

Doktori (PhD) értekezés

Az istenreprezentáció kognitív szempontú vizsgálata

Robu Magda

Debreceni Egyetem

BTK

2013

Az istenreprezentáció kognitív szempontú vizsgálata

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

Írta: Robu Magda okleveles pszichológus

Készült a Debreceni Egyetem Humán Tudományok Doktori Iskolája
(pszichológiai programja) keretében

Témavezető: Dr. Pék Győző
(olvasható aláírás)

A doktori szigorlati bizottság:

elnök: Dr. Túry Ferenc
tagok: Dr. Hámori Eszter
Dr. Tomcsányi Teodóra

A doktori szigorlat időpontja: 2009. november 17.

Az értekezés bírálói:

Dr. Pataky Ilona
Dr. Bodó Sára

A bírálóbizottság:

elnök: Dr. Molnár Péter
tagok: Dr. Somogyiné Petik Krisztina
Dr. Dávid Imre

A nyilvános vita időpontja: 200... ..

Én, Robu Magda, teljes felelősségem tudatában kijelentem, hogy a benyújtott értekezés önálló munka, a szerzői jog nemzetközi normáinak tiszteletben tartásával készült, a benne található irodalmi hivatkozások egyértelműek és teljesek. Nem állok doktori fokozat visszavonására irányuló eljárás alatt, illetve 5 éven belül nem vontak vissza tőlem odaítélt doktori fokozatot. Jelen értekezést korábban más intézményben nem nyújtottam be és azt nem utasították el.

Köszönetnyilvánítás

Köszönöm Dr. Horváth-Szabó Katalinnak azt, hogy az utóbbi 8 évben támogatott mind szakmailag, mind pedig emberileg. Meghallgatta ötleteimet, segített kibontakoztatni és a realitás talajára hozni őket, kísért a tudományos kutatás oly gyakran rögzös útján.

Ugyanakkor szeretném megköszönni a „Nagy csapatnak”, Dr. Kézdy Anikónak, Dr. Martos Tamásnak és Dr. Urbán Szabolcsnak, hogy sokszor és sok helyzetben elolvasták és véleményezték kézírataimat, meghallgatták konferencia-előadásaimat, a közös gondolkodás segítségével bevezettek a valláspszichológiai kutatás világába.

Köszönettel tartozom a Debreceni Egyetem Pszichológia Intézetének és Dr. Pék Győző témavezetőmnek, hogy befogadták kutatásomat, lehetővé tették számomra a fokozatszerzést és a gyakran végtelennek tűnő adminisztratív bonyodalmak ellenére bátorítottak és segítettek minden bürokrácia végére járni.

Hálával gondolok mindazokra az egyetemi hallgatókra, tanítványaimra, akik segítettek a kérdőívek kiosztásában és begyűjtésében, az online kérdőív terjesztésében. Köszönet illet minden személyt, aki türelmesen válaszolt az olykor bonyolultnak és hosszúnak tűnő kérdőívekre és visszajelzésével segítette munkámat.

A legnagyobb köszönet természetesen a szűkebb és tágabb családomat illeti, akik nem engedtek elcsüggedni, elviseltek a doktori kiégés különböző szakaszaiban és segítettek túllépni ezeken a mélypontokon, ezen keresztül pedig én képelem és istenképelem alakulásához, épüléséhez is hozzájárultak.

Köszönöm dr. James McMahonnak, hogy fantáziát látott a képzésemben és segített abban, hogy az Albert Ellis Intézetben sajtáítsam el a racionális-emocionális viselkedésterápia alapjait, a legjobb szakemberektől és a leghitelesebb forrásból tanulhassak.

TARTALOM

Tartalom	1
Ábrák és táblázatok jegyzéke	4
1. Bevezetés	7
2. Szakirodalmi áttekintés	10
2.1. Az istenkép.....	10
2.1.1. Fogalomtisztázás	10
2.1.2. Az istenkép kialakulása és fejlődése	11
2.1.3. Empirikus kutatások az istenkép fejlődésével és alakulásával kapcsolatban	13
2.1.4. Egy összefoglaló modell	16
2.1.5. Torz istenképek	17
2.1.6. Az istenreprezentáció pszichológiai eszközökkel történő vizsgálata.....	20
2.2. A racionális-emocionális viselkedésterápia alapfogalmai	23
2.2.1. Racionalitás és irracionalitás – fogalomtisztázás	23
2.2.2. Az A-B-C modell	24
2.2.3. A mentális zavarok kialakulása a racionális-emocionális viselkedésterápia szerint	28
2.3. Érett vallásosság – „racionális” vallásosság	32
2.3.1. A valláshoz való viszony érettsége	32
2.3.2. A vallásos értékek internalizációja.....	35
2.3.3. A vallásosság és az istenreprezentáció „racionalitása”	36
3. Problémafelvetés, hipotézisek	38
3.1 Célok	38
3.2. Alapfeltevések.....	39
3.3. Hipotézisek.....	39
4. Elővizsgálat	40
4.1. Mérőeszközök	40
4.2. A minta.....	42
4.3. Az eredmények bemutatása.....	42
4.3.1. A háttérváltozók összefüggései.....	42
4.3.2. A skálák faktorstruktúrája és megbízhatósága.....	43

4.3.3. Vallásos és gondolkodásbeli érettség.....	46
4.3.4. Istenreprezentációk és vallásos érettség.....	49
4.3.5. Az istenreprezentációk tartalmának és a gondolkodás érettségének interakciós kapcsolata a vallásos érettséggel	51
4.3.6. Az istenreprezentációk és a vallásos- és gondolkodásbeli érettség kapcsolata a jólléttel.....	56
4.4. Az elővizsgálat eredményeinek értelmezése.....	57
4.4.1. Az Istennel kapcsolatos hiedelmek skála.....	57
4.4.2. A gondolkodás érettségének (racionális hiedelmek, irracionális hiedelmek, globális értékelés) moderáló hatása	58
4.4.3. Élettel való elégedettség.....	61
5. Az istenreprezentációk, a vallásosság és a lelki egészség komplex kapcsolatának vizsgálata	62
5.1 Méréseszközök	62
5.2. A minta.....	65
5.3. Eredmények.....	67
5.3.1. A háttérváltozók összefüggései.....	67
5.3.2 A skálák faktorstruktúrája és megbízhatósága.....	67
5.3.3 A gondolkodásbeli érettség és a jóllét kapcsolata.....	73
5.3.4 A vallásos viszonyulási módok és a gondolkodásbeli érettség kapcsolata....	74
5.3.5 Az istenreprezentációk tartalma és a vallásosság az összefüggése.....	75
5.3.6 Az istenreprezentációk tartalma és a pszichológiai distressz kapcsolata.....	77
5.3.7 Az istenreprezentációk tartalmának és a múltbeli eseményekről való gondolkodás módjának kapcsolata a vallásos érettséggel.....	78
5.3.8 Az istenreprezentációk tartalmának és a múltbeli eseményekről való gondolkodás módjának kapcsolata a pszichológiai distresszrel.....	79
5.3.9 Az istenreprezentációk, a vallásosság, a múltbeli eseményekről való gondolkodás és a distressz komplex összefüggései	81
5.4. Értelmezés	84
6. Következtetések.....	91
7. Felhasznált irodalom	93
8. Mellékletek	102

8.1. Az előkutatásban használt kérdőívek	102
8.2. A második kutatásban használt kérdőívek	110
8.3. Az előkutatásban kimutatott interakciós összefüggések	114
8.4. A második kutatás háttérváltozói mentén tapasztalt összefüggése	117
Az értekezés kivonata.....	123
Abstract.....	125
A szerző publikációinak jegyzéke	127

ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

Ábrák

1. ábra: Grom modellje az istenkép alakulásáról.....	16
2. ábra: A Kritika utáni vallásosság skála elméleti háttérének fő dimenziói és ezek kapcsolata a vallási attitűdök négy lehetséges pozíciójával.	33
3. ábra: Az istenreprezentációk és a racionális/irracionális hiedelmek mérésére használt skála részlete.	41
4. ábra: Az érzelmek sajátértékét tartalmazó lejtődiagramm	43
5. ábra: Az intrinzik vallásosság orientáció várható értékei a negatív tartalmú istenreprezentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében.	53
6. ábra: Az extrinzik társas vallásosság orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében	54
7. ábra: Az extrinzik társas vallásosság orientáció várható értékei a negatív tartalmú istenreprezentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében	54
8. ábra: Az interneten kitölthető kérdőív részlete.....	61
9. ábra: Az interneten kitölthető kérdőív istenreprezentációkra vonatkozó skálájának részlete	62
10. ábra: A pszichológiai distressz várható értékei a negatív tartalmú istenreprezentációk és a múltbeli eseményekhez való elfogadó viszonyulás függvényében	79
11. ábra: A negatív tartalmú istenreprezentációk, a vallásosság, a múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz komplex kapcsolata.....	81
12. ábra: Az identifikált vallásosság várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek függvényében	112
13. ábra: Az extrinzik személyes vallásosság orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek függvényében	113
14. ábra: Az extrinzik személyes vallásosság orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és az irracionális hiedelmek függvényében.....	114
15. ábra: Az extrinzik társas vallásosság orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek függvényében	114

Táblázatok

1. táblázat: Az alkalmazott skálák belső megbízhatósága	43
2. táblázat: Az egyes érzelmek faktorsúlyai.	44
3. táblázat: A racionális és irracionális állítások faktorsúlyai.	45
4. táblázat: A pozitív és negatív istenreprezentációk faktorsúlyai.	46
5. táblázat: A vallásosság és a racionalitás változóinak korrelációi.....	47
6. táblázat: A racionális, irracionális és globálisan értékelő hiedelmek és a vallásosság változóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.	48
7. táblázat: Az istenreprezentációk és a vallásosság mutatóinak korrelációi.	48
8. táblázat: Az istenreprezentációk és a gondolkodásbeli érettség mutatóinak korrelációi.....	49
9. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság változóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	49
10. táblázat: A vallásosság előrejelző változói –lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók	51
11. táblázat: Az étellel való elégedettség és a vallásosság, gondolkodásbeli érettség, valamint az istenreprezentációk mutatóinak korrelációi	55
12. táblázat: Nemek közötti különbségek.....	65
13. táblázat: Az alskálák megbízhatósága	65
14. táblázat: Az egyes érzelmek faktorsúlyai.	66
15. táblázat: A racionális és irracionális állítások faktorsúlyai.	68
16. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk faktorsúlyai.....	69
17. táblázat: A distressz változóinak faktorsúlyai	69
18. táblázat: A vallásosság változóinak faktorsúlyai.....	70
19. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz korrelációi.....	71
20. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	72
21. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és vallásosság mutatóinak korrelációi	72
22. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a vallásosság mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	73
23. táblázat: Az istenreprezentációk tartalmának és a vallásosság mutatóinak korrelációi	74

24. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	74
25. táblázat: Az istenreprezentációk tartalma és a pszichológiai distressz korrelációi	75
26. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	75
27. táblázat: A vallásosság előrejelző változói – lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók	76
28. táblázat: A pszichológiai distressz előrejelző változói – lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók	78
29. táblázat: A a vallásos autonómia, illetve a hitmélység és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása.....	80
30. táblázat: A vallásos autonómia, illetve a hitmélység és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása az elfogadás jelenlétében....	80
31. táblázat: Különbségek a különböző iskolázottságú csoportok között	115
32. táblázat: Különbségek a családi állapot szerint	116
33. táblázat: Különbségek a felekezeti hovatartozás szerint	117
34. táblázat: Különbségek a vallásgyakorlás módja szerint	118
35. táblázat: Különbségek a vallásosság mutatói szerint.....	119

1. BEVEZETÉS

A vallásosság és mentális egészség, illetve pszichológiai jóllét kapcsolata már a pszichológia önálló tudományként való megjelenése óta vitákat gerjesztő területe a lélektani kutatásoknak. Freud például illúzióknak nevezi a vallást, melyet az ember ösztönei megfélemezésére és a természet erőivel szembeni szorongása legyőzésére alakított ki, és amelyet a tudomány fejlődésével le kell vetkőznie. James (1902), pedig egészséges és beteg vallásosságról beszél. Velük ellentétben az ugyancsak analitikus beállítódású Jung azt állítja, hogy a vallás pszichológiai valóság, mellyel kapcsolatban (mellette vagy ellene) az embernek állást kell foglalnia, és az okoz neurózist, ha ezt elmulasztja: „életük delén, azaz harmincöt éven túli pácienseim közt egyetlenegy sincs, akinek végső problémája ne a vallásos lelkiség, irányulás volna. Igen, végső soron mindegyik abba betegszik bele, hogy elvesztette azt, amit eleve a vallások mindenkoron megadtak híveiknek, s egyikük sem gyógyult meg igazán, aki nem nyerte vissza vallásos lelkületét, orientálódását, aminek természetesen semmi köze felekezethez vagy egyházi hovatartozáshoz.” (Jung, 1996, 16.)

A kortárs pszichológia is legalább ennyire megosztott. Albert Ellis szerint a vallás intézményesített irracionális, melynek káros hatása van a pszichológiai működésre (Ellis, 1985). Napjainkban több kutatónak sikerült azonban kimutatnia, hogy a vallásosság pozitív összefüggésben van a mentális egészség különböző mutatóival (erre vonatkozóan lásd Koenig, 1998). Azt is hozzátehetjük, hogy maga Ellis (Nielsen, Johnson, Ellis, 2001) is, terápiás tapasztalatai alapján beismerte, hogy a racionális-emocionális viselkedésterápiában hatékony lehet a kliens vallásos hitének bevonása.

A fenti ellentmondások oka legtöbbször az, hogy mind a vallásosság, mind pedig a mentális egészség összetett fogalom, melynek operacionalizálása rendkívül nehéz. Ezért a két jelenség közötti összefüggés függ attól, hogy a vallásosságnak mely összetevőjét vizsgálták (templombajárás gyakorisága, vallás szubjektív fontossága, felekezethez való tartozás, istenkép, vallásos attitűd, vallásos érettség, vallásos megküzdés stb.), és hogy ezeket a mentális egészség mely mutatóival hozták összefüggésbe (depresszió és szorongás hiánya, önértékelés, boldogság, étellel való elégedettség, élet értelme, önmegvalósítás stb.) (vö. Koenig, 1998).

Egy másik ok lehet az, hogy a vallásosság sokszor nem közvetlenül, hanem más változókon keresztül hat a mentális egészségre. Koenig és Larson (2001) a következő közvetítő tényezőket emelik ki: értelemadás, szociális támasz, másoknak való segítségnyújtás.

George, Ellison és Larson (2002) pedig az egészségmagatartás, a társas támasz, a pszichoszociális erőforrások (önértékelés, személyes hatékonyság) és a hitstruktúrák (pl. koherencia érzése) moderáló szerepéről írnak a vallásos bevonódás és az egészség közötti kapcsolatot vizsgálva.

Kutatásunkban ezen összetett kapcsolatrendszer egy szeletét szeretnénk közelebbről megvizsgálni, mégpedig az istenkép, pontosabban istenreprezentáció és a pszichológiai jóllét kapcsolatát. Ha a vallást úgy definiáljuk, mint „az ember viszonyulása az istenihez-túlvilághoz” (Benkő, 1998, 39), közép-európai keresztény kontextusban pedig ez az „istenitúlvilági” egy személyes Istent jelent, nem érdektelen az istenkép hatásait kiemelni egyik központi változóként a vallásosság vizsgálatában. A vallásos keresztény ember számára a vallásos tapasztalat lényeges eleme a személyként definiált Istennel való kapcsolat minősége. Rizzuto (1970) kiemeli, hogy az Istennel való kapcsolat egyedi a pszichológiai folyamatok körében, mivel egyrészt egyedül Isten az, akihez élő, valós, létező személyként viszonyul a hívő annak ellenére, hogy érzékeivel soha nem tapasztalta, az emberi érzékelés segítségével képtelen létét bizonyítani. Másrészt pedig annak ellenére, hogy Isten nem illeszthető be az emberi létezés meghatározó tér- és idő dimenziókba, a vallásos ember különböző (térre és időre vonatkozó) tulajdonságokkal látja el (pl. „bennem van”, „a mennyben van”, „most segített rajtam”, „a jövőben is vigyáz rám” stb.). Így az Istennel való kapcsolat ugyanolyan valós és intenzív a vallásos ember számára, mint bármely más kapcsolata. Kirkpatrick és Shaver (1990) egyenesen kötődési kapcsolatként írják le az Istennel való kapcsolatot és központi jelentőségű tényezőként a vallásos személy számára. Ezt a gondolatot továbbvívve azt is vizsgálják, hogy más kötődési kapcsolatok mintájára, az Istennel való kapcsolat milyen összefüggésben áll a pszichológiai jóllét különböző mutatóival.

Az istenkép, illetve az Istennel való kapcsolat fontos szerepét a vallásos ember élményvilágában több kutatás is vizsgálja. Hill és Hall (2002) Paloma és Gallup 1991-es szociológiai kutatására utalnak, mely szerint a megkérdezettek (amerikaiak) 51%-a szerint a hit legfontosabb tényezője az Istennel való kapcsolat. Pargament (2002) a vallásossági formák szerepét emeli ki. A szakirodalmat áttekintve arra jutott, hogy számos kutatás igazolja: az internalizált, intrinzik módon motivált és biztos istenkapcsolatra épülő vallásosság pozitív összefüggésben van a jólléttel. A vallásosság összetevőinek hatásait tekintve Miller és Thoresen (2003) 4 dimenziót emelt ki: a spirituálisnak vagy vallásosnak nevezhető viselkedésmódok (vallásgyakorlás, spirituális szövegek olvasása, mások szolgálata, megbocsátás), hitrendszer, (amelybe beletartozik az Istennel való kapcsolat, istenpercepció is),

a vallás által áthatott motiváció, célok, törekvések, proszocialitás, végül pedig a spirituális élmények, (belső béke, összekötöttség,).

Újabb nehézségbe ütközünk azonban akkor, amikor az istenképet (istenreprezentációt, istenfogalmat, istensémát stb.) pszichológiai eszközökkel szeretnénk vizsgálni. Magát a fogalmat az analitikus- (Frielingsdorf, 2006) és tárgykapcsolat-elmélet (Rizzuto, 1979; Hill és Hall, 2002) előszeretettel használja fel az egyének viselkedésének megértésére, de ezek az irányzatok nem dolgoztak ki megfelelő kvantitatív mérőeszközt, amellyel megbízhatóan, nagyobb mintán lehetne vizsgálni az istenkép és más változók összefüggéseit, többnyire kvalitatív eszközökkel dolgoztak (Godin, (1957) például a Tematic Apperception Test mintájára Vallásos Projektív Tesztet dolgozott ki, Rizzuto és sokan mások interjúkat készítettek és/vagy istenképeket rajzoltattak). Az istenkép központi jelentőségét azonban egyre több pszichológiai paradigma ismeri fel, a kognitív pszichológia például istensémáról beszél (pl. Gibson, 2005), s immár modernebb, megfelelő megbízhatósággal és validitással rendelkező mérőeszközök kidolgozása is folyamatban van.

Célunk az volt, hogy az istenkép és a lelki egészség kapcsolatát olyan keretben ragadjuk meg, mely mind a pszichoterápia és lelkipogozás, mind pedig a valláspedagógia számára hasznosítható eredményeket hordoz. Ezért esett választásunk a kognitív orientációjú elméletek közül az A. Ellis által kidolgozott racionális-emocionális viselkedésterápiára, mely elsősorban terápiás irányzat, viszont elméleti háttére pragmatikus alapokat és jól körülhatárolható kereteket adhat a kutatásnak is. Noha munkája korábbi szakaszaiban Ellis (1985) meglehetősen vallásellenesen nyilatkozott, később ő maga is foglalkozott a vallásosság „egészséges”, illetve „megbetegítő” (az ő fogalmaival racionális és irracionális) aspektusaival, valamint a vallásos emberek segítségével hitük tiszteletben tartásán keresztül (Nielsen, S. L., Johnson, W. B., Ellis, A., 2001). A racionális-emocionális viselkedésterápia lehetővé teszi, hogy egy egyszerű, átlátható, empirikus rendszerben ragadjuk meg és vizsgáljuk az istenreprezentációt, illetve segít kikerülni a Rizzuto által kidolgozott istenkép/istenfogalom kettőségéből adódó mérési nehézségeket.

A következőkben röviden vázoljuk az istenképre vonatkozó legfontosabb elméleteket, kutatásokat, majd pedig a racionális-emocionális viselkedésterápia alapelveit.

2. SZAKIRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. Az istenkép¹

2.1.1. Fogalomtisztázás

Mielőtt az istenképre vonatkozó elméleteket ismertetnénk, tisztáznunk kell az istenfogalom – istenkép – istenreprezentáció fogalmak jelentését, hiszen szakirodalom sem használja mindig következetesen őket. A különböző terminusok közötti különbségtétel azonban fontos, mert – mint a következőkben látni fogjuk – a zavarok, problémák oka sokszor egy személy istenképének és istenfogalmának szembenállása lehet.

Ana-Maria Rizzuto szerint „A hit konkrét tényével foglalkozva fontos tisztáznunk a fogalmi és érzelmi különbségeket az istenfogalom és az istenképek között, melyek többféleképpen kapcsolódva létrehozzák egy adott személyben adott időpontban uralkodó istenreprezentációt. Az istenfogalom többnyire a gondolkodás másodlagos folyamatainak szintjén alakul ki. (...) Még ha valaki intellektuálisan hiszi is, hogy *kell* lennie egy Istennek, megtörténhet, hogy nem érez késztetést arra, hogy elfogadja őt, hacsak az előzetes interperszonális tapasztalataiból kialakuló kép nem tette élővé a fogalmat többszörös képek által, melyek most egy olyan reprezentációban egyesülnek, mely érzelmileg elfogadható. Ez az Isten érzelmek, képek, emlékek sokaságát szolgáltatja és idézi fel...” (Rizzuto, 1979, 47–48, kiemelés az eredetiben)

Rizzuto szerint tehát az *istenfogalom* inkább kognitív, a gondolkodás terméke, a „teológusok Istene”. Kevés benne az érzelmi elem, a teológiai és filozófiai gondolkodás és tanulás eredménye, a hitoktatás és Istenről való tanítás során sajátítjuk el, tehát nagyrészt tudatos. Ezzel ellentétben, de többnyire párhuzamosan az *istenképek* a korai interperszonális tapasztalatok talaján alakulnak ki, az érzelmi komponensek dominálnak bennük, a gyermek belső tapasztalatának termékei és sokszor tudattalanok. (Rizzuto, 1970) Emiatt nem ritkán az is előfordul, hogy egy személy istenfogalma és istenképe egymásnak ellentmondó: tudatosan azt gondolja, hogy Istenről, hogy szerető, irgalmas, támogató, mégis úgy éli meg, hogy Isten bünteti őt, számon tartja bűneit, és ezért fél tőle. Az *istenreprezentáció* Rizzuto értelmezésében az istenfogalom és az istenképek (ő még több egymás mellett élő istenképről, „imago”-ról beszél) együttese. Hall és Johnson (2001) a teodicea (a rossz és a szenvedés

¹ Jelen fejezet két nyomtatásban megjelent cikk, illetve könyvfejezet: Robu (2007), Robu és Martos (2007).

világban való jelenléte, illetve a mindenható és jóságos Istenbe vetett hit látszólagos összeegyeztethetlenségét vizsgáló teológiai és filozófiai kérdésfelvetés) problémája esetében szemléltetik, hogy egy komplex istenreprezentációval rendelkező személy a szenvedés, a trauma tapasztalatát is integrálni tudja, értelmet találhat benne.

Rizzuto differenciálása elméleti szempontból hasznos ugyan, de az egyes fogalmak operacionalizálása nehézségekbe ütközik. Az istenfogalom, mint Istenről való kognitív, intellektuális, teológiai tudás aránylag könnyebben megragadható, mint az istenkép vagy istenreprezentáció. Problémát jelent azonban, hogy a szakirodalom egy része felcserélhetőként kezeli ez utóbbi kettőt, vagy pedig egyáltalán nem is beszél istenreprezentációról, csak az istenkép fogalmat használja.

2.1.2. Az istenkép kialakulása és fejlődése

Az istenkép témájának fejlődéslélektani aspektusaival Rizzuto (1979) foglalkozott, aki a tárgykapcsolat-elmélet, elsősorban pedig Winnicot énefejlődésre vonatkozó nézeteit használta fel saját megfigyelései rendszerezésében. Az istenkép alakulása az általános személyiségfejlődése (kognitív, érzelmi stb.) ágyazódik. Istenképpel, illetve istenreprezentációval minden ember rendelkezik, de árnyaltsága, jellege és az Istenhez való viszonyulás minősége markánsan elkülönül.

Az alapvető istenkép kialakulása Rizzuto szerint a születéskor kezdődik. A szülők istenképe, az hogy akarták-e a gyermeket vagy sem, hogyan értelmezik a gyermekgondozásában játszott szerepüket, anyagi-, szociális-, iskolázottsági státuszuk hatással van a csecsemővel való kapcsolatukra. Ez nyilvánul meg például abban is, hogy megkeresztelik-e a gyermeket vagy sem. Egy egészséges anya-gyermek kapcsolatban csecsemő énjének kialakulása kezdetén megtapasztalja a szeretettség érzését, kialakul benne az *alapvető bizalom*. Ekkor a gondozókkal való kapcsolatának tapasztalata fizikai jellegű, melyben az anya egyfajta tükörszerepet tölt be. Az ő visszajelzésein keresztül tanulja meg a csecsemő értelmezni a világot és tapasztalja meg azt, hogy szeretetreméltó és értékes. Ezek a tapasztalatok alapvető fontosságúak a gyermek énképének, illetve később istenképének kialakulásában. (Rizzuto, 1979)

A 7-15 hónapos korra az átmeneti tárgyak használata és az éntudat erőteljes formálódása jellemző. A gyerekeknek ekkor még nincs tudatos istenreprezentációja, de a szülőkkel való interakcióiban olyan érzelmek jelennek meg, melyekből majd az istenreprezentáció kialakul. (Nelson, 1996)

Az objektíválható istenkép kialakulása a 3. életév végére tehető: az istenrajzok vagy az Istennek diktált levelek vizsgálatán keresztül kaphatunk képet róla. Ekkor még Istent

antropomorf és konkrét módon képzelik el (Schweitzer, 1999). Rizzuto (1979) szerint ennek – a tárgyállandóság megjelenésétől a serdülőkorig tartó – folyamatnak a kezdetén Isten egyike az átmeneti teret megtöltő fantázialényeknek (manók, tündérek stb.). Fokozatosan azonban a gyermek rájön, hogy a felnőttek nem fogadják el a manók, tündérek és egyéb fantázialények létét, Istent azonban komolyan veszik (ez akkor is igaz, ha szülei nem vallásosok, mert akkor azt látja hogy az ő szülei mások, mint a többiek abban, hogy nem hisznek Istenben). Megtudja, hogy Isten hatalmas, mindenhol jelen van, és Ő irányít mindent, látni azonban nem láthatja. Addigi életében csak két olyan személlyel találkozott, akiknek ekkora hatalma lett volna: a szüleivel. Ezért a szüleivel kapcsolatos addigi tapasztalatait használja fel az istenreprezentáció kialakításában, ezzel együtt az esetleges korai sérülésekből fakadó torzulásokat is átviszi az istenképre.

Az Istenről szóló reprezentációk tehát két szempontból is különböznek más korai reprezentációktól. Egyrészt nem az Istennel kapcsolatos konkrét tapasztalatokból alakul ki, hanem a gyermek más (általában az elsődleges gondozókkal kapcsolatos) tapasztalatainak emlékét kapcsolja Istenhez. Másrészt pedig ennek a konkrét tapasztalatnak a hiánya lehetővé teszi, hogy az istenkép „átmeneti tárgyként” működjön: a belső és a külső világ határán létezik, a gyermek aránylag szabadon alakíthatja saját pszichológiai igényei szerint. (Lawrence, 1997; Hall, 1998)

Az ödipális konfliktus lezárulta után a gyermek egyre realiztikusabban észleli szüleit, megjelenik a szülőknél és a családban való csalódás. Ekkor kezd intézményes keretek között is tanulni Istentől és a Biblia történeteiben egy jobb világot fedez fel. Problémát okozhat azonban a saját gyermeki tapasztalatokat tartalmazó istenkép és az egyházi, iskolában, illetve szekuláris és vallásos társadalomban uralkodó istenkép összeegyeztetése. „A katekézsisben érdekelték számára ez a kritikus pillanat. Ha meg akarják érteni egy egyedi gyermek fejlődését, fogalmat kell alkotniuk arról a személyes Istentől, akit a gyermek magával hoz. Egyetlen gyermek sem érkezik »Isten házába« hóna alatt hozott kedvenc Istene nélkül.”(Rizzuto, 1979, 8.)

A serdülőkorral és felnőttkorral Rizzuto már csak utalásszerűen foglalkozik. Mások szerint azonban a fiatalokban az istenkép jelentős változáson mehet keresztül, a serdülőkori és fiatal felnőttkori normatív (fejlődési) kríziseknek szinte mindig van vallásos aspektusa is (Kézdy, 2006), ekkor zajlik az istenkép beépülése, megszemélyesítése és absztrakciója (Deconchy, 1964).

Egy személy istenreprezentációja élete végéig folyamatosan alakul, változásokon mehet keresztül. A különböző életkorok kríziseiben újból és újból előkerülhet az istenkép és az Istennel való kapcsolat problémája. Ez ad lehetőséget az esetleges terápiás jellegű beavatkozásokra is, ha nyilvánvalóvá válik, hogy egy torz istenkép áll a személy problémáinak hátterében.

2.1.3. Empirikus kutatások az istenkép fejlődésével és alakulásával kapcsolatban

Egyértelműnek tűnik, hogy a szülőkkal kapcsolatos korai tapasztalatok befolyással vannak az istenképre. De hogyan, milyen mechanizmusokon keresztül hatnak? Úgy tűnik, hogy nincs egy olyan kiemelt folyamat, mint pl. a projekció (Freud), mely a szülőkép és az istenkép összefüggését magyarázná. Inkább arról van szó, hogy a szülők mind tetteiken, mind pedig saját istenképük átadásán keresztül hatással vannak a gyermek istenképre. Például óvodások istenfogalmának „szerető” és „gondoskodó” dimenziói az anya „szerető Isten” fogalmával álltak kapcsolatban, tehát ezt az istenképet az anya többé-kevésbé szándékos vagy tudatos módon maga tanítja gyermekének. A gyerekek istenfogalmának „büntető” dimenziója viszont az anya gyereknevelési szokásaival függött össze, a gyerek ebben az esetben Istenre projektálta az anya viselkedését. (de Roos és mtsai., 2004).

A szülők fegyelmezési stílusa is hatással van a gyerek istenképre. 4 és 10 év közötti gyerekek például Istent kevésbé gondoskodónak tartják, ha szüleik a fegyelmezésben a szülői hatalmat (kiabálás, fenyegetés, büntetés, verés), nem pedig ún. szeretet-orientált módszereket (gyermek másoktól való elszigetelése, kiváltságainak megvonása, magyarázat) részesítik előnyben. A szeretet-orientált fegyelmezésről beszámoló gyerekek pedig Istent gondoskodóbbnak és hatalmasabbnak látják mint azok, akik nem számolnak be erről a fegyelmezés-típusról. (Dickie és mtsai., 2007)

Az istenkép kialakulásának tanulmányozása során merül fel az a kérdés is, hogy melyik szülőnek van nagyobb hatása a gyermek istenképének fejlődésére. Freud egyértelműen azt állítja, hogy az apakép projekciója az istenkép, Rizzuto azonban már mindkét szülő szerepét kiemeli. Birky és Ball (1988) egyetemisták istenképét, az apáról és anyáról alkotott reprezentációját, valamint egy összevont (az apa és anya együttes képéből kialakított) szülőreprezentációt hasonlított össze. Azt találták, hogy az összetett szülőkép korrelál legerősebben az istenreprezentációval, de a két szülő belső képe közül az áll közelebb az istenképhez, akit az adott személy jobban idealizált gyermekkorában. Spilka és munkatársai (1975) 198 katolikus középiskolás énképét, szülőkről alkotott képét és istenképét vizsgálták. Eredményeik szerint ha a lányok az apjukhoz ragaszkodtak jobban, apaképük összefüggött az istenképpel, fiúk esetében ezt nem sikerült kimutatni.

Az a hipotézis is felmerült, hogy a két szülő más módon és területen hat az istenkép fejlődésére. 4 és 10 év közötti gyerekeket vizsgálva Dickie és munkatársai (1997) azt találták, hogy az apa gondoskodóként való észlelése a legjobb előrejelzője Isten „gondoskodásának”, míg az anya hatalmának észlelése Isten „hatalmának” előrejelzője a gyerek istenfogalmában.

Egyáltalán nem egyértelmű azonban, hogy csak a szülők reprezentációja van hatással az istenkép alakulására. Az önértékelés-elméletek azt emelik ki, hogy a személy önmagáról alkotott képe, önértékelése is összefüggésben állhat istenképével. Azok a személyek, akik önmagukat alapvetően nagylelkűnek, őszintének, könnyen megbocsátónak tartják, Istent gondoskodónak látják, míg azok, akik magukat gyanakvónak és depressziósnak látják Istent fegyelmezőnek, szigorúnak tartják (Roberts, 1989). Spilka (1975) eredményei szerint is a magas önértékelés együttjár Isten pozitív, közeli, személyes, emberi ügyekbe bevonódó képével.

Az én-referencia (self-referencing, Buri és Mueller, 1993) elméleti megközelítése szerint az én egy olyan kognitív vonatkoztatási keret, mely segíti a személy számára fontos információ feldolgozását és értelmezését. Így a vallásos tapasztalat számára is az én lehet az a szűrő, melyen keresztül az Istennel való kapcsolat értelmezése történik. Az Istenről szóló információ sokszor homályos, így a személy a saját magáról szóló sémának megfelelően értelmezi, és azokat a körülményeket emeli ki, melyek megfelelnek a létező sémának. Az önértékelés az énséma jelentős dimenziója, így kiemelt szerepe lehet az istenkép alakulásában. Például ugyanazt a tanítást az önértékelése függvényében értelmezheti valaki úgy, hogy Isten irgalmas, míg más úgy, hogy Isten büntető. Ezért történhet meg az, hogy azok a személyek, akiknek a legnagyobb szüksége volna egy türelmes, elfogadó, szerető Istenre (akiknek alacsony az önértékelése), nagy valószínűséggel kritikusnak, elítélőnek, elutasítónak látják őt. Ugyanakkor azonban ez az énséma (és ezen belül az önértékelés) szorosan összefügg a szülőktől kapott gondoskodás mértékének észlelésével. Így tehát az önértékelés mediátor-változó lehet a szülőkép és az istenkép között. Ezt az elméleti megközelítést támasztja alá az a kutatás is, melyben 213 egyetemi hallgató istenfogalmát (a szerzők ezt a kifejezést használják), szülőkről alkotott képét és énképét hasonlították össze. Az eredmények azt mutatják, hogy a szerető istenfogalommal pozitívan korrelál az apa és anya gondoskodó képe, valamint az önértékelés, míg negatívan korrelál vele mind az anya, mind pedig az apa tekintélyelvűsége. Fontos azonban kiemelni, hogy az önértékelés az istenfogalom változásának sokkal nagyobb százalékát magyarázza, mint a szülőfogalmak együttevén (Buri, Mueller, 1993). Ez az eredmény összhangban van Saussy (1991) eredményeivel, aki szerint az önértékelés, énkép fontos közvetítő tényező a szülői magatartásmód és az istenreprezentáció között.

A fentiek alapján úgy tűnik, hogy önmagában sem az egyes szülők reprezentációja, sem az azonos nemű vagy idealizált szülő képe, sem pedig az önértékelés nem képes megmagyarázni az istenkép jellegzetességeit. Az istenreprezentáció kialakulása ugyanis egy ennél komplexebb folyamat. A szülőkkel kapcsolatos korai tapasztalatok nem csak a szülőképre és az istenképre, hanem a gyermek önmagáról alkotott képére is hatással vannak, mely a maga során ugyancsak kihathat az Istenről alkotott képre. Ha például egy gyermek már

csecsemőkorban azt tapasztalja meg, hogy szeretik és elfogadják, önmagát szerethetőnek és értékesnek fogja értékelni, ami kihatással van minden kapcsolatára, beleértve az istenkapcsolatot is. Ehhez a komplex folyamathoz társul a formális hitoktatás során átadott istenfogalom, mely alátámaszthatja ezt a korai istenképet, vagy konfliktusba kerülhet vele.

A Rizzuto által kevésbé magyarázott serdülőkori változások vizsgálatára is születtek empirikus kutatások. Deconchy (1964) serdülő fiúk istenreprezentációjának fejlődését vizsgálva három szakaszt különített el:

Az attributív fázis 9-10 éves kor körül lényegében az istenfogalom dominanciáját jelenti: a gyermek a hitoktatásból átvett tulajdonságok (objektív, szubjektív, affektív tulajdonságok) meghatározása útján képzelel el Istent.

A megszemélyesítés szakaszában, 12-13 éves kor körül „a fő hangsúly Istennek mint uralkodónak, megváltónak és Atyának a megjelenési módjaira esik”(Vergote, 2001, 232.), majd pedig ez a három tematika fokozatosan egybeolvad.

A bensőségessé tétel Deconchy szerint 15-16 éves korban valósul meg, amikor szubjektív tartalmak teszik személyessé ezt az istenreprezentációt: szeretet, imádság, engedelmesség, párbeszédben kialakuló bizalom, kétség, elhagyatottság, félelem. Azt is kiemeli, hogy a bizalom az, amely az istenreprezentáció fejlődését bekapcsolja a vallásos fejlődés egészébe, a félelem és kétség inkább megzavarja ezt a folyamatot.

