 1 kód férfiak, 2 kód nők; a diák státusznál 0 kód már nem diákok, 1 kód diákok; a családi állapotnál 1 kód egyedülálló, 2 kód párkapcsolatban.)

1. Táblázat
A szocio-demográfiai változók összefüggései

| | nem | kor | végzettség | diák | település | családi állapot | gyerek | háztartás |
|-------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|-----------------|--------|-----------|
| nem | | | | | | | | |
| kor | 0,371 | | | | | | | |
| végzettség | 0,652 | 0,369 | | | | | | |
| diák | -0,368 | -0,482 | -0,230 | | | | | |
| település mérete | 0,300 | 0,143 | 0,352 | Nem szign. | | | | |
| családi állapot | 0,310 | 0,418 | 0,293 | -0,474 | 0,127 | | | |
| gyerekek száma | 0,258 | 0,613 | 0,227 | -0,346 | Nem szign. | 0,511 | | |
| háztartás mérete | Nem szign. | Nem szign. | Nem szign. | 0,139 | -0,250 | Nem szign. | 0,474 | |

Módszerek

A környezetvédő magatartás mérése

Fentebb már beszéltünk az egységes viselkedésskála létrehozásának igényéről. Kaiser és Wilson (2004) válaszul arra, hogy sok megelőző kutatás nem találta egy dimenziós jelenségnek a környezetvédő viselkedést, megoldásként a célorientált viselkedés megközelítést javasolja. A viselkedések között mért inkonzisztenciát azzal magyarázzák, hogy a viselkedések faktoranalízissel vizsgálva azért nem hoznak egységes képet, mert nem vesszük így figyelembe a viselkedésekhez tartozó eltérő nehézségi szinteket.

A cél-orientált megközelítés a tétel-válasz elméleten alapul. Minden viselkedést leírhatunk az erőfeszítés mértékével, amely a személy elköteleződését mutatja, és a viselkedés költségével, amely pedig az adott viselkedés nehézségét. Ebből a kettőből kaphatjuk meg annak valószínűségét, hogy valaki az adott módon viselkedik-e. Ez azt vonja magával, hogy a viselkedések egy dimenzióra esnek és megkülönböztethetők a nehézségük alapján. Ezért használhatjuk a környezetvédő viselkedés mérésére a tétel-válasz elméletet, amelyet amúgy leggyakrabban képesség-mérésre használnak. Ebben a modellben a környezetvédelem iránti elköteleződést lemérhetjük azon, hogy mennyi áldozatot képes valaki hozni ezért. Ha valakit már kisebb nehézségek is eltántorítanak a céltól, valószínűsíthető, hogy kevésbé elkötelezett és viszont: minél központibb helyet foglal el valaki életében a környezetvédelem motívuma, annál több áldozatot hajlandó hozni ezért. Így a magatartás mérése egy teljesítményteszthez hasonlítható: Nem vonhatunk le messzemenő következtetéseket egy-két elszigetelt viselkedés méréseiből, hanem a cél szempontjából releváns viselkedések széles palettájára kell rákérdezni, ahhoz hogy képet alkothassunk az egyén viselkedéséről, melyet természetesen a szociokulturális hatások befolyásolnak (Kaiser, Wilson, 2004).

A tétel - válasz elméletnek, vagy más néven új tesztelméletnek számos előnye van a klasszikus tesztelmélettel szemben. Az utóbbi tétel-függő látens változó értéket használ és mintafüggő tétel statisztikákat, míg a tétel-válasz elmélet szerint kalibrált skáláknál a tétel jellemzők nem függenek a mintától és a látens változót leíró értékek nem függenek a kérdőívtől. A klasszikus tesztelméletben nincs információnk arról, milyen valószínűséggel teljesít valaki adott tételre, ezzel szemben az új tesztelmélet tétel-orientált inkább mintsem teszt-orientált. A klasszikus tesztelméletnél a megbízhatóság vizsgálatához párhuzamos tesztekre van szükség, amit nehéz megvalósítani, és egyformának veszi minden válaszadónál a mérőeszköz

standard hibáját, amely a tesztérték megbízhatóságának és a varianciának a függvénye, miközben a tesztértékeket nem tekinthetjük egyforma mértékben precíz mérésnek a különböző látens változó szinttel rendelkező alanyoknál, így az egyforma mérőeszköz standard hibára való szorítkozás nem elfogadható. A tétel - válasz elmélet viszont nem igényel párhuzamos tesztelést a megbízhatóság vizsgálatához, továbbá minden látens változó szinthez külön megbízhatósági érték tartozik (Hambretson és mtsai, 1991).

A viselkedés méréséhez szisztematikus megfigyelésre van szükség. Ha valaki egy célt szeretne elérni, általában különböző nehézségű viselkedések sorozatát kell végrehajtania. Minél több nehézséget küzd le, és minél több áldozatra hajlandó, annál motiváltabb a cél elérésére. A Rasch modellben minden viselkedéshez kapcsolódik egy nehézségi paraméter (δ), és minden személyhez egy teljesítményszint (θ). Ezek segítségével kiszámítható, hogy egy adott személy egy adott viselkedést mekkora valószínűséggel (p) fog végrehajtani. A következő képletet alkalmazzák:

$$P(x=1 \mid \theta, \delta) = \exp^{\theta-\delta} / (1 + \exp^{\theta-\delta})$$

A Rasch modell, mint egyparaméteres logisztikus modell, a viselkedéseket csak a nehézségük alapján különbözteti meg, a tétel diszkriminációt egyformának feltételezi. A nehézségi paramétert abból számolják ki, hogy az adott viselkedést hányan végzik, tehát a viselkedés objektív nehézsége a mérvadó, nem a szubjektív (Kaiser, Wilson, 2004; Embretson, Reise, 2000).

Kaiser (1998) saját mérőeszközt dolgozott ki a környezetvédő magatartás mérésére a célorientált viselkedés elve alapján, az ún. Általános Ökológiai Magatartás skálát (General Ecological Behavior scale, GEB). A mérőeszközt különböző országokban is kipróbálták: Kaliforniában (Kaiser, Wilson, 2000), Svédországban (Kaiser, Biel, 2000), Spanyolországban (Scheuthle és mtsai, 2005) és Svájcban is (Kaiser, 1998; Kaiser, Keller, 2001). Magyarországon eddig még nem került sor a használatára, így a fordítást én végeztem¹. Vizsgálták a kérdőív konkurens és diszkriminatív validitását (Kaiser, 1998), külső validitását (Kaiser és mtsai, 2001), konstrukt validitását (Kaiser és mtsai, 1999; Kaiser, Gutscher, 2003) és az ökológiai validitását is (Kaiser és mtsai, 2003). Ennek a skálának ezen kutatások során több verziója is elkészült.

A GEB általam használt verziója 50 tételből áll, amelyek hat viselkedéscsoport köré szerveződnek: energia megtakarítás, közlekedés, hulladék-kezelés, vásárlói magatartás, szelektív hulladékgyűjtés és helyettesítő, társas környezetvédő viselkedések. (az angol változatot lásd

¹ A kérdőív angol verziójának rendelkezésemre bocsátásáért köszönet illeti dr. Florian G. Kaisert.

pl.: Kaiser, Wilson, 2004; a magyar fordítást lásd 2. táblázat). Ebből 18 tételnél igen/nem válaszformátumot használ, a többinél pedig ötfokú Likert skálát a következő értékekkel: soha, ritkán, alkalmanként, gyakran, mindig. Minden tételnél lehetőség van a "Nem vonatkozik rám." alternatívát választani, amely később hiányzó értéknek fog számítani az elemzésnél. Erre azért van szükség, mert bizonyos viselkedések bizonyos embereknél nem jöhetnek szóba (pl. az autóvezetési szokásokra vonatkozó tételeknél, ha az, akinek nincs jogosítványa, „soha”-t jelölne be, torzítaná az eredményeket). Az általam használt Rasch modell eljárás kétértékű változókkal dolgozik, így a Likert skálás tételeket előbb dichotomizálni kell. Az ötfokú skálánál ezt úgy kell tenni, hogy a nem válaszhoz tartozik a soha, a ritkán és az alkalmanként, az igen válaszhoz a gyakran és a mindig. A fordított tételeket természetesen fordítva kell át-kódolni. A táblázatban a fordított tételeket dőlt betű jelöli.

A GEB magyarra fordításakor egy tételt nem jelentés szerint fordítottam, hanem a magyar viszonyokra alkalmazva a legközelebbi hozzá hasonló viselkedést kerestem. Az eredeti magatartás az lett volna, hogy a tejet visszaváltható palackban veszi. Viszont Magyarországon jelenleg ez a rendszer nem működik, így helyette a visszaváltható palackos ásványvizet választottam.

2. Táblázat **Az Általános Ökológiai Magatartás (GEB) skála tételei**

Energia megtakarítás:

Energiatakarékos háztartási gépeim vannak.

Csak akkor mosok, ha már összegyűlt egy teljes mosásnyi szennyes.

A koszos ruhákat előmosás nélkül szoktam mosni.

Amikor hotelben vagyok, naponta cseréltetem a törölközőt.

Elektromos ruhaszárító gépet használok.

Napelemeket vettem, hogy energiát állítsak elő.

Megújuló energiaforrásokat használok.

Télen magasra teszem a fűtést, hogy ne kelljen pulóvert vennem.

Télen hosszasan nyitva tartom az ablakot, hogy friss levegő jöjjön be.

Télen, ha négy óránál hosszabb időre elmegyek a lakásból, leveszem a fűtést.

Inkább zuhanyozok, mintsem kádban fürödnék.

Közlekedés:

Szoktam autóval a városba/n közlekedni.

Autópályán 100km/óra alatti sebességgel szoktam vezetni.

Járatom a motort, miközben vasúti átjárónál vagy dugóban várakozom.

Piros lámpánál várakozva járatom a motort.

Autóval megyek addig, ahonnan túrázni indulok.

Nincs autóm.

Közösen használunk egy autót többen.

Úgy vezetek, hogy az üzemanyag fogyasztásom e lehető legkevesebb legyen.

Az autóm üzemanyag-hatékony (kevesebb mint 7 liter/100km)

A hat óránál hosszabb utakra repülővel szoktam menni.

A közeli területekre (30 km-en belül) tömegközlekedési eszközzel megyek vagy biciklivel.

Biciklivel vagy tömegközlekedési eszközzel megyek munkába, iskolába.

Hulladék-kezelés:

Az ásványvizet visszaváltható palackban veszem.

Ha egy boltban adnak nejlonzacskót, el szoktam hozni.

Többször használom a bevásárló táskáimat.

Szoktam fémdobozos italokat venni.

Olyan termékeket vásárolok, amelyeknek utántöltős a csomagolása.

Vásárlói magatartás:

Használok öblítőt a mosáshoz.

A sütőm tisztításához sütőtisztító sprayt használok.

Vegyri rovarölővel pusztítom el a rovarokat.

A fürdőszobában vegyi légfrissítőt használok.

Szoktam félkész élelmiszeripari termékeket venni.

Szezonális termékeket vásárolok.

Fehérített vagy színezett WC papírt veszek.

Olyan húst vagy egyéb termékeket veszek, amelyeken ECO felirat van.

Olyan fabútort veszek, amelyhez belföldi fát használtak.

Szelektív hulladékgyűjtés:

Összegyűjtöm a használt papírt és elviszem egy szelektív hulladékgyűjtőbe.

Az üres üvegeket elviszem egy szelektív hulladékgyűjtő konténerbe.

A lemerült elemeket a szemétbe dobom.

Étkezés után a WC-be borítom a maradékokat.

Helyettesítő, társas környezetvédő viselkedések:

Amikor piknikezek, ugyanolyan tisztán hagyom a terepet magam után, mint amilyen volt.

Tagja vagyok valamelyik környezetvédő szervezetnek.

Szoktam környezetvédelmi témákról olvasni.

Szoktam adakozni környezetvédő szervezetek számára.

A barátaimmal szoktunk a környezetvédelmet érintő témákról beszélgetni.

Megtörtént, hogy figyelmeztettem valakit, hogy környezetszennyező módon cselekszik.

Bojkottálok a környezetszennyező vállalatokat.

Fontolgattam a saját napelem felszerelésének előnyeit és hátrányait.

Kértem árajánlatot napelem felszerelésére.

Az egészségmagatartás mérése

Az egészségmagatartás mérésére saját tételeket, és azokból saját skálát alkottam. Négy területre koncentráltam: az étkezésre, testmozgásra, dohányzásra és alkoholfogyasztásra. Fontoltam egyéb területekről származó viselkedések beemelését is, de végül úgy döntöttem, hogy az esetleges többdimenziósság fennállásakor még kezelhető mennyiségű faktorial dolgozzam majd. Így maradt meg a kutatásokban gyakran alkalmazott négy terület. A továbbiakban az volt a cél, hogy mindegyik területről legyen több viselkedés. A tételek számának kiegyensúlyozottságával ebben a körben még nem foglalkoztam, mivel vannak viselkedési területek, ilyen volt tipikusan az étkezés, amelyek sokkal több egyedi viselkedésfajtából állnak össze, mint mások. A tételek kialakításához a Belgyógyászati Szakmai Kollégium ajánlását (Rodler, 2001) vettem alapul, mint szakértői véleményt. Ebben részletes ajánlások szerepelnek a helyes táplálkozáshoz és egyéb életmódi kérdésekhez, úgymint testmozgás, dohányzás, alkoholfogyasztás.

A kérdőívben 54 tétel szerepel. A tételek a GEB tételeivel együtt lettek elhelyezve és a válaszformátumot is a GEB-nél használthoz igazítottam. 8 tételnél igen/nem válaszformátumot használtam, a többinél pedig ötfokú Likert skálát a következő értékekkel: soha, ritkán, alkalmanként, gyakran, mindig. Minden tételnél lehetőség van a "Nem vonatkozik rám." alternatívát választani, amely később hiányzó értéknek fog számítani az elemzésnél. Erre akkor van szükség, ha bizonyos viselkedések bizonyos embereknél nem jöhetnek szóba. Az általam használt Rasch modell eljárás kétértékű változókkal dolgozik, így a Likert skálás tételeket előbb dichotomizálni kell. Az ötfokú skálánál ez úgy történt, hogy a nem válaszhoz tartozik a soha, a ritkán és az alkalmanként, az igen válaszhoz a gyakran és a mindig. A fordított tételeket fordítva kódoltam.

A tételek összeállításánál az volt a célom, hogy minél szélesebb palettáját vonultassam fel a kiválasztott viselkedéscsoportoknak. Azt, hogy ezekből végül mennyi lesz felhasználva, az már a kiválasztott skálaalkotási eljárások során a körülmények mérlegelése után szándékoztam eldönteni. A tervem az volt, hogy ideális esetben egydimenziós skálát alkotok ugyanazt az eljárást alkalmazva, mint a környezetvédő viselkedés skálájánál. Így Rasch modelles eljárással készült skálaérték az egészségvédő magatartásról. Az eljárás során bebizonyosodott, hogy a környezetvédő viselkedéshez hasonlóan az egészségmagatartásból is lehetséges egydimenziós skálát alkotni. Az eredeti tételeknek csak egy része lett végül felhasználva ehhez, amelyek három viselkedéscsoportot fednek le: a táplálkozást, a dohányzást, és a testmozgást. Két tételt már a kezdeti eljárásból kizártam, mivel ellentmondásosnak ítélt meg őket. Az 52

viselkedés együttes felhasználásakor sok tétel nem illett a modellbe. A mutatók megtekintése után 30 tétellel próbáltam újra. Ezekből is kiszelektáltam még párat, amelyek egy részét azért hagytam el, mert nem illeszkedett jól, más részét pedig azért, hogy a háromféle viselkedés arányosabban szerepeljen. A skála kalibrálásának adatai az eredmények fejezetben olvashatóak. A 3. táblázatban az egészségviselkedés skálájához felhasznált tételek láthatóak. A fordított tételeket dőlt betű jelöli.

3. Táblázat

Az egészségviselkedés skála tételei

Bioélelmiszereket szoktam venni.

Egyszerre keveset eszem.

Este csak könnyű vacsorát eszem.

Ha közeli helyre megyek (2km-en belül), inkább gyalogolok, semmint közlekedési eszközzel mennék.

Ha társaságban vagyok, rá szoktam gyújtani.

Hetente legalább háromszor edzek legalább 20 percet valami állóképesség-növelő sportot, pl. úszás, futás, kerékpározás (kardiofitness).

Kerülöm az olyan éttermeket, szórakozóhelyeket, ahol cigarettafüst van.

Minden helyzetben tartózkodom a dohányzástól.

Napi több mint egy doboz cigarettát elszívok.

Naponta legalább harminc percet aktív testmozgással töltök.

Növényi olajjal készült ételeket eszem.

Nyaralásra aktív programot szoktam magamnak szervezni: túrázást, kerékpározást, evezést vagy hasonló programokat.

Szoktam chipset fogyasztani.

Szoktam hamburgert enni.

Szoktam joghurtot enni.

Szoktam tartósított élelmiszeripari terméket enni.

Teljes őrlésű gabonából készült pékárukat (pl. fekete kenyér) fogyasztok.

Ügyelek az élelmiszerek szavatosságára.

Az értékek mérése

Az értékek mérésére Schwartz PVQ IV (Portrait Values Questionnaire) érték kérdőívét használtam fel (Schwartz és mtsai, 2001)². Ez a kérdőív kevésbé elvont, mint a régebbi kutatásokban gyakoribb SVS (Schwartz Value Survey), és ugyanúgy lefedi a teljes érték kört. A nagyobb konkrétságának köszönhetően bármilyen mintánál jobban használható. A kérdőív negyven tételt alkalmaz, amelyek mindegyike egy-egy rövid verbális portré egy személyről. Annak céljait, kívánságait, törekvéseit ábrázolja, amelyek egy adott értéket jellemeznek. Pl. „Fontos számára, hogy meghallgassa azokat, akik különböznek tőle. Még ha nem is ért egyet velük, meg szeretné érteni őket.”, ami az univerzalizmus értékéhez tartozik, vagy: „Fontos számára, hogy felelősséget vállalva megmondja másoknak, mit kell tenniük. Azt akarja, hogy az emberek azt tegyék, amit ő mond.”, ami a hatalomhoz tartozik. Az emberek értékeit az ő általuk megállapított, a leírt személyhez viszonyított hasonlóságból kapja meg. A portré az értékek szemszögéből írja le a személyeket, anélkül, hogy az értékek explicite megjelenjenek a tételekben. A jellemzett személyek céljairól, törekvéseiről van szó, és nem tulajdonságairól, vonásairól. Ugyanaz a kifejezés, pl. ambíció, bölcsesség, teljesítmény, vonatkozhat értékre vagy vonásra is. Aki fontosnak tartja ezek közül valamelyiket, mint célt, nem feltétlenül kell, hogy rendelkezzen a vonással, vagy viszont. Azzal, hogy a személy magát olyasvalakihez hasonlítja, aki „Úgy véli, mindig tisztelnie kell szüleit és az idősebb embereket. Fontos számára az engedelmesség.”, azzal azt mutatja meg, hogy mennyire rendelkezik a konformitás értékével. Arról viszont, hogy a cselekedetiben mennyire konformis, nincs információ. Ezzel a megközelítéssel lehetővé válik az értékek ilyen módon való vizsgálata. A portrékat a tíz értékes értékrendszer alapul véve állították össze, három fő módszer alkalmazásával: az értékek konceptuális definícióiból kiindulva, az SVS kérdőív tételeit átfogalmazva és az SVS absztrakt kifejezéseit konkrétabbá téve. Az SVS és a PVQ között néhány lényeges különbség található. A PVQ közvetve méri az értékeket, míg az SVS közvetlen, tudatos módon. A PVQ egy másik személyhez való hasonlóságra kérdez rá, míg az SVS az adott értékek az egyén életében betöltött fontosságára. A PVQ-ban az ingerek portrék, míg az SVS-ben absztrakt, kontextus-független értékek.

A kérdőívhez a következő instrukció tartozik:

² A kérdőív magyarra fordítását dr Sallay Hedvig készítette. A fordítás rendelkezésemre bocsátásáért köszönettel tartozom neki.

Itt most röviden jellemzünk néhány embert. Arra kérjük, olvassa el a leírásokat és fontolja meg, mennyire hasonlít Ön a leírt személyhez! Karikázza be azt a számot, amelyikhez kapcsolódó fokozat (nagyon hasonlít hozzám, hasonló hozzám, valamennyire hasonló hozzám stb.) a leginkább hasonló Önhöz!

A válaszformátum hat fokozatból áll: 1. egyáltalán nem hasonlít, 2. nem hasonlít hozzám, 3. kissé hasonló hozzám, 4. valamelyest hasonló hozzám, 5. hasonló hozzám, 6. nagyon hasonló hozzám. Az eredeti verzióban a fokozatok ellentétes sorrendben helyezkedtek el. A többi skálával való nagyobb egyezés kedvéért választottam a megfordítását. Így a nagyobb pontszám az érték nagyobb fontosságát jelenti.

A negyven tétel mindegyike a tíz érték (jótékonyság, univerzalizmus, önirányítottság, stimuláció, hedonizmus, teljesítmény, hatalom, biztonság, konformitás, tradíció) közül egyhez tartozik. Egy értéket három és hat közötti tétel ír le. Az értékeket a tételeiknek átlagából kaphatjuk meg. A legtöbb elemzésnél (pl. korreláció, lineáris regresszió, csoportos átlag összehasonlító eljárások) szükség van ezen felül az egyéni kérdőív kitöltési stílus ellensúlyozására is. Ezt úgy lehet elérni, hogy az összes tétel átlagát ki kell vonni az egyes skálákból. Enélkül nem lehetne kizárni annak a hatását, hogy minden tétel valamilyen mértékben fontos. Az így létrehozott értékek egymással lineáris függésben állnak, amit az elemzéseknél figyelembe kell venni. Egyben ez adja meg az értékek körkörös elhelyezkedését, és teszi lehetővé a fontosságok egymáshoz való viszonyítását. Az értékek úgy vannak hatással viselkedésre, kognícióra, érzelmekre, hogy az egymásnak akár ellentmondó értékeket is ki kell egyensúlyozni. Ha az értékskálák abszolút értékét használnám, akkor nem venném figyelembe, hogy az értékek rendszert alkotnak. Az átlagos fontosság kivonása az egyes skálákból az érték relatív fontosságát mutatja meg. Az értékek lineáris dependenciáját az elemzéskor is figyelembe kell venni: A lineáris regresszióban egyszerre maximum 8 érték szerepelhet független változóként és érdemes a függő változóval való korrelációkat is megtekinteni, hogy a multikollinearitás és interkorrelációk hatását is beleszámíthassuk az eredmények értelmezésébe.

Az egy értékhez tartozó tételek elhelyezkedését többdimenziós skálázással ellenőrizhetjük le. Ideális esetben az egy értékhez tartozó tételek a kétdimenziós térben egymás köré csoportosulnak. A skálázáshoz az egyedi tételeket vagy az értékek nyerspontszámát (összátlagot nem lehet kivonni) kell felhasználni, mert a lineáris dependencia torzítaná az egymáshoz képest elfoglalt elhelyezkedést. A csoportokból kilógó tételeket a tételek többdimenziós skálázásánál ellenőrizhetjük, az értékek egymáshoz viszonyított helyét pedig ezen felül az értékek többdimenziós skálázásával.

Az értékekhez tartozó tételeket a 4. táblázat összegzi.

4. Táblázat

Az érték kérdőív tételei

Jótekonyság (Benevolence)

Nagyon fontos számára, hogy segítsen a körülötte levő embereknek. Gondoskodni akar jólétükről.

Fontos számára, hogy barátaihoz lojális legyen. Fel akarja áldozni magát azok számára, akik közel állnak hozzá.

Szerinte fontos az, hogy mások szükségleteire figyelmet fordítson. Próbálja támogatni azokat, akiket ismer.

Fontos számára, hogy megbocsásson azoknak, akik vétettek ellene. Próbálja azt meglátni, mi az, ami jó ezekben az emberekben és próbál nem neheztelni rájuk.

Univerzalizmus (Universalism)

Úgy véli, fontos, hogy a világon mindenkivel egyenlőként bánjanak. Szerinte mindenkinek egyenlő esélyei kell, hogy legyenek az életben.

Fontos számára, hogy meghallgassa azokat, akik különböznek tőle. Még ha nem is ért egyet velük, meg szeretné érteni őket.

Erősen hisz abban, hogy az embernek ügyelni kell a természetre. A környezetről való gondoskodás lényeges neki.

Szerinte az embereknek az egész világon békében kellene élnie. A béke elősegítése mindenfajta csoport között lényeges számára.

Mindenkivel igazságosan akar bánni, még azokkal is, akiket nem ismer. Fontos számára, hogy a társadalom védelmezze a gyengéket.

Fontos számára, hogy a természethez alkalmazkodjon és beleilleszkedjen. Szerinte az embereknek nem kellene megváltoztatniuk a természetet.

Önirányítottság (Self-Direction)

Fontosnak tartja, hogy új elképzeléseket találjon ki és kreatívnak legyen. Szereti a dolgokat a saját, eredeti stílusában végezni.

Lényeges számára, hogy maga döntsön arról, amit tesz. Szereti szabadon megtervezni és kiválasztani magának programjait.

Szerinte fontos az, hogy a dolgok iránt érdeklődjünk. Szeret kíváncsi lenni és megérteni mindenféle dolgokat.

Fontos számára, hogy független legyen. Szeret bízni magában.

Stimuláció (Stimulation)

Azt gondolja, lényeges, hogy az életben sok különböző dolgot csináljunk. Mindig új dolgokat keres, amit kipróbálhat.

Szívesen vállal kockázatot. Mindig keresi a kalandokat.

Szereti a meglepetéseket. Fontos számára, hogy élete izgalmas legyen.

