

A POZITÍV FIATALKORI FEJLŐDÉS VIZSGÁLATA AZ ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG, AZ ÉLET ÉRTELME ÉS A SZUBJEKTÍV JÓLLÉT KOGNITÍV ÉS ÉRZELMI ÖSSZETEVŐI TÜKRÉBEN¹



JÁMBORI Szilvia
SZTE Pszichológiai Intézet
szilvia.jambori@psy.u-szeged.hu

KÓRÖSSY Judit
SZTE Pszichológiai Intézet
korossy@edpsy.u-szeged.hu

BOHNER-BEKE Alíz
EJF Pedagógusképző Intézet
bohner.beke@gmail.com

ÖSSZEFOGLALÓ

Háttér és célkitűzések: A pozitív fiatalkori fejlődés (*positive youth development*, PYD) elmélete hangsúlyozza, hogy a serdülőkori fejlődési potenciál, a kapacitások és képességek megértése és fejlesztése a tudományos kutatások és intervenciós gyakorlatok egyik legfontosabb feladata (Damon, 2004). Kutatásunk célja a pozitív fiatalkori fejlődés 5 komponensének (kompetencia, önbizalom, gondoskodás, kapcsolatok, jellem) mérésére szolgáló PYD kérdőív rövid verziójának kipróbálása volt, illetve kapcsolatának kimutatása az élettel való elégedettség, az élet értelme és a pozitív-negatív érzelmi állapotok megjelenésével.

Módszer: A vizsgálatban összesen 316 középiskolás diák vett részt ($N_{\text{fiú}} = 132$; $N_{\text{lány}} = 184$; 14–20 évesek, Átlagéletkor = 16,77 év). A középiskolások kitöltötték a PYD rövid verzióját (Geldhof és mtsai, 2013), az Élettel való Elégedettség Skálát (SWLS-H, Martos és mtsai, 2014), az Élet Értelme Kérdőívet (MLQ-H, Martos és Konkoly-Thege, 2012) és a Pozitív és Negatív Affektivitás Skála (PANAS) rövidített változatát (Gyollai és mtsai, 2011).

¹ A vizsgálatot a Pszichológiai Kutatások Egyesült Etikai Bíráló Bizottsága (EPKEB) hagyta jóvá (etikai engedély száma: 2019/123).

Eredmények: Eredményeink szerint a kutatásunkban használt PYD kérdőív rövid verziója megfelelő pszichometriai mutatókkal rendelkezett (Cronbach- α : 0,74–0,85) és alkalmas további vizsgálatokban való használatra. Életkori különbség tekintetében a 18–20 éves korcsoport a több megélt negatív érzelmi állapot ellenére is magasabb mértékű önbizalomról és kompetenciáról számolt be, mint a 14–17 éves korosztály.

Következtetések: A PYD kérdőív alkalmas arra, hogy a serdülőkor pozitív fejlődés jelenségét és ennek mértékét vizsgáljuk, bár néhány korrekció szükséges a még adekvátabb mérőeszköz kialakításához. A pozitív fiatalkori fejlődés dimenzióiban és a szubjektív elégedettség komponenseiben megjelenő változások azt mutatták, hogy jelentősek a korai és a későbbi serdülőkor periódus közötti eltérések. A fiatalkori fejlődést előre jelző tényezők szintén igazolják a két életkori korcsoport különbségét.

Kulcsszavak: pozitív fiatalkori fejlődés (PYD), élet értelmének megélése és keresése, pozitív-negatív érzelmi állapotok (PANAS)

BEVEZETÉS

A pozitív fiatalkori fejlődés egyszerre kutatási és gyakorlati terület, olyan ernyőfogalom, ami sokféle felfogását és vizsgálatát tartalmazza a serdülőkor pozitív látásmódjának (Benson és mtsai, 2006). A pozitív szemléletmód azt hangsúlyozza, hogy a fiatalok sikeres fejlődésének megértéséhez és elősegítéséhez nem elég a serdülőkre jellemző problémaviselkedés, az egészségkárosító magatartás megismerése és csökkentése, továbbá nem megfelelő az a megközelítés sem, ami a serdülőkort alapvetően problémásnak, feszültségekkel telinek látja és látta. A pozitív fiatalkori fejlődés (*positive youth development*, PYD) elmélete elismeri a serdülőkorra jellemző problémaviselkedés létezését, mégis azt hangsúlyozza, hogy a serdülőkor fejlődési potenciál, a kapacitások és képességek megértése és fejlesztése a legfontosabb feladata a tudományos kutatásoknak és az intervenciók gyakorlatnak (Damon, 2004). Ez az elmélet és gyakorlat azt segíti elő, hogy az egészséges, kompetens és boldog serdülőből elégedett és produktív felnőtt váljon a fejlődési lehetőségek kibontakozása

során (Roth és Brooks-Gunn, 2003). Éppen ezért felmerül az a kérdés, hogy vajon a pozitív fiatalkori fejlődési jellemzők együtt járnak-e olyan más pszichológiai konstruktumokkal, amelyek a pszichés egészség és jóllét mutatóinak tekinthetők.

A pozitív fiatalkori fejlődés megközelítései, koncepciója

Benson és munkatársai (2006) a következőképpen foglalják össze a pozitív fiatalkori fejlődés elméletének koncepcióját. Minden fiatalnak inherens kapacitása van a pozitív fejlődésre, amit lehetővé tesz a támogató kapcsolatokba és környezetbe való beágyazottság és az aktív részvétel. Sőt ezen túl, a fiatalok aktív formálói, alakítói a saját fejlődésüknek, a kapcsolatoknak és a környezetüknek. A támogatás és a részvétel olyan fejlődési források, amelyek, bár eltérő módon és eredménnyel, lehetővé teszik a pozitív kapacitások kibontakozását a különböző nemű, etnikumú és társadalmi rétegű fiatalok esetében is. A serdülőkor fejlődésben fontos szerep jut a közösségnek, ami egyszerre segítője és terepe a pozitív változásnak. A pozitív

fiatalkori fejlődés elmélete paradigmaváltásnak tekinthető, hiszen új szempontként tartalmazza egyrészt a pozitív kapacitások elősegítésének szükségességét (Bumbarger és Greenberg, 2002), másrészt a fiatalok önbizalmának erősítését a támogató környezetben megvalósuló, kihívást jelentő aktivitások során (Roth és Brooks-Gunn, 2003).

A pozitív fiatalkori fejlődés szemléletmódja többféle koncepció, illetve modell mentén írja le a serdülőkori kibontakozás feltételeit (Larson, 2000; Lerner és mtsai, 2005; Scales és mtsai, 2011; Benson és mtsai, 1999, Scales, 1999). A modellalkotók közül Lerner és kutatócsoportja (2005) azzal a céllal végzett nagy mintán longitudinális vizsgálatot, hogy a más ismert pszichológiai konstruktumoknak egy olyan sajátos együttesét találják meg, ami előre jelzi a sikeres, kevés problémával járó serdülőkori fejlődést. Az elméleti megfontolások és empirikus vizsgálatok eredményeképpen öt pszichológiai faktor emelkedett ki, amelyeknek az összessége biztosíthatja a képességek és a személyiség kibontakozását. A 19 pszichológiai változó alapján nemcsak az elsőrendű öt faktor létezését igazolták, hanem a látenszen ezekhez kapcsolódó pozitív fiatalkori fejlődés (PYD) elnevezésű másodrendű faktort is, ami az öt faktor hatását és működését befolyásolja.

Az öt faktor a Kompetencia (*Competence*), az Önbizalom (*Confidence*), a Gondoskodás/Törődés (*Caring*), a Kapcsolatok (*Connection*) és a Karakter (*Character*), és mivel mindegyik angol kifejezés c betűvel kezdődik, így az 5C elnevezést kapta ez a modell. A Kompetencia olyan kisebb elemeket foglal magában, mint a társas (pl. konfliktusmegoldás), iskolai (pl. osztályzatok, tanulmányi eredmény, iskolalátogatás), kognitív (pl. döntéshozás) és szakmai (pl. pályaválasztás, vállalkozás iránti

érdeklődés) készségek pozitív megítélése. Az Önbizalomhoz sorolható a pozitív önértékelés és énhatékonyság érzése, illetve a globális önbecsülés. A Gondoskodás és Együttérzés Faktora a szimpátiát, mások elfogadását és az empátiát, az együttérzési képességet tartalmazza. A Kapcsolatok Komponense kétirányú, kölcsönösen befolyásolt pozitív köteléket jelent, amelyet a fiatal a szülőkkel, kortársakkal, iskolával és a közösséggel alakít ki és tart fenn. A Karakter Faktor pedig olyan pszichológiai funkciókat képvisel, mint a kulturális és társadalmi szabályok tisztelete, a megfelelő viselkedési sztenderdek birtoklása, a helyes és helytelen érzése, vagyis a moralitás, valamint az integritás (Lerner és mtsai, 2005).

Lerner és munkatársai (2005) azt is feltételezték, hogy ha egy serdülőre jellemző az öt faktor, akkor megjelenik a hatodik C, a hozzájárulás (*Contribution*). Ez a kifejezés és fogalom azt jelenti, hogy az öt faktorra jellemző cselekvéssel az egyén pozitívan járul hozzá a saját, a családja, a közössége, és végső soron a társadalom változásához, fejlődéséhez. A hozzájárulás egyrészt a cselekvésen keresztül valósul meg, például amikor valaki önkéntes munkát vállal, segít a barátainak és szomszédainak, részt vesz iskolai csoportok munkájában, mentorál másokat. Másrészt azáltal, hogy az egyén hozzájárulása a közösség életéhez szükséges és fontos, mert így valamit vissza tud adni a társas környezetének. Több, a témában megjelent kutatás bizonyította, hogy mindkét modell (5C és a PYD) pozitívan járt együtt a hozzájárulással és negatívan a problémaviselkedéssel, illetve a depresszióval (Jelicic és mtsai, 2007; Geldhof és mtsai, 2014). A követéses vizsgálatok az is igazolták, hogy a lányok értek el magasabb értéket a PYD-en kívül még négy faktorban, illetve az 5.-től a 10. osztályokig ugyanaz

az első és másodrendű faktorszerkezet jelent meg (Phelps és mtsai, 2009; Bowers és mtsai, 2010). A több hullámban zajló longitudinális vizsgálatok során a mérőeszköz is változott: az öt faktort alkotó pszichológiai funkciók kezdeti, sokféle kérdőívből összeállított terjedelmesebb kérdéssorait felváltotta egy rövid (34 tételes) és egészen rövid (17 tételes) önkitöltős kérdőív, amelyet korai és középsőkésői serdülőkorúak számára is kialakítottak (Geldhof és mtsai, 2013).

A későbbi elemzések több ponton is módosították az eredeti első- és másodrendű faktorra épülő modellt. Az előző eredményekkel szemben a statisztikai vizsgálatok inkább a kétfaktoros modellt erősítették meg, amely szerint az egyes változók egyszerre két különálló faktort alkotnak, és e két faktor eltérő stabilitást mutat 5. és 12. osztály között. (Geldhof és mtsai, 2013; 2014). Az egyik faktor a mérések során stabilabbnak tűnő globális PYD-érték, ezzel jellemezhető a fiatalok általános adaptív működése. A másik faktor a mérsékeltlen stabil, többnyire csökkenő átlaggal jellemezhető specifikus 5C csoport, ami nem kapcsolódik a globális PYD-értékhez, és ami így az egyéni változás tendenciáira érzékeny mutatónak tartható. A longitudinális vizsgálatban az erősebb együttjárást mutató 5C-értékek alapján két kompetenciacsoport rajzolódott ki. A hatékonyságot jelző csoportba került a Kompetencia és Önbizalom Faktor, a Karakter és Gondoskodás Faktorok együttese pedig a szocio-emocionális kompetenciacsoportot alkotta (Geldhof és mtsai, 2014).

