



AKADÉMIAI KIADÓ

A felnőtt magyar lakosság karaktererősségei – A Karaktererősségek Teszt magyar változatának (VIA-H) validálása

Mentálhigiéné
és Pszichoszomatika

24 (2023) 1, 1-23

DOI:
10.1556/0406.2023.00014

© 2023, A Szerzők

ZÁBÓ Virág^{1,2,3*}  – OLÁH Attila² – VARGHA András⁴

¹ ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Doktori Iskola, Budapest, Magyarország

² ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Pszichológiai Intézet, Budapest, Magyarország

³ ELTE Eötvös Loránd Tudományegyetem Felnőttképzés-kutatási és Tudásmenedzsment Intézet, Budapest, Magyarország

⁴ Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézet, Budapest, Magyarország

Béérkezett: 2022. február 5.; elfogadva: 2022. október 4.

EREDETI KÖZLEMÉNY



ABSZTRAKT

Elméleti háttér: Az önmagát a boldogság és az emberi erősségek tudományaként definiáló pozitív pszichológia egyik legjelentősebb eredménye a karaktererősségek és erények rendszertanának megalkotása. *Cél:* Tanulmányunk célja megvizsgálni a Karaktererősségek Teszt 24 ítemes, rövidített, felnőttekre kidolgozott, magyar változatának (VIA-H) reliabilitását és validitását, valamint e mérőeszköz mentális egészséggel és szociodemográfiai mutatókkal való kapcsolatát magyar mintán. *Módszerek:* Három önbeszámoló, kérdőíves, online keresztmetszeti vizsgálat résztvevői ($\Sigma n = 10\,911$) kitöltötték a Karaktererősségek Teszt 24 ítemes változatát, a Globális Jólét Kérdőívet, a Diener-féle Virágzás Skálát, a Huppert-féle Virágzás Kérdőívet, a Pozitivitás Skálát és a Rövidített Pszichológiai Immunrendszer kérdőívet. *Eredmények:* Az összesített mintán elvégzett feltáró faktorelemzés négy faktor meglétét igazolta (sajátértékek: 10,82, 1,68, 1,21, 1,09; kumulatív magyarított varianciaarány: 61,65%), úgymint: Emberiesség, Bölcsesség és tudás, Mértékletesség, valamint Spiritualitás és transzcendencia. A négy skála mindegyik vizsgálatban kiváló belső konzisztenciaértékeket mutatott (0,738 és 0,885 közötti Cronbach- α - és McDonald- ω -értékek). Az almintákon elvégzett konfirmatív faktorelemzések jó illeszkedést mutattak a feltáró faktorelemzés során nyert négyfaktoros modellhez. A skálák alacsonyabb diszkriminációs (43%-os egyedi rész), de kiváló tartalmi validitását sikerült igazolni ($r_s > 0,5$). A válaszadók körében legmagasabbra értékelt erény az Emberiesség, míg a legkevésbé fontosnak tartott erény a Mértékletesség. A nők statisztikai értelemben kismértékben magasabb értékeket adtak Emberiesség ($d(3756,0) = -15,641$, $p < 0,001$, Cohen- $d = 0,378$), valamint a Spiritualitás és transzcendencia erény skálákra ($d(3900,9) = -12,394$, $p < 0,001$, Cohen- $d = 0,293$), mint a férfiak. A Bölcsesség és tudás erény pozitív irányú kapcsolatot mutatott az iskolázottsági szinttel ($r_s = 0,211$, $p < 0,001$). Az egyedül élőkénél az Emberiesség erény alacsony szintje ($M = 4,85$, $SD = 0,96$; $F(3; 9825) = 52,27$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,016$) minden más csoportnál szignifikánsan ($p < 0,001$) alacsonyabb, a házaspár átlaga ($M = 5,14$, $SD = 0,78$) pedig minden más csoportnál szignifikánsan ($p < 0,001$) nagyobb volt. *Következtetések:* A Karaktererősségek Teszt rövidített felnőtt magyar változata (VIA-H) megbízható és érvényes mérőeszköznek bizonyult, amely alkalmas az erények és karaktererősségek rendszerének mérésére.

KULCSSZAVAK

karaktererősségek, erények, mentális egészség, pozitív pszichológia, pozitív pszichológiai mérőeszközök

Character strengths of the adult Hungarian population - Validation of the Hungarian version of the Character Strengths Inventory (VIA-H)

Theoretical background: One of the most significant achievements of positive psychology, which defines itself as the science of happiness and human strengths, is the creation of a taxonomy of character strengths and virtues. *Aim:* The study investigated the factor structure of character strengths measure

* Levelező szerző:
Zábó Virág,
1046, Budapest, Izabella u. 46.
E-mail: zabo.virag@ppk.elte.hu



as well as well as demographic correlates of the virtues in a Hungarian sample. *Method:* Participants in three self-reported questionnaire-based online cross-sectional studies ($\Sigma n = 10,911$) filled in the VIA-H, the Global Well-being Scale, Huppert's and Diener's flourishing scales, the Positivity Scale, and the Shortened Psychological Immune Competence questionnaire. *Results:* The exploratory factor analysis and the confirmatory factor analyzes performed on the subsamples and on the pooled sample, provided evidence for four factors (eigenvalues: 10.82, 1.68, 1.21, and 1.09; cumulative explained variance ratio: 61.55%): Wisdom and Knowledge, Humanity, Temperance, Spirituality and Transcendence. The four scales showed excellent internal consistency values in each study (Cronbach- α and McDonald- ω values between 0.738 and 0.885). The confirmatory factor analyzes performed on the subsamples showed a good fit with the four-factor model. Results proved low discriminant (43% unique part) but excellent content validity ($r_s > 0,5$). Participants rated themselves highest on Humanity and lowest on Temperance. Women gave significantly higher values for Humanity ($d(3756.0) = -15.641, p < 0.001$, Cohen's $d = 0.378$) and Spirituality and Transcendence virtue scales ($d(3900.9) = -12.394, p < 0.001$, Cohen's $d = 0.293$) than men. The virtue of Wisdom and knowledge showed a positive relationship with the level of education ($r_s = 0.211, p < 0.001$). The low level of the Humanity virtue among those living alone ($M = 4.85, SD = 0.96; F(3; 9825) = 52.27, p < 0.001, \eta^2 = 0.016$) is significantly ($p < 0.001$) lower, and level of the Humanity virtue of married people ($M = 5.14, SD = 0.78$) was significantly ($p < 0.001$) higher than that of all other groups. *Conclusions:* The VIA-H proved to be a reliable and valid measurement tool, which is capable for measuring the classification of virtues and character strengths.

KEYWORDS

character strengths, virtues, mental health, positive psychology, positive psychology assessment measure

1. BEVEZETÉS

Tanulmányunkban megismertetjük az olvasót egy új, rövid, karaktererősségeket mérő kérdőív, a Peterson és Seligman (2004) által kidolgozott *Values in Action Inventory of Strengths (Karaktererősségek Teszt)* 24 tételű, rövidített változata (Furnham & Lester, 2012) adaptálásának lépéseivel és a magyar változat (VIA-H) pszichometriai jellemzőivel. Emellett megvizsgáljuk a karaktererősségek és erények összefüggéseit a mentális egészséggel és egyes szociodemográfiai mutatókkal.