Hedonizmus (Hedonism)

Minden lehetőséget megragad arra, hogy szórakozhasson. Fontos neki, hogy olyan dolgokat csináljon, ami örömet okoz számára.

Az élet örömeinek élvezete fontos számára. Szereti „kényeztetni“ önmagát.

Valójában nagyon szereti élvezni az életet. A jó időtöltés nagyon fontos számára.

Teljesítmény (Achievement)

Nagyon fontos számára, hogy megmutassa tehetségét. Azt akarja, hogy csodálják az emberek, amit csinál.

Fontos neki, hogy nagyon sikeres legyen. Szeret magáról jó benyomást kialakítani másokban.

Szerinte fontos az, hogy ambiciózusak legyünk. Meg akarja mutatni, mennyire jó képességei vannak.

Az életben való előbbre jutás számára igen fontos. Próbál jobban teljesíteni, mint mások.

Hatalom (Power)

Fontos számára, hogy gazdag legyen. Azt akarja, hogy sok pénze és drága holmijai legyenek.

Fontos számára, hogy felelősséget vállalva megmondja másoknak, mit kell tenniük. Azt akarja, hogy az emberek azt tegyék, amit ő mond.

Mindig az akar lenni, aki a döntést meghozza. Szeret vezető lenni.

Biztonság (Security)

Fontos számára, hogy biztonságos feltételek között éljen. Elkerül mindent, ami veszélyeztetheti biztonságát.

Nagyon lényeges számára, hogy országa biztonságos legyen. Úgy véli, az államnak ébernek kell lennie a külső és belső fenyegetésekkel szemben.

Fontos számára, hogy a dolgok meg legyenek szervezve és világosak legyenek. Valóban **nem** kedveli a szervezetlenséget.

Mindent megtesz azért, hogy ne legyen beteg. Egészségesnek lenni nagyon fontos számára.

Fontos számára, hogy az ország élén egy stabil kormány álljon. Szerinte a szociális rendet meg kell védeni.

Konformitás (Conformity)

Úgy véli, hogy az embereknek azt kell tenniük, amit mondanak nekik. Szerinte az embereknek mindig a szabályokat kell követniük, még akkor is, ha senki sem tartja szemmel őket.

Fontos számára, hogy mindig megfelelően viselkedjen. El akarja kerülni, hogy bármi olyat tegyen, amit az emberek rossznak tartanának.

Úgy véli, mindig tisztelnie kell szüleit és az idősebb embereket. Fontos számára az engedelmesség.

Fontos számára, hogy másokkal mindig udvarias legyen. Megpróbál soha nem zavarni vagy bosszantani másokat.

Tradíció (Tradition)

Szerinte fontos az, hogy **ne** kérjünk többet, mint amennyink van. Úgy véli, hogy az embereknek elégedetteknek kellene lenniük azzal, amijük van.

Száma fontos dolog hinni a vallásban. Mindent megtesz annak érdekében, hogy vallásos hitével összhangban cselekedjen és éljen.

Szerinte a hagyományos módon a legjobb dolgokat intézni. Fontos számára hogy őrizze az elsajátított hagyományokat.

Fontos számára, hogy alázatos és szerény legyen. Próbálja magára nem felhívni a figyelmet.

A lelkiismeretesség mérése

A lelkiismeretesség a Nagy Ötök egyik faktora. A Nagy Ötök mérésére többféle mérőeszköz áll rendelkezésre. Jelen kutatásban Goldberg (1999) Nemzetközi Személyiség Tétel Gyűjtemény (International Personality Item Pool, 2001) lelkiismeretességre vonatkozó kérdőív 60 tételes verzióját használtam fel³. Ez a verzió lehetőséget nyújt arra, hogy a vonás hat alfaktorát elkülönülten mérjük. Ezek az alfaktorok az én-hatékonyság, a rendszeretet, a kötelességtudat, a teljesítménytörekvés, az önuralom és az elővigyázatosság. Minden alfaktorra 10 tétel vonatkozik, amelyek egy része egyenes, másik része fordított tétel. A tételek egyes szám első személyben vannak megfogalmazva. A választ egy ötfokú skálán kellett megadni, amelynél a magasabb érték nagyobb egyezést jelent. A fordított tételeket a skálák számolása előtt átkódoltam. A skálákat, a megbízhatóság ellenőrzése után, a tételek átlagolásával kaptam meg. Az egyes alfaktorokhoz tartozó tételek random sorrendben helyezkednek el.

A kérdőívhez a következő instrukció tartozik:

Végül arra kérjük, a következő 60 állításról döntse el, hogy milyen mértékben igaz Önre és a mellette látható számok közül karikázza be azt, amelyik ezt a legjobban kifejezi. Az 1 azt jelenti, hogy egyáltalán nem igaz Önre, az 5 pedig azt, hogy teljes mértékben igaz Önre az állítás.

Az 5. táblázatban az egyes alfaktorokhoz tartozó tételek láthatóak.

5. Táblázat A lelkiismeretesség kérdőív tételei

Énhatékonyság (Self-efficacy)

Egyenes tétel Sikeresen teljesítem a feladatokat.
Kiemelkedem abban, amit csinálok.
Simán megoldom a feladatokat.
Biztos vagyok az előképzettségemben.
Jó megoldásokkal rukkolok elő.
Tudom, mit, hogyan csináljak.

Fordított tétel Tévesen ítélem meg a helyzeteket.
Nem értek dolgokat.
Nem sok mindenben tudok közreműködni.
Nem látom a dolgok következményeit.

³ A kérdőív magyarra fordítását dr Kun Ágota végezte. A fordítás rendelkezésemre bocsátásáért köszönettel tartozom neki..

Rendszeretet (Orderliness)

Egyenes tétel Szeretem a rendet.
Szeretek takarítani.
Mindennek legyen meg a helye.
Szeretem a rendet és a rendszerességet.
A dolgokat terv szerint csinálom.

Fordított tétel Gyakran elfelejtem visszatenni a dolgokat eredeti helyükre.
Rendetlenséget hagyok a szobámban.
A holmijaimat szerteszét hagyom.
Nem zavarnak a rendetlen emberek.
Nem zavar a rendetlenség.

Kötelességtudat (Dutifulness)

Egyenes tétel Megpróbálom a szabályokat betartani.
Az ígéreteimet megtartom.
A számláimat időben kifizetem.
Igazat mondok.
Hallgatok a lelkiismeretemre.

Fordított tétel Megszegem a szabályokat.
Megszegem az ígéreteimet.
Másokkal végeztetem el a feladataimat.
Az ellenkezőjét csinálom annak, amit kérnek tőlem.
Elferdítem a tényeket.

Teljesítmény-törekvés (Achievement-striving)

Egyenes tétel Nyíltan küzdök a célomért.
Keményen dolgozom.
A terveimet tettekre váltom.
Szívvel-lélekkel vetem magam a feladatokba.
Többet csinállok, mint amit elvárnak tőlem.
Magas követelményeket állítok magam és mások elé.
Elvárom a minőséget.

Fordított tétel Nem nagyon törekszem sikerekre.
Csak annyit dolgozom, hogy megéljek.
Kevés időt és erőfeszítést ölk a munkámba.

Önuralom (Self-discipline)

Egyenes tétel Elvégzem a mindennapi házimunkákat.
Mindig felkészült vagyok.
Rögtön belefogok a feladatokba.
Azonnal belekezdek a munkába.
Véghezviszem a terveimet.

Fordított tétel Nehezen látok neki a munkának.
Pocsékolom az időmet.
Noszogatásra van szükségem, hogy hozzáfogjak valamihez.
Nehezen fogok bele a feladatokba.
Halogatom a döntéseket.

Elővigyázatosság (Cautiousness)

Egyenes tétel Kerülöm a hibákat.
Gondosan válogatom meg a szavaimat.
Ragaszkodom a már bevált úthoz.

Fordított tétel Gondolkodás nélkül ugrom fejest a dolgokba.
Hirtelen döntéseket hozok.
A szeszélyeim szerint cselekszem.
Sietve vágok a dolgokba.
Őrült dolgokat csinálok.
Gondolkodás nélkül cselekszem.
Gyakran az utolsó pillanatban tervezek meg valamit.

Statisztikai eljárások

A statisztikai eljárások jelentős részét SPSS12 programcsomag felhasználásával végeztem. Az eljárások között szerepelnek reliabilitás vizsgálatok, korrelációs vizsgálatok, t-próbák, lineáris regresszió analízis, faktoranalízis, többdimenziós skálázás. A reliabilitás vizsgálatához a Chronbach alfa eljárást alkalmaztam. Az legalább intervallum szintű változók közötti korrelációkat Pearson-féle korrelációs együtthatóval írtam le, a rangkorrelációkat pedig a Spearman-féle rho korrelációs együtthatóval. A többszörös lineáris regresszió analízis során forward vagy stepwise módszert választottam. A faktoranalízis extrakciós módszere a főkomponens elemzés. A faktorok kiválasztáshoz az 1 sajátérték (eigenvalue) szintet adtam meg. A többdimenziós skálázásnál a távolságokat euklideszi távolságokban számoltattam standardizálás után. A szignifikancia szintet minden eljárásnál egységesen 0,05-nak veszem.

Egy másik használt statisztikai módszer - együttes a *modellezés strukturális egyenletekkel* (structural equation modeling, SEM). Ehhez az Amos 5 (Arbuckle, Wothke, 1999) statisztikai programcsomagot használtam. Az utóbbi időben a SEM egyre kedveltebb a pszichológiai kutatások területén. A környezetvédelem pszichikai hátterét hierarchia modellekkel vizsgáló kutatások nagy része is ezt használta (pl. Thøgersen, 2004; Bamberg, 2003; Gärling és mtsai, 2003; Nordlund, Garvill, 2003; Nordlund, Garvill, 2002; Thøgersen, Ölander, 2002; Bratt, 1999). Az egyik nagy előnye a módszernek, hogy képes korrigálni a mérési hibát. Azon túl nyerünk vele illeszkedési mutatókat arra, hogy milyen jól egyeztethető a modell által feltételezett variancia-kovariancia mátrix az megfigyelt variancia-kovariancia mátrixszal, tehát hogy az adatok az elméleti modellre ráilleszthetők-e. A SEM használatakor legtöbb esetben rendelkezünk kell egy hipotetikus modellel a változók közötti összefüggésekre vonatkozóan, és azt vetjük össze az adatokkal. Tehát ez egy megerősítő (konfirmatív) elemzés, szemben a felderítő (exploratív) módszerekkel. A modellezést használhatjuk konfirmatív faktor analízis elvégzésére, a hagyományos útanalízis fejlettebb formájaként, vagy akár csak egyszerűen megfigyelt változók közötti összefüggések feltárására. Meg kell különböztetni megfigyelt és látens változókat. A *megfigyelt változók* azok a tételek és mintaváltozók, amelyeket a mérés során kaptunk, a *látens változók* pedig azok, amelyek a megfigyelték mögötti magyarázó jelenséget adják. A modell oksági kapcsolatot tételez fel a megfigyelt változók és a látens változó között, és korrigálja a mérési hibát. Egy látens változót több megfigyelt ún. *indikátor változó* segítségével kapunk meg. Az okság iránya a látens változótól a megfigyelt felé irányul, és jellemezhető regressziós súllyal. Mivel a látens változó teljes egészében nem képes megmagyarázni az indikátor változókat, ezért mindegyikhez tartozik egy ún. *hibatag* (error term) is, amely a mérési hibára vonatkozik. Különbséget teszünk még *endogén* és *exogén* változók között. Az exogén változók felé nem irányul oksági kapcsolat, míg az endogének felé igen. Minden endogén változóhoz tartozik a varianciájának nem megmagyarázott hányada, a mérési hiba. Ez a megfigyelt változók esetén a hibatag, a látens változóknál pedig az ún. *reziduális hiba*. A *strukturális modell* a mérési modellből és az útmodellből áll össze. A *mérési modell* számos megfigyelt változóból és kevesebb hozzájuk tartozó látens változóból és a köztük levő kapcsolat erősségét jelző mérőszámokból áll. A legtöbb esetben a mérési modell konfirmatív faktor analízis. A látens változók a közös faktorok. Az indikátorok általában csak egy látens változóhoz tartoznak. A hibatagok nem korrelálnak egymással. Az *útmodell* a látens változók közötti kapcsolati modellt tárja fel. A kapcsolat lehet irányított (*út*, path), amelyhez regressziós súly tartozik, és nem irányított (*körív*, arc), amelyekhez, kovariancia és annak standardizált formája, a korreláció tartozik. Az út az okság irányát jelzi, erre vonatkozóan előzetesen hipo-

téziseket kell felállítanunk. A körívek korrelált ún. zavarokat (disturbance) jelképeznek, olyan random hatásokat, amelyeket a modell nem magyaráz. Használhatunk megfigyelt változókat is az útmodellben, pl. a saját kutatásomban a demográfiai háttérváltozókat szerepeltettem így. Ezeknél viszont nem vagyunk képesek korrigálni a mérési hibát. Az exogén megfigyelt változók között köríveket kell szerepeltetni, mert korrelálhatnak egymással. Az útmodellben az utakat az ábrázolásban nyíl képviseli, a köríveket kétvégű nyilak. Szintúgy nyíl mutat a mérési modellben a megfigyelt változók felé mind a látens változó, mind a hibatag felől. A megfigyelt változókat négyzettel, a látens változókat, hibatagokat és a reziduális hibát körrel jelöljük. A modellek többsége *rekurzív*, ahol az utak nem hoznak létre zárt kört. A nem-rekurzív modellben ellenben előfordulhatnak zárt hurkok. (Arbuckle, Wothke, 1999; McDonald, Ho, 2002)

Az Amos 5 a *full information maximum likelihood* (FIML) módszerét alkalmazza, amely jól kezeli a hiányzó értékeket. A kutatások azt bizonyítják (Arbuckle, 1996; Enders, 2001), hogy jelenleg a FIML a leghatékonyabb módszer, mivel minimalizálja az információvesztést, ezzel a statisztikai erőt növelve, és a legkevésbé torzított paraméter - becsléseket adja, ráadásul nem normális adatok esetén is.

Illeszkedési mutatók. Az illeszkedési mutatók közül használhatjuk a *comparative fit index*-t (CFI). A CFI azt mutatja meg, hogy mennyivel jobban illeszkednek az adatok a felkínált modellre, mintha teljes függetlenséget tételeznénk fel a változók között. Az egyhez közeli értékű CFI jelez jó illeszkedést (Bentler, 1988), 0,9 fölött számít elfogadhatónak. Használhatjuk még a *root mean square error of approximation* (RMSEA)-t, amely a populáció megközelítési hibáját és az illeszkedési mutató precizitását veszi figyelembe. Az egy szabadságfokra eső diszkrepanciát mutatja. A 0,08 vagy annál kisebb érték számít jó illeszkedésnek (Browne, Cudeck, 1993). A *chi négyzet* pedig az adatok átfogó illeszkedését mutatja. Kis chi négyzet mutatja a jó illeszkedést, és a nagyobb a nem kielégítő illeszkedést. Azt feltételezi, hogy a modell illeszkedik a populációra, ami a társadalomtudományokban ritka jelenség. Figyelni kell arra, hogy nagy minta esetén a körülbelül illeszkedő modell elutasításra fog kerülni (Jöreskog, Sörbom, 1993), ezért a szignifikancia helyett a chi négyzet – szabadságfok arányt kell nézni, és ha ez kisebb, mint 3:1, akkor jó illeszkedést jelez (Carmines, McIver, 1981).

Eredmények

A környezetvédő magatartás

A környezetvédő magatartást Florian Kaiser (1998) Általános Ökológiai Magatartás skálájával mértem. A Rasch modell használata tétel nehézségi paraméterekkel szolgál számunkra, amely az adott viselkedés nehézségét mutatja. Így ezek a paraméterek a különféle környezetvédő viselkedések kivitelezésének valószínűségét mutatják meg. Összehasonlításképpen szerepeltetni fogom Kaiser (1998) 895 fős német anyanyelvű svájci mintájának nehézség paramétereit. A 6. táblázatban a saját magyar mintám nehézségi paraméterek alapján emelkedő sorrendbe állított környezetvédő viselkedések listája látható. A fordított tételeket (környezetre káros viselkedés) amelyek az elemzésnél át lettek kódolva, dőlt betű jelöli. A tételek emelkedő sorrendbe vannak rendezve, ami azt jelenti, hogy minél lentebb van egy tétel a táblázatban, annál nehezebb Magyarországon a mindennapok során végrehajtani az adott viselkedést.

6. Táblázat

A magyar nehézségi paraméterek alapján emelkedő sorrendbe állított környezetvédő viselkedések listája

| tétel | magyar 2005 | svájci 1998 |
|---|----------------|----------------|
| Amikor piknikezek, ugyanolyan tisztán hagyom a terepet magam után, mint amilyen volt. | -5,04 | -3,40 |
| <i>Elektromos ruhaszárító gépet használok.</i> | -3,42 | -0,79 |
| Az autóm üzemanyag-hatékony (kevesebb mint 7 liter/100km) | -2,86 | 1,34 |
| <i>A 6 óránál hosszabb utakra repülővel szoktam menni</i> | -2,39 | 0,14 |
| <i>Étkezés után a WC-be borítom a maradékokat.</i> | -1,98 | -1,26 |
| Energiatakarékos háztartási gépeim vannak. | -1,77 | -1,40 |
| <i>Télen magasra teszem a fűtést, hogy ne kelljen pulóvert vennem.</i> | -1,69 | -0,61 |
| Többször használom a bevásárló táskáimat. | -1,61 | -4,64 |
| Csak akkor mosok, ha már összegyűlt egy teljes mosásnyi szennyes. | -1,58 | -2,54 |
| Inkább zuhanyozok, mintsem kádban fürödnék. | -1,51 | -2,13 |
| <i>Amikor hotelben vagyok, naponta cseréltetem a törölközőt.</i> | -1,47 | -2,52 |
| Úgy vezetek, hogy az üzemanyag fogyasztásom e lehető legkevesebb legyen. | -1,37 | -1,84 |
| Közösen használunk egy autót többen. | -1,17 | 3,36 |
| <i>Szoktam fémdobozos italokat venni.</i> | -1,14 | -2,52 |
| Télen ha négy óránál hosszabb időre elmegyek a lakásból, leveszem a fűtést. | -0,65 | 0,96 |

| | | |
|--|-------|-------|
| Biciklivel vagy tömegközlekedési eszközzel megyek munkába, iskolába. | -0,61 | -0,38 |
| A sütőm tisztításához sütőtisztító sprayt használok. | -0,48 | -1,20 |
| Nincs autóm. | -0,33 | 1,35 |
| A fürdőszobában vegyi léghűtőt használok. | -0,32 | -1,01 |
| Járatom a motort, miközben vasúti átjárónál vagy dugóban várok. | -0,30 | -1,79 |
| A koszos ruhákat előmosás nélkül szoktam mosni. | -0,27 | -1,07 |
| A közeli területekre (30 km-en belül) tömegközlekedési eszközzel megyek vagy biciklivel. | -0,24 | 0,42 |
| A lemerült elemeket a szemétkosárba dobom. | -0,17 | -4,19 |
| Szezonális termékeket vásárolok. | -0,14 | -2,77 |
| Olyan termékeket vásárolok, amelyeknek utántöltős a csomagolása. | 0,06 | -1,57 |
| Vegyi rovarölővel pusztítom el a rovarokat. | 0,07 | -1,00 |
| Fontolgattam a saját napelem felszerelésének előnyeit és hátrányait. | 0,28 | 0,82 |
| Az üres üvegeket elviszem egy szelektív hulladékgyűjtő konténerbe. | 0,41 | -4,47 |
| Fehérített vagy színezett WC papírt veszek. | 0,47 | -0,49 |
| Autóval megyek addig, ahonnan túrázni indulok. | 0,47 | -0,28 |
| Szoktam félkész élelmiszeripari termékeket venni. | 0,49 | -1,37 |
| Szoktam környezetvédelmi témákról olvasni. | 0,55 | 2,17 |
| Szoktam autóval a városba/n közlekedni. | 0,80 | -0,32 |
| Összegyűjtöm a használt papírt és elviszem egy szelektív hulladékgyűjtőbe. | 0,81 | -4,55 |
| Olyan fabútort veszek, amelyhez belföldi fát használtak. | 0,96 | -0,26 |
| Az ásványvizet visszaváltható palackban veszem. | 1,09 | 1,50 |
| Megtörtént, hogy figyelmeztettem valakit, hogy környezetszennyező módon cselekszik. | 1,14 | 1,80 |
| Megújuló energiaforrásokat használok. | 1,25 | 2,34 |
| A barátaimmal szoktunk a környezetvédelmet érintő témákról beszélgetni. | 1,26 | 0,98 |
| Piros lámpánál várakozva járatom a motort. | 1,29 | -0,33 |
| Bojkottálok a környezetszennyező vállalatokat. | 1,35 | -0,25 |
| Télen hosszasan nyitva tartom az ablakot, hogy friss levegő jöjjön be. | 1,43 | -0,83 |
| Autópályán 100km/óra alatti sebességgel szoktam vezetni. | 1,56 | 1,38 |
| Ha egy boltban adnak nejlonzacskót, el szoktam hozni. | 1,67 | 1,09 |
| Kértem árajánlatot napelem felszerelésére. | 1,73 | 2,54 |
| Olyan húst vagy egyéb termékeket veszek, amelyeken ECO felirat van. | 2,11 | 0,39 |
| Használok öblítőt a mosáshoz. | 2,36 | -0,66 |
| Szoktam adakozni környezetvédő szervezetek számára. | 2,78 | 1,75 |
| Tagja vagyok valamelyik környezetvédő szervezetnek. | 2,83 | 1,22 |
| Napelemeket vettem, hogy energiát állítsak elő. | 3,32 | 3,99 |

Magyarországon a legkönnyebben kivitelezhető környezetvédő viselkedések közé tartozik az energiatakarékos háztartási gépek és autó használata és bizonyos energiaigényes lehetőségek (repülés, ruhaszárító gép) mellőzése. Ez utóbbiak ritka használata valószínűleg nagymértékben anyagi megfontolásoknak tudható be inkább, mintsem környezetvédő motivációnak. A legnehezebben kivitelezhető viselkedések a napenergia használatával és környezetvédő szervezetek tevékenységével állnak kapcsolatban. Az öblítő használata úgy tűnik nagyon elterjedt, pedig relatíve kevés lemondással és gyakorlatilag semennyi életminőség-csökkenéssel járna a mellőzése.

Az általam felvett és az 1998-as svájci minta között van néhány lényegesebb eltérés. A svájci mintán könnyűnek számító szelektív hulladék- és üveggyűjtés a magyar mintán a közepes nehézségű viselkedések közé került. A magyarok számára legkönnyebbek közül az elektromos ruhaszárító használatának és a repülőhasználatnak a hiánya Svájcban a közepesen nehézek közé tartozik. A magyarok számára könnyűnek számító autó üzemanyag hatékonysága pedig kifejezetten nehéz tételnek bizonyult Svájcban. (Itt azt is figyelembe kel venni, hogy a svájci felmérés 1998-ban készült, míg a magyar 2005-ben, tehát más technikai lehetőségek álltak rendelkezésre.) A Svájcban nehéz tételnek számító közös autóhasználat és az autó birtoklásának hiánya Magyarországon könnyű tételnek bizonyult, míg a magyarok számára kifejezetten nehezen kivitelezhető öblítő-használat mellőzése, környezetszennyező vállalatok bojkottja és téli szellőztetés minimalizálása Svájcban könnyebben végrehajthatónak számít.

Az Általános Ökológiai Viselkedés mérőszámát a Rasch modell segítségével kaptam meg. A megbízhatósági mutatója $r=0,68$, a belső konzisztenciája pedig $\alpha =0,70$. Az 50 viselkedés közül 2 (4%) nem illeszkedik teljesen az egydimenziós skálára (t -érték (t) $>1,96$). Viszont egy tétel sem esik az elfogadhatónak számító tartományon ($0,80 >MS < 1,20$) kívülre. A tartomány alsó része 20%-kal kisebb eltérést jelent, a felső pedig 20%-kal nagyobb eltérést jelent a modell által jósolt és a megfigyelt válaszok közötti eltérés vonatkozásában. Az ötven tételes skála illeszkedési mutatói: az átlagok négyzetének az átlaga (mean of mean squares) $M(MS)=1,00$ $SD(MS)=0,06$ átlagos szórással, valamint a t -értékek átlaga (mean of t -values) $M(t)=0,05$ $SD(t)=1,04$ szórással. Ideális esetben az $M(MS)$ and $SD(t)$ várható értéke 1 az $M(t)$ -é pedig 0. Az $SD(MS)$ -hez nincs referencia érték. A 269 résztvevőből 9 személy (3,35%) rendelkezik gyenge illeszkedési mutatóval (t -érték (t) $>1,96$). A résztvevők átfogó illeszkedési mutatói: $M(MS)=1,00$ átlaggal és $SD(MS)=0,21$ szórással valamint $M(t)=-0,02$ átlaggal és $SD(t)=1,14$ szórással. Általánosságban elmondható, hogy az adatok illeszkednek a jósolt modellre és az egydimenziósság kitétele teljesül.

Az Általános Ökológiai Magatartás skála leíró statisztikája a 7. táblázatban látható.