Élettel való elégedettség

A mentális jóllét modelljei közül az egyik legismertebb felfogás szerint a szubjektív jóllét egyik része az élettel való globális elége-

dettség, ami az életminőség értékelésének kognitív komponensét jelenti. A szubjektív jóllét másik részét az affektív összetevőként értelmezhető pozitív és negatív érzelmek alkotják (Diener, 1984; Diener és mtsai, 1985). Fujita és Diener (2005) szerint az élettel való elégedettség – kisebb kilengésektől eltekintve – viszonylag állandó marad hosszabb távon, azonban bizonyos események rövid időre megváltoztathatják ezt a stabil szintet. Számos vizsgálat alátámasztotta, hogy az emberek hamar alkalmazkodnak a változó életkörülményekhez és hosszú távú jóllétük csak kis mértékben változik (Fredrick és Loewenstein, 1999; Hellmich, 1995).

Az élettel való elégedettség örökletes alapjainak (Lykken és Tellegen 1996; Tellegen és mtsai, 1988) igazolásán túl többféle pszichés jellemzővel is összefügg az elégedettség mértéke serdülőkorúaknál. A szubjektív jóllét kapcsolatba hozható például számos személyiségvonással (extraverzió, neuroticitás, optimizmus, önértékelés), az énhatékonyság megítélésével, a társas és a családi kapcsolatok minőségével, a fizikai egészséggel (Proctor és mtsai, 2009; Pikó és Hamvai, 2010). A nemi és az életkori különbségek vizsgálata vegyes eredményeket hozott: néhány vizsgálat szerint a fiúk és lányok életelégedettsége között nincs különbség, és a globális érték az életkorral nem változik (Huebner és Dew, 1996; Huebner, 2004; Huebner és Diener, 2008; Jovanovic, 2016). Goldbeck és munkatársai (2007) viszont azt tapasztalták, hogy a 11 és 16 éves kor között csökken az elégedettség, és inkább a fiúknál mérhető a magasabb globális elégedettséérték. A fiúk fölénye az elégedettséget tekintve más vizsgálat szerint is igazolható 13–18 éves fiatalok körében (Moksnes és Espnes, 2013). Ugyanakkor olyan tanulmány is olvasható, amelyben inkább a lányok

számoltak be nagyobb elégedettségről (Jovanovic, 2016). A sokféle, területspecifikus elégedettség vizsgálata szintén azt igazolta, hogy a legtöbb területen a 13–15 éves fiataloknál magasabb az elégedettség, mint a 16–18 évesek mintájában, ami leginkább az idősebbek fejlődési feladataival kapcsolatos nehézségekkel, bizonytalansággal magyarázható (Viejo és mtsai, 2018).

Az affektív komponenssel kapcsolatos vizsgálatok szerint a pozitív és negatív érzelmek viszonylag függetlenek egymástól, közöttük kis vagy mérsékelt negatív kapcsolatot igazoltak (Gyollai és mtsai, 2011; Jovanovic és Gavrilov-Jerkovic, 2015). Ez azt jelenti, hogy ha valaki sok pozitív (vagy negatív) érzelmet él át, az nem jelenti a negatív (vagy pozitív) érzelmek hiányát. A két érzelmek funkcionális különbségét jelzi az, hogy másféle pszichológiai jellemzőkkel korrelálnak és eltérő fejlődési eredményeket jeleznek előre serdülőknél: a negatív érzelmek a distresszel korrelál, előre jelzi a depressziót és a kockázatos viselkedést, a pozitív érzelmek a rezilienciával és az énhatékonysággal járnak együtt és az étellel, iskolával való elégedettséget jósolják be (Jovanovic és Gavrilov-Jerkovic, 2015). Az életkorok és a nemek tekintetében a pozitív és a negatív érzelmek struktúrája azonosnak tűnik. A negatív érzelmekben a lányok értek el magasabb átlagot, hiszen náluk jelentkezik általában nagyobb érzelmi probléma. A pozitív érzelmekben viszont az idősebb (13–15 éves) serdülők értek el nagyobb értéket, szemben a fiatalabbakkal (10–13 éves), ami azzal magyarázható, hogy a gyerekkor jellemző internalizáló problémák csökkennek a serdülőkorba való átmenet idején (Ortuño-Sierra és mtsai, 2019). A középiskolás korszakot illetően viszont sem a pozitív, sem a negatív érzelmek nem függött össze

az életkorral, de a nemi és etnikai különbség igazolható volt (Huebner és Dew, 1996).

A szubjektív jóllét kognitív és affektív komponense között pozitív korreláció igazolható, bár ennek mértéke igen széles sávban ($r = 0,1-0,8$ között) változott (Schimmack, 2008). A jelentősen eltérő együttjárás egyrészt az alkalmazott mérőeszközzel magyarázható, másrészt azzal, hogy az étellel való elégedettség megítélésekor milyen információra támaszkodnak a személyek. Például közvetlenül az érzelmekre vagy inkább a kulturális normákra, illetve területspecifikus elégedettségre. 14–19 éves serdülők esetében szintén megjelent a szubjektív jóllét három eleme, továbbá az is, hogy a kognitív komponensnek csak kisebb részét tudta magyarázni a két érzelmek, és ez empirikusan is igazolja a három komponens különállóságát (Huebner és Dew, 1996). Általános és középiskolás fiúk és lányok esetében is igazolható volt az étellel való elégedettség egyfaktoros szerkezete, de emellett az is, hogy az elégedettség közepes mértékben pozitívan korrelált a pozitív és fordítottan a negatív érzelmekkel (Jovanovic, 2016; Ortuño-Sierra és mtsai, 2019).

Élet értelme

Az élet értelmessége a boldogság és a jóllét fontos része (Morgan és Fastides, 2009). Arra való késztetésünk, hogy olyan tetteket hajtsunk végre, vagy olyan célokat tűzzünk ki magunk elé, amelyek értelmet adnak az életünknek. Ez képessé tesz arra is, hogy a kedvezőtlen adottságokban vagy a nem módosítható helyzetekben is értelmet találjunk (Martos és Konkoly Thege, 2012). Az élet értelmességének két aspektusát különböztetjük meg a vizsgálatok alapján (Frankl, 2005): az élet értelmességének megélését és az élet értelmességének keresését. Az élet

értelmességének megélése arra vonatkozik, hogy az egyén mennyire érzi jelentéstartalmának az életét, míg a keresés arra utal, hogy az egyén mennyire motivált arra, hogy megtalálja vagy mélyebben megértse az élet értelmét (Santos és mtsai, 2012).

Az eddigi empirikus kutatások alátámasztják, hogy élet értelmének dimenziói egymástól nemcsak jól elkülöníthető, de eltérő mintázatú összefüggéseket is mutatnak más változókkal. Míg az élet értelmességének megélése pozitív együttjárást mutat a jóllét számos indikátorával, addig az élet értelmességére irányuló keresés sok esetben a mentális egyensúly megbomlását kíséri (Martos és mtsai, 2014). Steger és munkatársai (2009) pozitív összefüggést találtak az élet értelmességére irányuló keresés és a depresszió vagy a szorongásos állapotok között, amit több más vizsgálat is megerősített (Steger és mtsai, 2006; Navarez, 2017). Az élet értelmességének megélése ugyanakkor nagy mértékben bejósolta a pszichológiai jóllétet (Navarez, 2017; Steger és mtsai, 2006).

Az élet megélt értelmessége és az élet értelmességére irányuló keresés különbséget mutat nemenként és életkoronként egyaránt. Több kutatásban is arról adtak számot, hogy míg az élet értelmességének megélése a serdülőkorral szemben főleg a felnőtt- és időskorra jellemző (Reker, 2005), addig az élet értelmességére irányuló keresés az életkor előrehaladtával csökkenő tendenciát mutat (Brassai, 2011). Serdülőkorban alapvetően az élet értelmének keresése a fejlődés normatív részeként azonosítható (Brassai és Pikó, 2007), így nem feltétlenül tekinthető diszfunkcionálisnak.

Az életkori eltérések mellett az élet értelmességére irányuló kereséssel kapcsolatban nemi különbségek is fellelhetők. Magyar mintán elvégzett kutatások alapján a férfiak alacsonyabb értelemkeresésről számoltak be,

de az értelem megélésében nem találtak nemi különbséget (Martos és Konkoly Thege, 2012). Martos és Konkoly Thege (2012) kutatásai alapján az élet értelmét leginkább a fiatal nők keresték (26 év alatt), míg az élet értelmének megélését leginkább a 45 év feletti nők és férfiak esetében tudták kimutatni. Amerikai kutatások is azt bizonyították, hogy a késő serdülőkorban (18–24 év) (Steger és mtsai, 2009) és felnőttkorban (Reker, 2005) is inkább a nőkre jellemzőbb az élet értelmességének megtapasztalása. Más vizsgálatokban, 15–17 éves korban a fiúknál, míg 21–22 éves korban a lányoknál találták jellemzőbbnek az élet értelmének megélését (Brassai, 2011).

A sikeres serdülőkori fejlődés kapcsolata az élet értelmével és a pszichológiai jólléttel

A pozitív fiatalkori fejlődés faktoraival kapcsolatban felmerült az a kérdés, hogy vajon milyen összefüggés mutatható ki más pszichológiai konstruktumokkal. Több kutatás is összefüggést keresett az étellel való elégedettség és a pozitív fiatalkori fejlődés faktorai között. Ennek hátterét a korábbi elméleti megfontolások és empirikus adatok szolgáltatták. Előzetes, nem a pozitív fiatalkori fejlődés megközelítését alkalmazó tanulmányok szerint az étellel való elégedettség szoros kapcsolatot mutatott például az énhatékonysággal, (Vecchio és mtsai, 2007), a pozitív társas és baráti kapcsolatokkal (Cheng és Furnham, 2002; Pikó és Hamvai, 2010), és az önértékeléssel (Gilman és Huebner, 2003; Çivitci és Çivitci, 2009). Később, a pozitív fiatalkori fejlődést mérő vizsgálat szintén összefüggést keresett az 5C és a globális étellel való elégedettség között. A kínai kérdőívekből összeállított pozitív fiatalkori fejlődés 15 skálája (kivéve az énhatékonyságot) és az összevont

skálaértékek pozitív korrelációt mutattak a globális étellel való elégedettség értékkel serdülőknél (Shek és mtsai, 2007). Egy még későbbi hongkongi vizsgálat hasonló eredményre jutott 8. osztályos fiataloknál: a pozitív fiatalkori fejlődés pozitívan kapcsolódott az étellel való elégedettséggel és negatívan a problémaviselkedéssel (Sun és Shek, 2012).

A serdülők pozitív funkcionálása, sikeres alkalmazkodása kapcsolatba hozható az élet értelmének megélésével is. Brassai, Pikó és Steger (2011) eredményei azt mutatták, hogy az élet értelmének észlelése együtt járt a magasabb pszichológiai jólléttel (pozitív és negatív érzelmek mentén vizsgálva) és az életminőséggel, valamint az alacsonyabb pszichoszomatikus tünetekkel 15–19 éves serdülőknél. Egy későbbi és kisebb mintán azt is igazolták a szerzők, hogy az élet értelmének megélése pozitívan korrelál az élet értelmének keresésével 15–18 éves serdülőknél, illetve az élet értelmének e két oldala negatívan kapcsolódott a múltbeli és a vélt, jövőbeli problémás viselkedésbe való bevonódással (Brassai és mtsai, 2012).