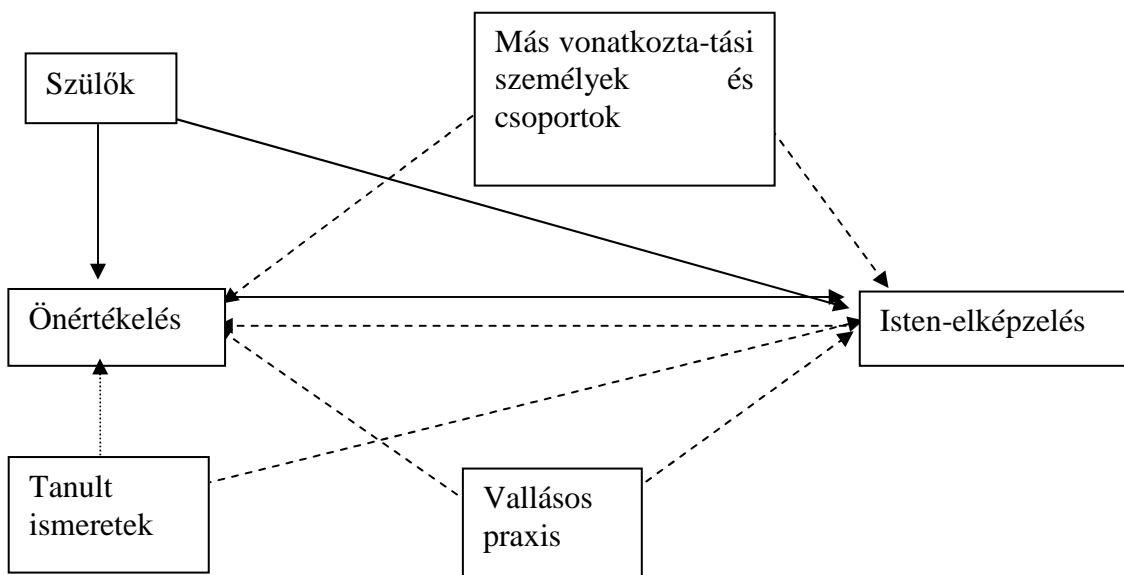
Hutsebaut (1972) Deconchy fejlődési szakaszait igazolta empirikus vizsgálatokon keresztül. Eredményei szerint az Istenre vonatkozó elvont tulajdonságok/jellemzők – „teremtő”, „gondviselő” – jelentősége és megjelenésének gyakorisága csökken az életkorral. A fiatalabb serdülők tehát bizonyos távolságot tartanak, még nem személyként tapasztalják meg Istent. A kapcsolati minták – „atya”, „barát”, „segítő”, „jótevő” – elsősorban a „közép-serdülőkorúakra” voltak jellemzőek, akik Istenben azt személyt keresik, akiben teljesen megbízhatnak, akivel stabil kapcsolatot építhetnek ki. Az életkor előrehaladtával mind az elvont tulajdonságok, mind pedig a kapcsolati minták eltűnnek, a serdülők istenreprezentációja elvontabb elemeket tartalmaz – „az élet értelme”, „aki értelmet ad”, „az élet kimenetele”. Ezzel párhuzamosan ekkor jelentek meg a vallásos kételyek és a hitbeli nehézségek is.

Az istenreprezentáció absztrakciója egy csaknem húsz évvel későbbi kutatásban (Janssen és mtsai., 1994) már teljesen más értelmezést kapott. A holland fiataloknak (átlagéletkoruk 18,7 év) ugyanis látszólag nincs közös szókinccse Isten leírására. Úgy tűnik, hogy istenreprezentációjuk a „tedd magad” (do-it-yourself) kultúra részeként egyedi érzelmek egyedi kifejeződése. Istent inkább tettein, cselekedetein keresztül írják le, mint tulajdonságain keresztül, mintegy pragmatikusan „kihasználják” Istent. Ugyanakkor nem mutatnak elutasítást a

hagyományos vallásokkal szemben: kifinomult szkeptikusok, akik mindent megértenek ugyan, de a saját belátásuk szerint cselekszenek. Érdekes módon ebből a szempontból nem találtak különbségeket a különböző felekezetekhez tartozó, vagy pedig hívő és nem hívő fiatalok között.

2.1.4. Egy összefoglaló modell

Mint láttuk, az empirikus adatok nem adnak egyértelmű választ arra, hogy az egyes szülőkkel kapcsolatos korai tapasztalatok és az ezek következtében kialakuló szülőreprezentáció, a személy énsémája és önértékelése, valamint a formális hitoktatás során elsajátított ismeretek milyen viszonyban állnak egymással és az istenképpel. A következőkben egy olyan modellt mutatunk be, mely áttekintően próbálja meg szemléltetni az istenreprezentáció kialakulásában fontos hatótényezőket. Grom (idézi Benkő, 1998) elmélete a globálisan értelmezett vallásosság kialakulására vonatkozik, de az istenkép vizsgálata szempontjából is hasznos lehet. Ő ugyanis a vallásosság fejlődésében elkülöníti az „önszocializációt” és „idegen szocializációt”. Az idegen, személyen kívül álló vallásos szocializációs tényezők: modellek (utánzásuk identifikációhoz vezet); a vallási ismereteket közlő tanítás és a külső társadalmi megerősítés (pl. pozitív vallási magatartások elismerése). Az önszocializáció a vallásos gyakorlatoknál felmerülő érzelmi reakciókra, a vallásos témák személyes megfontolására és az egyénnek megfelelő vallásos magatartások kipróbálására, begyakorlására vonatkozik.



1. ábra: Grom modellje az istenkép kialakulásáról (Szalay, 2000 nyomán)

Az 1. ábra grafikusán mutatja be Grom istenképre vonatkozó modelljét. E szerint a Rizzuto által alapvető fontosságúnak feltételezett szülők hatása csak egy (noha kiemelkedően fontos) eleme az istenreprezentáció kialakulásának. Érdekes megfigyelés, hogy a szülők egyrészt közvetlenül hatással vannak a gyermek istenreprezentációjára, másrészt pedig a gyermek önértékelésének közvetítésével alakítják is annak Istenről alkotott képét. Ugyanakkor a gyermek istenképe hatással van önértékelésére is, a két tényező kölcsönösen befolyásolja egymást. Fontos kiemelnünk, hogy mindegyik tényező emberi közvetítés útján hat. A gyermek a nem tudatosan, implicit módon közölt hatások szerint alakítja istenképét, a tudatosan közölt hatásokat pedig megtanulja mint „hivatalosat”, azaz istenfogalmába építi be azokat (Szalay, 2000).

2.1.5. Torz istenképek

Mint minden fejlődési folyamatban, az istenkép alakulásában is történhetnek azonban olyan elakadások vagy torzulások, melyek hamis és megbetegítő istenképek kialakulásához vezetnek.

Helyesebb lenne egy személyen belül jelenlevő istenképekről, mint egyetlen istenképről beszélni. Istent ellentétek egységeként írja le a teológia, ennek megfelelően egy személy istentapasztalatai is tartalmazhatnak ellentétes elemeket. (közeli és távoli; csendes és mégis minduntalan megszólítja a hívőt; irgalmas és jóindulatú de igazságos; a szent, aki mégis megengedi bűnt stb.). Ha azonban egy személy istenképe egyoldalú, Istennek egy részleges aspektusát abszolutizálja és teljesnek tekinti, „egészségtelen bálványok” vagy „démonikus istenképek” alakulhatnak ki. Frielingsdorf (2006) megfogalmazását a Jelenések könyvére alapozza, ahol a démonok a testnek és az életnek ártó, a bűnre vezető szellemek, akik a megváltás ellenére megpróbálják elrontani az emberiséget és elidegeníteni az embereket Istentől. Mindezt úgy teszik, hogy igazi Istennek mutatják magukat.

Kiemeli azt is, hogy az egészséges keresztény istenképet három dimenzió jellemzi:

- *személyes* – Isten a saját hasonlatosságára teremtette az embert, ezért minden emberben van egy belső jóság;
- *egyetemes* – Isten, aki meghaladja a világot és tőle függetlenül létezik, nem alanya a természet törvényeinek sem pedig az okságnak;
- *isten a teljesen más*: az érthetetlen misztérium, akit ember soha nem fejthet meg.

Frielingsdorf kiemelkedően fontosnak tartja az egyéni tudattalan istenkép feltárását. Mint Rizzuto is hangsúlyozza, ez az istenkép konfliktusban állhat a teológiai tanítás által közvetített istenfogalommal, és mint minden belső konfliktus, ez is megbetegítő lehet.

A következőkben röviden bemutatjuk a Frielingsdorf (2006) által leírt megbetegítő, „démonikus” istenképeket.

A „démoni bíró”

Frielingsdorf szerint ez a gyökere az összes többi negatív istenképnek. Az ilyen istenképpel rendelkező személyek szemében Isten könyörtelen bíró, aki minden bűnt megbüntet anélkül, hogy annak oka vagy magyarázata érdekelné. Nem ismer irgalmat, a bűnösnek vezekelnie kell, míg a rend helyre nem áll.

Kialakulásáról azt állítja, hogy általában a gyermekkori negatív apamodellt követi, melyben a kapcsolatot félelem és bizalmatlanság jellemezte, így a gyermekben kialakult a szolgálai engedelmesség, a behódolás, a hatalomtól való függőség és a személyes felelősség hiánya.

Ez a torz istenkép abban nyilvánul meg, hogy sok alacsony önértékelésű ember önmagát bünteti annak érdekében, hogy az irgalmatlan isten büntetését elkerülje. Lényegében saját maguk ellen fordítják a haragot, amit azért éreznek, hogy képtelenek úgy élni, ahogy szeretnének. Gyakran megfigyelhető, hogy emberek negatív aszketizmusba menekülnek: az akár destruktívva is váló aszketikus gyakorlatokról azt gondolják, hogy Isten szemében ez az önmegtartoztatás és megalázkodás a váltságdíj azért, hogy tovább élhessenek.

Frielingsdorf szerint ennek a démonnak az ellentettje, ezzel együtt pedig a gyógyulás útja az irgalmas és szerető Isten képnek kialakítása. Ezt a tékozló fiú példabeszédében látja leginkább megfoghatóan.

A „halál Istene”

Ennek a démoni istenképnek kialakulása akár a születés előtti tapasztalatokból is táplálkozhat. A magzat anya általi kezdeti vagy pillanatnyi elutasítását vagy tagadását ugyanis gyakran kíséri a gyermek halálának tudatos vagy tudattalan vágya. A méhben fejlődő gyermek pedig ki van téve ezeknek az érzelmeknek. A születés előtti ambivalens tapasztalatok, melyek kora-gyermekkorban megerősítést nyerhetnek tudattalan negatív érzésekhez és az étellel szembeni alapvető bizalmatlansághoz vezethetnek. Az érintett személyek gyakran azt érzik, hogy nincs joguk élni, az egzisztenciájuk ok nélkül állandóan veszélyeztetett. Ennek az elutasítottság és nem-akartság érzésének interiorizálása vezet ahhoz a torz istenképhez, mely Istent a halál démonaként látja.

Ez a démon az egzisztenciális félelmeket szabadítja fel az által, hogy kiszámíthatatlan: egyik percben barátságos, a következőben elutasító. Az embereket homályban tartja, az életük egy szálon függ, amit bármikor elvághat. Ezért a túlélés egyetlen esélye az, ha az ember bezárkózik, csendben marad, és feltétel nélkül aláveti magát a démonnak. Az ilyen emberek étellel szembeni attitűdje a reménytelenség és a kétségbeesés.

Kiutat kényszeres viselkedésminták kialakításában, egyfajta perfekcionizmusban kereshetnek az érintett személyek. A kényszeres cselekvések ugyanis a védelem és biztonság illúzióját kelthetik, azonban hiányzik belőlük a biztos alap és a szilárd identitás, nincs bennük hely a személyes vágyak, egyéniség vagy a gyengeségek számára. Jellegzetes lehet még az ezzel az istenképpel élő személyek viselkedésére a túlzottan nagy kockázatvállalás is: csak akkor képesek az életet megtapasztalni, amikor az veszélyben van, így az élet iránti vágyat a halálfélelemben élik meg.

A gyógyulás útját a halálisten ellentettjének, az élet Istenének felfedezése jelentheti, aki az embereket az élet lelkével tölti el és lehetővé teszi számukra, hogy az isteni életben részesedjenek.

A „könyvelő Isten”

Ez a torz istenkép Istent kegyetlen bíróként mutatja be, aki feljegyzi az emberek bűneit és hibáit, majd pedig megbünteti őket értük.

Gyökere az „Isten szeme mindent lát” kifejezés negatív értelmezése. A bibliai hagyományban ez még azt jelentette, hogy akik felett Isten szeme vigyáz, áldottak és szerencsések. Ezzel szemben a könyvelő isten képével rendelkező személyek úgy érzik, hogy Isten félelmetes és mindent ellenőrizni akar.

Ennek a torz istenképnek a következménye, hogy az érintett személyek kereszténységüket kiszámíthatatlan mennyiségű tiltás és a törvény rabságaként élik meg, melyeknek soha nem lehet teljesen megfelelni, ezért állandó büntudatban élnek.

A könyvelő isten ellentettje a Jó Pásztor, aki folyamatosan figyeli ugyan nyáját, de nem azért, hogy ellenőrizze és feljegyezze a hibákat, hanem hogy egy se vesszen el közülük.

A „túlkövetelő Isten”

Ez a démon arra készíti az embert, hogy túlteljesítsen olyan tevékenységekben, melyek önmagukban jók ugyan, de torzzá teszi őket az, hogy csak a teljesítmény és az eredmény számít, ezek fontosabbak a személy képességeinél és korlátainál. A torzítás következtében a személyek Istent diktátornak látják, aki nincs tekintettel az egyén szükségleteire, csak a lábaihoz hordott teljesítmény érdekli, és csak akkor figyel az egyénre, ha az valamit fel tud mutatni.

Gyökere valószínűleg a gyermekkori családban kialakuló értékrend lehet, mely a teljesítmény és a siker hajszolására fekteti a hangsúlyt. Az érintett személyek önértékelését már gyermekkoruktól ez határozza meg: a szülői értékelésért is mindig teljesítménnyel kellett „fizetniük”.

Elsősorban egyházi (szerzetesi, papi, egyházi iskolai stb.) környezetben jelenthet problémát ez az istenkép, mert jelenlétét gyakran összetévesztik a felebaráti szeretet és az altruizmus gyakorlásával. Az önátadás és odaszentelődés ugyanis azt feltételezi, hogy a személy ismeri saját vágyait, képességeit, érzéseit, kapcsolatban van saját énjével, és így adja fel, haladja meg egy nagyobb jó érdekében. Ez a démon azonban széttöri az ént, nem lehet szó, hogy a személy feladja énjét egy transzcendens érték érdekében, ha nincs is fejlett, érett énje.

A kitörés és a konfrontáció egy értékrend és fontossági sorrend felállításán keresztül kezdődik, melynek birtokában a személy tudatosan dönthet arról, hogy milyen üzeneteknek engedelmessé válik. A saját magára és saját igényeire való odafigyelés önszeretethez, majd pedig felebaráti szeretethez és az Isten iránti szeretethez vezethet, így segíthet felfedezni a *gyümölcsözőség Istenét*, aki a növekedést megvalósítja

2.1.6. Az istenreprezentáció pszichológiai eszközökkel történő vizsgálata

Az istenreprezentáció, ahogy korábban definiáltuk, az istenkép és istenfogalom korai években együttese, később pedig interpretációja.

Rizzuto projektív tesztek és pszichiátriai betegek istenrajzának elemzését használta (Rizzuto, 1979). Ez azonban kutatási szempontból nehezen járható út, meglehetősen sok időt vesz igénybe, az istenrajzok kiértékelése szubjektív, ez pedig megbízhatósági és általánosíthatósági problémákat vet fel. Klinikai módszerként azonban hasznos lehet, feltárhat egyéni problémákat, segítheti ezek megértését.

Az istenreprezentációra vonatkozó legtöbb vizsgálat kvantitatív. A kutatások egy vonulata nyílt kérdésekkel próbálta feltárni a vizsgálati személyek istenképét. Ez egyszerűen azt jelenti, hogy egy olyan jellegű kérdést tettek fel a személyeknek, mint „Milyennek látja Ön Istent?“, vagy „Mit jelent Isten az Ön számára?“. Ennek előnye, hogy a személy lehetőséget kap arra, hogy szabadon fogalmazza meg válaszát, melyet a saját Istenről való gondolkodása határoz meg. Hátránya viszont, hogy inkább az istenfogalmat méri, mint az istenképet vagy istenreprezentációt. Hutsebout és Verhoeven (1995) összehasonlították ezt a módszert egy kérdőíves vizsgálattal. Arra a következtetésre jutottak, hogy a két módszerrel kapott eredmények jelentős mértékben fedik egymást.

Az istenkép vizsgálatára leggyakrabban használt módszer tehát a kérdőív. Ennek problémája is az, hogy sokszor inkább a személyek istenfogalmát, nem pedig az istenképét vizsgálja. Erre a problémára keresett megoldást R. T. Lawrence (1997), aki Rizzuto alapján élesen elkülönítette egymástól a két jelenséget és megpróbált az istenképre fókuszáló

kérdéseket kidolgozni. A tárgyakapcsolat-elméleti megközelítés azon megállításából indul ki, hogy az istenkép alapvetően a potenciális tér eleme, mely szorosan összefügg az énképpel, ezért az énképre vonatkozó alapvető problémák fontosak az istenkép szempontjából is. Három ilyen témát különít el: az odatartozás, a jóság és a kontroll. Kérdőívében mindhárom alapvető problémához két dimenziót társít az istenkép és az istenkapcsolat szempontjából: az első dimenzió, mely fejlődési szempontból is elsődleges, inkább az énrre orientált, a második az elsőből nő ki, érettebb és inkább a kapcsolat tárgyára (Istenre) fókuszál. A három alapvető problémakörnek megfelelő dimenziók és azok az alapvető kérdések, amelyek ezeket a dimenziókat jellemzik a következők:

- odatartozás dimenziója: jelenlét (Jelen van-e isten számomra?) és kihívás (Akarja-e Isten, hogy növekedjek?)
- jóság dimenziója: elfogadás (Elég jó vagyok-e ahhoz, hogy Isten szerethessen?) és jóindulat (Olyan személy-e Isten, aki szeretne engem?);
- kontroll dimenziója: befolyásolás (Mennyire tudom Istent kontrollálni?) és gondviselés (Mennyire tud Isten engem kontrollálni?). (Lawrence, 1997)

Egy másik módszer az ún. „fogalmi térkép” keresése. Ennek az eljárásnak a során a vizsgált személyeket arra kéri, hogy csoportosítsanak kártyákat, melyekre Istenre vonatkozó melléknevek vannak írva. Annyi csoportot alkothatnak, amennyit szeretnének, de egy kártyát csak egy csoportba sorolhatnak be. Az így létrehozott csoportokat statisztikai elemzéssel hasonlítják össze, és megvizsgálják, hogy mely tulajdonságokat hajlamosak az emberek egymás mellé sorolni, melyek alkotnak egy csoportot az egész minta eredményeit szem előtt tartva. Lényegében egy „térképet” hoznak létre, melyen grafikusán is ábrázolják az egyes tulajdonságok között levő „távolságot” és az egy csoportot alkotó tulajdonságok alapján meg is nevezik az adott csoportot (Krejci, 1998). A módszer előnye, hogy a latens kognitív struktúrákat vizsgálja, megpróbálja kikerülni a tudatos kontroll torzításait és az empirikus adatok alapján felfedni az emberek istenképének különböző dimenzióit. Az eredmények azt mutatják, hogy ezek a dimenziók közel állnak a teológiai alapvetésű, elméletből kiinduló osztályozásokhoz.

A kognitív pszichológia más módszereit is megpróbálták az istenkép vizsgálatára alkalmazni. Ilyen módszer az implicit memória vizsgálata. A vizsgált személyek mellékneveket látnak a számítógép képernyőjén, és azt kell eldönteniük egy billentyű lenyomásával, hogy az adott tulajdonság jellemző-e rájuk, Istenre, vagy egy másik személyre (ez a másik személy lehet hozzájuk közelálló, semleges valaki vagy egy fantázialény). Mérik a reakcióidejüket, és azt is rögzítik, hogy mely tulajdonságokat találták jellemzőnek, de a

vizsgálat igazán fontos része az ezt követő meglepetésszerű felidézési teszt. Néhány perccel a vizsgálat befejezése után ugyanis arra kéri a résztvevőket, hogy idézzenek fel minél több melléknevet a látottak közül. Azt feltételezik, hogy azok a tulajdonságok, melyek részei az istensémának könnyebben felidézhetőek. A reakcióidők vizsgálata is sokat elárulhat az Istenre vonatkozó séma szerveződéséről és arról, hogy mennyire integrált ez a séma az egyén kognitív rendszerébe (Gibson, 2005).

Az istenreprezentáció pszichológiai módszerekkel történő vizsgálati módszereit áttekintve egy új elméleti keret bevonása mellett döntöttünk. Az Albert Ellis által kidolgozott racionális-emocionális viselkedésterápia értelmezésem szerint lehetőséget adhat ugyanis arra, hogy az oly gyakran felmerülő istenkép-istenfogalom problémát megkerüljük. A pszichológiai problémák hátterében ugyanis általában nem az Istennel kapcsolatos tudás áll, hanem ennek a tudásnak a többé-kevésbé torz, szélsőséges, az egyént negatív fényben beállító, egyoldalú (vö. Frielingsdorf, 2006) felhasználása áll. A racionális-emocionális viselkedésterápia, noha tudomásunk szerint eddig még nem alkalmazták az istenkép kutatásában, alkalmas lehet arra, hogy ezt a jelenséget is mérje, s így anélkül, hogy az istenképnek a kora-gyermekkorba nyúló, tudattalan aspektusait fel kellene tárni, az istenkép és istenfogalom komplex kölcsönhatásából kialakuló istenreprezentáció mérhetővé váljon. A következőkben áttekintjük tehát röviden a racionális-emocionális viselkedésterápia alapjait annak elméleti aspektusaira helyezve a hangsúlyt.

2.2. A racionális-emocionális viselkedésterápia alapfogalmai

2.2.1. Racionalitás és irracionalitás – fogalomtisztázás

A racionális-emocionális viselkedésterápia a kognitív pszichoterápiák egyre tágabb körébe tartozik. Az elméletalkotó Albert Ellis az 1950-es években kezdte a pszichoanalízissel szemben saját téziseit megfogalmazni.

Filozófiai háttérként Ellis mind a sztoikus és az ókori keleti filozófiára, mind pedig Kant, Spinoza, Schopenhauer gondolataira is hivatkozik (Ellis, Dryden, 1997). Közös nevezőként azt emeli ki, hogy mindezek a filozófiai irányzatok arról beszélnek, hogy nem az események zavarják meg az embereket, hanem az ezekről az eseményekről alkotott képük, az ezekhez kapcsolódó nézeteik (Ellis, 2002).

Az elmélet kiindulópontja az a tézis, hogy az emberek akkor a legboldogabbak, amikor fontos életcélokat tűznek ki maguknak és aktívan törekszenek ezek megvalósítására. A racionalitás ebben a keretben mindazokra a gondolatokra, viselkedésekre, érzésekre, attitűdökre stb. vonatkozik, melyek segítik az embert alapvető céljai megvalósításában, míg az irracionalitás azokra a gondolatokra, viselkedésekre, érzésekre, attitűdökre stb., melyek meggátolják ezek elérésében (Ellis, Dryden, 1997). Alapvető céljait azonban akkor tudja elérni valaki, ha rugalmas, pragmatikus, logikus, valóságra alapozott és nem szélsőséges módon közelíti meg az élet dolgait, így a racionalitás alkalmazkodókészséget, mérsékeltséget, a végletektől való tartózkodást és a valóság empirikus ellenőrzést jelenti, míg az irracionalitás mindezek ellentétét: merevséget, dogmatikusságot, a valóságnak empirikusan ellentmondó vélekedéseket (Dryden et al., 2003).

Amikor egy személy akadályokat él meg alapvető céljai elérésében, többé-kevésbé tudatos módon választ a lehetséges „egészséges”, illetve „egésztelen” negatív válaszok között. Ha alapvetően racionális hiedelemrendszerrel rendelkezik, képes lesz olyan attitűdöket, életfilozófiákat mozgósítani, melyek segítik őt az akadályokkal való megküzdésben, és ún. „egészséges” negatív érzelmekkel reagál (pl. csalódás, bánat, gyász, szomorúság stb.) (Ellis, 2000). Ezeket a racionális hiedelmeket elsősorban az jellemzi, hogy preferenciákra vonatkoznak, azaz nem abszolút követelés jellegűek. Megfogalmazásukban a „szeretném”, „vágyok rá”, „jó volna”, „nem szeretném” kifejezések dominálnak. Ezen hiedelmek rugalmasságából következik, hogy egészséges módon segítik a személyt céljai elérésében azáltal, hogy támogatják az akadályokkal való megküzdésben. Ezzel szemben az alapvetően irracionális hiedelemrendszerrel rendelkező személyek abszolút, „dogmatikus” gondolatokkal reagálnak az akadályozottságra, melyeket „kell”, „nem szabad”, „tilos” formában

fogalmazznak meg. Ezek a „kell”-ek ún. „egészségtelen” negatív érzelmekhez vezetnek (depresszió, szorongás, düh, féltékenység stb.), melyek aláássák a megküzdő képességet és olyan diszfunkcionális viselkedésekhez vezethetnek, mint pl. a visszahúzódás, halogatás, alkoholizmus stb. (Ellis, Dryden, 1997).

2.2.2. Az A-B-C modell

Az elmélet híressé vált A-B-C modellje szerint nem az aktiváló események (angolul „activating event” – A) önmagukban vezetnek az érzelmi vagy viselkedéses válaszhoz (angolul „consequence” – C), hanem azok a gondolatok, illetve hiedelmek, melyeket a személy az eseményhez kapcsol (angolul „belief” – B) (Ellis, Dryden, 1997, Ellis, 2002, Dryden et al., 2003).

Az **aktiváló esemény** (A) lehet külső vagy belső (Dryden et al., 2003), azaz nem csak azokra a történésekre vonatkozik, melyek a személy céljai elérésében segítik vagy akadályozzák, hanem az ezekhez kapcsolódó gondolataira, érzéseire, viselkedéseire. Ez az aktiváló esemény akár a múltbeli tapasztalatokhoz kapcsolódó emlék vagy gondolat is lehet. (Ellis, Dryden, 1997). Például külső esemény az, ha egy személy azt tapasztalja, hogy a környezetében valaki kerüli a vele való beszélgetést. Belső történés, ha ebből azt a következtetést vonja le, hogy az illető kerüli vagy nem kedveli őt.

A **hiedelmek** (B) azokra az ítéletekre és világról alkotott nézetekre vonatkoznak, melyek merev/ rugalmas vagy szélsőséges minőségeik alapján lehetnek irracionálisak vagy racionálisak.

Ahogy azt már az előbbieken is említettük, az irracionális hiedelmek mindig valamilyen *követelés* (demand), „kell” vagy „tilos” formájában jelentkeznek, ezért merevek és szélsőségesek, abszolút jelleggel bírnak (Dryden et al., 2003). Az előbbi példánál maradva, az a személy, akit egy ismerőse következetesen elkerül, gondolhatja azt, hogy „Kerüli a velem való beszélgetést, tehát nem kedvel engem, pedig *kedvelnie kellene*.” A mondat első része még a kiváltó eseményhez kapcsolódó gondolat (mely lehet helyes vagy helytelen következtetés is), míg a dőlt betűkkel kiemelt második fele egy irracionális követelést tartalmaz: „kedvelnie kellene”. Az irracionalitás, mint azt korábban már kifejtettük, abban áll, hogy az ilyen jellegű elvárások általában megakadályozzák a személyeket alapvető céljaik elérésében, hiszen a célok követeléssé alakítása és az ezekhez való merev, szélsőséges ragaszkodás inkább bénító jellegű.

A követeléseken kívül irracionális hiedelem az ún. „*katasztrifizálás*”² (awfulizing) is. Lényegében ez az adott helyzet extrém és túlzó negatív értékelését jelenti. (Walen et al., 1992) Tovább folytatva az előző példát, egy katasztrifizáló hiedelem így hangozhatna: „Nem kedvel engem, és ez szörnyű, katasztrofális”.

Az *alacsony frusztráció-tűrés* (low frustration-tolerance) egy másik központi irracionális hiedelem, melynek lényege az, hogy a személy úgy gondolja, képtelen lesz az adott helyzettel járó kellemetlenséget, diszkomfort-érzést, szenvedést elviselni. (Dryden et al., 2003, Walen et al., 1992) Azaz „Nem kedvel engem, és ezt nem bírom elviselni”. Más jellemző kifejezések „nem bírom ki”, „ez túl nehéz”, „betelt a pohár” stb. Az alacsony frusztráció-tűrés kifejezés Ellistől származik, újabban egyes szerzők azonban inkább a „*frusztráció intolerancia*” (frustration intolerance) szó szerkezetet használják abból a megfontolásból, hogy sok ember ténylegesen óriási mennyiségű szenvedést él meg és visel el, ezért szerencsétlen szóválasztás az „alacsony” frusztráció-tűrés. Inkább arról van szó, hogy ezek az emberek úgy gondolják, nincs erejük több szenvedést, nehézséget elviselni. (Di Giuseppe, 2008)

A negyedik központi irracionális hiedelem az *emberi érték globális értékelése* (global evaluation of human worth), melynek lényege az emberek (beleértve saját maga) és a világ globális, merev és szélsőséges értékelése akár pozitív, akár negatív irányba. (Walen et al., 1992) Például „Nem kedvel engem, tehát egy szörnyű alak vagyok”, vagy „Nem kedvel engem, mert ő egy rettenetes ember”, vagy „Nem kedvel engem, milyen igazságtalan ez a világ”.

Ellis szerint a követelések, azaz a merev és dogmatikus gondolkodás áll minden érzelmi probléma háttérében, ezért a követelő irracionális hiedelmek mindig jelen vannak minden emocionális zavar esetében. A másik három irracionális hiedelem (katasztrifizálás, frusztráció intolerancia és a globális értékelés) ezekből a követelésekből származtathatóak. (Walen et al., 1992)

Minden központi irracionális hiedelemnek van egy racionális párja is. DiGiuseppe (2008) szerint a követelések mindig elvárásokat tartalmaznak a valósággal kapcsolatban. Azaz két gondolat is megjelenik: egyrészt a vágy, hogy valami megtörténjen / ne történjen meg, másrészt pedig annak az elvárása, hogy ez így is történjen. A racionális hiedelmeket pontosan

² Az „awfulizing” kifejezés magyar megfelelője a „szörnyűsítés” volna, de ez a fordítás magyartalansága és szokatlansága miatt nem tűnt megfelelőnek. Mivel az angol szakirodalom is használja a „catastrophizing”, azaz katasztrifizálás kifejezést is (pl. DiGiuseppe, 2008), a továbbiakban ezt a szakkifejezést használjuk.

az különbözteti meg az irracionálisoktól, hogy a vágy létjogosultságát elismerik, de nem követelik merev módon azok beteljesülését (azaz, ahogy azt már az előbbieken megfogalmaztuk, rugalmasak, nem szélsőségesek és a valóság empirikus ellenőrzésére alapoznak).

Így a követelés racionális párja a vágy, kívánság („Szeretném, ha kedvelne engem, de nem kell kedvelnie”), a katasztrófizálás megfelelője az anti-katasztrófizálás („Rossz érzés ugyan, hogy nem kedvel, de nem szörnyű.”), a frusztráció-intolerancia racionálissá válásában magas frusztráció-tűréssé vagy frusztráció-toleranciává alakul („Nem jó érzés ugyan, hogy nem kedvel, de kibírom”), a globális értékelés racionális megfelelője pedig a feltétel nélküli önfogadás, valamint a másik ember és a világ feltétel nélküli elfogadása („Szeretném ugyan, ha kedvelne, de ha nem kedvel, az nem jelenti azt, hogy egy rossz ember volnék.”). (Dryden et al., 2003)

A feltétel nélküli önfogadásra érdemes részletesebben is kitérnünk annál is inkább, mert Ellis és tanítványai élesen szembeállítják egy másik jól ismert fogalommal, mégpedig az önértékeléssel. Az önértékelés ugyanis azt feltételezi szerintük, hogy a személy a folyamatosan változásban lévő, dinamikus énjét egy egységes, globális értékeléssel írja le. Ez csak azért sem lehetséges, mert az emberi személy túlságosan komplex ahhoz, hogy egyetlen értékeléssel leírható legyen, másrészt pedig percről percre változik, alakul, ezért lehetetlen egy értékkel jellemezni. Az önértékelés gyakran beleesik a túláltalánosítás hibájába, azaz egy adott területen megélt kudarc vagy sikertelenség következtében a személy hajlamos lesz önmagát egészében kudarcként értékelni („Nem sikerült a vizsgám, tehát buta vagyok”). A feltétel nélküli önfogadás ezzel szemben az emberi személy komplexitásából és esendőségéből indul ki. Mivel nincs tökéletes ember, mindenki elfogadhatja, hogy hibázott és fog is még hibázni, viszont ez nem vezet egyértelműen ahhoz, hogy magát negatívan értékelje emiatt. Sőt, a feltétel nélküli önfogadás lehetővé teszi azt is, hogy a személy azokra a vonásaira, tulajdonságaira, viselkedésére koncentráljon, amelyek zavarják, hiszen ezzel nem teszi ki magát az esetleges negatív értékelésnek. Megváltoztatni csak azt lehet, aminek a létét elfogadtuk, így a feltétel nélküli önfogadás a változtatás, a fejlődés első lépcsője is egyben (Ellis, Dryden, 1997)

Az A-B-C harmadik eleme a **következmény** (consequence). Ez a következmény lehet érzelem, viselkedés vagy gondolat (Dryden et al., 2003). A köznapi szóhasználatban gyakran úgy jelenik meg, mintha az aktiváló esemény direkt módon lenne a következmény okozója, és a racionális-emocionális viselkedésterápia szerint ez az oka a legtöbb mentális zavarnak is. (Walen et al., 1992) Egy fóbiás kliens például arra a panaszodik, hogy fél valamitől (legyen az egy állat, egy tárgy vagy egy helyzet) és ez megbénítja. Ellis szerint azonban nem a

félelem tárgya az érzés oka, hanem azok a gondolatok, hiedelmek, melyeket az illető az adott tárgyhöz kapcsol. Például: „A macskák betegségeket terjeszthetnek, akár engem is megbetegíthetnek. Nem szabad megengednem, hogy kapcsolatba kerüljek ezekkel a kórokozókkal, mert ha megbetegednék az szörnyű volna, a betegség rossz, és nem bírnám ki.”

Az A-B-C modell szerint tehát minden érzelem háttérében áll egy gondolat is. A kettőt egy érme két oldalához lehetne a leginkább hasonlítani, egyik sem létezhet a másik nélkül. Logikusan következik tehát, hogy a racionális hiedelmek egészséges következményekkel, az irracionális hiedelmek pedig egészségtelen, megbetegítő következményekkel járnak együtt (Dryden, Neenan, 2004a). A katasztrófák kivételével minden negatív esemény elsősorban a racionális, illetve irracionális hiedelmek közvetítésével hat az érzelmekre és a viselkedésre (Ellis, Dryden, 1997).

Természetesen olyan eseményekre, amelyek negatív módon érintik, a személy negatív érzelmekkel reagál. Ezek azonban lehetnek egészséges negatív érzelmek is, amelyek figyelmeztetik arra, hogy céljai elérésében akadályba ütközött, de nem bénítják meg. Ugyanakkor motiválják abban, hogy átgondolja céljait és azok elérésének módját, konstruktív megoldásokat keressen. Ilyenek az aggodalom, szomorúság, bűnbánat, csalódottság, bosszúság. Ezzel szemben a megbetegítő negatív érzelmek erős diszkomfort-érzéssel járnak együtt, akár bénítólag is hathatnak, diszfunkcionális gondolkodáshoz vezetnek és megakadályozzák a személyt abban, hogy céljait és azok elérési módját átgondolja, újraértelmezze. Ilyenek a szorongás, depresszió, büntudat, szégyen és harag (Dryden et al., 2003; Ellis, Dryden, 1997; Dryden, Neenan, 2004b).

A C (következmény) azonban nem csak érzelem lehet Ellis modellje alapján. A különböző helyzetekre, és ezek értelmezésére adott reakcióink lehetnek viselkedésszerűek, illetve kognitívak is. A racionális hiedelmek ezek szerint konstruktív viselkedésekkel és gondolkodással, míg az irracionálisak destruktív viselkedéssel és torzult gondolkodással járnak együtt (Dryden, Neenan, 2004b). A vizsgaszorongás példáján szemlélítve ezt, egy racionális hiedelem („Át szeretnék menni a vizsgán, de ha nem sikerül, azt is kibírom majd valahogy.”) segíthet a személynek abban, hogy valóságos módon észlelje a veszély vagy fenyegetés mértékét, illetve megfelelő módon készüljön a vizsgára, a nehézséggel való megküzdésre. Ha azonban irracionális hiedelmeket társít a bukás lehetőségéhez („Át kell mennem a vizsgán, mert ha nem sikerül, azt nem bírnám elviselni, beleroppannék.”), nagy valószínűséggel a továbbiakban is túl fogja értékelni a veszély milyenségét és ez szélsőséges esetben megbéníthatja, megakadályozhatja a vizsgára való felkészülésben vagy abban, hogy – akár megfelelő felkészülés után is – megjelenjen a vizsgán.

Amint az már a fentiekből is kiderült, a racionális-emocionális viselkedésterápia A-B-C modelljének túlzó leegyszerűsítése lenne azt úgy megfogalmazni, hogy a helyzethez (A) kapcsolódó irracionális gondolatok megbetegítő negatív következményekhez vezetnek. Mint már azt bemutattuk ugyanis, maga a kiváltó helyzet lehet egy esemény, de lehet egy ahhoz kapcsolódó értelmezés is (Dryden, Neenan, 2004b). A hiedelmek (B) racionalitása, illetve irracionálisága azonban meghatározza azt, hogy az esemény mely aspektusát veszi figyelembe az illető személy, milyen értelmezéseket kapcsol hozzá. Egy becsmérlő értékelés („Nem vagyok szerethető, értéktelen vagyok.”) mint központi hiedelem például meghatározhatja azt, hogy mire irányul a személy figyelme mások viselkedését illetően és hogyan értelmezi ezeket a gesztusokat („Végigmért, most biztosan azt gondolja, hogy mennyire szerencsétlen vagyok.”). Ugyanakkor egy megbetegítő következmény (C), mint például a depresszió elősegíti bizonyos irracionális hiedelmek (B) megjelenését, a személy reménytelenebbnek látja a jövőt, negatívabban saját magát (Dryden et al., 2003).

2.2.3. A mentális zavarok kialakulása a racionális-emocionális viselkedésterápia szerint

Albert Ellis szerint a embereket **két alapvető biológiai tendencia** jellemzi. Egyrészt „még ha mindenki a legracionálisabb neveltetésben részesült volna is, gyakorlatilag minden ember folyamatosan irracionális módon önmagára, másokra és a körülötte levő világra vonatkozó abszolút követelésekké alakítaná személyes és társas vágyait” (Ellis, Dryden, 1997, 6.). Másrészt azonban az emberekben jelen van egy második, konstruktív irányultság is, mégpedig a szabad választás, a szabad akarat, amely lehetővé teszi, hogy megpróbáljanak diszfunkcionális gondolkodásukon és cselekedeteiken változtatni. Ez a második folyamat azonban állandó tanulást és odafigyelést igényel, nem sajátítható el egyszer és mindenkorra. Előbb-utóbb mindenki beleesik az irracionális csapdájába és ilyenkor tudatosan kell ennek ellenében cselekednie. (Walen et al., 1992; Ellis, Dryden, 1997; Dryden et al., 2003; Dryden, Neenan, 2004a).