7. Táblázat
Az Általános Ökológiai Magatartás skála leíró statisztikája

| | N | Minimum | Maximum | Átlag | Szórás |
|--------------------------|----------|----------------|----------------|--------------|---------------|
| Környezetvédő magatartás | 269 | -2,49 | 2,21 | -0,5070 | 0,68301 |

A szocio-demográfiai változókkal összefüggés található a környezetvédő magatartás mértékében. A nők szignifikánsan ($t = -2,52$, d. f. = 266, $p = 0,012$) magasabb környezetvédő viselkedés értékkel (átlag: -0,38) rendelkeznek, mint a férfiak (átlag: -0,6). A korrallal szignifikáns, de nem túl magas pozitív korreláció található ($r = 0,199$, $p = 0,001$), tehát ha valaki idősebb, valószínűbb hogy jobban ügyel a környezetvédelemre. A végzettséggel pozitív rangkorreláció található, de szintúgy alacsony mértékben ($\rho = 0,147$, $p = 0,016$). A lakóhely méretével egyenes összefüggés mutatkozik ($\rho = 0,219$, $p = 0,000$), tehát minél nagyobb településen él valaki, annál valószínűbb, hogy környezetvédő módon fog viselkedni. A gyermekek számával szintúgy egyenes összefüggés mutatkozik ($r = 0,178$, $p = 0,004$). A családi állapottal ($t = -1,571$, d. f. = 266, $p = 0,117$), a foglalkozás típusával ($t = 1,036$, d. f. = 265, $p = 0,301$) és az egy háztartásban élő személyek számával ($r = 0,076$, $p = 0,219$) nem függ össze a környezetvédő viselkedés.

A kutatások a kort, nemet, társadalmi osztályt, politikai beállítottságot és a lakóhely típusát találták a legfontosabb háttérváltozónak a környezettudatosságnál, habár elég gyenge összefüggések mutathatóak ki. Általánosságban elmondható, hogy a fiatalabbak, a nők, a magasabb végzettségűek, a liberális politikai beállítottságúak és a városi környezetben élők rendelkeznek magasabb környezettudatossággal (Fransson, Gärling, 1999 in Milfont, Duckitt, 2004). Ezzel a mintám eredményei egy helyen nincsenek összhangban: az életkorral való kapcsolatnál. Könnyen elképzelhető, hogy ez az eltérés a már említett szocio-demográfiai változók közötti összefüggéseknek köszönhető. A mintában a nők, a magasabb végzettségűek, és a nagyobb településen lakók idősebbek, akár ez is okozhatta a korrallal való pozitív korrelációt.

Az egészségmagatartás

A környezetvédő magatartáshoz is a Rasch modell segítségével alkottam mérőszámot. A kalibrálás tétel nehézségi paraméterekkel szolgál számunkra, amely az adott viselkedés nehézségét mutatja. Így ezek a paraméterek a különféle egészségviselkedések kivitelezésének valószínűségét mutatják meg.

8. Táblázat
A nehézségi paraméterek alapján emelkedő sorrendbe állított egészségviselkedések listája

| | nehézség |
|---|-----------------|
| Ügyelek az élelmiszerek szavatosságára. | -2,57 |
| <i>Napi több mint egy doboz cigarettát elszívok.</i> | -2,38 |
| Növényi olajjal készült ételeket eszem. | -0,99 |
| <i>Szoktam chipset fogyasztani.</i> | -0,84 |
| <i>Ha társaságban vagyok, rá szoktam gyújtani.</i> | -0,78 |
| <i>Szoktam hamburgert enni.</i> | -0,57 |
| Ha közeli helyre megyek (2km-en belül), inkább gyalogolok, semmint közlekedési eszközzel mennék. | -0,19 |
| Minden helyzetben tartózkodom a dohányzástól. | -0,17 |
| Szoktam joghurtot enni. | -0,08 |
| Kerülöm az olyan éttermeket, szórakozóhelyeket, ahol cigarettafüst van. | 0,06 |
| Este csak könnyű vacsorát eszem. | 0,18 |
| Nyaralásra aktív programot szoktam magamnak szervezni: túrázást, kerékpározást, evezést vagy hasonló programokat. | 0,42 |
| Egyszerre keveset eszem. | 0,63 |
| Hetente legalább háromszor edzek legalább 20 percet valami állóképesség-növelő sportot, pl. úszás, futás, kerékpározás (kardiofitness). | 0,68 |
| Naponta legalább harminc percet aktív testmozgással töltök. | 1,09 |
| Teljes őrlésű gabonából készült pékárukat (pl. fekete kenyér) fogyasztok. | 1,41 |
| <i>Szoktam tartósított élelmiszeripari terméket enni.</i> | 1,41 |
| Bioélelmiszereket szoktam venni. | 2,68 |

A 8. táblázatban a nehézségi paraméterek alapján emelkedő sorrendbe állított egészségviselkedések listája látható. A fordított tételeket (egészségre káros viselkedés) amelyek az elem-

zésnél át lettek kódolva, dőlt betű jelöli. A tételek emelkedő sorrendbe vannak rendezve, ami azt jelenti, hogy minél lentebb van egy tétel a táblázatban, annál nehezebb a mindennapok során végrehajtani az adott viselkedést. A legkönnyebben kivitelezhető viselkedéseknek a szavatossági időre való ügyelés és a napi egy doboznál kevesebb cigaretta elszívása bizonyult. Könnyen kivitelezhető még a növényi olajjal készült ételek fogyasztása, nassolás és a klasszikus gyorséttermi hamburger mellőzése, valamint ha valaki nem dohányzik a társaság hatására sem. A testmozgásos tételek összességében nehezebbnek bizonyultak, a napi rendszerességű aktív testmozgás különösen. A legnehezebb viselkedések között a teljes kiőrlésű gabonatermékek fogyasztása és a tartósítószer-tartalmazó ételek étrendből való kizárása szerepel, és a sort a bioélelmiszer-fogyasztás zárja.

Az egészségmagatartás skála mérőszámát a Rasch modell segítségével kaptam meg. Az egészségmagatartás skála megbízhatósági mutatója $r=0,74$, a belső konzisztenciája pedig $\alpha=0,74$. A 18 egészségviselkedés közül 2 (11%) nem illeszkedik teljesen a skálára (t-érték $(t)>1,96$). Viszont egyetlen tétel sem rendelkezik $MS=0,80$ -nál kisebb illetve $MS=1,20$ -nál nagyobb nem-illeszkedési (misfit) értékkel. Az együttes illeszkedési mutatók: $M(MS)=1,00$ átlaggal és $SD(MS)=0,09$ szórással, valamint $M(t)=0,02$ átlaggal és $SD(t)=1,46$ szórással. A 269 résztvevőből 10 (4%) illeszkedik gyengén a modellre (t-érték $(t)>1,96$). A résztvevők általános illeszkedési mutatói: $M(MS)=1,01$ átlaggal és $SD(MS)=0,29$ szórással, valamint $M(t)=0,01$ átlaggal és $SD(t)=1,06$ szórással. Általánosságban elmondható, hogy az adatok illeszkednek a jósolt modellre és az egydimenziósság feltétele is teljesül.

Az egészségmagatartás skála leíró statisztikája a 9. táblázatban látható.

9. Táblázat
Az egészségmagatartás skála leíró statisztikája

| | N | Minimum | Maximum | Átlag | Szórás |
|--------------------|-----|---------|---------|--------|---------|
| Egészségmagatartás | 269 | -3,50 | 4,00 | 0,0929 | 1,20039 |

A szocio-demográfiai változókkal összefüggés található az egészségmagatartás mértékében. A nők szignifikánsan ($t = -7,671$, d. f. = 266, $p = 0,000$) magasabb egészségviselkedés értékkel (átlag: 0,7) rendelkeznek, mint a férfiak (átlag: -0,33). A korrreláció szignifikáns pozitív korreláció található ($r = 0,331$, $p = 0,000$), tehát ha valaki idősebb, valószínűbb hogy jobban ügyel az egészsége védelmére. A végzettséggel jelentős pozitív rangkorreláció található ($\rho = 0,451$, $p = 0,000$), tehát a magasabb végzettséggel egészségesebb életmód jár együtt. A lakóhely mé-

retével egyenes összefüggés mutatkozik ($\rho = 0,277$, $p = 0,000$), tehát minél nagyobb településen él valaki, annál valószínűbb, hogy egészséges életmódot folytat. A gyermekek számával szintűgy egyenes összefüggés mutatkozik ($r = 0,262$, $p = 0,000$). Akik párkapcsolatban élnek (átlag: 0,42) egészségesebben viselkednek, mint az egyedülállók (átlag: -0,23) ($t = -4,549$, d. f. = 266, $p = 0,000$). A hallgatók (átlag: -0,41) kevésbé élnek egészségesen, mint az alkalmazottak és egyéb foglalkozásúak (átlag: 0,25) ($t = 3,843$ d. f. = 265, $p = 0,000$). Az egy háztartásban élő személyek számával ($r = -0,053$, $p = 0,389$) nem függ össze az egészségviselkedés.

Ha összehasonlítjuk, az egészségmagatartással jelentősebb mértékű összefüggések állnak fel, mint a környezetvédő magatartással, amit esetleg magyarázhat az, hogy a környezetvédő viselkedés valószínűleg még kiforrotlanabb hazánkban. Kisebb múlttal rendelkezik, és kevesebb a hozzáférhető információ is.

Az értékek

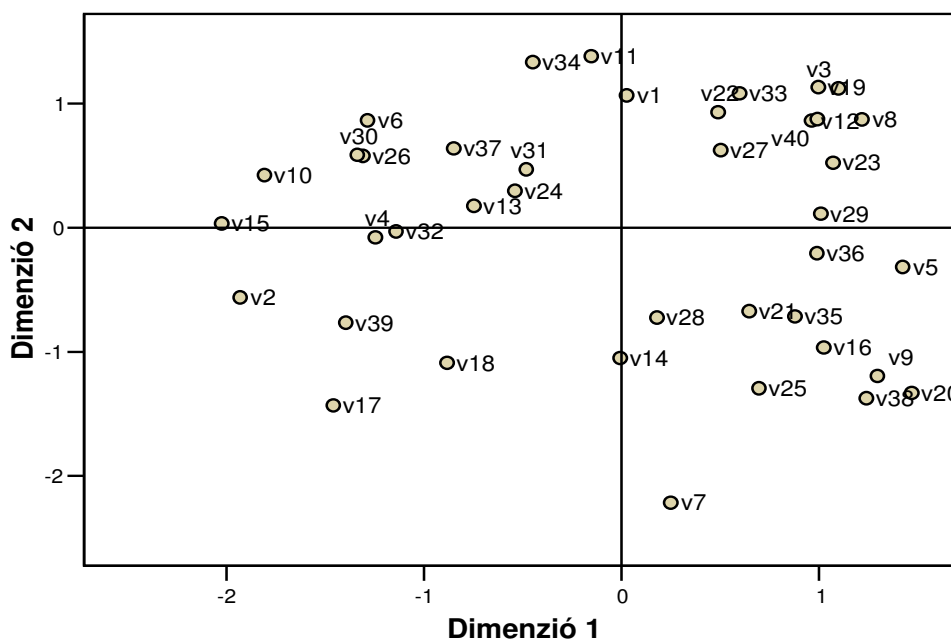
Az értékek vizsgálatához először megtekintettem a tételeknek a kétdimenziós térben elfoglalt helyét. A többdimenziós skálázás módszerével létrehoztam az értékek térképét. Az euklideszi távolságok módszerét használtam standardizálással. A kapott kétdimenziós elrendezés a 2. ábrán látható. A v1-v40 elnevezések a tételek számának felelnek meg. Az egyes értékekhez tartozó tételszámok a 10. táblázatból kereshetőek ki.

10. Táblázat
Az egyes értékekhez tartozó tételek száma a kérdőívben

| Skála | Tételek |
|-----------------|----------------------|
| jótekonyság | 12, 18, 27, 33 |
| univerzalizmus | 3, 8, 19, 23, 29, 40 |
| önirányítottság | 1, 11, 22, 34 |
| Stimuláció | 6, 15, 30 |
| hedonizmus | 10, 26, 37 |
| teljesítmény | 4, 13, 24, 32 |
| Hatalom | 2, 17, 39 |
| Biztonság | 5, 14, 21, 31, 35 |
| konformitás | 7, 16, 28, 36 |
| Tradíció | 9, 20, 25, 38 |

Két tétel különül el jelentősebben attól a csoporttól, ahova tartoznia kéne. A hetes tétel („Úgy véli, hogy az embereknek azt kell tenniük, amit mondanak nekik. Szerinte az embereknek mindig a szabályokat kell követniük, még akkor is, ha senki sem tartja szemmel őket.”) a konformitás értékétől, a 18-as („Fontos számára, hogy barátaihoz lojális legyen. Fel akarja áldozni magát azok számára, akik közel állnak hozzá.”) pedig a jótekonyság értékétől helyezkedik el távol.

2. ábra
Az értékek többdimenziós skálázása



A tíz értéket úgy kaptam meg, hogy a skálákhoz tartozó 3 - 6 tétel átlagából kivontam az összes érték tétel átlagát. Az ezt megelőző megbízhatósági vizsgálat rávilágított, hogy a konformitás Chronbach alfa értéke csak 0,549 volt, viszont egy tétel elhagyásával, amely amúgy is távol áll a többdimenziós skálázás által létrehozott térben, 0,6-et sikerült elérni. Így az eredeti verzióhoz képest a konformitás skála nálam nem tartalmazza a hetes sorszámú tételt. Még két skálánál lehetett (volna) emelni az együtttható értékét tétel elhagyásával. Ezek közül a hatalom esetén nem láttam megalapozottnak, mert egyrészt csak két tételből állt volna úgy a skála, másrészt nem különült el a kétdimenziós térben látványosan, harmadrészt nem növelte lényeges mértékben az együttthatót (0,655 helyett 0,696 lett volna). A jótekonyság

skálánál viszont a 18-as tétel jelentősen elkülönült a kétdimenziós térben, így elhagyása önmagában ezért már indokoltnak tűnt. Ráadásul a 0,630-as Chronbach alfa érték helyett így 0,677-et kaptunk, és három tétel maradt még a skálában. A 11. táblázatban tekinthetők meg az együtthatók. A tradíció kivételével a többi érték skála megbízhatósági együtthatója 0,6 fölött volt, ami elfogadhatónak számít. Schwartz (Schwartz és mtsai, 2001) kitér rá, hogy az érték skálák belső megbízhatóságára nem lehetnek magas elvárásaink két okból kifolyólag. Egyrészt kevés tétel alkot egy-egy skálát. Másrészt sok érték széles jelenséget ír le, a tételeket úgy válogatták, hogy inkább egy átfogóbb definíció összes komponensét lefedjék, mintsem hogy egy leszűkítetten értelmezhető jelenséget mérjen. Ennek fényében megengedőbb lehetek azzal a ténnyel szemben, hogy a tradíció skála megbízhatósági együtthatója 0,5 alatti. Annál is inkább, mivel a megelőző kutatások eredményei és a hipotézisek szerint a tradíció skálának nincs fontos szerepe a környezetvédelem kérdéskörében.

11. Táblázat
Az érték skálák megbízhatósági együtthatója

| Skála | Tételszám | Chronbach alfa |
|-----------------|-----------|----------------|
| jótekonyság | 3 | 0,677 |
| univerzalizmus | 6 | 0,786 |
| önirányítottság | 4 | 0,692 |
| stimuláció | 3 | 0,689 |
| hedonizmus | 3 | 0,717 |
| teljesítmény | 4 | 0,780 |
| hatalom | 3 | 0,655 |
| biztonság | 5 | 0,679 |
| konformitás | 3 | 0,600 |
| tradíció | 4 | 0,493 |

A különféle értékek átlagosan különféle mértékben fontosak az emberek számára. A skála alkotás során alkalmazott módszernek (összátlag levonása) köszönhetően kiküszöbölhetem az egyéni válaszadási stílusból adódó torzítást, így még inkább összehasonlíthatóvá válnak. A 12. táblázatban látható leíró statisztika alapján elmondható, hogy az önirányítottság, univerzalizmus, biztonság, és valamennyire a konformitás, jótekonyság fontos értékek a magyar minta számára. Ezekből is a legfontosabbnak az önirányítottság tűnik, amely eredetileg az önmegva-

lósítás értékorientációba sorolható be. A legkevésbé fontosnak a hatalom bizonyult. Alacsony fontosságú még ezenkívül a tradíció és valamennyire a stimuláció.

12. Táblázat
Az érték skálák leíró statisztikája

| Skála | N | Minimum | Maximum | Átlag | Szórás |
|-----------------|-----|---------|---------|---------|---------|
| jótekonyság | 263 | -1,65 | 2,03 | 0,2610 | 0,67157 |
| univerzalizmus | 263 | -1,69 | 2,01 | 0,4162 | 0,57591 |
| önirányítottság | 263 | -,97 | 1,92 | 0,5129 | 0,59368 |
| stimuláció | 263 | -3,05 | 2,22 | -0,2181 | 0,83236 |
| hedonizmus | 263 | -2,68 | 2,35 | -0,0800 | 0,76346 |
| teljesítmény | 263 | -2,15 | 1,40 | -0,0822 | 0,65012 |
| hatalom | 263 | -3,22 | 1,29 | -0,8740 | 0,86914 |
| biztonság | 263 | -2,00 | 2,00 | 0,3740 | 0,56810 |
| konformitás | 263 | -1,83 | 1,80 | 0,2838 | 0,64122 |
| tradíció | 263 | -3,03 | 1,60 | -0,6788 | 0,73963 |

Az értékek egymással is összefüggnek. A keresztkorreláció táblát (13. táblázat) megtekintve látható, hogy a legtöbb esetben szignifikáns, ámde alacsony mértékű korrelációval találkozhatunk. Pozitív és negatív irányultságúval egyaránt. Egy-két esetben találhatunk 0,5 körüli korrelációt is. Némelyek pedig nem szignifikánsak. Az összefüggés iránya alapján hasonlóan működő értékeket fedezhetünk fel, amelyekből csoportokat alkothatunk. A csoportosítás hasonló, ámde nem teljes mértékben egyezik meg a Schwartz (1992) által kapott négy fő csoporttal. A jótekonyság, univerzalizmus és önirányítottság egymással pozitívan, míg más érték-csoportokkal negatívan vagy semlegesén függ össze. A következő csoportot a stimuláció, hedonizmus, teljesítmény és hatalom alkotja, amelyek negatív kapcsolatban állnak az előbbi csoporttal is, és a következővel is. Kivételt képez az első csoportba nem teljesen integrálható önirányítottság, amely semleges kapcsolatban áll velük, a hatalmat leszámítva. Az önirányítottság, úgy tűnik, inkább átmenetet képez a csoportok között. Az utolsó csoport a biztonság, konformitásból és tradícióból áll össze, és semleges kapcsolatban áll az első csoport elemeiből a jótekonysággal és univerzalizmussal (eredetileg önkiterjesztés értékei), viszont a második csoporthoz hasonlóan negatív kapcsolatban az önirányítottsággal. Schwartznál az önirányítottság, stimuláció és részben a hedonizmus a *nyitottság a változásra* csoportba tarto-

zik. A teljesítmény, hatalom és részben a hedonizmus az *ön-megvalósításba*. A biztonság, konformitás, tradíció a *megőrzés* tartományba, míg az univerzalizmus és jótékonyág az *önkiterjesztésbe*. Kutatásomban az önirányítottság hovatartozása nem eléggé meghatározható. A körkörös értékábrázolásban egymás mellett elhelyezkedő nyitottság és önmegvalósítás pedig egybefolyik. A megőrzés csoport egyezik meg leginkább a nemzetközi eredményekkel. Emellett, ha a nem eléggé stabil önirányítottságot nem soroljuk az első csoportba, akkor az meg fog egyezni az önkiterjesztéssel.

Az értékek kétdimenziós térben való elhelyezkedését grafikusán is ábrázolhatjuk. Többdimenziós skálázással létrehoztam az érték skálák térképét. Az értékekből a többdimenziós skálázásnál nem szabad az összérték átlagát kivonni, mert az lineáris függést hoz létre közöttük, amely ebben az esetben torzíthatná az eredményeket.

13. Táblázat
Az értékek közötti keresztkorrelációk

| | jótékonyág | univerzalizmus | ön-irányítottság | stimuláció | hedonizmus | teljesítmény | hatalom | biztonság | konformitás |
|------------------|------------|----------------|------------------|------------|------------|--------------|---------|-----------|-------------|
| jótékonyág | 1 | | | | | | | | |
| univerzalizmus | ,344** | 1 | | | | | | | |
| ön-irányítottság | ,125* | ,231** | 1 | | | | | | |
| stimuláció | -,225** | -,384** | ,093 | 1 | | | | | |
| hedonizmus | -,128(*) | -,291** | -,027 | ,361** | 1 | | | | |
| teljesítmény | -,215** | -,366** | -,058 | ,165** | ,003 | 1 | | | |
| hatalom | -,423** | -,586** | -,271** | ,244** | ,153* | ,305** | 1 | | |
| biztonság | -,220** | -,003 | -,221** | -,371** | -,205** | -,119 | -,175** | 1 | |
| konformitás | -,045 | -,037 | -,309** | -,359** | -,235** | -,189** | -,172** | ,194** | 1 |
| tradíció | -,009 | -,031 | -,340** | -,350** | -,391** | -,357** | -,128* | ,060 | ,267** |

** 0.01 szinten szignifikáns

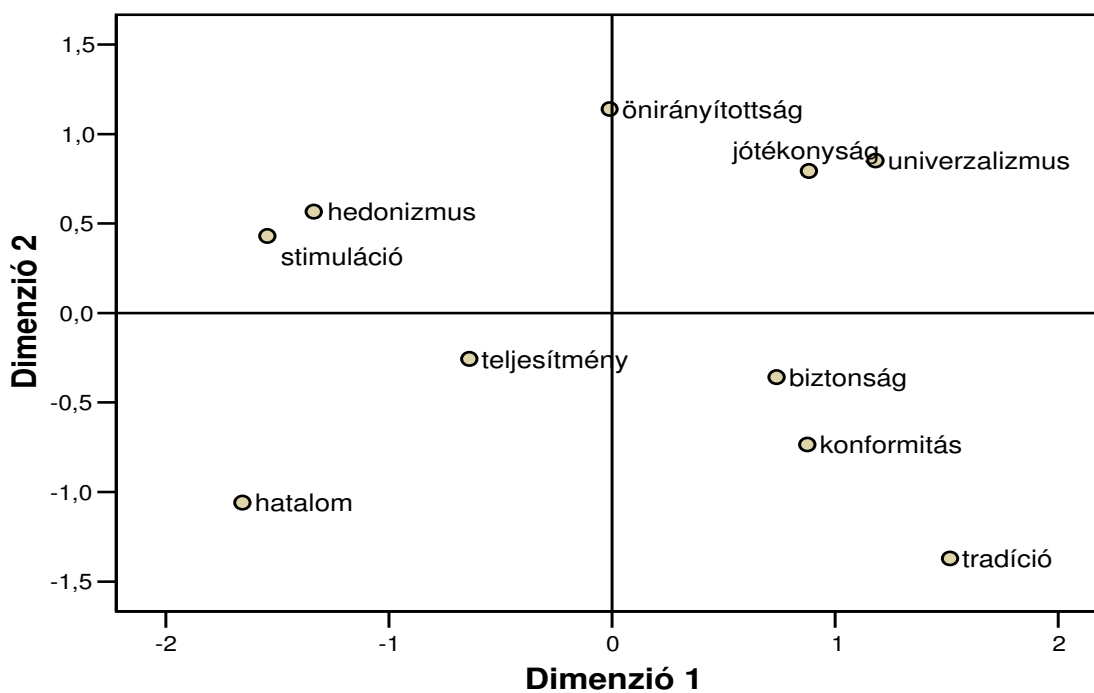
* 0.05 szinten szignifikáns

A 14. táblázatban az értékek adott dimenziókon való elhelyezkedését láthatjuk. Ugyanezt grafikusan a 3. ábrán lehet megtekinteni.

14. Táblázat
A többdimenziós skálázás által létrehozott két dimenzió az értékekre

| | 1. dimenzió | 2. dimenzió |
|-----------------|--------------------|--------------------|
| jótekonyság | 0,8818 | 0,7933 |
| univerzalizmus | 1,1809 | 0,8516 |
| önirányítottság | -0,0109 | 1,1393 |
| stimuláció | -1,5453 | 0,4303 |
| hedonizmus | -1,3368 | 0,5663 |
| teljesítmény | -0,6399 | -0,2567 |
| hatalom | -1,6566 | -1,0594 |
| biztonság | 0,7373 | -0,3585 |
| konformitás | 0,8752 | -0,7347 |
| tradíció | 1,5144 | -1,3716 |

3. ábra
Többdimenziós skálázás által létrehozott kétdimenziós tér az értékeknek



Az értékek a kétdimenziós tér négy térfelének egyikébe sorolhatóak. Az első és a második dimenzió negatív térfelében helyezkedik el a teljesítmény és a hatalom, amely nagyjából az *önmegvalósítás* értékeit olvasztja magába. Az első dimenzió negatív térfelében a második dimenzió pozitív részén helyezkedik el a stimuláció és a hedonizmus, amely nagyjából megfeleltethető a *nyitottság a változásra* dimenzióknak. Ezekről távolabb helyezkedik el az önirányítottság, amely a kulturközi kutatások alapján még ide szokott tartozni. A második dimenzió pozitív értéket ér el, az első pedig semlegest. Térben valamivel közelebb helyezkedik el a jótékonyság – univerzalizmus konglomerációhoz, mint az előbbiekhöz, de ezekkel sem alkot egységes csoportot. A jótékonyság és univerzalizmus, amely az *önkiterjesztés* értékorientációt szokta alkotni, mindkét dimenzió pozitív értéket ér el. A *megőrzés* értékei, a konformitás, tradíció és a biztonság az első dimenzió mentén pozitív értékkel rendelkeznek, a második mentén pedig negatívvá.