Az új évezred zászlót bontó lélektani irányzata, a pozitív pszichológia önmagát a boldogság és az emberi erősségek tudományaként definiálta (Carr, 2013; Csíkszentmihályi & Seligman, 2000). Célja, hogy kedvező hatással legyen egyéni, közösségi és intézményes szinten egyaránt a szubjektív jóllétre és a magasabb fokú pszichológiai működésére (Seligman, 2002, 2011; Worth, 2022). Az irányzat az optimális jóllétet a virágzás (*flourishing*) állapotának nevezi (Chen és mtsai, 2022; Seligman, 2011). Ez az a célállapot, amelynek a tartós fennállásához a pozitív pszichológia hozzá kíván járulni – többek között – a személyes erősségek fejlesztésével, a boldogság érzését tartósító egyéni stratégiák kiépítésével, valamint a pozitív intézmények kiépülésének támogatásával. A személyiség pozitív karakterjegyeinek vizsgálata nagyobb teret nyit a szubjektív jóllét, a boldogság és az optimális pszichológiai működés megismerésének. A tudományos gondolkodás és empíria széles spektrumát igen rövid idő alatt lefedni képes mozgalom egyik legjelentősebb eredménye az *erények* és a *karaktererősségek* rendszertanának megalkotása (Peterson & Seligman, 2004).

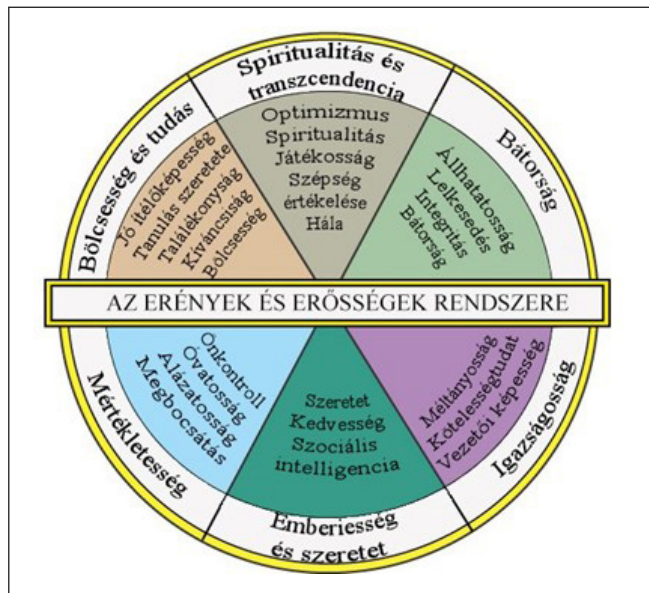
A Peterson és Seligman (2004) által létrehozott *Működő Értékek (Values in Action; VIA)* elnevezésű osztályozási rendszer a személyes erősségek felmérésére szolgál. Magába foglalja az erények rendszerét is, amely a pozitív jellemvonásokat osztályozó rendszer magasabb szinten szerveződő struktúrája (1. ábra).

E taxonómia (Peterson & Seligman, 2004) olyan, három évezredre visszanyúló vallások és filozófiai tanítások alapműveinek erényekről szóló tartalmainak átvizsgálásából ered, amelyek napjainkban is hatással vannak a modern világ működésére: a görög filozófia, a zsidó és a keresztény vallás tanai, az iszlám, a hinduizmus, a buddhizmus, a taoizmus és a konfucianizmus. Ezekben a tradíciókban hat általánosan elfogadott erényt azonosítottak, amelyek szinte minden kultúrában megtalálhatók. A „Nagy Hatok” közé tartozik a Bölcsesség és tudás, a Bátorság, az Emberiesség és szeretet, az Igazságosság, a Mértékletesség, valamint a Spiritualitás és transzcendencia (Peterson & Seligman, 2004). Az erények tehát absztrakt kulturális elvek, amelyek időtől, lokációtól, kultúrától függetlenül a „jól élt élet” jelzői. Ahhoz, hogy valaki erényes legyen, annak meg kell mutatkoznia a viselkedésében is. Az erények viselkedésbeli megnyilvánulását nevezik karaktererősségeknek, amelyek mérhető pszichológiai változók.

Az erények mint elvont kulturális elvek határozzák meg a személyiség kulturálisan értékelt pozitív építőköveit, a karaktererősségeket. A karaktererősségek nem adottságok, hanem nagymértékben fejleszthető (Tay & Pawelski, 2022), gyakran morálisan is értékelt személyiségvonások (McGrath & Walker, 2016). Alkalmazásuk tudatos, bárki képes elsajátítani őket (Seligman, 2002). Az erősségek krité-



riumai, hogy 1. vonásjellegű – azaz olyan pszichológiai jellemző, amely számos különböző helyzetben megjelenik, és időbeli stabilitást mutat, 2. jellegében önmagában jutalmazó, 3. gyakorlásuk pozitív érzelmi állapotot eredményez, 4. a kultúrák meséken keresztül fejlesztik az erősségeket, 5. a mesék hősei megtestesítói az erényeknek (Seligman, 2002).



1. ábra: Az erények és a karaktererősségek hierarchikus rendszere (Peterson és Seligman, 2004 nyomán)

Peterson és Seligman (2004) 24 karaktererősséget különböztetett meg. A karaktererősségek közé tartozik például az *Integritás*, ami az őszinteség, hitelesség, szavahihetőség pozitív karakterjegyeket foglalja magába; a *Találékonyosság*, ami az eredetiséget, a fluid intelligenciát, és a józan észjárás jelent; vagy a *Vezetői képesség*, amelynek birtokában a személy képes másokat motiválni, emellett befogadó és koncentrált lenni.

Mivel a karaktererősségekről azt feltételezzük, hogy elősegítik a kiteljesedést, így azt is várjuk tőlük, hogy hozzájárulnak a jóllétre való közvetlen törekvéshez. A karaktererősségek pozitív irányú kapcsolatot mutatnak a jóllét fizikai (Ai, Fincham, & Carretta, 2021; Weziak-Bialowolska, Bialowolski, VanderWeele, & McNeely, 2021), érzelmi (Azañedo, Artola, Sastre, & Alvarado, 2021; Wagner, Gander, Proyer, & Ruch, 2020; Weziak-Bialowolska és mtsai, 2021), szociális (Azañedo és mtsai, 2021; Wagner és mtsai, 2020; Weziak-Bialowolska és mtsai, 2021) és spirituális aspektusaival (Ai, Fincham, & Carretta, 2021; Jacobs, Berenbaum, & Niemiec, 2021). A karaktererősségeink szerint való cselekvéssel és gondolkozással hozzájárulhatunk mások és önmagunk javához, mert a karaktererősségek használata és birtoklása pozitív előrejelzője az értelemmel és célokkal teli életnek (Wagner és mtsai, 2020; Weziak-Bialowolska és mtsai, 2021). A karaktererősségek a reziliencia prediktorai (Blanchard, McGrath, & Jayawickreme,

2021; Martínez-Martí & Ruch, 2017; Shoshani & Slone, 2016) és a reziliencia mediálásával protektív faktorok a pszichológiai vulnerabilitásban (Demirci, Ekşi, Ekşi, & Kaya, 2021). További kutatásokban az erősségek és az étellel való elégedettség pozitív irányú összefüggését mutatták ki (Baumann, Ruch, Margelisch, Gander, & Wagner, 2019; Blasco-Belled, Alsinet, Torrelles-Nadal, & Ros-Morente, 2018; Hassaniraad, Khodayarifard, Hejazi, 2021). Egy meta-analízis eredményei igazolták, hogy a karaktererősségek használatára irányuló intervenciók jelentős mértékű, kedvező hatással vannak az étellel való elégedettségre (Schutte & Malouff, 2019). Egy longitudinális vizsgálat eredményeképpen pedig arról számoltak be, hogy a karaktererősségek stabilak hosszabb időszakon átívelően, továbbá az erősségek és a jóllét közötti összefüggések összhangban vannak a keresztmetszeti vizsgálatokban kapott eredményekkel (Gander, Hofmann, Proyer, & Ruch, 2020).