Ellis és munkatársai szerint a neurotikus zavarok hátterében az események abszolút, szélsőséges értelmezése áll, ezek pedig általában (de nem kötelező módon) megakadályozzák a személyt alapvető céljai megvalósításában, ilyen értelemben irracionálisak (Ellis, Dryden, 1997). **Három ilyen alapvető követelést**, elvárást különítenek el:

- *önmagára vonatkozó követelések* (pl. „Jól kell teljesítenem, hogy mások elfogadjanak, ha ez nem sikerülne, az szörnyű lenne.”), melyek szorongással, depresszióval, szégyennel, büntudattal társulhatnak;

- *másokra vonatkozó követelések* (pl. „Jól és igazságosan kell bánnod velem, ha nem ezt teszed, azt nem bírom elviselni, te pedig büntetést érdemelsz.”), melyek haraggal, dühvel, passzív-agresszióval, erőszakossággal társulhatnak;
- *a világra vagy életkörülményekre vonatkozó követelések* (pl. „Az életkörülményeim olyanok kell legyenek, amilyeneknek én akarom őket, mást el sem tudnék viselni.”), melyek önsajnálattal, sértődéssel vagy pedig az önkontroll zavarával járhatnak együtt (Dryden et al., 2003; Dryden, Neenan 2004a).

Ennek megfelelően **két alapvető zavartípust** különítenek el: ego-zavarok és diszkomfort-zavarok. Az előbbiek lényege, hogy a személy nem tud megfelelni folyamatos elvárásainak, követeléseinek saját magával szemben, ezért negatívan értékeli saját magát. Ennek megoldása a feltétel nélküli önefogadásra való törekvés. A diszkomfort-zavarok esetében a másokra és a világra vonatkozó elvárások, követelések be nem teljesüléséről van szó. Ezek megoldása a magasabb frusztráció-tűrés elsajátítása lehet. (Ellis, Dryden, 1997; Dryden et al., 2003)

A racionális-emocionális viselkedésterápia mentális zavarokról alkotott nézetének központi tétele az, hogy csaknem minden ilyen zavar hátterében egy vagy több szélsőséges, abszolút elvárás, követelés („kell” vagy „nem szabad”) áll. A „kell” filozófiájából vezetik le a többi központi irracionális hiedelmet is: katasztrófizálás „Ez a helyzet nem lenne szabad ennyire rossz legyen.”; alacsony frusztráció-tűrés „Ennek az eseménynek nem lenne szabad megtörténnie”; globális értékelés, kárhoztatás „Ezt meg kell valósítanom”). (Ellis, Dryden, 1997)

Más kognitív terápiákkal szemben, Ellis azt állítja, hogy a kognitív torzítások is lényegében ezeknek az elvárásoknak, követeléseknek a megnyilvánulásai. Éppen ezért a terapeutának elsősorban ezekre a „kell”-ekre kell koncentrálnia, hiszen ha megmarad a kognitív torzítások szintjén, nem jut el az ezek mélyén rejlő irracionális hiedelmekhez, akkor a kliens újabb és újabb irracionális kognitív tartalmakat fog létrehozni, nem oldódik meg a központi problémája. (Ellis, Dryden, 1997)

Mivel a racionális-emocionális viselkedésterápia elsősorban a jelenre koncentrál, nincs igazán kidolgozott fejlődés- vagy személyiségelmélete. Keveset beszél a különböző mentális zavarok kialakulásáról is, hiszen abból indul ki, hogy az ember biológiailag hajlamos az irracionális gondolkodásra (Dryden, Neenan, 2004a). Az elmélet követői elismerik azonban, hogy a környezet, a neveltetés hozzájárulhat ahhoz, hogy egy személy több vagy kevesebb elvárással, követeléssel viszonyuljon önmagához, másokhoz és a világhoz. A környezeti hatások, a neveltetés, a korai tapasztalatok azonban nem nyújtanak kielégítő magyarázatot

arra, hogy egyes nehéz körülmények között felnövő emberek miért rugalmasabbak, racionálisabbak a látszólag jobb körülmények közül származó társaiknál. Ellis megfogalmazásában: „nem egyszerűen a tapasztalataink azok, amelyek zavart okoznak bennünk, inkább az történik, hogy önmagunk megzavarásának képességét visszük bele a tapasztalatainkba” (Ellis, Dryden, 1997). Tehát az irracionális gondolkodásra hajlamosító tendencia negatív élettapasztalatokkal, irracionális gondolkodást vagy túlzott elvárásokat közvetítő szülőkkal, tanárokkal interakcióba lépve vezet a mentális zavarok háttérben rejlő irracionális követelésekhez, „kell”-ekhez és „tilos”-okhoz.

Ha a mentális zavarok kialakulásáról nem is állít sokat a racionális-emocionális viselkedésterápia, annál többet beszél ezek **fennmaradásáról**. Ezek a problémák elsősorban azért maradnak fenn, mert az illető személy nem látott be három központi jelentőségű tételt: (Dryden, Neenan, 2004a)

- nem a jelen vagy a múlt eseményei „okozzák” érzelmeinket, gondolatainkat vagy viselkedésünket, hanem az ezekről alkotott rigid, szélsőséges irracionális hiedelmeink;
- attól függetlenül, hogy hogyan is zavartuk meg saját magunkat a múltban, ezek a zavarok azért maradhatnak fenn, mert folyamatosan újra és újra sulykoljuk őket magunknak;
- hosszútávon akkor szabadulhatunk meg ezektől a zavaroktól, ha keményen dolgozunk és folyamatosan megkérdőjelezzük irracionális hiedelmeinket és ezek hatásait (Dryden et al., 2003).

Másodsorban az irracionális hiedelmeket megerősítik azok a negatív érzések, viselkedések, gondolatok, melyek már ezeknek a hiedelmeknek a hatására alakultak ki. Azaz a megbetegítő következmények (C) ördögi kört kialakítva visszahatnak magára a hiedelemre (B) és megerősítik azt (Dryden, Neenan, 2004a).

A mentális zavarok fennmaradásának harmadik oka az alacsony frusztrációtűrés filozófiája, amikor is az emberek a változtatáshoz szükséges lépéseket túl nehéznek és fájdalmasnak találják, még fájdalmasabbnak, mint magát a problémát, amelyhez már valamennyire sikerült hozzászokniuk (Ellis, Dryden, 1997).

Egy negyedik ok az, amit „meta-zavarnak” nevezhetnénk, amikor is valaki egy másodlagos problémát alakít ki az első problémája miatt: szorong a szorongása miatt, büntudatot érez a haragja miatt, szégyelli magát a depressziója miatt stb. Ilyenkor előbb ezekkel a meta-érzésekkel, problémákkal kell először foglalkozni, hiszen ezek megakadályozzák a személyt abban, hogy elsődleges problémájával sikeresen megküzdjön (Dryden, Neenan, 2004a).

A mentális zavarok fennmaradásának ötödik oka az ellenállás, amikor is a kliens nem hajlandó tudomásul venni a racionális-emocionális viselkedésterápia egy másik központi tételét: felelősséget kell vállalnia a problémáért, nem hibáztathatja kizárólag a környezetét, neveltetését, a sorsot. Az ellenállás gyakran a diszkomfort-szorongástól vagy önmaga kárhoztatásától védi a személyt, azonban megakadályozza abban, hogy tudatosítsa és leszámoljon irracionális hiedelmeivel (Ellis, Dryden, 1997).

Egy hatodik ok a másodlagos nyereségek által nyújtott elégtétel, amikor is a személy nem motivált a változtatásra, hiszen a másoktól kapott extra figyelem, a beteg státusz látszólag kárpótolja a probléma okozta kellemetlenségekért (Dryden, Neenan, 2004a).

Végül pedig a mentális zavarok fennmaradásának oka lehetnek az önbeteljesítő jóslatok is, amikor a személy irracionális hiedelmei mentén értékeli helyzeteket, tesz előrejelzéseket, majd oly módon értelmezi az ezekre adott válaszokat, hogy az egybecsengjen eredeti feltevéseivel, így ismét egy ördögi kör mentén erősíti meg irracionális hiedelmeit (Ellis, Dryden, 1997).

2.3. Érett vallásosság - „racionális” vallásosság

Noha Ellis kezdetben kifejezetten vallásellenesen nyilatkozott (Ellis, 1985), munkássága későbbi szakaszaiban maga is foglalkozott azzal, hogy a racionális-emocionális viselkedésterápia elvei hogyan illeszthetők a vallásos kliensek hiedelemrendszereihez olyan módon, hogy hitük tartalmának megkérdőjelezése nélkül segítsen nekik (Nielsen et al., 2001).

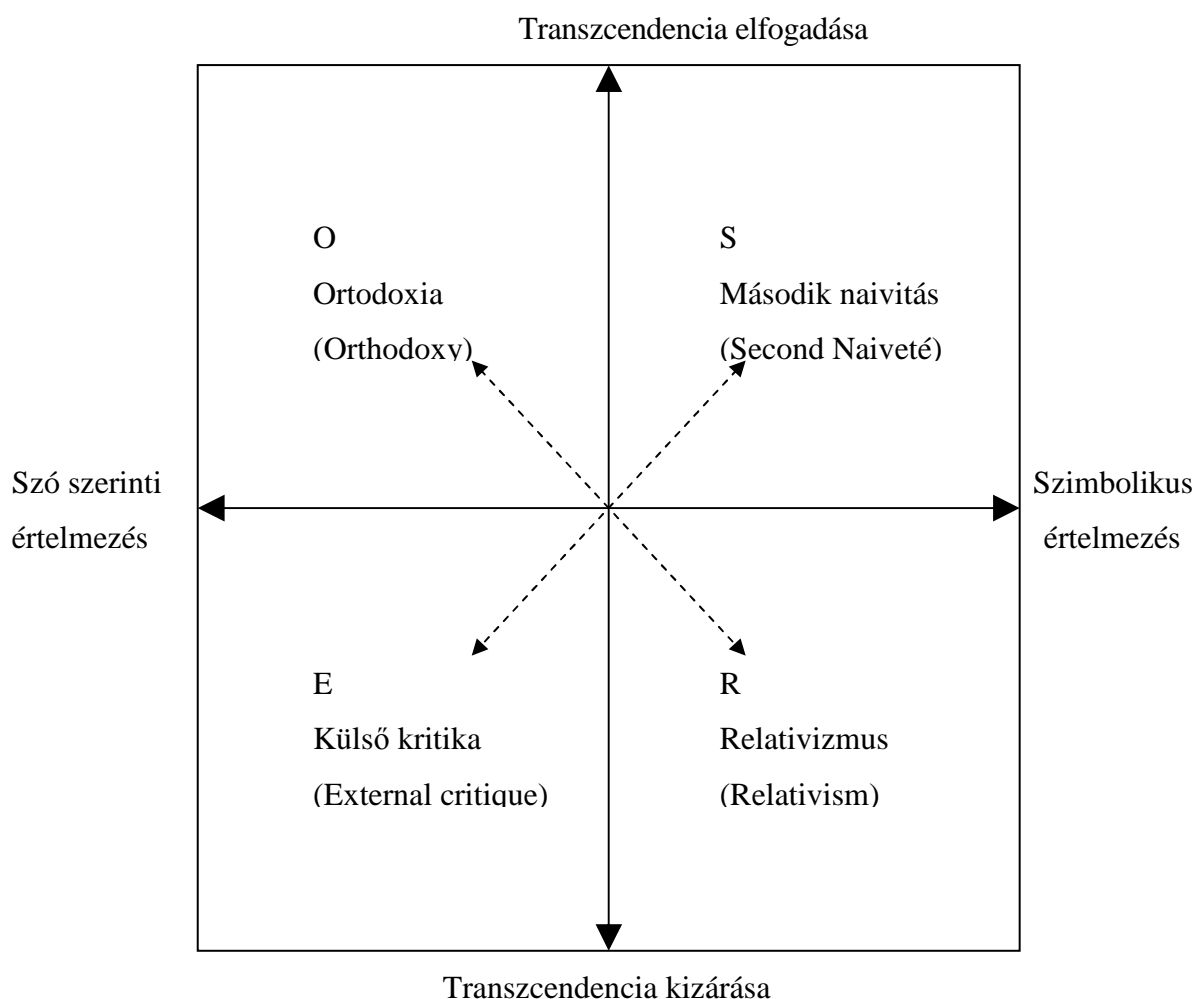
Ezt a gondolatmenetet folytatva, valószínűleg helyénvaló lenne egy fajta Ellis-i értelemben „racionális vallásosságról” beszélni, azaz olyan vallásosságról, amely segíti az embert alapvető céljai megvalósításában, hozzájárul pszichológiai és spirituális jóllétéhez. Ha nem is kognitív alapokon, de sok más elmélet beszél „megbetegítő” és „egészséges” vagy „éretlen” illetve „érett” vallásosságról (a vallásosság és a lelki egészség kapcsolatának értelmezéséről bővebben lásd Martos és Kézdy, 2007a).

2.3.1. A valláshoz való viszony érettsége

Allport például a vallásosság *belsőleges* (intrinsic) és *külsődleges* (extrinsic) formáját különítette el a szerint, hogy mi motiválja a vallásos egyént. A külsődleges vallásosságú személyt a hasznosság érdekli, biztonságot, vigaszt, társaságot keres a vallásban, míg a bensőségesen, érettebb módon vallásos személyek elkötelezettek, hitük áthatja életüket, az érték és értelem megvalósítása motiválja őket (Allport, Ross, 1967). Ezt a modellt egészítette ki Batson az ún. kutató (quest) vallásos orientáció leírásával (Batson és Schoenrade, 1991a; Batson és Schoenrade, 1991b), mely a valláshoz való viszonyulás kritikus, kételyt értékelő és reflektív módja, így a változásra való nyitottságot és a vallással kapcsolatos rugalmas, nem dogmatikus viszonyulást is jelent. A kutatási eredmények nagyrészt megegyeznek abban, hogy az intrinzik vallásosság pozitívan, míg az extrinzik vallásosság negatívan korrelál a lelki egészség különböző mutatóival, míg a quest orientáció vegyes eredményt mutat (vö. pl. Koenig et al., 2001)

Wulff (1997) modelljében a valláshoz való lehetséges viszonyulásokat két egymástól független dimenzió mentén helyezi el. A függőlegesnek tekintett tengely azt fejezi ki, hogy az egyén mennyire fogadja el a vallásos érdeklődés tárgyainak (pl. Isten léte, Biblia) transzcendens valóságát. Az egyik végpont, a *transzcendencia elfogadása* (vagy transzcendens bevonása) Isten létének teljes elfogadását, a Biblia autentikus forrásként való kezelését, míg a *transzcendencia kizárása* (vagy transzcendens kizárása) ezek teljes elutasítását jelenti. A másik, vízszintesnek tekintett tengely azt fejezi ki, hogy a személy *szó szerinti* vagy pedig *szimbolikus* módon értékeli a vallásos tartalmakat (Horváth-Szabó, 2003; Martos és mtsai., 2009, Robu, 2010).

A fentiekben vázolt két dimenzió alapján a vallással kapcsolatos négyféle lehetséges attitűd írható le (Hutsebaut, 1996; Duriez, et al., 2000; Fontaine, et al., 2003; Horváth-Szabó 2003., Martos et al., 2009). Ezeket az attitűdöket szemlélteti a 2. ábra.



2. ábra: A Kritika utáni vallásosság skála elméleti háttérének fő dimenziói és ezek kapcsolata a vallási attitűdök négy lehetséges pozíciójával.

A **szó szerinti elfogadás** (Literal Affirmation) a transzcendencia elfogadásának és a szó szerinti értelmezésnek a kombinációja. Az ilyen vallásos attitűddel rendelkező személyek gyakran hajlanak a vallásos fundamentalizmusra (bár ezen beállítódás elemei megfigyelhetőek azoknál is, akik nem különösen konzervatívak), elutasítóan viszonyulnak a konzervatív nézetekben kételkedőkhöz, gyakran előítéletesek, merevek és alacsony az alkalmazkodóképességük.

A **szó szerinti elutasítás** (Literal Disaffirmation) a vallásos tartalmak szó szerinti értelmezését, de a transzcendens valóság kizárását jelenti. Ez a beállítódás is abszolutisztikus igényekkel léphet fel, itt azonban a racionalitás, a tudás formális elveinek, a tudományos

módszernek az egyedülálló érvényességéről van szó. A vallásellenesség vagy ateizmus pozíciója ez. Wulff szerint a szó szerinti elutasítással jellemezhető személyek kevésbé dogmatikusak, mint sok vallásos személy, ugyanakkor azonban a jóindulat, az alkalmazkodóképesség, az eszmék értékelésének képessége is kevésbé jellemzi őket.

A **reduktív interpretáció** (Reductive Interpretation) a transzcendens valóság kizárását jelenti annak figyelembevételével, hogy a vallásos nyelv alapvetően szimbolikus, mitologikus természetű. A valláshoz így közelítő személyek jellemzői a pszichológiai komplexitás, a szociális problémákra való érzékenység, éleselméjűség, eredetiség és a viszonylagos előítéletmentesség.

A **resztoratív interpretáció** (Restorative Interpretation) a vallásos valóság elfogadása olyan személyek esetében, akik képesek meghaladni minden redukcionista értelmezést és megragadni a vallásos nyelvezet szimbolikus értelmét. Wulff nehezen jellemezhetőnek tartja az ebbe a csoportba tartozó embereket, hiszen az empirikus kutatás általában nem irányul ilyen jellegű aspektusokra.

E két utóbbi attitűd mibenlétének tisztázásához Ricoeur-re (Ricoeur, 1978) kell utalnunk. Az általa használt „gyanú hermeneutikája” kifejezés arra a reduktív értelmezésre vonatkozik, mely a vallásos nyelv és gyakorlat értelmezésében a transzcendens vonatkozást megkérdőjelezi és pusztán szekuláris (pszichológiai, gazdasági stb.) jelentést hajlandó tulajdonítani nekik. A „gyanú mesterei” a nyugati kultúrában Marx, Nietzsche és Freud. Ricoeur szerint hatásukat egységében érdemes elemezni, hiszen a közös bennük a képrombolás, a bálványok és az istenek – pontosabban az ember által alkotott Isten – elleni harc. Kiemeli, hogy a „gyanú mestereivel” való találkozás szükséges egy olyan resztoratív hermeneutika megvalósításához, mely tagadásból ered, majd a szimbólumok megfejtésének és kibetűzésének munkáján valamint az álarcok elleni küzdelmen keresztül halad tovább egy új állítás megfogalmazásának keresése felé. Ezt a fajta kételyt, gyanút követheti az a „második naivitás”, mely a hermeneutikai folyamatba bevonódó személy „kritika utáni” hite. Ricoeur, és őt követve Wulff szerint ez az igazán érett, felnőtt hit.

Wulff elméletére alapoz a Hutsebaut (1996) által kidolgozott Kritika utáni vallásosság skála. A skálával végzett kutatások eredményei azt mutatják, hogy az ortodox és külső kritikai attitűd pozitívan korrelál a depresszióval, míg a második naivitás a büntudattal és szégyennel függ össze (Luyten, et al., 1998). Egy újabb kutatásban (Dezutter et al., 2006) azt találták, hogy az ortodox vallásosság és a vallás teljes elutasítása mérsékelt negatív összefüggést mutat a pszichológiai jólléttel (élettel való elégedettség és önértékelés), viszont együttjár a pszichológiai distresszel (szorongás, depresszió, szégyen, büntudat). Ezzel szemben, az érett vallásosság, azaz a második naivitás gyenge negatív összefüggést mutatott a distresszel és nem volt kapcsolatban a jólléttel.

Magyar mintán nyert eredmények szerint mind a transzcendens bevonása, mind pedig a szimbolikus értelmezés együttjár az extrinzik célok (gazdagság, hírnév, jó kinézet) fontosságának csökkenésével és az intrinzik célok (fejlődés, kapcsolatok, mások segítése) jelentőségének növekedésével (Martos, Kézdy, 2007b). Egy hasonló vizsgálatban kimutatták, hogy a külső kritika és a relativizmus attitűdje (azaz a transzcendenst kizáró viszonyulások) negatív kapcsolatban állnak az étellel való elégedettség, az önaktualizáció és koherencia-érzés (értelmesnek tartott élet) mértékével, míg a vallást pozitívan értékelő attitűdök (ortodoxia, második naivitás) főleg a koherencia-érzéssel mutattak összefüggést. (Martos, Kézdy, 2007b)

Serdülők vallásos kételyeit és ezek hatásait vizsgálva pedig, kimutatható, hogy a transzcendens bevonása a kételyek erősségének csökkenésével jár együtt, míg a szimbolikus értelmezés esetében ez csak a középiskolás korosztályra jellemző. (Kézdy, Martos 2007) Ápolónőket vizsgálva az ortodoxia és második naivitás magas értéke a szakmai kiégettség csökkenésével, míg a külső kritika magas értéke a kiégettség növekedésével járt együtt (Kovács, Kézdy, 2008).

2.3.2. A vallásos értékek internalizációja

Más elméleti keretben gondolkodva, Ryan és munkatársai (Ryan et al., 1993) az önmeghatározás-elmélet alapján (Deci és Ryan, 1985, 2000) az internalizáció, belsővé válás különböző fokain lévő vallásosságról beszélnek. Az internalizáció során az egyén a külső, előíró jellegű szabályozást, sajátjává, belsővé teszi, azonosul vele. Éppen ezért ennek a folyamatnak nagyon fontos szerepe van a kultúra átadásában és stabilitásában.

Az önmeghatározás-elmélet szerint minél internalizáltabb egy szabályozás vagy érték, annál inkább a sajátjának, saját maga által kontrolláltnak, a saját akaratától függőnek érzi azt a személy (Deci és Ryan, 1985, 2000). Az *introjekció* a belsővé válás első foka, amikor a személy egy nyomás hatására végez bizonyos cselekvéseket annak érdekében, hogy elkerülje a büntudatot vagy szorongást, vagy pedig azért, hogy megerősítse önértékelését, esetleg büszkeséget érezzen. A szabályozás belső, hiszen nem egy külső nyomás hatására cselekszik, azonban az adott értékeket, szabályokat még nem az én részeként éli meg a személy, nem szabadon cselekszik, hanem egy belső nyomás hatására (Ryan et al., 1993; Deci és Ryan, 2000). Az *identifikáció* ezzel szemben azt jelenti, hogy a személy sajátjaként fogadta el az adott szabályt vagy értéket, úgy értékeli, hogy szabadon cselekszik az adott értéknek vagy szabályozásnak megfelelően. (Ryan et al., 1993).

A vallásos értékekre, előírásokra vonatkoztatva az önmeghatározás-elméletet, Ryan és munkatársai a vallásos értékek introjekciójának, illetve identifikációjának összefüggéseit

vizsgálták a lelki egészség különböző mutatóival (Ryan et al., 1993). Eredményeik szerint az identifikáció pozitív összefüggést mutatott az önértékeléssel és negatívan korrelált a pszichológiai distressz különböző mutatóival (szorongás, depresszió, szociális diszfunkciók, szomatizáció). Az introjekció ezzel szemben negatívan kapcsolódott az önértékelés különböző mutatóival, a pszichológiai distressz egyes változóival (szorongás, depresszió, szomatizáció) pedig pozitívan korrelált. Egy európai, holland római katolikus mintán végzett kutatás (Neyrinck et al., 2006) hasonló eredményeket kapott, az internalizáció mértéke pozitív összefüggésben állt különböző jóllét-mutatókkal (önaktualizáció, az identitás integráltsága, önértékelés, étellel való elégedettség). Ugyanakkor azt is kimutatták, hogy az identifikált szabályozás együttjár a transzcendens bevonásával és a szimbolikus gondolkodással (vö. Wulff, 1997; Hutsebaut, 1996), míg az introjektált szabályozás csak a transzcendens bevonásával függött össze mérsékelten.

2.3.3. A vallásosság és az istenreprezentáció „racionáltsága”

A fentieket a racionális-emocionális viselkedésterápia fogalmi kereteibe illesztve, azt feltételezhetjük, hogy „racionális” vallásosság az, amely segíti a személyt céljai elérésében. Az ilyen vallásosság intrinzik orientációjú, érzelmileg elkötelezett a vallásos tartalmak iránt (transzcendens bevonása), de ugyanakkor szimbolikus is értelmezi őket (szimbolikus értelmezés), és az internalizáció magas szintje jellemzi. „Irracionális”-nak nevezhető a vallásosság, ha akadályozza a személyt céljai megvalósításában, hiszen szorongással, depresszióval, alacsony önértékeléssel, az étellel való elégedetlenséggel jár együtt. Az előbbieken ismertetett elméleti keretek és kutatási eredmények szerint ilyen az extrinzik, introjektált, ortodox (magas a transzcendens bevonása, viszont szó szerint értelmezi a vallásos kijelentéseket), azaz „éretlen” vallásosság.

Ha továbbvisszük a fenti gondolatot, úgy tűnik, hogy nem a vallásos kijelentések tartalma, hanem ezek használatának módja (értelem megvalósítása vs. személyes vagy társas előnyök), az irántuk való érzelmi elköteleződés (transzcendens bevonása vagy elutasítása), értelmezésük módja (szimbolikus vagy szó szerinti), és internalizációjuk, belsővé válásuk mértéke (introjektált vagy identifikált) az, ami a pszichológiai jólléttel, illetve a pszichológiai distressszel való kapcsolatukat meghatározza. Amennyiben ezt az istenreprezentációra vonatkoztatjuk, azt valószínűsíthetjük, nem feltétlenül ennek tartalma (vö. démonikus vs. gyógyító istenképek, Frielingsdorf, 2006, 2007) az, ami a pszichológiai distressszel vagy jólléttel együttjár, hanem az, ahogyan az adott istenreprezentációt (istenreprezentációkat) a személy használja.

„Racionális” tehát egy istenreprezentáció, ha azt – tartalmától függetlenül – a személy, rugalmasan, szélsőségektől mentes módon, a kívánságok, a magas frusztráció-tűrés, a feltétel nélküli önelfogadás háttérében használja a mindennapi életben. Mindez pedig a tartalomtól kvázi-függetlenül, hiszen társulhat egy alapvetően pozitív tartalom (Isten mindig gondoskodik rólam) olyan rigid, irracionális hiedelemrendszerhez is, amelyben ez a gondoskodás kizárja a személy autonóm cselekvését, így tétlenségre kárhoztatja őt, blokkolja a megküzdő repertoárja fejlődését. Másrészt pedig egy alapvetően negatív tartalom (Isten számon tartja vétkeimet) is kezelhető rugalmas, racionális módon úgy, hogy a személy elfogadja, hogy nem tud mindig megfelelni annak a normarendszernek, amely szerint él, de ettől még nem lesz értéktelen, még Isten szeretheti őt.

Kvázi-függetlennek mondtuk a fentiekben az istenreprezentáció tartalmát és „racionalitását”. Ennek oka, hogy számos kutatás igazolta a pozitív tartalmú istenfogalmak és a pszichológiai jóllét közötti pozitív összefüggést, illetve ezek negatív korrelációját a pszichológiai distresszel (lásd pl. Benson és Spilka, 1973; Francis et al., 2001; Greenway et al., 2003; Schaap-Jonker et al., 2002). Azt feltételezzük azonban, hogy ezeknek a tartalmaknak a „racionális”, illetve „irracionális” volta (amit tudomásunk szerint eddig nem vizsgált senki) nagyobb mértékben hozzájárul a pszichológiai jólléthez vagy distresszhez.

Ezzel lényegében a Rizzuto-féle istenkép-istenfogalom (Rizzuto, 1970, 1979). dichotómiát és az általa okozott nehézségeket próbáljuk megkerülni. Az általa bemutatott jelenségre vetítve a fentieket, az istenreprezentáció tartalma az istenfogalom, az a mód pedig, ahogy ezeket a tartalmakat a személy kezeli közelebb áll az istenképhez, ahhoz az érzelmileg telített, gyakran nehezen tudatosítható vagy megragadható kapcsolati modellhez, amely a cselekedetei háttérében áll. Így tehát ha sikerül az istenreprezentáció „racionalitását”, illetve „irrationalitását” vizsgálnunk, közelebb jutunk az istenkép megragadásához, mint ha egyszerűen ennek tartalmára kérdeznénk rá.

3. PROBLÉMAFELVETÉS, HIPOTÉZISEK

3.1 Célok

Kutatásunk célja annak vizsgálata volt, hogy a racionális-emocionális viselkedésterápia paradigmaticus kereteinek használata közelebb visz-e az érett vallásosság bizonyos aspektusainak megragadásához. Továbbá arra voltunk kíváncsiak, hogy a gyakorlatban hasznosnak és használhatónak bizonyul-e az istenreprezentáció racionalitásának, illetve irracionálisának fogalma, többet ragad-e meg, mint ha csak az adott reprezentációk tartalmát vizsgálnánk.

A következő kérdések irányították munkánkat: Kapcsolat van-e az érett vallásosság és a gondolkodás racionalitása között (másként megfogalmazva: racionálisabbak-e az érett módon vallásos emberek)? Milyen tartalmú istenreprezentációk jellemzik az érett vallásosságot? Racionálisabbak-e az érett vallásosságú emberek istenreprezentációi? Milyen hatással van az istenreprezentációk racionalitása a pszichológiai jólétre, illetve distresszre? Mennyiben változik ez a hatás, ha a tartalmukat is figyelembe vesszük?

A kíváncsiságon túl az is motiválta kutatásunkat, hogy amennyiben bebizonyosodik, hogy a racionális-emocionális viselkedésterápia megfelelő keretet ad az érett vallásosság, az érett istenreprezentációk megragadására, akkor ezzel mind a lelkipozítás, mind pedig a racionális-emocionális tanácsadás és terápia gyakorlata is gazdagítható. Egyrészt a lelkipozítók alkalmazhatnak pragmatikus, empirikusan bizonyítottan hatékony módszereket, amelyekkel aránylag gyors változás érhető el, másrészt a racionális-emocionális viselkedésterápiát gyakorló tanácsadók és terapeuták kaphatnak fogódzót a vallásos kliensek segítéséhez.

A fenti kérdéseket két egymásra alapozó kutatás segítségével vizsgáltuk. Az első vizsgálatban az istenreprezentációk racionalitásának mérésére kidolgozott skálát alkalmaztuk magyar mintán. A vallásos érettség más mutatóival összevetve a skála validitását mértük fel. A második kutatás az első tapasztalatai alapján módosított skála segítségével az istenreprezentációk racionalitása, a vallásos érettség és a pszichológiai distressz, illetve jólét kapcsolatát vizsgálja.

3.2. Alapfeltevések

Vizsgálataink tervezésekor és kivitelezésekor a következő alapfeltevéseket fogadtuk el:

1. Az emberek akkor a legboldogabbak, ha célokat tűznek ki, s azokat el is érik.
2. A racionális hiedelmek segítik, az irracionális hiedelmek megakadályozzák az embereket céljaik elérésében.
3. Az emberek különböznek abban, hogy ítéleteikben mennyire hajlamosak racionálisan vagy irracionálisan megnyilvánulni.
4. A hívő ember jóllétére hatással van vallásosságának mértéke, az érettebb vallásosság jobb lelki egészséggel jár együtt.
5. Az emberek különböző mértékben használják istenreprezentációjukat racionális vagy irracionális hiedelmek alátámasztására.
6. Mind az „egészséges”, mind pedig a „megbetegítő” istenreprezentációk felhasználhatóak akár a racionális, akár az irracionális hiedelmek alátámasztására.

3.3. Hipotézisek

Hipotéziseink egy része a külföldi szakirodalomban már bemutatott eredményekre alapoz, magyar mintán próbáljuk azokat igazolni. Más részük eredeti, az előző fejezetekben ismertetett gondolatmenetből leszűrt feltételezéseket fogalmaz meg.

1. Minél irracionálisabban viszonyul egy személy múltbeli eseményekhez, annál nagyobb pszichológiai distresszt él át, illetve annál alacsonyabb a pszichológiai jólléte.
2. Az érettebb vallásos viszonyulási módok (intrinzik, elkötelezett, szimbolikusan értelmező, identifikált) a racionális hiedelmekkel, míg az értelenebbek (extrinzik, kevésbé elkötelezett, szó szerint értelmező, introjektált) az irracionális hiedelmekkel járnak együtt.
3. Az istenreprezentációk tartalma összefügg a vallásosság érettségével.
4. Az istenreprezentációk tartalmának racionális hiedelmekkel való összekapcsolása nagyobb vallási érettséggel jár együtt.
5. Minél negatívabb tartalmú egy személy istenreprezentációja, annál nagyobb pszichológiai distresszt él át.
6. A racionális és irracionális hiedelmek befolyásolják az istenreprezentációk és pszichológiai distressz kapcsolatát.

4. ELŐVIZSGÁLAT

Két egymást követő és egymásra épülő kutatásban vizsgáltuk a fenti hipotéziseket. Az első papír-ceruza alapú, önkitöltős kérdőívcsomag formájában történt, a második vizsgálatban az előző kérdőívcsomag némileg módosított változatát egy online felületre töltöttük fel.

4.1. MÉRŐESZKÖZÖK

Az A. Ellis által kidolgozott racionális-emocionális viselkedésterápia alapján egyik mérőeszköz, az „Rational and Irrational Beliefs Scale – General Format” (Montgomery et al., 2007) szolgáltatta az alapot az Istennel kapcsolatos racionális és irracionális hiedelmek skálájának kidolgozásához. A skálát az Albert Ellis Intézet bocsátotta rendelkezésünkre. Az eredeti skálából átvett tételekhez egyenként 8 olyan állítást kapcsoltunk, melyek a frielingsdorfi koncepció alapján „gyógyító” vagy „démonikus” istenképeket ragadnak meg. Frielingsdorf (2006) szerint egy istenkép „megbetegítő” volta pontosan szélsőségességéből fakad, abból, hogy egyoldalúan dominálja az istenreprezentációt (főleg a negatív tartalmak esetén). Teológiailag azonban Isten „coincidentia oppositorum”, azaz egymással ellentétes állítások is igazak rá, egyszerre lehet például irgalmas és igazságos. Az egyes állítások kidolgozása és alakítása többlépcsős fókuszbeszélgetések keretében történt. Arra törekedtünk, hogy mindegyik tétel olyan állításokat tartalmazzon, amelyek a vallásos szocializáció során elsajátíthatóak, nem váltanak ki automatikus elutasítást a negatív tartalmak esetén sem.

A kérdőív kitöltése egy olyan esemény felidézésével kezdődött, mellyel kapcsolatosan a személynek negatív érzései vannak. Ezek után arra kértük a kitöltőket, hogy 5-10 mondatban számoljanak be azokról az érzésekről, gondolatokról, melyeket az esemény felidézése kivált bennük. Továbbá 20 érzelmet kellett értékelniük a szerint, hogy az esemény felidézése mennyire jár együtt ezekkel.

Maga a skála 4 racionális, illetve 4 irracionális hiedelmet megfogalmazó tételből állt (Példa irracionális tételre: „Semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem.” Példa racionális tételre: „Noha ezt tettem, ettől még nem vagyok értéktelen.”). Az egyes állításokat 1-től 7-ig terjedő Likert-típusú skálán kellett értékelnie a kitöltőknek. Minden egyes racionális/irracionális állítást 8 Istenre vonatkozó állítás követett a következő utasítással: „Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával: Azért válaszoltam így, mert úgy érzem, hogy ...” Az Istenre vonatkozó állítások fele negatív, másik fele pozitív tartalmú volt (Pl. „Isten irgalma, szerető atya.”, „Isten számon tartja vétkeimet.”). A kérdőív utasítása és első tétele a 3. ábrán látható.

Amikor olyan eseményt idézünk fel, mellyel kapcsolatban negatív érzelmeink vannak, különböző *gondolataink támadnak az eseményről és önmagunkról*. Az alábbiakban néhány tipikus gondolatot sorolunk fel. Kérjük, hogy minden esetben jelölje be, mennyire tartja igaznak önmagával kapcsolatban a következő gondolatokat ezzel az adott tettel, cselekedetével kapcsolatban.

Minden egyes állítást néhány lehetséges indoklás követ, melyek arra vonatkoznak, hogy *Istennel való kapcsolata milyen mértékben befolyásolja Önt az adott állítás értékelésében*. Istenkapcsolatunk ugyanis sok szempontból hatással lehet arra, ahogyan a tetteinkről, cselekedeteinkről gondolkodunk. Az egyes indoklások egymástól függetlenül lehetnek jellemzőek Önre, azaz Istennel való kapcsolata több szempontból is kapcsolódhat gondolataihoz. Fontos, hogy ne teológiai, vallási ismeretei szerint válaszoljon, hanem érzéseire, belső gondolataira hallgatva.

Most tehát gondoljon ismét az imént leírt cselekedetre, tetteire és válaszoljon a megadott skálán!

	egyáltalán nem igaz					teljes mértékben igaz	
	1	2	3	4	5	6	7

1. Semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem.

Most indokolja meg előző választát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	...Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten bármikor visszaveheti az életemet	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	...Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
... Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

3. ábra: Az istenreprezentációk és a racionális/irracionális hiedelmek mérésére használt skála részlete.

Ezen kívül a kérdőívcsomag része volt még az Életkortól független intrinzik-extrinzik vallásosság skála (Maltby, 1999, 2002; magyarul pl. Urbán, 2012 használta). A skála 12 kijelentést tartalmaz, melyeket egy 7 fokú Likert-skálán lehet értékelni. A skála 3 fajta vallásos orientációt mér:

- intrinzik orientáció: a vallást mélyen személyesként éli meg a személy, „éli a vallását” (6 item);
- extrinzik személyes orientáció: a vallás vigasz forrása (3 item);
- extrinzik szociális orientáció: a vallás társadalmi nyereség, előnyök forrása (3 item).

A vallásos viselkedések integráltságát a Keresztény vallásos internalizáció skála (Christian Religious Internalization Scale, CRIS; Ryan et al., 1993; magyar mintán pl. Martos és mtsai. 2011 használták) segítségével vizsgáltuk, mely a vallásosság identifikált (6 tétel), illetve introjektált szabályozását méri (6 tétel) 12 tétel segítségével, melyeket 1-től 7-ig terjedő Likert-típusú skálán kell értékelni.

Egy negyedik mérőeszköz az 5 tételt tartalmazó Élettel való elégedettség skála (Satisfaction with Life Scale, Diener et al., 1985, magyarul pl. Martos és mtsai., 2006 használták) volt, melyet szintén 7 fokú Likert-skálával mértük.

Az általunk használt kérdőívcsomagot a Függelék fejezetben helyeztük el.

4.2. A minta

A vizsgálati személyek megkeresése több magyarországi, illetve erdélyi főiskola és egyetem pszichológiai vagy teológiai képzésében résztvevő hallgatók bevonásával történt.