A térképet megfeleltethetjük a körkörös értékrendszer ábrájának is (Schwartz, 1992). A kulturközi eredményekkel összehasonlítva kisebb eltéréseket találhatunk: a jótékonyság és az univerzalizmus helye egymáshoz képest felcserélődött, ugyanúgy a stimuláció és a hedonizmus is. Ezek viszont nem jelentős eltérések, mert eredetileg is egymás mellett levő értékekről van szó, és közel is állnak egymáshoz. A biztonság némiképp közelebb került az önkiterjesztés dimenzióhoz, mintsem várható lett volna, viszont a saját dimenziójába tartozik és a négy dimenzió egymáshoz képest is a nemzetközi kutatásokban találhatóak felel meg, így az eltérés nem jelent jelentősebb problémát. A nemzetközi sztenderdnek való megfeleltetés arról győzött meg, hogy a magyar minta értékrendszere főbb vonalaiban hasonlít sok más országban találtéhoz, tehát a mérőeszközt nyugodt szívvel használhatom a vizsgálat lefolytatásához.

A szocio-demográfiai változók és az értékek között összefüggések találhatóak. A jótékonyság, univerzalizmus, önirányítottság a nők számára fontosabb, míg a stimuláció, hedonizmus, hatalom a férfiak számára. A többi nem tér el (lásd 15. táblázat).

A jótékonyság, univerzalizmus a már nem hallgatóknak fontosabb, míg a stimuláció, teljesítmény, hatalom a(z amúgy csak férfiakból álló) hallgatóknak. A többi értéknél nincs szignifikáns különbség a két csoport között (lásd 16. táblázat).

15. Táblázat
T-próbák a nemek között az értékekre

| | t | df | szign. |
|-----------------|--------|---------|--------|
| jótekonyság | -9,553 | 260 | 0,000 |
| univerzalizmus | -6,779 | 260 | 0,000 |
| önirányítottság | -6,341 | 260 | 0,000 |
| stimuláció | 3,392 | 216,787 | 0,001 |
| hedonizmus | 2,327 | 182,888 | 0,021 |
| teljesítmény | 1,918 | 196,442 | 0,057 |
| hatalom | 7,661 | 260 | 0,000 |
| biztonság | -0,480 | 260 | 0,631 |
| konformitás | 1,165 | 201,697 | 0,245 |
| tradíció | 1,528 | 216,087 | 0,128 |

16. Táblázat
T-próbák a hallgatók és nem hallgatók között az értékekre

| | t | df | szign. |
|-----------------|--------|---------|--------|
| jótekonyság | 2,820 | 259 | 0,005 |
| univerzalizmus | 4,236 | 259 | 0,000 |
| önirányítottság | 1,438 | 259 | 0,152 |
| stimuláció | -2,277 | 259 | 0,024 |
| hedonizmus | -0,660 | 125,259 | 0,510 |
| teljesítmény | -2,971 | 259 | 0,003 |
| hatalom | -4,956 | 259 | 0,000 |
| biztonság | 0,818 | 259 | 0,414 |
| konformitás | 1,822 | 259 | 0,070 |
| tradíció | 0,556 | 259 | 0,579 |

A jótekonyság, univerzalizmus, önirányítottság a kapcsolatban élők számára fontosabb, míg a stimuláció, hedonizmus, hatalom az egyedülállók számára. A többi értéknél nincs szignifikáns eltérés a csoportok között (lásd 17. táblázat).

Az egy háztartásban élők száma nem függ össze semelyik értékkel sem. A kor pozitív korrelációban áll a jótekonysággal, univerzalizmussal és az önirányítottsággal, és negatív korrelációban a stimulációval, hedonizmussal és a hatalommal. A gyerekek száma, amely összefügg a korrallal, nem meglepő módon hasonló mintázatot mutat. Pozitív korreláció áll fenn a jótekonysággal és univerzalizmussal, és negatív a stimulációval, hedonizmussal és a hatalommal. Az összes korreláció mértéke mérsékeltnek mutatkozott, a legnagyobb is épphogy csak éri el a 0,3-as mértéket. A többi értéknél nincs szignifikáns korreláció (lásd 18. táblázat).

17. Táblázat
T-próbák az egyedülállók és a kapcsolatban élők között az értékekre

| | t | df | szign. |
|-----------------|----------|-----------|---------------|
| Jótekonyság | -2,013 | 260 | 0,045 |
| univerzalizmus | -4,326 | 260 | 0,000 |
| önirányítottság | -1,998 | 260 | 0,047 |
| Stimuláció | 3,084 | 260 | 0,002 |
| Hedonizmus | 3,654 | 260 | 0,000 |
| Teljesítmény | 0,814 | 260 | 0,416 |
| Hatalom | 3,900 | 243,744 | 0,000 |
| Biztonság | -1,330 | 260 | 0,185 |
| Konformitás | -0,227 | 260 | 0,821 |
| Tradíció | -0,873 | 260 | 0,383 |

18. Táblázat
Pearson korreláció az értékek és szocio-demográfiai változók között

| | kor | gyerekek száma | háztartás mérete |
|-----------------|----------|----------------|------------------|
| jótekonyság | 0,227** | 0,175** | -0,041 |
| univerzalizmus | 0,299** | 0,186** | -0,113 |
| önirányítottság | 0,175** | 0,097 | -0,074 |
| stimuláció | -0,263** | -0,194** | 0,043 |
| hedonizmus | -0,192** | -0,268** | -0,096 |
| teljesítmény | -0,096 | -0,063 | 0,007 |
| hatalom | -0,306** | -0,169** | 0,116 |
| biztonság | 0,089 | 0,055 | 0,011 |
| konformitás | -0,012 | -0,038 | -0,039 |
| tradíció | 0,021 | 0,083 | 0,102 |

** 0.01 szinten szignifikáns.

Az ordinális változókkal rangkorrelációt néztem. A település típusa, amely a méret szerint van sorba rendezve, pozitív korrelációban áll az univerzalizmussal és önirányítottsággal, és negatív korrelációban a stimulációval, hatalommal és a tradícióval. A végzettség pozitív korrelációban áll a jótékonyssággal, univerzalizmussal és az önirányítottsággal (ezek már tűrhetőbb mértékű korrelációk, mint az előzőek), és negatív korrelációban a stimulációval, hedonizmussal és a hatalommal. A többi értékkel nincs összefüggés (lásd 19. táblázat).

19. Táblázat
Spearman rangkorreláció értékek és szocio-demográfiai változók között

| | lakóhely mérete | végezettség |
|-----------------|-----------------|-------------|
| jótékonyosság | 0,095 | 0,355** |
| univerzalizmus | 0,232** | 0,307** |
| önirányítottság | 0,281** | 0,383** |
| stimuláció | -0,193** | -0,224** |
| hedonizmus | 0,069 | -0,188** |
| teljesítmény | 0,018 | -0,111 |
| hatalom | -0,222** | -0,371** |
| biztonság | 0,047 | 0,036 |
| konformitás | -0,037 | -0,016 |
| tradíció | -0,135(*) | -0,021 |

** 0.01 szinten szignifikáns.

* 0.05 szinten szignifikáns.

A biztonság, konformitás, tradíció és a teljesítmény értékek javarészt függetlennek bizonyultak a szocio-demográfiai változóktól. A jótékonyosság, univerzalizmus és önirányítottság, amelyek egymással szorosan összefüggnek, pedig ellentétes irányú kapcsolatban áll mindig az adott háttértényezővel, mint a stimuláció, hedonizmus és hatalom, amelyek szintén összefüggnek egymással. Érdeemes újra felhívni a figyelmet, hogy mivel a minta nem reprezentatív, a háttérváltozók egymással szisztematikus módon összefüggnek, így a velük való összefüggések csak a jelen mintára értelmezhetőek.

A lelkiismeretesség

A lelkiismeretesség hat alfaktorát a skálánként tíz tétel átlagolásával kaptam meg. A 20. táblázatban megtekinthetők a skálák megbízhatósági együtthatói, amelyet Chronbach - alfa módszerrel kaptam meg. A Chronbach - alfa együtthatók 0,730 és 0,863 között vannak, amely teljességgel kielégítőnek számít. A skálákból bármely tétel elhagyása nem növelte volna az együttható értékét.

20. Táblázat
A lelkiismeretesség skálák megbízhatósági együtthatója

| skála | chronbach-alfa |
|-----------------------|----------------|
| énhatékonyság | 0,772 |
| kötelességtudat | 0,808 |
| teljesítmény-törekvés | 0,800 |
| önuralom | 0,843 |
| elővigyázatosság | 0,730 |
| rendszeretet | 0,863 |

A hat skálából főkomponens analízissel létrehoztam egy közös lelkiismeretesség változót. Az így kapott egy főkomponens a variancia 58,81%-át magyarázza, és a sajátértéke 3,529. Az összetevők kommunalitása 0,503 és 0,659 között helyezkedik el. Az összetevők komponens-súlya a 21. táblázatban tekinthető meg. A hat skálából létrehozható skála megbízhatósági együtthatója 0,850, és bármely összetevő elhagyása sem emelné ezt.

21. Táblázat
A lelkiismeretesség főkomponens komponens-súlyai

| | súly |
|-----------------------|-------|
| énhatékonyság | 0,803 |
| kötelességtudat | 0,812 |
| teljesítmény-törekvés | 0,770 |
| önuralom | 0,772 |
| elővigyázatosság | 0,730 |
| rendszeretet | 0,709 |

A skálák közötti korrelációk magasak, mindegyik szignifikáns (szignifikancia szint: 0,05, lásd 22. táblázat). Ez is azt mutatja, hogy megalapozott az egységes lelkiismeretesség mérőeszköz alkalmazása.

22. Táblázat
Keresztkorrelációk a lelkiismeretesség skálái között

| | Énhatékonyság | Kötelességtudat | Teljesítménytörekvés | Önuralom | Elővigyázatosság |
|----------------------|---------------|-----------------|----------------------|----------|------------------|
| Énhatékonyság | 1 | | | | |
| Kötelességtudat | 0,550 | 1 | | | |
| Teljesítménytörekvés | 0,663 | 0,520 | 1 | | |
| Önuralom | 0,608 | 0,480 | 0,538 | 1 | |
| Elővigyázatosság | 0,442 | 0,672 | 0,365 | 0,416 | 1 |
| Rendszeretet | 0,395 | 0,494 | 0,438 | 0,502 | 0,482 |

Az alminták szeparált vizsgálatakor a 129 fős általam felvett zömében felsőfokú végzettségű nőket tartalmazó almintánál a faktoranalízis két faktorra hívta fel a figyelmet. Az első faktor megegyezett a fentebb tárgyalt főkomponens elemzés során kapott főkomponenssel. Minden skála magas factorsúllyal alkotta a faktort. A factorsúlyok 0,622 és 0,757 közé estek. A faktor a variancia 50,5%-át magyarázza és saját értéke 3,033. Ez a faktor az általános lelkiismeretességet jeleníti meg. A második faktor a variancia további 19%-át magyarázza és sajátértéke 1,148. A faktoron három alskála (kötelességtudat, elővigyázatosság, rendszeretet) pozitív súllyal szerepel, a másik három (énhatékonyság, teljesítménytörekvés, önuralom) pedig negatívvá. Ez a faktor tehát világosan elkülöníti a szakirodalom (Roccas és mtsai, 2002) által proaktív – inhibítívnek nevezett dimenzióhoz tartozó 3-3 skálát. A két faktor együttesen a variancia közel 70%-át magyarázza. Ahhoz, hogy ezen az almintán részletesebben vizsgálhassam a lelkiismeretességet, létrehoztam két faktort. Direct oblimin rotációt használtam, mert nem tételeztem föl függetlenséget a két facet között, hiszen minden skála erősen összefügg egymással. A rotáció elkülönítette a két faktort, amelyek faktorpontszámait használtam fel a proaktív és az inhibítív változónak. A kapott két faktor sajátértéke 2,564 és 2,386 lett. A két faktor között 0,410 mértékű korreláció áll fenn. A faktorpontszámok standardizáltak, 0 az átlaguk és 1 a szórásuk.

A teljes mintára vonatkozó lelkiismeretesség skálák leíró statisztikája a 23. táblázatban látható. A skálákat ötfokú Likert-típusú válaszformátumú tételekből kaptuk, ahol az egy jelenti, hogy egy állítás egyáltalán nem igaz a kitöltőre, az öt pedig, hogy teljes mértékben igaz rá. Mindegyik skála a felezőpont fölötti átlaggal rendelkezik, tehát inkább igaznak érzik magukra az alanyok. A kötelességtudat rendelkezik a legmagasabb átlaggal: 4,26. Tekintve, hogy társadalmilag kívánatos vonásokról van szó, ezért ezek az eredmények kevésbé meglepőek. Az összesített lelkiismeretesség skála negatív és pozitív értékeket is felvehet, mivel főkomponens pontszámokról van szó. Az átlaga a neutrális nulla közelében helyezkedik el, szórása egy.

23. Táblázat
A lelkiismeretesség és összetevőinek leíró statisztikája

| Skála | N | Minimum | Maximum | Átlag | Szórás |
|-----------------------|-----|----------|---------|----------|-----------|
| lelkiismeretesség | 257 | -2,46598 | 2,26375 | ,0091085 | ,99678777 |
| énhatékony | 257 | 2,88 | 5,00 | 3,8154 | ,45208 |
| kötelességtudat | 257 | 2,30 | 5,00 | 4,2596 | ,51484 |
| teljesítmény-törekvés | 257 | 2,70 | 5,00 | 3,8743 | ,54954 |
| önuralom | 257 | 1,80 | 5,00 | 3,6007 | ,67735 |
| elővigyázatosság | 257 | 2,20 | 4,90 | 3,7567 | ,55553 |
| rendszeretet | 257 | 1,70 | 5,00 | 3,7801 | ,69501 |

A szocio-demográfiai változókkal összefüggés található a lelkiismeretesség mértékében. A két nem közötti páros t-próba szignifikáns eltérést ($t = -3,352$, d.f. = 253,476, $p = 0,001$) jelez. A nők átlaga 0,24, a férfiaké -0,16. A korral enyhe, bár szignifikáns pozitív korreláció ($r = 0,178$, $p = 0,004$) található, tehát ha valaki idősebb, nagyobb a valószínűsége, hogy magasabb a lelkiismeretesség mértéke nála. A gyermekek számával is van egy enyhe mértékű pozitív korreláció ($r = 0,135$, $p = 0,032$). A végzettség enyhe fokú pozitív rangkorrelációt mutat a lelkiismeretességgel ($\rho = 0,206$, $p = 0,001$). A családi állapot szerint különbség van az egyedülállók és a kapcsolatban élők között. Az egyedülállók (átlag: -0,17) szignifikánsan ($t = -3,043$, d. f. = 238,591, $p = 0,003$) alacsonyabb lelkiismeretességgel jellemezhetők, mint a kapcsolatban élők (átlag: 0,2). A hallgatók (átlag: -0,41) szignifikánsan kisebb ($t = 3,732$, d. f. = 253, $p = 0,000$) lelkiismeretességi értékekkel bírnak, mint az alkalmazottak és egyéb

foglalkozásúak (átlag: 0,14). Az egy háztartásban élő személyek száma ($r = -0,80$, $p = 0,209$) és a település típusa ($\rho = 0,038$, $p = 0,546$) nem függ össze a lelkiismeretességgel. Az összefüggések értelmezésénél figyelembe kell venni, hogy a szocio-demográfiai változók maguk is összefüggnek.

A lelkiismeretesség összefüggése az értékekkel

A lelkiismeretesség és az értékek közötti kapcsolatot korrelációval vizsgáltam (lásd 24. táblázat). Mivel a szakirodalomban egymásnak ellentmondó feltételezések találhatók az okozati összefüggés irányáról és mivel az én vizsgálatomban egyaránt háttérváltozóként szerepelnek, nem élek feltételezéssel az okozati irányról, hanem egy szinten elhelyezkedő változóként kezelem őket. Ez esetben a korrelációban merülnek ki a lehetőségeim. A megelőző kutatásokban találtak alapján pozitív összefüggés várható a teljesítménnyel, biztonsággal, konformitással, univerzalizmussal és jótékonyssággal és fordított összefüggés a stimulációval (Olver, Mooradian, 2003; Wolfradt, Dalbert, 2003). A saját eredmények azt mutatják, hogy a lelkiismeretesség pozitív kapcsolatban áll az önrányítottsággal, a biztonsággal és a konformitással, negatív kapcsolatban a hedonizmussal, hatalommal és a tradícióval. A jótékonyssággal, univerzalizmussal, stimulációval, és teljesítménnyel nincs kapcsolatban. Ez némely ponton eltérést mutat.

24. Táblázat
A lelkiismeretesség korrelációja az értékekkel

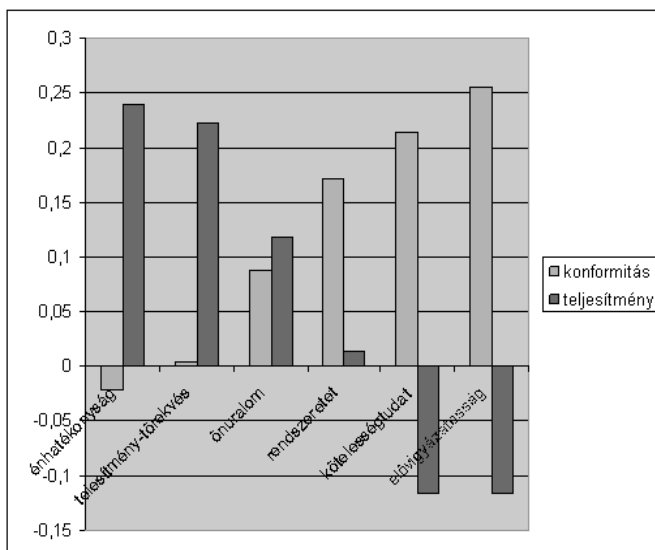
| | lelkiismeretesség |
|----------------|-------------------|
| jótékonyosság | 0,094 |
| univerzalizmus | 0,116 |
| önrányítottság | 0,150* |
| stimuláció | -0,118 |
| hedonizmus | -0,197** |
| teljesítmény | 0,082 |
| hatalom | -0,240** |
| biztonság | 0,259** |
| konformitás | 0,151* |
| tradíció | -0,131* |

* A korreláció 0.05 szinten szignifikáns.

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

A lelkiismeretesség fentebb tárgyalt proaktív facet-ének skáláinál (énhatékonyság, teljesítmény-törekvés, önuralom) a teljesítmény értékével várható pozitív összefüggés, az inhibítív facet-nél (rendszeretet, kötelességtudat, elővigyázatosság) pedig a konformitással. Ha ezt a hipotézist leellenőrizzük, a kapott eredmények majdnem teljesen egyeznek az elvárással. A teljesítménnyel pozitív korrelációt kaptam az énhatékonyságnál ($r = 0,239$, $p = 0,000$) és a teljesítmény-törekvésnél ($r = 0,222$, $p = 0,000$). A többivel nem szignifikáns a kapcsolat. A konformitással pozitív korreláció áll fenn a rendszeretnél ($r = 0,171$, $p = 0,006$), a kötelességtudatnál ($r = 0,214$, $p = 0,001$) és az elővigyázatosságnál ($r = 0,255$, $p = 0,000$). A többi skálánál nincs szignifikáns korreláció. Ha megtekintjük a 4. ábrát, személetesebbé válnak az összefüggések. A grafikon vízszintes tengelyén a lelkiismeretesség skálái helyezkednek el. A függőleges tengely a korreláció mértékét jelöli. Két oszloppal ábrázoltam a két értéket. Az eredmények összhangban állnak Roccas és mtsai (2002) eredményeivel, azt leszámítva, hogy itt az önuralom és a teljesítmény közötti korreláció már nem lett szignifikáns ($r = 0,118$, $p = 0,059$). A korrelációk hasonló mértékben alacsonyak itt is.

4. ábra
A lelkiismeretesség skálák
két értékkel való korrelációinak mértéke



Ezzel mutatnak párhuzamot a 129 fős almintán vizsgált proaktív és inhibítív faktorokkal végzett elemzések. A faktorok az elvártnak megfelelő korrelációkat mutatnak a konformitással és a teljesítménnyel (lásd 25. táblázat). A teljesítménnyel a proaktív faktor van pozitív kapcsolatban, míg a konformitással az inhibítív.

25. Táblázat
A lelkiismeretesség faktorainak korrelációi értékekkel

| | teljesítmény | konformitás |
|-----------|--------------|-------------|
| proaktív | 0,392** | -0,090 |
| inhibitív | -0,026 | 0,335** |

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

Az értékek kapcsolata a környezetvédő magatartással

A magatartások magyarázó háttérének felderítéséhez először nézzük meg, milyen mértékben korrelálnak a személyiségben, értékrendszerben levő háttértényezőkkel. A környezetvédő magatartás és a tíz érték korrelációi a 26. táblázatban láthatóak.

Az Általános Ökológiai Magatartás skála pontszámai pozitívan korrelálnak a jótékonyág és az univerzalizmus értékével (önkiterjesztés értékorientáció), negatívan a stimulációval (nyitottság a változásra), hedonizmussal (önmegvalósítás, nyitottság a változásra) és a hatalommal (önmegvalósítás). Ez azt jelenti, hogy azok viselkednek valószínűbben környezetkímélő módon, akik számára fontosabb a másokon segítség valamint az emberiség és a természet szempontjainak előtérbe helyezése. Továbbá akik számára kevésbé fontos a dominancia, az ingergazdagság biztosítása és az örökök megszerzése.

26. Táblázat
Az értékek és a környezetvédő magatartás skála korrelációi

| | GEB |
|-----------------|---------|
| jótékonyág | ,151* |
| univerzalizmus | ,283** |
| önirányítottság | ,109 |
| stimuláció | -,130* |
| hedonizmus | -,171** |
| teljesítmény | -,076 |
| hatalom | -,220** |
| biztonság | ,081 |
| konformitás | -,083 |
| tradíció | ,021 |

* A korreláció 0.05 szinten szignifikáns.

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

Érdeemes megjegyezni, hogy a korrelációk mértéke nem túl magas. Tendencia-jellegű kapcsolatot jeleznek ugyan, de a kapcsolat nem túlzottan erős. Ez viszont nem probléma: mivel az értékek és a viselkedés között több közvetítő változó helyezkedik el, az értékeket disztális változónak tekinthetjük, így nem számítottam erős összefüggésekre. A legerősebb mértékű korreláció az univerzalizmussal áll fenn, ami rárimel az adott érték környezetvédelemmel

foglalkozó kutatásokban való megjelenési gyakoriságára. Sok vizsgálat mutatott ki kapcsolatot az univerzalizmus és a környezetvédő viselkedés között (pl. Thøgersen, Ölander, 2002). Az értékek és a viselkedés közötti ok-okozati kapcsolat lehetővé tenné regressziós vizsgálat lefolytatását is, viszont az értékek közötti jelentős interferencia és a multikollinearitás miatt – mint arról már volt szó - nem lehetséges többszörös lineáris regresszió-elemzést végezni az összes érték bevonásával.

Az értékek kapcsolata az egészségmagatartással

Az egészségmagatartással is elvégeztem a korrelációs elemzéseket (lásd 27. táblázat). Majdnem egyforma mértékű pozitív korreláció áll fenn a jótekonysággal, az univerzalizmussal (önkiterjesztés) és az önirányítottsággal (nyitottság a változásra). Emellett kisebb mértékű a biztonsággal (megőrzés). Negatív a kapcsolat iránya a stimulációval (nyitottság a változásra), hedonizmussal (önmegvalósítás, nyitottság a változásra) és a hatalommal (önmegvalósítás). Tehát az a személy fog valószínűleg egészségesebb életmódot folytatni, aki számára fontos a körülötte élők, tágabb értelemben az emberiség és a természet jóléte, akinek fontos, hogy saját maga irányítsa az életét, hozzon döntéseket és cselekedjen, akinek fontos, hogy körülötte harmónia, biztonság és stabilitás legyen, és akinek kevésbé fontos, hogy a hatalmi viszonyok állandóak legyenek, hogy presztízse legyen, hogy kielégüljenek a kényelmi igényei és hogy változatos élete legyen.

27. Táblázat
Az értékek és az egészségmagatartás skála korrelációi

| | egészségviselkedés |
|-----------------|--------------------|
| jótekonyság | ,235** |
| univerzalizmus | ,237** |
| önirányítottság | ,239** |
| stimuláció | -,155* |
| hedonizmus | -,146* |
| teljesítmény | -,005 |
| hatalom | -,275** |
| biztonság | ,151* |
| konformitás | -,084 |
| tradíció | -,076 |

* A korreláció 0.05 szinten szignifikáns.

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns

A lelkiismeretesség kapcsolata a környezetvédő magatartással

A lelkiismeretesség kérdőív és az Általános Ökológiai Magatartás skála értékei között mérsékelt pozitív korreláció áll fenn (lásd 28. táblázat). A lelkiismeretesség környezetvédő magatartásra kifejtett hatását lineáris regressziós eljárással teszteltem. A személyiségvonás a viselkedés heterogenitásának mindössze 2%-át képes megmagyarázni (igazított R négyzet = 0,019). A standardizált regressziós együttható 0,152. Tehát aki lelkiismeretesebb, valamivel hajlamosabb környezetvédő viselkedéseket végezni.

A lelkiismeretesség hat faktorának környezetvédő viselkedéssel való korrelációját külön is megnéztem (lásd 28. táblázat). Három faktorról van szignifikáns összefüggés: a kötelességtudattal, az elővigyázatossággal és a teljesítmény-törekvéssel.

28. Táblázat
A lelkiismeretesség és skáláinak korrelációja a környezetvédő magatartás skálával

| | GEB |
|-----------------------|---------|
| énhatékonyság | 0,107 |
| kötelességtudat | 0,176** |
| teljesítmény-törekvés | 0,144* |
| önuralom | 0,018 |
| elővigyázatosság | 0,165** |
| rendszeretet | 0,089 |
| lelkiismeretesség | 0,152* |

* A korreláció 0.05 szinten szignifikáns.