Az empirikus eredmények bizonyítják a karaktererősségek általános relevanciáját mind a jóllét, mind a *virágzás* (*flourishing*) (Cherif, Wood, & Watier, 2020; Hausler és mtsai, 2017; Green, 2022; Wagner és mtsai, 2020; Wagner, Pindeus, & Ruch, 2021; Weziak-Bialowolska és mtsai, 2021) és a különböző életterületeken tapasztalt kívánatos következmények szempontjából (pl. munkahely: Harzer & Ruch, 2014; Heintz & Ruch, 2020, oktatás: Lounsbury és mtsai, 2009; Wagner & Ruch, 2015). A kíváncsiság, a lelkesedés, a szeretet, a hála és az optimizmus jellemvonások következetesen a legerősebb összefüggéseket mutatják a szubjektív jólléttel (Wagner és mtsai, 2021). Ezen erősségek mellett az integritás, az állhatatosság, a kedvesség, a szociális intelligencia, az önkontroll és a humor erősen összefügg az általános pszichológiai jólléttel (Hausler és mtsai, 2017). Lee és munkatársai (2020) azt vizsgálták, hogy mennyire értékeli fontosnak az emberek a virágzás hat tartományát (érzelmi jóllét, fizikai jóllét, célok, karaktererősségek, szociális kapcsolatok, anyagi biztonság). A különböző jólléttípusok fontossága összefüggött a személyes megtapasztalásuk mértékével. A karaktererősségek fontossága mutatta a legszorosabb kapcsolatot az összes terület megtapasztalásával. A fentiek alapján megállapíthatjuk tehát, hogy az erősségek birtoklása és használata, az erények szerinti élet a pozitív mentális egészséghez és magas (szubjektív) életminőséghez vezet (Oláh & Kapitány-Fövény, 2012).

Az eredeti, *Values in Action Inventory of Strengths* mérőeszköznek (Peterson & Seligman, 2004) már 14 kultúráközi adaptációja elérhető (VIA, 2022). Számos faktoranalitikus tanulmányban vizsgálták a karaktererősségek strukturálódását és – eltérve az elméleti koncepciótól – változatos faktorszámú megoldásokat közöltek. Az eredmények szerint a háromfaktoros (Brdar & Kashdan, 2010; Duan & Bu, 2017; Shryack, Steger, Krueger, & Kallie, 2010), a négyfaktoros (Macdonald és mtsai, 2008; McGrath, 2015; McGrath & Walker, 2016; Park & Peterson, 2006; Steger és mtsai, 2010), az ötfaktoros (Azañedo és mtsai, 2014; McGrath, 2014, 2015; Park & Peterson, 2006; Peterson, Park, Pole, D'Andrea, & Seligman, 2008; Ruch, Weber, & Park, 2014; Singh & Choubisa, 2010), a hatfaktoros (Furham & Leister, 2012);

Leontopoulou & Triliva, 2012; Ng, Cao, Marsh, Tay, & Seligman, 2017; Ruch & Proyer, 2015; Ruch és mtsai, 2010) és a hétfaktoros (Furnham & Leister, 2012) megoldások is megfelelő illeszkedést mutattak. Az eredeti, 240 ítemes kérdőívnek többféle, 24, 48, 72, 96, 120 és 192 tételes rövidített verziója is elkészült (pl. Furnham & Lester, 2012; McGrath, 2019; Neto, Neto, & Furnham, 2014; Peterson & Seligman, 2004).

Tanulmányunk célja magyarországi mintán megvizsgálni a Karaktererősségek Teszt 24 ítemes, rövidített, felnőttekre kidolgozott változatának (Furnham & Lester, 2012) reliabilitását és validitását. További célunk feltárni az érények szociodemográfiai mutatókkal való kapcsolatát, és igazolni magyar mintán is, hogy karaktererősségek és az érények pozitív kapcsolatban állnak a mentális egészség olyan jelezőivel, mint amilyen például a virágzás, a globális jóllét, a pozitívitás és a pszichológiai immunrendszer.

2. MÓDSZEREK

2.1. Résztvevők és eljárás

A Karaktererősségek Teszt validálásához három, független mintás, online önkitöltős kérdőíves keresztmetszeti vizsgálatot terveztünk, hogy a mérőeszköz rövidített változatának faktorstruktúráját új, független minták ($\Sigma n = 10\,911$) segítségével magyar adatfelvételen megerősítsük. A három adatfelvétel a Boldogságtérkép Kutatás 2019-es, 2020-as és 2021-es kutatási etapjainak keretében valósult meg, hozzáférhetőségi mintavétellel.

Mindhárom, nem valószínűségi, hólabda-mintavételt alkalmazó adatfelvételben ugyanazt a 123 tételes, specifikusan erre a célra létrehozott online felületen (<http://boldogsagkutatas.hu/boldogsagterkep>) kitölthető kérdőívcsomagot al-

kalmaztuk. A linket e-mailen, valamint sokszínű, változó demográfiai jellemzőkkel (életkor, foglalkozás) és változatos érdeklődéssel bíró, felnőtt személyek által gyakran látogatott közösségi média-felületeken osztottuk meg. Mivel az adatfelvétel online történt, ezért a vizsgálati minta nem tekinthető reprezentatívnak a magyar lakosságra nézve. A vizsgálatban való részvétel önkéntes volt, és anonim módon, informált hozzájárulással, mindennemű kompenzáció nélkül történt. Az első adatfelvétel 2019. január–március hónapokban, a második 2020. január–március hónapokban, a harmadik pedig 2021. január–március hónapokban zajlott.

A vizsgálatok az ELTE PPK Pszichológiai Intézete Kutatásügyi Bizottságának engedélyével zajlottak (az engedélyek száma: 2015/284, 2017/285 és 2019/61).

2.1.1. Az I. vizsgálat mintája

Az első vizsgálat mintáját 4614 magyarországi felnőtt korú lakos (988 férfi és 3626 nő) alkotta (1. táblázat). Bár a minta többsége (78,6%-a) nő, a férfiak kellően nagy létszámával a minta elég heterogén ahhoz, hogy érvényes következtetéseket vonhassunk le a Karaktererősségek Teszttel kapcsolatban. Az átlageletkor 42,9 év (SD = 16,0 év, terjedelem: 18–90 év) volt. A minta a településtípus szerint is kiegyenlített: a mintaelemszám minden kategóriában 800 feletti. A személyek több mint 94%-a rendelkezik érettségivel, családi állapot szerint 76,1% párkapcsolatban él (ebből 40% házasságban). A minta többségének (60,6%) van gyermeke. A személyek fele (49,4%) alkalmazott, de számottevő a nyugdíjasok (14,8%) és a tanulók (14,5%) aránya is. A minta döntő többsége (67,4%-a) anyagi helyzetét átlagosnak ítéli meg, de nem elhanyagolható a jómódú személyek aránya (21,7%) sem. Alacsony azon válaszadók aránya, akik szegénynek (1,9%) vagy gazdagnak (1,2%) vallották magukat.