Összesen 179 személy töltötte ki hiánytalanul a kérdőívcsomagot, 70 férfi (átlagéletkoruk 25,07 év, szórás 9,15) és 109 nő (átlagéletkoruk 22,95 év, szórás 4,58). A legfiatalabb kitöltő 17, a legidősebb 82 éves volt.

A válaszadók 15,6 %-a töltött el 12 vagy kevesebb évet az oktatásban, 59,2%-a 13–16 évet tanult, 24,6%-a 16–20 évet részült formális oktatásban.

4.3. Az eredmények bemutatása

Az első vizsgálat célja az Istennel kapcsolatos racionális és irracionális hiedelmek skálája megbízhatóságának és validitásának vizsgálata volt. Hipotéziseink szerint a vallásos érettség (intrinzik orientáció, érzelmi elköteleződés, a vallásos tartalmak szimbolikus értelmezése, a vallásos értékekkel való identifikáció) gondolkodásbeli érettséggel (racionalitás) jár együtt (2. hipotézis). Amennyiben az istenreprezentációk racionalitása és pozitív tartalma az érett vallásosság része, ezek pozitív összefüggést mutatnak az érett vallásosságot jellemző mutatókkal (3. hipotézis; 4. hipotézis).

4.3.1. A háttérváltozók összefüggései

A hipotézisek vizsgálata előtt, azt akartuk ellenőrizni, hogy a különböző háttérváltozók (nem, életkor, iskolázottság) milyen összefüggésben vannak az általunk vizsgált változókkal. A nemeket összehasonlítva az identifikált vallásosság, és az intrinzik vallásosság esetén mutatkoztak különbségek a férfiak és a nők között. Az identifikált vallásosság esetében a férfiak átlaga ($M = 4,59$; $SE = 1,37$) kisebb volt, mint a nőké ($M = 5,21$; $SE = 1,03$). A különbség szignifikáns volt ($t(109,5) = -3,18$; $p = 0,002$). Az intrinzik vallásosság esetében is hasonló mintázat mutatkozott: a férfiak átlaga ($M = 5,16$; $SE = 1,5$) szignifikánsan alacsonyabb volt, mint a nőké ($M = 5,83$; $SE = 1$; $t(106,26) = -3,29$; $p = 0,001$).

Az életkor egyedül az extrinzik társas orientációval mutat gyenge összefüggést ($r = -0,166$; $p = 0,027$). Az iskolázottság (oktatásban eltöltött idő) az intrinzik vallásos orientációval korrelált pozitívan ($r = 0,183$; $p = 0,015$).

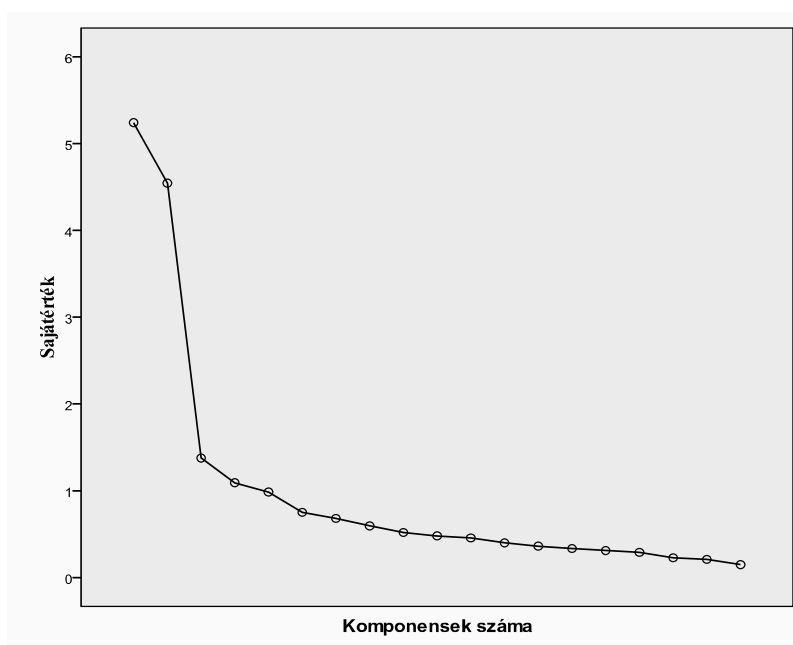
4.3.2. A skálák faktorstruktúrája és megbízhatósága

Az általunk használt, de magyar nyelven már alkalmazott skálák belső megbízhatósága minden esetben jó volt (lásd 1. táblázat).

1. táblázat: Az alkalmazott skálák belső megbízhatósága

Skála	Intrinzik vallásosság	Extrinzik személyes v.	Extrinzik társas v.	Introjektált vallásosság	Identifikált vallásosság	Élettel való elégedettség
Cronbach α	0,85	0,73	0,82	0,72	0,77	0,85

Az általunk alkalmazott, pozitív és negatív érzelmet tartalmazó skálát főkomponens-elemzéssel vizsgáltuk. Mind a megfelelő mintaválasztást ellenőrző Kaiser–Meyer–Olkin próba ($KMO = 0,833$), mind a változók közti korrelációk erősségének megfelelőségét vizsgáló Bartlett teszt ($\chi^2(171) = 1456,93$; $p < 0,000$) azt jelezte, hogy az általunk gyűjtött adatok alkalmasak a főkomponens-elemzésre. Négy faktornak volt 1-nél nagyobb sajátértéke, viszont a lejtődiagram (lásd 4. ábra) szemrevételezése és elméleti megfontolások alapján a kétfaktoros megoldás mellett döntöttünk, melyek a variancia 51,51%-át magyarázták. Ezeket Varimax rotációnak vetettük alá. A 2. táblázat tartalmazza az egyes tételek súlyát a két faktoron. Értelmezésünk szerint az első faktoron a negatív, a másodikon a pozitív érzelmek helyezkednek el.



4. ábra: Az érzelmek sajátértékét tartalmazó lejtődiagramm

2. táblázat: Az egyes érzelmek factorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűkkel szerepelnek.

Tétel	1.	2.
feszült	0,786	0,002
nyugtalan	0,774	0,093
ideges	0,746	0,045
ijedt	0,715	0,129
dühös	0,713	0,015
ingerlékeny	0,671	0,151
megszégyenült	0,612	0,300
izgatott	0,605	0,279
bűntudattal teli	0,571	-0,342
ellenséges	0,549	0,105
félénk	0,492	0,144
aktív	0,107	0,891
figyelmes	-0,086	0,816
lelkes	-0,002	0,782
érdeklődő	-0,067	0,772
lelkileg erős	-0,175	0,712
éber	0,229	0,702
elszánt	0,163	0,617
büszke	0,217	0,582
Sajátérték	5,034	4,753
Magyarázott variancia %	26,492	25,017
Cronbach α	0,863	0,882

A továbbiakban tehát egy összevont pozitív érzelem (aktív, figyelmes, lelkes, érdeklődő, lelkileg erős, éber, elszánt, büszke) és egy negatív érzelem (feszült, nyugtalan, ideges, ijedt, dühös, ingerlékeny, megszégyenült, izgatott, bűntudattal teli, ellenséges, félénk) skálát képeztünk. Az így képzett alskálák megbízhatósága jó volt ($\alpha(\text{poz.erz.}) = 0,882$ $\alpha(\text{neg.erz.}) = 0,863$), a köztük levő korreláció pedig gyenge ($r = 0,063$; $p = 0,444$).

A racionalitásra/irracionalitásra vonatkozó tételeket is főkomponens-elemzésnek vetettük alá. A Kaiser–Meyer–Olkin mutató értéke ($KMO = 0,636$) megfelelő (vö. Field, 2009), a

Bartlett-teszt szignifikáns ($\chi^2(28) = 264,2$; $p = 0,000$), így adataim megfelelően bizonyultak ehhez az eljáráshoz. Három faktornak volt 1-nél nagyobb sajátértéke, ezért a 3 faktoros megoldás mellett döntöttünk, melyek a variancia 67,7%-át magyarázták. A szakirodalom alapján (DiGiuseppe et al., 1988) azt feltételeztük, hogy ezek a faktorok nem lesznek egymástól teljesen függetlenek, mivel a racionális és irracionális hiedelmek ellentétes konstruktumok ugyan, de nem ellentétes pólusokon helyezkednek el. Ezért a faktorokat Oblimin rotációnak vetettük alá, mely lehetővé teszi, hogy a végeredményként kapott összetevők egymással korreláljanak. A 3. táblázat tartalmazza az egyes tételek súlyát a 3 faktoron. A tételek tartalmát vizsgálva, úgy tűnik, hogy az 1. faktoron az irracionális hiedelmek, a másodikokon a racionális hiedelmek helyezkednek el, a harmadik pedig a feltétel nélküli elfogadás, illetve a globális értékelés faktora. Ez összecseng más kutatók eredményeivel (Gaviță és munkatársai, 2011).

3. táblázat: A racionális és irracionális állítások faktorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűvel szerepelnek. – Pattern mátrix.

Tétel	1	2	3
Szörnyű, hogy ezt megtettem.	0,925	-0,035	-0,097
Semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem.	0,840	0,089	-0,126
Nem bírom elviselni annak gondolatát, hogy így cselekedtem.	0,596	-0,067	0,360
El tudom fogadni, hogy olyasmit cselekedtem, amit ma már bánok.	0,018	0,784	-0,136
Bár nem jó érzés ezzel a tudattal élni, de nem is szörnyű.	-0,169	0,779	-0,145
Bár nem könnyű, de elviselem a tettem súlyát.	0,153	0,619	0,245
Noha ezt tettem, ettől még nem vagyok értéktelen.	0,166	0,080	-0,865
Értéktelen ember vagyok, amiért ezt tettem.	0,076	0,023	0,857
Sajátérték	2,104	1,781	1,931
Korrelációk	1	0,152	0,211
	2		-0,244
Cronbach α	0,746	0,575	0,698

Ezeknek az eredményeknek az alapján igazolódott, hogy a racionális és irracionális tételek külön-külön összevonása, azaz racionális és irracionális skálák képzése a kérdőív belső struktúrájának megfelelő eljárás. Másrészt azt a következtetést is le lehet vonni, hogy a globális értékelés és a feltétel nélküli önel fogadás nem sorolhatóak be a racionális és irracionális tételek közé. Mivel belső korrelációjuk magas ($r = -0,536$ $p < 0,001$), egy külön alskálát (globális értékelés) hoztunk létre számukra, melynek kiszámításakor a globális értékelés tételre adott választ összeadtuk a feltétel nélküli önel fogadás tétel fordított értékével. A három alskála megbízhatóságának mértéke a 3. táblázatban látható. Két alskála Cronbach α értéke nem éri el a

0,7-es értéket. A kis tételszám miatt azonban alacsonyabb értékek is megfelelőnek tekinthetők (Field, 2009). Az egyes alskálák közti korrelációk a 3. táblázatban találhatóak.

Annak érdekében, hogy az istenreprezentációk tartalmának faktorstruktúráját megvizsgálhassuk, minden egyes istenreprezentáció esetében összegeztük az adott reprezentációra vonatkozó tételeket. Az így kapott összegeket főkomponens-elemzés segítségével vizsgáltuk. Mind a Kaiser–Meyer–Olkin mutató ($KMO = 0,804$), mind a Bartlett teszt ($\chi^2(28) = 554,021$; $p = 0,000$) azt jelzik, hogy adataink alkalmasak a főkomponens-elemzésre. Két 1-nél nagyobb sajátértékű faktort kaptunk, melyek a variancia 72,478%-át magyarázzák. Mivel nincs okunk azt állítani, hogy a két faktor egymástól független lenne, Oblimin rotációnak vetettük alá ezeket. Az egyes tételek súlyát a két faktoron a 4. táblázat tartalmazza.

4. táblázat: A pozitív és negatív istenreprezentációk factorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűvel szerepelnek. – Pattern mátrix.

Tétel		1	2
Isten mindig gondoskodik rólam.		0,894	0,039
Isten azt szeretné, hogy növekedjek.		0,863	-0,103
Isten szerető, irgalmas atya.		0,859	-0,060
Isten ajándékozza az életet nekem.		0,786	0,231
Isten minden bűnt megbüntet.		-0,153	0,944
Isten számon tartja vétkeimet.		-0,118	0,931
Isten bármikor visszaveheti az életemet.		0,247	0,695
Isten sokkal többet vár tőlem.		0,289	0,559
Sajátérték		3,406	2,986
Korrelációk	1		0,297
Cronbach α		0,883	0,821

A tételek tartalmának vizsgálata alapján igazolódott, hogy a pozitív, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk külön alskálákba való összevonása a kérdőív belső struktúrájának megfelelő eljárás, így létrehoztuk a Pozitív tartalmú istenreprezentációk és a Negatív tartalmú istenreprezentációk alskálákat. A két alskála megbízhatósága is jónak bizonyult, a köztük levő korreláció közepes erősségű (vö. 4. táblázat).

4.3.3. Vallásos és gondolkodásbeli érettség

A vallásos érettség gondolkodásbeli érettséggel jár együtt, mondja ki 2. hipotézisünk. Ennek igazolása érdekében először korrelációkat számoltunk az egyes változók között. A gondolkodásbeli érettséget a racionalitás magas mértéke, az irracionalitás alacsony értéke és a

globális értékelés alacsony értéke határozza meg, míg a vallásos érettségre az intrinzik orientáció és identifikált vallásosság utal.

Első lépésben korrelációkat számoltunk a vallásosság és a racionalitás változói között.

Az eredményeket az 5. táblázat tartalmazza.

5. táblázat: A vallásosság és a racionalitás változóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Identi- fikált v.	Intrin- zik v.	Extrinzik szem. v.	Extrinzik társas v.	Irrac. hie- delmek	Rac. hie- delmek	Globális értékelés
Introjektált vallásosság	0,465**	0,235**	0,367**	0,278**	0,156	0,029	0,233**
Identifikált vallásosság	1	0,667**	0,473**	0,113	0,127	0,091	0,097
Intrinzik vallásosság		1	0,413**	0,108	0,047	0,175*	-0,114
Extrinzik személyes v.			1	0,182*	0,231**	0,028	0,163
Extrinzik társas v.				1	0,030	-0,039	0,076

A táblázatból kitűnik, hogy a vallásosság változói nagymértékben korrelálnak egymással. Valószínűnek tartjuk, hogy ennek oka, hogy a vallásos és nem vallásos személyek jelenléte a mintában (a nem vallásosak hajlamosak minden vallásosságra vonatkozó kérdésre alacsony pontszámot adni, a vallásosak pedig magasabbat). Mivel azonban a kérdőívcsomag nem tartalmazott a vallásgyakorlás módjára vonatkozó kérdést, nem tudjuk feltételezésünket ellenőrizni.

Megállapítható az is, hogy az irracionális hiedelmek csak az extrinzik személyes vallásossággal mutattak pozitív összefüggést, a racionális hiedelmek pedig gyengén, de szignifikánsan korreláltak az intrinzik vallásossággal. A globális értékelés az introjektált vallásossággal mutatott összefüggést. Meglepő volt hogy az identifikált vallásosság nem állt összefüggésben egyik racionalitás változóval sem.

Annak érdekében, hogy a háttérváltozók (nem, életkor, iskolázottság), a többi vallásosság-változó és az istenreprezentációk hatását kontrollálva is megvizsgáljuk a fenti összefüggéseket, lineáris regresszióanalízist végeztünk. Első lépésében a háttérváltozókat (életkor, iskolázottság, nem), majd külön lépésekben előbb a pozitív és negatív érzelmeket, a többi vallásosság-változót, majd a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációkat, végül az ötödik lépésben a racionális, irracionális és globálisan értékelő hiedelmeket bocsátottuk be a regressziós egyenletbe. A függő változók az egyes vallásosság-változók voltak. Eredményeink szerint a többi változó hatását kontrollálva a fenti, közepes erősségű összefüggések eltűntek, a gondolkodás érettsége egyetlen vallásosság-változóval sem függött össze. Az eredményeket a 6. táblázat tartalmazza.

6. táblázat: A racionális, irracionális és globálisan értékelő hiedelmek és a vallásosság változóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, a pozitív és negatív érzelmek, a vallásosság többi változója és az istenreprezentációk tartalmának hatására.

	introjektált v.		identifikált v.		intrinzik v.		extrinzik szem.		extrinzik társas	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
racionális hiedelmek	0,076	0,009	-0,015	0,007	0,055	0,006	-0,089	0,008	0,050	0,003
irracionális hiedelmek	0,059		-0,006		0,050		0,051		-0,037	
globálisan ért. hied.	0,021		0,100		0,019		0,016		-0,020	

4.3.4. Istenreprezentációk és vallásos érettség

Az istenreprezentációkkal kapcsolatosan azt feltételeztük, hogy mind tartalmuk, mind pedig használatuk módja (racionális vagy irracionális) összefügg a vallásos érettséggel.

Az összefüggések felderítése érdekében korrelációkat számoltunk a pozitív tartalmú istenreprezentációk, a negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság változói között (lásd 7. táblázat). A pozitív tartalmú istenreprezentációk gyenge, ám szignifikáns pozitív összefüggést mutattak az introjektált vallásossággal és közepes mértékű pozitív összefüggést az identifikált vallásossággal, az intrinzik orientációval és az extrinzik személyes orientációval. Ezzel szemben a negatív tartalmú istenreprezentációk közepesen erős pozitív kapcsolatban álltak az introjektált vallásossággal, függetlenek voltak az identifikált vallásosságtól, gyenge, de szignifikáns negatív összefüggést mutattak az intrinzik vallásos orientációval, és pozitívat az extrinzik személyes orientációval. Mindkét változó független volt az extrinzik társas orientációtól.

7. táblázat: Az istenreprezentációk és a vallásosság mutatóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Introjektált vallásosság	Identifikált vallásosság	Intrinzik orientáció	Extrinzik szem. orient.	Extrinzik társas orient.
Pozitív tartalmú istenreprezentációk	0,185*	0,371**	0,323**	0,340**	-0,041
Negatív tartalmú istenreprezentációk	0,408**	0,057	-0,176*	0,219*	0,066

Kiszámoltuk a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk és a gondolkodásbeli érettség mutatóinak korrelációit is. Ezekre az összefüggésre nem fogalmaztunk meg ugyan külön hipotézist, de elméleti megfontolások alapján valószínűnek tartjuk, hogy a pozitív tartalmú istenrep-

rezentációk inkább a racionális hiedelmekkel, míg a negatív tartalmúak, inkább az irracionális és a globálisan értékelő hiedelmekkel függnek össze. Az eredményeket a 8. táblázat tartalmazza.

8. táblázat: Az istenreprezentációk és a gondolkodásbeli érettség mutatóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Racionális hiedelmek	Irracionális hiedelmek	Globális értékelés
Pozitív tartalmú istenreprezentációk	0,155	0,140	-0,250**
Negatív tartalmú istenreprezentációk	-0,134	0,189*	0,259**

A táblázatot elemezve az látszik, hogy a pozitív tartalmú istenreprezentációk pozitív, de gyenge (nem szignifikáns) összefüggést mutatnak mind a racionális, mind az irracionális hiedelmekkel, a globális értékeléssel pedig közepes mértékben, negatívan korrelálnak. A negatív tartalmú istenreprezentációk ezzel szemben – előrejelzéseinknek megfelelően – gyenge (nem szignifikáns) negatív összefüggést mutatnak a racionális hiedelmekkel és pozitív gyenge (nem szignifikáns), illetve közepes erősségű pozitív összefüggést az irracionális hiedelmekkel és a globális értékeléssel.

Fontosnak tartottuk annak vizsgálatát is, hogy a pozitív-, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk és az egyes vallásosság-változók összefüggései hogyan alakulnak, ha a többi vallásosság-változó, illetve a gondolkodásbeli érettség hatását kontrolláljuk. Ennek érdekében lineáris regresszióanalízist végeztünk, melynek első lépésében a háttérváltozókat (életkor, iskolázottság, nem), majd külön lépésekben előbb a pozitív és negatív érzelmet, a többi vallásosság-változót, majd a racionalitást, irracionálisitást és globális értékelést, végül az ötödik lépésben a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációkat bocsátottuk be a regressziós egyenletbe. A függő változók az egyes vallásosság-változók voltak. A 9. táblázat tartalmazza a standardizált regressziós együtthatókat és a determinációs együttható változását az ötödik lépésben, amikor a többi változót kontrollálva, a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk hatását vizsgáltuk.

9. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság változóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, a pozitív és negatív érzelmek, a vallásosság többi változója és a gondolkodásbeli érettség hatására.

	introjektált v.		identifikált v.		intrinzik v.		extrinzik szem.		extrinzik társas	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
poz. istenrepr.	-0,233*	0,083	0,226*	0,025	0,252*	0,061	0,155	0,027	-0,221	0,024
neg. istenrepr.	0,392**		-0,152		-0,330**		0,071		0,163	

Amint az a fenti táblázatból is látszik, a többi változó hatását kontrollálva egyértelmű a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a vallásos érettség (identifikált vallásosság és intrinzik vallásos orientáció) pozitív összefüggése, illetve a negatív tartalmú istenreprezentációk és az éretlenebb vallásossági formák (introjektált vallásosság) összefüggése is. Az extrinzik személyes, illetve az extrinzik társas orientáció és a pozitív-, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk összefüggése tendenciaszerűen alátámasztja a hipotézisünket, de nem éri el a statisztikai szignifikancia határát.

4.3.5. Az istenreprezentációk tartalmának és a gondolkodás érettségének interakciós kapcsolata a vallásos érettséggel

Az istenreprezentációk racionális hiedelmekkel való összekapcsolása nagyobb vallási érettséggel jár együtt – mondja ki 4. hipotézisünk. Annak érdekében, hogy megvizsgáljuk, valóban módosítja-e az istenreprezentációk tartalma és a vallásosság különböző mutatói közötti kapcsolatot a gondolkodás érettsége (racionális, irracionális, globálisan értékelő hiedelmek), olyan többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzéseket végeztünk, melyekben első lépésben a háttérváltozókat (nem, életkor, iskolázottság), második lépésben a pozitív és negatív érzelmeket, harmadikban a vallásosság többi változóját, negyedikben pedig az istenképek tartalmát, racionalitását, és ezek szorzatát bocsátottuk be az egyenletbe. Minden egyenletben az istenképek tartalmának és a gondolkodás érettségének egy-egy változója (pozitív/negatív, illetve racionális/irracionális/globálisan értékelő) és ezek szorzata szerepelt. A független változók a vallásosság különböző mutatói voltak, így összesen 30 (2*3*5) regresszióanalízist végeztünk.

Az eredményeket tartalmazó 10. táblázatot elemezve alátámasztást nyer előbbi sejtésünk: a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság különböző mutatóinak összefüggését több esetben is befolyásolja a gondolkodás érettsége, míg a negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság különböző változóinak összefüggését egyedül a globális értékelés módosítja szignifikánsan. Megállapíthatjuk, hogy az introjektált vallásosság és az istenreprezentációk tartalma közötti összefüggést nem befolyásolja a gondolkodás érettségének egyetlen mutatója sem. Az identifikált vallásosság esetében a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek interakciója ($\beta = 0,147$; $p = 0,041$); az intrinzik vallásos orientáció összefüggései közül a negatív tartalmú istenreprezentációk és a globálisan értékelő hiedelmek interakciója ($\beta = 0,142$; $p = 0,049$); az extrinzik személyes orientáció esetében a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek ($\beta = -0,199$; $p =$

0,02), illetve a pozitív tartalmú istenrepresentációk és az irracionális hiedelmek interakciója ($\beta = -0,173$; $p = 0,026$); végül pedig az extrinzik társas orientáció esetében a pozitív tartalmú istenrepresentációk és a racionális hiedelmek ($\beta = 0,195$; $p = 0,049$), a pozitív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek ($\beta = -0,275$; $p = 0,009$), illetve a negatív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek interakciója ($\beta = -0,197$; $p = 0,036$) bizonyult szignifikánsnak.

10. táblázat: A vallásosság előrejelző változói –lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók. A szignifikáns béta értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$)

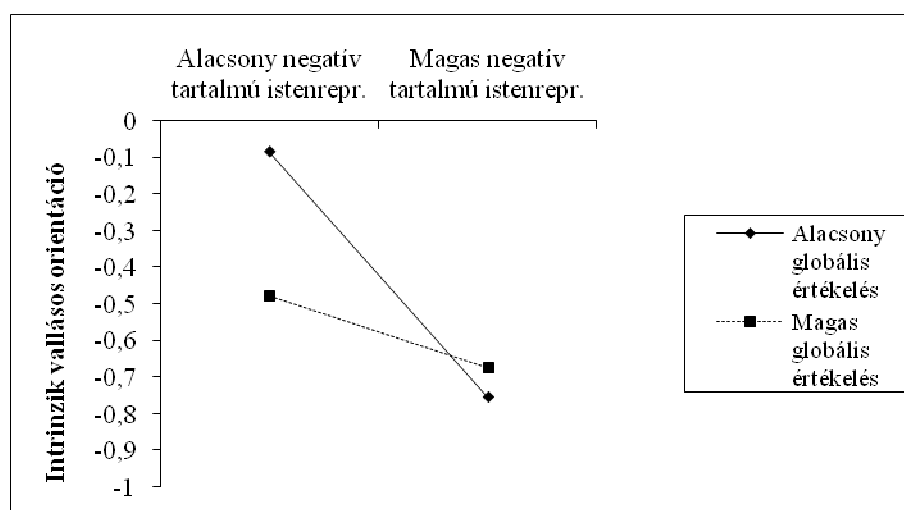
	Introjektált vallásosság	Identifikált vallásosság	Intrinzik orientáció	Extrinzik szem. orient.	Extrinzik társas orient.						
1. lépés											
Életkor	0,160	0,124	0,069	0,288**	-0,210*						
Oktat. eltöltött idő	-0,158	0,002	0,121	-0,191	0,133						
Nem (0: nő; 1: ffi)	-0,023	-0,256**	-0,215*	-0,144	0,045						
ΔR^2	0,025	0,074	0,070	0,076	0,034						
ΔF	1,017	3,113*	2,955*	3,216*	1,377						
2. lépés											
Pozitív érzelmek	0,146	0,039	-0,007	0,085	0,151						
Negatív érzelmek	0,224*	0,076	-0,078	0,134	0,153						
ΔR^2	0,069	0,007	0,006	0,025	0,045						
ΔF	4,414*	0,447	0,371	1,571	2,830						
3. lépés											
Introjektált v.	-	0,352**	-0,134	0,075	0,207						
Identifikált v.	0,516**	-	0,575**	0,225*	0,044						
Intrinzik orient.	-0,157	0,461**	-	0,255*	-0,001						
Extrinzik szem. orient.	0,074	0,150	0,211*	-	0,164						
Extrinzik társas orient.	0,162	0,021	0,000	0,131	-						
ΔR^2	0,260	0,479	0,376	0,239	0,095						
ΔF	11,205**	30,267**	19,028**	10,047**	3,212*						
4. lépés											
Pozitív tart. istenrepr.	-0,066	0,181*	0,104	0,119	-0,078						
Racionális hied.	0,002	0,003	0,151*	-0,124	0,051						
Pozitív X Racionális	-0,104	0,147*	0,037	-0,199*	0,195*						
ΔR^2	modell R^2	0,009	0,364	0,029	0,589	0,031	0,483	0,070	0,410	0,046	0,221
ΔF	F	0,486	5,147**	2,526	12,913**	2,141	8,403**	4,272**	6,249**	2,146	2,558**

		Introjektált vallásosság		Identifikált vallásosság		Intrinzik orientáció		Extrinzik szem. orient.		Extrinzik társas orient.	
Pozitív tart. istenrepre		-0,014		0,120		0,078		0,145		-0,135	
Irracionális hied.		0,068		-0,016		0,077		0,054		-0,012	
Pozitív X Irracionális		0,059		-0,049		0,025		-0,173*		0,094	
ΔR^2	modell R^2	0,007	0,367	0,014	0,583	0,011	0,466	0,052	0,401	0,023	0,192
ΔF	F	0,428	5,319**	1,196	12,791**	0,763	7,995**	3,207*	6,138**	1,066	2,173*
Pozitív tart. istenrepre		0,001		0,156*		0,059		0,176		-0,093	
Globálisan ért. hied.		0,153		0,043		-0,123		0,130		-0,144	
Pozitív X Globális é.		0,099		-0,084		-0,016		0,101		-0,275**	
ΔR^2	modell R^2	0,015	0,368	0,020	0,581	0,015	0,465	0,034	0,377	0,065	0,241
ΔF	F	0,841	5,284**	1,749	12,586**	1,015	7,903**	2,004	5,485**	3,133*	2,879**
Negatív tart. istenrepre.		0,321**		-0,034		-0,208*		0,170		0,050	
Racionális hied.		0,061		0,000		0,102		-0,054		0,001	
Negatív X Racionális		0,026		0,065		-0,070		-0,044		0,038	
ΔR^2	modell R^2	0,077	0,428	0,005	0,581	0,052	0,534	0,028	1,617	0,003	0,175
ΔF	F	4,779**	6,677**	0,437	12,378**	3,968*	10,223**	0,389	5,687**	0,118	1,890*
Negatív tart. istenrepre		0,313**		-0,066		-0,219**		0,182		0,081	
Irracionális hied.		0,039		0,009		0,075		0,038		-0,021	
Negatív X Irracionális		-0,015		-0,094		0,022		-0,012		0,168	
ΔR^2	modell R^2	0,081	0,438	0,008	0,592	0,040	0,526	0,026	0,395	0,025	0,189
ΔF	F	5,167**	7,023**	0,733	13,083**	3,011*	9,999**	1,567	5,865**	1,097	2,103*
Negatív tart. istenrepre		0,302**		-0,042		-0,219**		0,178		0,054	
Globálisan ért. hied.		0,099		0,031		-0,078		-0,005		0,073	
Negatív X Globális é.		-0,091		-0,022		0,142*		0,064		-0,197*	
ΔR^2	modell R^2	0,085	0,437	0,002	0,578	0,056	0,538	0,027	0,389	0,036	0,208
ΔF	F	5,413**	6,921**	0,178	12,225**	4,287**	10,377**	1,577	5,671**	1,630	2,346**

A változók komplex interakciós összefüggésének pontosabb szemléltetésére az egyes vallásosság-változók várható értékeit grafikonon is ábrázoltuk az ilyen esetekben szokásos ábrázolási konvenciók figyelembevételével, azaz a független változóknak az átlaguktól való

+/- 1 szórásnyi távolságú értékeit („Magas” és „Alacsony” értékek) az egyenletbe helyettesítve. Jelen fejezetben csak azokra az interakciókra térünk ki részletesen, melyek a második kutatás szempontjából jelentősek lesznek, a többi ábrát és leírásukat a Függelék fejezet tartalmazza.

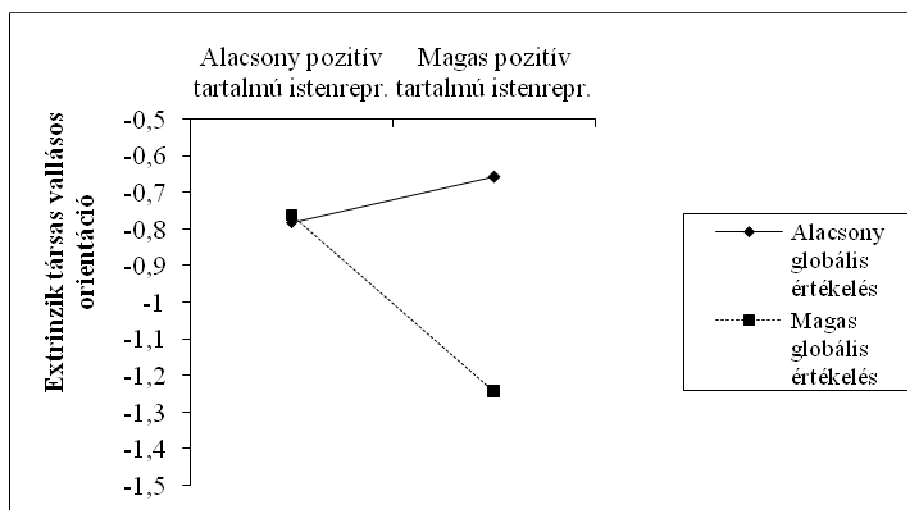
Az 5. ábráról leolvasható, hogy a globálisan értékelő hiedelmek alacsony értéke mellett a negatív tartalmú istenrepresentációk erősödése az intrinzik vallásos orientáció gyengülésével jár együtt, ám ha ezek a hiedelmek magas értéket vesznek fel, ez az összefüggés gyengül. Ugyanakkor a negatív tartalmú istenrepresentációk alacsony értéke mellett a globálisan értékelő hiedelmek erősödése az intrinzik vallásos orientáció gyengülésével jár együtt, míg ha ezen istenrepresentációk értéke magas, az intrinzik orientáció mértéke nem függ a globálisan értékelő hiedelmek erősségétől.



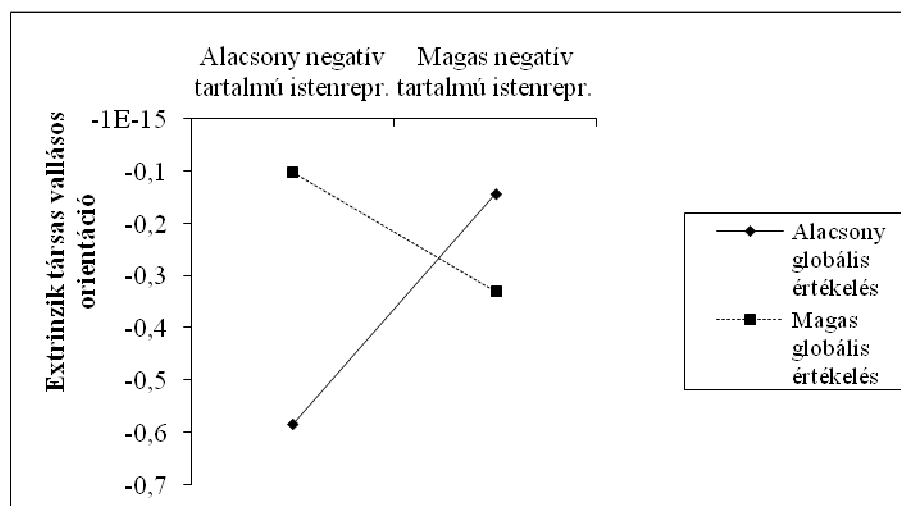
5. ábra.: Az intrinzik vallásos orientáció várható értékei a negatív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.

A globálisan értékelő hiedelmek mind a pozitív-, mind a negatív tartalmú istenrepresentációkkal interakcióban szignifikánsan befolyásolták az extrinzik társas orientáció értékét. A 6. ábrán látható, hogy a globálisan értékelő hiedelmek magas értéke esetén a pozitív tartalmú istenrepresentációk erősödése az extrinzik társas orientáció értékének csökkenésével járt együtt, míg a globálisan értékelő hiedelmek alacsony értéke esetén ez az összefüggés megfordulni látszik. Másrészt azonban a pozitív tartalmú istenrepresentációk alacsony értéke mellett a globálisan értékelő hiedelmek erősödésével nem változik az extrinzik személyes orientáció értéke, míg ugyanezen istenrepresentációk magas értéke esetén a globálisan értékelő hiedelmek értékének növekedésével az extrinzik társas orientáció értéke csökken.

A negatív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek együttes hatását vizsgálva (7. ábra) azt látjuk, hogy a globálisan értékelő hiedelmek alacsony értéke esetén a negatív tartalmú istenrepresentációk erősödése az extrinzik társas vallásos orientáció erősödésével jár együtt, míg a globálisan értékelő hiedelmek magas értéke mellett ez az összefüggés megfordul: a negatív tartalmú istenrepresentációk értékének növekedése esetén az extrinzik társas vallásos orientáció értéke csökken. Ugyanakkor a negatív tartalmú istenrepresentációk alacsony értéke mellett a globálisan értékelő hiedelmek erősségének növekedése az extrinzik társas vallásos orientáció erősödésével jár együtt, míg ugyanezen representációk magas értéke esetén a globálisan értékelő hiedelmek értékének növekedése az extrinzik társas vallásos orientáció gyengülésével jár együtt.



6. ábra.: Az extrinzik társas vallásos orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.



7. ábra.: Az extrinzik társas vallásos orientáció várható értékei a negatív tartalmú istenrepresentációk és a globálisan értékelő hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.

4.3.6. Az istenreprezentációk és a vallásos- és gondolkodásbeli érettség kapcsolata a jóléttel

Ebben a kutatási fázisban a pszichológiai jóllétet csak egyetlen mutatóval, az Élettel való elégedettség skálával vizsgáltuk exploratív jelleggel. Arra voltunk kíváncsiak, hogyan viszonyul ez a pszichológiai jóllét-mutató a gondolkodás érettségéhez (1. hipotézis), az istenfogalomhoz (5. hipotézis) és a vallásosság különböző mutatóihoz.

Első lépésben korrelációkat számoltunk az élettel való elégedettség és a többi változó között, az eredményeket a 11. táblázat tartalmazza. A táblázatból kiolvasható, hogy az élettel való elégedettség az érettebb vallásossági formákkal (identifikált vallásosság, intrinzik orientáció) korrelál szignifikáns mértékben pozitívan. A gondolkodás érettségének mutatói közül csak a globális értékeléssel mutat szignifikáns negatív összefüggést, míg a pozitív tartalmú istenreprezentációkkal közepes erősségű, szignifikáns, a negatív tartalmú istenreprezentációkkal pedig gyengébb negatív, ám nem szignifikáns összefüggést mutat.

11. táblázat: *Az élettel való elégedettség és a vallásosság, gondolkodásbeli érettség, valamint az istenreprezentációk mutatóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).*

	Élettel való elégedettség
Introjektált vallásosság	0,068
Identifikált vallásosság	0,221*
Intrinzik vallásos orientáció	0,419**
Extrinzik személyes vallásos orientáció	0,161
Extrinzik társas vallásos orientáció	0,028
Racionális hiedelmek	0,172
Irracionális hiedelmek	-0,012
Globálisan értékelő hiedelmek	-0,350**
Pozitív tartalmú istenreprezentációk	0,295**
Negatív tartalmú istenreprezentációk	-0,208

Azt vizsgálva, hogy az élettel való elégedettség és a pozitív-, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk viszonya hogy alakul, ha a többi változó hatását kontrolláljuk, lineáris regresszióanalízist végeztünk. Első lépésben a háttérváltozókat (életkor, iskolázottság, nem), majd külön lépésekben előbb a pozitív és negatív érzelmeket, a többi vallásosság-változót, majd a

racionalitást, irracionalitást és globális értékelést, végül az ötödik lépésben a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációkat bocsátottuk be a regressziós egyenletbe. A függő változó az étellel való elégedettség volt. Eredményeink szerint a determinációs együttható változása csekély ($\Delta R^2 = 0,009$) a pozitív-, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk hatására. A többi változó hatását kontrollálva, az istenreprezentációk tartalma és az étellel való elégedettség összefüggése gyenge ($\beta_{\text{poz. istenrepr.}} = 0,146$, $p = 0,377$; $\beta_{\text{neg. istenrepr.}} = -0,049$, $p = 0,759$).