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

A személyiségvonás összetevőinek viselkedésre kifejtett hatását többszörös lineáris regressziós eljárással vizsgáltam. A hat változót forward módszerrel léptettem a modellbe. A modell a viselkedés heterogenitásának 3%-át magyarázza (igazított R négyzet = 0,027). A független változók közül csak a kötelességtudat maradt a modellben 0,176 béta értékkel ($p = 0,005$). A többi összetevő nem képes a kötelességtudat által megmagyarázott hányadon felül hozzátenni a hatáshoz. Itt érdemes megjegyezni, hogy a személyiségvonás közötti magas interkorrelációk miatt nagy az interferencia modellben. A legerősebb magyarázó értékkel bíró összetevő hatásával megegyezhet a többi is, de ha nem képesek szignifikáns parciális korrelációt produkálni szerepük redundánssá válik. Így képviseli végül egy a több hasonló hatású összetevőt. A környezetvédő magatartásért a vizsgált személyiségvonások közül elsősorban a kötelességtudat felelős.

A lelkiismeretesség kapcsolata az egészségmagatartással

A lelkiismeretesség és az egészségviselkedés között pozitív korreláció áll fenn (lásd 29. táblázat). Az elvégzett lineáris regressziós vizsgálat alapján elmondható, hogy a személyiségvonás a viselkedés heterogenitásának 9%-át képes megmagyarázni (igazított R négyzet = 0,089). A standardizált regressziós együttható 0,305. Tehát minél inkább jellemezhető valaki a lelkiismeretesség vonással, annál valószínűbb, hogy egészséges életmódot fog folytatni. Ez meszesemenően párhuzamot mutat a megelőző kutatások eredményeivel (pl. Ingledew és mtsai, 2004; Courneya, Hellsten, 1998).

A lelkiismeretesség hat faktorának szerepét külön is megvizsgálhatjuk. A 29. táblázatban láthatók a korrelációs együtthatók. Ezek 0,164 és 0,317 között helyezkednek el. A kötelességtudatnak van a legnagyobb korrelációja.

29. Táblázat
A lelkiismeretesség és skáláinak korrelációja az egészségmagatartás skálával

| | egészségviselkedés |
|-----------------------|--------------------|
| énhatékonyság | 0,200** |
| kötelességtudat | 0,317** |
| teljesítmény-törekvés | 0,270** |
| önuralom | 0,164** |
| elővigyázatosság | 0,260** |
| rendszeretet | 0,191** |
| lelkiismeretesség | 0,305** |

* A korreláció 0.05 szinten szignifikáns.

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

A személyiségvonás faktorainak egészségviselkedésre kifejtett hatásának vizsgálatára többszörös lineáris regressziós elemzést végeztem. A modell a viselkedés heterogenitásának 10%-át magyarázza (igazított R négyzet = 0,0108). A legnagyobb magyarázó erővel a kötelességtudat bír (béta = 0,242, $p = 0,001$), de ezen felül szignifikáns részt képes még megmagyarázni a teljesítmény-törekvés is (béta = 0,144, $p = 0,038$). Tehát az emberek az egészségük védelmét részben kötelességtudatból végzik, illetve feladatként fogják fel, amit teljesíteni szeretnének.

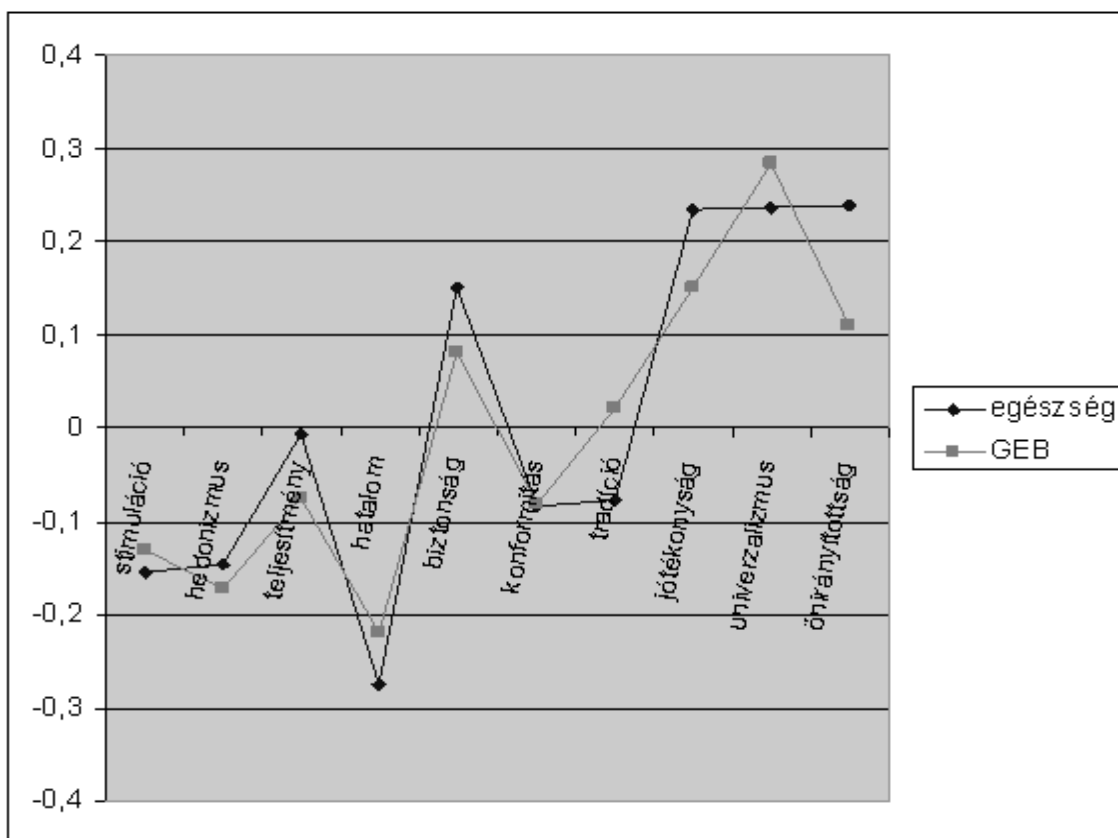
A két viselkedés közül az egészségmagatartásra kétségtelenül nagyobb hatást fejt ki a lelkiismeretesség. Viszont a kapcsolat iránya megegyezik, és az összetevők közül mindkét esetben a kötelességtudat a leghangsúlyosabb.

Az oki háttér hasonlóságai

Amint a fentiekben láthattuk, a környezetvédő és az egészségmagatartás egyformán pozitív kapcsolatban van a lelkiismeretességgel. Ha megtekintjük az értékek összefüggését a kétféle magatartással, hasonló mintázatot fedezhetünk fel a két esetben. Ennek személtetésére egy Schwartz (1992) által javasolt módszert fogok alkalmazni. Az értékstruktúra logikájából következik, hogy az értékek és bármely más változó (pl. viselkedés) közötti összefüggéseket szinuszgörbével ábrázolhatjuk. A vízszintes tengelyen az értékek helyezkednek el olyan sorrendben, ahogy a körkörös értékrendszerben helyezkednek el egymás mellett. A függőleges tengelyen ábrázoljuk az összefüggés erősségét, ami korreláció esetében a korrelációs együttható. Minden értékhez tartozik egy erősségi értékszám, amelyet ponttal jelölünk. A pontokat összekötve egy szinuszgörbéhez hasonló alakzat várható. Némely értékkel pozitív korreláció áll fenn, arrébb haladva az értékek során semleges lesz a kapcsolat, majd negatív kapcsolatba megy át. Az 5. ábrán egy grafikonon ábrázolom a kétféle viselkedés által leírt görbét. Láthatjuk, hogy az összefüggések mintázata jelentős hasonlóságokat mutat. Természetesen kisebb eltéréseket találhatunk, ami abból fakad, hogy két különböző jelenséget vizsgálunk. A rájuk használt mérőeszközök diszkrimináns validitására is utalhat egyben. Emellett ellenőrizhetjük, hogy a szinuszgörbe-jellegű összefüggés-mintázat itt is fennáll-e. Az egészségviselkedés esetében a stimulációtól a hatalomig terjedő tartományban szignifikáns negatív korrelációkat találunk, egy kivétellel: a teljesítmény teljesen semlegesnek bizonyul. A biztonság ezután kissé kiugrik, alacsony, ámde szignifikáns pozitív korrelációval. A konformitás és tradíció semleges kapcsolatban áll az egészségviselkedéssel, a jótekonyság – önirányítottság tartomány pedig pozitív kapcsolatban. Tehát a teljesítménynél és a biztonságnál tapasztalt kiugrások kivételével felfedezhető a szinuszgörbe tendencia. A környezetvédő viselkedés esetén nagyon hasonló a görbe futása. A stimuláció – hatalom intervallum negatív összefüggésben áll a viselkedéssel, a teljesítmény itt is kivétel ez alól. A biztonság – tradíció intervallum semleges, a jótekonyság és univerzalizmus pozitív korrelációt mutat, az önirányítottság pedig újra semleges. És itt ért körbe a körkörös értékrendszerünk és a szinuszgörbénk egyben, a soron következő stimulációtól újra átkerülünk a negatív tartományba. A környezetvédő viselkedés

görbéje jobban megfeleltethető egy szinuszgörbének, mert csak egy helyen deviált, a teljesítménynél. A környezetvédő viselkedés háttérében álló értékek mintázata eltér az egészségviselkedésétől annyiban, hogy az önirányítottsággal és a biztonsággal való pozitív korreláció nem szignifikáns, bár formájában hasonló görbét eredményez. Ez a látványosan hasonló mintázat alátámasztja, hogy a kétféle viselkedés között megalapozott volt kapcsolatot feltételezni. Érdeemes felhívni a figyelmet a teljesítmény és a biztonság szerepére, amely eltér az értékek körkörös elhelyezkedésének jellegéből fakadó elvárásoktól. Az, hogy valaki más értékekhez viszonyítva mennyire tartja fontosnak a teljesítményt, nem függ össze a környezetvédő és az egészségviselkedéssel. Az pedig, hogy mennyire tartja fontosnak a biztonságot, az egészségviselkedéssel pozitív kapcsolatban áll. Mivel az egészségvédelem háttérében a biztonságra törekvés mint motiváció könnyen elképzelhető, ezért ez a mintázattól való eltérés érthetővé válik.

5. ábra
Az értékek kapcsolatának mintázata a kétféle magatartással



Az értékek csoportosításánál már volt szó a jelen minta jellegzetességeiről, a szakirodalom által felvonultatott általános tendenciáktól való kisebb eltérésekről. Az értékek viselkedésekkel való kapcsolatának mintázatából is kirajzolhatóak különféle érték csoportok. A legfeltű-

nőbb eltérés az önirányítottság elhelyezkedésében van: inkább csoportosítható egybe a jótékonyssággal és univerzalizmussal. Ez utóbbi két érték alkotja eredetileg az önkiterjesztés dimenziót. A stimuláció – hatalom tartomány relatíve egységesnek tűnik, a teljesítménynél tapasztalt kiugrástól eltekintve. A nyitottság a változásra és az önmegvalósítás dimenziókat elkülöníteni nem lehetséges. A biztonság – tradíció tartomány egysége a környezetvédő viselkedéssel való egységesen semleges kapcsolatban megvalósul, az egészségviselkedéshez viszont a biztonság értéke eltérően viszonyul, mint társai.

A következő elemzésben a háttértényezők együttes hatását vizsgálom a két viselkedésre nézve, amelyhez az értékek csoportosítása megfelelőnek tűnik. A nagyobb kategóriába rendezés leegyszerűsíti az értelmezést, és egyben összehasonlítást tesz lehetővé megelőző kutatások eredményeivel. Az összehasonlítás biztosítására szeretnék a megelőző kutatásokéhoz hasonló érték-kategóriákat használni. Természetesen annyiban, amennyiben azt a jelen adatok lehetővé teszik. Csak akkor térek el tőle, ha kellőképpen megalapozottnak tartom. A megőrzés dimenziót a megelőző kutatásokkal (Schwartz, 1992) igazolt módon fogom alkalmazni: magába foglalja a biztonságot, konformitást és tradíciót. Mivel a többdimenziós skálázás során ez a csoportosítás megerősítést nyert, nem tartom indokoltnak, hogy a biztonságot elmozdítsam csak azért, mert az egészségviselkedéssel más mintázatot vett fel. Az önkiterjesztés dimenzió-nál tapasztalható volt az önirányítottsággal való közeli kapcsolat. Viszont megfigyelhettük, hogy csak az egyik viselkedéssel található hasonló kapcsolat, mint az önkiterjesztéshez tartozó értékekkel. Ami viszont ennél is fontosabb indok: az önkiterjesztés szerepét sok környezetvédelemmel való kutatásban vizsgálták, így az összehasonlíthatóság miatt fontosnak tűnt az eredeti felépítés használata. Mindezeket és az értékek elemzésénél tárgyalt indokokat megfontolva, úgy döntöttem, hogy a további analízis során megtartom a Schwartz (1992) által javasolt eredeti kétértékes felépítést. Viszont az önirányítottságot nem csoportosítom egybe az eredeti nyitottság a változásra dimenzióval sem, mert a jelenlegi eredmény is megerősíti a többdimenziós skálázással kapott következtetést, hogy az önirányítottság nem tartozik a nyitottság értékcsoporthoz. A fentebb már tárgyalt indokokra alapozva létrehozok egy általam *önérvényesítésnek* elnevezett dimenziót, amely az eredeti önmegvalósítás és nyitottság dimenziókat foglalja magába, kivéve az önirányítottságot.

Az értékorientációkat az értékek átlagolásával alkottam meg. Három fog szerepelni: az önérvényesítés, a megőrzés és az önkiterjesztés. A három orientáció egymással negatív vagy semleges korrelációban áll: az önérvényesítés és a megőrzés közötti korreláció $-0,596$ ($p = 0,000$), az önérvényesítés és az önkiterjesztés között $-0,623$ ($p = 0,000$), az önkiterjesztés és a megőr-

zés között viszont nincs szignifikáns korreláció ($r = -0,101$, $p = 0,102$). A lelkiismeretességgel az önérvényesítés negatív ($r = -0,203$, $p = 0,001$), a megőrzés semleges ($r = 0,107$, $p = 0,088$), az önkiterjesztés pedig pozitív ($r = 0,127$, $p = 0,042$) kapcsolatban van. Ez utóbbi korrelációk csak gyenge kapcsolatot jelölnek.

Elsőként a háromféle értékorientáció korrelációját néztem meg a viselkedésekkel (lásd 30. táblázat). A kétféle viselkedés teljesen egyező irányú és majdnem megegyező mértékű korrelációt mutat az értékorientációkkal. Az önérvényesítéssel negatív irányú, a megőrzéssel semleges, az önkiterjesztéssel pedig pozitív irányú az összefüggés. A korrelációk gyenge kapcsolatot jeleznek, ami a különálló értékek viselkedésekkel való összefüggésének ismeretében nem meglepő. Itt is áll az a megállapítás, hogy a viselkedések háttérben lévő változóknak csak egy szeletét képes a kutatás átfogni, és a viselkedéshez képest disztálisabbnak számító értékváltozókkal való mérsékelt kapcsolat is eredmény: tendenciákat jelez.

30. Táblázat
Az értékorientációk korrelációja a környezetvédő és az egészségviselkedéssel

| | GEB | egészségviselkedés |
|----------------|----------|--------------------|
| önérvényesítés | -0,240** | -0,242** |
| megőrzés | 0,006 | -0,019 |
| önkiterjesztés | 0,258** | 0,287** |

** A korreláció 0.01 szinten szignifikáns.

Az értékorientációk viselkedéssel való korrelációja ugyanolyan mintázatot mutat, mint a lelkiismeretesség és az értékorientációk közötti korrelációk, amire a viselkedések és a lelkiismeretesség közötti pozitív irányú kapcsolat magyarázatul szolgál. Annak megállapítására, hogy vagy a személyiségvonás vagy az értékek hatása csak emiatt az összefüggés miatt lenne, többszörös regressziós eljárásokat alkalmaztam. A többszörös regressziónál a független változók hatásának vizsgálatakor kontroll alatt tartják a többi független változót, így információt nyerünk arról, hogy a függő változó heterogenitásából mennyit magyaráznak a független változók, és milyen eloszlásban. A függő változók a viselkedések, a függetlenek pedig a lelkiismeretesség és az értékorientációk. Az értékekkel végzett regresszió elemzéseknél különösen körültekintően kell eljárni, mert figyelembe kell venni, hogy az értékek körkörös elhelyezkedése miatt lineáris kapcsolat áll fenn közöttük, ami multikollinearitást eredményezhet. Ennek kiküszöbölésére Schwartz (1992) azt javasolja, hogy ne szerepeltessünk minden értéket egyszerre, hanem teoretikus megfontolások alapján előre válasszuk ki mely értékekkel várunk

kapcsolatot. Az értékorientációk megalkotásánál ugyan kimaradt egy érték, de a három érték között így is fennállhat valamilyen szintű lineáris kapcsolat. Mivel a megőrzésnek sem a megelőző kutatások eredményei szerint, sem a korrelációk alapján nem jósolható jelentős szerep (valószínűleg semmilyen sem), ezért az analízisben az önérvényesítést és az önkiterjesztést szerepeltetem a lelkiismeretesség mellett. Arra is számítani lehet, hogy a két értékorientáció jelentős negatív korrelációja interferenciát eredményez, és valószínűleg csak az egyik maradhat a végleges modellben. Ezért szerepeltetem a korrelációk eredményét is, hogy értelmezhetőbbé váljanak az eredmények. Az értékek közötti interferencia hatását csökkentendő a regressziós eljárásokat lépésenkénti (stepwise) módszerrel végeztem.

A környezetvédő viselkedéssel végzett regresszió analízis két független változót hagyott a modellben. A változók együtt a heterogenitás 7%-át magyarázzák meg (igazított R négyzet = 0,071). Az önkiterjesztésnek van nagyobb magyarázó értéke (béta = 0,238, $p = 0,000$), de szerep jut a lelkiismeretességnek is (béta = 0,120, $p = 0,049$). Tehát az értékorientáció és a személyiségvonás akkor is hatással van a környezetvédő viselkedésre, amikor a másik hatását kontroll alatt tartjuk. A két értékorientáció közötti interferencia azt eredményezte, hogy az önkiterjesztéssel ellentétes hatású és a kétdimenziós térben az ellenkező oldalon elhelyezkedő önérvényesítés nem szerepel a modellben, mivel nem tud érdemben új információt adni a modellben szereplő prediktorok által már megmagyarázott hatáshoz.

Az egészségviselkedéssel végzett regresszió lényegében hasonló eredményre vezetett, egy főbb eltéréssel. A lelkiismeretesség (béta = 0,272, $p = 0,000$) és az önkiterjesztés (béta = 0,252, $p = 0,000$) nagyjából megegyező szintű hatással bír a függő változó egészségviselkedésre nézve. A megmagyarázott hányad valamivel magasabb, a viselkedés heterogenitásából 15%-ot vagyunk képesek megmagyarázni (igazított R négyzet = 0,148).

Összefoglalásul elmondható, hogy a lelkiismeretesség és az univerzalizmus – jótékonyág értékekből álló önkiterjesztés értékorientáció egyaránt bejósolja a környezetvédő és az egészségviselkedést is, és hogy mindkét háttértényezőnek: a személyiségvonásnak és az értéknek is van szerepe. A két modell jelentős hasonlósága további bizonyossággal szolgál a két jelenség, a környezetvédelem és az egészséges életmód összefüggéséhez.

A környezetvédő és az egészségmagatartás kapcsolata

A fenti eredmények alapján látható, hogy sok jel enged következtetni a fő hipotézisem, nevezetesen a két viselkedés közötti összefüggés, megalapozottságára. A következőkben a viselkedések közvetlen kapcsolatát feltáró elemzést ismertetem, amelyet a modellezés strukturális egyenletekkel (SEM) módszer segítségével végeztem. Thøgersen és Ölander (2006) által javasolt megközelítést használtam fel. A módszer a parciális korreláció jelenségét veszi alapul, amivel meg lehet vizsgálni, hogy két változó közötti korrelációt okozhatnak-e háttérváltozók. Azt lehet kideríteni, hogy milyen mértékben tudható be a két viselkedés közötti összefüggés közös magyarázó változóknak, jelen esetben a szocio-demográfiai változóknak, az értékeknek és a személyiségvonásnak. Ezt úgy lehet véghezvinni, hogy a két viselkedés reziduális hibája között megengedjük, hogy korreláció álljon fel (körívet helyezünk el az útmodellben). A háttérváltozókat pedig, mint független változót szerepeltetjük. Tehát felőlük nyíl mutat mindkét viselkedés irányába. Mint már említettem fentebb, a reziduális hiba a függő változónak a független változó által nem megmagyarázott hányadát jelenti. Ha a reziduális hibák közötti korreláció lecsökken a viselkedések közötti eredetileg mért korrelációhoz képest, a csökkenés azt mutatja, hogy a két viselkedés közötti összefüggést részben a kontrollált háttérváltozó okozza. Ha a korreláció eltűnik, azt jelzi, hogy a háttérváltozó az összefüggést teljes mértékben megmagyarázza. Ha viszont a kontrollálás utáni parciális korreláció magasabb lesz, mint az eredeti volt, az azt mutatja, hogy a háttérváltozók mintegy szupresszorként funkcionálnak. Az elemzés első lépése a két viselkedés közötti korreláció megállapítása volt, amihez konfirmatív faktoranalízist használtam fel. A nyers adatok közötti korrelációkkal ellentétben a látens változók közötti korrelációknál a mérési hibák hatása korrigálásra kerül. A második lépésben a szocio-demográfiai háttérváltozók hatását kontrolláltam. A háttérváltozók közül elvileg némelyik lehetne az összefüggés közös oka. Ezt le kell ellenőrizni, mielőtt a személyiségbeli változók hatását vizsgálom. A harmadik lépésben a lelkiismeretesség személyiségvonást is szerepeltettem, mint független változót, miközben a szocio-demográfiai változók is kontroll alatt maradnak. A negyedik lépésben a háttérváltozók kibővültek az értékekkel is. Az egyes lépések közötti korrelációváltozás mértékét beágyazott SEM és Chi négyzetkülönbség próba segítségével végeztem⁴. Ez azt jelenti, hogy össze kell hasonlítani az adott

⁴ A módszer javasolásáért köszönet illeti dr John Thøgersent.

modellt egy olyan verzióval, ahol a reziduális hibák közötti kovarianciát az előző lépés kovarianciájának szintjén rögzítettem.

Az első lépés a környezetvédő és az egészségmagatartás összefüggésének vizsgálata volt. A SEM során a két viselkedés látens változóként szerepelt. Az indikátor változókat a viselkedés skálákból alkottam. Viselkedésenként három változót alkottam az ún. *többszörös imputációs* (multiple imputation) módszer felhasználásával. A változókat a személyek képesség pontszámának valószínűségi eloszlásából nyertem random kiválasztással. Egy pontszerű paraméter helyett a lehetséges értékek adott terjedelmét becsültetjük meg. Az ebből nyert valószínűségi értékek kevésbé torzítanak (a módszertani részletekhez lásd. Mislevy, 1991; a számítási módszerekhez lásd. Wu M. et al., 1998).

Annak bizonyítására, hogy az egészségvédő és a környezetvédő magatartás összefügg, konfirmatív faktoranalízist végeztem. Az analízishez a hat indikátor változót használtam fel. A két látens változó közötti kovariancia 0,183 ($p= 0.000$), ami 0,493 korrelációt jelent. Az illeszkedési mutatók jók: A CFI értéke 0,996, az RMSEA 0,040 a chi négyzet – szabadságfok arány pedig 11,355:8, tehát 1,419.

A közel 0,5-ös korreláció azt mutatja, hogy a hipotézisemnek megfelelően a két viselkedés között jelentős pozitív összefüggés áll fenn. Aki környezetbarát életmódot folytat, nagyobb valószínűséggel folytat egészséges életmódot is. Ezzel választ kaptunk a kutatás legfőbb kérdésére.

A viselkedések közötti kapcsolat okai

A fenti elemzés tehát megmutatta, hogy a feltételezett kapcsolat az egészségmagatartás és a környezetvédő magatartás között tényleg létezik. Arra voltam még kíváncsi, hogy ezt az összefüggést milyen mértékben magyarázzák a személyiség adott paramétereit, szociológiai és demográfiai változók.

Szocio-demográfiai változók

A második lépésben a szocio-demográfiai változóknak a viselkedések összefüggésére kifejtett hatását vizsgáltam. Annak megállapítására, hogy a környezetvédő és az egészségviselkedés közötti korrelációt befolyásolják-e a személyes jellemzők, megnéztem, hogy a szocio-

demográfiai változók (nevezetesen: nem, kor, végzettség, diák státus, település mérete, családi állapot, gyerekek száma, háztartás mérete) mint a két viselkedés független változói milyen mértékben hatnak a viselkedéseknek a független változók által nem megmagyarázott hányada (reziduális hiba) közötti korrelációra. A viselkedéseket az előző lépéshez hasonlóan a három-három indikátor változóból nyert látens változóval jelenítettem meg. A modellben a viselkedések endogén és látens változók, a szocio-demográfiai változók pedig egzogén és megfigyelt változók. A szocio-demográfiai változók közül egyedül a település mérete változó felel meg annak a kritériumnak, hogy minkét viselkedésre szignifikáns hatással van. Ennek hiányában egy változó nem lehet felelős a kovarianciáért. Így ez az egy változó lesz kontrolálva a modellben. A modell illeszkedési mutatói messzemenően kielégítőek: a chi négyzet 13,189, 12 szabadsági fokkal, ami 1,099-es arányt eredményez. A CFI értéke 0,999, az RMSEA pedig 0,019. A település mérete az egészségviselkedéshez 0,254-es regressziós súllyal bír ($p < 0,001$), a környezetvédő viselkedéshez pedig 0,205-ös regressziós súllyal ($p = 0,002$). A két viselkedés reziduális hibája közötti kovariancia 0,164 ($p < 0,001$), a korreláció pedig 0,466. Ez a korreláció a beágyazott modell összehasonlítás eredménye (chi négyzet különbség = 0,450, szabadságfok = 1, $p = 0,502$) szerint nem eredményezett szignifikáns csökkenést a két viselkedés előző lépésben mért korrelációjához képest. Tehát a szocio-demográfiai változók nem magyarázzák viselkedések közötti összefüggést.

