

DOKTORI ÉRTEKEZÉS TÉZISEI

Lányi Katalin

A környezetvédő viselkedés és az egészségviselkedés összefüggése



DE Bölcsészettudományi Kar
2008

Az értekezés célkitűzése

A disszertációban a környezetvédő és az egészségviselkedés összefüggésével és az összefüggés háttérében 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 statisztikái 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 háttérében milyen közös változók állhatnak. Ehhez a kérdéshez a tudatosságot tekintettem kulcsfogalomnak. Mindkét viselkedés megkívánhat bizonyos személyiségtényezőket és érték preferenciákat. A kutatás célja a lehetséges közös oki háttértényezők egy részének azonosítása.

Hipotézisek

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.

Módszerek

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 szeretem. A kérdőíves felmérés lehetőséget nyújt arra, hogy nagyobb mintát elérjek, mint egy kísérletes, interjú vagy megfigyeléses vizsgálat tenne lehetővé.

Minta

A kérdőíves felmérés 2005 tavaszán zajlott le. 300 személyhez jutott el a kérdőív, amiből végül 269 érkezett vissza és volt értékelhető. Másoddiplomás levelező képzésben részt vevő hallgatókat kerestem meg a Debreceni Egyetem Bölcsészkarán. 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 töltesse ki, amiért köszönet illeti őket. Az ő általuk elért majdnem teljes egészében férfi minta a Magyar Honvédség hivatalos állományából került ki.

A minta 59 %-a férfi, 41 %-a nő. Az átlagos életkor 29,89 év volt, az átlagos háztartásméret: 3,15 fő. Gyermekek átlagos száma: 0,66. A minta 50%-a egyedülálló, 50%-a párkapcsolatban él. A minta 11,6%-a budapesti, 26,5%-a megyeszékhelyről jött, 40,7%-a egyéb városi, 20,5%-a falusi, 0,7%-a tanyán él. A minta 70%-a alkalmazott, 23%-a hallgató, 7%-a egyéb

foglalkozású. A minta 50%-a egyetemi végzettségű, 38%-a érettségizett, 12%-a alacsonyabb iskolázottsággal rendelkezik.

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 amennyire lehetséges különböző korú és foglalkozású emberek kerüljenek a mintába.

Mérőeszközök

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 megkülönböztethetőek 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 egydimenzióosság 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 tételes verzióját használtam fel. Ez a verzió lehetőséget nyújtott arra, hogy a vonás hat alfaktorát elkülönülten mérjük.

Eredmények

A lelkiismeretesség és az értékek között kapcsolat áll fenn. Mivel a szakirodalomban egymásnak ellentmondó feltételezések találhatóak az ok-okozati összefüggés irányáról és mivel az 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 teljesítménnyel, a biztonsággal és a konformitással, negatív kapcsolatban a hedonizmussal, hatalommal és a tradícióval.

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 jótékonyág 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. Az egészségmagatartásnál majdnem egyforma mértékű pozitív korreláció áll fenn a jótékonyssággal, 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 szinusz-görbés grafikonon szemléltettem is. A környezetvédő viselkedés háttérében álló értékek mintázata abban tér el az egészségviselkedéstől, 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. 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 – jótékonyág 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 bizonyosságot szolgál a két jelenség, a környezetvédelem és az egészséges életmód összefüggéséhez.

Strukturális modell

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 valószínűséggel 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 jótekonyság és az univerzalizmus volt képes szignifikáns hatással lenni legalább az egyik viselkedésre, úgy hogy a többi kontroll alatt van tartva. 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 bioszférikus értéket (az univerzalizmus alcsoportja) és segítőkészség értéket (a jótékonyág alcsoportja) hozta ki. A bioszférikus 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 bioszférikus érték kontroll alatt van. Amikor nem kontrolláljuk a bioszférikus 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 bioszférikus 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 bioszférikus 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 háttértényezők mind hozzájárulnak ahhoz, hogy megmagyarázzák a két viselkedés közötti összefüggés egy részét. Érdemes 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.

Felhasznált irodalom:

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*, 7 (pp. 7-28). Tilburg, The Netherlands: Tilburg University Press.

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).

Kaiser, F. G. (1998). A general measure of ecological behavior. *Journal of Applied Psychology*, 28, 395-422.

Kaiser, F. G., Wilson, M. (2004). Goal-directed conservation behavior: the specific composition of a general performance. *Personality and Individual Differences*, 36, 1531-1544.

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., 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.

A szerzőnek az értekezés tárgyából megjelent publikációi:

Lányi Katalin (2003): Az extravertió kapcsolata a kábítószer-használattal és a dohányzással. In: Münnich Ákos (szerk.) *A kábítószer kipróbálásának okairól*, ELTE Eötvös Kiadó, 97-104.

Lányi Katalin (2003): A testi kontaktus igényének sérülése és az egészségre káros szerek használata. In: Münnich Ákos (szerk.) *A kábítószer kipróbálásának okairól*, ELTE Eötvös Kiadó, 105-116.

Lányi Katalin (2006): A környezettudatos magatartás és egészségvédelem. In: Bugán Antal (szerk.) *A kapcsolati egyensúly szerepe az egészséges alkalmazkodásban*, Didakt Kiadó, 25-51.

Konferencia előadások:

XXV. OTDK (2001): *Érdekek és értékek*

Magyar Pszichológiai Társaság XVI. Országos Tudományos Nagygyűlése (2004): *A testi kontaktus igényének kapcsolata az egészségkárosító magatartással*

Magyar Pszichológiai Társaság XVI. Országos Tudományos Nagygyűlése (2004): *A dohányzás kapcsolata az extravertióval*

VIII. Budapesti Pszichológus Napok (2005): *Környezetvédelem és egészséges életmód*

Magyar Pszichológiai Társaság XVII. Országos Tudományos Nagygyűlése (2006): *A környezetvédő és az egészségviselkedés közötti összefüggés okai*

Magyar Pszichológiai Társaság XVII. Országos Tudományos Nagygyűlése (2006): *Az általános ökológiai magatartás skála (GEB) Magyarországi alkalmazása*

26th International Congress of Applied Psychology (2006): *A model for the relationship between proenvironmental and health behaviour*