1. táblázat: Az I. vizsgálati minta szociodemográfiai jellemzői ($n = 4614$)

Életkor	18–25 éves: 20,1%	26–35 éves: 14,2%	36–50 éves: 30,4%	51–65 éves: 27,7%	66–90 éves: 7,7%
Gyermekek száma	0: 39,4%	1: 17,6%	2: 29,7%	3: 10,7%	3+: 2,6%
Település	község: 18,9%	kisváros: 43,6%	nagyváros: 18,2%	főváros: 19,2%	
Iskolai végzettség	alapfok: 5,4%	középfok: 40,3%	főiskola: 29,9%	egyetem: 24,4%	
Családi állapot	egyedül él: 20,2%	párkapcsolatban: 36,1%	házas: 40%	özvegy: 3,7%	
Foglalkozás	alkalmazott: 49,4%	nyugdíjas: 14,8%	vállalkozó: 10,9%	munkanélküli: 2,9%	tanuló: 14,5%
Anyagi helyzet	szegény: 1,9%	átlag alatti: 7,9%	átlagos: 67,4%	jómódú: 21,7%	gazdag: 1,2%



2.1.2. A II. vizsgálat mintája

A második vizsgálatban 3029 magyarországi felnőtt lakos (842 férfi és 2187 nő) vett részt (2. táblázat), többségében (72,2%-a) nő. Az átlagéletkor 49,7 év (SD = 14,7 év, terjedelem: 18–100 év). A minta a településtípus szerint kiegyenlített: a mintaelemszám minden kategóriában 400 feletti. A válaszadók több mint fele (58,7%-a) rendelkezik felsőfokú

iskolai végzettséggel, családi állapot szerint 79,8% párkapcsolatban él (ebből 47% házasságban). A minta többségének (72,9%) van gyermeke. A résztvevők több mint fele (53,9%) alkalmazott, egynegyede (25,9%-a) nyugdíjas. A minta döntő többsége (67,7%) anyagi helyzetét átlagosnak ítéli meg, de nem elhanyagolható a jómódú személyek aránya (17%) sem. Ezúttal is alacsony azon válaszadók aránya, akik szegénynek (2,6%) vagy gazdagnak (1,1%) vallották magukat.

2. táblázat. A II. vizsgálati minta szociodemográfiai jellemzői ($n = 3029$)

Életkor	18–25 éves: 5,8%	26–35 éves: 14,9%	36–50 éves: 28,4%	51–65 éves: 36,1%	66–100 éves: 14,7%
Gyermekek száma	0: 27,2%	1: 20%	2: 36,2%	3: 12,1%	3+: 4,6%
Település	község: 21,8%	kisváros: 46,5%	nagyváros: 14,1%	főváros: 17,5%	
Iskolai végzettség	alapfok: 2,1%	középfok: 39,2%	főiskola: 32,8%	egyetem: 25,9%	
Családi állapot	egyedül él: 13,3%	párkapcsolatban: 32,8%	házas: 47%	özvegy: 6,9%	
Foglalkozás	alkalmazott: 53,6%	nyugdíjas: 25,9%	vállalkozó: 8,4%	munkanélküli: 3,4%	egyéb: 8,4%
Anyagi helyzet	szegény: 2,6%	átlag alatti: 11,6%	átlagos: 67,7%	jómódú: 17%	gazdag: 1,1%

2.1.3. A III. vizsgálat mintája

A harmadik vizsgálatban a vizsgálati mintát 3268 magyarországi felnőtt lakos (681 férfi és 2587 nő) alkotta (3. táblázat). A minta többsége (79,2%-a) ismét nő, de a férfiak létszáma ebben a mintában is elég nagy ahhoz, hogy érvényes következtetéseket vonhassunk le. A minta átlagéletkora 48,6 év (SD = 16,1 év, terjedelem: 18–100 év) volt. A minta a településtípus szerint is kiegyenlített: a mintaelemszám minden kategóriában 400 feletti. A személyek közel kétharmada

(63%-a) rendelkezik felsőfokú iskolai végzettséggel. Családi állapot szerint 81,1% párkapcsolatban él (ebből 50,2% házasságban). A minta felének (50,2%) van gyermeke. A személyek több mint fele (53%) alkalmazott, közel egynegyede (23,6%-a) pedig nyugdíjas. A résztvevők döntő többsége (70,9%) anyagi helyzetét átlagosnak ítéli meg, de nem elhanyagolható a jómódú személyek aránya (17,4%) sem. Ebben a mintában is alacsonynak bizonyult azon válaszadók aránya, akik szegénynek (2,3%) vagy gazdagnak (0,7%) vallották magukat.

3. táblázat. A III. vizsgálati minta szociodemográfiai jellemzői ($n = 3268$)

Életkor	18–25 éves: 10,7%	26–35 éves: 13,4%	36–50 éves: 27%	51–65 éves: 31,8%	66–100 éves: 17%
Gyermekek száma	0: 26,8%	1: 18,8%	2: 37,5%	3: 13,3%	3+: 3,5%
Település	község: 26,5%	kisváros: 50,7%	nagyváros: 13,5%	főváros: 9,2%	
Iskolai végzettség	alapfok: 3,2%	középfok: 33,8%	főiskola: 37%	egyetem: 26%	
Családi állapot	egyedül él: 13%	párkapcsolatban: 30,9%	házas: 50,2%	özvegy: 5,9%	
Foglalkozás	alkalmazott: 53%	nyugdíjas: 23,6%	vállalkozó: 6,5%	munkanélküli: 3,3%	egyéb: 13,2%
Anyagi helyzet	szegény: 2,3%	átlag alatti: 8,7%	átlagos: 70,9%	jómódú: 17,4%	gazdag: 0,7%



2.2. Mérészközök

Mindhárom adatfelvétel során azonos kérdőívcsomagot alkalmaztunk. A kérdőívcsomag elején 14 kérdés a szociodemográfiai adatokra vonatkozott (nem, kor, lakóhely, iskolai végzettség, foglalkozás, családi állapot, gyermekek száma, szubjektív anyagi helyzet).

Karaktererősségek Teszt (VIA-H): a Karaktererősségek Teszt (Peterson & Seligman, 2004) a pozitív pszichológiai hat univerzális erényt és a hozzájuk tartozó 24 karaktererősséget (1. ábra) méri, az utóbbiakat prototípusosan képviselő egy-egy pozitív irányú tétellel, 6-fokú Likert-típusú skálán (1 = egyáltalán nem jellemző, 6 = teljes mértékben jellemző). A skálaképzés a hozzájuk tartozó tételek átlagolásával történik. A skálákon elért magasabb pontszám azt mutatja, hogy a válaszadó önmagára jellemzőnek tartja az adott tulajdonságot. A rövidített, 24 ítemes változat magyarra való fordítása a standard fordítás–visszafordítás eljárással (Brislin, 1986) készült el. A fordítást angolról magyarra két független személy végezte, majd a két fordítás összehasonlásából készült változatot egy kétnyelvű (angol–magyar), angol szakot végzett nyelvi lektor hasonlította össze az eredetivel.