Lelkiismeretesség

A harmadik lépésben a lelkiismeretesség összefüggésre kifejtett hatását vizsgáltam. Arra voltam kíváncsi, hogy a két viselkedés közötti korreláció betudható-e a személyiségvonásnak. Az előző lépésben szereplő település mérete változó továbbra is kontroll alatt maradt. A lelkiismeretesség hat skáláját használtam a vonás indikátor változóiként. A lelkiismeretesség és a település mérete egzogén változók, a viselkedések endogén változók a modellben. Az illeszkedési mutatók kielégítőek: a chi négyzet értéke 167,708, 60 szabadságfokkal, ami 2,795-ös arányt eredményez. A CFI értéke 0,934, az RMSEA pedig 0,082. A lelkiismeretesség pozitívan és szignifikánsan hat mindkét viselkedésre (egészségviselkedés: 0,283-as regressziós súly, $p < 0,001$; környezetvédő viselkedés: 0,171-es regressziós súly, $p = 0,017$). Ez azt mutatja, hogy aki magasabb fokú lelkiismeretességgel jellemezhető, az nagyobb valószínűséggel fog mind egészségvédő, mind környezetvédő módon viselkedni. Tehát a lelkiismeretesség a két viselkedés közös háttértényezője. Viszont meg kell jegyezni, hogy ezek a hatások nem túl

magasak, ami arra utalhat, hogy léteznek más, valószínűleg erősebb háttérváltozók, amelyek nem szerepelnek a modellben.

Amikor szerepel a lelkiismeretesség is a modellben, az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés közötti kovariancia 0,145 lett ($p < 0,001$), a korreláció pedig 0,441. A beágyazott modell összehasonlítás szerint viszont ez a csökkenés nem jelent szignifikáns eltérést az előző lépéshez képest (chi négyzet különbség = 0,464, szabadságfok = 1, $p = 0,496$). Tehát habár a lelkiismeretesség közös háttértényezője a két viselkedésnek, nem képes a viselkedések közötti kovarianciát megmagyarázni.

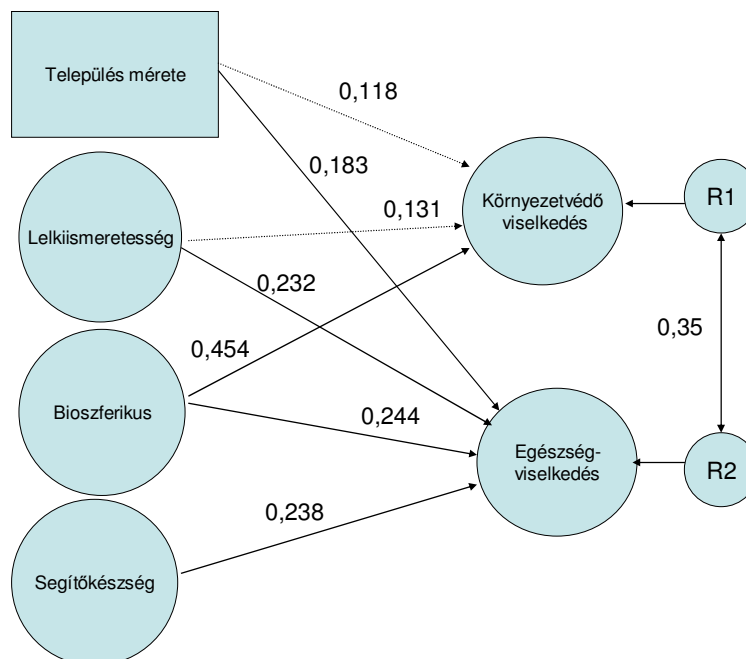
A viselkedések közötti összefüggés a szocio-demográfiai, személyiség és érték változók együttes alkalmazásakor

A negyedik lépésben az értékeket is bevontam a modellbe. Mindezt úgy, hogy az előző lépésekben szereplő háttérváltozók hatása továbbra is kontroll alatt maradjon. Az értékeket először külön-külön emeltem be a modellbe. Közülük csak három felelt meg annak az elvárásnak, hogy mindkét viselkedéssel szignifikánsan korreláljon, s így képes legyen a kovarianciáért felelni adott esetben. Ezek az univerzalizmus, a jótékonyság és a hatalom. Amikor ezt a hármat egyszerre emeltem be a modellbe, már csak az első két érték volt képes szignifikáns hatással lenni legalább az egyik viselkedésre. Így a jótékonyság és az univerzalizmus jöhetett továbbra is számításba. Továbbá az is kiderült, hogy egyik érték sem egydimenziós az elemzett adatbázison. Ezért felül kellett vizsgálni az összetételüket, hogy egydimenziós változót hozzanak létre elfogadható megbízhatósági együtthatóval. Miután eltávolítottam azokat az összetevőket, amelyek nem korreláltak a szignifikánsan legalább az egyik viselkedéssel, a két megmaradó érték a megelőző kutatásokban (Stern és mtsai, 1993) talált bioszferikus értéket (az univerzalizmus alcsoportja) és segítőkészség értéket (a jótékonyság alcsoportja) hozta ki. A modell illeszkedése elfogadhatónak bizonyult: A 251,651-es chi négyzet érték 105-ös szabadságfokkal 2,394-es arányt eredményez. A CFI 0,919, az RMSEA pedig 0,072 lett. A bioszferikus érték pozitívan és szignifikánsan hat az egészségviselkedésre (standardizált regressziós súly: 0,244, $p=0,006$) és a környezetvédő viselkedésre is (standardizált regressziós súly: 0,454, $p < 0,001$). A segítőkészség értéke szignifikánsan és pozitív irányban hat az egészségviselkedésre (standardizált regressziós súly: 0,238, $p=0,005$). Viszont nem hat a környezetvédő viselkedésre (standardizált regressziós súly: 0,064, $p=0,431$). Itt hozzá kell tenni, hogy ez attól van, hogy a bioszferikus érték kontroll alatt van. Amikor nem kontrolláljuk a bioszferikus értéket, a segítőkészség szignifikáns korrelációt mutat a környezetvédő viselkedéssel. Így

a két viselkedés közötti összefüggéshez ez is hozzájárul végeredményben. Az előző lépésekhez képest csökkenés tapasztalható a demográfiai változó és a lelkiismeretesség hatásának mértékében, ami annak tudható be, hogy más magyarázó változók is beléptek a modellbe, és azok kontroll hatása érvényesül. Ennek köszönhetően két esetben marginálisan szignifikáns a hatás (a lelkiismeretesség hatása a környezetvédő viselkedésre: standardizált regressziós súly: 0,131, $p=0,051$; a település méretének hatása környezetvédő viselkedésre: standardizált regressziós súly: 0,118, $p=0,057$).

Az eredmények azt mutatják, hogy aki magasabbra értékeli a bioszferikus és segítőkészség értékeit, nagyobb valószínűséggel viselkedik környezetvédő módon és egészségesen. Tehát a kétféle viselkedés hasonló érték háttérrel rendelkezik. Az útmodellt a 6. ábrán lehet megtekinteni.

6. ábra
Útmodell a viselkedések közötti kapcsolatra és közös háttértényezőikre



Teljes nyíl: szignifikáns, szaggatott nyíl: marginálisan szignifikáns. R1 és R2 reziduálisok. A nyilakon standardizált regressziós együtthatók láthatóak, a viselkedések reziduális hibái között pedig korrelációs együttható.

Amikor ezek az értékek is szerepelnek a modellben, a környezetvédő és az egészségviselkedés közötti kovariancia 0,094-re csökken ($p<0,001$), ami 0,35-ös korrelációt jelent. A beágyazott modell összehasonlítás szerint ez a csökkenés marginálisan szignifikáns eltérést jelent az

előző lépéshez képest (chi négyzet különbség = 3,625, szabadságfok = 1, $p = 0,057$). Tehát a bioszferikus és a segítőkészség értéke közös háttértényezője a két viselkedésnek, továbbá valamilyen szinten képes a viselkedések közötti kovarianciát megmagyarázni.

Végül az első lépésben kapott kovariancia értékkel is összehasonlítottam az utolsó modellben kapott kovariancia értéket. Így az eredeti felállást (konfirmatív faktoranalízis, nincs háttérváltozó) vettem össze az összes háttérváltozót (szocio-demográfiai, személyiségvonás, értékek) egyszerre tartalmazó modellel. Ez úgy történik, hogy össze kell hasonlítani azt a modellt, ahol a viselkedések közötti reziduális kovariancia a konfirmatív faktoranalízisben kapott kovariancia szintjén van rögzítve, azzal, ahol ez a kovariancia nincs rögzítve. Ebben az esetben a beágyazott modell összehasonlítás szignifikáns csökkenést jelez (chi négyzet különbség = 9,625, szabadságfok = 1, $p = 0,002$). Tehát amikor az összes általam szerepeltetett háttértényező együttesen jelen van, szignifikánsan képes csökkenteni a két viselkedés háttértényezőik által nem magyarázott hányadának összefüggését. Ez azt jelenti, hogy ezek a háttértényezők mind hozzájárulnak ahhoz, hogy megmagyarázzák a két viselkedés közötti összefüggés egy részét. Érdeemes rámutatni továbbá, hogy mivel a reziduálisok közötti korreláció továbbra is szignifikáns, így a teljes összefüggést ezek a változók nem képesek magyarázni. Valószínűleg további háttértényezők is felelősek az egészségvédő viselkedés és a környezetvédő viselkedés közötti összefüggésért. A kutatásomban a teljes magyarázó háttér lefedésére viszont nem is törekedtem. Jelen eredmények azt bizonyítják, hogy azon túlmenően, hogy feltártam a kétféle viselkedés közötti összefüggés tényét, szocio-demográfiai, személyiségben és értékpreferenciákban rejlő magyarázatot sikerült találni az összefüggés egy részére.

Eredmények megvitatása

Jelen disszertációban a környezetvédő és az egészségviselkedés összefüggésével és az összefüggés hátterében álló lelkiismeretesség személyiségvonással és értékrendszerrel foglalkoztam. A szakirodalom témába vágó eredményeinek ismertetése után a saját kérdőíves felmérésem eredményeit elemeztem. Bemutatásra kerültek a kérdőívfelvétel körülményei, a vizsgált minta, a mérőeszközök, a használt statisztikai módszerek, a kérdőívek leíró statisztikai és az összefüggések sokoldalú elemzése. Végül felállítottam egy strukturális modellt a viselkedések közötti összefüggés magyarázatára.

Doktori kutatásom témája az egészségvédő és a környezetvédő viselkedés összefüggésének és a háttérben álló tényezőknek a feltárása volt. Mindkét problematikánál kulcsszerephez jut az egyén viselkedése. Mind az egészség megőrzésére vagy helyreállítására, mind a környezet megóvására irányuló viselkedés mértéke egyéni eltéréseket mutat. Az egészségviselkedéshez egészségtudatosságra, a környezetvédő viselkedéshez környezettudatosságra van szükség. A két jelenségkör hasonlósága vezetett a kutatás kiinduló tételének felvetésére: vajon az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés között van-e kapcsolat, és ha igen, mennyire szoros. Ezen továbbmenve felmerült még az a kérdés is, hogy a feltételezett kapcsolat háttérben milyen közös változók állhatnak. Ehhez a kérdéshez a tudatosságot tekintettem kulcsfogalomnak. Mindkét viselkedés megkívánhat bizonyos személyiségtényezőket és értékpreferenciákat. A kutatás célja a lehetséges közös oki háttértényezők egy részének azonosítása.

A választott módszer a kérdőíves felmérés volt. A célváltozók a környezetvédő viselkedés és az egészségviselkedés, a háttérváltozók a lelkiismeretesség és az értékek voltak.

A mintavétel anyagi korlátai beszűkítik az eredmények általánosíthatóságának mértékét. Ez mindenképpen a kutatás hiányosságaként tekinthető, viszont figyelembe kell venni, hogy a szűkös erőforrásoknak köszönhetően nem volt lehetőség reprezentatív mintához jutni. A nem reprezentatív mintából adódó torzítások ellensúlyozására igyekeztem a nemek arányát kiegyensúlyozni, valamint törekedtem rá, hogy különböző korú és foglalkozású emberek kerüljenek a mintába. A mintavétel két csoportra különíthetősége miatt is kellett óvintézkedéseket tenni. (Az debreceni hallgatók mintája zömében felsőfokú végzettségű nőből állt, míg a honvédségi minta összességében alacsonyabb végzettségű férfiakból, illetve férfi hallgatóból.) Ezért összehasonlítottam minden skálaérték paramétereit (átlag, megbízhatósági mutató) három alcsoportra osztva, a debreceni, a honvéd és a honvéd hallgatói csoportra. Szerettem volna leellenőrizni, hogy van-e olyan alcsoport, amelyiknél a skálák nem mérnek megbízhatóan. A mérőeszközök megbízhatósági együtthatói csoportonként hasonlóknak és egyben kielégítőnek mutatkoztak, ugyanúgy mint az ugyanarra teljes mintán kapott értékek. Azonkívül az értékek többdimenziós skálázással kapott térképe is hasonló mintázatot mutatott. Ezekből arra következtettem, hogy a teljes minta adatait felhasználhatom, mert megfelelő módon lettek kitöltve. A lelkiismeretesség vizsgálatakor viszont az egyik almintán értelmezhetővé vált a két facet. A teljes mintán ugyan csak az egyfaktoros megoldást vettem alapul, de elkülönültem elemeztem ebben az esetben az almintát is. Azt pedig, hogy a különböző skálák pontszáma eltér a csoportoknál az eltérő szocio-demográfiai háttér képes megmagyarázni.

A mérőeszközöknél már bevált illetve saját fejlesztésű kérdőíveket is használtam. A viselkedésskálák esetén felmerült, hogy lehetséges-e egydimenziós mérőszámokat alkotni belőlük.

Kaiser és Wilson (2004) a célorientált viselkedés megközelítést javasolja. A viselkedések között mért inkonzisztenciát azzal magyarázzák, hogy a viselkedések faktoranalízissel vizsgálva azért nem hoznak egységes képet, mert nem vesszük így figyelembe a viselkedésekhez tartozó eltérő nehézségi szinteket. A cél-orientált megközelítés a tétel-válasz elméleten alapul. Minden viselkedést leírhatunk az erőfeszítés mértékével, amely a személy elköteleződését mutatja, és a viselkedés költségével, amely pedig az adott viselkedés nehézségét. Ebből a kettőből kaphatjuk meg annak valószínűségét, hogy valaki az adott módon viselkedik-e. Ez azt vonja magával, hogy a viselkedések egy dimenzióra esnek és megkülönböztethetők a nehézségük alapján. Ezért használhatjuk a környezetvédő viselkedés mérésére a tétel-válasz elméletet, amelyet amúgy leggyakrabban képesség-mérésre használnak. Ebben a modellben a környezetvédelem iránti elköteleződést lemérhetjük azon, hogy mennyi áldozatot képes valaki hozni ezért. Ha valakit már kisebb nehézségek is eltántorítanak a céltól, valószínűsíthető, hogy kevésbé elkötelezett és viszont: minél központibb helyet foglal el valaki életében a környezetvédelem motívuma, annál több áldozatot hajlandó hozni ezért. Így a magatartás mérése egy teljesítményteszthez hasonlítható. Kaiser (1998) ezzel a megközelítéssel saját mérőeszközt dolgozott ki a környezetvédő magatartás mérésére az Általános Ökológiai Magatartás skálát (GEB). Ezt használtam a környezetvédő magatartás mérésére. Továbbá ennek mintájára alkottam meg saját egészségviselkedésre vonatkozó skálámat. Az elemzés azt mutatta, hogy mindkét skálánál teljesül az egydimenziósság kitétele.

Az értékek mérésére Schwartz PVQ IV (Portrait Values Questionnaire) érték kérdőívét használtam fel (Schwartz és mtsai, 2001). Ez a kérdőív kevésbé elvont, mint a régebbi kutatásokban gyakoribb SVS (Schwartz Value Survey), és ugyanúgy lefedi a teljes érték kört. A nagyobb konkrétságának köszönhetően bármilyen mintánál jobban használható, ezért is esett rá a választásom. Az értékek kétdimenziós térben való elhelyezkedését megtekintve a kulturközi eredményektől (Schwartz, 1992) kisebb eltéréseket találhatunk, amelyek viszont nem jelentősek. Ez megerősített abban, hogy a mérőeszköz használható jelen mintán is.

A lelkiismeretesség a Nagy Ötök egyik faktora. A Nagy Ötök mérésére többféle mérőeszköz áll rendelkezésre. Jelen kutatásban Goldberg (1999) Nemzetközi Személyiség Tétel Gyűjtemény (International Personality Item Pool, 2001) lelkiismeretességre vonatkozó kérdőív 60 tétel verzióját használtam fel. Ez a verzió lehetőséget nyújtott arra, hogy a vonás hat alfaktorát elkülönülten mérjük.

A lelkiismeretesség és az értékek között kapcsolat áll fenn. Mivel a szakirodalomban egymásnak ellentmondó feltételezések találhatók az ok-okozati összefüggés irányáról és mivel a vizsgálatomban egyaránt háttérváltozóként szerepelnek, nem éltem feltételezéssel az okozati

irányról, hanem egy szinten elhelyezkedő változóként kezeltem őket. Az eredmények azt mutatták, hogy a lelkiismeretesség pozitív kapcsolatban áll az önirányítottsággal, a biztonsággal és a konformitással, negatív kapcsolatban a hedonizmussal, hatalommal és a tradícióval. Ez főbb vonalaiban megegyezik a megelőző kutatásokban találtakkal, de találhatók eltérések is (lásd Olver, Mooradian, 2003; Wolfradt, Dalbert, 2003). Az almintán a két facet értékekhez való viszonyát is vizsgáltam. A faktorok a kutatásokban talált (Roccas és mtai, 2002) eredményeknek megfelelnek. A teljesítménnyel a proaktív faktor van pozitív kapcsolatban, míg a konformitással az inhibítív.

A szocio-demográfiai változók összefüggésben álltak mind a kétféle magatartással mind a személyiségvonásokkal és értékekkel. Az eredmények értelmezésénél viszont figyelembe kellett venni, hogy a szocio-demográfiai változók maguk is összefüggtek egymással, ami részint a mintavétel sajátosságaiból ered. A szisztematikus összefüggések miatt a skálák szocio-demográfiai változókkal való összefüggéseit nem lehet a mintán túl általánosítani.

Az értékek kapcsolatban állnak mind a környezetvédő magatartással, mind az egészségmagatartással. Az Általános Ökológiai Magatartás skála pontszáma pozitívan korrelál a jótekonyság és az univerzalizmus értékével (önkiterjesztés értékorientáció), negatívan a stimulációval (nyitottság a változásra), hedonizmussal (önmegvalósítás, nyitottság a változásra) és a hatalommal (önmegvalósítás). A legerősebb mértékű korreláció az univerzalizmussal áll fenn, ami rárimel az adott érték környezetvédelemmel foglalkozó kutatásokban való megjelenési gyakoriságára (pl. Thøgersen, Ölander, 2002). Az egészségmagatartásnál majdnem egyforma mértékű pozitív korreláció áll fenn a jótekonysággal, az univerzalizmussal (önkiterjesztés) és az önirányítottsággal (nyitottság a változásra). Emellett kisebb mértékű a biztonsággal (megőrzés). Negatív a kapcsolat iránya a stimulációval (nyitottság a változásra), hedonizmussal (önmegvalósítás, nyitottság a változásra) és a hatalommal (önmegvalósítás). Tehát jelentős az átfedés az értékek és a magatartások közötti összefüggések mintázatában, amit a szinuszgörbés grafikonon szemléltettem is. A környezetvédő viselkedés háttérében álló értékek mintázata abban tér el az egészségviselkedésétől, hogy az önirányítottsággal és a biztonsággal való pozitív korreláció nem szignifikáns, bár formájában hasonló görbét eredményez. A hasonló mintázat alátámasztja, hogy a kétféle viselkedés között megalapozott volt kapcsolatot feltételezni.

A lelkiismeretesség mindkét magatartásra egyaránt hatással van. Aki lelkiismeretesebb, valamivel hajlamosabb környezetvédő illetve egészségviselkedéseket végezni. A két viselkedés közül az egészségmagatartásra nagyobb hatást fejt ki a lelkiismeretesség. Valószínűleg nem véletlen, hogy az egészségmagatartás és lelkiismeretesség kapcsolatának jelentős irodalma

van, míg a környezetvédő viselkedésnél kevés kutatás találni. Viszont a kapcsolat iránya megegyezik, és az összetevők közül mindkét esetben a kötelességtudat a leghangsúlyosabb.

Az értékeket és a lelkiismeretességet együtt is szerepeltettem regresszió analízisben az egyes viselkedésekre való relatív hatásukat ellenőrizendő. A lelkiismeretesség és az univerzalizmus – jótekonyság értékekből álló önkiterjesztés értékorientáció egyaránt bejósolja a környezetvédő és az egészségviselkedést is, és mindkét háttértényezőnek: a személyiségvonásnak és az értéknek is van szerepe. A két modell jelentős hasonlósága további bizonyossággal szolgál a két jelenség, a környezetvédelem és az egészséges életmód összefüggéséhez.

A kutatás legjelentősebb eredményének a felállított strukturális modellt tekintem. Az elemzés első lépése a két viselkedés közötti korreláció megállapítása volt, amihez konfirmatív faktoranalízist használtam fel. A második lépésben a szocio-demográfiai háttérváltozók hatását kontrolláltam. Ez azt a célt szolgálta, hogy kiszűrjem, ha a háttérváltozók közül valamelyik az összefüggés közös oka. A harmadik lépésben a lelkiismeretesség személyiségvonást is szerepeltettem, mint független változót, miközben a szocio-demográfiai változók is kontroll alatt maradnak. A negyedik lépésben a háttérváltozók kibővültek az értékekkel is.

Annak bizonyítására, hogy az egészségvédő és a környezetvédő magatartás összefügg, konfirmatív faktoranalízist végeztem. A két látens változó közötti korreláció 0,493, ami társadalomtudományi kutatásban nagyon jónak számít. Tehát a fő hipotézisem, hogy a két viselkedés összefügg, teljesült. Aki környezetbarát életmódot folytat, nagyobb valószínűséggel folytat egészséges életmódot is.

Ezek után arra voltam kíváncsi, hogy a viselkedések közötti összefüggést milyen mértékben magyarázzák a személyiség adott paraméterei, szociológiai és demográfiai változók. Annak megállapítására, hogy a környezetvédő és az egészségviselkedés közötti korrelációt befolyásolják-e a személyes jellemzők, megnéztem, hogy a szocio-demográfiai változók, mint a két viselkedés független változói milyen mértékben hatnak a viselkedéseknek a független változók által nem megmagyarázott hányada közötti korrelációra. A szocio-demográfiai változók közül egyedül a település mérete változó felel meg annak a kritériumnak, hogy minkét viselkedésre szignifikáns hatással van. Ezért ez a változó később végig kontroll alatt lett tartva a modellben. Viszont ez a változó arra nem képes, hogy megmagyarázza viselkedések közötti összefüggést, mint ahogy arra nem is számítottam.

A harmadik lépésben a lelkiismeretesség két viselkedés közötti összefüggésre kifejtett hatását vizsgáltam. Arra voltam kíváncsi, hogy a két viselkedés közötti korreláció betudható-e a személyiségvonásnak. A lelkiismeretesség pozitívan és szignifikánsan hat mindkét viselkedésre. Ez azt mutatja, hogy aki magasabb fokú lelkiismeretességgel jellemezhető, az nagyobb való-

színséggel fog mind egészségvédő, mind környezetvédő módon viselkedni. Tehát a lelkiismeretesség a két viselkedés közös háttértényezője. Viszont ezek a hatások nem túl nagyok, ami arra utalhat, hogy léteznek más, valószínűleg erősebb háttérváltozók, amelyek nem szerepelnek a modellben. Az egészségviselkedés és a környezetvédő viselkedés közötti kovariancia ugyan lecsökkent, de nem szignifikánsan. Tehát habár a lelkiismeretesség közös háttértényezője a két viselkedésnek, önmagában nem képes a viselkedések közötti kovarianciát megmagyarázni.

A negyedik lépésben az értékeket is bevontam a modellbe. Mindezt úgy, hogy az előző lépésekben szereplő háttérváltozók hatása továbbra is kontroll alatt maradjon. Az értékek közül csak jótékonyág és az univerzalizmus volt képes szignifikáns hatással lenni legalább az egyik viselkedésre. Továbbá az is kiderült, hogy egyik érték sem egydimenziós az elemzett adatbázison, így felül kellett vizsgálni az összetételüket, hogy egydimenziós változót hozzanak létre elfogadható megbízhatósági együtthatóval. A két megmaradó érték a megelőző kutatásokban (Stern és mtsai, 1993) talált bioszferikus értéket (az univerzalizmus alcsoportja) és segítőkészség értéket (a jótékonyág alcsoportja) hozta ki. A bioszferikus érték pozitívan és szignifikánsan hat az egészségviselkedésre és a környezetvédő viselkedésre is. A segítőkészség értéke szignifikánsan és pozitív irányban hat az egészségviselkedésre, viszont nem hat a környezetvédő viselkedésre. Itt érdemes megemlíteni, hogy ez attól van, hogy a bioszferikus érték kontroll alatt van. Amikor nem kontrolláljuk a bioszferikus értéket, a segítőkészség szignifikáns korrelációt mutat a környezetvédő viselkedéssel. Így a két viselkedés közötti összefüggéshez ez is hozzájárul végeredményben. Az eredmények azt mutatják, hogy aki magasabbra értékeli a bioszferikus és segítőkészség értékeket, nagyobb valószínűséggel viselkedik környezetvédő módon és egészségesen. Tehát a kétféle viselkedés hasonló érték háttérrel rendelkezik.