A KUTATÁS CÉLJA, HIPOTÉZISEK

Kutatásunk célja a pozitív fiatalkori fejlődés 5 komponensének mérésére szolgáló PYD kérdőív rövid verziójának kipróbálása volt, illetve kapcsolatának kimutatása az étellel való elégedettség, az élet értelme és a pozitív-negatív érzelmi állapotok megjelenésével. Kutatásunkban a következő hipotéziseket fogalmaztuk meg.

1. A jelen kutatásban azt feltételeztük, hogy a 34 tételes rövid PYD kérdőív megfelelő pszichometriai mutatókkal rendelkezik, így alkalmas a kutatási kérdések megválaszolására. Várakozásaink szerint a kérdőívben az eredeti 5C faktor szerkezete jelenik meg, amit a faktorok konzisztenciaértékei igazolnak.

2. Korábbi kutatások eredményei alapján (Lerner és mtsai, 2005; Phelps és mtsai, 2009) azt vártuk, hogy a lányok érnek el magasabb pontszámot minden faktorban, kivéve az Önbizalom Faktort.

3. Az életkori változásokkal kapcsolatos kis számú vizsgálati eredmény alapján az a várakozás fogalmazható meg, hogy a középiskolai években csökken a Kapcsolat, Önbizalom és Kompetencia Faktorok pontszáma (Geldhof és mtsai, 2014). Ugyanakkor a serdülőkor nem tekinthető egységes korszaknak a pszichés alkalmazkodás szempontjából. A középső és a késői serdülőkor összehasonlítása számos pszichológiai területen azt mutatja, hogy a késői serdülőkorban pozitívabb fejlődési jellemzők mutatkoznak, ami lehetővé teszi a sikeresebb alkalmazkodást: önértékelésben, szociális kompetenciában, a szülőkkal való konfliktus csökkenésében, mint a korai vagy középső szakaszban (Kököneyi és mtsai, 2002; Kasik, 2015). Ez alapján inkább az várható, hogy a késői serdülőkorúak pozitív fejlődéssel kapcsolatos faktorértékei magasabbak lesznek, mint a fiatalabb korcsoporté. A két különböző eredménycsokor miatt inkább kérdést fogalmazhatunk meg: melyik serdülőkori korcsoportnál mérhető nagyobb értéke a pozitív fiatalkori fejlődés faktorainak?

4. Mivel a fiatalok étellel kapcsolatos elégedettsége a pozitív funkcionálás és az egészséges fejlődés mutatójaként is értelmezhető (Huebner és Diener, 2008), így azt feltételeztük, hogy a pozitív fiatalkori fejlődés 5C és PYD faktorai pozitívan kapcsolódnak az étellel való elégedettség kognitív összetevőjével. Ezt a várakozást támasztják alá a hongkongi serdülőkkel kapott eredmények is, amelyek szerint a pozitív fiatalkori fejlődés mutatói pozitívan jártak együtt a globális étellelégedettséggel (Shek és mtsai, 2007; Sun és Shek, 2012).

5. Az étellel való elégedettség kognitív és affektív oldala közötti korreláció, illetve a negatív és pozitív érzelmek közötti negatív korreláció is igazolható (Schimmack, 2008), ennek alapján azt tételeztük fel, hogy a pozitív fiatalkori fejlődés faktorai a pozitív érzelmekkel egyirányú, a negatív érzelmekkel fordított kapcsolatot mutatnak majd.

6. Az élet értelmének megélése és keresése olyan védőtenyezőnek tekinthető, ami segít a serdülőkorai fejlődésben, az alkalmazkodás buktatóinak sikeres megoldásában, a pszichológiai egészség fenntartásában (Brassai és mtsai, 2011). Az értelem keresése az identitás feltárása mellett segíti a serdülők lehetőségeinek és kibontakozásának megvalósítását (Brassai és mtsai, 2012). Ezek az eredmények azt jelzik, hogy az élet értelmének megélése és keresése együtt jár serdü-

lőkorban, és pozitív kapcsolatban lehetnek az 5C és a PYD-faktorokkal.

MÓDSZER

Minta

A vizgálatban összesen 316 középiskolás diák vett részt ($N_{\text{fiú}} = 132$; $N_{\text{lány}} = 184$; 14–20 évesek; Átlagéletkor = 16,77 év). A mintából két életkori csoportot képeztünk (14–17 évesek ($N = 186$; $N_{\text{fiú}} = 79$; $N_{\text{lány}} = 107$), és 18–20 évesek ($N = 130$; $N_{\text{fiú}} = 53$; $N_{\text{lány}} = 77$). A vizsgálati személyek 70%-a négyosztályos gimnáziumba, 15,5% hatosztályos gimnáziumba jár.

A mintavétel során kényelmi mintavételt alkalmaztunk. A szülők iskolai végzettségét az 1. táblázat mutatja.

1. táblázat. Szülők iskolai végzettségének megoszlása (%) a mintában

Szülők iskolai végzettsége	14–17 évesek ($N = 186$)		18–20 évesek ($N = 130$)	
	Apa	Anya	Apa	Anya
Általános iskola	7,5	4,8	1,5	0
Szakiskola	23,1	16,1	23,1	18,5
Középfokú/érettségi	30,6	33,9	44,6	48,5
Felsőfokú/diploma	36,9	39,8	26,9	29,2
Nem tudja	4,8	5,4	3,8	3,8

Vizsgálati eszközök

A középiskolások – a háttérkérdőíven (pl. nem, életkor, családi állapot, szülők iskolai végzettsége) kívül – négy kérdőívet töltöttek ki: a PYD rövid verzióját (Geldhof és mtsai, 2013), az Élettel való Elégedettség Skálát (Satisfaction with Life Scale, SWLS, Diener és mtsai, 1985; magyar változat: SWLS-H,

Martos és mtsai, 2014), az Élet Értelme Kérdőívet (Meaning in Life Questionnaire, Steger és mtsai, 2006; magyar változat: MLQ-H, Martos és Konkoly-Thege, 2012) és a Pozitív és Negatív Affektivitás Skála (PANAS) rövidített változatát (Gyollai és mtsai 2011).

A PYD rövidített verziója a pozitív fiatalkori fejlődés 5 komponensét méri 34 állítás segítségével (lásd *Függelék*). Az 5 kompo-

nens („5C” modell, Geldhof és mtsai, 2013) a kompetenciára (*Competence*), önbizalomra (*Confidence*), a jellemzőkre (*Character*), a gondoskodásra (*Caring*) és a társas kapcsolatokra (*Connection*) vonatkozik. A kérdőívet ennek a kutatásnak a keretében fordítottunk le magyar nyelvre. Az általunk lefordított kérdőívet egy angol szakos tanár átnézte, visszafordította angol nyelvre, majd a szükséges módosítási javaslatoknak megfelelően alakult ki a végső forma. A kérdőív első 12 kérdése esetén a fiataloknak el kellett dönteniük, hogy a két állítás közül melyik jellemzőbb rájuk, utána pedig azt, hogy mennyire. Például „*Néhány fiatal igazán elégedett a kinézetével*”, míg „*Más fiatal azt kívánja, bárcsak máshogy nézne ki*”. A hátralévő állítások során pedig egy 5 fokú Likert-skálán kellett jelezniük válaszaikat (1 = egyáltalán nem értek egyet, 5 = nagyon egyetértek). A Kompetencia (6 állítás) a megfelelő társas, kognitív, iskolai és pályaválasztási képességekre vonatkozik. Erre a dimenzióra vonatkozó választási lehetőség volt például „*Néhány fiatal úgy érzi, hogy van olyan okos, mint a korosztályához tartozók*” vagy „*Mások nem olyan biztosak ebben, és csodálkoznak, ha ez derül ki*”. Az Elégedettség (6 állítás) a pozitív önértékelést és énhatékonyt foglalta magába, ami elengedhetetlen a kezdeményezéshez, sikeres társas kapcsolatokhoz (pl. „*Biztos vagyok benne, hogy jó életem lesz felnőtt koromban*”). A Gondoskodás (6 állítás) a másokkal kapcsolatos szimpátia és empátia képességét jelenti (pl. „*Ha látom, hogy valakit kihasználnak, segíteni akarok neki*”), míg a Kapcsolatok (8 állítás) alatt a szülővel, kortársakkal és iskolával való pozitív és kölcsönös viszonyt értjük (pl. „*Sokszor jókat beszélgetünk a szüleimmel*”). A Karakter, Jellem (8 állítás) elnevezésű komponens a helyes viselkedési és morális

szabályok ismeretét és tiszteletét mutatja (pl. „*Felelősséget vállalni a tetteimért, ha hibázom vagy bajba kerülök*”).

Az Élettel való Elégedettség Skála (SWLS-H, Martos és mtsai, 2014) 5 tételes verzióját használtuk, amelyben a vizsgálati személyeknek egy hétfokú Likert-skálán kellett megjelölniük, hogy mennyire értenek egyet az állításokkal (1 = egyáltalán nem értek egyet; 7 = teljes mértékben egyetértek, pl. „*Az életem a legtöbb tekintetben közel van az ideálshoz*”).

Az Élet Értelme Kérdőív (MLQ-H, Martos és Konkoly Thege, 2012) egy tíztételes mérőeszköz, amelynek öt tétele az élet értelmességének megélését mutatja (MLQ-P, pl. „*Tudom, hogy mi az életem értelme*”), míg öt az élet értelmességének keresését méri (MLQ-S, pl. „*Keresem az értelmet az életemben*”). A válaszadás hétfokú Likert-típusú skálán történik (1 = egyáltalán nem igaz; 7 = tökéletesen igaz).

A Pozitív és Negatív Affektivitás Skála (PANAS, Gyollai és mtsai, 2011) 10 pozitív (pl. lelkes, figyelmes) és 10 negatív (pl. zaklatott, ingerlékeny) személyiségjellemzőt tartalmaz, amelyet a kitöltőnek egy ötfokozatú skálán kell önmagára vonatkozóan értékelnie, hogyha az utóbbi néhány hónapra visszagondol (1 = egyáltalán nem jellemző; 5 = nagyon jellemző).

Adatfelvétel

Az adatok felvételére igazgatói és szülői engedélyt egyaránt kaptunk. A diákok egy tanítási óra alatt töltötték ki a kérdőíveket, munkájukat a pedagógusok felügyelték. A vizsgálatot a Pszichológiai Kutatások Egyesült Etikai Bíráló Bizottsága (EPKEB) hagyta jóvá (etikai engedély száma: 2019/123).

EREDMÉNYEK

A mérőeszközök működése

Feltételezéseinknek megfelelően majdnem minden kérdőív esetében kirajzolódott a várt faktorstruktúra. A Kaiser–Meyer–Olkin-mutató minden vizsgált kérdőív esetében meghaladta a 0,75-ös értéket, vagyis általában a megfelelő kategóriába esett, vagy alig maradt el attól (Ketskeméty és Izsó, 1996). Az egyes

skálák megbízhatósága általában ugyancsak megfelelő volt. A PYD kérdőív esetében tapasztaltuk csak, hogy az eredeti kérdőívben szereplő Jellem, Karakter Faktor nem rendelkezett elfogadható belső konzisztenciával (Cronbach- α : 0,54), illetve a megerősítő faktorelemzés során sem illeszkedett megfelelően a modellbe. Így ennek a dimenzióknak elvetésére jutottunk a végső elemzésben. A PYD kérdőív faktorelemzésének eredményeit a 2. táblázat mutatja.