Globális Jólét Kérdőív: a mérőeszköz a jóllét bio-pszichoszocio-spirituális modelljét operacionalizálja az Érzelmi, Pszichológiai, Szociális és Spirituális jóllét skálájával, azon elméleti előfeltevéseken alapulva, miszerint a teljes jóllét feltétele, hogy az ember humán természetének minden aspektusában jól működjön, miközben jól érzi magát a bőrében. A kérdőívben 17 tétel található, amelyekre a kitöltő egy 6 fokú Likert-típusú skálán (1 = egyáltalán nem jellemző, 6 = teljes mértékben jellemző) válaszol. A skálákon elért magasabb pontszám magasabb fokú globális jóllétet jelez. A Globális Jólét konstrukcióját magyar mintán (12 378 férfi és nő, átlagéletkor: 44,4 [SD = 14,5] év) konfirmatív faktorelemzés (CFA) eredménye igazolta (SRMR = 0,038; RMSEA = 0,064; RMSEA CI90: 0,063–0,066; CFI = 0,949; TLI = 0,936; Oláh, Vargha, Csengödi, Bagdi, & Diósi, 2020). A skálák belső megbízhatóságát magas Cronbach- α értékek igazolták (Oláh, 2016). A Globális Jólét Kérdőív strukturális validitását és belső megbízhatóságát a Boldogságtérkép Kutatás 2019–2022-es egyesített mintáján ($\Sigma n = 11\,914$) a konfirmatív faktorelemzés eredményei (SRMR = 0,034; RMSEA = 0,064; RMSEA CI90: 0,063–0,066; CFI = 0,953; TLI = 0,942) és a belsőkonzisztencia-mutatók (4. táblázat) egyaránt alátámasztották.

Diener-féle Virágzás Skála (Diener és mtsai, 2010): az étellel való elégedettséget, a pozitív érzelmek dominanciáját, a kompetenciaérzetet, az optimizmust, a mások jóllétéhez való hozzájárulást, az életcélt, az önbecsülést és a pozitív kapcsolatokat méri 8 tétel (pl. „Céltudatos és értelmes életem van”) mentén, amelyeket 7 fokú Likert-típusú skálán (1 = egyáltalán nem jellemző, 7 = teljes mértékben jellemző) szükséges értékelni. A skálán elért magasabb pontszám pozitív mentális egészséget jelez. Az unidimenzionális Diener-féle Virágzás Skála belső megbízhatóságát alátámasztották a

Boldogságtérkép Kutatás 2019–2022-es egyesített mintáján ($\Sigma n = 11\,914$) kapott belsőkonzisztencia-mutatók (4. táblázat).

Huppert-féle Virágzás Kérdőív (Flourishing Scale; Huppert & So, 2013): a mérőeszköz a pozitív mentális egészség, a virágzás tüneteit méri: érzelmi stabilitás, elköteleződés, értelemkeresés, optimizmus, pozitív érzélem, pozitív kapcsolatok, reziliencia, önértékelés és vitalitás. A 9 tételű kérdőív-ből 7 tételt 5 fokú (végpontok: 1 = egyáltalán nem jellemző, 5 = teljes mértékben jellemző), 2 tételt („Az elmúlt héten tele voltam energiával” és „Az elmúlt héten nyugalmat és békét éreztem”) pedig 4 fokú (végpontok: 1 = egyáltalán nem jellemző, 4 = teljes mértékben jellemző) Likert-típusú skálán értékelnek a kitöltők. A kérdőívben elért magasabb pontszám pozitív mentális egészséget jelez. Az unidimenzionális Huppert-féle Virágzás Kérdőív belső megbízhatóságát a Boldogságtérkép Kutatás 2019–2022-es egyesített mintáján ($\Sigma n = 11\,914$) kapott belsőkonzisztencia-mutatók (4. táblázat) alátámasztották.

Pozitivitás Skála (Positivity Scale; Caprara és mtsai, 2012): a 8 tételből álló skála az életet és az élményeket pozitívan szemlélni kívánó diszpozíciót méri. A válaszadók a tételeket (pl. „Lelkesedéssel és reményekkel telve tekintek a jövőmre”) 5 fokú Likert-típusú skálán értékelik (végpontok: 1 = egyáltalán nem értek egyet, 5 = teljes mértékben egyetértek). A skálán elért magasabb pontszám a pozitív beállítódásra utal. Számos hazai kutatásban alkalmazták már, megfelelő pszichometriai mutatókkal (Oláh, Vargha, Csengödi, Bagdi, & Diósi, 2018, 2019, 2020; Török, 2016). A nagy mintán adaptált, kiváló reliabilitásmutatókkal rendelkező magyar változat közzlése előkészület alatt áll (Oláh, Caprara, Alessandri, Zábó, & Vargha, előkészületben).

Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív (Rövidített PIK): a kérdőív a *Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív* (PIK, Oláh, 2005) 16 tételű rövidített változata (Oláh, Vargha, Csengödi, Bagdi, & Diósi, 2020), amely 4 alskálát tartalmaz: a Megközelítő–monitorozó viselkedés (MMV), Alkotó–végrehajtó viselkedés (AVV), Önreguláció (ÖR) és Reziliencia (R). A kérdőív tételeit 4 fokú Likert-skálán lehet megválaszolni (1 = egyáltalán nem jellemző, 4 = teljes mértékben jellemző). A skálákon elért magasabb pontszám jól működő pszichológiai immunrendszerre utal. A Rövidített PIK-modell érvényességét egy 7863 fős mintán végzett konfirmatív faktoranalízis eredménye igazolta (RMSEA: 0,059; CFI: 0,936; TLI: 0,920; SRMR: 0,042; Zábó, Oláh, & Vargha, előkészület alatt). A Rövidített PIK strukturális validitását és belső megbízhatóságát a Boldogságtérkép Kutatás 2019–2022-es egyesített mintáján ($\Sigma n = 11\,914$) a konfirmatív faktorelemzés eredményei (SRMR = 0,039; RMSEA = 0,056; RMSEA CI90: 0,055–0,058; CFI = 0,939; TLI = 0,923) és a belsőkonzisztencia-mutatók (4. táblázat) igazolták.

A jelen vizsgálat-sorozatban alkalmazott kérdőívcsomagban található, fent bemutatott mérőeszközök skálái mind kiváló belső megbízhatósággal bírtak: az I., a II. és a III. vizsgálatban is 0,739 feletti Cronbach- α - és McDonald- ω -értékek adódtak (lásd 5. táblázat).



4. táblázat: A Globális Jóllét Kérdőív és a Rövidített PIK alskáláinak belsőkonzisztencia-mutatói Boldogságtérkép Kutatás 2019–2022-es egyesített mintáján ($\Sigma n = 11\,914$)

Skála, alskála		Cronbach- α	McDonald- ω
Globális Jóllét Kérdőív	Érzelmi jóllét	0,915	0,916
	Pszichológiai jóllét	0,867	0,869
	Szociális jóllét	0,883	0,884
	Spirituális jóllét	0,891	0,892
Diener-féle Virágzás Skála		0,932	0,933
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,810	0,852
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,829	0,833
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,752	0,757
	Önreguláció	0,760	0,769
	Reziliencia	0,748	0,754

5. táblázat: Az I., a II. és a III. vizsgálatban alkalmazott kérdőívek skáláinak belső konzisztenciáját mutató Cronbach- α - és McDonald- ω -értékek

Skála, alskála		Cronbach- α			McDonald- ω		
		I. vizsgálat ($n = 4614$)	II. vizsgálat ($n = 3029$)	III. vizsgálat ($n = 3268$)	I. vizsgálat ($n = 4614$)	II. vizsgálat ($n = 3029$)	III. vizsgálat ($n = 3268$)
Globális Jóllét Kérdőív	Érzelmi jóllét	0,904	0,924	0,916	0,905	0,925	0,917
	Pszichológiai jóllét	0,845	0,881	0,867	0,847	0,883	0,870
	Szociális jóllét	0,876	0,884	0,890	0,877	0,885	0,890
	Spirituális jóllét	0,886	0,891	0,895	0,887	0,891	0,895
Diener-féle Virágzás Skála		0,927	0,933	0,936	0,929	0,934	0,937
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,866	0,874	0,869	0,846	0,858	0,853
Pozitivitás Skála		0,900	0,874	0,874	0,900	0,858	0,858
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,822	0,833	0,825	0,825	0,836	0,828
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,745	0,753	0,763	0,753	0,762	0,770
	Önreguláció	0,760	0,764	0,762	0,768	0,774	0,772
	Reziliencia	0,753	0,740	0,739	0,758	0,742	0,742

2.3. Statisztikai elemzések

Az alkalmazott skálák belső megbízhatóságának becslése során a Cronbach- α -t és az egyfaktorra illeszkedő elemek közti kovariancia belső megbízhatóságának méréséhez használt általánosabb mérési formát, a McDonald- ω együttműködőt számítottunk ki.