Az istenreprezentációk tartalma és a gondolkodás érettsége változói közötti esetleges interakciók felderítése érdekében olyan többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzéseket végeztünk, melyekben első lépésben a háttérváltozókat (nem, életkor, iskolázottság), második lépésben a pozitív és negatív érzelmeket, harmadikban a vallásosság változóit, negyedikben pedig az istenképek tartalmát, racionalitását, és ezek szorzatát bocsátottuk be az egyenletbe. Minden egyenletben az istenképek tartalmának és a gondolkodás érettségének egy-egy változója (pozitív/negatív, illetve racionális/irracionális/globálisan értékelő) és ezek szorzata szerepelt. Egyetlen interakciós kapcsolat étellel való elégedettséggel való összefüggése sem érte el a szignifikancia szintjét.

4.4. Az elővizsgálat eredményeinek értelmezése

4.4.1. Az Istennel kapcsolatos hiedelmek skála

Vizsgálatunk elsődleges célja az általunk kidolgozott skála validálása volt. Az Istennel kapcsolatos hiedelmek skálája egyrészt a pozitív és negatív tartalmú, másrészt pedig a racionálisan és irracionálisan használt istenreprezentációk között kíván differenciálni.

Kutatásunk sikeres volt abban az értelemben, hogy skálánk differenciál a pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk között: ezek két különböző faktoron helyezkednek el és eltérő módon viszonyulnak a többi vizsgált változóhoz is.

Az istenreprezentációk használatának módját azon keresztül próbáltuk megragadni, hogy mennyire kapcsolja őket racionális, illetve irracionális hiedelmekhez valaki. Az elméletileg feltételezett két alskála helyett, azonban statisztikai eszközökkel három faktor jelenlétét sikerült kimutatnunk. Gaviřa és munkatársai (2011) szülői attitűdöket vizsgálva hasonló eredményt kaptak, így az ő értelmezésüket alapul véve három alskálával dolgoztunk tovább. Úgy tűnik tehát, hogy mintánkban markánsan elkülönülnek egymástól az irracionális hiedelmek (követelés, katasztrófizálá és frusztáció intolerancia), a racionális hiedelmek (kívánság, anti-katasztrófizálás és frusztáció tolerancia) és az emberi érték megragadásának módja (globális értékelés vs. feltétel nélküli önfogadás).

A valláspszichológiai szakirodalomban több szerző is beszél patológiás büntudatról, mely a büntudatnak a szégyennel való összekapcsolása, ezen keresztül lesz a lelkiismeret-furdalásból

énmegvetés, éniszonyodás (Tomcsányi, 2002). Ennek a folyamatnak a háttérében értelmezésünk szerint pontosan a globális értékelés áll, mely a személyt egyetlen egy dimenzióra leszűkítve azonosítja őt az általa elkövetett hibával. Ez különbözteti meg különben a bűn tudatát, lelkiismeret-furdalást – mely alapvetően egészséges, sőt elengedhetetlenül fontos érzés – a patológiás büntudattól. Az utóbbiban ugyanis a szabadság beszűkül, a tudatot elárasztja a bűn, mely a múltra és a jövőre is kiterjed (Tringer, 2005). *Valláspszichológiai szempontból tehát különösen is fontos lehet, hogy a globális értékelés külön alkálán jelenik meg, az irracionális hiedelmek közül ugyanis a globális értékelés az, amely torz (frielingsdorfi értelemben démonikus) istenreprezentációk háttérében állhat.*

Fenti értelmezésünket támasztja alá az is, hogy a globális értékelés alkála összefüggései más változókkal azok, amelyek leginkább megfelelnek hipotéziseinknek: pozitívan korrelál az introjektált vallásossággal, és nem mutat összefüggést az identifikálttal (azaz az éretlenebb vallásossági formához kapcsolódik); negatív kapcsolatot mutat a pozitív tartalmú istenreprezentációkkal, de pozitívat a negatív tartalmúakkal; negatívan függ össze az étellel való elégedettséggel (mely a jóllét egyetlen mutatója volt jelen vizsgálatunkban).

4.4.2. A gondolkodás érettségének (racionális hiedelmek, irracionális hiedelmek, globális értékelés) moderáló hatása

Hipotéziseink szerint mind a pozitív tartalmú istenreprezentációk, mind pedig a racionális hiedelmek érettebb vallásossági formákkal és nagyobb étellel való elégedettséggel járnak együtt, míg a negatív tartalmú istenreprezentációk és az irracionális, illetve globálisan értékelő hiedelmek éretlenebb vallásossági formákkal és kisebb étellel való elégedettséggel társulnak. Ugyanakkor feltételeztük azt is, hogy az istenreprezentációk tartalma és a gondolkodás érettsége befolyásolják, moderálják egymás hatását.

Ha a vallásos érettséget (az elméleti megfontolások alapján) az identifikált vallásosságban és az intrinzik orientációban ragadjuk meg, akkor egyik hipotézisünket alátámasztja a pozitív tartalmú istenreprezentációk pozitív összefüggése mindkét változóval, illetve a negatív tartalmú istenreprezentációk negatív összefüggése az intrinzik vallásos orientációval. Másik hipotézisünket viszont cáfolja az a tény, hogy a gondolkodásbeli érettség egyetlen mutatója sem függ össze velük.

A pozitív tartalmú istenreprezentációk összefüggéseit vizsgálva azonban óvatosan kell bánnunk az értelmezésekkel. Az ezt mérő tételeket megvizsgálva (Isten szerető, irgalmas atya; Isten mindig gondoskodik rólam; Isten azt szeretné, hogy növekedjek; Isten ajándékozza az életet nekem) ugyanis olyan állításokat találunk, melyek a keresztény kultúrkörben

általánosan elfogadottak, a vallásos szocializáció szerves részét képezik, valószínűleg minden vallásos közegben nevelkedő személy találkozott velük. Értelmezésünk szerint ezek nagyon erősen az istenfogalomhoz (Rizzuto, 1979) kötődnek, s valószínűleg a velük való egyetértés mértéke inkább a vallásos tartalmak elfogadását tükrözi, a vallásosság valamilyen általános mértékét jelzi, nem pedig annak minőségét. Mivel a vallásosság mértékére vonatkozó kérdés nem szerepelt kérdőívcsomagunkban, ezt a feltevésünket nem tudjuk ellenőrizni, ám a második kutatásban erre is kitérünk majd.

Ebből kiindulva árnyalásra szorul az a tény, hogy más változók hatását kontrollálva a pozitív tartalmú istenreprezentációk pozitív összefüggést mutatnak az identifikált vallásossággal. Hiszen ha a pozitív tartalmak a vallásos szocializáció termékei is lehetnek, hogyan tehetünk különbséget a csak megtanult vagy ténylegesen elsajátított, belsővé váló vallásos tartalmak között? Pontosan ezt az árnyalást teszi lehetővé a racionális hiedelmek hatásának figyelembe vétele.

Eddigi értelmezéseinknek látszólag ellentmond az, hogy az egyértelműen éretlennek tekintett extrinzik társas orientáció a globális értékelés magas szintje mellett mutatott fordított kapcsolatot a pozitív tartalmú istenreprezentációk erősödésével. Azaz azok a személyek, aki hajlamosak az ítélkezésre (elsősorban önmagukkal szemben), nem fogadják el saját magukat, illetve azok, akik a rugalmas, inkább vágyakkal, nem pedig követelésekkel jellemezhető gondolkodás alacsony szintjével jellemezhetőek, az Istenre vonatkozó pozitív állításokkal való egyetértés növekedésével egyre kevésbé ismerik el, hogy a vallásosság társas előnyökhöz juttatná őket. Ez pontosan fordítottja annak, amit hipotéziseink alapján elvártunk volna, hiszen éppen a racionális hiedelmek magas szintje és a globális értékelés hiánya esetében vártuk volna ennek az összefüggésnek a megjelenését.

Az a kijelentésünk, hogy a magas globális értékeléssel jellemezett személyek kevésbé ismerik el, hogy a vallásgyakorlás társas előnyökhöz juttatná őket, nem volt véletlen. A vallásgyakorlás ugyanis mindig jár társas előnyökkel is, melyek a vallásosság lelki egészségre gyakorolt hatását közvetítik. Koenig és munkatársai (2001) hét olyan tényezőt írnak le, amelyeken keresztül a vallás kifejtheti hatását a lelki egészségre, ezek közé tartoznak azok a sajátos erőforrások, melyekkel a vallásos ember rendelkezik, ezen belül pedig a társas támasz, melyet a közösséghez tartozás nyújt. „Azok a személyek, akik aktívan részt vesznek a vallásos közösség életében, nagyobb eséllyel építenek ki támogató társas kapcsolatokat, ami az egyén társadalmi integrációját segíti és csökkenti az elidegenedést.” (Kézdy, 2006b, 111).

A fentiek alapján tehát a vallásgyakorlásból származó társas előnyök egy bizonyos szintjére minden vallásos embernek szüksége van lelki egészsége szempontjából. Ezt igazolja

az is, hogy az alacsony globális értékeléssel (azaz érettebb gondolkodással) rendelkező személyek esetében egy pozitív kapcsolat figyelhető meg: a pozitív tartalmú istenreprezentációk erősödése az extrinzik társas orientáció kis mértékű növekedésével jár együtt. De még ezzel a növekedéssel is ennek az orientációnak az értéke viszonylag alacsony (átlag alatti) marad.

Értelmezésünkben a globális értékelés magas szintjével jellemezhető személyek a vallásos szocializáció során a pozitív tartalmú istenreprezentációkkal való egyetértés mellett elsajátítják azt is, hogy „nem illik” társas előnyök érdekében gyakorolni, azaz használni a vallást. Ha az extrinzik társas orientációt mérő alskála tételeit szemrevételezzük (Azért járok templomba, mert ez segít nekem barátságokat kötni; Többnyire azért járok templomba, hogy együtt töltsöm az időt a barátaimmal; Főleg azért járok templomba, mert szeretek találkozni azokkal az emberekkel, akiket jól ismerek.) érthetővé válik, hogy keresztény kultúrkörben ezekkel egyetérteni látszólag nem más, mint a vallás utilitarista kihasználása. Érett gondolkodásra, igazi önfogadásra és őszinteségre van szükség ahhoz, hogy valaki beismerje, igaznak elfogadja a barátok, a közösség jelentőségét a templombajárás (a közösségi vallásgyakorlás) motivációjában.

Úgy tűnik tehát, *hogy az éretlennek tekintett vallásos megnyilvánulások (extrinzik társas orientáció) teljes hiánya nem jelent feltétlenül egészségesebb, érettebb Istenhez való viszonyulást.* Hasonló működésmódot feltételezünk, mint a szociális kívánatosság skálák esetén (pl. A Big Five Questionnaire részét képező alskála; Caprara, 1993, magyarul Rózsa és mtsai., 2005): a nemkívánatosnak minősített viselkedések, viszonyulások bizonyos mértékben mindenki életében jelen vannak, ezek teljes tagadása csak a vélt vagy valós elvárásoknak való megfelelés terméke.

Az eredményeink egy másik csoportja a negatív tartalmú istenreprezentációk és az intrinzik, illetve extrinzik társas vallásos orientáció kapcsolatában mutatta ki a globálisan értékelő gondolkodásmód moderáló hatását. A globális értékelés alacsony szintje mellett az összefüggéseink a hipotéziseknek megfelelően alakulnak: a negatív tartalmú istenreprezentációk erősödésével csökken az intrinzik vallásos orientáció mértéke, az extrinzik társas orientációé viszont nő. A globális értékelés magas szintje mellett pedig ez az összefüggés vagy eltompul, vagy pedig megfordulni látszik, azaz az ítélezésre hajlamos, önmagukat elfogadni képtelen személyek esetében a negatív tartalmú istenreprezentációk és a vallásos attitűdök kapcsolata megváltozni látszik.

A globális értékelés és a negatív tartalmú istenreprezentációk ilyen jellegű összekapcsolódása azzal magyarázható, hogy az énnel szembeni ítélezés esetében, a feltétel

nélküli önfogadás hiányában a személy valószínűleg Istenre is hasonló attitűdöt projektál: elvárásokat, ítélezést, kritikát, feltételhez kötött dicséretet és elfogadást stb. (az énkép és az istenkép kapcsolatáról lásd még Szalay, 2000; Spilka, 1975; Roberts, 1989; Buri és Mueller, 1993). Az Istenről szóló információ ugyanis sokszor homályos, így a személy a saját magáról való gondolkodásnak megfelelően értelmezi azt, és azokat a körülményeket emeli ki, melyek megfelelnek ennek a sémának.

Értelmezésünkben azonban itt is óvatosnak kell lennünk, mert nem tudhatjuk, hogy az Istenre vonatkozó negatív állításokkal való egyet nem értés ezeknek a pozitív tartalmak javára történő elutasításából vagy pedig a vallásosság hiányából fakad-e.

4.4.3. Élettel való elégedettség

Az élettel való elégedettség mint egyedüli jóllét-változó hipotéziseinknek megfelelő összefüggést mutatott, hiszen pozitívan kapcsolódott az identifikált vallásossághoz, az intrinzik vallásos orientációhoz és a pozitív tartalmú istenreprezentációkhoz és negatívan a globális értékeléshez. Ahhoz azonban, hogy kijelenthessük: az érett vallásosság és érett gondolkodás jobb lelki egészséggel jár együtt más változókat is be kell vennünk vizsgálatunkba.

5. AZ ISTENREPREZENTÁCIÓK, A VALLÁSOSSÁG ÉS A LELKI EGÉSZSÉG KOMPLEX KAPCSOLATÁNAK VIZSGÁLATA

A második vizsgálat célja az első vizsgálat eredményeinek árnyalása, illetve az istenreprezentációk tartalmának, ezek használati módjának (racionális vs. irracionális) és a vallásosság milyenségének a pszichológiai jólétre gyakorolt hatásának (5., 6., 7. hipotézis) vizsgálata volt.

5.1 MÉRŐESZKÖZÖK

A második vizsgálat teljes egészében egy online felület segítségével történt, ennek megfelelően az egyes skálák kitöltési módját kissé módosítottuk. Az egyes tételeket nem Likert-skála segítségével kellett osztályozni, hanem egy kontinuum mentén egy sávra kattintva, mely 1-től 100-ig terjedő skálán rögzítette az egyetértés mértékét (lásd 8. ábra).

Kérjük, jelölje be, hogy ÁLTALÁBAN hogyan érzi magát.

Jól érzem magam.

egyáltalán NEM jellemző TELJESEN jellemző

8. ábra: Az interneten kitölthető kérdőív részlete

Az előző vizsgálatot kibővítve különböző pszichológiai distresszt, illetve jóllétet mérő skálákat is beiktattunk a kérdőívcsomagba.

A kérdőívcsomag 120 tételt tartalmazott, 25-30 perc alatt volt kitölthető.

Pszichológiai distresszt, illetve jóllétet mérő skálák

A Spielberger-féle állapot-vonás szorongás kérdőív (State-Trait Anxiety Inventory, STAI; magyarul Sipos és munkatársai 1998) 20 tételes vonás-szorongás alskálája szolgált a szorongás mérésére.

A depressziót a Beck depresszió kérdőív (Beck Depression Inventory, BDI; Beck et al., 1996; magyarul Rózsa és munkatársai, 2001) 9 tételes rövidített változatával mértük.

A reménytelenséget a Beck-féle Reménytelenség Skála (Hopelessness Scale, HS, Beck et al., 1974; magyarul Perczel-Forintos, 2001) 3 tételes rövidített változatával vizsgáltuk.

Az élet értelmét a Meaning in Life Questionnaire (MLQ, Steger et al., 2006; Martos és Khnkoly Thege, 2011) segítségével mértük. A skála két dimenzió (az értelem megléte – 5 tétel – és az értelem keresése – 5 tétel) segítségével próbálja megragadni egyrészt azt, hogy mennyire érzi a jelenben értelmesnek az életét az kitöltő, másrészt pedig azt, hogy ettől az értelmesség-érzéstől függetlenül, mennyire nyitott az értelem további keresésére, felkutatására.

Istenreprezentáció és racionalitás

A racionális és irracionális hiedelmek, illetve az ezekhez kapcsolódó istenreprezentációk mérésére az első vizsgálatban bemutatott skála kissé módosított változatát alkalmaztuk. Arra kértük a személyt, hogy idézzon fel egy olyan eseményt a múltjából, amellyel kapcsolatosan büntudatot vagy lelkiismeret-furdalást érez a jelenben is, majd röviden mutassa be az eseménnyel kapcsolatos gondolatait, érzelmeit (magát az eseményt nem). Ezek után jeleznie kellett, hogy az esemény felidézése mennyire jár együtt bizonyos érzelmekkel.

Istenkapcsolatunk sok szempontból hatással lehet arra, ahogyan a tetteinkről, cselekedeteinkről gondolkodunk. Most néhány indoklás következik, mely arra vonatkozik, hogy Istennel való kapcsolata **hogyan függ össze** az előző állítás értékelésével. Fontos, hogy ne teológiai, vallási ismeretei szerint válaszoljon, hanem érzéseire, belső gondolataira hallgatva.

Arra kérjük, hogy az alábbi indoklások között **osszon el 13 pontot aszerint, hogy az Ön megítélése alapján melyik milyen összefüggésben van az előző állítás értékelésével**. A pontokat bármilyen arányban eloszthatja: akár minden indoklásnak ítélhet egy-egy alacsonyabb pontszámot, de adhatja egyetlen állításnak is mind a 13 pontot. **Fontos azonban, hogy mind a 13 pontot ossza el.**

Azért gondolom inkább igaznak, hogy semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem, mert:

Isten szerető, irgalmas atya.	<input type="text" value="0"/>	Még szétosztandó <input type="text" value="13"/> pont.
Isten számon tartja vétkeimet.	<input type="text" value="0"/>	
Isten mindig gondoskodik rólam.	<input type="text" value="0"/>	
Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	<input type="text" value="0"/>	
Isten bármikor visszaveheti az életemet.	<input type="text" value="0"/>	
Isten ajándékozza az életet nekem.	<input type="text" value="0"/>	
Isten sokkal többet vár tőlem.	<input type="text" value="0"/>	
Isten minden bűnt megbüntet.	<input type="text" value="0"/>	

9. ábra: Az interneten kitölthető kérdőív istenreprezentációkra vonatkozó skálájának részlete

Maga a skála azonos volt az első vizsgálatban alkalmazottal, azaz 4 racionális és 4 irracionális állítást tartalmazott, melyeket a személynek értékelnie kellett az előzőekben felidézett büntudatot vagy lelkiismeret-furdalást okozó eseményre vonatkoztatva. Minden állítást 8 Istenre vonatkozó kijelentés követett (4 pozitív, 4 pedig negatív tartalmú). Ezúttal azonban nem egy folytonos skálán kellett értékelnie a kitöltőnek az istenreprezentációkat, hanem arra kértük, hogy 13 pontot osszon el a felsorolt állítások között aszerint, hogy mennyire erősen függ össze az előzőleg értékelt racionális/irracionális kijelentéssel. Az 5. ábrán egy ilyen tétel látható.

Minden egyes racionális/irracionális kijelentés során más-más sorrendben követték egymást az istenreprezentációkat megfogalmazó állítások.

Vallásosság

A vallásosság mérésére is több skálát használtunk. Az előző kutatásból beemeltük az Életkortól független intrinzik-extrinzik vallásosság skálát (Maltby, 1999, 2002; Urbán 2012) és a Keresztény vallásos internalizáció skálát (Ryan et al., 1993, Martos és mtsai. 2011).

Ezen kívül a kérdőívcsomag része volt a Kritika utáni vallásosság skála (Post-Critical Belief Scale, PCBS; Hutsebaut, 1996; magyarul Horváth-Szabó és munkatársai, 2003)

rövidített változata is (Martos és munkatársai, 2009). Ez 18 tételt tartalmaz, melyek két alksálát alkotnak:

- transzcendens valóság bevonása: mennyire fogadja el és mennyire része a transzcendencia az egyén életének;
- vallásos kijelentések értelmezésének módja: szó szerinti vagy szimbolikus.

A nyersadatokat Martos és munkatársai (2009) által leírt algoritmus segítségével alakítottuk át folyamatos dimenziókká.

Háttér-változók

A fenti skálákon kívül különböző demográfiai és vallásgyakorlásra vonatkozó adatokat is mértünk. Rákérdeztünk a válaszolók életkorára, nemére, legmagasabb iskolai végzettségére, családi állapotára és felekezeti hovatartozására. A vallásgyakorlás módját két tétel mérte: „Milyen módon gyakorolja vallását?” (válaszlehetőségek: egyáltalán nem vagyok vallásos, nem gyakorlom a vallásomat, a magam módján vagyok vallásos, ritkán de egyházamban gyakorlom vallásomat, rendszeresen, egyházamban gyakorlom vallásomat) és „Mennyire fontos Önnek mindennapi életvitelében a vallás?” (válaszlehetőségek: egyáltalán nem fontos, kissé fontos, nagyon fontos, minden cselekedetemet befolyásolja).

5.2. A minta

A vizsgálati személyek megkeresése különböző levelezőlistákon, közösségi portálokon, hírportálokon keresztül történt.

Összesen 294 személy töltötte ki hiánytalanul a kérdőívcsomagot, 80 férfi (átlagéletkoruk 33,66 év, szórás 14,08 év) és 214 nő (átlagéletkoruk 29,5 év, szórás 10,71 év). A legfiatalabb kitöltő 15, a legidősebb 72 éves volt.

A kitöltők 3,4%-a általános iskolai, 31%-a középiskolai, 60,2%-a egyetemi végzettséggel, 5,4%-a doktori címmel rendelkezett. Családi állapot: a válaszadók 56,1%-a nőtlen, illetve hajadon, 32,3% él házasságban, 8,2% élettársi kapcsolatban, 1,4% elvált és 1,4% özvegy.

A felekezeti hovatartozás vonatkozásában a megkérdezettek nagyrésze (69,4%) római katolikus, 17,3%-a református, 1%-a evangélikus, 5,4%-a tartozik más keresztény közösséghez (unitárius, baptista, hetednapot ünneplő adventista, más szabadkeresztény gyülekezetekhez tartozó), 1%-a vallja magát egyéb vallásos (nem keresztény) közösséghez tartozónak, 3,1%-a vallásos, de nem tartozik felekezetekhez, 2%-a pedig nem vallásos.

A kérdőívcsomagot kitöltők 2,4%-a egyáltalán nem tartja magát vallásosnak, 1,4%-a nem gyakorolja a vallását, 16,3%-a a maga módján vallásos, 11,9%-a ritkán, de egyházában gyakorolja a vallását, 67%-a pedig rendszeresen, egyházában gyakorolja a vallását.

A vallás szubjektív fontosságáról a válaszadók 2,4%-a nyilatkozott úgy, hogy egyáltalán nem fontos számára mindennapi életében a vallás, 17% számára kissé fontos, 51,7% számára nagyon fontos és 27,6% válaszolta azt, hogy minden cselekedetét befolyásolja.

5.3. Eredmények

5.3.1. A háttérváltozók összefüggései

Első lépésben ismét a háttérváltozók és az általunk vizsgált változók összefüggéseit vizsgáltuk. A nemeket összehasonlítva több változó esetében is szignifikáns különbség mutatkozott a férfiak és a nők között (lásd 12. táblázat)

12. táblázat: Nemek közötti különbségek

Változó	M _{férfiak}	SE _{férfiak}	M _{nők}	SE _{nők}	t	p
Életkor	33,51	1,56	29,51	0,72	2,34	0,022
Extrinzik személyes orientáció	-0,23	0,12	0,08	0,06	-2,43	0,016
Identifikált vallásosság	-0,26	0,13	0,09	0,06	-2,44	0,016

A táblázatból kiolvasható, hogy a férfiak néhány évvel idősebbek a nőknél, az extrinzik személyes vallásos orientáció és az identifikált vallásosság esetében a nők pontszáma magasabb.

Néhány változóban szignifikáns különbség mutatkozott a különböző iskolázottságú csoportok között is, ezeket azonban terjedelmi okokból a mellékletben közöljük.

5.3.2 A skálák faktorstruktúrája és megbízhatósága

Az általunk használt, de magyar nyelven már alkalmazott skálák belső megbízhatósága minden esetben jó vagy elfogadható volt (lásd 13. táblázat). Az alkalmazott számítási mód sajátosságai miatt a Kritika Utáni Vallásosság Skála esetében a Cronbach-alfa nem alkalmazható.

13. táblázat: Az alskálák megbízhatósága

Skála	Cronbach α
STAI	0,897
Beck depresszió	0,861
Beck reménytelenség	0,882
MLQ – értelem megléte	0,932
MLQ – értelem keresése	0,829
Intrinzik vallásos orientáció	0,868
Extrinzik személyes orientáció	0,663
Extrinzik társas orientáció	0,847
Identifikált vallásosság	0,827
Introjektált vallásosság	0,693

A pozitív és negatív érzelmeket tartalmazó skálát főkomponens-elemzéssel vizsgáltuk. A megfelelő mintaválasztást ellenőrző Kaiser–Meyer–Olkin próba (KMO = 0,834) és a változók közti korrelációk erősségének megfelelőségét vizsgáló Bartlett teszt ($\chi^2(171) = 2251,99$; $p < 0,000$) eredményei azt mutatták, hogy adataink alkalmasak a főkomponens-elemzésre.

Három faktornak volt egynél nagyobb sajátértéke, viszont két tétel („nyugtalan” és „izgatott”) két faktoron is csaknem hasonló súllyal szerepelt, ezért megismételtük a próbát a fenti két tétel nélkül. A Kaiser–Meyer–Olkin próba (KMO = 0,819) és a Bartlett teszt ($\chi^2(136) = 1815,94$; $p < 0,000$) eredményei ismét megfelelőnek bizonyultak. Ezúttal is három faktornak volt egynél nagyobb sajátértéke, ezek a variancia 53,87%-át magyarázzák. A faktorokat Oblimin rotációnak vetettük alá (nem volt okunk azt feltételezni hogy egymástól független dimenziókról van szó). A 14. táblázatban szerepel az egyes tételek súlya a három faktoron. Értelmezésünk szerint az első faktoron az általános zaklatottságra utaló negatív érzelmek, a másodikon a pozitív érzelmek, a harmadikon pedig a büntudattal kapcsolatos negatív érzelmek kapnak helyet. Mivel kifejezetten azt az instrukciót adtuk a vizsgálatban résztvevő személyeknek, hogy olyan eseményt idézzenek fel, amellyel kapcsolatban ma is büntudatuk, lelkiismeret-furdalásuk van, érthető, hogy ezek a tételek miért alkotnak külön alskálát.

14. táblázat: Az egyes érzelmek factorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűvel szerepelnek. – Pattern mátrix

Tétel	1.	2	3.
ingerlékeny	0,785	0,084	-0,002
ideges	0,754	-0,032	0,119
ellenséges	0,742	-0,028	-0,067
dühös	0,742	-0,020	0,180
feszült	0,700	-0,063	0,191
aktív	0,206	0,796	-0,040
figyelmes	-0,267	0,765	0,259
lelkes	-0,070	0,703	0,029
elszánt	0,141	0,686	-0,086
éber	0,072	0,638	0,089
lelkileg erős	-0,189	0,593	-0,283

Tétel		1.	2	3.
érdeklődő		-0.235	0,583	0,144
büszke		0,328	0,434	-0,322
félénk		0,154	0,146	0,714
ijedt		-0,025	0,201	0,713
megszégyenült		0,202	-0,153	0,618
bűntudattal teli		0,185	-0,350	0,571
Sajátérték		3,488	3,808	2,432
Korrelációk	1		-0,128	0,398
	2			-0,201
Cronbach α		0,833	0,812	0,683

Eredményeink alapján úgy tűnik, hogy adataink három alskála képzése felel meg a kérdőív belső struktúrájának. Ezért a zaklatottság, pozitív érzelmek és bűntudat alskálákkal dolgozunk tovább. Ezek megbízhatóságát a 14. táblázat tartalmazza. A bűntudat alskála Cronbach α értéke nem éri el a 0,7-es értéket, azonban a kis tételszám miatt ez az érték is megfelelőnek tekinthető (Field, 2009). Az egyes alskálák közötti korrelációkat is a 14. táblázat tartalmazza.

Következő lépésben a racionalitásra/irracionalitásra vonatkozó tételeken végeztünk főkomponens-elemzést. A Kaiser–Meyer–Olkin mutató értéke ($KMO = 0,715$) és a Bartlett-teszt eredményei ($\chi^2(28) = 603,88$ $p = 0,000$) alapján adataink megfelelőnek bizonyultak ehhez az eljáráshoz. Két faktornak volt 1-nél nagyobb sajátértéke, ezek a variancia 57%-át magyarázzák. Egy tétel („Nem bírom elviselni annak gondolatát, hogy így cselekedtem”) azonban mindkét faktoron nagy súllyal szerepelt, ezért megismételtük a főkomponens-elemzést a fenti tétel nélkül. A mintaválasztás megfelelőségét vizsgáló próbák eredményei ismét megfelelőek voltak (Kaiser–Meyer–Olkin: $KMO = 0,668$; Bartlett-teszt: $\chi^2(21) = 503,72$, $p = 0,000$), ezúttal is két faktornak volt 1-nél nagyobb sajátértéke, ezek a variancia 59,63%-át magyarázzák. Ismét azt feltételeztük, hogy a kapott konstrukciók nem teljesen függetlenek egymástól, ezért oblimin rotációt alkalmaztunk. Az egyes tételek súlyát a 2 faktoron az 15. táblázat tartalmazza.

15. táblázat: A racionális és irracionális állítások factorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűkkel szerepelnek. – Pattern mátrix.

Tétel	1	2
Noha ezt tettem, ettől még nem vagyok értéktelen.	0,824	-0,037
El tudom fogadni, hogy olyasmit cselekedtem, amit ma már bánok.	0,721	0,267
Bár nem jó érzés ezzel a tudattal élni, de nem is szörnyű.	0,665	-0,271
Értéktelen ember vagyok, amiért ezt tettem.	-0,647	0,177
Bár nem könnyű, de elviselem a tettem súlyát.	0,540	0,263
Szörnyű, hogy ezt megtettem.	-0,108	0,892
Semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem.	0,069	0,873
Sajátérték	2,369	1,805
Korrelációk	1	0,01
Cronbach α	0,696	0,776

A fentiek alapján két alskála képzése mellett döntöttünk. A Szégyen alskálába a „Szörnyű, hogy ezt megtettem”, illetve a „Semmiképpen sem lett volna szabad ezt meg tennem”, azaz katasztrofizálást és a követelést megfogalmazó tételek kerültek. Az Elfogadás alskálát a racionális hiedelmeket megfogalmazó tételek, illetve negatív előjellel a globális értékelést megfogalmazó „Értéktelen ember vagyok, amiért ezt megtettem” tétel alkotják.

Ezek után az egyes istenreprezentációk tartalmára vonatkozó tételeken végeztünk főkomponens-elemzést. Ennek alskálának az esetében a kitöltőknek 13 pontot kellett elosztania a 8 Istenre vonatkozó tétel között, és nagy volt az extrém (0,13) pontszámok aránya, ezért úgy döntöttünk, hogy az adatok feldolgozásakor azzal számolunk, hogy egy adott tételt a skála kitöltése során hányszor választott a személy a lehetséges 8-ból, azaz hányszor adott rá 0-nál nagyobb pontszámot. Az így kapott értékekkel végeztük el a főkomponens-elemzést.

A Kaiser–Meyer–Olkin mutató értéke ($KMO = 0,714$) és a Bartlett-teszt eredményei ($\chi^2(28) = 601,257$ $p = 0,000$) alapján adataink megfelelőek. Két faktort találtunk, melynek 1-nél nagyobb a sajátértéke, melyek együttesen a variancia 55,65%-át magyarázzák. Az elméleti megfontolások alapján a pozitív, illetve negatív tartalmú istenreprezentációk egyszerre is jelen lehetnek, ezért ezúttal is oblimin rotációt alkalmaztunk. A 16. táblázatban összefoglaltuk az egyes tételek súlyát a két faktoron.

16. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenreprezentációk faktorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűvel szerepelnek. – Pattern mátrix.

Tétel	1	2
Isten számon tartja a vétkeimet.	0,884	-0,099
Isten minden bűnt megbüntet.	0,872	-0,160
Isten sokkal többet vár tőlem.	0,652	0,163
Isten bármikor visszaveheti az életemet.	0,590	0,267
Isten ajándékozza az életet nekem.	0,015	0,720
Isten mindig gondoskodik rólam.	0,229	0,689
Isten szerető, irgalmas atya.	-0,225	0,672
Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	0,124	0,620
Sajátérték	2,863	1,589
Korrelációk	1	0,210
Cronbach α	0,728	0,636

Amint az a táblázatból is kiderül, egy pozitív- és egy negatív tartalmú istenreprezentáció alskála különült el, a továbbiakban ezekkel fogunk dolgozni.

Annak érdekében, hogy a vallásosság, illetve a jóllét változóival könnyebben lehessen dolgozni, ezeken a változókon is főkomponens-elemzést végeztünk. Előbb a jóllét mutatóit vizsgáltuk. A Kaiser–Meyer–Olkin mutató értéke ($KMO = 0,792$) és a Bartlett-teszt eredményei ($\chi^2(10) = 631,588$ $p = 0,000$) alapján adataink alkalmasnak tűntek a faktoranalízisre. A főkomponens-elemzés egyetlen 1-nél nagyobb sajátértékű faktor jelenlétét mutatta ki, mely a variancia 58,6%-át magyarázza (vö. 17. táblázat).

17. táblázat: A distressz változóinak faktorsúlyai.

Változó	1
Szorongás	0,866
Depresszió	0,862
Reménytelenség	0,862
Értelem jelenléte	-0,737
Értelem keresése	0,389
Sajátérték	2,93

A faktor-értékeket elmentettük, a továbbiakban ezekkel számoltunk tovább. Mivel a megtalált értelem negatív súllyal, a szorongás, depresszió, reménytelenség, értelem keresése pedig pozitív súllyal szerepel ezen a faktoron, nem a jóllétet, hanem ennek hiányát méri, ezért a továbbiakban distresszként hivatkozunk rá.

A vallásosság változóit főkomponens-elemzéssel vizsgálva mind a A Kaiser–Meyer–Olkin mutató értéke (KMO = 0,764), mind pedig a Bartlett-teszt eredményei ($\chi^2(21) = 683,656$ p = 0,000) azt jelezték, hogy adataink alkalmasak a főkomponens-elemzésre. Két faktornak voltak egynél nagyobb sajátértéke, ezek együttesen a variancia 60,8 százalékát magyarázták (faktorsúlyaik a 18. táblázat) tartalmazza. Nem volt okunk azt feltételezni, hogy a két kapott változó független lenne egymástól, ezért oblimin rotációt alkalmaztunk.

18. táblázat: A vallásosság változóinak faktorsúlyai. A 0,4-nél nagyobb súlyok félkövér betűvel szerepelnek. – Pattern mátrix.

Változó	1	2
Intrinzik vallásosság	0,917	0,041
A transzcendens bevonása	0,892	0,165
Identifikált vallásosság	0,872	-0,048
Extrinzik személyes vallásosság	0,452	-0,388
Extrinzik társas vallásosság	-0,030	-0,694
Szimbolikus értelmezés	0,160	0,660
Introjektált vallásosság	0,350	-0,602
Sajátérték	2,943	1,314
Korrelációk	1	-0,188

A két komponens tételeit elemezve úgy tűnik, hogy az első inkább a hit mélységét, a transzcendens fontosságát méri a személy számára, míg a második a vallásos autonómiát: mennyire képes a személy szimbolikusán értelmezve saját maga számára élővé tenni a vallásos kijelentéseket, egyúttal függetlenedni a vallásosság nyújtotta szociális előnyöktől és a pusztán csak introjektált, a vallásos szocializáció során elsajátított vallásos eszméktől. Ahogy az a táblázatban is látszik, az extrinzik személyes és az introjektált vallásosság mindkét faktoron tölt. A faktor-értékeket ezúttal is elmentettük, s a továbbiakban a Hit mélysége és a Vallásos autonómia változókkal dolgozunk (e két fogalmat már egy előző kutatásban alkalmaztuk: Robu, Martos (2007)).

5.3.3 A gondolkodásbeli érettség és a jóllét kapcsolata

1. hipotézisünk azt az empirikus tényekkel már többször is alátámasztott (vö. Szentágotai és Jones, 2010) tételt fogalmazza meg, mely szerint a múltbeli eseményekről való irracionális gondolkodás alacsony pszichológiai jólléttel függ össze. A racionális-emocionális viselkedésterápia alapvetéseivel összhangban ugyan, de a hangsúlyokat eltolva, az általunk gyűjtött adatok mögöttes struktúráihoz igazodva, jelen kutatásunkban nem a racionális-, illetve irracionális hiedelmekkel, hanem az általunk elfogadásként, illetve szégyenként címkézett változókkal dolgoztunk tovább. Ezek is az általunk megfogalmazott racionális és irracionális hiedelmeket tartalmazó tételekre alapozódnak, melyek azonban (valószínűleg a feladat sajátos jellege miatt), más főkomponensek mentén csoportosultak.

Első megfigyelésünk, hogy a szégyen gyenge, ám szignifikáns pozitív korrelációt mutat a pszichológiai distresszel ($r = 0,116$; $p = 0,043$), míg az elfogadás közepes erősséggel, negatívan korrelál ugyanezzel a változóval ($r = -0,389$; $p < 0,001$) (vö. 19. táblázat).

19. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Elfogadás	Szégyen
Distressz	-0,389**	0,116*

Az életkor, a nem, a családi állapot és a vallásos háttérváltozók (felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, vallás szubjektív fontossága), illetve a vallásosság többi mutatóját (pozitív-, illetve negatív istenreprezentáció, hitmélység és vallásos autonómia) kontrollálva azonban ez az összefüggés átalakul. Többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzéseket végeztünk ugyanis, melybe előbb az életkort és a nemet, majd a többi háttérváltozó dummy-kódolt változatát, az érzelmeket, majd végül az elfogadást és a szégyent bocsátottuk be az egyenletbe. Eredményeink szerint, melyeket a 20. táblázat foglal össze, az elfogadás és a distressz negatív kapcsolata így is kimutatható ($\beta = -0,343$; $p = 0,000$), míg a szégyen és a distressz fenti korrelációs értékek alapján feltételezett kapcsolata eltűnt ($\beta = -0,004$; $p = 0,940$).

20. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, családi állapot, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmek hatására.

	Distressz	
	β	ΔR^2
Elfogadás	-0,343**	0,105
Szégyen	-0,004	

Eredményeink alapján tehát úgy tűnik, hogy nem a múltbeli eseményekkel kapcsolatos szégyen, hanem az ezekkel kapcsolatos elfogadás hiánya az, ami pszichológiai distresszrel jár együtt.