2. táblázat. A Pozitív Fiatalkori Fejlődés Kérdőív (PYD) exploratív faktorelemzésének eredménye (faktorsúlyok > 0.30)

	Kompetencia Faktor	Önbizalom Faktor	Gondoskodás Faktor	Kapcsolatok Faktor
PYD1	0,581			
PYD2	0,650			
PYD3	0,843			
PYD4	0,638			
PYD5	0,763			
PYD7	0,458			
PYD6		0,829		
PYD8		0,678		
PYD10		0,830		
PYD12		0,824		
PYD13		0,424		
PYD21			0,473	
PYD22			0,615	
PYD23			0,458	
PYD24			0,430	
PYD25			0,418	
PYD29				0,532
PYD30				0,685
PYD31				0,723
PYD32				0,620

Megjegyzés: Maximum Likelihood eljárás, Varimax forgatás.

A PYD kérdőív faktorainak együttjárását a 3. táblázatban szemléltetjük. A korrelációs vizsgálat eredményei azt mutatták, hogy minden PYD-dimenzió pozitív szignifikáns együttjárást mutatott egymással. A legerősebb pozitív szignifikáns kapcsolatot a PYD

Kompetencia és Önbizalom Faktora között figyelhetünk meg, illetve az Önbizalom és Kapcsolatok Faktorok között. A leggyengébb szignifikáns együttjárás pedig a PYD Gondoskodás és Önbizalom Faktora között volt kimutatható.

3. táblázat. A Pozitív Fiatalkori Fejlődés Kérdőív (PYD) faktorainak együttjárása

	Kompetencia	Önbizalom	Gondoskodás	Kapcsolatok
Kompetencia		0,750**	0,270**	0,377**
Önbizalom	0,750**		0,165**	0,509**
Gondoskodás	0,270**	0,165**		0,319**
Kapcsolatok	0,377**	0,509**	0,319**	

** $p < 0,01$

A vizsgálatban használt kérdőívek leíró statisztikai adatait, megbízhatóságát és a megerősítő faktoranalízis eredményeit a 4. táblázat közli.

Az egyes kérdőívek struktúrájának illeszkedés-mutatóit Hu és Bentler (1999) irányelveit figyelembe véve ellenőriztük.

4. táblázat. A vizsgálatban használt kérdőívek leíró statisztikai adatai, megbízhatósága és a többfaktoros kérdőívek megerősítő faktoranalízisének mutatói

Kérdőív/skálák	Állítások száma	Átlag	Szórás	Cronbach- α
PYD ($\chi^2 = 531, p < 0,001; \chi^2/df = 3,2; RMSEA = 0,08; CFI = 0,90; TLI = 0,89$)				
Kompetencia	6	2,92	0,72	0,812
Önbizalom	5	3,05	0,72	0,840
Gondoskodás	5	3,58	0,52	0,744
Kapcsolatok	4	3,43	0,56	0,854
Élet Értelme ($\chi^2 = 113, p < 0,001; \chi^2/df = 4,3; RMSEA = 0,09; CFI = 0,88; TLI = 0,83$)				
Értelem Keresése	5	4,47	1,28	0,742
Értelem Megélése	5	4,24	1,61	0,854
PANAS ($\chi^2 = 378, p < 0,001; \chi^2/df = 2,8; RMSEA = 0,08; CFI = 0,89; TLI = 0,87$)				
Pozitív	10	3,39	0,77	0,871
Negatív	10	2,42	0,73	0,809
SWLS	5	4,95	1,26	0,770

Korcsoportok szerinti különbségek

Kétmintás t -próba segítségével megvizsgáltuk, hogy milyen szignifikáns különbségek mutathatók ki az életkori csoport között. A statisztikai elemzések eredményei szerint az Élettel Való Elégedettségben ($t = 4,40$; $p = 0,00$), Negatív Érzelmi Állapotokban ($t = -3,25$; $p = 0,01$) és a PYD Önbizalom ($t = -3,85$; $p = 0,00$) és Kompetencia ($t = -5,11$;

$p = 0,00$) faktorában mutatkozott szignifikáns életkori különbség. Az elemzés azt bizonyította, hogy az étellel való elégedettség kivételével mindhárom másik dimenzióban az idősebb korcsoport mutatott magasabb átlagpontot. A 18–20 éves korcsoport a több megélt negatív érzelmi állapot ellenére is, magasabb önbizalmat és kompetenciát mutatott a vizsgálatban (lásd 5. táblázat).

5. táblázat: Életkori különbségek a vizsgált dimenziókban

Skálák	14–17 évesek		18–20 évesek	
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás
SWLS	5,18	1,16	4,39	1,31
PANAS Negatív Érzelmek	2,31	0,67	2,58	0,68
PYD Önbizalom	2,92	0,73	3,23	0,66
PYD Kompetencia	2,75	0,68	3,16	0,70

Nemi különbségek

Kétmintás t -próba segítségével azonosítottuk a nemi különbségeket is. A statisztikai elemzés a következő faktorokban mutatott szignifikáns különbséget a fiúk és lányok között: Élettel Való Elégedettség ($t = 2,88$; $p = 0,00$), Élet Értelmének Megélése ($t = 3,41$; $p = 0,00$), Pozitív Érzelmi Állapotok ($t = 5,31$; $p = 0,00$), Negatív Érzelmi Állapotok ($t = -5,23$; $p = 0,00$),

PYD Önbizalom ($t = 2,85$; $p = 0,00$), és PYD Kompetencia ($t = 2,47$; $p = 0,01$). Az elemzések bizonyították, hogy a fiúk szinte mindegyik vizsgált dimenzióban magasabb átlagértéket mutattak, mint a lányok. Egyedül a PANAS Negatív Érzelmek dimenziójában figyelhettük meg, hogy a lányok szignifikánsan magasabb átlagpontszámot értek el (lásd 6. táblázat).

6. táblázat. Nemi különbségek a vizsgált dimenziókban

Skálák	Fiúk		Lányok	
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás
SWLS	5,23	1,04	4,74	1,36
Értelem Megélés	4,68	1,58	3,93	1,58
PANAS Pozitív Érzelmek	3,65	0,72	3,21	0,75
PANAS Negatív Érzelmek	2,18	0,71	2,60	0,71
PYD Önbizalom	3,19	0,63	2,95	0,76
PYD Kompetencia	3,04	0,68	2,83	0,73

Iskolai teljesítmény megítélése alapján jelentkező eltérések

Az iskolai teljesítmény, feladathelyzetekben való eligazodás, társas csoportokban betöltött szerep meghatározó a fiatalok önjellemzésében. Emiatt fontosnak véltük annak vizsgálatát, hogy az iskolai teljesítményük szubjektív percepciója alapján is csoportokat képezve elemzéseket végezzünk el a mintánkban. Az iskolai teljesítményüket három kategória mentén értékelték a diákok. Az átlag alatti kategóriába 31 tanuló sorolta magát, az átlagos iskolai teljesítményű csoportba 239 tanuló került, a kiemelkedő iskolai teljesítményű csoportba pedig 41 tanuló tartozott a saját megítélésük alapján. Elvégeztük a statisztikai elemzéseket, a varianciaanalízis a következő faktorokban mutatott szig-

nifikáns eltérést a három csoport között: Élettel Való Elégedettség ($F_{(2,315)} = 6,82, p = 0,00$), Pozitív Érzelmi Állapotok ($F_{(2,315)} = 11,89, p = 0,00$), Negatív Érzelmi Állapotok ($F_{(2,315)} = 4,04, p = 0,02$), PYD Önbizalom ($F_{(2,315)} = 13,98, p = 0,00$), PYD Kapcsolatok ($F_{(2,315)} = 6,92, p = 0,00$) és PYD Kompetencia ($F_{(2,315)} = 16,58, p = 0,00$).

Az elemzések azt mutatták, hogy a Negatív Érzelmi Állapotok kivételével mindegyik vizsgált dimenzió esetében a kiemelkedő tanulmányi eredményű diákok mutattak szignifikánsan magasabb átlagértéket (lásd 7. táblázat). Az eredményeink jól tükrözik az iskolai teljesítmény szubjektív megítélésnek jelentős összefüggését más nem kognitív tényezőkkel is, mint például az affektív tényezők, társas viszonyok, kapcsolatok.

7. táblázat: Iskolai teljesítmény megítélése alapján megfigyelt különbségek

Skálák	Átlag alatti		Átlagos		Kiemelkedő	
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás
SWLS	4,28	1,23	4,96	1,26	5,52	0,98
PANAS Negatív Érzelmek	2,77	0,73	2,40	0,74	2,31	0,66
PANAS Pozitív Érzelmek	2,85	0,89	3,41	0,74	3,69	0,63
PYD Kapcsolatok	3,15	0,70	3,43	0,52	3,63	0,55
PYD Önbizalom	2,56	0,69	3,05	0,71	3,41	0,57
PYD Kompetencia	2,51	0,79	2,88	0,69	3,39	0,55

Összefüggés-vizsgálatok

A PYD faktorok, az Élettel Való Elégedettség, a Pozitív-Negatív Érzelmek és Az Élet Értelmének Keresése és Megélése korrelációt a 8. táblázat közli. Ebben az elemzésben az egész mintára vonatkozóan közlünk eredményeket, mivel külön életkori csoportokra bontva is közel hasonló együttjárásokat azonosíthattunk.

Az elemzés szerint a legerősebb összefüggéseket a PYD Önbizalom, Kapcsolatok és Kompetencia Dimenziók és a PANAS Pozitív Érzelmek Skálája esetében kaptunk, ezek közül is kiemelkedik az Önbizalom és Pozitív Érzelmek kapcsolata. De közepesen erős szignifikáns együttjárás mutatkozott a Kapcsolatok, a Kompetencia és a Pozitív Érzelmek között. Ezen kívül még az Élettel Való Elégedettség mutatott a PYD-faktorokkal

(Önbizalommal, Kapcsolatokkal) mérsékelt pozitív együttjárást, illetve az Értelem Megélés és a PYD Önbizalom Faktora között szintén mérsékelt pozitív együttjárást tapasztaltunk. Emellett néhány gyenge, de szignifikáns együttjárást figyelhattunk meg a PANAS Pozitív Érzelmi Skálája és a PYD Gondoskodás Dimenziója, valamint a PANAS Nega-

tív Érzelmek Skálája és a PYD Önbizalom, Kapcsolatok Faktora között. Itt azonban gyenge, de szignifikáns negatív együttjárás mutatkozott. Az Értelem Megélés és a PYD Kapcsolatok, Kompetencia Faktora szintén gyenge szignifikáns korrelációt mutatott (Szokolszky, 2004: 283).

8. táblázat. A PYD dimenziók, az Élettel Való Elégedettség, a PANAS és az Élet Értelme Skála korrelációi

Skálák	SWLS	PANAS pozitív	PANAS negatív	Értelem keresése	Értelem megélése
PYD Önbizalom	0,356**	0,548**	-0,225**		0,392**
PYD Gondoskodás		0,212**		0,199**	
PYD Kapcsolatok	0,339**	0,428**	-0,321**		0,240**
PYD Kompetencia	0,187**	0,480**			0,241**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

A pozitív fiatalkori fejlődés komponenseit meghatározó tényezők

Hierarchikus regresszióelemzést végeztünk, hogy a Pozitív-Negatív Érzelmi Állapotok, az Élettel Való Elégedettség és a PYD-faktorok közötti kapcsolatokat megvizsgáljuk. Mindkét korcsoportban elvégeztük az elemzéseket.