A Karaktererősségek Teszt 24 tételű rövidített változatának validálásához a strukturális validitást, a külső és a tartalmi validitást teszteltük, valamint a szociodemográfiai

mutatókkal való kapcsolatot vizsgáltuk. A strukturális validitás során korrelációs elemzéssel az itemek interkorrelációit vizsgáltuk, majd feltáró és megerősítő faktoranalíziseket végeztünk. Mivel sérült a tételek eloszlásának normalitása ($p < 0,001$), ezért a feltáró (exploratív) faktoranalízisben (EFA) a robusztus maximum likelihood (MLR) becslési módszert választottuk (Vargha, 2019), a faktorok korrelálását megengedő ferde (Geomin) forgatással.

A megerősítő (konfirmatív) faktoranalízisekben (CFA) a modellillesztéshez itt is egy normalitás sérülését toleráló,



robusztus becslési módszert (maximum likelihood mean variance, MLMV; vö. Vargha, 2019, 117. o.) alkalmaztunk és a modellek jóságát mérő illeszkedési mutatókat vettük figyelembe. Az RMSEA (Steiger & Lind, 1980) és SRMR (Hu & Bentler, 1999) abszolút illeszkedési mutatók, amelyek akkor jeleznek jó illeszkedést, ha értékük 0,06-nál, illetve 0,05-nél kisebb (vö. Maydeu-Olivares, Shi, & Rossel, 2019; Vargha, 2019, 122. o.). A modell elfogadható illeszkedésű, ha e két mutató értéke nem haladja meg a 0,08-at. Az RMSEA esetében az optimális az lenne, ha elméleti értéke nem lenne nagyobb, mint 0,05 (Steiger & Lind, 1980). Ennek 90%-os intervallumbecslését mutatja a $CI_{0,90}$ (RMSEA). Ez akkor kiváló, ha tartalmazza a 0,05-öt vagy teljes terjedelmében alatta helyezkedik el (Browne & Cudeck, 1993). Az elméleti 0,05-től való eltérés tesztjének p -értéke a p Close oszlopban található. Ez akkor jó, ha 0,05-nél nagyobb, vagyis ha nem szignifikáns. Az adekvációs mutatók között találunk még két relatív illeszkedési mutatót is, CFI-t és TLI-t (vö. Hu & Bentler, 1999; Vargha, 2019, 122. o.). A jó illeszkedést az jelzi, ha CFI értéke eléri a 0,95-öt, TLI-é pedig nem sokkal kisebb, de 0,90-nél feltétlenül nagyobb.

A külső és tartalmi validitást a mentális egészséget mérő változók segítségével elemeztük a három mintán külön-külön és az egyesített mintán ($n = 10\,911$). A tartalmi validitást a normalitás sérülése miatt Spearman-féle r_s rangkorrelációval (vö. Vargha, 2019, 16. o.), a diszkriminációs validitást többször lineáris regressziós elemzéssel ellenőriztük. A korrelációs és a többszörös lineáris regressziós együtthatók erősségének minősítésével kapcsolatban Cohen (1988, 79–80. o.) konvencióját követtük. Eszerint a kapcsolatot gyengének nevezzük, ha r abszolút értéke nem éri el a 0,1-et és R^2 ugyancsak az 1-et, továbbá rendre közepesnek, nagynak (erősnek), illetve nagyon nagynak (nagyon erősnek), ha r abszolút értéke eléri a 0,3-at és R^2 a 9-et, a 0,5-et és R^2 a 25-öt, illetve a 0,7-et és R^2 a 49-et.

Az erények és karaktererőségek szociodemográfiai mutatókkal való összefüggése kapcsán elsőként a karaktererőségek és erények nemi különbségeit vizsgáltuk meg az egyesített mintán ($n = 10\,911$), a normalitás sérülése miatt Welch-féle d -próbát alkalmazva. Hatásméret-mutatóként Cohen- d együtthatót számítottunk. A hatás gyenge, közepes és erős, ha a Cohen- d eléri a 0,2-et, 0,5-et, illetve a 0,8-et (Cohen, 1988). Ezután az erény skálák és a többi szociodemográfiai mutató (életkor, iskolázottság, gyermekek száma, családi állapot, foglalkozás, anyagi helyzet) közötti kapcsolatot vizsgáltuk az egyesített mintán. Korrelációs, dummy változóval kódolt többszörös lineáris regresszió elemzéseket és egyszempontos varianciánálíziseket (ANOVA) végeztünk. Kétszempontos ANOVA-val a nemlineáris, illetve az interakciós hatásokat kerestük, a többi változót függő változónak tekintve. A korrelációs és a többszörös lineáris regressziós együtthatók erősségének minősítésével kapcsolatban itt is Cohen (1988, 79–80. o.) konvencióját követtük (lásd részletesebben fent). Az ANOVA esetében a hatásnagyság ω^2 és η^2 szerint kicsi, közepes és nagy, ha az értékek eléri rendre a 0,01-ot, a 0,06-ot és a 0,14-ot (University of Cambridge, 2022).

Az elemzéseket az Mplus 7.0 (Muthén & Muthén, 1998–2011), a ROPstat (Vargha, 2016), valamint a ROP-R (lásd <http://www.bansagi.hu/r/index.html>, ill. Vargha és Bánsági, előkészületben) statisztikai szoftver segítségével végeztük el.

3. EREDMÉNYEK

3.1. A Karaktererőségek Teszt belső, strukturális validitása

A 24 tételes Karaktererőségek Teszt belső, strukturális validitásának vizsgálatához Furnham és Lester (2012) kutatását vettük alapul. Először a három vizsgálat összesített mintájának adatain ($n = 10\,911$) kiszámítottuk a 24 karaktererősség interkorrelációit. Az eredmények szerint a skálák többsége (az összefüggések 94%-a) 0,3–0,5 közötti, mérsékelt erősségű kapcsolatban van egymással, összhangban a külföldön publikált eredményekkel (pl. McGrath, 2019), megfelelően annak az elméletnek, miszerint az erények különböző komponensei, illetve a karaktererőségek egymással pozitív irányú összefüggésben vannak (Furnham & Lester, 2012; McGrath, 2019). Mindezek alapján a Karaktererőségek Teszt olyan modelljét kerestük, amelyben az erény skáláknak megfelelő faktorok pozitív korrelációs kapcsolatban állnak egymással.