A beágyazott modell összehasonlítás szerint a kovariancia csökkenés marginálisan szignifikáns eltérést jelent az előző lépéshez képest. Tehát a bioszferikus és a segítőkészség értéke közös háttértényezője a két viselkedésnek, továbbá valamilyen szinten képes a viselkedések közötti kovarianciát megmagyarázni. Jelentős csökkenést akkor tapasztaltam, amikor az eredeti kovariancia értékhez viszonyított csökkenést vizsgáltam, tehát a háttérváltozók nélküli modellt vettem össze az összes háttérváltozót egyszerre tartalmazó modellel. Az eredmények szerint amikor az összes általam szerepeltetett háttértényező együttesen jelen van, azok képesek szignifikánsan csökkenteni a két viselkedés háttértényezőik által nem magyarázott hányadának összefüggését. Ez azt jelenti, hogy ezek a háttértényezőik mind hozzájárulnak ahhoz, hogy megmagyarázzák a két viselkedés közötti összefüggés egy részét. Érdekes rámu-

tatni továbbá, hogy mivel a reziduálisok közötti korreláció továbbra is szignifikáns, így a teljes összefüggést ezek a változók nem képesek magyarázni. Valószínűleg további háttértényezők is felelősek az egészségvédő viselkedés és a környezetvédő viselkedés közötti összefüggésért. A kutatásomban a teljes magyarázó háttér lefedésére viszont nem is törekedtem. Jelen eredmények azt bizonyítják, hogy azon túlmenően, hogy feltártam a kétféle viselkedés közötti összefüggés tényét, szocio-demográfiai, személyiségben és értékpreferenciákban rejlő magyarázatot sikerült találni az összefüggés egy részére.

Felhasznált Irodalom

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, 50, 179-211.
- Ajzen, I., Fishbein, M. (1977). Attitude-behavior relations: a theoretical analysis and review of empirical research. *Psychological Bulletin*, 84, 588-918.
- Alversleben, R. V., Altman, M. (1987). Determinants of the demand of organic food in Germany. *Acta Horticulturae*, 203, 235-242.
- Arbuckle, J. L. (1996). Full information estimation in the presence of incomplete data. In G. A. Marcoulides, R. E. Schumacker (Eds.), *Advanced structural equation modeling: Issues and techniques* (pp. 243-277). Mahwah, NJ.: Erlbaum.
- Arbuckle, J. L., Wothke, W. (1999). *Amos 4.0 users` guide*. Chicago: Marketing Division SPSS Inc.: Small Waters Corporation.
- Aronson, E. (1997). The theory of cognitive dissonance: The evolution and vicissitudes of an idea. In: McCarthy, C, Haslam, A. (Eds.) *The message of social psychology*. Oxford: Blackwell, 20-35.
- Artistico, D., Baldassarri, F., Lauriola, M., Laicard, C. (2000). Dimensions of Health-Related Dispositions in Elderly People: Relationships with Health Behaviour and Personality Traits. *European Journal of Personality*, 14, 535-552.
- Bamberg, S. (2002). Implementation intention versus monetary incentive comparing the effects of interventions to promote the purchase of organically produced food. *Journal of Economic Psychology*, 23, 573-587.
- Bamberg, S. (2003). How does environmental concern influence specific environmentally related behaviors? A new answer to an old question. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 21-32.
- Bagozzi, R. P. (1994). Structural equation models in marketing research: Basic principles. In: Bagozzi, R. P. (Ed) *Principles of marketing research*. Cambridge: Blackwell, 317-385.
- Baldassare, M., Katz, C. (1992). The personal threat of environmental problems as predictor of environmental practices. *Environment and Behavior*, 24, 602-616.
- Bentler, P. M. (1988). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107, 238-246.
- Berger, I. E. (1997). The demographics of recycling and the structure of environmental behavior. *Environment and Behavior*, 29, 515-531.

- Bonaiuto, M., Carrus, G., Martorella, H., Bonnes, M. (2002). Local identity processes and environmental attitudes in land use changes: The case of natural protected areas. *Journal of Economic Psychology*, 23, 631-653.
- Bond, T. G., Fox, C. M. (2001). *Applying the Rasch model: Fundamental measurement in the human sciences*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Böckenhoff, E., Hamm, U. (1983). Perspektiven des Marktes für alternativ erzeugte Nahrungsmittel. *Berichteüber Landwirtschaft*, 343-381.
- Bratt, C. (1999). The impact of norms and assumed consequences on recycling behavior. *Environment and Behavior*, Vol 31, No 5, 630-656.
- Brombacher, J., Hamm, U. (1990). Ausgaben für eine Ernährung mit Lebensmitteln aus alternativem Anbau. *Agra Europe*, 7, 1-11.
- Browne, M. W., Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In: Bollen, K. A., Long, J. S. (szerk), *Testing structural equation models*, (pp. 445-455). Newbury Park, CA: Sage.
- Carmines, E. G., McIver, J. P. (1981). Analyzing models with unobserved variables. In: Bohrstedt, G. W., Borgata, E. F. (szerk.), *Social measurement: Current issues*, (pp. 65-115). Beverly Hills, CA: Sage.
- Csukonyi Csilla (2003). A szociális orientáció – az individualizmus és kollektívizmus és a kábítószer-használat összefüggései. In: Münnich Ákos (szerk), *A kábítószer kipróbálásának okairól*, (pp. 139-153). ELTE Eötvös Kiadó, Budapest.
- Conner, M., Kirk S. F. L., Cade, J. E., Barrett, J. H. (2001). Why do women use dietary supplements? The use of the theory of planned behaviour to explore beliefs about their use. *Social Science and Medicine*, 52, 621-633.
- Conner, M., Sparks, P., Povey, R., James, R., Sheperd, R., Armitage, C. J. (2002). Moderator effects of attitudinal ambivalence on attitude-behaviour relationships. *European Journal of Social Psychology*, 32, 705-718.
- Cook, A. J., Kerr, G. N., Moore, K. (2002). Attitudes and intentions towards purchasing GM food. *Journal of Economic Psychology*, 23, 557-572.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. (1992). Four Ways Five Factors Are Basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 653-665.
- Courneya, K. S., Hellsten, L. M. (1998). Personality correlates of exercise behavior, motives, barriers and preferences: an application of the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 24, 625-633.
- Cox, B. J., Borger, S. C., Asmundson, G. J. G., Taylor, S. (2000). Dimensions of hypochondriasis and the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 29, 99-108.

- De Kruijk, M D., van Raaij, W. F. (1991). *Similarities and frequencies of behaviors in an environmental context*. IAREP/SASE Conference, Stockholm, Sweden, June 16-19.
- Dietz, T., Kalof, L., Stern, P. C. (2002). Gender, Values, and Environmentalism. *Social Science Quarterly, Vol 83, No 1*, 353-369.
- Dietz, T., Stern, P. C. (1995). Toward a Theory of Choice: Socially Embedded Preference Construction. *Journal of Socio-Economics, 24*, 261-279.
- Dúll A. (2001). A környezetpszichológia története. *Magyar Pszichológiai Szemle, LVI. 2*, 287-328.
- Dunlap, R. E., Van Liere, K. D. (1978). The new environmental paradigm. *Journal of Environmental Education, 9*, 10-19.
- Dunlap, R.E., Van Liere, K. D., Mertig, A. D., Catton, W. R., Jr., Howell, R. E. (1992 augusztus). *Measuring endorsement of an ecological worldview: A revised NEP scale*. Előadás az 1992-es Meeting of the Rural Sociological Society, State College, Pennsylvania.
- Eisler, A. D., Eisler, H., Yoshida, M. (2003). Perception of human ecology: cross-cultural and gender comparisons. *Journal of Environmental Psychology, 23*, 89-101.
- Embretson, S. E., Reise, S. P. (2000). *Item response theory for psychologists*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Enders, C. K. (2001). The impact of nonnormality on full information maximum-likelihood estimation for structural equation models with missing data. *Psychological Methods, 6*, 352-370.
- Fishbein, M., Triandis, H. C., Knafer, H. F., Becker, M., Middlestadt, S. E., Eichler, A. (2001). Factors Influencing Behavior and Behavior Change. In A. Baum, T. A. Revenson, J. E. Singer (Eds), *Handbook of Health Psychology* (pp. 3-17). Mahwah, NJ.: Erlbaum.
- Frick, J., Kaiser, F. G., Wilson, M. (2004). Environmental knowledge and conservation behavior: exploring prevalence and structure in a representative sample. *Personality and Individual Differences, 37*, 1597-1613.
- Fried, M. (2000). Continuities and discontinuities of place. *Journal of Environmental Psychology, 20*, 193-205.
- Friedman, H. S. (2000). Long-Term Relations of Personality and –health: Dynamisms, Mechanisms, Tropisms. *Journal of Personality, 68:6*, 1089-1107.
- Friedman, H. S. et al. (1993). Does Childhood Personality Predict Longevity? *Journal of Personality and Social Psychology, 65*, 176-185.
- Friedman, H. S. et al. (1995). Childhood Conscientiousness and Longevity: Health Behaviors and Cause of Death. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 696-703.

- Gagnon Thompson, S. C., Barton, M. A. (1994). Ecocentric and anthropocentric attitudes toward the environment. *Journal of Environmental Psychology*, 14, 149-157.
- Gardner, G. T., Stern, P. C. (1996). *Environmental problems and human behavior*. Boston: Allyn and Bacon.
- Glatzer, H. (1984). *Nahrung und Ernährung*. Berlin, Springer.
- Goldberg, L. R. (1999). A broad-bandwidth, public domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. In I. Mervielde, I. Deary, F. De Fruyt, & F. Ostendorf (Eds.), *Personality Psychology in Europe, Vol. 7* (pp. 7-28). Tilburg, The Netherlands: Tilburg University Press.
- Grankvist, G., Biel, A. (2001). The importance of beliefs and purchase criteria in the choice of eco-labeled food products. *Journal of Environmental Psychology*, 21, 405-410.
- Grunert, S. C. (1991). *Everybody seems concerned about the environment: But is this concern reflected in (Danish) consumers' food choice?* Food choice and eating behaviour- convenience or environmental concern? ACR Summer Conference, Amsterdam, June.
- Grunert, S. C. (1993). Green consumerism in Denmark: Some evidence from the ØKO foods-project. *Der Markt*, 126, 140-151.
- Grunert, S. C., Juhl, H. J. (1995). Values, environmental attitudes, and buying of organic foods. *Journal of Economic Psychology*, 16, 39-62.
- Grønhaug, K., Øgaard, T. (1981). *Exploring success and failure in intended changes of life-style*. Advances in Consumer Research, St. Louis, Missouri, Association for Consumer Research.
- Gärling, T., Fujii, S., Gärling, A., Jakobsson, C. (2003). Moderating effects of social value orientation on determinants of proenvironmental behavior intention. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 1-9.
- Hambleton, R. K., Swaminathan, H., Rogers, H. J. (1991). *Fundamentals of Item Response Theory*. Sage Publications, Newbury Park.
- Ingledeew, D. K., Hardy, L., Cooper, C. L. (1995). Latent class analysis applied to health behaviours. *Personality and Individual Differences*, 19, 13-20.
- Ingledeew, D. K., Markland, D., Sheppard, K. E. (2004). Personality and self-determination of exercise behaviour. *Personality and Individual Differences*, 36, 1921-1932.
- International Personality Item Pool (2001). *A Scientific Collaboratory for the Development of Advanced Measures of Personality Traits and Other Individual Differences*. (<http://ipip.ori.org/> letöltve 2004. december)
- Iwata, O. (2001). Attitudinal determinants of environmentally responsible behavior. *Social Behavior and Personality*, 29, 183-190.

- Iwata, O. (2002). Coping style and three psychological measures associated with environmentally responsible behavior. *Social Behavior and Personality*, 30, 661-670.
- Jo, H., Lee, S., Ahn, M. O., Jung, S. H. (2003). Structural relationship of factors affecting health promotion behaviors of Korean urban residents. *Health Promotion International*, 18, 229-236.
- Joseph, S., Manafi, E., Iakovaki, A. M., Cooper R. (2003). Personality, smoking motivation, and self-efficacy to quit. *Personality and Individual Differences*, 34, 749-758.
- Jöreskog, K.G., Sörbom, D. (1993). LISREL8: *Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Chicago: Scientific Software International.
- Kaiser, F. G. (1998). A general measure of ecological behavior. *Journal of Applied Psychology*, 28, 395-422.
- Kaiser, F. G. (2004). Conservation Behavior. *Encyclopedia of Applied Psychology, Vol. 1*, 473-477.
- Kaiser, F G., Biel, A. (2000). Assessing general ecological behavior: A cross-cultural comparison between Switzerland and Sweden. *European Journal of Psychological Assessment*, 16, 44-52.
- Kaiser, F. G., Doka, G., Hofstetter, P., Ranney, M. A (2003). Ecological behavior and its environmental consequences: a life cycle assessment of a self-report measure. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 11-20.
- Kaiser, F.G., Frick, J. (2002). Entwicklung eines Messinstrumentes zur Erfassung von Umweltwissen auf der Basis des MRCML-Modells. *Diagnostica*, 48, 181-189.
- Kaiser, F. G., Frick, J., Stoll-Kleeman, S. (2001). Zur Angemessenheit selbstberichteten Verhaltens: Eine Validitätsuntersuchung der Skala Allgemeinen Ökologischen Verhaltens. *Diagnostica*, 47, 88-95.
- Kaiser, F. G., Gutscher, H. (2003). The proposition of a general version of the theory of planned behavior: Predicting ecological behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 33, 586-603.
- Kaiser, F. G., Keller, C. (2001). Disclosing situational constraints to ecological behaviour: A confirmatory application of the mixed Rasch model. *European Journal of Psychological Assessment*, 17, 212-221.
- Kaiser, F. G., Scheuthle, H. (2003). Two challenges to a moral extension of the theory of planned behavior: moral norms and just world beliefs in conservationism. *Personality and Individual Differences*, 34, 1-16.
- Kaiser, F. G., Wilson, M. (2000). Assessing people's general ecological behavior: A cross-cultural measure. *Journal of Applied Social Psychology*, 30, 952-978.

- Kaiser, F. G., Wilson, M. (2004). Goal-directed conservation behavior: the specific composition of a general performance. *Personality and Individual Differences*, 36, 1531-1544.
- Kaiser, F. G., Wölfling, S., Fuhrer, U. (1999). Environmental attitude and ecological behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 19, 1-19.
- Kals, E. (1995). Wird Umweltschutz als Schutz der eigenen Gesundheit verstanden? *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 3 (2), 114-134.
- Kals, E., Odenthal, D. (1996). Über die Motive von Entscheidungen für konventionelle oder kontrolliert-biologische Nahrungsmittel. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 4 (1), 37-54.
- Kristiansen, C. M. (1986). A Two-Value Model of Preventive Health Behavior. *Basic and Applied Social Psychology*, 7 (3), 173-183.
- Langerbein, R., Wirthgen, B. (1987). Konsumverhalten der Käufer von alternativ erzeugten Nahrungsmitteln in Nordhessen. *Berichte über Landwirtschaft*, 65, 1-23.
- Lemos-Giráldez, S., Fidalgo-Aliste, A. (1997). Personality dispositions and health-related habits and attitudes: a cross-sectional study. *European Journal of Personality*, 11:3, 197-209.
- Lippke, S., Ziegelmann, J. P., Schwarzer, R. (2005). Stage-specific adoption and maintenance of physical activity: testing a three-stage model. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 585-603.
- Luszczynska, A., Schwarzer, R. (2003). Planning and self-efficacy in the adoption and maintenance of breast self-examination: a longitudinal study on self-regulatory cognitions. *Psychology and Health*, 18, 93-108.
- Mackenzie, S. B. (2001). Opportunities for improving consumer research through latent variable structural equation modeling. *Journal of Consumer Research*, 28, 159-166.
- Matthies, E., Homburg, A. (2001). Umweltpsychologie. In: Müller-Rommel, F. (szerk.), *Sozialwissenschaften*. 95-127. Springer.
- McCalley, L. T., Midden, C. J. H. (2002). Energy conservation through product-integrated feedback: The roles of goal-setting and social orientation. *Journal of Economic Psychology*, 23, 589-603.
- McCrae, R. R., Costa, P. T. (1997). Personality Trait Structure as a Human Universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.
- McCrae, R. R., Costa, P. T. (1999). A Five – Faktor Theory of Personality. In: Pervin, L. A., John, O. P. (Eds.), *Handbook of Personality Psychology*, New York: Guilford, 139-153.
- McCrae, R. R., John, O. P. (1992). An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.

- McDonald, R. P., Ho, M. R. (2002). Principles and Practice in Reporting Structural Equation Analyses. *Psychological Methods*, 7, 64-82.
- McFarlane, B. L. , Boxall, P. C. (2003). The role of social psychological and social structural variables in environmental activism: an example of the forest sector. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 79-87.
- Milfont, T. L., Duckitt, J. (2004). The structure of environmental attitudes: A first- and second – order confirmatory factor analysis. *Journal of Environmental Psychology*, 24, 289-303.
- Mislevy, R.J. (1991). Randomization-based inference about latent variables from complex samples. *Psychometrika*, 56, 177-196.
- Murgraff, V., McDermott, M. R. (2003). Self-Efficacy and Behavioral Enactment: The Application of Schwarzer`s Health Action Process Approach to the Prediction of Low-Risk, Single-Occasion Drinking. *Journal of Applied Social Psychology*, 33, 339-361.
- Naether, E. A. (1987). Gesunde Ernährung- nur ein Trend oder ein neues Bewusstsein. *Planung und Analyse*, 14 (11/12), 456-461.
- Nordlund, A. M., Garvill, J. (2002). Value structures behind proenvironmental behavior. *Environment and Behavior*, Vol 34, No 6, 740-756.
- Nordlund, A. M., Garvill, J. (2003). Effects of values, problem awareness, and personal norm on willingness to reduce personal car use. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 339-347.
- Norman, P. (1995). Health locus of control and health behaviour: an investigation into the role of health value and behaviour-specific efficacy beliefs. *Personality and Individual Differences*, 18, 213-218.
- Norman, P., Conner, M. (2005). Predicting and changing health behaviour: Future directions. In: Conner, M., Norman, P. (Eds.). *Predicting Health Behaviour*. Open University Press, Berkshire.
- O`Connor, D. B., O`Connor, R. C. (2004). Perceived changes in food intake in response to stress: the role of conscientiousness. *Stress and Health*, 20, 279-291.
- Olsen, M. E. (1981). Consumers` attitudes toward energy conservation. *Journal of Social Issues*, 37, 108-131.
- Olver, J. M., Mooradian, T. A. (2003). Personality traits and personal values: a conceptual and empirical integration. *Personality and Individual Differences*, 35, 109-125.
- Orbell, S., Sheeran, P. (1998). “Inclined abstrainers”: A problem for predicting health-related behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 37, 151-165.
- Prohansky, H. M., Fabian, A. K., Kaminoff, R. (1983). Place identity: Physical world socialisation of the self. *Journal of Environmental Psychology*, 3., 57-83.

- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S. H., Knafo, A. (2002). The Big Five Personality Factors and Personal Values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 789-801.
- Roberts, B. W., Bogg, T. (2004). A longitudinal study of the relationships between conscientiousness and the social-environmental factors and substance-use behaviors that influence health. *Journal of Personality*, 72, 325-353.
- Rodler I. (szerk.) (2001). *Táplálkozási ajánlások a felnőtt magyarországi lakosság számára.* (www.om.hu/letolt/kozokt/tapl_ajanlas_felnotteknek_zajkastol_0301.pdf letöltve 2004. december)
- Scheuthle, H., Carabias-Hütter, W., Kaiser, F. G. (2005). The motivational and instantaneous behavior effects of contexts: Step towards a theory of goal-directed behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 35, 2076-2093.
- Schilling, D. (1994). Verbraucherbefragung zu den Erzeugnissen des ökologischen Landbaus in Ostdeutschland. *Hauswirtschaft und Wissenschaft*, 2, 59-64.
- Schroder, K. E. E., Schwartz, R. (2005). Habitual self-control and the management of health behavior among heart patients. *Social Science and Medicine*, 60, 859-875.
- Schultz, P. W. (2000). Empathizing With Nature: The Effects of Perspective Taking on Concern for Environmental Issues. *Journal of Social Issues*, 56, 391-406.
- Schultz, P. W., Shiver, C., Tabanico, J. J., Khazian, A. M. (2004). Implicit connections with nature. *Journal of Environmental Psychology*, 24, 31-42.
- Schultz, P. W., Zelezny, L. (1998). Values and pro-environmental behavior: A five-country survey. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29, 540-558.
- Schultz, P. W., Zelezny, L. (1999). Values as predictors of environmental attitudes: Evidence for consistency across 14 countries. *Journal of Environmental Psychology*, 19, 255-265.
- Schwartz, S. H. (1977). Normative influences on altruism. *Advances in Experimental Social Psychology*, 10, 221-279.
- Schwartz, S. H. (1990). Individualism-collectivism. Critique and Proposed Refinements. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 21, 139-157.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content of and the structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50, 19-45.
- Schwartz, S. H., Bilsky, W. (1987). Toward A Universal Psychological Structure of Human Values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 550-562.

- Schwartz, S. H., Bilsky, W. (1990). Toward a Theory of the Universal Content and Structure of Values: Extension and Cross-Cultural Replications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 878-891.
- Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burges, S., Harris, M., Owens, V. (2001). Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with different method of measurement. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 32, 519-542.
- Schwartz, S. H., Sagiv, L. (1995). Identifying culture-specifics in the content and structure of human values. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 26, 92-116.
- Schwarzer, R., Renner, B. (2000). Social-Cognitive Predictors of Health Behavior: Action Self-Efficacy and Coping Self-Efficacy. *Health Psychology*, 19, 487-495.
- Sheperd, R., Stockley, L. (1985). Fat consumption and attitudes towards food with a high fat content. *Applied Nutrition*, 39A, 431-442.
- Sniehotta, F. F., Schwarzer, R., Scholz, U., Schüz, B. (2005). Action planning and coping planning for long-term lifestyle change: Theory and assessment. *European Journal of Social Psychology*, 35, 565-576.
- Soldz, S., Vaillant, G. E. (1999). The Big Five Personality Traits and the Life Course: A 45-Year Longitudinal Study. *Journal of Research in Personality*, 33, 208-232-
- Sparks, P., Sheperd, R. (1992). Self-identity and the theory of planned behaviour- assessing the role of identification with green consumerism. *Social Psychology Quarterly*, 55, 388-399.
- Spash, C. L. (2002). Informing and forming preferences in environmental valuation: Coral reef biodiversity. *Journal of Economic Psychology*, 23, 665-687.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., Foreyt, J. P., Poston, W. S. C., Volding, D. C. (2004). Personality determinants of the use of tobacco products. *Personality and Individual Differences*, 36, 1073-1082.
- Stacy, A. W., Newcomb, M. D., Ames, S. I. (2000). Implicit Cognition and HIV Risk Behavior. *Journal of behavioral Medicine*, 23, 475-499.
- Stephoe, A., Wardle, J. (2001). Health behaviour, risk awareness and emotional well-being in students from Eastern Europe and Western Europe. *Social Science and Medicine*, 53, 1621-1630.
- Stern, P. C (1992). Psychological dimensions of global environmental change. *Annual Review of Psychology*, 43, 269-302.
- Stern, P. C. (2000). Toward a Coherent Theory of Environmentally Significant Behavior. *Journal of Social Issues*, 56, 407-424.
- Stern, P. C., Dietz, T. (1994). The value basis of environmental concern. *Journal of Social Issues*, 50, 65-84.

- Stern, P. C., Dietz, T., Black, J. S. (1985-86). Support for Environmental Protection: The Role of Moral Norms. *Population and Environment*, 8, 204-221.
- Stern, P. C., Dietz, T., Abel, T., Guagnano, G. A., Kalof, L. (1999). A Value - Belief - Norm Theory of Support for Social Movements: The Case of Environmentalism. *Human Ecology Review*, 6, 81-97.
- Stern, P. C., Dietz, T., Guagnano, G. A. (1995). The new ecological paradigm in social-psychological context. *Environment and Behavior*, 27, 723-743.
- Stern, P. C., Dietz, T., Guagnano, G. A. (1998). A brief inventory of values. *Educational and Psychological Measurement*, 58, 984-1001.
- Stern, P. C., Dietz, T., Kalof, L. (1993). Value orientations, gender, and environmental concern. *Environment and Behavior*, 25, 322-348.
- Stern, P. C., Dietz, T., Kalof, L., Guagnano, G. A., (1995). Values, Beliefs, and Proenvironmental Action: Attitude Formation Toward Emergent Attitude Objects. *Journal of Applied Social Psychology*, 25, 1611-1636.
- Stern, P. C., Oskamp, S. (1987). Managing scarce environmental resources. In: Stokols, D., Altman, I. (Eds) *Handbook of environmental psychology*, Vol. 2, New York: Wiley, 1043-1088.
- Strecher, V. J., McEvoy DeVellis, B. Becker, M. H., Rosenstock, I. M. (1986). The role of self-efficacy in achieving health behavior change. *Health Education Quarterly*, 13, 73-91.
- Tanner, C., Wölfling Kast, S., Arnold, S., Sätteli, K. (1998). *Internale und externale Restriktionen und Ressourcen des ökologisch nachhaltigen Lebensmitteleinkaufs*. Unpublished research report 1998-2, University of Bern: Department of Psychology.
- Thøgersen, J. (1997). *Understanding behaviours with mixed motives. An application of a modified Theory of Reasoned Action on consumer purchase of organic food products*. 1997 ACR European Conference, Stockholm, June 25-28.
- Thøgersen, J. (1999). Spillover processes in the development of a sustainable consumption pattern. *Journal of Economic Psychology*, 20, 53-81.
- Thøgersen, J. (2004). A cognitive dissonance interpretation of consistencies and inconsistencies in environmentally responsible behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 24, 93-103.
- Thøgersen, J., Ölander, F. (2002). Human values and the emergence of a sustainable consumption pattern: A panel study. *Journal of Economic Psychology*, 23, 605-630.
- Thøgersen, J., Ölander, F. (2006). To what degree are environmentally beneficial choices reflective of a general conservation stance? *Environment and Behavior*, 38, 550-569.
- Theakston, J. A. Et al. (2004). Big-Five personality domains predict drinking motives. *Personality and Individual Differences*, 37, 971-984.