A 14–17 éves korcsoportban a PYD Kompetencia Faktorát elsősorban a PANAS Pozitív Érzelmi Skálája és az Élettel Való Elégedettség határozta meg, 27%-kal magyarázva a varianciát (lásd 7. táblázat). Tehát minél elégedettebb a fiatal az életével és minél inkább pozitív érzelmekkel tud visszaemlékezni az utóbbi időszakára, annál inkább érzi saját hatékonyságát iskolai, társas és kognitív készségekben.

A PYD Önbizalom Faktorát szintén a Pozitív Érzelmek, az Élettel Való Elége-

dettség, a Negatív Érzelmek Hiánya és az Élet Értelmének a Megélése határozta meg, 45%-kal magyarázva a varianciát (lásd 9. táblázat). Az eredmény azt mutatja, hogy minél inkább pozitív érzelmekkel emlékezik vissza a fiatal az utóbbi időszakára, minél elégedettebb az életével, és minél inkább úgy érzi, hogy értelmes életet él, annál pozitívabban látja önmagát és saját hatékonyságát.

A PYD Kapcsolatok Faktorát pedig szintén a Pozitív Érzelmi Állapotok, a Negatív Érzelmek Hiánya, az Élettel Való Elégedettség és az Élet Értelmének Keresése határozta meg, 36%-kal magyarázva a varianciát (lásd 9. táblázat). Az eredmény szerint a társas kapcsolatok kiépítésében jelentős szerepet játszik a pozitív érzelmi állapot mellett a negatív érzelmek hiánya, az élettel való elégedettség és az élet értelmének keresése, ami célokat, terveket, lehetőségeket adhat a fiatal számára.

9. táblázat. A pozitív fiatalkori fejlődés komponenseit meghatározó tényezők
(14–17 éves korcsoport)

Változók	<i>R</i>	<i>R</i> ² -változás	<i>b</i>	<i>beta</i>	<i>T</i>	<i>p</i>
PYD Kompetencia $F(2, 181) = 27,33; p \leq 0,01$						
PANAS Pozitív	0,499	0,249	0,328	0,433	5,62	0,00
SWLS	0,519	0,270	0,079	0,159	2,06	0,04
(Konstans)			1,09		5,02	0,00
PYD Önbizalom $F(4, 181) = 29,71; p \leq 0,00$						
PANAS Pozitív	0,565	0,319	0,306	0,348	40,70	0,00
SWLS	0,640	0,410	0,152	0,262	3,70	0,00
PANAS Negatív	0,658	0,434	-0,158	-0,156	-2,35	0,02
Értelem Megélése	0,670	0,449	0,058	0,142	2,00	0,04
(Konstans)			1,089		3,38	0,01
PYD Kapcsolatok $F(4, 181) = 20,48; p \leq 0,00$						
PANAS Pozitív	0,476	0,227	0,181	0,259	3,34	0,00
SWLS	0,543	0,295	0,120	0,262	3,39	0,00
PANAS Negatív	0,567	0,322	-0,172	-0,213	-2,95	0,00
Értelem Keresés	0,600	0,359	0,083	0,205	2,92	0,01
(Konstans)			2,21		7,82	0,00

*R*²: magyarázott variancia, *B*: nem standardizált regressziós koefficiens, *Beta*: standardizált regressziós koefficiens

A 18–20 éves korcsoportban elsősorban a pozitív és negatív érzelmi állapotok magyarázták leginkább a PYD-faktorok megjelenését. A statisztikai elemzés szerint a PYD Kompetencia Faktorát kizárólag a Pozitív Érzelmi Állapotok jelzik előre, 17%-kal magyarázva a varianciát. A PYD Önbizalom

Faktora megjelenésében szintén a Pozitív Érzelmi Állapotok és a Negatív Érzelmek Hiánya hangsúlyozódott, 27%-kal magyarázva a varianciát. A PYD Kapcsolatok Faktorát pedig kizárólag a Negatív Érzelmek Hiánya jósolta be, 19%-kal magyarázva a varianciát (lásd 10. táblázat).

10. táblázat. A pozitív fiatalkori fejlődés komponenseit meghatározó tényezők
(18–20 éves korcsoport)

Változók	R	R ² -változás	b	beta	T	p
PYD Kompetencia $F(1, 130) = 12,75; p \leq 0,01$						
PANAS Pozitív	0,413	0,171	0,348	0,413	3,57	0,00
(Konstans)			1,57		4,97	0,00
PYD Önbizalom $F(2, 130) = 11,15; p \leq 0,00$						
PANAS Negatív	0,427	0,182	-0,245	-0,314	-2,67	0,01
PANAS Pozitív	0,517	0,268	0,254	0,313	2,66	0,01
(Konstans)			20,70		5,90	0,01
PYD Kapcsolatok $F(1, 130) = 14,52; p \leq 0,00$						
PANAS Negatív	0,436	0,190	-0,295	-0,436	-3,81	0,00
(Konstans)			4,13		19,01	0,00

R²: magyarított variancia, B: nem standardizált regressziós koefficiens, Beta: standardizált regressziós koefficiens

A regresszióelemzés eredményeit összefoglalva megállapíthatjuk, hogy különbséget tapasztaltunk a fiatalabb és idősebb korcsoport között, elsősorban az Élet Értelmének Keresése és Megélése Faktor meghatározó szerepének azonosításában. Elemzéseink rávilágítottak a serdülőkori változások és világszemlélet kezdeti különbségeire, amelyben az élet értelmének a keresése és megélése sokkal jelentősebb, és meghatározza a társas kapcsolatok megítélését és az önmagukkal kapcsolatos elégedettségük mértékét.

EREDMÉNYEK MEGVITATÁSA

Tanulmányunkban egy új, kutatócsoportunk által lefordított pozitív fiatalkori fejlődést mérő kérdőív első kipróbálása történt meg, illetve kapcsolatának felderítése az Élettel Való Elégedettség, az Élet Értelme és a Pozi-

tív és Negatív Affektivitási Skálákkal. Célunk volt még továbbá életkori és nemi különbségek azonosítása is a vizsgált mintánkban.

A kutatásunkban használt PYD kérdőív rövid verziója megfelelő pszichometriai mutatókkal rendelkezett és alkalmas további vizsgálatokban való használatra. Az eredeti faktorszerkezet igazolható volt a mi kutatásunkban is, egyedül a PYD kérdőív Karakter Faktora nem mutatott megfelelő illeszkedést és belső konzisztenciát, emiatt ezt a faktort kizártuk. Így az összesített PYD-pontszámmal való elemzéstől is eltekintettünk.

A mért változók átlagai (középérték körüli önbizalom- és kompetenciaérték, középérték feletti gondoskodás, kapcsolatok, értelemkeresés és -találás, étellel való elégedettség pontszámok, inkább a pozitív és kevésbé a negatív érzelmek átélése) azt mutatják, hogy a vizsgált korosztályra jellem-

ző a sikeres, rugalmas alkalmazkodóképesség. A reziliencia, a nehézségekkel való megküzdés forrásai között találjuk a gondoskodó, kompetens gondozóval való kapcsolatot, az önszabályozást, az én pozitív látásmódját, az énhatékonyságot és az intrinzik motivációt, valamint a különböző (intellektuális, viselkedéses, társas) kompetenciákat, amelyek – az alapvető alkalmazkodási rendszer részeként – a normatív fejlődésben is biztosítják az egészséges fejlődést (Masten, 2001). E források közül az önészlelést, a kompetenciát és a pozitív kapcsolatokat is vizsgálta a PYD kérdőív, amely alapján tehát az egészséges fejlődés igazolható az érintett fiatalok esetében.

A Kapcsolat, Önbizalom és Kompetencia Faktossal kapcsolatban az egymásnak ellentmondó korábbi eredmények (Geldhof és mtsai, 2014; Kökönyei és mtsai, 2002; Kasik, 2015) alapján azt a kérdést tettük fel, hogy az idősebb vagy a fiatalabb serdülők érnek el kisebb vagy nagyobb értéket. A Kapcsolatok kivételével a másik két faktorban jelentős életkori különbséget tapasztaltunk az idősebbek javára. Vizsgáltunk szerint a 18–20 éves korcsoport a több megélt negatív érzelmi állapot és a kisebb életelégedettség ellenére is magasabb mértékű önbizalomról és kompetenciáról számolt be, mint a 14–17 éves korosztály. A PYD Önbizalom Faktor tételei megfeleltethetők a szelfvel kapcsolatos elégedettségnek, ami viszont átfedést mutat a globális önértékeléssel (Gentile és mtsai, 2009). Így az olyan korábbi kutatási eredmények, amelyek nagy mintán és akár longitudinális vizsgálatban is azt igazolták, hogy 8. és 12. osztály között fokozatosan növekszik a globális önértékelés (Bachman és mtsai, 2011), illetve serdülőkortól felnőttkorig tart az önértékelés emelkedése (Bleidorn és mtsai, 2016; Erol és Orth,

2011; Orth és Robins, 2014), összhangban vannak az eredményeinkkel. Az egyre pozitívabb önértékelés hátterében a részben genetikai alapú emocionális stabilitás, extravertió és lelkiismeretesség áll, de olyan tényezők is magyarázzák az önbecsülés-növekedést, mint az elsajátítás, tanulás, fejlődés érzése (*sense of mastery*) (Erol és Orth, 2011), amit megalapoz az instrumentális és társas-társadalmi szerepek elsajátítása, és az erről való pozitív visszajelzés észlelése (Bleidorn és mtsai, 2016).

A Kompetencia Faktor, amit Geldhof és munkatársai (2014) az önbizalommal együtt Hatékonyság Faktornak neveznek, szintén nagyobb értékkel jelent meg az idősebb serdülőknél, mint a fiatalabbnál. A Kompetencia Faktor tételei (iskolai és sportteljesítmény, barátság és népszerűség) nagy hasonlóságot mutatnak a területspecifikus önértékeléssel. És bár a területspecifikus önértékelés-vizsgálatok vegyes eredményeket mutatnak azzal kapcsolatban, hogy serdülőkorban folyamatosan vagy csak a periódus végén válik-e pozitívabbá a fiatal önmegítélése, az többnyire igazolható, hogy a serdülőkor lezárásakor pozitívabb a sport- és az iskolai kompetencia, valamint a társas elfogadás észlelése, mint a serdülőkor elején (Kuzucu és mtsai, 2014). Ezt az eredményt a mi vizsgálatunk is megerősíti: az idősebbek kompetensebbnek jellemezték magukat, mint a fiatalok, amit talán a sikeresebben működő specifikus teljesítmények és kompetenciák kiválasztásával és gyakorlásával magyarázhatunk (Kuzucu és mtsai, 2014).

Nem találtunk életkori különbséget az Élet Értelme két aspektusa tekintetében, így a megélés és a keresés serdülőkori együttes jelenlétének normatív jellegét (Brassai és Pikó, 2007) tudtuk megerősíteni. Az élettellel való elégedettség területén viszont a fiatalabb

korosztály ért el magasabb pontszámot. A szakirodalmi adatok ebben a tekintetben nem konzisztensek. Negatív kapcsolatot találtak a globális étellel való elégedettség és az életkor között csak a fiúk esetében 13–18 éves serdülőknél (Moksnes és Espnes, 2013), és a koreai gyerekek és középiskolások mintájában (Park, 2005). Ugyanakkor más vizsgálatok nem találtak kapcsolatot a két változó között (Huebner és mtsai, 2000; Huebner és Diener, 2008). A serdülőkori fejlődéssel kapcsolatos magyarázatok alapján arra gondolhatunk, hogy az idősebbek alacsonyabb étellelégedettségét egyrészt a kritikusabb szemléletmód és gondolkodás, másrészt a következő, bizonytalanabbnak tűnő fejlődési periódusba való átlépés miatti bizonytalanság okozhatja.