Ezután feltáró faktorelemzést (EFA-t) végeztünk ugyan ezen az összesített mintán az Mplus szoftverrel (Muthén & Mutén, 1998–2011) annak ellenőrzésére, hogy a 24 karaktererősség 1–1 tétele az eredeti validációs vizsgálat (Furnham & Lester, 2012) eredményeivel megegyező módon sorolódik-e a hat skálának megfelelő faktorokba. Minden tétel eloszlása esetében sérült a normalitás ($p < 0,001$), ezért elemzésünkben a robusztus maximum likelihood (MLR) becslési módszert választottuk (Vargha, 2019), a faktorok korrelálását megengedő ferde (Geomin) forgatással. Az elemzés eredménye a 2. táblázatban látható. Az eredetinek megfelelő hatfaktoros modell helyett egy négy faktorból álló faktorstruktúrát kaptunk (sajátértékek: 10,82, 1,68, 1,21, 1,09; kumulatív magyarázott varianciaarány: 61,65%), amely több mutató (RMSEA, SRMR, CFI) alapján elfogadható illeszkedést mutat (lásd a 8. táblázat 1. sorát). A tételeket mindig¹ ahhoz a skálához soroltuk be, amelyen a legnagyobb, de minimálisan 0,40 feletti faktorsúllyal töltődtek. A 6. táblázatban a tételek neveiben az első szó a pozitív karakterjegyet jelöli, az utána következő rövidítés pedig azt, hogy az elméleti koncepció szerint mely erényhez tartozik az adott karaktererősség.

¹ A Szociális intelligencia és a Bátorság erősséghez tartozó tételek nem töltöttek dominánsan egyik faktorra sem, ezért elhagytuk őket a modellből.



6. táblázat: A Karaktererősségek Teszt eredeti, 24 tételének feltáró faktoranalízise MLR módszerrel és Geomin forgatással a három vizsgálat összesített mintájának adatain ($n = 10\ 911$): négyfaktoros faktorsúlymátrix

Tételek	Faktor 1	Faktor 2	Faktor 3	Faktor 4
Kíváncsiság – Bölcs1	0,546	0,076	0,157	-0,121
Tanulás szeretete – Bölcs2	0,546	0,124	0,088	-0,045
Jó ítéelőképesség – Bölcs3	0,892	-0,003	-0,119	0,043
Találékonyosság – Bölcs4	0,820	-0,012	0,046	-0,01
Szociális intelligencia – Bölcs5	0,358	0,440	0,088	-0,072
Bölcsesség – Bölcs6	0,663	0,082	0,061	0,073
Bátorság – Bátor1	0,368	-0,094	0,422	-0,016
Állhatatosság – Bátor2	0,322	0,192	0,178	0,179
Integritás – Bátor3	0,376	0,518	-0,087	0,047
Kedvesség – Szeretet1	0,040	0,826	0,025	-0,073
Szeretet – Szeretet2	0,026	0,677	0,176	-0,099
Kötelességtudat – Igaz1	0,093	0,613	0,076	0,066
Méltányosság – Igaz2	0,237	0,625	-0,063	0,070
Vezetői képesség – Igaz3	0,397	-0,037	0,362	0,048
Önkontroll – Mért1	0,281	-0,045	0,236	0,454
Óvatosság – Mért2	0,241	0,117	-0,031	0,647
Alázatosság – Mért3	-0,053	0,377	0,115	0,483
Szépség értékelése – Tran1	0,130	0,085	0,406	0,171
Hála – Tran2	-0,037	0,368	0,462	0,094
Optimizmus – Tran3	0,156	0,019	0,636	0,028
Spiritualitás – Tran4	0,018	0,139	0,566	0,070
Megbocsátás – Tran5	-0,101	0,381	0,422	0,097
Játékosság – Tran6	0,199	0,075	0,482	-0,074
Lelkesedés – Tran7	0,222	0,04	0,645	-0,084

Megjegyzés: A rövidítések feloldása a következő: Bölcs = Bölcsesség és tudás, Bátor = Bátorság, Szeretet = Emberiesség és szeretet, Igaz = Igazságosság, Mért = Mértékletesség, Tran = Spiritualitás és transzcendencia. A 0,4-nél nagyobb faktorsúlyok celláit szürke háttérrel emeltük ki. Esetükben $p < 0,001$.

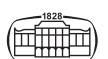
A 6. táblázat adatai alapján megállapíthatjuk, hogy tisztán az eredeti rendszerezéssel megegyezően a Mértékletesség, a Spiritualitás és transzcendencia erények erősségei, valamint a Bölcsesség és tudás erősségei (egy kivétellel) egy-egy önálló faktorba súlyozódnak. Ezeknek a faktoroknak megtartottuk az eredeti neveit. Az Emberiesség és szeretet és az Igazságosság erények erősségei az eredetileg a Bátorság erényéhez tartozó Integritás erősséggel egy új faktort alkotnak, amelyet Emberiességnak nevezünk el.

A feltáró faktoranalízis eredményeképpen megállapíthatjuk, hogy az elméleti koncepciótól (Seligman & Peterson 2004) eltérően, de más külföldi kutatások eredményeivel összhangban (Dahlsgaard, 2005; Macdonald, Bore, & Munro, 2008, 2008; McGrath, 2015; McGrath & Walker, 2016; Park & Peterson, 2006; Brdar & Kashdan, 2010; Shryack és mtsai,

2010) a magyarországi mintán mért karaktererősség itemek négy faktorba rendeződnek. A modell jóságát mérő illeszkedési mutatók (8. táblázat) alapján a négyfaktoros struktúrát elfogadhatónak tartjuk.

A modellben szereplő karaktererősségekre adott értékek a korábbi eredményekkel (Furnham & Lester, 2012) megegyezően skálaátlag feletti (4,2 és 5,1 közötti) szintűek voltak, átlagosan 4,7-es értékkel, hazai mintán is demonstrálva a „Lake Wobegon-hatást”.² Az alábbi öt karaktererősségre

² A Lake Wobegon-hatás (Phillips, 1990) vagy átlag feletti hatás azt a jelenséget jelöli, hogy a pozitív tulajdonságok esetében az emberek hajlamosak magukat átlag fölöttinek értékelni.



adták a válaszadók önbevallásos alapon a 6 fokú skálán a legmagasabb értéket: Méltányosság ($M = 5,1$; $SD = 0,96$), Integritás ($M = 5,1$; $SD = 0,97$), Kedvesség ($M = 5,1$; $SD = 1,01$), Szeretet ($M = 5,0$; $SD = 1,10$), Kötelességtudat ($M = 5,0$; $SD = 1,11$). A legkevésbé jellemzőnek tartott karaktererőségek a következők voltak: Önkontroll ($M = 4,2$; $SD = 1,22$), Spiritualitás ($M = 4,4$; $SD = 1,40$), Alázatosság ($M = 4,4$; $SD = 1,21$), Hála ($M = 4,5$; $SD = 1,16$) és Optimizmus ($M = 4,5$; $SD = 1,36$). A négy erény skálát a hozzájuk tartozó tételek átlagaként definiáltuk, annak érdekében, hogy az értékük szintén az 1–6 közötti tartományban mozogjon. A Lake Wobegon-hatás az erények esetében is megnyilvánult: a maximálisan adható 6 pontszámból az Emberiesség erény az

5,1 átlagértékkel ($SD = 0,85$) a legfontosabb erényt jelenti az összesített mintán. Ezt a sorban követi a Bölcsesség és tudás ($M = 4,8$; $SD = 0,85$), Spiritualitás és transzcendencia ($M = 4,6$; $SD = 0,93$), és a legkevésbé erős, de szintén még szignifikánsan az adható átlagérték (3) feletti szinten helyezkedik el a Mértékletesség ($M = 4,4$; $SD = 0,97$).