5.3.4 A vallásos viszonyulási módok és a gondolkodásbeli érettség kapcsolata

Második hipotézisünkben a vallásos viszonyulási módok és a gondolkodásbeli érettség kapcsolatára vonatkozóan fogalmaztunk meg előfeltevéseket. Az általunk gyűjtött adatok mögöttes struktúráját vizsgálva, az általunk vallásos autonómiának címkézett változó az, amely a vallásos szocializáción túl a személyes, egyedi utak keresését jellemzi, míg a hitmélységet inkább a vallásos tartalmakkal való azonosulás, a transzcendensnek az élet legtöbb aspektusába való bevonása jellemzi. Mindkettő lehet a vallásos érettség mutatója, de a vallásos autonómia ennek inkább a kognitív, míg a hitmélység inkább a kapcsolati oldalát írja le.

Eredményeink azt mutatják, hogy a vallásos autonómia az elfogadással korrelál pozitívan ($r = 0,282$; $p = 0,000$), míg a hitmélység mind a szégyennel ($r = 0,119$; $p = 0,038$), mind pedig az elfogadással ($r = 0,149$; $p = 0,009$) pozitív szignifikáns, ámde aránylag gyenge korrelációt mutat (vö. 21. táblázat).

21. táblázat: A múltbeli eseményekről való gondolkodás és vallásosság mutatóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Vallásos autonómia	Hitmélység
Elfogadás	0,282**	0,149**
Szégyen	-0,023	0,119*

Annak érdekében, hogy a többi változó hatását kontrollálva is kimutassuk ezt az összefüggést, többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzést végeztünk. Egymás utáni lépésekben bocsátottuk be az egyenletbe az életkort, a nemet, az iskolázottság, a családi állapot a vallásos háttérmutatók (felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, vallás szubjektív fontossága) dummy-kódolt változatát, az érzelmeket, végül pedig a vallásos autonómiát és a hitméltséget. A hitméltség és a szégyen pozitív összefüggése gyengén, de szignifikánsan megmaradt ($\beta = 0,174$; $p = 0,043$). Az elfogadás mind a vallásos autonómiával ($\beta = 0,325$; $p = 0,000$) mind pedig a hitméltséggel ($\beta = 0,430$; $p = 0,000$) megőrizte kapcsolatát (vö. 22. táblázat).

22. táblázat: *A múltbeli eseményekről való gondolkodás és a vallásosság mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmei hatására.*

	Elfogadás		Szégyen	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
Hitméltség	0,430**	0,145	0,174*	0,014
Vallásos autonómia	0,325**		-0,06	

Eredményeink azt mutatják tehát, hogy a feltételezett összefüggés a vallásos és gondolkodásbeli érettség között az elfogadás esetében mutatható ki: a vallásos érettség kognitív összetevőjeként értelmezett vallásos autonómia és kapcsolati összetevőjeként meghatározott hitméltség is az elfogadó attitűdöt jelzi előre, míg a szégyennel gyenge az összefüggésük.

5.3.5 Az istenreprezentációk tartalma és a vallásosság az összefüggése

Azt is feltételeztük, hogy az istenreprezentációk tartalma összefüggést mutat majd a vallásosság milyenségével. A szakirodalom alapján azt feltételezhetjük, hogy az Istenre vonatkozó pozitív tartalmak érettebb vallásossággal járnak együtt, mint a negatívak.

Első lépésben korrelációkat számoltuk a pozitív és a negatív istenreprezentációk, illetve a vallásosság két mutatója – a vallásos autonómia és a hitméltség – között. Az eredményeket a 23. táblázat tartalmazza.

23. táblázat: Az istenrepresentációk tartalmának és a vallásosság mutatóinak korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Vallásos autonómia	Hitméltség
Pozitív tartalmú istenrepresentációk	-0,117*	0,165**
Negatív tartalmú istenrepresentációk	-0,226**	-0,106

A táblázatból kiolvasható, hogy a vallásos autonómia gyenge, de szignifikáns mértékben korrelál negatívan mind a pozitív ($r = -0,117$; $p = 0,046$), mind pedig a negatív istenrepresentációkkal ($r = -0,226$; $p = 0,000$). Ezzel szemben a hitméltség csak a pozitív tartalmú istenrepresentációkkal mutat gyenge pozitív korrelációt ($r = 0,165$; $p = 0,005$).

Annak érdekében, hogy a többi változó hatását kontrollálva is megvizsgálhassuk ezeket az összefüggéseket, többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzést végeztünk. Első lépésben az életkort és a nemet, majd az iskolázottság, a családi állapot, a felekezeti hovatartozás, a vallásgyakorlás módja és a vallás szubjektív fontosságának dummy-kódolt változatait engedjük be az egyenletbe. Ezeket követték az érzelmek, majd pedig utolsó lépésben a pozitív, illetve a negatív tartalmú istenrepresentációk. Az eredmények (vö 24. táblázat) azt mutatják, hogy egyedül a negatív tartalmú istenrepresentáció maradt szignifikáns negatív előrejelzője a vallásos autonómiának ($\beta = -0,247$; $p = 0,000$), a többi, korrelációval feltárt összefüggés eltűnt a többi változó hatását kontrollálva.

24. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenrepresentációk és a vallásosság mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmek hatására.

	Hitméltség		Vallásos autonómia	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2
pozitív tartalmú istenrepresentációk	-0,002	0,002	0,019	0,053
negatív tartalmú istenrepresentációk	-0,043		-0,247**	

Eredményeink alapján ismét az látszik, hogy a vallásos autonómia az, amely együttjár a negatív tartalmú istenrepresentációk gyengülésével. A hitméltség viszont önmagában sem a pozitív, sem pedig a negatív tartalmú istenrepresentációk változásával nem jár együtt.

5.3.6 Az istenrepresentációk tartalma és a pszichológiai distressz kapcsolata

Azt feltételeztük, ismét a szakirodalom alapján, hogy a negatív tartalmú istenrepresentációk nagyobb pszichológiai distresszrel járnak együtt mint a pozitívak.

Ezt a korrelációs vizsgálatok megerősíteni látszanak: a pozitív tartalmú istenrepresentációk nem mutattak összefüggést a pszichológiai distresszrel, míg a negatívak közepes erős, szignifikáns pozitív korrelációt mutattak ($r = 0,328$; $p = 0,000$) (vö. 25. táblázat).

25. táblázat: Az istenrepresentációk tartalma és a pszichológiai distressz korrelációi. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$).

	Pozitív tart. istenrepr.	Negatív tart. istenrepr.
Distressz	0,004	0,328**

A többi változó hatását kontrollálva ez az összefüggés megmaradt. Az előbbieken leírtak szerint többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzést végeztünk, ahol előbb a nemet és az életkort, majd az iskolázottság, a családi állapot és a vallásos háttérváltozók dummy-kódolt változóit, az érzelmeket, majd legutolsó lépésben a pozitív és a negatív tartalmú istenrepresentációkat engedjük be az egyenletbe. Az eredmények azt mutatják, hogy a negatív tartalmú istenrepresentációk előrejelzik a pszichológiai distressz változását ($\beta = 0,257$; $p = 0,000$), míg a pozitívak nem (vö. 26. táblázat).

26. táblázat: A pozitív és negatív tartalmú istenrepresentációk és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmelek hatására.

	Distressz	
	β	ΔR^2
pozitív tartalmú istenrepresentációk	-0,064	0,054
negatív tartalmú istenrepresentációk	0,257**	

Úgy tűnik tehát, hogy a pozitív tartalmú istenrepresentációk megléte vagy hiánya nem jár együtt pszichológiai distresszrel, míg a negatív tartalmú istenrepresentációk megléte szignifikáns előrejelzője a pszichológiai distressznek.

5.3.7 Az istenrepresentációk tartalmának és a múltbeli eseményekről való gondolkodás módjának kapcsolata a vallásos érettséggel

4. hipotézisünk alapján azt feltételezzük, hogy a múltbeli eseményekről való érettebb gondolkodás befolyásolja az istenrepresentációk tartalmának és a vallásos érettségnek a kapcsolatát. Ennek kivizsgálása érdekében olyan többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzéseket végeztünk, melyekben első lépésben a háttérváltozókat, nem, életkor, családi állapot, iskolázottság (az utóbbi kettő dummy-kódolva), másodikban a vallásos háttérváltozók – felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, vallás szubjektív fontossága –, harmadikban az érzelmeket (zaklatottság, pozitív érzelmek, büntudat), negyedikben vallásosság másik változóját, az ötödikben pedig az elfogadást, illetve szégyent, a pozitív, illetve negatív tartalmú istenrepresentációkat és ezek szorzatát bocsátottuk be az egyenletbe. Minden egyenletben az istenképek tartalmának és a gondolkodás érettségének egy-egy változója (pozitív/negatív, illetve elfogadás/szégyen) és ezek szorzata szerepelt. A független változók a vallásos autonómia és a szégyen voltak, így összesen 8 (2*2*2) regresszióanalízist végeztünk (vö. 27. táblázat).

27. táblázat: A vallásosság előrejelző változói – lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók. A szignifikáns béta értékeket félkövér betűkkel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$)

		Vallásos autonómia		Hitmélység	
4. lépés					
Vallásos autonómia		-		-0,021	
Hitmélység		-0,047		-	
ΔR^2		0,001		0,000	
ΔF		0,270		0,270	
5. lépés					
Pozitív tart. istenrepr.		-0,053		-0,022	
Elfogadás		0,297**		0,189**	
Pozitív X Elfogadás		-0,003		0,006	
ΔR^2	modell R^2	0,074	0,288	0,029	0,682
ΔF	F	9,365**	4,533**	8,145**	24,025**
Pozitív tart. istenrepr.		-0,043		-0,009	
Szégyen		-0,097		0,082	
Pozitív X Szégyen		0,001		0,004	
ΔR^2	modell R^2	0,008	0,222	0,005	0,658
ΔF	F	0,950	3,196**	1,300	21,560**

		Vallásos autonómia		Hitmélység	
Negatív tart. istenrepr.		-0,206**		-0,023	
Elfogadás		0,272**		0,170**	
Negatív X Elfogadás.		-0,056		0,037	
ΔR^2	modell R^2	0,108	0,322	0,030	0,683
ΔF	F	14,324**	5,321**	8,540**	24,168**
Negatív tart. istenrepr.		-0,245**		-0,062	
Szégyen		-0,076		0,087*	
Negatív X Szégyen		0,000		0,022	
ΔR^2	modell R^2	0,058	0,272	0,008	0,661
ΔF	F	7,161**	4,183**	2,068	21,836**

A táblázatból látszik, hogy – az előző kutatással ellentétben – ezúttal egyetlen interakciós hatást sem sikerült kimutatnunk.

5.3.8 Az istenreprezentációk tartalmának és a múltbeli eseményekről való gondolkodás módjának kapcsolata a pszichológiai distresszel

A következőkben azt vizsgáltuk meg, hogy befolyásolja-e az istenreprezentációk és a pszichológiai distressz kapcsolatát a múltbeli eseményekről való gondolkodás – elfogadás vagy szégyen – módja (6. hipotézis).

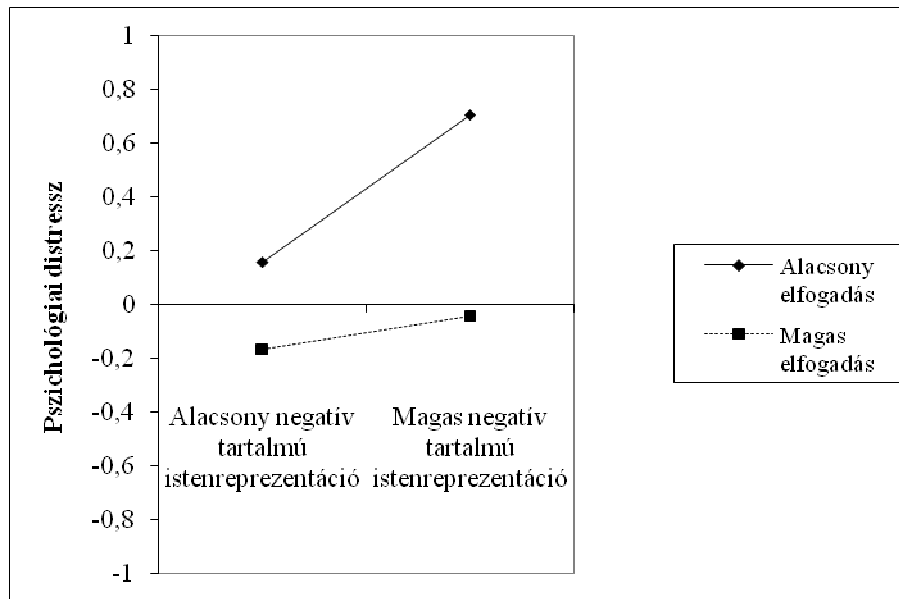
A fentiekben leírt módon ismét többszörös lépésenkénti regresszióelemzéseket végeztünk. Első lépésben a háttérváltozókat, nem, életkor, családi állapot, iskolázottság (az utóbbi kettő dummy-kódolva), másodikban a vallásos háttérváltozókat – felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, vallás szubjektív fontossága –, harmadikban az érzelmeket (zaklatottság, pozitív érzelmek, büntudat), a negyedikben pedig az elfogadást, illetve szégyent, a pozitív, illetve negatív tartalmú istenreprezentációkat és ezek szorzatát bocsátottuk be az egyenletbe. Minden egyenletben az istenképek tartalmának és a gondolkodás érettségének egy-egy változója (pozitív/negatív, illetve elfogadás/szégyen) és ezek szorzata szerepelt. A független változó a distressz volt, így összesen 4 (2*2*1) regresszióanalízist végeztünk. Az eredményeket a 28. táblázat foglalja össze.

28. táblázat: A pszichológiai distressz előrejelző változói – lineáris regresszióelemzés, standardizált béta együtthatók. A szignifikáns béta értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$)

		Pszichológiai distressz	
4. lépés			
Pozitív tart. istenrepr.		0,007	
Elfogadás		-0,357**	
Pozitív X Elfogadás		-0,074	
ΔR^2	modell R^2	0,109	0,338
ΔF	F	14,878**	5,992**
Pozitív tart. istenrepr.		-0,005	
Szégyen		-0,042	
Pozitív X Szégyen		-0,094	
ΔR^2	modell R^2	0,008	0,237
ΔF	F	0,993	3,645**
Negatív tart. istenrepr.		0,168**	
Elfogadás		-0,268**	
Negatív X Elfogadás.		-0,122*	
ΔR^2	modell R^2	0,143	0,372
ΔF	F	20,558**	6,953**
Negatív tart. istenrepr.		0,236**	
Szégyen		-0,040	
Negatív X Szégyen		0,029	
ΔR^2	modell R^2	0,053	0,281
ΔF	F	6,632**	4,598**

A táblázatból kiolvasható, hogy egyedül a negatív tartalmú istenreprezentációk és az elfogadás esetében mutatható ki interakciós hatás a distresszel való kapcsolatuk esetében.

A változók komplex interakciós összefüggésének pontosabb szemléltetésére a distressz várható értékeit grafikonon is ábrázoltuk az ilyen esetekben szokásos ábrázolási konvenciók figyelembevételével, azaz a független változóknak az átlaguktól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékeit („Magas” és „Alacsony” értékek) az egyenletbe helyettesítve (vö. 10. ábra).



10. ábra: A pszichológiai distressz várható értékei a negatív tartalmú istenrepresentációk és a múltbeli eseményekhez való elfogadó viszonyulás függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.

Az ábrán látható, hogy az elfogadás magas szintje mellett a negatív tartalmú istenrepresentációk növekedésével is átlag alatti szinten marad a distressz, azaz a negatív tartalmú istenrepresentációk erősödése a múltbeli eseményekkel kapcsolatos elfogadó hozzáállás mellett nem kapcsolódik jelentős distressz-növekedéshez.

5.3.9 Az istenrepresentációk, a vallásosság, a múltbeli eseményekről való gondolkodás és a distressz komplex összefüggései

A fentiekben láthattuk, hogy a múltbeli eseményekhez való elfogadó viszonyulás esetén a negatív tartalmú istenrepresentációk és a distressz kapcsolata gyengül. A továbbiakban azt vizsgáljuk meg, hogyan illeszthető ebbe a modellbe a vallásosság milyensége, azaz a vallásos autonómia és a hitmélység.

Az 5.3.4 alfejezetben láttuk, hogy mind a vallásos autonómia, mind pedig a hitmélység szignifikáns pozitív előrejelzői az elfogadásnak, az 5.3.3 alfejezetben pedig azt, hogy az elfogadás szignifikáns pozitív előrejelzője a distressznek.

Noha, erre nem fogalmaztunk meg külön hipotézist, arra is kíváncsiak voltunk, hogy kapcsolódik-e, és ha igen, hogyan a vallásosság mikéntje (autonómia és hitmélység) a pszichológiai distresszhez. Első lépésben többszörös lépésenkénti lineáris regresszióelemzést végeztünk a vallásos autonómia, illetve a hitmélység és a distressz kapcsolatát vizsgálva. Az egyenletbe előbb a nemet és az életkort, majd az iskolázottság, a családi állapot és a vallásos

háttérváltozók dummy-kódolt változóit, az érzelmeket, majd pedig a vallásos autonómiát, illetve a hitmélységet engedték be. Az eredményeket a 29. táblázat foglalja össze.

29. táblázat: A a vallásos autonómia, illetve a hitmélység és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmeik hatására.

	Distressz	
	β	ΔR^2
Vallásos autonómia	-0,223**	0,039
Hitmélység	-0,317**	0,036

A táblázatban látszik, hogy mindkét vallásosság-változó szignifikáns negatív előrejelzője a distressznek (vallásos autonómia: $\beta = -0,223$; $p = 0,000$; hitmélység $\beta = -0,317$; $p = 0,000$).

Annak érdekében, hogy megvizsgáljuk, változik-e a vallásosság mutatóinak összefüggése a distresszel az elfogadás jelenlétében, újra elvégeztük a fenti regresszióelemzést, ezúttal azonban az elfogadást is bebocsátottuk utolsó lépésben az egyenletbe. A 30. táblázat tartalmazza a hitmélység és a vallásos autonómia regressziós együtthatóit és a determinációs együttható változását ebben az esetben.

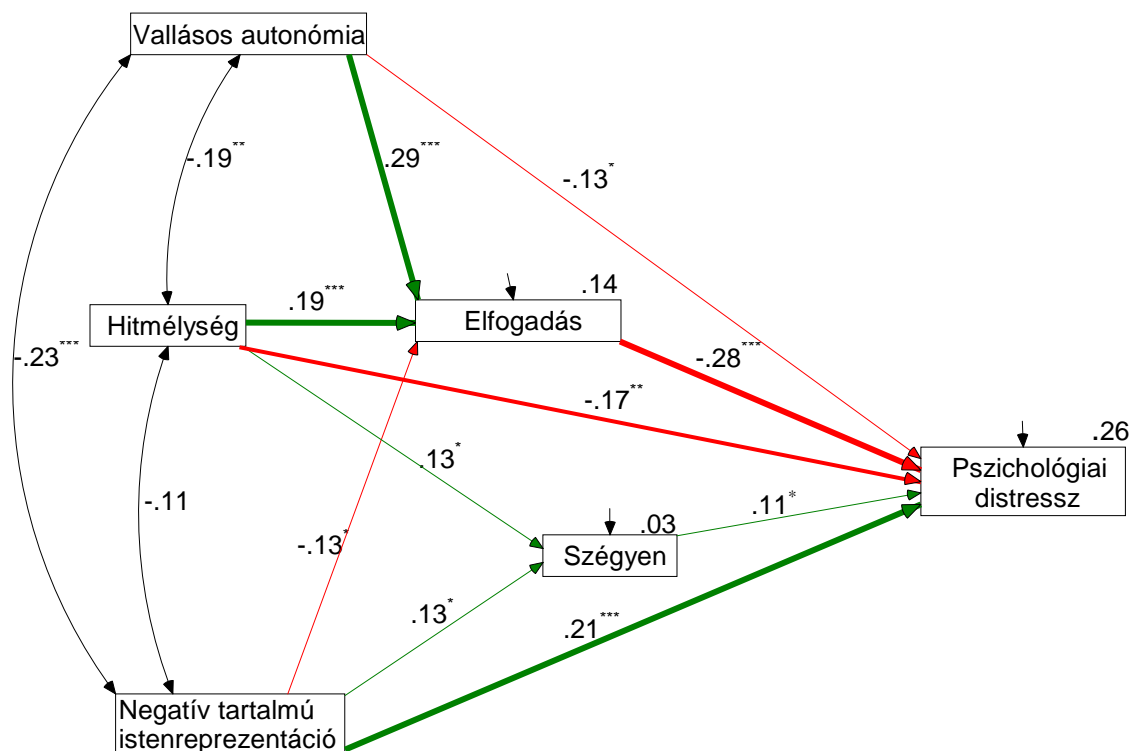
30. táblázat: A vallásos autonómia, illetve a hitmélység és a distressz mutatóinak standardizált regressziós együtthatói és a determinációs együttható változása az elfogadás jelenlétében. A szignifikáns értékeket félkövér betűvel jeleztük. (* $p = 0,05$; ** $p \leq 0,01$). Az összefüggést kontrolláltuk az életkor, nem, iskolázottság, felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, a vallás szubjektív fontossága és az érzelmeik hatására.

	Distressz	
	β	ΔR^2
Vallásos autonómia	-0,125*	0,117
Hitmélység	-0,187*	0,117

Látszik, hogy mindkét változó kapcsolata meggyengült az elfogadás jelenlétében (vallásos autonómia $\beta = -0,125$ $p = 0,028$; hitmélység $\beta = -0,187$; $p = 0,026$).

A Sobel-teszt eredménye (autonómia $z' = -3,867$; $p = 0,000$; hitmélység $z' = -3,611$; $p = 0,000$) azt jelzi, hogy mindkét esetben mediációs hatással van dolgunk: mind a vallásos autonómia, mind pedig a hitmélység distresszre gyakorolt hatásának egy része a múltbeli eseményekhez való elfogadó viszonyulásmódnak köszönhető.

Eredményeinket egyetlen modellbe szeretnénk volna összefoglalni, ennek érdekében útvonal-elemzést végeztünk az Amos16 statisztikai programcsomag segítségével. Az előzőekben ismertetett eredmények alapján előbb egy teljes regressziós modellt építettünk, melyben a negatív tartalmú istenrepresentációk, a vallásos autonómia és a hitmélység szerepeltek exogén változóként, a múltbeli eseményekhez való viszonyulás két változója – elfogadás és szégyen – a mediátor változók, a distressz pedig a kimeneti változó. A nem-szignifikáns ($p > 0,05$) összefüggéseket egyesével eltávolítottuk. A végső modell (11. ábra) illeszkedési mutatói megfelelőek ($\chi^2(2) = 0,401$, $p = 0,818$; NFI = 0.998; CFI = 1,0; RMSEA < 0,001). A modell a distressz varianciájának 26 százalékát magyarázza.



11. ábra: A negatív tartalmú istenrepresentációk, a vallásosság, a múltbeli eseményekről való gondolkodás és a pszichológiai distressz komplex kapcsolata (* $p = 0,05$; ** $p = 0,01$; *** $p \leq 0,001$).

Az ábra jól szemlélteti az általunk kiszámított moderációs (a negatív tartalmú istenrepresentációk és az elfogadás együttes kapcsolata a distresszrel) és mediációs (az elfogadás közvetíti a vallásos autonómia és a hitmélység distresszre gyakorolt hatásának egy részét) kapcsolatokat.

5.4. Értelmezés

Először is ki kell térnünk arra, hogy az általunk vizsgált változók másként csoportosultak ebben a kutatásban, mint az elsőben. Véleményünk szerint ez részben annak köszönhető, hogy ebben az esetben másként fogalmaztuk meg a feladatot. Az első kutatásban arra kértük a személyeket, hogy egy olyan esemény idézzenek fel, mellyel kapcsolatban negatív érzéseik vannak, ezúttal pedig kifejezetten olyan eseményt idéztettünk fel velük, melyhez lelkiismeret-furdalás vagy büntudat kapcsolódik. Ezért történhetett meg, hogy az érzelmek esetében külön alskálát alkotott a büntudat, a racionális és irracionális hiedelmeket vizsgáló tételek esetében pedig a globális értékelés („Értéktelen ember vagyok, amiért ezt tettem.”) negatív súllyal a racionális tételek között szerepel.

Itt kell megmagyaráznunk azt is, miért a „szégyen” szóval hivatkozunk a két irracionális hiedelmet megfogalmazó tételt („Semmiképpen sem lett volna szabad ezt tennem”, „Szörnyű, hogy ezt megtettem”) tartalmazó alskálára, hiszen a szégyen szót egy érzelem megnevezésére használjuk, míg az irracionális hiedelmek alapvetően kognitív jelenségek. Empirikus adatok támasztják alá (Sheikh, S., Janoff-Bulman, R., 2010), hogy a szégyen – a büntudattal ellentétben – tiltó, proskriptív orientációhoz, elkerülő motivációhoz kapcsolódik. Ugyanakkor a racionális-emocionális viselkedésterápia az irracionális hiedelmeket az ún. forró kogníciókhoz („hot” cognitions) sorolják, melyek lényegében az eseményekről alkotott reprezentációk („hideg kogníciók”) értékelését, feldolgozását jelentik. Lazarus (1991) szerint elsősorban az értékelő, „forró” kogníciók azok, amelyek az érzelmeket létrehozzák. Az Ellis által hiedelmeknek címkézett kogníciók azok tehát, melyek az értékelés („appraisal) folyamatán keresztül direkt módon kapcsolódnak az érzelmekhez (vö. David, Schnur és Belloiu, 2002). A racionális és irracionális hiedelmek tehát egyfajta értékelést, személyes viszonyulást fogalmaznak meg, mely több a tisztán kognitív „hideg” kogníciónál és amely a különböző eseményekhez kapcsolódó érzelmek közvetlen kiváltója. Mivel a vizsgálatban a személyeknek egy olyan múltbeli eseményt kellett felidézniük, mellyel kapcsolatban büntudatot vagy lelkiismeret-furdalást éreznek, jelen kutatásunk értelmezésében a múltbeli eseményekhez való viszonyulás két módjaként hivatkozunk az elfogadásra és a szégyenre.

Ugyanakkor úgy tűnik, hogy a Kritika utáni vallásosság skála bevezetése a vallásosság mérésére segített a vallásosság két dimenziójának elkülönítésében. A transzcendens bevonása és a szimbolikus értelmezés mentén csoportosul ugyanis a többi változónk is a vallásosságnak két olyan dimenzióját jelölve, melyek viszonylag függetlenek egymástól és a vallásos személy

viselkedését, érzelmeit, gondolatait, attitűdjeit más-más módon befolyásolják (hasonló eredményre jutottak Fontaine és mtsai., 2005; Kézdy és Martos, 2007; Kovács és Kézdy, 2008). Egy előző kutatásban (Robu és Martos, 2007) szintén arra az eredményre jutottunk, hogy a vallásosságnak a transzcendens bevonása és a szimbolikus értelmezés mentén elkülönülő két dimenziója más módon kapcsolódik az istenreprezentáció különböző változóihoz.

Érdekes és váratlan eredményünk, hogy *a pozitív tartalmú istenreprezentációk nem állnak kapcsolatban sem a vallásosság milyenségével, sem pedig a pszichológiai distresszel.* Másként megfogalmazva: az, hogy valaki több pozitív állítást fogad el Istennel kapcsolatosan, még nem jelenti azt, hogy kevésbé lesz szorongó, depressziós, vagy értelmesebbnek látja az életét. Értelmezésünkben ez azzal magyarázható, hogy a vallásos ember (és nem csak) számára ezek a pozitív állítások természetesenek, a hit axiómái, ezek elfogadása nélkül nem lehetne vallásosságról beszélni, így a velük való egyetértés lényegében a vallásosság mérőeszköze.

Mivel jelen kutatásunkban külön kérdésekkel mértük a vallás szubjektív fontosságát, a felekezeti hovatartozást és a vallásgyakorlás módját is, az 1. kutatással ellentétben, itt lehetőségünk volt ezek hatását kontrollálni. Sejtéseinknek megfelelően a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a vallásosság változóinak (autonómia, hitmélység) kapcsolata vallásosság fontosságát és a vallásgyakorlás erősségét kontrollálva eltűnik. Ez az eredmény is arra hoz bizonyítékot, hogy az Istenre vonatkozó pozitív tartalmú állításokkal való egyetértés még csak felszínesebb vallásosságról árulkodik, aránylag kevés információt hordoz a személy istenreprezentációjának milyenségéről. Itt erősítettük meg azt, amit az előző kutatásban csak sejtésként fogalmaztunk meg, de a vallásos háttérváltozók hiányában nem tudtunk bizonyítani.

Magyarázatra szorul azon eredményünk is, mely szerint sem a pozitív, sem pedig a negatív tartalmú istenreprezentációk nem kapcsolódnak a hitmélységhez. A hitmélység változónk az identifikált vallásosság, a transzcendens bevonása, az intrinzik vallásos orientáció, illetve az extrinzik személyes vallásos orientáció összevonásából született meg. Mindezeket „érett” vallásossági formáknak neveztük az elméleti megfontolások alapján. Ugyanakkor úgy definiáltuk a hitmélységet, mint a vallásos érettség kapcsolati és tapasztalati dimenzióját (a vallásos autonómiát pedig mint a vallásos érettség kognitív dimenzióját). A pozitív tartalmú istenreprezentációk és a hitmélység kapcsolatának a hiánya ugyancsak magyarázható a vallásosság felszínességével, ahogy a fentiekben is. Joggal állíthatjuk, hogy a pozitív tartalmú állításokkal való egyetértés jelen esetben csak a vallásosság fokát méri, amit

viszont kontrolláltunk a vallásos háttérváltozók (felekezeti hovatartozás, vallásgyakorlás módja, vallás szubjektív fontossága) segítségével. Ugyanakkor eredményünk összhangban van Rizzuto (1970) azon megállapításaival, hogy *a pszichológiai jóllét, a lelki egészség szempontjából nem elsődlegesen az Istennel kapcsolatos tudás a fontos.*

A negatív tartalmú istenreprezentációk esetében azonban más magyarázatot kell keresnünk. Ezek, az általunk negatív tartalmúnak nevezett tételek („Isten számon tartja a vétkeimet.”, „Isten minden bűnt megbüntet.”, „Isten sokkal többet vár tőlem.”, „Isten bármikor visszaveheti az életemet.”) mind Istennek egyfajta felsőbbrendűségét, hatalmát hangsúlyozzák, azzal együtt alapvetően mind feltételezik Isten létét, az Istenbe vetett hitet. Ezért történhet meg, hogy ezen állítások elfogadása vagy elutasítása nem jár együtt a hitmélység változásával. A kötődéselmélet fogalmait segítségül hívva: a nagyon mély, intrinzik, identifikált hitű személyeknek lehet biztosan vagy bizonytalanul kötődő szoros kapcsolata is Istennel. Beck és McDonald (2004) az Istenhez való kötődés skálával végzett vizsgálatok eredményeit értelmezve arra a következtetésre jutott, hogy a Kirkpatrick és Shaver (1990) által felállított kompenzációs (a bizonytalan gyermekkori vagy felnőttkori kötődéssel rendelkező vallásos ember Istenben pót kötődési-figurát lát, aki kompenzálhatja ezekért a sérülésekért, ezért lesz mélyen vallásos) és korrelációs (a vallásos emberek a gyermekkori, illetve felnőttkori kötődési kapcsolataikban megtapasztalt belső munkamodelleket és kötődési mintákat viszik át az Istennel való kapcsolatba is) hipotézis nem zárja ki egymást, hanem egyszerre is igaz lehet. Azaz a bizonytalanul kötődő vallásos személy pót-kötődési figurát lát Istenben, a mély hite kompenzációs célt is szolgál, ám amikor ez a kapcsolat kialakul, akkor a bizonytalan kötődési mintáit, belső munkamodelljeit viszi tovább benne. Ugyanakkor a biztosan kötődő személy a korai és felnőttkori kötődési mintái alapján biztosan kötődő, érett, mély kapcsolatot alakít ki Istennel.

Értelmezésünkben a negatív tartalmú, Istenre vonatkozó kijelentésekkel való egyetértés bizonytalan, ezen belül pedig a foglalkoztatott (preoccupied, Bartholomew, Horowitz, 1991) kötődési mintára utalhat, mely az énről való negatív a másikról való pozitív (hatalmas, erős) képpel, belső munkamoddellel jár együtt. Ezek a személyek tehát bizonytalanul kötődnek Istenhez, folyamatosan a kapcsolat foglalkoztatja őket, félnek a másik szeretetének elvesztésétől, de hitük mély, a transzcendens jelenléte átjárja életük minden területét, vallásos értékeik identifikáltak, vallásosságuk intrinzik lehet. Ugyanakkor azok a személyek, akik elutasítják ezeket a negatív tartalmú, Istenre vonatkozó állításokat, véleményünk szerint biztosan kötődnek Istenhez, kapcsolatuk lehet ugyanolyan mély, átjárhatja az életük minden területét, ám hiányzik belőle az Isten hatalmától vagy a kapcsolat elvesztésétől való félelem.

A vallásosság másik dimenziója és a negatív tartalmú istenreprezentációk kapcsolata hipotéziseinknek megfelelően alakult: minél inkább egyetért valaki ezekkel az negatív állításokkal, annál kevésbé autonóm a vallásossága, annál kevésbé képes arra, hogy a saját útját keresse egy vallásos hagyományon belül, hogy megkeresse a vallásos kijelentések, értékek, normák számára releváns és értelmes jelentését. *Azaz a negatív tartalmú istenreprezentációk valószínűsíthetően együtt járnak a vallásosság kognitív dimenziójának éretlenségével.*

Hipotéziseinknek megfelelően alakult a negatív tartalmú istenreprezentációk és a distressz kapcsolata is: *az Istenre vonatkozó negatív állítások elfogadása a szorongás, depresszió, reménytelenség és az értelmesség érzésének hiányából összevont pszichológiai distressz növekedésével jár együtt.* Eredményeink összhangban vannak mind az elméleti (Frielingsdorf, 2006; Rizzuto, 1979) elvárásokkal, mind pedig az empirikus kutatások eredményeivel (pl. Bradshaw és mtsai., 2008; Braam és mtsai., 2008).

A vallásos érettség és a gondolkodásbeli érettség kapcsolatának vizsgálata is jelentős eredményeket hozott. A hitmélység ugyanis mind a múltbeli eseményekhez való elfogadó, mind pedig az ezekhez való szégyenteli viszonyulással pozitív kapcsolatban állt.

Az elfogadás dimenziója lényegében a racionális kijelentéseket („Noha ezt tettem, ettől még nem vagyok értéktelen.”, „El tudom fogadni, hogy olyasmit cselekedtem, amit ma már bánok.”, „Bár nem jó érzés ezzel a tudattal élni, de nem is szörnyű.”, „Bár nem könnyű, de elviselem a tettem súlyát.”) és a globális értékelés („Értéktelen ember vagyok, amiért ezt tettem.”) tagadását tartalmazza. Itt is megfigyelhető tehát az, mint az első kutatásban, hogy a globális értékelés sajátosan viselkedik, ezúttal negatív súllyal a racionális állítások között jelenik meg. Úgy véljük, hogy valláspszichológiai szempontból ennek jelentősége lehet, hiszen annak az érzésnek, hogy a bűnösség elárasztja az ént, következménye lehet, hogy a személy önértékelésének csökkenése lerombolja azokat a tényezőket, amelyek az alapvetően egészséges lelkiismeret-furdalást a büntudattól megkülönbözteti (Tomcsányi, 2002; Tringer, 2005), ezúttal is megállja a helyét. Az előbbieken felsorolt állítások ugyanis mind tartalmazzák a hiba, a bűn (olyan eseményt kellett felidézniük és értelmezniük a személyeknek, amely büntudattal vagy lelkiismeret-furdalással jár együtt) ellenére az elfogadás valamilyen formáját vagy a pedig az elutasítást tagadják.

Ebben a kontextusban úgy mutatkozik, hogy a mély (intrinzik, identifikált, a transzcendenst az élet minden területébe bevonó) vallásosság, azaz a vallásosság érettségének kapcsolati dimenziója a múlthoz való személyes viszonyulás, az arról való gondolkodás érettségével, az elfogadással jár együtt. Eredményeink a vallásosság, ezen belül istenreprezentáció és az énkép,

önértékelés, énséma összefüggéseit kimutató kutatások eredményeivel (vö. Roberts, 1989; Spilka, 1975; Buri, Mueller, 1993) nemcsak összhangban vannak, hanem árnyalják is azokat. Ezúttal ugyanis nem közvetlenül az istenreprezentáció tartalma, hanem az Istennel való kapcsolat mélysége, a vallásos érettség kapcsolati dimenziója az, amely az önelfogadással, a múltbeli események, hibák, bűnök elfogadó értékelésével jár együtt.

Ugyanakkor a hitmélység a múltbeli eseményekről való szégyenteljes viszonyulásmóddhoz is pozitívan kapcsolódik. Ennek értelmezéséhez ismét meg kell néznünk, mit is takar az általunk „szégyen”-nek elnevezett dimenzió. Lényegében két irracionális hiedelem, a követelés („Semmiképpen sem lett volna szabad ezt tennem.”) és a katasztrofizálás („Szörnyű, hogy ezt megtettem.”) összevonásáról van szó. Véleményünk szerint ebben az esetben is a hitmélységnek a bizonytalan kötődési mintákhoz való kapcsolódásáról van szó, a mélynek és szorosnak megélt kapcsolat elvesztését tükrözi a bűn, a hiba irracionális értékelése. A kötődést vizsgáló mérőeszköz hiányában jelen értelmezésünk tentatív jellegű, igazolása empirikus vizsgálatot igényel.

A vallásos autonómia ezzel ellentétben csak az elfogadással mutatott pozitív összefüggést. A vallásosságnak ez a mutatója a szimbolikus értelmezés jelenlétét, illetve a társas extrinzik vallásos orientáció és az introjektált vallásosság hiányát jelenti, melyet a vallásos érettség kognitív dimenziójának tekinthetünk. A szimbolikus értelmezés lényege az, hogy elszakad a vallásos kijelentések, a hittételek, normák szószerinti értelmezésétől, megkeresi ezek szimbolikus, az adott kor és az adott személy számára releváns mondanivalóját, értelmét. Az introjektált vallásosság hiánya ugyancsak arra utal, hogy az általunk vallásos autonómiának nevezett viszonyulásmóddal jellemezhető személy már nem hajlandó a vallásos szocializáció során rá ruházott értékeket, normákat kritika nélkül, automatikusan átvenni. Ez a fajta rugalmasság, átgondoltság komplexitás lehet a közös nevező a vallásos autonómia és az elfogadó attitűd között, mely elsősorban az énré, a személyes értékre vonatkozó árnyalt, elfogadó gondolkodásmódot jelenti.