A nemi eltéréseket tekintve a korábbi pozitív fiatalkori fejlődés vizsgálati eredményei alapján (Lerner és mtsai 2005; Phelps és mtsai, 2009) azt vártuk, hogy a fiúkkal szemben a lányok magasabb pontszámot érnek el a Kompetencia, Kapcsolatok, Gondoskodás és Karakter, illetve alacsonyabbat az Önbizalom Faktorban. Vizsgálati eredményeink viszont azt mutatták, hogy az Önbizalom Faktoron kívül a Kompetencia Faktorban is a fiúk előnye jelent meg, így hipotézisünk csak részben nyert megerősítést. Az Önbizalomra vonatkozó eredményünk illeszkedik azokhoz a globális önértékelési adatokhoz, amelyek szerint a lányok önértékelése alacsonyabb, mint a fiúké (Block és Robins, 1993; Bleidorn és mtsai, 2016; Martinez és Dukes, 1991; Bachman és mtsai, 2011; Gentile és mtsai, 2009), jöllehet néhány vizsgálat szerint nincs különbség a két nem önértékelése között (Kuzucu és mtsai, 2014; Erol és Orth, 2011).

A fiúk többnyire kis mértékű magasabb önértékelése olyan szocializációs hatásokkal

magyarázható, mint a korai és határozottabb autonómiatámogatás, a hatékonyabb funkcionálás elvárása (Block és Robins, 1993), illetve a gazdagabb, egalitáriánus és individualista kultúra befolyása (Bleidorn és mtsai, 2016). Vizsgálatunkban, a várttal ellentétben, a kompetenciát tekintve is pozitívabban látták magukat a fiúk, mint a lányok, és bár a fizikai megjelenés, a viselkedés és a moralitás területén több vizsgálat is igazolt nemi különbséget, az akadémiai kompetencia és a társas elfogadás területén nem találtak eltérést a fiúk és a lányok értékei között (Kuzucu és mtsai 2014; Gentile és mtsai, 2009). A fiúk előnyét ezen a téren a nemi sztereotípiák tartalmának és vélhetően a sajátos iskolai értékelésnek az átvételével magyarázhatjuk, ami az önértékelés kialakulásának egyik mechanizmusaként tartható számon. Az önértékelés és a nemi különbségek kialakulásával kapcsolatban két magyarázatot említ Gentile és munkatársainak (2009) metaanalízise. Az egyik a Tükrözött Értékelés Modellje (Szociométer Modell), amely szerint a másokkal kapcsolatos interakcióból származó pozitív vagy negatív értékelést veszi át a személy. A másik mechanizmus a Kompetencia Modell, amely azt tartalmazza, hogy az egyén a különböző szelfterületeken a teljesítmény alapján von le következtetést a képességeire nézve. Az áttekintett vizsgálatok eredményei a nemi eltérések és hasonlóságok kapcsán inkább a reflektált értékelés működéséről igazolták. A Kompetencia Modell alapján például a lányoknak kellene nagyobb értéket elérni az Iskolai/Tanulmányi Kompetencia és Társas Elfogadás Dimenziókban, hiszen általában jobb tanulmányi eredményt érnek el, és pozitívabb társas kapcsolatokat tartanak fenn. Vizsgálatunkban a lányok Kompetencia Faktorban elért alacsonyabb pontszáma

tehat inkább a környezeti értékelés elfogadását jelzi, és a környezetből származó üzenetek sokszor a nemi sztereotípiákat tartalmazzák. A nemekre vonatkozó sztereotíp értékelések, és így a nemek közötti önértékelésben mutatkozó különbségek pedig akkor gyakoriak, ha a nemek közötti és nem a nemen belüli összehasonlítás a jellemző egy adott kultúrában (Bleidorn és mtsai, 2016).

Jelentős nemi különbséget tapasztaltunk még az Élettel Való Elégedettség, Az Élet Értelme Skálákban, illetve a pozitív és negatív érzelmek gyakoriságában is. A negatív érzelmek kivételével a fiúk értek el magasabb értékeket ezeken a területeken, ami összhangban van Brassai (2011) és Santos és munkatársainak (2012) eredményeivel, miszerint serdülőkorban a fiúkra jellemzőbb az élet értelmességének megélése, és ebből kifolyólag a magasabb élettel való elégedettség is. A fiúknál látható több pozitív és kevesebb negatív érzelmet korábbi vizsgálati eredmények is megerősítik (Fujita és mtsai, 1991; Crawford és Henry, 2004), illetve a pozitív és negatív érzelmek gyenge negatív korrelációját igazoló tanulmányok is alátámasztják a nemi különbségek sajátosságait (Schimmack, 2008; Crawford és Henry, 2004).

A nemi eltéréseken kívül a tanulmányi teljesítmény szubjektív megítélése is különbséget tett az élettel való elégedettség, a pozitív és negatív érzelmek, az önbizalom, kapcsolatok és a kompetencia mértékében. A magukat kiemelkedő teljesítménnyel jellemzők előnye ezekben a változókbán alátámasztja azokat a korábbi eredményeket, amelyek szerint a jobb tanulmányi teljesítményt és sikeresebb iskolai alkalmazkodást mutató középiskolások és egyetemi hallgatók elégedettebbek az élettel, több pozitív

érzelmet élnek meg és magasabb az önértékelésük (Huebner és Gilman, 2006; Salmela-Aro és Tynkkynen, 2010; Rode és mtsai, 2005; Proctor és mtsai, 2010).

A korrelációs vizsgálatok eredményei megerősítették a korábbi eredményekre alapozott várakozásainkat. Pozitív kapcsolatot találtunk az Önbizalom, a Kapcsolatok, a Kompetencia és az Élettel Való Elégedettség között, ami megerősíti a hongkongi fiataloknál kapott eredményeket (Shek és mtsai, 2007; Sun és Shek, 2012). Az Élettel Való Elégedettség és a Pozitív Érzelmek közötti pozitív, illetve a kétféle érzelem közötti negatív korreláció (Schimmack, 2008) alapján megfogalmazott elvárásunk is beigazolódtott. Az összehasonlítások között a legerősebb korreláció a négy PYD-faktor és a pozitív érzelmek között mutatkozott, a negatív érzelmekkel kapcsolatban ugyan megjelent a fordított összefüggés, de csak két faktor esetében volt szignifikáns az együttjárás. Ugyanaz a három PYD-faktor mutatott hasonló mértékben pozitív korrelációt az élet értelme megélésével, mint az életelégedettséggel, ami összhangban van azzal a korábbi eredménnyel, hogy az élet értelmének megélése a jólléttel szoros kapcsolatban áll (Martos és mtsai, 2014). Összességében a változók közötti kapcsolatok vizsgálata azt mutatta, hogy a pozitív serdülőkorai fejlődés jellemzői pozitívan kapcsolódnak a pszichológiai jóllét olyan konstruktumaival, mint az élettel való elégedettség, az élet értelmének keresése és megélése, illetve a pozitív érzelmek, ami azt jelzi, hogy a PYD-faktorok jól megjelenítik a serdülőkorai sikeres, pozitív funkcionálást.

A regresszióelemzés szerint a PYD-faktorok, amelyek a mentális egészség és pozitív fejlődés mutatóiként foghatók fel (Lerner és mtsai, 2005), másfajta változókkal

magyarázhatók a két korosztályban. A 14–17 évesek esetében a Kompetencia, az Önbizalom és a Kapcsolatok Faktorokat elsősorban a pozitív és negatív érzelmek, az étellel való elégedettség, sőt az élet értelmének keresése és megélése is magyarázta. A fiatalok önbizalmának alakulásában az étellel való elégedettség, a pozitív érzelmek léte és a negatív érzelmek hiánya mellett az élet értelmességének megélése is meghatározó. A kapcsolatok alakulásában pedig az előbbi változók mellett az élet értelmének keresése volt még befolyásoló tényező. Brassai és Pikó (2007) szerint serdülőkorban az élet értelmének megélése és keresése a fejlődés normatív részeként azonosítható, eredményeink alapján pedig vélhetően hozzájárul a középső serdülőkori szakasz egészséges fejlődéséhez. Az idősebbeknél kizárólag a pozitív és negatív érzelmek határozták meg a PYD-faktorokat. Ez arra utal, hogy a 18 éves kor környékén kezdődő fejlődés valóban egy elkülönülő periódust jelent, amelyben, vizsgálatunk szerint, az érzelmek megélésenek van nagyobb szerepe. De ez az eredmény azzal is összefüggésbe hozható, hogy a pozitív és negatív érzelmek kapcsolata, vagyis az, hogy melyik érzelmtípusból ér el a személy magasabb vagy alacsonyabb értéket, egyfajta affektív temperamentumtípusként is értelmezhető (Garcia és Moradi, 2013). A serdülőkor végére feltehetően stabilizálódik az érzelmekkel jellemezhető személyiségstípus, illetve temperamentumtípus, és ez stabilabb meghatározója lehet a pozitív fejlődés

és konstruktumának, mint a korai serdülőkorban.

Vizsgálatunknak számos limitációja közül az egyik a kis elemszámú és a kényelmi mintavételből származó vizsgálati csoport alkalmazása, ami miatt az eredményeket csak óvatosan általánosíthatjuk a magyar serdülőkre nézve. A kérdőív faktorai a mi használatunkban nem feleltek meg teljesen az amerikai kérdőív szerkezetének. A Karakter Faktor az eredeti konstrukcióban is sokféle jellemzőt tartalmazott, de mégis egy csoportba rendeződött. A mi vizsgálatunkban viszont a megjelenő tételek (helyes viselkedés választása, felelősségvállalás, a világ jobbá tételének és másoknak a segítése, más nemzeti-ségű emberek ismerete és társaságának kedvelése) nem képeztek egyetlen koherens faktort, így a Karakter Faktorról kapcsolatos összefüggések vizsgálatát nem tudtuk elvégezni. Az ide tartozó itemek igen különböző tartalma azt a kérdést is felveti, hogy vajon mennyire illeszkedik ez a faktor a magyar kultúrához és a fiatalok szubkultúrájához, illetve milyen mértékben szükséges az egyes tételek kihagyása vagy átfogalmazása a későbbiekben. A hiányzó Karakter Faktor azt sem tette lehetővé, hogy az öt faktor együttes pontszámával is elvégezzük az elemzéseket, illetve teszteljük az önálló vagy latens PYD-faktor létezését. A kapott eredmények ugyanakkor ezt jelzik, hogy – megfelelő korrekciók után – a kérdőív alkalmas a pozitív fiatalkori fejlődés további vizsgálatára.

SUMMARY

POSITIVE YOUTH DEVELOPMENT AND ITS RELATIONSHIP TO LIFE SATISFACTION, MEANING OF LIFE AND COGNITIVE AND EMOTIONAL ASPECTS OF SUBJECTIVE WELL-BEING

Background and aims: The positive youth development theory emphasizes the understanding and developing of adolescents' capacities and skills as one of the most important aims of scientific research and intervention practice (Damon, 2004). The theory and practise can help the healthy, competent and happy adolescents to become productive adults (Roth and Brooks-Gunn, 2003). The research focuses on testing the short version of PYD Scale (measuring 5 components: Competence, Confidence, Caring, Connection, Character) and analyzing its relation to the life satisfaction, meaning of life and positive-negative affectivity.

Methods: 316 high school students ($N_{\text{male}} = 132$; $N_{\text{female}} = 184$; 14–20 years old; Mean age = 16,77 years) took part in the study. They completed the short version of PYD Scale (Geldhof et al., 2013), the Subjective Well-Being Scale (SWLS-H, Martos et al., 2014), the Meaning of Life Questionnaire (MLQ-H, Martos and Konkoly-Thege, 2012) and the Positive-Negative Affectivity Scale (PANAS, Gyollai et al., 2011).