Trobst, K. K., Wiggins, J. S., Costa, P. T., Herbst, J. H., McCrae, R. R., Masters, H. L., (2000). Personality Psychology and Problem Behaviors: HIV Risk and the Five-Factor Model. *Journal of Personality*, 68, 1233-1252.

Trobst, K. K., Herbst, J. H., Masters, H. L., Costa, P. T. (2002). Personality Pathways to Unsafe Sex: Personality, Condom Use, and HIV Risk Behaviors. *Journal of Research in Personality*, 36, 117-133.

Tromp, D. M., Brouha, X. D. R., Hordijk, G. J., Winnubst, J. A. M., Gebhard, W. A., van de Doef M. P., De Leeuw, J. R. J. (2005). Medical care-seeking and health-risk behavior in patients with head and neck cancer: the role of health value, control beliefs and psychological distress. *Health Education Research*, 20, 665-675.

Urala, N., Lähteenmäki, L. (2003). Reasons behind consumers' functional food choices. *Nutrition and Food Science*, 33, 148-158.

Urbán R. (2001). Útban a magatartásszemponú egészségpszichológia felé: az egészségmagatartás pszichológiai elemzése. *Magyar Pszichológiai Szemle*, LVI. 4, 593-622.

Van Dam, Y. K. (1991). 'A conceptual model of environmentally conscious consumer behaviour'. In: *Proceedings of the European Marketing Academy's conference- Marketing Thought around the World, Vol. 2* (pp. 463-483). Dublin: Michael Smurfit Graduate School of Business.

Vining, J., Ebero, A. (2002). Emerging Theoretical and Methodological Perspectives on Conservation Behavior. In R. B. Bechtel, A. Churchman (Eds.) *Handbook of Environmental Psychology* (pp. 541-558). New York, NY: John Wiley & Sons, Inc.

Vollrath, M., Knoch, D., Cassano, L. (1999). Personality, Risky Health Behaviour, and Perceived Susceptibility to Health Risks. *European Journal of Personality*, 13, 39-50.

Vollrath, M., Torgersen, S. (2002). Who takes health risks? A probe into eight personality types. *Personality and Individual Differences*, 32, 1185-1197.

Wallace, J. C., Vodanovich, S. J. (2003). Workplace safety performance: conscientiousness, cognitive failure and their interaction. *Journal of Occupational Health Psychology*, 8, 316-327.

Wardle, J., Parmenter, K., Waller, J. (2000). Nutrition knowledge and food intake. *Appetite*, 34, 269-275.

Wasylikiw, L., Fekken, G. C. (2002). Personality and self-reported health: matching predictors and criteria. *Personality and Individual Differences*, 33, 607-620.

Werner, C. M. (2003). Changing homeowners' use of toxic household products: a transactional approach. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 33-45.

Wiseman, M., Bogner, F. X. (2003). A higher-order model of ecological values and its relationship to personality. *Personality and Individual Differences*, 34, 783-794.

Wolfradt, U., Dalbert, C. (2003). Personality, values and belief in a just world. *Personality and Individual Differences*, 35, 1911-1918.

Wright, B, Masters, G. N. (1982). *Rating scale analysis: Rasch measurement*. Chicago: MESA.

Wu, M.L., Adams, R.J., & Wilson, M.R. (1998). *Acer ConQuest: Generalised item response modelling software*. Camberwell, Melbourne, Victoria: Australian Council of Educational Research.

Melléklet

DEBRECENI EGYETEM
PSZICHOLÓGIA INTÉZET
SZEMÉLYISÉG ÉS KLINIKAI LÉLEKTANTANSZÉK

ÉLETMÓD KÉRDŐÍV

NFKP támogatásával

2005

Kedves Válaszadó! A Debreceni Egyetem Pszichológiai Intézet Személyiség és Klinikai Lélektan Tanszékén folyó kutatáshoz szeretnénk segítségét kérni. A kutatás egyik ága az életmód bizonyos elemeivel foglalkozik. A felmérésben való részvétel névtelen. Az adatokat csak tudományos célra használjuk fel. Ha már elmúlt 18 éves, szeretnénk megkérni, hogy jelen kérdőív kitöltésével járuljon hozzá munkánk eredményességéhez. Néhány általános kérdés után állításokat fog találni. Ne időzzön sokat egy-egy állításnál, nyugodtan hagyatkozzon az első megérzésére. Rossz válasz nem létezik. Lehetőleg egy állítást se hagyjon ki! Előre is köszönjük a közreműködését!

A következő kérdéseknél válaszoljon aláhúzással vagy a kipontozott részre írással!

Neme: férfi nő

Életkora:év

Végzettsége:

8 általános szakmunkásképző érettségi felsőfokú diploma

Milyen településen lakik?

tanya község város megyeszékhely főváros

Családi állapota: hajadon/nőtlen házas/élettárssal él

Foglalkozása:

tanuló alkalmazott vállalkozó munkanélküli nyugdíjas

Hányan élnek egy háztartásban?fő

Gyermekeinek száma:

A következő 78 állításnál kérjük, karikázza be, hogy milyen gyakran jellemző önre az adott viselkedés. Válassza a „Nem vonatkozik rám” lehetőséget, amennyiben nem tud választ adni. (Pl. az autóvezetéssel kapcsolatos kérdéseknél, ha nincs jogosítványa.)

| | Soha | Ritkán | Alkal- manként | Gyakran | Mindig | Nem vonatko- zik rám |
|--|------|--------|-------------------|---------|--------|----------------------------|
| 1. Biciklivel vagy tömegközlekedési eszközzel megyek munkába, iskolába. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 2. Olyan húst vagy egyéb termékeket veszek, amelyeken Öko-áru jelzés van. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 3. Inkább zuhanyozok, mintsem kádban fürödnék. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 4. Szoktam fémdobozos italokat venni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 5. A sütőm tisztításához sütőtisztító sprayt használok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 6. Hazai fából készült fabútort veszek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 7. Csak akkor mosok, ha már összegyűlt egy teljes mosásnyi szennyes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 8. Szoktam autóval a városban közlekedni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 9. Télen hosszasan nyitva tartom az ablakot, hogy friss levegő jöjjön be. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 10. A koszos ruhákat előmosás nélkül szoktam mosni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 11. Autópályán 100km/óra alatti sebességgel szoktam vezetni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 12. A 6 óránál hosszabb utakra repülővel szoktam menni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 13. Ha egy boltban adnak nejlonzacskót, el szoktam hozni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 14. A közeli területekre (30 km-en belül) tömegközlekedési eszközzel megyek vagy biciklivel. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 15. Összegyűjtöm a használt papírt és elviszem egy szelektív hulladékgyűjtőbe. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 16. Az üres üvegeket elviszem egy szelektív hulladékgyűjtő konténerbe. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 17. Megtörtént, hogy figyelmeztettem valakit, hogy környezetszennyező módon cselekszik. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 18. Szoktam adakozni környezetvédő szervezetek számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 19. Az ásványvizet visszaváltható palackban veszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 20. Fehérített és/vagy színezett WC papírt veszek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 21. Szoktam félkész élelmiszeripari termékeket venni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |

| | Soha | Ritkán | Alkal- manként | Gyakran | Mindig | Nem vonatko- zik rám |
|--|------|--------|-------------------|---------|--------|----------------------------|
| 22. Olyan termékeket vásárolok, amelyeknek utántöltős a csomagolása. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 23. Bojkottálok a környezetszennyező vállalatokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 24. Szezonális termékeket vásárolok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 25. Elektromos ruhaszárító gépet használok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 26. Szoktam környezetvédelmi témákról olvasni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 27. A barátaimmal szoktunk a környezetvédelmet érintő témákról beszélgetni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 28. Járatom a motort, miközben vasúti átjárónál vagy dugóban várakozom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 29. Piros lámpánál várakozva járatom a motort. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 30. Vegyi rovarölővel pusztítom el a rovarokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 31. Télen, ha négy óránál hosszabb időre elmegyek a lakásból, leveszem a fűtést. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 32. Autóval megyek addig, ahonnan túrázni indulok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 33. Utána sózom az ételeket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 34. Állati zsiradékkal készült ételeket eszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 35. Naponta legalább négy alkalommal étkezem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 36. Ügyelek az élelmiszerek szavatosságára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 37. Napi 6-8 pohár vizet iszom legalább. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 38. Egy héten többször fogyasztok kefir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 39. Teljes őrlésű gabonából készült pékárukat (pl. fekete kenyér) fogyasztok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 40. Szoktam tartósított élelmiszeripari terméket enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 41. Naponta eszem zöldséget. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 42. Cukrozott üdítőitalt szoktam inni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 43. Margarint szoktam kenni a kenyérre. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 44. Szoktam levesporból, vagy ételporból készült ételeket enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 45. Szoktam zsíros húsokat enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 46. Minden nap fogyasztok sajtot. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |

| | Soha | Ritkán | Alkal- manként | Gyakran | Mindig | Nem vonatko- zik rám |
|---|------|--------|-------------------|---------|--------|----------------------------|
| 47. Minden héten eszem halat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 48. Növényi olajjal készült ételeket eszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 49. Szoktam chipset fogyasztani. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 50. Szoktam hamburgert enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 51. Minden nap iszom tejet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 52. Este csak könnyű vacsorát eszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 53. Bioélelmiszereket szoktam venni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 54. Minden héten eszem kolbászt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 55. Egy héten legalább háromszor eszem édességet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 56. Egyszerre keveset eszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 57. Szoktam joghurtot enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 58. Szoktam disznótoros terméket (pl. disznósajt, szalonna, tepertő, hurka) enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 59. Minden héten eszem baromfihúst. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 60. Naponta eszem gyümölcsöt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 61. Szoktam disznóhúst enni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 62. Ha társaságban vagyok, rá szoktam gyújtani. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 63. Napi több mint egy doboz cigarettát elszívok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 64. Szoktam szivarozni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 65. Az én lakásom dohányfüst-mentes övezet, ehhez ra- gaszkodom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 66. Kerülöm az olyan éttermeket, szórakozóhelyeket, ahol cigarettafüst van. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 67. Ha valaki velem egy helységben dohányzik, meg szoktam kérni, hogy menjen ki vagy hagyja abba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 68. Ha közeli helyre megyek (2km-en belül), inkább gya- logolok, semmint közlekedési eszközzel mennék. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 69. Nyaralásra aktív programot szoktam magamnak szer- vezni: túrázást, kerékpározást, evezést vagy hasonló programokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |

| | Soha | Ritkán | Alkal- manként | Gyakran | Mindig | Nem vonatko- zik rám |
|--|------|--------|-------------------|---------|--------|----------------------------|
| 70. Hetente legalább háromszor edzek legalább 20 perct valami állóképesség-növelő sportot, pl. úszás, futás, kerékpározás (kardiofitness). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 71. Szükségem van a mozgásra: nem telhet el anélkül a hét, hogy ne edzenék valamit. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 72. Naponta legalább harminc perct aktív testmozgással töltök. | | | | | | |
| 73. Szabadidőmben legszívesebben csak fekszem vagy tévét nézek otthon. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 74. Amikor szórakozni megyek vagy társaság jön hozzám, szeretek annyi szeszesitalt inni, hogy a hangulatomat megváltoztassa. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 75. Minden nap fogyasztok valamennyi alkoholos italt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 76. Különleges alkalmakkor jár nekem annyi, hogy meg- igyak egy-két pohár szeszesitalt. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 77. Minden hónapban legalább egyszer spicces vagy ré- szeg leszek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |
| 78. Inkább iszom bort vagy sört, mintsem rövid italokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | x |

A következő 26 állításnál kérjük, jelölje be, hogy igaz-e Önre vagy sem, illetve válassza a „Nem vonatkozik rám” válaszlehetőséget, ha nem tud válaszolni.

| | Igaz | Nem igaz | Nem vonatkozik rám |
|--|------|----------|--------------------------|
| 1. Többször használom a bevásárló táskáimat. | 1 | 2 | x |
| 2. Télen magasra teszem a fűtést, hogy ne kelljen pulóvert vennem. | 1 | 2 | x |
| 3. Használok öblítőt a mosáshoz. | 1 | 2 | x |
| 4. A lemerült elemeket a szemétkébe dobom. | 1 | 2 | x |
| 5. Étkezés után a WC-be borítom a maradékokat. | 1 | 2 | x |
| 6. A fürdőszobában léghűtőt használok. | 1 | 2 | x |
| 7. Tagja vagyok valamelyik környezetvédő szervezetnek. | 1 | 2 | x |
| 8. Amikor hotelben vagyok, naponta cseréltetem a törölközőt. | 1 | 2 | x |
| 9. Energiatakarékos háztartási gépeim vannak. | 1 | 2 | x |

| | Igaz | Nem igaz | Nem vonatkozik rám |
|--|------|----------|--------------------|
| 10. Amikor piknikezek, ugyanolyan tisztán hagyom a terepet magam után, mint amilyen volt. | 1 | 2 | X |
| 11. Napelemeket vettem, hogy energiát állítsak elő. | 1 | 2 | X |
| 12. Fontolgattam a saját napelem felszerelésének előnyeit és hátrányait. | 1 | 2 | X |
| 13. Kértem árajánlatot napelem felszerelésére. | 1 | 2 | X |
| 14. Megújuló energiaforrásokat használok. | 1 | 2 | X |
| 15. Nincs autóm. | 1 | 2 | X |
| 16. Közösen használunk egy autót többen. | 1 | 2 | X |
| 17. Úgy vezetek, hogy az üzemanyag fogyasztásom a lehető legkevesebb legyen. | 1 | 2 | X |
| 18. Az autóm üzemanyag-hatékony (kevesebb mint 8,5 liter/100km). | 1 | 2 | X |
| 19. Minden helyzetben tartózkodom a dohányzástól. | 1 | 2 | X |
| 20. Pipázom. | 1 | 2 | X |
| 21. Teljes absztinenciát fogadtam (nem iszom alkoholt egyáltalán). | 1 | 2 | X |
| 22. Tagja vagyok valamilyen sportegyesületnek. | 1 | 2 | X |
| 23. Rendszeresen dohányzom. | 1 | 2 | X |
| 24. Még sosem gyújtottam rá cigarettára életemben. | 1 | 2 | X |
| 25. Kerültem már kényes helyzetbe amiatt, hogy túl sokat ittam és ezért olyasmit tettem, amit máskor nem tennék. | 1 | 2 | X |
| 26. Fontolgom, hogy leszokjam a dohányzásról. | 1 | 2 | X |

Itt most röviden jellemzünk néhány embert. Arra kérjük, olvassa el a leírásokat és fontolja meg, mennyire hasonlít Ön a leírt személyhez! Karikázza be azt a számot, amelyikhez kapcsolódó fokozat (nagyon hasonlít hozzám, hasonló hozzám, valamennyire hasonló hozzám stb.) a leginkább hasonló Önhöz!

MENNYIRE HASONLÍT EHHEZ A SZEMÉLYHEZ?

| | Egyáltalán nem hasonlít | Nem hasonlít hozzám | Kissé hasonló hozzám | Valamelyest hasonló hozzám | Hasonló hozzám | Nagyon hasonló hozzám |
|--|-------------------------|---------------------|----------------------|----------------------------|----------------|-----------------------|
| 1. Fontosnak tartja, hogy új elképzeléseket találjon ki és kreatív legyen. Szereti a dolgokat a saját, eredeti stílusában végezni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2. Fontos számára, hogy gazdag legyen. Azt akarja, hogy sok pénze és drága holmijai legyenek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3. Úgy véli, fontos, hogy a világon mindenkivel egyenlőként bánjanak. Szerinte mindenkinek egyenlő esélyei kell, hogy legyenek az életben. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4. Nagyon fontos számára, hogy megmutassa tehetségét. Azt akarja, hogy csodálják az emberek, amit csinál. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5. Fontos számára, hogy biztonságos feltételek között éljen. Elkerül mindent, ami veszélyeztetheti biztonságát. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6. Azt gondolja, lényeges, hogy az életben sok különböző dolgot csináljunk. Mindig új dolgokat keres, amit kipróbálhat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7. Úgy véli, hogy az embereknek azt kell tenniük, amit mondanak nekik. Szerinte az embereknek mindig a szabályokat kell követniük, még akkor is, ha senki sem tartja szemmel őket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 8. Fontos számára, hogy meghallgassa azokat, akik különböznek tőle. Még ha nem is ért egyet velük, meg szeretné érteni őket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9. Szerinte fontos az, hogy ne kérjünk többet, mint amennyink van. Úgy véli, hogy az embereknek elégedetteknek kellene lenniük azzal, amilyük van. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10. Minden lehetőséget megragad arra, hogy szórakozhasson. Fontos neki, hogy olyan dolgokat csináljon, ami örömet okoz számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 11. Lényeges számára, hogy maga döntsön arról, amit tesz. Szereti szabadon megtervezni és kiválasztani magának programjait. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 12. Nagyon fontos számára, hogy segítsen a körülötte levő embereknek. Gondoskodni akar jólétükről. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 13. Fontos neki, hogy nagyon sikeres legyen. Szeret magáról jó benyomást kialakítani másokban. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 14. Nagyon lényeges számára, hogy országa biztonságos legyen. Úgy véli, az államnak ébernek kell lennie a külső és belső fenyegetésekkel szemben. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

MENNYIRE HASONLÍT EHHEZ A SZEMÉLYHEZ?

| | Egyáltalán nem hasonlít | Nem hasonlít hozzám | Kissé hasonló hozzám | Valamelyest hasonló hozzám | Hasonló hozzám | Nagyon hasonló hozzám |
|---|-------------------------|---------------------|----------------------|----------------------------|----------------|-----------------------|
| 15. Szívesen vállal kockázatot. Mindig keresi a kalandokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 16. Fontos számára, hogy mindig megfelelően viselkedjen. El akarja kerülni, hogy bármi olyat tegyen, amit az emberek rossznak tartanának. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 17. Fontos számára, hogy felelősséget vállalva megmondja másoknak, mit kell tenniük. Azt akarja, hogy az emberek azt tegyék, amit ő mond. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 18. Fontos számára, hogy barátaihoz lojális legyen. Fel akarja áldozni magát azok számára, akik közel állnak hozzá. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 19. Erősen hisz abban, hogy az embernek ügyelni kell a természetre. A környezetről való gondoskodás lényeges neki. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 20. Számára fontos dolog hinni a vallásban. Mindent megtesz annak érdekében, hogy vallásos hitével összhangban cselekedjen és éljen. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 21. Fontos számára, hogy a dolgok meg legyenek szervezve és világosak legyenek. Valóban nem kedveli a szervezetlenséget. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 22. Szerinte fontos az, hogy a dolgok iránt érdeklődjünk. Szeret kíváncsi lenni és megérteni mindenféle dolgokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 23. Szerinte az embereknek az egész világon békében kellene élnie. A béke elősegítése mindenfajta csoport között lényeges számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 24. Szerinte fontos az, hogy ambíciózusak legyünk. Meg akarja mutatni, mennyire jó képességei vannak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 25. Szerinte a hagyományos módon a legjobb dolgokat intézni. Fontos számára hogy őrizze az elsajátított hagyományokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 26. Az élet örömeinek élvezete fontos számára. Szereti „kényeztetni“ önmagát. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 27. Szerinte fontos az, hogy mások szükségleteire figyelmet fordítson. Próbálja támogatni azokat, akiket ismer. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 28. Úgy véli, mindig tisztelnie kell szüleit és az idősebb embereket. Fontos számára az engedelmesség. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 29. Mindenkiel igazságosan akar bánni, még azokkal is, akiket nem ismer. Fontos számára, hogy a társadalom védelmezze a gyengéket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 30. Szereti a meglepetéseket. Fontos számára, hogy élete izgalmas legyen. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**MENNYIRE HASONLÍT EHHEZ A
SZEMÉLYHEZ?**

| | Egyáltalán nem hasonlít | Nem hasonlít hozzám | Kissé hasonló hozzám | Valamelyest hasonló hozzám | Hasonló hozzám | Nagyon hasonló hozzám |
|---|--------------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|-----------------------|------------------------------|
| 31. Mindent megtesz azért, hogy ne legyen beteg. Egészségesnek lenni nagyon fontos számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 32. Az életben való előbbre jutás számára igen fontos. Próbál jobban teljesíteni, mint mások. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 33. Fontos számára, hogy megbocsásson azoknak, akik vétettek ellene. Próbálja azt meglátni, mi az, ami jó ezekben az emberekben és próbál nem neheztelni rájuk. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 34. Fontos számára, hogy független legyen. Szeret bízni magában. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 35. Fontos számára, hogy az ország élén egy stabil kormány álljon. Szerinte a szociális rendet meg kell védeni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 36. Fontos számára, hogy másokkal mindig udvarias legyen. Megpróbál soha nem zavarni vagy bosszantani másokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 37. Valójában nagyon szereti élvezni az életet. A jó időtöltés nagyon fontos számára. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 38. Fontos számára, hogy alázatos és szerény legyen. Próbálja magára nem felhívni a figyelmet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 39. Mindig az akar lenni, aki a döntést meghozza. Szeret vezető lenni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 40. Fontos számára, hogy a természethez alkalmazkodjon és beleilleszkedjen. Szerinte az embereknek nem kellene megváltoztatniuk a természetet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Végül arra kérjük, a következő 60 állításról döntse el, hogy milyen mértékben igaz Önre és a mellette látható számok közül karikázza be azt, amelyik ezt a legjobban kifejezi. Az **1** azt jelenti, hogy egyáltalán nem igaz Önre, az **5** pedig azt, hogy teljes mértékben igaz Önre az állítás.

| | Egyáltalán nem igaz rám | | | | | Teljes mértékben igaz rám |
|---|-------------------------------|----------|----------|----------|----------|---------------------------------|
| 1. Nem sok mindenben tudok közreműködni. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2. Nem zavarnak a rendetlen emberek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 3. Csak annyit dolgozom, hogy megéljek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 4. Keményen dolgozom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 5. Hallgatok a lelkiismeretemre. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6. Megpróbálom a szabályokat betartani. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 7. Ragaszkodom a már bevált úthoz. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 8. Halogatom a döntéseket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 9. Örült dolgokat csinállok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 10. Nehezen látok neki a munkának. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 11. Rögtön belefogok a feladatokba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 12. A számláimat időben kifizetem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 13. Elferdítem a tényeket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 14. A terveimet tettekre váltom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 15. Tévesen ítélem meg a helyzeteket. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 16. A szeszélyeim szerint cselekszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 17. Gondolkodás nélkül ugrom fejest a dolgokba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 18. Nehezen fogok bele a feladatokba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 19. Kevés időt és erőfeszítést ölök a munkámba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 20. Azonnal belekezdek a munkába. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 21. Az ígéreteimet megtartom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 22. Gyakran elfelejtem visszatenni a dolgokat eredeti helyükre. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 23. Rendtlenséget hagyok a szobámban. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

| | Egyáltalán nem igaz rám | | | | Teljes mértékben igaz rám |
|---|-------------------------------|---|---|---|---------------------------------|
| 24. Szeretem a rendet és a rendszerességet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. Sikeresen teljesítem a feladatokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. Gondolkodás nélkül cselekszem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. Jó megoldásokkal rukkolok elő. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. Magas követelményeket állítok magam és mások elé. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. Nem nagyon törekszem sikerekre. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. Szívvel-lélekkel vetem magam a feladatokba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. Mindennek legyen meg a helye. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. Sietve vágok a dolgokba. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. Gyakran az utolsó pillanatban tervezek meg valamit. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. Nem látom a dolgok következményeit. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. Nem zavar a rendetlenség. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36. Tudom, mit, hogyan csináljak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37. Kiemelkedem abban, amit csinálok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38. Mindig felkészült vagyok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39. Noszogatásra van szükségem, hogy hozzáfogjak valamihez. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40. Simán megoldom a feladatokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41. Nyíltan küzdök a célomért. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42. Kerülöm a hibákat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43. Másokkal végeztetem el a feladataimat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44. Hirtelen döntéseket hozok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45. Az ellenkezőjét csinálom annak, amit kérnek tőlem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46. Gondosan válogatom meg a szavaimat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47. Igazat mondok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48. Véghezviszem a terveimet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49. Többet csinálok, mint amit elvárnak tőlem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

| | Egyáltalán nem igaz rám | | | | Teljes mértékben igaz rám |
|--|--|----------|----------|----------|--|
| 50. A holmijaimat szerteszét hagyom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 51. Elvárom a minőséget. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52. Nem érték dolgokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 53. Pocsékolom az időmet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 54. Szeretek takarítani. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 55. Elvégzem a mindennapi házimunkákat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 56. Szeretem a rendet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 57. Biztos vagyok az előképzettségemben. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 58. Megszegem az ígéreteimet. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 59. Megszegem a szabályokat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 60. A dolgokat terv szerint csinálom. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

VÉGE A KÉRDŐÍVNEK, KÖSZÖNJÜK ÉRTÉKES SEGÍTSÉGÉT!