Ki kell emelnünk azonban, hogy a múltbeli eseményekhez való viszonyulás módja csak az elfogadás hiánya esetén mutatott összefüggést a pszichológiai distresszel. Az általunk szégyennek nevezett irracionális viszonyulásmód nem függött össze a distressz mutatóival, míg az elfogadás negatívan jelezte előre ennek alakulását. *Úgy tűnik tehát, hogy nem önmagában a múltbeli bűnök, hibák irracionális, merev minősítése kapcsolódik a szorongáshoz, depresszióhoz, reménytelenséghez, értelmetlenség-érzéshez, hanem az, ha a személy ezeknek a hibáknak, bűnöknek a következtében a bűnnel, a rosszal azonosítja saját magát* (Tringer, 2005).

A komplex összefüggésekre rátérve egyetlen szignifikáns, de igen jelentősnek mutatózó interakciós kapcsolatot sikerült kimutatnunk, a múltbeli eseményekkel kapcsolatos elfogadó viszonyulás meglétekor a negatív tartalmú istenreprezentációk és a distressz kapcsolata gyengül. Ezzel egyik alapvető feltételezésünk nyert igazolást: *az Istennel kapcsolatos negatív hittartalmak az elfogadó, rugalmas, árnyalt viszonyulásmód hiányában kapcsolódnak a lelki egészség negatív mutatóihoz. Ha azonban ezek az alapvetően Isten hatalmát, mindenhatóságát hangsúlyozó tételek önelfogadással, a múltbeli hibákkal kapcsolatos rugalmas, érett gondolkodással társulnak, jobb lelki egészség mutatókkal járnak együtt.*

Az elméleti meggondolásokon túl, ezen eredményünknek terápiás vonatkozásai is lehetnek. A szekuláris tanácsadó, pszichoterapeuta ugyanis vallásos klienssel dolgozva nem kompetens a hittartalmak vonatkozásában. A pszichológus, az e téren való képzettség hiánya miatt nem lehet autoritás a vallásos tanítás, a hittartalmak szempontjából, a kliens istenkapcsolata szempontjából (Tan, 1996, Utsch, 1997). Az önelfogadás, a racionális, szélsőségektől mentes gondolkodás, viszonyulásmód fejlesztése azonban kifejezetten tanácsadói, illetve bizonyos esetekben terápiás feladat, mely – eredményeink szerint – az Istenről való tudás, az istenkapcsolat explicit módosítása nélkül is jobb lelki-egészség mutatókhoz, ezen keresztül pedig jobb életminőséghez vezethet.

Másik komplex összefüggérendszerünk az elfogadás mediáló hatása a vallásosság és a pszichológiai distressz között. A 11. ábrát elemezve látszik hogy a vallásos autonómia szinte teljes egészében, és a hitmélység is jelentős mértékben a múltbeli eseményekhez való elfogadó magatartáson keresztül kapcsolódik a distresszhez. Fenti értelmezésünk alapján a vallásos autonómia és az elfogadás közös nevezője a rugalmas, szélsőségektől-mentes, a kétértelműségeket, hibákat toleráló azaz érett gondolkodásmód. Egy múltbeli, hibaként vagy bűnként értelmezett esemény viszonylatában tehát ez a komplex, több szempontot figyelembe venni képes, elfogadó értékelés az, amely a személy pszichológiai egyensúlyát megóvjá.

A hitmélység egyrészt az elfogadással való, fentiekben már értelmezett kapcsolaton keresztül kapcsolódik negatívan a distresszhez, másrészt azonban közvetlen, nem mediált kapcsolata is van vele. *Azaz a mély, belső, identifikált hitnek, a szoros istenkapcsolatnak egyrészt az önelfogadáson, a hibákról, bűnökről való árnyalt gondolkodáson keresztül, másrészt azonban direkt módon is hatással van a pszichológiai egészségre.* Ezen eredményünk a valláspszichológiai kutatás egy komoly részét kitevő vizsgálatok sorába tagozódik (Thoresen és mtsai., 2001; Fontana, 2006). Ugyanakkor azonban a keresztény lelkiség és a misztika évszázados hagyományát is megerősíti, mely szerint az Istennel való szoros és mély kapcsolat segíthet a lelki egyensúly megőrzésében.

Ezen eredményünknek is van gyakorlati vonatkozása, ezúttal azonban a lelkigondozás szempontjából. A lelkigondozó és lelkipásztor ugyanis a pszichológussal ellentétben éppen a vallásosság és a hit területén kompetens. Eredményeink alapján azonban mind a negatív tartalmú istenreprezentációk felülvizsgálata, mind pedig a vallásos érettség elősegítése (akár a hit mélyebbé, személyesebbé válása, akár a vallásos autonómia támogatása útján) segítheti a vallásos embert abban, hogy pszichológiai szempontból is kiegyensúlyozottabb, egészségesebb legyen.

Eredményeink azonban fenntartással kezelendők több szempontból is. Egyrészt azért, mert keresztmetszeti kutatást végeztünk, ezért – noha használtunk ok-okozati kapcsolatra utaló megfogalmazásokat – csak együttjárásokról beszélhetünk, nem pedig a változók közötti oksági összefüggésekről. Másrészt mintaválasztásunk is esetleges volt olyan szempontból, hogy levelezőlisták, személyes kapcsolatok segítségével terjesztettük a kérdőívre mutató linket, így nem volt kontrollunk fölött, hogy ki tölti ki a kérdőívet.

A valláspszichológiai kutatások mintaválasztásának örök dilemmája a magukat vallásosnak, illetve nem vallásosnak tartó személyek egyensúlya a mintában. Egyrészt kívánatos volna a magukat nem vallásosnak tartó személyek jelenléte is, hiszen nagyban árnyalhatják a képet, másrészt azonban az ő adataik torzíthatják is az eredményeket, hiszen pl. az „Isten szerető irgalmas atya” típusú tételekre adott tagadó válasz jelezheti azt is, hogy a kitöltő nem látja Istent irgalmasnak vagy azt is, hogy nem hisz benne. Ezért, a vallásos személyek túlsúlya miatt a mintánkban, eredményeink csakis keresztény kontextusban és csak a magukat vallásosnak tartó személyek pszichológiai valóságának megértése szempontjából relevánsak.

Az eredményeket elemezve hiányoljuk a lelki egészség pozitív mutatóinak nagyobb súlyát is, hiszen eredményeink így többnyire csak a pszichológiai distresszre, nem pedig a jóllétre értelmezhetőek. Eredményeink továbbgondolása és pontosabb értelmezése érdekében a jövőben mindenképpen tanácsos volna az Istenhez való kötődés, illetve az önértékelés bevonása is a vizsgálatba.

6. KÖVETKEZTETÉSEK

Kutatásunk célja az istenreprezentáció, a gondolkodásbeli és vallásos érettség, illetve a pszichológiai jóllét komplex kapcsolatának feltárása volt. Vizsgálatunk újat hoz annyiban, hogy két, elvileg egymástól távol eső pszichológiai területet, a tárgykapcsolat-elméleti és pszichoanalitikus alapokon nyugvó istenkép-kutatást, illetve a hagyományosan vallásellenesnek tekintett racionális-emocionális viselkedésterápia alapvetéseit próbálja összekapcsolni. Célunk az volt ezzel, hogy a nehezen operacionalizálható és mérhető istenképre vonatkozó elméleteket egy pragmatikus és kutatás-orientált paradigma segítségével ragadjuk meg. Ezért a racionális-emocionális viselkedésterápiára nem elsősorban mint pszichoterápiás irányzatra, hanem mint kutatási, és az érzelmi, valamint viselkedéses problémák magyarázatát kereső paradigmára tekintettünk és használtuk fel.

Próbálkozásunk, úgy tűnik, hatékony volt, amennyiben sikerült kimutatnunk, hogy önmagában az Istenre vonatkozó pozitív vagy negatív tartalmak felmérése még nem elégséges az istenreprezentáció vallásossággal, illetve lelki egészséggel való komplex kapcsolatának feltárására. Releváns információt kapunk azonban a személy istenreprezentációjáról és ennek a vallásosságához, illetve a pszichológiai jólléthez való kapcsolódásáról, ha figyelembe vesszük azt, hogy mennyire társul ez a tartalom merev, szélsőséges, vagy pedig rugalmas, árnyalt értelmezésekhez. Ezek közül is elsősorban az én és a hibák, bűnök elfogadása, illetve az én teljes egészében rosszként, bűnös-ként, értéktelenként való értékelése (a racionális-emocionális viselkedésterápia kifejezésével feltétel nélküli önellfogadás, illetve globális értékelés) volt az, amely valláspszichológiai szempontból különös relevanciával bírt.

Hipotéziseinkre visszatérve a következő következtetéseket vonhatjuk le:

1. Egy múltbeli hiba, bűn viszonylatában nem az irracionális hiedelmek jelenléte, hanem a racionális hiedelmek hiánya, ezen felül pedig az elfogadó viszonyulás hiánya az, amely pszichológiai distresszhez vezet.

2. Sikerült kimutatnunk a vallásos érettség kognitív összetevőinek (vallásos autonómia) kapcsolatát a gondolkodás érettségével, pontosabban az elfogadó viszonyulással. A vallásos érettség kapcsolati dimenziójának, a hitmélységnek a viszonya a gondolkodás érettségéhez nehezebben értelmezhető, véleményünk szerint különbséget kell tennünk a biztosan, illetve bizonytalanul kötődő, de mély, bensőséges hittel jellemezhető személyek között, ehhez azonban nem állt rendelkezésünkre megfelelő adat. Ugyanakkor azonban fontos eredménynek tartjuk azt, hogy sikerült elkülönítenünk a vallásos érettség ezen két dimenzióját. Eredményeink azt sugallják, hogy ezek együttesen határozzák meg az érett vallásosságot.

Önmagában a hitmélység kapcsolódhat irracionális, merev értékeléshez, a vallásos autonómia pedig hitmélység nélkül csak életfilozófia marad.

3. Az istenreprezentációk tartalma és a vallásos érettség kapcsolatának értelmezését az első kutatásban nehezítette az, hogy nem állt rendelkezésünkre megfelelő adat a vallás szubjektív fontosságára vonatkozóan. Második kutatásunkban ezt a hiányosságot póoltuk, s eredményeink azt mutatják, hogy nem annyira a pozitív tartalmak, mint inkább a negatívak informatívak a vallásosság milyensége szempontjából. A negatív istenreprezentációk pedig a vallásos érettség kognitív dimenziójának fejletlenségével kapcsolódnak össze.

4. A gondolkodás érettségének mediátor hatását az istenreprezentációk tartalma és a vallásos érettség mutatói között csak részben, és csak az első kutatásban sikerült kimutatni, ez az összefüggés további vizsgálatot igényel.

5. A negatív tartalmú istenreprezentációk valóban distresszel járnak együtt.

6. Ezt a kapcsolatot azonban az alapvetően racionális elfogadó viszonyulásmód moderálja, azaz az elfogadó viszonyulás jelenlétében a negatív tartalmú istenreprezentációk és a distressz kapcsolata gyengül.

7. FELHASZNÁLT IRODALOM

1. ALLPORT, G. W., ROSS, J. M. (1967) Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5,432-443.
2. BARTHOLOMEW, K., HOROWITZ, L. M. (1991) Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 226–244.
3. BATSON, C. D., SCHOENRADE, P. A. (1991a) Measuring religion as quest: 1) Validity concerns. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, 416-429.
4. BATSON, C. D., SCHOENRADE, P. A. (1991b) Measuring religion as quest: 2) Reliability concerns. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30, 430-447.
5. BECK, A. T., WEISSMAN, A., LESTER D. és Trexler, L. (1974) The measurement of pessimism: The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861–865.
6. BECK A. T., STEER R. A. and BROWN G. K. (1996) *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation
7. BECK, R., McDONALD, A., (2004) Attachment to God: The Attachment to God Inventory, Tests of Working Model Correspondence, and an Exploration of Faith Group Differences. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 92-103.
8. BENKŐ A. (1998) A személyiség erkölcsi és vallási fejlődése. In HORVÁTH-SZABÓ K. (szerk.) *Lélekvilág. Pszichológiai tanulmányok a vallásról, az erkölcsről és az én-ről*. Piliscsaba: Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar, 11–74.
9. BENSON, P., SPILKA, B. (1973) God image as a function of self-esteem and locus of control. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 12, 297–310.
10. BIRKY, I. T., BALL, S. (1988) Parental trait influence on God as an object representation. *Journal of Psychology*, 122, 133-137.
11. BRAAMA, A.W., MOOIB, B., SCHAAP JONKER, J., VAN TILBURGA, W., DEEG, D.J.H. (2008) God image and Five-Factor Model personality characteristics in later life: A study among inhabitants of Sassenheim in The Netherlands. *Mental Health, Religion & Culture*, 11, (6), 547–559.
12. BRADSHAW, M., ELLISON, C. G., FLANNELLY, K. J. (2008) Prayer, God Imagery, and Symptoms of Psychopathology. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47 (4), 644–659.

13. BURI, J.R., MUELLER, R. A. (1993), Psychoanalytic theory and loving God concepts: Parent referencing versus self-referencing. *The Journal of Psychology*, 127, 17–27.
14. CAPRARA, G. V. BARBARANELLI, C., BORGOGNI, L., PERUGINI, M. (1993) The "Big Five Questionnaire": A new questionnaire to assess the five factor model. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 281–288.
15. DAVID, D., SCHNUR, J., BELLOIU, A. (2002). Another search for the "hot" cognitions: Appraisal, irrational beliefs, attributions, and their relation to emotion. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 2, 93–131.
16. DECI, E. L., RYAN, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Publishing Co.
17. DECI, E. L., RYAN, R. M. (2000) Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54–67.
18. DECONCHY, J.-P. (1964) The idea of God: Its emergence between 7 and 16 years. *Lumen Vitae*, 19 (2), 285–296.
19. DE ROOS, S. A., IEDEMA, J., MIEDEMA, S. (2004) Influence of maternal denomination, God concepts, and child-rearing practices on young children's God concepts. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 43, 519-535.
20. DEZUTTER, J., SOENENS, B., HUTSEBAUT, D. (2006) Religiosity and mental health: A further exploration of the relative importance of religious behaviors vs. religious attitudes. *Personality and Individual Differences*, 40, 807-818.
21. DICKIE, J. R., ESHLEMAN, A. K., MERASCO, D. M., SHEPARD, A., WILT, M. V., JOHNSON, M. (1997) Parent-child relationships and children's images of God. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 25-44.
22. DIENER, E., EMMONS, R. A., LARSEN, R. J., GRIFFIN, S. (1985) The satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71–75.
23. DIGIUSEPPE, R. (2008) Assessment and Intervention Strategies in REBT, szóbeli előadás, Albert Ellis Institute, New York, 2008 július.
24. DIGIUSEPPE, R., LEAF, R., EXNER, T., ROBIN, M.W. (1988) *The development of a measure of rational/irrational thinking*. Paper presented at the World Congress of Behavior Therapy, Edinburgh, Scotland, September.
25. DRYDEN, W., DIGIUSEPPE, R., NEENAN, M (2003) *A Primer on Rational Emotive Behavior Therapy*. Research Press, Champaign, IL
26. DRYDEN, W., NEENAN, M. (2004a) *Rational Emotive Behavioural Counselling in Action*, Sage Publications, London.

27. DRYDEN, W., NEENAN, M. (2004b) *The Rational Emotive Behavioural approach to Therapeutic Change*, Sage Publications, London.
28. DURIEZ, B., FONTAINE, J. R. J., HUTSEBAUT, D., (2000) A further elaboration of the Post-Critical Belief Scale: Evidence for the existence of four different approaches to religion in Flanders – Belgium. *Psychologica Belgica*, 40, 153–181.
29. ELLIS, A. (1985) *The case against religion: A psychotherapist's view and the case against religiosity*. Austin, TX: American Atheist Press.
30. ELLIS, A. (2000) Emotional Disturbance and its Treatment in a Nutshell, in BERNARD, M., E., WOLFE, J. L. (eds.) *The REBT Resource Book for Practitioners*. Albert Ellis Institute, New York.
31. ELLIS, A. (2002) *Overcoming Resistance*. Springer, New York.
32. ELLIS, A., DAVID, D., LYNN, S. J. (2010) Rational and irrational beliefs: A historical and conceptual perspective. In: DAVID, D., LYNN, S. J., ELLIS, A. (Eds.) *Rational and Irrational Beliefs. Research, Theory and Clinical Practice*. New York: Oxford University Press, 3–22.
33. ELLIS, A., DRYDEN, W. (1997) *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy*. Springer, New York.
34. FIELD, A. (2009) *Discovering Statistics using SPSS*, Sage: London.
35. FONTAINE, J. R. J., DURIEZ, B., LUYTEN, P., CORVELEYN, J., HUTSEBAUT, D. (2005) Consequences of a multi-dimensional approach to religion for the relationship between religiosity and value priorities. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 15, 123–143.
36. FONTAINE, J.R.J., DURIEZ, B., LUYTEN, P., HUTSEBAUT, D. (2003) The internal structure of the Post-Critical Belief scale. *Personality and Individual Differences*, 35, 501–518.
37. FONTANA, D. (2003) *Psychology, religion, spirituality*. Oxford: Blackwell Publ.
38. FRANCIS, L. J., GIBBONS, H. M., ROBBINS, M. (2001) God images and self-worth among adolescents in Scotland. *Mental Health, Religion and Culture*, 4, 103–108.
39. FRIELINGS DORF, K. (2006) *Seek the Face of God*. The Ignatian Impulse Series. Notre Dame: Ave Maria Press. (Magyarul FRIELINGS DORF, K. (2007) *Istenképek*. Budapest: Szent István Társulat.)
40. GAVIȚA, O.A., DIGIUSEPPE, R., DAVID, D., DELVECCHIO, T. (2011) The development and validation of the Parent Rational and Irrational Beliefs Scale. *Procedia of Social and Behavioral Sciences*, 30, 2305–2311.

41. GEORGE, L. K., ELLISON, C. G., LARSON, D. B. (2002) Explaining the relationship between religious involvement and health. *Psychological Inquiry*, 13(3), 190–200.
42. GIBSON, N. J. S. (2005) *The experimental investigation of religious cognition*. Unpublished PhD dissertation, <http://www.divinity.cam.ac.uk/pcp/personnel/Complete.pdf>
43. GODIN, A. (1957) *Research in Religious Psychology*. Brussels: Lumen Vitae Press.
44. GRANQVIST, P. (2002) *Attachment and Religion. An Integrative Developmental Framework*. Comprehensive Summaries of Uppsala Dissertations from the Faculty of Social Sciences 116. Acta Universitatis Uppsaliensis.
45. GREENWAY, A. P., MILNE, L. C., CLARKE, V. (2003) Personality variables, self-esteem and depression and an individual's perception of God. *Mental Health, Religion and Culture*, 6, 45–58.
46. HALL, M. E. L., JOHNSON, E. L. (2001) Theodicy and therapy: Philosophical/theological contributions to the problem of suffering. *Journal of Psychology and Christianity*, 20(1), 5–17.
47. HALL, T. W. (1998) God concept: A brief overview. In BENNER, D. G., HILL, P.C. (eds.), *Baker Encyclopedia of Psychology*. Grand Rapids: Baker Book House.
48. HILL, P. C., HALL, T. W. (2002) Relational schemas in processing one's image of God and self. *Journal of Psychology and Christianity*, 21(4), 365–373.
49. HORVÁTH-SZABÓ K. (2003) Hazai vizsgálatok a Kritika Utáni Vallásosságkálával. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 58 (1), 127–152.
50. HUTSEBAUT, D. (1972) The representation of God: Two complementary approaches. *Social Compass*, 19, 389–406.
51. HUTSEBAUT, D. (1996) Post-Critical Belief: A new approach to the religious attitude problem. *Journal of Empirical Theology*, 9, 48–66.
52. HUTSEBOUT, D., VERHOEVEN, D. (1995) Studying dimensions of God representation: Choosing closed or open-ended research questions. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 5, 49–60.
53. JAMES, W. (1902) *The Varieties of Religious Experience*. New York: Touchstone.
54. JANSSEN, J., DE HART, J., GERARDTS, M. (1994) Images of God in adolescence. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 4, 105–121.
55. JUNG, C. G. (1996) *Gondolatok a vallásról és a kereszténységről*. Budapest: Kossuth Könyvkiadó.

56. KÉZDY A. (2006a) Krízisek és vallásosság. Serdülő- és ifjúkori fejlődési krízisek és a vallás szerepe a megküzdésben. In TÖZSÉR E. (szerk.) *Hit és élet a felnőttkor küszöbén*, Budapest: Új Ember, 61–84.
57. KÉZDY A. (2006b), A hit hatásai. In: HÁMORI E. (szerk.), *Pszichológiai eszközök az ember megismeréséhez*, Budapest: Bölcsész Konzorcium, 108–123.
58. KÉZDY A., MARTOS T., (2007) Vallási kételyek. In: HORVÁTH-SZABÓ K. (szerk.), *Vallásosság és személyiség*, Piliscsaba: Pázmány Péter Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, 158–172.
59. KIRKPATRICK, L. A., SHAVER, P. (1990) Attachment theory and religion: Childhood attachments, religious beliefs and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 29, 314–335.
60. KOENIG, H. G. (1998) *Handbook of Religion and Mental Health*. San Diego: Academic Press.
61. KOENIG, H. G., LARSON, D. B. (2001) Religion and mental health: evidence for an association. *International Review of Psychiatry*, 13, 67–78.
62. KOENIG, H. G., MCCULLOUGH, M. E., LARSON, D. B. (2001) *Handbook of Religion and Health*. Oxford University Press.
63. KOVÁCS, B., KÉZDY A. (2008) Religious belief and burnout. *European Journal of Mental Health*, 3, 253–265.
64. KREJCI, M. J. (1998) Gender comparison of God schemas: A multidimensional scaling analysis. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 8, 57–66.
65. LAWRENCE, R. T. (1997) Measuring the image of God: the God Image Inventory and the God Image Scales. *Journal of Psychology and Theology*, 25 (2), 214–226.
66. LAZARUS, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
67. LUYTEN, P., CORVELEYN, J., FONTAINE, J. R. J. (1998) The relationship between religiosity and mental health: distinguishing between shame and guilt. *Mental Health, Religion and Culture*, 1, 165–184.
68. MALTBY, J. (1999) The internal structure of a derived, revised, and amended measure of the religious orientation: The ‘Age-Universal’ I-E Scale-12. *Social Behavior and Personality*, 27 (4), 407–412.
69. MALTBY, J. (2002) The Age Universal I-E Scale-12 and orientation toward religion: Confirmatory Factor Analysis. *The Journal of Psychology*, 136(5), 555–560.

70. MARTOS T., SZABÓ G., RÓZSA S. (2006) Az Aspirációs Index rövidített változatának pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7(3), 171–191.
71. MARTOS T., KÉZDY A. (2007a). Vallásosság, lelki egészség, boldogság. HORVÁTH-SZABÓ K. (szerk.) *Vallásosság és személyiség*. Piliscsaba: PPKE BTK, 51–83.
72. MARTOS T., KÉZDY A. (2007b) A vallásosság szerepe a személyes célok rendszerében. In: HORVÁTH-SZABÓ K. (szerk.), *Vallásosság és személyiség*, Piliscsaba: Pázmány Péter Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, 134–157.
73. MARTOS T., KÉZDY A., ROBU M., URBÁN SZ., HORVÁTH-SZABÓ K. (2009) Újabb adatok a Kritika Utáni Vallásosság Skála alkalmazásához – elmélet és módszertan. In: *Magyar Pszichológiai Szemle*, 64, 643–669.
74. MARTOS, T., KONKOLY THEGE, B. (2011) *Az Élet Értelme Kérdív (MLQ) magyar változata*. kézirat
75. MARTOS T., KÉZDY A., HORVÁTH-SZABÓ K. (2011) Religious motivations for everyday goals: their religious context and potential consequences. *Motivation and Emotion* 35, 75–88.
76. MILLER, W. R., THORESEN, C. E., (2003) Spirituality, religion and health: An emerging research field. *American Psychologist*, 58(1), 24–35.
77. MONTGOMERY, G. H., DAVID, D., DILORENZO, T., SCHNUR, J. B. (2007). Response expectancies and irrational beliefs predict exam-related distress. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 25, 17–34.
78. NELSON, C. E. (1996) Formation of a God representation. *Religious Education*, 91, 22–39.
79. NEYRINCK, B., VANSTEENKISTE, M., LENS, W., HUTSEBAUT, D., DURIEZ, B. (2006). Cognitive, affective and behavioral correlates of internalization of regulations for religious activities. *Motivation and Emotion*, 30, 321–332.
80. NIELSEN, S. L., JOHNSON W. B., ELLIS, A. (2001) *Counseling and Psychotherapy with Religious Persons. A Rational Emotive Behavior Therapy Approach*. Lawrence Erlbaum Associates: Mahwah.
81. PARGAMENT, K. I. (2002) The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13(3), 168–181.
82. PERCZEL-FORINTOS D., SALLAI J., RÓZSA S. (2001) A Beck-féle Reménytelenség skála pszichometriai vizsgálata. *Psychiatria Hungarica*, 16(6), 632–643.

83. RICOEUR, P., The Critique of Religion. In: REAGAN, Ch., STEWART, D. (szerk.), *The Philosophy of Paul Ricoeur. An Anthology of his Work*, Beacon Press, Boston, 1978, 213–222.
84. RIZZUTO, A.-M. (1970). *Critique of the contemporary literature in the scientific study of religion*. Paper presented at the annual meeting of the Society for the Scientific Study of Religion, New York, NY., <http://www.godimage.org/rizzuto.pdf>
85. RIZZUTO, A.-M. (1979). *The birth of the living God: A psychoanalytic study*. Chicago: University of Chicago Press.
86. ROBERTS, C. W. (1989) Imagining God: Who is created in whose image? *Review of Religious Research*, 30, 375–386.
87. ROBU M. (2007) „Egy istenarc van eltemetve bennem...”, *Embertárs*, V(4), 307–319.
88. ROBU M. (2010) A gyanú hermeneutikájának helye a valláspszichológiában. A transzcendenshez való viszony és a vallásos kijelentések értelmezési módjának jelentősége a pszichológiai kutatások szempontjából, in Nóda M., Zamfir K., Diósi D., Bodó M. (szerk.), *Ideje az emlékezésnek. Liber amicorum: A 60 éves Marton József köszöntése*, Szent István Társulat – Verbum, Budapest – Kolozsvár, 2010, 374–386
89. ROBU M., MARTOS T. (2007) Istenkép és vallásosság. In: HORVÁTH-SZABÓ K. (szerk.), *Vallásosság és személyiség*, Piliscsaba: Pázmány Péter Egyetem, Bölcsészettudományi Kar, 110–133.
90. RÓZSA S, SZÁDÓCZKY E, FÜREDI J. (2001) A Beck Depresszió Kérdőív rövidített változatának jellemzői hazai mintán. *Psychiatria Hungarica*, 16, 384–402.
91. RÓZSA S., KŐ N., OLÁH A. (2005) Rekonstruálható-e a Big Five a hazai mintán? *Pszichológia*, 1, 57–76.
92. RYAN, R. M., RIGBY, S., KING, K. (1993). Two types of religious internalization and their relations to religious orientations and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 586–596.
93. SAUSSY, C. (1991) *God images and self esteem: Empowering women in a patriarchal society*. Louisville: John Knox Press.
94. SCHAAP-JONKER, H., EURELINGS-BONTEKOE, E., VERHAGEN, P. J., ZOCK, H (2002) Image of God and personality pathology: an exploratory study among psychiatric patients. *Mental Health, Religion and Culture*, 5, 55–71.
95. SCHWEITZE R, F. (1999) *Vallás és életút. Vallási fejlődés és keresztyén nevelés gyermek- és ifjúkorban*. Budapest: Kálvin Kiadó.

96. SHEIKH, S., JANOFF-BULMAN, R., (2010) The “Shoulds” and “Should Nots” of Moral Emotions: A Self-Regulatory Perspective on Shame and Guilt. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 213–224.
97. SIPOS K, SIPOS M, SPIELBERGER CD. A (1998) State-Trait Anxiety Inventory (STAI) magyar változata. In: *Pszichodiagnosztikai Vademecum I/2*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó, 123–136.
98. SPILKA, B., ADDISON, J., Rosensohn, M. (1975) Parents, self, and God: A test of competing theories of individual-religion relationships. *Review of Religious Research*, 16, 154–165.
99. STEGER, M. F., FRAZIER, P., OISHI, S., KALER, M. (2006) The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93.
100. SZALAY M. (2000) Isten-képünkkel kapcsolatos problémáink rendezéséről. In BÁNLAKY É., KARCZUB GY. (szerk.), *Pszichológusok, teológusok a hitről*. Budapest: Faludi Ferenc Akadémia – Katolikus Pszichológusok Baráti Köre, 43–53.
101. SZENTAGOTAI, A., JONES., J, (2010) The Behavioral consequences of irrational beliefs., In: DAVID, D., LYNN, S. J., ELLIS, A. (Eds.), *Rational and Irrational Beliefs. Research, Theory and Clinical Practice*. New York: Oxford University Press, 75–97.
102. TAN, S-Y. (1996) Religion in clinical practice: Implicit and explicit integration. In: SHAFRANSKE, E. P. (ed.) *Religion and the clinical practice of psychology*. Washington D.C.: American Psychological Assotiation, 365–387
103. THORESEN, C.E., HARRIS, A.H., OMAN, D. (2001) Spirituality, religion and health. In: PLANTE, T. G., SHERMAN, AC. (eds.) *Faith and health*. London: Guilford Press, 252–265.
104. TOMCSÁNYI T., (2002) Bűn, büntudat, szégyen. A delegált büntudat valláslélektani és lelkigondozói megközelítése családtörténetek kapcsán. In. TOMCSÁNYI T.(szerk.), *Amikor gyöngé, akkor erős. Tanulmányok a valláslélektan, a pasztorálpszichológia és a lelkigondozás köréből*. Budapest:Animula: 27–67.
105. TRINGER L. (2005) Büntudat és bűn-tudat. In: LUKÁCS L. (szerk.): *Lélektan és spiritualitás. Sapientia füzetek 5*. Budapest:Vigilia, 75–95.
106. URBÁN Sz. (2012) *A vallásosság kötődéseméleti megközelítése*. Doktori (PhD) értekezés. Debreceni Egyetem BTK. http://ganymedes.lib.unideb.hu:8080/dea/bitstream/2437/171228/5/Urb%C3%A1n_Szabolcs_%C3%89rtekez%C3%A9s-t.pdf

108. UTSCH, M. (2007) The challenge of psychotherapy for religion and spirituality. *Psyche and Gelof*, 18(1-2), 86–95.
109. VERGOTE, A. (2001) *Valláslélektan*, Budapest: Párbeszéd Alapítvány – SE TF – Híd Alapítvány.
110. WALLEN, S. R., DIGIUSEPPE, R., DRYDEN, W., (1992) *A Practitioner's Guide to Rational-Emotive Therapy*, Oxford University Press, New York.
111. WULFF, D. M. (1997) *Psychology of religion: Classic and contemporary*, New York:Wiley.

8. MELLÉKLETEK

8.1. Az előkutatásban használt kérdőívek

8.1.1 Az Istennel kapcsolatos racionális és irracionális hiedelmek skála

Kérjük, idézze fel egy olyan múltbeli tettet, cselekedetét, mellyel kapcsolatban negatív érzései vannak.

Röviden, 5-10 mondatban azokat az érzéseket, gondolatokat, melyeket ennek a tettnek, cselekedetnek a felidézése kivált Önben. (Magát a helyzetet csak annyira írja le, amennyire ezt szükségesnek tartja – elsősorban az érzéseire, gondolataira koncentráljon. Például: „Azt érzem, hogy...”, „Azt gondolom, hogy...” stb.)

Most különböző hangulatokat, érzelmeket sorolunk fel. Kérjük, jelölje meg, hogy az esemény felidézése milyen erősségű érzelmekkel jár MOST együtt az alábbiak közül:

		nagyon GYENGE					nagyon ERŐS	
1.	érdeklődő	1	2	3	4	5	6	7
2.	ingerlékeny	1	2	3	4	5	6	7
3.	feszült	1	2	3	4	5	6	7
4.	éber	1	2	3	4	5	6	7
5.	izgatott	1	2	3	4	5	6	7
6.	megszégyenült	1	2	3	4	5	6	7
7.	dühös	1	2	3	4	5	6	7
8.	lelkes	1	2	3	4	5	6	7
9.	lelkileg erős	1	2	3	4	5	6	7
10.	ideges	1	2	3	4	5	6	7
11.	bűntudattal teli	1	2	3	4	5	6	7
12.	elszánt	1	2	3	4	5	6	7
13.	ijedt	1	2	3	4	5	6	7
14.	figyelmes	1	2	3	4	5	6	7
15.	ellenséges	1	2	3	4	5	6	7
16.	nyugtalan	1	2	3	4	5	6	7
17.	lelkes	1	2	3	4	5	6	7
18.	aktív	1	2	3	4	5	6	7
19.	büszke	1	2	3	4	5	6	7
20.	félénk	1	2	3	4	5	6	7

Amikor olyan eseményt idézünk fel, mellyel kapcsolatban negatív érzelmeink vannak, különböző *gondolataink támadnak az eseményről és önmagunkról*. Az alábbiakban néhány tipikus gondolatot sorolunk fel. Kérjük, hogy minden esetben jelölje be, mennyire tartja igaznak önmagával kapcsolatban a következő gondolatokat ezzel az adott tettel, cselekedetével kapcsolatban.

Minden egyes állítást néhány lehetséges indoklás követ, melyek arra vonatkoznak, hogy *Istennel való kapcsolata milyen mértékben befolyásolja Önt az adott állítás értékelésében*. Istencapcsolatunk ugyanis sok szempontból hatással lehet arra, ahogyan a tetteinkről, cselekedeteinkről gondolkodunk. Az egyes indoklások egymástól függetlenül lehetnek jellemzőek Önre, azaz Istennel való kapcsolata több szempontból is kapcsolódhat gondolataihoz. Fontos, hogy ne teológiai, vallási ismeretei szerint válaszoljon, hanem érzéseire, belső gondolataira hallgatva.

Most tehát gondoljon ismét az imént leírt cselekedetre, tetteire és válaszoljon a megadott skálákon!

		egyáltalán nem igaz	1	2	3	4	5	6	7	teljes mértékben igaz
1. Semmiképpen sem lett volna szabad így cselekednem.										

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen

egyáltalán nem teljes mértékben
 igaz igaz
2. Szörnyű, hogy ezt megtettem **1 2 3 4 5 6 7**

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem teljes mértékben
 igaz igaz
3. Bár nem könnyű, de elviselem a tettem súlyát. **1 2 3 4 5 6 7**

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem

teljes mértékben

igaz

igaz

4. Nem bírom elviselni annak a gondolatát, hogy így cselekedtem

1 2 3 4 5 6 7

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem

teljes mértékben

igaz

igaz

5. Noha ezt tettem, ettől még nem vagyok értéktelen.

1 2 3 4 5 6 7

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem

teljes mértékben

igaz

igaz

6. Bár nem jó érzés ezzel a tudattal élni, de nem is

1 2 3 4 5 6 7

szörnyű

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem

teljes mértékben

igaz

igaz

7. El tudom fogadni, hogy olyasmit cselekedtem,

1 2 3 4 5 6 7

amit ma már bánok.

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszolta m így, mert úgy vélem, hogy	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

egyáltalán nem

teljes mértékben

igaz

igaz

8. Értéktelen ember vagyok, amiért ezt tettem.

1

2

3

4

5

6

7

Most indokolja meg előző válaszát az alábbi szempontok alkalmazásával:

Azért válaszoltam így, mert úgy vélem, hogy	Isten bármikor visszaveheti az életemet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten számon tartja vétkeimet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten azt szeretné, hogy növekedjek.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten sokkal többet vár tőlem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten szerető, irgalmas atya.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten minden bűnt megbüntet.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten ajándékozza az életet nekem.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
	Isten mindig gondoskodik rólam.	nem	inkább nem	inkább igen	igen
Isten	nem	inkább nem	inkább igen	igen	

8.1.2. Életkortól független intrinzik-extrinzik vallásosság skála (Maltby, 1999, 2002; Urbán, 2012)

Arra kérjük, hogy döntse el, milyen mértékben jellemzők az Ön valláshoz való **jelenlegi viszonyára, tapasztalataira**, a következő állítások!

	EGYÁLTALÁN				TÖKÉLETESEN			
	NEM jellemző				jellemző			
	1	2	3	4	5	6	7	
1. Szívesen olvasok vallásos témákról.	1	2	3	4	5	6	7	
2. Azért járok templomba, mert ez segít nekem barátságokat kötni.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Fontos a számomra, hogy szánjak időt elmélkedésre és imára.	1	2	3	4	5	6	7	
4. Gyakran volt már az a határozott érzésem, hogy Isten jelen van az életemben.	1	2	3	4	5	6	7	
5. Főleg azért imádkozom, hogy megnyugvást és oltalmat leljek.	1	2	3	4	5	6	7	
6. Eltökéltem törekszem arra, hogy vallásos hitem szerint éljem az életem.	1	2	3	4	5	6	7	
7. Amit a vallás számomra leginkább nyújt, az a vigasz nehézségek és szomorúság idején.	1	2	3	4	5	6	7	
8. A vallásom fontos, mert számos kérdésre választ ad az élet értelmével kapcsolatban.	1	2	3	4	5	6	7	
9. Az imádkozás célja a béke és boldogság elérése.	1	2	3	4	5	6	7	
10. Többnyire azért járok templomba, hogy együtt töltsöm az időt a barátaimmal.	1	2	3	4	5	6	7	
11. Az egész élethez való hozzáállásom alapja a vallásom.	1	2	3	4	5	6	7	
12. Főleg azért járok templomba, mert szeretek találkozni azokkal az emberekkel, akiket jól ismerek.	1	2	3	4	5	6	7	

8.1.3. Keresztény vallásos internalizáció skála (Ryan et al., 1993; Martos és mtsai., 2011)

Az alábbi kérdőív négy állítást sorol fel, és mindegyikhez három lehetséges válasz tartozik. A válaszok nem zárják ki egymást, mindegyik válaszlehetőséget értékelje külön-külön aszerint, hogy mennyire tartja azokat igaznak önmaga számára.