Results: The PYD Scale has shown reliable psychometric properties (Cronbach- α : 0,74–0,85), and thus it can be used in further studies. Despite the higher amount of negative affects, 18–20 year-old students showed a higher level of confidence and competence compared to those of the 14–17-year-old participants.

Conclusions: PYD Scale can measure the phenomenon of positive youth development among adolescents, but some further correction is needed. Our results have proved important differences in PYD components, and subjective well-being between middle and late adolescence. The predictive factors of positive youth development also confirm the different characteristics of the two age cohorts.

Keywords: positive youth development (PYD), meaning of life, positive-negative affectivity (PANAS)

IRODALOM

- BACHMAN, G. G., O'MALLEY, P. M., FREEDMAN-DOAN, P., TRZESNIEWSKI, K. H., DONNELLAN, M. B. (2011): Adolescent self-esteem: differences by race/ethnicity, gender, and age. *Self Identity*, 10(4). 445–473. DOI: 10.1080/15298861003794538.
- BENSON, P. L., SCALES, P. C., HAMILTON, S. F., SESMA, A. (2006): Positive youth development: Theory, research, and applications. In Damon, W. , Lerner, R. M. (eds): *Handbook of Child Psychology*. 1–4. (6th ed.). *Theoretical Models of Human Development* (Vol. 1). Wiley, New York, NY. 894–941.
- BENSON, P. L., SCALES, P. C., LEFFERT, N., ROEHLKEPARTAIN, E. C. (1999): *A Fragile Foundation. A State of Developmental Assets among American Youth*. Search Institute, Minneapolis, MN.

- BLEIDORN, W., ARSLAN, R. C., DENISSEN, J. J. A., RENTFROW, P. J., GEBAUER, J. E., POTTER, J., GOSLING, S. D. (2016): Age and gender differences in self-esteem – A cross-cultural window. *Journal of Personality and Social Psychology*, 11(3). 396–401.
- BLOCK, J., ROBINS, R. W. (1993): A longitudinal study of consistency and change in self-esteem from early adolescence to early adulthood. *Child Development*, 64(3). 909–923.
- BOWERS, E. P., LI, Y., KIELY, M. K., BRITTIAN, A., LERNER, J. V., LERNER, R. M. (2010): The Five Cs model of positive youth development: A longitudinal analysis of confirmatory factor structure and measurement invariance. *Journal of Youth and Adolescence*, 39. 720–735. DOI: 10.1007/s10964-010-9530-9
- BRASSAI, L. (2011): *Az élet értelmessége mint az egészségmagatartás védőfaktora serdülőkorban*. Doktori (PhD) értekezés. Semmelweis Egyetem, Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola, Budapest. <https://repo.lib.semmelweis.hu/bitstream/handle/123456789/1241/brassailaszlo>. (Letöltés ideje: 2019. december 15.)
- BRASSAI, L., PIKÓ B. (2007): Protektív pszichológiai jellemzők szerepe a serdülők egészséggel kapcsolatos magatartásában. *Mentálhigiéné és pszichoszomatika*, 8(3). 211–227. DOI: 10.1556/Mentál.8.2007.3.4
- BRASSAI, L., PIKÓ, B. F., STEGER, M. F. (2011): Meaning in life: a protective factor for adolescents' psychological health? *International Journal of Behavioral Medicine*, 18. 44–51. DOI: 10.1007/s12529-010-9089-6
- BRASSAI, L., PIKÓ, B. F., STEGER, M. F. (2012): Existential attitudes and Eastern European adolescents' problem behaviors: highlighting the role of the search for meaning in life. *The Psychological Record*, 62(4). 719–734.
- BUMBARGER, B., GREENBERG, M. T. (2002): Next steps in advancing research on positive youth development. *Prevention & Treatment*, 5(1), Article 16. DOI: 10.1037/1522-3736.5.1.516c
- CHENG, H., FURNHAM, A. (2002): Personality, peer-relations and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25(3). 327–339. DOI: 10.1006/yjado.475
- ÇIVITCI, N., ÇIVITCI, A. (2009): Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between loneliness and life-satisfaction in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47(8). 954–958.
- CRAWFORD, J. R., HERY, J. D. (2004): The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(3). 245–265.
- DAMON, W. (2004): What is positive youth development? *The Annals of the American Academy of Political and Social Sciences*, 591(1). 13–24.
- DIENER, E. (1984): Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3). 542–575.
- DIENER, E., EMMONS, E. R., LARSEN, R. J., GRIFFIN, S. (1985): The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1). 71–75.
- EROL, R. Y., ORTH, U. (2011): Self-esteem development from age 14 to 30 years: a longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3). 607–619. DOI: 10.1037/a0024299

- FRANKL, V. E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben* (Schaffhauser F. ford.). Jel Kiadó, Budapest.
- FREDRICK, S., LOEWENSTEIN, G. (1999): Hedonic adaptation. In Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (eds): *Well-Being: The Foundations of a Hedonic Psychology*. Russell Sage Foundation, New York, NY. 302–329.
- FUJITA, F., DIENER, E. (2005): Life satisfaction set point: stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1). 158–164.
- FUJITA, F., DIENER, E., SANDVIK, E. (1991): Gender differences in negative affect and well-being – the case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(3). 427–434.
- GARCIA, D., MORADI, S. (2013): The affective temperaments and well-being: Swedish and Iranian adolescents' life satisfaction and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(2). 689–707. DOI: 10.1007/s10902-012-9349-z
- GELDHOF, G. J., BOWERS, E. P., BOYD, M. J. MUELLER, M. K., NAPOLITANO, C. M. SCHMID, K. L. LERNER, J. V., LERNER, R. M. (2013): Creation and validation of short and very short measures of PYD. *Journal of Research on Adolescence*. 24(1). 163–176. DOI: 10.1111/jora.12039
- GELDHOF, G. J., BOWERS, E. P., MUELLER, M. K., NAPOLITANO, C. M., SCHMID CALLINA, K., LERNER, R. M. (2014): Longitudinal analysis of very short measure of positive youth development. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(4). 933–949. DOI: 10.1007/s10964-014-0093-z
- GENTILE, B., GRABE, S., DOLAN-PASCOE, D., TWENGE, J. M., WELLS, B. E., MAITINO, A. (2009): Gender differences in domain-specific self-esteem: a metanalysis. *Review of General Psychology*, 13(1). 34–45. DOI: 10.1037/a0013689
- GILMAN, R., HUEBNER, S. (2003): A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18(2). 192–205. DOI: 10.1521/scpq.18.2.192.21858
- GOLDBECK, L., SCHMITZ, G., BEESIER, T., HERSCHBACH, P., HEINRICH, G. (2007): Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research* 16(6). 969–979. DOI: 10.1007/s11136-007-9205-5
- GYOLLAI, Á., SIMOR, P., KÖTELES, F., DEMETROVICS, Zs. (2011): Psychometric properties of the Hungarian version of the original and the short form of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *Neuropsychopharmacologia Hungarica*, 13(2). 73–79.
- HELLMICH, N. (1995): Optimism often survives spinal cord injuries. *USA Today*, 4D.
- HU, L., BENTLER, P. M. (1999): Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multi-disciplinary Journal*, 6(1). 1–55. DOI: 10.1080/10705519909540118
- HUEBNER, E. S. (2004): Research on assessment of life satisfaction of children and adolescence. *Social Indicators Research*, 66(1–2). 3–33.
- HUEBNER, E. S., DEW, T. (1996): The interrelationship of positive affect, negative affect, and life satisfaction in an adolescent sample. *Social Indicator Research*, 38(2). 129–137.

- HUEBNER, E. S., DIENER, C. (2008): Research on life-satisfaction of children and youth. Implication for the delivery of school-related service. In Eid, M., Larsen, R. J. (eds): *The Science of Subjective Well-Being*. The Guilford Press, New York, NY. 376–392.
- HUEBNER, E. S., GILMAN, R. (2006): Student who like and dislike school. *Applied Research in Quality of Life*, 1(2). 139–150. DOI: 10.1007/s11482-006-9001-3
- HUEBNER, E. S., DRANE, J. W., VALOIS, R. F. (2000): Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21. 281–292.
- JELICIC, H., BOBEK, D., PHELPS, E., LERNER, J. V., LERNER, R. M. (2007): Using positive youth development to predict contribution and risk behaviors in early adolescence: Findings from the first two waves of the 4-H Study of Positive Youth Development. *International Journal of Behavioral Development*, 31(3). 263–273.
- JOVANOVIĆ, V. (2016): The validity of the Satisfaction with Life Scales in adolescents and a comparison with single item life satisfaction measures: a preliminary study. *Quality of Life Research*, 25(12). 3173–3180. DOI: 10.1007/s11136-016-1331-5
- JOVANOVIĆ, V., GAVRILOV-JERKOVIC, V. (2015): The structure of adolescent affective well-being: the case of the PANAS among Serbin Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 17(5). 2097–2117. DOI: 10.1007/s10902-015-9687-8
- KASIK L. (2015): Személyközi problémák és megoldásuk [Interpersonal problems and how to solve them]. Gondolat Kiadó, Budapest.
- KETSKEMÉTY L., IZSÓ L. (1996): *Az SPSS for Windows programrendszer alapjai. Felhasználói útmutató és oktatási segédlet*. Budapest, SPSS Partner Bt.
- KÖKÖNYEI GY., ASZMANN A., SZABÓ M. (2002): A serdülők jóllétét befolyásoló tényezők [Factors influencing the well-being of adolescents]. *Egészségnevelés*. 43(2). 49–57.
- KUZUCU, Y., BONTEMPO, D. E., HOFER, S. M., STALLINGS, M. C., PICCININ, A. M. (2014): Developmental change and time-specific variation in global and specific aspects of self-Concept in adolescence and association With Depressive Symptoms. *Journal of Early Adolescence*, 34(5). 638–666. DOI: 10.1177/0272431613507498
- LARSON, R. W. (2000): Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(1). 170–183. DOI: 10.1037//0003-066. X.55.1.170
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Almerigi, J., Theokas, C., Phelps, E., Gestsdottir, S., Naudeau, S., Jelcic, H., Alberts, A., Ma, L., Smith, L. M., Bobek, D. L., Richman-Raphael, D., Simpson, I., DiDenti Christiansen, E., von Eye, A. (2005): Positive youth development, participation in community youth development programs, and community contributions of fifth grade adolescents: Findings from the first wave of the 4-H Study of Positive Youth Development. *Journal of Early Adolescence*, 25(1). 17–71.
- LYKKEN, D. T., TELLEGEN, A. (1996): Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3). 186–189.
- MARTINEZ, R., DUKES, R. L. (1991): Ethnic and gender differences of self-esteem. *Youth and Society*, 22(3). 318–338.
- MARTOS T., KONKOLY THEGE B. (2012): Aki keres, és aki talál – az élet értelmessége keresésének és megélésének mérése az Élet Értelme Kérdőív magyar változatával [Those who search and those who find – Assessing the presence of and search for the meaning in life with

- the Hungarian version of the Meaning in Life Questionnaire]. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(1). 125–149.
- MARTOS T., SALLAY V., DESFALVI J., SZABÓ T., ITTÉZ A. (2014): Az Élettel való Elégedettség skála magyar változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői [Psychometric characteristics of the Hungarian version of the Satisfaction with Life Scale (SWLS-H)]. *Mentálhigiéné es Pszichoszomatika*, 15(3). 289–303.
- MASTEN, A. S. (2001): Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56(3). 227–238.
- MOKSNES, U. K., ESPNES, G. A. (2013): Self-esteem and life satisfaction in adolescents – gender and age as potential moderators. *Quality of Life Research*, 22(10). 2921–2928. DOI: 10.1007/s11136-013-0427-4
- MORGAN, J., FASTIDES, T. (2009): Measuring meaning in life. *Journal of Happiness Studies*, 10(2). 197–214.
- NAVAREZ, J. C. (2017): Presence of Meaning, Search for Meaning, and Happiness Among Filipino College Students. *Presented at the DLSU Research Congress*. De LA Salle University, Manila, Philippines.
- ORTH, U., ROBINS, R. W. (2014): The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5). 381–387. DOI: 10.1177/0963721414547414
- ORTUÑO-SIERRA, J., IBAÑUELOS, M., PÉREZ DE ALBÉNIZ, A., LUCAS MOLINA, B., FONSECA-PEDRERO, E. (2019): The study of positive and negative affect in children and adolescents: new advances in a Spanish version of the PANAS. *PlosOne*, 14(8). e0221696. DOI: 10.1371/journal.pone.0221696
- PARK, N. (2005): Life satisfaction among Korean children and Youth. A developmental perspective. *School Psychology International*, 26(2). 209–223.
- PHELPS, E., ZIMMERMAN, S., WARREN, A. A., JELIČIĆ, H., VON EYE, A., LERNER, R. M. (2009): The structure and developmental course of positive youth development (PYD) in early adolescence: Implications for theory and practice. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(5). 571–584.
- PIKÓ, B., HAMVAI, Cs. (2010): Parent, school and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and Youth Service Review*, 32(10). 1479–1482.
- PROCTOR, C. L., LINLEY, P. A., MALTBY, J. (2009): Youth life satisfaction: a review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5). 583–630. DOI: 10.1007/s10902-008-9110-9
- PROCTOR, C. L., LINLEY, P. A., MALTBY, J. (2010): Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social Indicators Research*, 98. 519–532. DOI: 10.1007/s11205-009-9562-2
- REKER, G. T. (2005): Meaning in life of young, middle-aged, and older adults: Factorial validity, age, and gender invariance of the Personal Meaning Index (PMI). *Personality and Individual Differences*, 38(1). 71–85. DOI: 10.1016/j.paid.2004.03.010
- RODE, J. C., ARTHAUD-DAY, M. L., MOONEY, C. H., NEAR, J. P., BALDWIN, T. T., BOMMER, W. H., RUBIN, R. S. (2005): Life satisfaction and student performance. *Academy of Management Learning and Education*, 4(4). 421–433.

- ROTH, J. L., BROOKS-GUNN, J. (2003): Youth development programs: Risk, prevention and policy. *Journal of Adolescent Health*, 32(3). 170–182.
- SALMELA-ARO, K., TYNKKYNEN, L. (2010): Trajectories of life satisfaction across the transition to post-compulsory education: Do adolescents follow different pathways? *Journal of Youth and Adolescence*, 39(8). 870–881.
- SANTOS, M. C. J., MAGRAMO, C. JR., OGUAN, F. JR., PAAT, J., BARNACHEA, EL A. (2012): Meaning in life and subjective well-being: is a satisfying life meaningful? *Researchers World – Journal of Arts, Science & Commerce*, 4(1). 32–40.
- SCALES, P. C. (1999): Reducing risk and building developmental assets: Essential action for promoting adolescents health. *Journal of School Health*, 69(3). 113–119. DOI: 10.1111/j.1746-1561.1999.tb07219.x
- SCALES, P. C., BENSON, C. L., ROEHLKEPARTAIN, E. C. (2011): Adolescent thriving: The role of sparks, relationships, and empowerment. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(3). 263–277. DOI: 10.1007/s10964-010-9578-6
- SCHIMMACK, U. (2008): The structure of subjective well-being. In Eid, M., Larsen, R. J. (eds): *The Science of Subjective Well-Being*. The Guilford Press, New York, NY. 97–123.
- SHEK, D. T. L., SIU, A. M. H., LEE, T. Y. (2007): The Chinese Positive Youth Development Scale: a validation study. *Research on Social Work Practice*, 17 (3). 380–391. DOI: 10.1177/1049731506296196
- STEGER, M. F., FRAZIER, P., OISHI, S. (2006): The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1). 80–93.
- STEGER, M. F., MANN, J., MICHELS, P., COOPER, T. (2009): Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 67(4). 353–358.
- SUN, R. C. F., SHEK, D. T. L. (2012): Positive youth development, life satisfaction and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong: a replication. *Social Indicators Research*, 105(3). 541–559. DOI: 10.1007/s11205-011-9786-9
- SZOKOLSKY Á. (2004): *Kutatómunka a pszichológiában. Metodológia, módszerek, gyakorlat*. Budapest, Osiris Kiadó.
- TELLEGEN, A., LYKKEN, D. T., BOUCHARD, T. J., WILCOX, K. J., SEGAL, N. L., RICH, S. (1988): Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6). 1031–1039.
- VECCHIO, G., M., GERBINO, M., PASTORELLI, C., DEL BOVE, G., CAPRARA, V. (2007) Multi-faceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43. 1807–1818.
- VIEJO, C., GÓMEZ-LÓPEZ, M., ORTEGA-RIUZ, R. (2018) Adolescents' psychological well-being: a multidimensional measure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10). 2325. DOI: 10.3390/ijerph15102325

FÜGGELÉK

Pozitív Fiatalkori Fejlődés (PYD) Kérdőív

A következő mondatpárok kétféle serdülőtípusról írnak. Kérjük, előbb azt dönts el, hogy inkább a bal vagy a jobb oldali fiatalra hasonlítasz. Aztán pedig dönts el, hogy az állítás részben igaz rád vagy nagyon igaz rád, és ennek megfelelően tegyél egy X-et a kiválasztott oszlopba. **Minden mondatpár esetében csak egy oszlopot jelölj!**

Példa:

	Nagyon igaz rám	Részben igaz rám				Részben igaz rám	Nagyon igaz rám
(a)			Néhány fiatal inkább kint tölti a szabadidejét.	DE	Más gyerekek inkább tv-t néznének.	X	

	Nagyon igaz rám (4)	Valamennyire igaz rám (3)				Valamennyire igaz rám (2)	Nagyon igaz rám (1)
1.			Néhány fiatal úgy érzi, hogy van olyan okos, mint a korosztályához tartozók.	DE	Mások nem olyan biztosak ebben, és csodálkoznak, ha mégis ez derül ki.		
2.			Néhány serdülőnek sok barátja van.	DE	Más fiatalnak nincs sok barátja.		
3.			Néhány tinédzser úgy gondolja, hogy szinte mindegyik új sporttevékenységben jól teljesítene.	DE	Mások attól tartanak, hogy nem teljesítenek jól egy új sportágban.		
4.			Néhány serdülő nagyon jól teljesít az iskolai feladatokban.	DE	Más serdülők nem teljesítenek nagyon jól az iskolai feladatokban.		
5.			Néhány serdülő úgy érzi, jobban sportol, mint kortársai.	DE	Más serdülő nem érzi úgy, hogy olyan jól tud játszani.		
6.			Néhány tinédzser többnyire elégedett magával.	DE	Más fiatal gyakran nem elégedett magával.		
7.			Néhány fiatal népszerű a kortársai körében	DE	Mások nem túl népszerűek.		
8.			Néhány tinédzser úgy gondolja, hogy jól néz ki.	DE	Más tinédzser úgy gondolja, hogy nem néz ki nagyon jól.		
9.			Néhány serdülő olyat is megtesz, amiről tudja, hogy nem kellene.	DE	Más serdülő szinte soha sem tesz olyat, amiről tudja, hogy nem kellene.		

10.		Néhány fiatal igazán elégedett a kinézetével.	DE	Más fiatal azt kívánja, bárcsak máshogy nézne ki.		
11.		Néhány fiatal általában úgy viselkedik, ahogy elvárják tőle.	DE	Más fiatal gyakran nem úgy viselkedik, ahogyan elvárják tőle.		
12.		Néhány tinédzser nagyon elégedett azzal, amilyen.	DE	Más tinédzser azt kívánja, bárcsak másmilyen lenne.		

Mennyire értesz egyet a következő állításokkal? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Nagyon egyetértek (5)	Egyetértek (4)	Nem tudom (3)	Nem értek egyet (2)	Nagyon nem értek egyet (1)
-----------------------	----------------	---------------	---------------------	----------------------------

13. Mindent összevetve, örülök, hogy olyan vagyok, amilyen. _____

14. Biztos vagyok benne, hogy jó életem lesz felnőtt koromban. _____

Mennyire fontosak a következő dolgok számodra? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Nem fontos (1)	Valamennyire fontos (2)	Nem tudom (3)	Egész fontos (4)	Kifejezetten fontos (5)
----------------	-------------------------	---------------	------------------	-------------------------

15. Segíteni abban, hogy a világ egy jobb hely legyen. _____

16. Időt és pénzt szánni arra, hogy mások életét jobbra tegyem. _____

17. Azt tenni, amit helyesnek tartok, még akkor is, ha a barátaim kigúnyolnak ezért.

18. Felelősséget vállalni a tetteimért, ha hibázom vagy bajba kerülök. _____

Gondolj azokra a személyekre, akik jól ismernek. Mit gondolsz, hogyan értékelnének téged a következőben? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Egyáltalán nem olyan, mint én (1)	Egy kicsit olyan, mint én (2)	Valamennyire olyan, mint én (3)	Egészen olyan, mint én (4)	Teljesen olyan, mint én (5)
-----------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	----------------------------	-----------------------------

19. Sok ismerettel rendelkezik más nemzetiségű emberekről. _____

20. Szeret különböző nemzetiségű emberekkel együtt lenni. _____

Mennyire igazak rád a következő állítások? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Egyáltalán nem igaz (1)	2	3	4	Nagyon igaz (5)
-------------------------	---	---	---	-----------------

21. Ha látom, hogy valakit kihasználnak, segíteni akarok neki. _____
22. Zavar, ha bárkivel rossz dolog történik. _____
23. Sajnálom azokat az embereket, akiknek nincs meg mindaz, mint ami nekem. _____
24. Amikor látom, hogy valakibe belekötnék, sajnálom őt. _____
25. Szomorúvá tesz, ha valaki olyat látok, akinek nincsenek barátai. _____
26. Sajnálom azt, akit megbántottak vagy szomorúnak látok. _____

Mennyire értesz egyet a következőkkel? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Nagyon egyetértek (5)	Egyetértek (4)	Nem tudom (3)	Nem értek egyet (2)	Egyáltalán nem értek egyet (1)
-----------------------	----------------	---------------	---------------------	--------------------------------

27. Sok bátorítást kapok az iskolában. _____
28. A tanárok az iskolában segítenek abban, hogy a legtöbbet kihozzam magamból.

29. Sokszor jókat beszélgetünk a szüleimmel. _____
30. Hasznosnak és fontosnak érzem magam a családomban. _____
31. A környezetemben élő felnőttek éreztetik velem, hogy fontos vagyok. _____
32. A környezetemben élő felnőttek odafigyelnek arra, amit mondok. _____

Mennyire igazak a következő állítások rád? A megfelelő számot írd az állítás mellé!

Mindig igaz (5)	Általában igaz (4)	Néha igaz (3)	Ritkán igaz (2)	Szinte sosem vagy sosem igaz (1)
-----------------	--------------------	---------------	-----------------	----------------------------------

33. Úgy érzem, a barátaim jó barátok. _____
34. A barátaim törődnek velem. _____