		EGYÁLTALÁN			TÖKÉLETESEN					
		NEM jellemző			jellemző					
		1	2	3	4	5	6	7		
Szerintem azért is fontos aktívan megosztani másokkal a hitemet, mert ...										
1.	... Isten fontos a számomra és szeretném, ha mások is megismernék Őt.			1	2	3	4	5	6	7
2.	... rosszul érezném magam, ha nem így tennék.			1	2	3	4	5	6	7
3.	... szeretném, ha más keresztények elismerően vélekednének rólam.			1	2	3	4	5	6	7
Amikor Istenhez fordulok, többnyire azért teszem, mert ...										
4.	... szívesen töltök vele időt.			1	2	3	4	5	6	7
5.	... büntudatom lenne, ha nem ezt tenném.			1	2	3	4	5	6	7
6.	... úgy találom, hogy ez megelégedéssel tölt el.			1	2	3	4	5	6	7
Azért is fontos, hogy magamban is imádkozzam, mert ...										
7.	... ha nem teszem, Isten elégedetlen lesz velem.			1	2	3	4	5	6	7
8.	... örömet lelem az imádkozásban.			1	2	3	4	5	6	7
9.	... az imádság megelégedéssel tölt el.			1	2	3	4	5	6	7
Többek között azért fontos nekem hogy templomba járjak, mert ...										
10.	... kötelességünk templomba járni.			1	2	3	4	5	6	7
11.	... ha eljárók a templomba, akkor új dolgokat tanulok.			1	2	3	4	5	6	7
12.	... mások helytelenítenék, ha nem járnék.			1	2	3	4	5	6	7

8.1.4. Élettel való elégedettség skála (Diener et al., 1985; Martos és mtsai., 2006)

Kérjük, hogy értékelje az alábbi állításokat aszerint, hogy mennyire tartja azokat igaznak önmaga számára.

1. A legtöbb tekintetben az életem majdnem ideálisnak mondható.	1	2	3	4	5	6	7
2. Életkörülményeim kitűnőek.	1	2	3	4	5	6	7
3. Elégedett vagyok az élettel.	1	2	3	4	5	6	7
4. Eddig minden fontosat megkaptam az életben, amit csak akartam.	1	2	3	4	5	6	7
5. Ha újraélhetném az életem, alig változtatnék valamin.	1	2	3	4	5	6	7

8.2. A második kutatásban használt kérdőívek

Az alábbiakban az előkutatásban nem használt skálák következnek. Az Istennel kapcsolatos racionális és irracionális hiedelmek skálájának csak a kitöltési módja változott, ezért azt nem közöljük újra. A kitöltés módja az 5.1. alfejezetben részletesen elolvasható.

8.2.1 Kritika utáni vallásosság skála rövidített változata (Hutsebaut, 1996; Horváth-Szabó, 2003; Martos és mtsai. 2009)

A következőkben olyan kijelentéseket olvashat, melyek összefüggenek azzal a móddal, ahogy az emberek a hithez és valláshoz viszonyulnak. A kérdések megválaszolásához **nem kell vallásosnak lennie**, személyes véleménye, tapasztalatai alapján válaszoljon az alábbiak szerint úgy, ahogy azt a legmegfelelőbbnek tartja. (Az egyes tételekkel való egyetértést egy csíkra kattintva kellett megjelölni, a program 1 és 100 közötti pontszámokat társított ehhez.)

1. A Biblia mély igazságot tartalmaz, amely csak személyes kereséssel tárul fel.
2. Csak akkor élhet értelmes életet az ember, ha hívő.
3. A hit inkább szép álom, amely illúzióknak tűnik akkor, amikor az ember szembesül az élet keménységével.
4. Csak a nagy hagyományú vallások biztosítják, hogy eljussunk Istenhez
5. Túl sok emberre gyakoroltak nyomást Isten nevében ahhoz, hogy hinni lehessen.
6. Minden Istenről szóló kijelentést meghatároz az a kor, amelyben megfogalmazták.

-
7. A Biblia, annak ellenére, hogy a mienktől teljesen eltérő történelmi helyzetben íródott, fontos üzenetet tartalmaz.

 8. A vallás az egyetlen, amely minden szempontból értelmet ad az életnek.

 9. A hit egy gyenge személyiség megnyilvánulása.

 10. Minden vallási kérdésre csak egyetlen helyes válasz létezik.

 11. Bár sok olyan dologgal nem értek egyet, ami a múltban a kereszténység nevében történt, mégis kereszténynek nevezem magam.

 12. Az Abszolútumról szóló kijelentések, mint például a dogmák, mindig viszonylagosak maradnak, mivel azokat adott pillanatban élő emberek jelentették ki.

 13. A bibliai történetek világa olyan távol van tőlünk, hogy nagyon kicsi a jelentősége számunkra.

 14. Fontos vallási kérdésekre csak pap adhat választ.

 15. Az emberről és a világról szóló tudományos magyarázatok a vallási magyarázatokat feleslegessé tették.

 16. Tudatában vagyok annak, hogy világnézeti felfogásom csak egy lehetőség sok más mellett.

 17. A sok igazságtalanság ellenére, amelyet a kereszténység sok emberrel szemben elkövetett, Krisztus üzenetét értékesnek tartom.

 18. Úgy gondolom, hogy a bibliai elbeszéléseket szó szerint kell venni, úgy, ahogy azokat leírták.
-

8.2.2. A Spielberger-féle állapot-vonás szorongás kérdőív (STAI; magyarul Sipos és munkatársai 1998) 20 tételes vonás-szorongás alszámlája

Kérjük, jelölje be, hogy ÁLTALÁBAN hogyan érzi magát! (Az egyes tételekkel való egyetértést egy csíkra kattintva kellett megjelölni, a program 1 és 100 közötti pontszámokat társított ehhez.)

1. Jól érzem magam.

 2. Gyorsan elfáradok.

 3. A sírás ellen küszködnöm kell.

 4. A szerencse engem elkerül.

 5. Sokszor hátrányos helyzetbe kerülök, mert nem tudom elég gyorsan elhatározni magam.

 6. Kipihentnek érzem magam.

 7. Nyugodt, megfontolt és tettekész vagyok.

 8. Úgy érzem, hogy annyi megoldatlan problémám van, hogy nem tudok úrrá lenni rajtuk.

 9. A semmiséget is túlzottan a szívemre veszem.

 10. Boldog vagyok.

 11. Hajlamos vagyok túlságosan komolyan venni a dolgokat.

 12. Kevés az önbizalmam.
-

-
13. Biztonságban érzem magam.

 14. A kritikus helyzeteket szívesen kerülöm.

 15. Csüggedtnek érzem magam.

 16. Elégedett vagyok.

 17. Lényegtelen dolgok is sokáig foglalkoztatnak, nem hagynak nyugodni.

 18. A csalódások annyira megviselnek, hogy nem tudom a fejemből kiverni őket.

 19. Kiegyensúlyozott vagyok.

 20. Feszült lelkiállapotba jutok és izgatott leszek, ha az utóbbi időszak gondjaira, bajaira gondolok.
-

8.2.3. Beck depresszió kérdőív rövidített változat (Beck és mtsai., 1996; Rózsa és mtsai., 2001)

Kérjük, hogy jelölje meg, hogy mennyire jellemzi az elábbi állítás az Ön érzését az elmúlt héttől egészen a mai napig. (Az egyes tételekkel való egyetértést egy csíkra kattintva kellett megjelölni, a program 1 és 100 közötti pontszámokat társított ehhez.)

1. Minden érdeklődésemet elvesztettem mások iránt.

 2. Semmiben sem tudok dönteni többé.

 3. Több órával korábban ébredek, mint szoktam, és nem tudok újra elaludni..

 4. Túlságosan fáradt vagyok, hogy bármit csináljak.

 5. Annyira aggódom a testi-fizikai panaszok miatt, hogy másra nem tudok gondolni.

 6. Semmiféle munkát nem vagyok képes ellátni.

 7. Úgy látom, hogy a jövő reménytelen és a helyzetem nem fog javulni.

 8. Mindennel elégedetlen vagy közömbös vagyok.

 9. Állandóan hibáztatom magam.
-

8.2.4. Beck-féle Reménytelenség Skála (Beck et al., 1974; Perczel-Forintos, 2001) rövidített változata

Kérjük, hogy jelölje meg, hogy mennyire jellemzi az alábbi állítás az Ön érzését az elmúlt héttől egészen a mai napig. (Az egyes tételekkel való egyetértést egy csíkra kattintva kellett megjelölni, a program 1 és 100 közötti pontszámokat társított ehhez.)

1. Sötéten látom a jövőmet.

 2. Sosem fognak úgy alakulni a dolgok, ahogy én akarom.

 3. Fölösleges igazán törni magam valamiért, amit akarok, mert valószínűleg úgysem érem el.
-

8.2.5. Élet értelme kérdőív (Steger et al., 2006; Martos és Khnkoly Thege, 2011)

Kérjük, hogy egy pillanatra gondolkodjon el azon, hogy mitől érzi az életét, létét fontosnak és jelentősnek. Az alábbi állításokra válaszoljon olyan pontosan és őszintén, amennyire csak lehetséges, és azt is vegye figyelembe, hogy ezek nagyon szubjektív kérdések, melyekre nincsen jó vagy rossz válasz. (Az egyes tételekkel való egyetértést egy csíkra kattintva kellett megjelölni, a program 1 és 100 közötti pontszámokat társított ehhez.)

1. Tudom, hogy mi az életem értelme.

2. Keresek valamit, amitől értelmesnek érezhetem az életemet.

3. Mindig azon vagyok, hogy megtaláljam életem célját.

4. Az életemnek világos célja van.

5. Pontosán tudom, hogy mi az, ami értelmessé teszi az életemet.

6. Olyan életcél-találtam, amivel elégedett vagyok.

7. Állandóan valami olyat keresek, amitől fontosnak érezhetem az életemet.

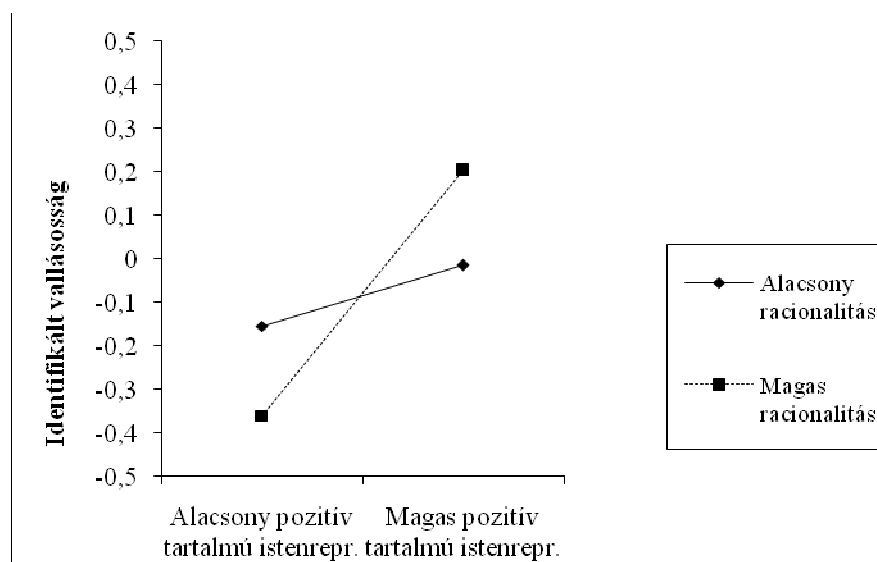
8. Valamilyen célt vagy küldetést próbálok találni életemnek.

9. Az életemnek nincs világos célja.

10. Keresem az értelmet az életemben.

8.3. Az előkutatásban kimutatott interakciós összefüggések

A 12. ábrán látható, hogy a racionális hiedelmek alacsony értéke mellett az identifikált vallásosság értéke csak nagyon gyengén kapcsolódik a pozitív tartalmú istenreprezentációkhoz, viszont a racionális hiedelmek jelenlétében ez az összefüggés megerősödik: a pozitív tartalmú istenreprezentációk erősségének növekedése az identifikált vallásosság növekedésével jár együtt. Ugyanakkor a pozitív tartalmú istenreprezentációk alacsony értéke mellett a racionalitás növekedése az identifikált vallásosság értékének csökkenésével, míg ugyanezen istenreprezentációk magas értéke mellett a racionális hiedelmek erősödése az identifikált vallásosság értékének növekedésével jár együtt.

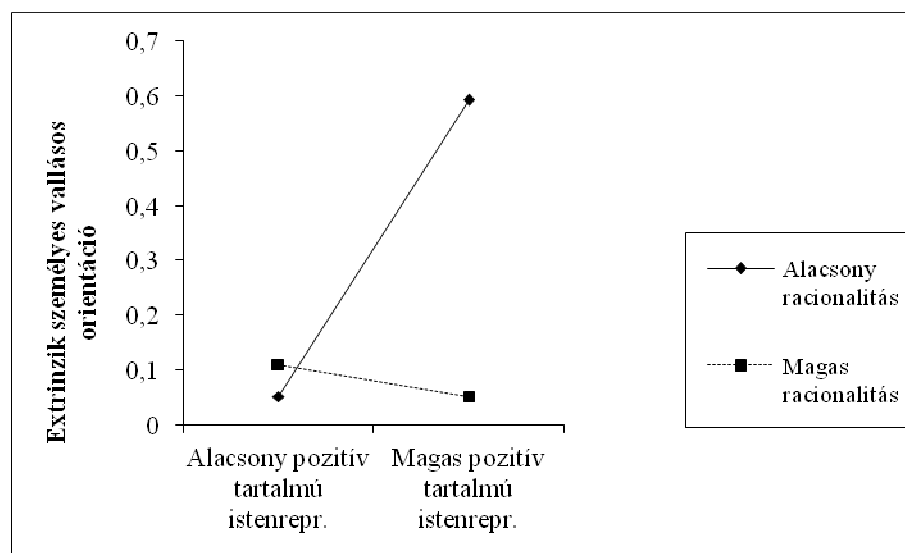


12. ábra.: Az *identifikált vallásosság várható értékei a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.*

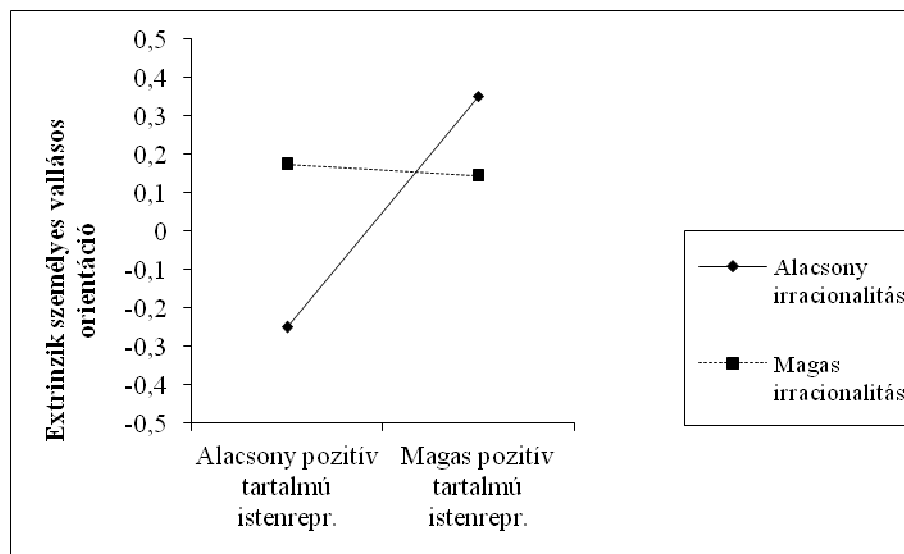
A 13. és 14. ábrák az extrinzik személyes orientáció értékének változását szemléltetik a pozitív tartalmú istenreprezentációk és a racionális-, illetve irracionális hiedelmek függvényében. Látható, hogy ha a racionális hiedelmek értéke alacsony, a pozitív tartalmú istenreprezentációk értékének növekedése az extrinzik személyes vallásos orientáció erősödésével jár együtt ám a racionalitás magas értéke esetén ez az összefüggés megszűnik, sőt megfordulni látszik. Ugyanakkor a pozitív tartalmú istenreprezentációk alacsony értéke mellett az extrinzik személyes vallásos orientáció alig változik a racionalitás függvényében,

viszont ugyanezen istenrepresentációk magas értéke mellett a racionális hiedelmek erősödése az extrinzik személyes orientáció gyengülésével jár együtt.

Érdekes módon az irracionális hiedelmek alacsony értéke mellett a pozitív tartalmú istenrepresentációk és az extrinzik személyes orientáció kapcsolata hasonlóan alakul, mint a racionális hiedelmek alacsony értéke jelenlétében: a pozitív tartalmú istenrepresentációk erősödése az extrinzik személyes vallásos orientáció értékének növekedésével jár együtt. Az irracionális hiedelmek magas értékes esetén ez az összefüggés megszűnik. Ugyanakkor azonban a pozitív tartalmú istenrepresentációk alacsony értéke esetében az irracionális hiedelmek erősödése az extrinzik személyes orientáció értékének növekedésével jár együtt, míg ugyanezen istenrepresentációk magas értéke mellett ez a kapcsolat megfordul: az irracionális hiedelmek erősödése az extrinzik személyes orientáció értékének csökkenésével jár együtt.

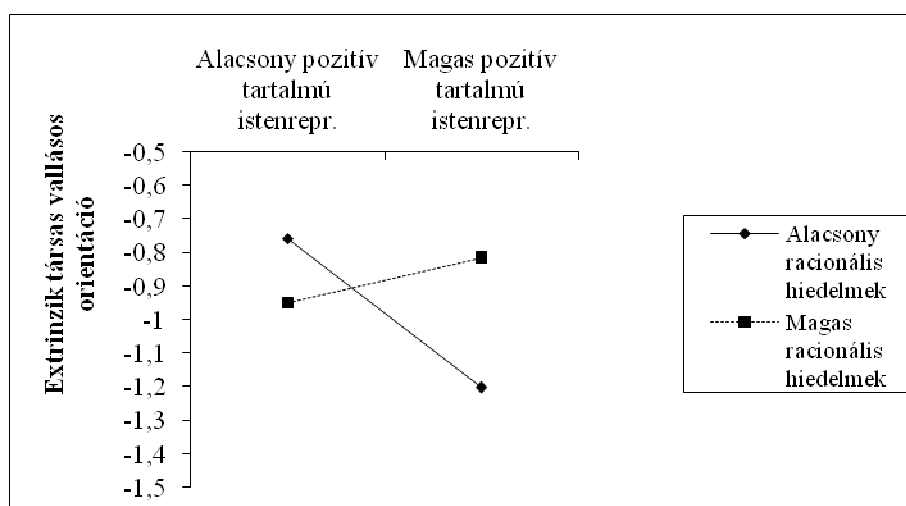


13. ábra.: Az extrinzik személyes vallásos orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenrepresentációk és a racionális hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnyi távolságú értékek.



14. ábra.: Az extrinzik személyes vallásos orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenrepresentációk és az irracionális hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnnyi távolságú értékek.

A 15. ábráról leolvasható, hogy a racionális hiedelmek alacsony értékei esetén a pozitív tartalmú istenrepresentációk erősödése az extrinzik társas vallásos orientáció csökkenésével jár együtt, míg a racionális hiedelmek magas értéke esetén ez az összefüggés megszűnni látszik. Érdekes az, hogy a pozitív tartalmú istenrepresentációk magas értéke mellett a racionalitás növekedése az extrinzik társas orientáció növekedésével jár együtt, míg az alacsony értékű pozitív tartalmú istenrepresentációk esetében a racionális hiedelmek erősödése az extrinzik társas orientáció gyengüléséhez társul.



15. ábra.: Az extrinzik társas vallásos orientáció várható értékei a pozitív tartalmú istenrepresentációk és a racionális hiedelmek függvényében. Magas és Alacsony értékek: az átlagtól való +/- 1 szórásnnyi távolságú értékek.

8.4. A második kutatás háttérváltozói mentén tapasztalt összefüggése

31. táblázat: Különbségek a különböző iskolázottságú csoportok között

Változó	F	p	Post-hoc (Hochberg GT2)
Életkor	88,56 (Welch-próba)	0,000	általános iskola < egyetemi okl. általános iskola < doktorátus érettségi < egyetemi okl. érettségi < doktorátus
Szorongás	2,77	0,042	-
Depresszió	4,24 (Welch-próba)	0,013	-
Az értelem keresése	3,9 (Welch-próba)	0,018	érettségi > egyetemi oklevél; érettségi > doktorátus
Extrinzik személyes orientáció	3,39	0,018	általános iskola > doktorátus; érettségi > doktorátus
Extrinzik társas orientáció	2,91	0,035	általános iskola > doktorátus
Introjektált vallásosság	3,53	0,015	érettségi > egyetemi oklevél
Szimbolikus értelmezés	3,28	0,021	érettségi < egyetemi oklevél

32. táblázat: *Különbségek a családi állapot szerint*

Változó	F	p	Post-hoc (Hochberg GT2)
Életkor	65,96 (Welch-próba)	0,000	egyedülálló < házas élettársi kapcsolat < házas
Depresszió	8,00 (Welch-próba)	0,001	egyedülálló > házas
Reménytelenség	7,4 (Welch-próba)	0,001	egyedülálló > házas
Az értelem megléte	4,94 (Welch-próba)	0,01	egyedülálló < házas
Az értelem keresése	3,65 (Welch-próba)	0,032	egyedülálló > házas
Intrinzik orientáció	10,48	0,000	egyedülálló > élettársi kapcsolat házas > élettársi kapcsolat
Extrinzik személyes orientáció	9,48	0,000	egyedülálló > élettársi kapcsolat házas > élettársi kapcsolat
Extrinzik társas orientáció	3,28 (Welch-próba)	0,044	-
Identifikált vallásosság	5,56 (Welch-próba)	0,006	egyedülálló > élettársi kapcsolat házas > élettársi kapcsolat
Introjektált vallásosság	9,42	0,000	egyedülálló > élettársi kapcsolat házas > élettársi kapcsolat
Transzcendens bevonása	7,09	0,001	egyedülálló > élettársi kapcsolat házas > élettársi kapcsolat
Szimbolikus értelmezés	4,44	0,013	egyedülálló < élettársi kapcsolat

33. táblázat: Különbségek a felekezeti hovatartozás szerint

Változó	F	p	Post-hoc (Hochberg GT2)
Az értelem megléte	2,73	0,030	katolikus > nem vallásos más ker. közösség > nem vallásos
Intrinzik orientáció	234,85 (Welch-próba)	0,000	katolikus > protestáns katolikus > nem keresztény vall. katolikus > nem vallásos protestáns > nem vallásos más ker. közösség > nem vallásos nem keresztény vall. > nem vallásos
Extrinzik személyes orientáció	7,98	0,000	katolikus > nem keresztény vall. katolikus > nem vallásos protestáns > nem keresztény vall. protestáns > nem vallásos más ker. közösség > nem keresztény vall. más ker. közösség > nem vallásos
Identifikált vallásosság	20,16 (Welch-próba)	0,000	katolikus > nem keresztény vall. katolikus > nem vallásos protestáns > nem keresztény vall. protestáns > nem vallásos más ker. közösség > nem keresztény vall. más ker. közösség > nem vallásos
Introjektált vallásosság	7,88	0,000	katolikus > nem keresztény vall. katolikus > nem vallásos
Transzcendens bevonása	19,11	0,000	katolikus > nem keresztény vall. katolikus > nem vallásos protestáns > nem keresztény vall. protestáns > nem vallásos más ker. közösség > nem keresztény vall. más ker. közösség > nem vallásos nem keresztény vall. > nem vallásos
Szimbolikus értelmezés	3,00	0,019	-

34. táblázat: *Különbségek a vallásgyakorlás módja szerint*

Változó	F	p	Post-hoc (Hochberg GT2)
Szorongás	4,53	0,004	maga módján vall. > rendszeresen egyházában
Az értelem megléte	10,94	0,000	nem gyakorolja < rendszeresen egyházában maga módján vall. < rendszeresen egyházában ritkán, de egyházában < rendszeresen egyházában
Az értelem keresése	3,71 (Welch-próba)	0,019	-
Negatív érzelmek	2,89	0,036	maga módján vall. > rendszeresen egyházában
Intrinzik orientáció	91,5	0,000	nem gyakorolja < maga módján vall. nem gyakorolja < ritkán, de egyházában nem gyakorolja < rendszeresen egyházában maga módján vall. < rendszeresen egyházában ritkán, de egyházában < rendszeresen egyházában
Extrinzik személyes orientáció	10,12	0,000	nem gyakorolja < maga módján vall. nem gyakorolja < ritkán, de egyházában nem gyakorolja < rendszeresen egyházában
Extrinzik társas orientáció	4,99 (Welch-próba)	0,005	-
Identifikált vallásosság	29,25 (Welch-próba)	0,000	nem gyakorolja < maga módján vall. nem gyakorolja < ritkán, de egyházában nem gyakorolja < rendszeresen egyházában maga módján vall. < rendszeresen egyházában ritkán, de egyházában < rendszeresen egyházában
Introjektált vallásosság	15,83	0,000	nem gyakorolja < ritkán, de egyházában nem gyakorolja < rendszeresen egyházában maga módján vall. < rendszeresen egyházában
Transzcendens bevonása	39,63 (Welch-próba)	0,000	nem gyakorolja < maga módján vall. nem gyakorolja < ritkán, de egyházában nem gyakorolja < rendszeresen egyházában maga módján vall. < ritkán, de egyházában maga módján vall. < rendszeresen egyházában ritkán, de egyházában < rendszeresen egyházában
Szimbolikus értelmezés	3,65	0,013	maga módján vall. > rendszeresen egyházában

35. táblázat: *Különbségek a vallásosság mutatói szerint*

Változó	F	p	Post-hoc (Hochberg GT2)
Szorongás	2,9	0,035	kissé fontos > minden cselekedetemet bef.
Az értelem megléte	18,02 (Welch-próba)	0,000	egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef. kissé fontos < nagyon fontos kissé fontos < minden cselekedetemet bef. nagyon fontos < minden cselekedetemet bef.
Intrinzik orientáció	132,08	0,000	egyáltalán nem fontos < kissé fontos egyáltalán nem fontos < nagyon fontos egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef. kissé fontos < nagyon fontos kissé fontos < minden cselekedetemet bef. nagyon fontos < minden cselekedetemet bef.
Extrinzik személyes orientáció	11,39	0,000	egyáltalán nem fontos < kissé fontos egyáltalán nem fontos < nagyon fontos egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef. kissé fontos < nagyon fontos
Extrinzik társas o.	47,35 (Welch-próba)	0,000	-
Identifikált vallásosság	90,71 (Welch-próba)	0,000	egyáltalán nem fontos < kissé fontos egyáltalán nem fontos < nagyon fontos egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef. kissé fontos < nagyon fontos kissé fontos < minden cselekedetemet bef. nagyon fontos < minden cselekedetemet bef.
Introjektált vallásosság	11,26	0,000	egyáltalán nem fontos < nagyon fontos egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef. kissé fontos < nagyon fontos kissé fontos < minden cselekedetemet bef.
Transzcendens bevonása	55,55 (Welch-próba)	0,000	egyáltalán nem fontos < kissé fontos egyáltalán nem fontos < nagyon fontos egyáltalán nem fontos < minden cselekedetemet bef.

			kissé fontos < nagyon fontos kissé fontos < minden cselekedetemet bef. nagyon fontos < minden cselekedetemet bef.
Szimbolikus értelmezés	5,25	0,002	egyáltalán nem fontos < kissé fontos kissé fontos > nagyon fontos kissé fontos > minden cselekedetemet bef.

AZ ÉRTEKEZÉS KIVONATA

A vallásosság és mentális egészség, illetve pszichológiai jóllét kapcsolata már a pszichológia önálló tudományként való megjelenése óta vitákat gerjesztő területe a lélektani kutatásoknak. Kutatásunkban ezen összetett kapcsolatrendszer egy szeletét vizsgáltuk meg közelebbről, mégpedig az istenkép, pontosabban istenreprezentáció és a pszichológiai jóllét kapcsolatát. A vallásos keresztény ember számára ugyanis a vallásos tapasztalat lényeges eleme a személyként definiált Istennel való kapcsolat minősége.

Célunk az volt, hogy az istenkép és a lelki egészség kapcsolatát olyan keretben ragadjuk meg, mely mind a pszichoterápia és lelkipozíció, mind pedig a valláspedagógia számára hasznosítható eredményeket hordoz. Ezért esett választásunk a kognitív orientációjú elméletek közül az A. Ellis által kidolgozott racionális-emocionális viselkedésterápiára, mely elsősorban terápiás irányzat, viszont elméleti háttere pragmatikus alapokat és jól körülhatárolható kereteket adhat a kutatásnak is.

Az első fejezetben az istenkép-istenfogalom-istenreprezentáció fogalmak tisztázása után az istenkép, illetve istenreprezentáció fejlődéséről, az esetleges torzulásokról és vizsgálatának módszertanáról írunk, összefoglalva a témába vágó legrelevánsabb kutatások eredményeit. Ezt követi a racionális-emocionális viselkedésterápia alapvető fogalmainak, a mentális zavarok kialakulására és fennmaradására adott magyarázatainak bemutatása. Az Albert Ellis által kidolgozott A-B-C modell, valamint a racionális és irracionális hiedelmek elkülönítése, ezek rendszerezése segített pragmatikus fogalmakkal megragadni az istenreprezentációt, illetve a vallásosságot is.

Az érett vallásosságot „racionális” vallásosságként definiáltuk, mely segíti a személyt céljai elérésében, identifikált, intrinzik és mind a transzcendens valóság erőteljes jelenléte, mind pedig a vallásos kijelentések szimbolikus értelmezésének képessége jelen van benne.

Hipotéziseink elsősorban az érett vallásosság és az Ellis-i értelemben racionálisan használt istenkép lelki egészségre gyakorolt pozitív hatásaira vonatkoztak.

A racionális-emocionális viselkedésterápia istenképpel való összekapcsolása céljából saját skálát dolgoztunk ki, melyet egy előkutatás folyamán próbáltunk ki. Eredményeink azt mutatták, hogy elsősorban a globális értékelés (az önmagunkkal kapcsolatos ítélkező hozzáállás) az, amely az istenreprezentáció és a vallásosság szempontjából releváns. Ugyanakkor az is kiderült, hogy az Istenre vonatkozó pozitív tartalmú állítások kevésbé relevánsak a vallásosság vizsgálata szempontjából, ezek valószínűleg csak a vallásosság

mértékének mérőeszközei. Sokkal informatívabb lehet az Istenre vonatkozó negatív állításokkal való egyetértés. Sejtésünket azonban a vallásosság mértékére vonatkozó kérdés hiányában nem tudtuk ellenőrizni.

Második kutatásunk az első hiányosságainak kiküszöbölése mellett az istenreprezentáció, illetve a vallásosság érettsége és a lelki egészség különböző mutatói közötti összefüggést is fel szeretne tárni.

Eredményeink igazolták azt, hogy önmagukban az Istenről való pozitív állításokkal való egyetértés nem hordoz információt a személyek vallásosságának milyensége szempontjából.

Sikerült kimutatnunk azt is, hogy az Istenre vonatkozó negatív állításokkal való egyetértés lelki egészségre gyakorolt negatív hatása csökken, ha ehhez elfogadó, a múlt hibáiból tanulni akaró, ítélkezésmentes gondolkodás társul. Ez az attitűd, mely lényegében a racionális hiedelmeket fedi azonban a vallásosság kapcsolati és gondolkodásbeli érettségének függvénye. Komplex modellünk szerint ugyanis a mély hit a mellett, hogy önmagában a pszichológiai distressz csökkenésével jár együtt, ezen elfogadó attitűd erősítésén keresztül kapcsolódik a pszichológiai distressz csökkenéséhez. A vallásos érettség kognitív aspektusaként értelmezett vallásos autonómia (a saját út keresése a vallásos hagyományon belül) elsősorban ennek az elfogadó, ítélkezésmentes gondolkodásmódnak a mediálásával csökkenti a distresszt.

Eredményeink segíthetnek a szekuláris pszichológia számára megérteni a vallásos emberek mentális egészségét elősegítő mechanizmusokat, a lelkigondozók, lelkészek számára pedig fogódzót nyújthatnak a vallásos érettség elősegítése, fontosságának megértése szempontjából.

Természetesen számos korlátja is van kutatásunknak: keresztmetszeti jelleg, a minta vallásos túlsúlya, a saját kérdőív kidolgozásából származó módszertani problémák.

ABSTRACT

The relationship between religiousness and mental health, or psychological wellbeing has been a controversial field of psychological research since the emergence of psychology as an individual field of study. Our research aimed to examine a slice of this complex relationship, namely the relationship between God image (or God representation) and psychological wellbeing. This subfield is important because for the religious person the quality of his/her relationship with God defined as a person is a central aspect of the religious experience.

Our goal was to grab the relationship between God image and mental health in a frame that can bring up gains for both pastoral counseling and psychotherapy. This is why we decided to use the Rational Emotive Behavior Therapy founded by Albert Ellis. Although this is mainly a therapeutic paradigm, its theoretical background can give pragmatic foundation and well-defined frames to our research too.

The first part of this dissertation clarifies the terms God image, God concept and God representation, after which it presents the theories regarding the development of this representation, its possible distortions and the methodology of its research. We also present the most relevant research results of this field of study. This first chapter is followed by a short presentation of the Rational Emotive Behavior Therapy, its basic concepts and its explications regarding the development and subsistence of psychological disorders. The ABC model developed by Albert Ellis and the separation and theoretic organization of rational vs. irrational beliefs can help to grab by pragmatic concepts the field of God representation and religion in general.

Mature religiousness was defined as „rational” religiousness: it helps the person to achieve his/her goals, it is identified, intrinsic and is characterized by both the powerful presence of the transcendent in one’s life and the capacity to interpret religious statements in a symbolic way.

Our hypotheses concerned the positive effect of mature religiosity and „rational” God representation on mental health.

In order to attach Rational-emotive behavior therapy to God representation we developed a new scale which was tested during a first research phase. Our results showed that global evaluation of human worth is the irrational belief that is most relevant from the point of view of religiousness and God representation. Meanwhile we also discovered that the positive

affirmations regarding God are less relevant for the psychological research regarding religiosity, they are probably just a measure of one's religiousness. The negative affirmations regarding God could be much more informative, but since we didn't include a measure of self-admitted religiousness, we couldn't test our suppositions.

Our second research, besides the eliminations of the problems encountered during the first research, tried to explore the complex relationship between God representation, mature religiousness and psychological health.

Our results certified our supposition regarding positive affirmations regarding God: agreement with these doesn't bear any information regarding the religious style of a person.

We were also able to prove that the negative effect of the agreement with negative affirmations regarding God on mental health is diminished if it is associated with non-evaluative beliefs. These beliefs and attitudes are shaped by relational and cognitive aspects of faith maturity. Our complex model showed that the deepness of one's faith correlates negatively with psychological distress, but it also connects to mental health through the mediating effect of non-evaluative, accepting beliefs. The dimension religious autonomy (which was defined as the cognitive aspect of faith maturity) diminishes distress mainly through the mediating effect of accepting beliefs.

Our results can help secular psychology understand the mechanisms that facilitate the mental health of religious people, while pastoral counselors can understand the importance of faith maturity in mental health.

Our research has many drawbacks too: the cross-sectional design, the dominance of religious people in the sample, the methodological problems that derive from the development of a new scale.

A SZERZŐ PUBLIKÁCIÓINAK JEGYZÉKE

Folyóiratban megjelent cikkek

KÉZDY A., MARTOS T., ROBU M. (2013) God image and attachment to God in work addiction risk. *Studia Psychologica* 55 (3), 209–214.

MARTOS T., KÉZDY A., ROBU M., URBÁN SZ., HORVÁTH-SZABÓ K. (2009), Újabb adatok a Kritika Utáni Vallásosság Skála alkalmazásához – elmélet és módszertan, *Magyar Pszichológiai Szemle*, 64(4), 643–669.

ROBU M. (2007) „Egy istenarc van eltemetve bennem...”, *Embertárs*, V(4), 307–319.

ROBU M. (2006) The relationship between religiousness, attachment and psychological well-being, *Studia Universitatis Babeş-Bolyai, Theologia Catholica Latina*, LI (1), 83–92.

ROBU M. (2005) Kötődés, in *Keresztény Szó*, XVI. (11) , 25–29.

Szerkesztett kötetben megjelent tanulmányok

ROBU M. (2010) A gyanú hermeneutikájának helye a valláspszichológiában. A transzcendenshez való viszony és a vallásos kijelentések értelmezési módjának jelentősége a pszichológiai kutatások szempontjából, in Nóda M., Zamfir K., Diósi D., Bodó M. (szerk.), *Ideje az emlékezésnek. Liber amicorum: A 60 éves Marton József köszöntése*, Szent István Társulat – Verbum, Budapest – Kolozsvár, 2010, 374–386

ZAMFIR K., ROBU M. (2009) Teaching Religion in Romania: Is there Room for Plurality? in Ziebertz H.-G., Riegel U. (eds.) *How Teachers in Europe Teach Religion. An International Empirical Study in 16 Countries*, LIT Verlag, Berlin, 2009, 181-190.

ROBU M, MARTOS T. (2007) Istenkép és vallásosság, in Horváth-Szabó K. (szerk.), *Vallás és személyiség*, Pázmány Péter Egyetem Kiadó, Piliscsaba, 110–133.

Konferencián bemutatott előadások

ROBU M., *A felnőttkori kötődés, vallásosság és pszichológiai jóllét kapcsolata*, a Romániai Egzisztencia-analízis és Logoterápia Egyesület kongresszusán bemutatott dolgozat, 2006.október 2–4.

ROBU M., *The mediating effect of spiritual maturity between adult attachment and psychological, respectively existential well-being*, International Conference on Spirituality, Prague, 2007. szeptember 21–23.

ROBU M., *A remény megjelenése a lét alapvető kérdéseiben*, MPT Valláspszichológia Szekciója, „A reményről” c. Tanulmányi Napok, Budapest, 2007. november 9–11.

ROBU M., *„Egy istenarc van eltemetve bennem...”* Semmelweis Egyetem PhD Tudományos Napok, Budapest, Budapest, 2008. április 10–11.

ROBU M., *Az istenkép fejlődése és vizsgálatának lehetőségei*, Magyar Pszichológiai Társaság Nagygyűlése, Nyíregyháza, 2008. május 20 – 22.

ROBU M., KÉZDY A., *Megküzdeni önmagunkért*, MPT Valláspszichológia Szekciója, „A megküzdésről” c. Tanulmányi Napok, Budapest, 2008. november 15–16.

ROBU M., *Rational emotive theory and God image*. Paper presented at the Congress of the International Association for the Psychology of Religion, Vienna, 23–27 August, 2009.

ROBU M., *„Egy istenarc van eltemetve bennem” – az istenképről pszichológiai szempontból*, Katolikus Akadémia, Kolozsvár, 2011, május 19.

ROBU M., *Isten szava bennünk? – lelkiismeret és felettes én*, Katolikus Akadémia, Kolozsvár, 2012, június 14.