A kapott négy erény skála belső konzisztenciáját is megvizsgáltuk a három vizsgálat adataira külön-külön, majd az egyesített mintán (7. táblázat). Mindhárom mintában és az egyesített mintán is minden erény alskála kiváló reliabilitású (DeVellis & Thorpe, 2021; Nagybányai Nagy, 2006a); a Cronbach- α - és McDonald- ω -értékek rendre 0,738 és 0,864 és 0,740 és 0,885 között vannak.

7. táblázat. A 20 tételű Karaktererőségek Teszt (VIA-H) erény skáláinak belső konzisztenciáját mérő Cronbach- α és McDonald- ω értékek az I., II. és III. vizsgálat adatain

Skála (tételszám)	I. vizsgálat (n = 4614)		II. vizsgálat (n = 3029)		III. vizsgálat (n = 3268)		Egyesített minta (n = 10 911)	
	Cronbach- α	McDonald- ω	Cronbach- α	McDonald- ω	Cronbach- α	McDonald- ω	Cronbach- α	McDonald- ω
Bölcsesség és tudás (5)	0,857	0,855	0,881	0,880	0,874	0,872	0,869	0,867
Emberiesség (5)	0,864	0,866	0,883	0,885	0,884	0,884	0,876	0,877
Mértékletesség (3)	0,738	0,740	0,762	0,762	0,771	0,775	0,755	0,756
Spiritualitás és transzcendencia (7)	0,862	0,865	0,870	0,873	0,875	0,877	0,868	0,871

A korreláló négyfaktoros megoldás ellenőrzésére a három vizsgálat adatain külön-külön és az egyesített mintán konfirmatív faktoranalízist (CFA; vö. Vargha, 2019, 6. fejezet) végeztünk az EFA után kapott immár 20 tételen. A legfontosabb eredményeket a 8. táblázat tartalmazza. Ezekben a modellekben megengedtük, hogy a karaktererőségek a feltárási faktoranalízissel egyezően súlyozódjanak a négy faktorra. A CFA-ban a modellillesztéshez itt is egy normalitás

sérülését toleráló, robusztus becslési módszert (maximum likelihood mean variance, MLMV; vö. Vargha, 2019, 117. o.) alkalmaztunk. Magas modifikációs indexeik miatt a CFA modelljébe bevettük a Bölcs1 és a Bölcs2, a Bölcs3 és a Bölcs4, a Tran6 és a Tran7, valamint a Tran3 és a Mért1 tétel reziduális kovarianciáját, továbbá megengedtük, hogy az Emberiesség faktorra illeszkedő Bátor3 tétel az új Bölcsesség és tudás faktoron is töltszódjon.

8. táblázat: Az I., a II. és a III. vizsgálat adatain a Karaktererőségek Teszt (VIA-H) 4 faktoros modelljének feltárási és konfirmatív faktoranalízise eredményeképpen kapott illeszkedési mutatók

Modell (minta)	RMSEA	RMSEA CI _{0,90}	pClose	CFI	TLI	SRMR
EFA – egyesített minta (n = 10 911)	0,059	0,058–0,060	< 0,001	0,924	0,888	0,029
CFA – I. minta (n = 4614)	0,050	0,049–0,052	0,347	0,935	0,922	0,043
CFA – II. minta (n = 3029)	0,049	0,047–0,052	0,692	0,939	0,927	0,043
CFA – III. minta (n = 3268)	0,049	0,046–0,051	0,847	0,945	0,934	0,042
CFA – egyesített minta (n = 10 911)	0,051	0,050–0,052	0,135	0,940	0,928	0,042

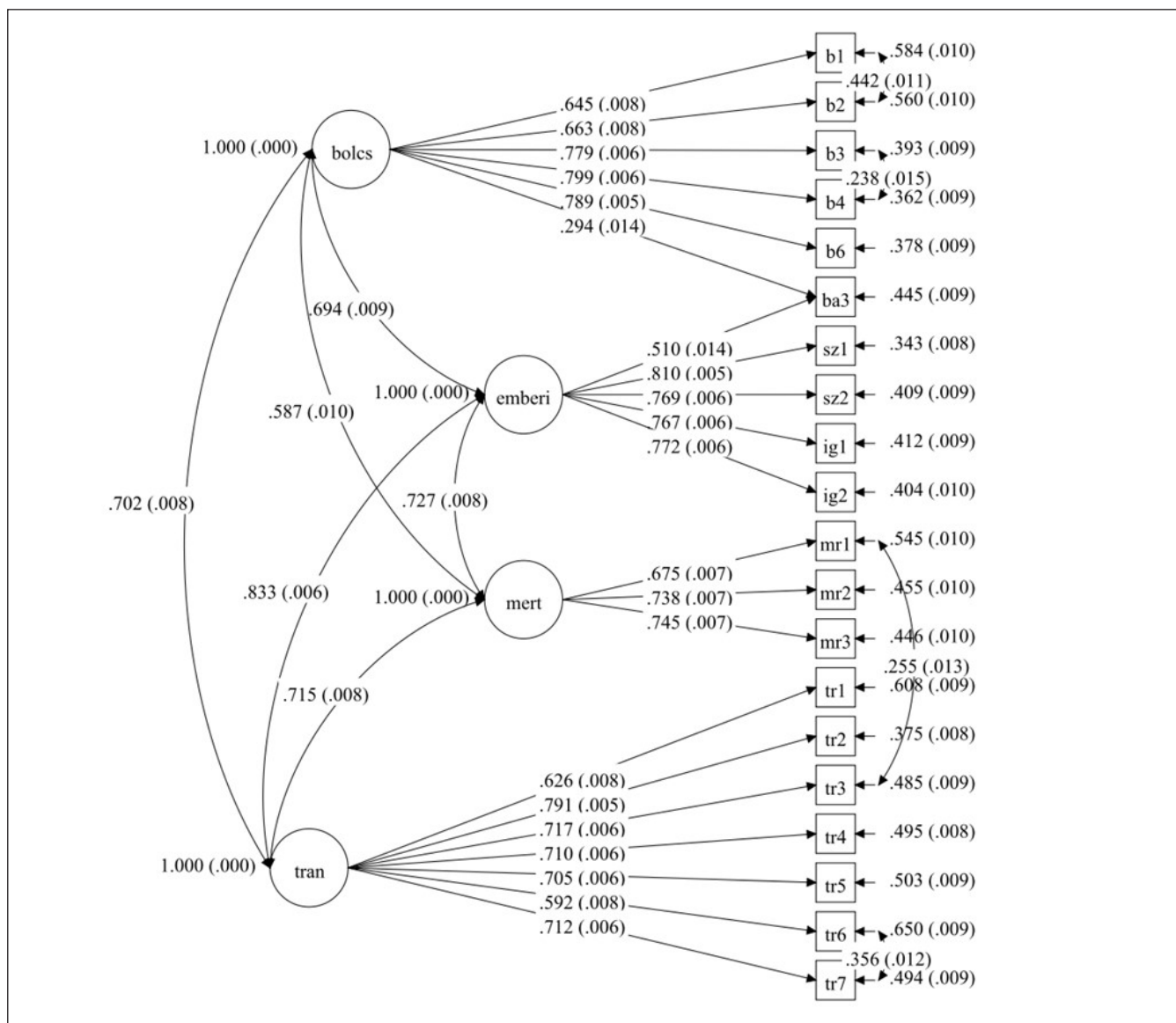
Megjegyzés: EFA = feltárási faktorelemzés, CFA = megerősítő faktorelemzés.



Az RMSEA és az SRMR illeszkedési mutató értékei mindhárom mintán kapott CFA-modellen kiválóak (vö. Vargha, 2019, 122. o.). Ennek megfelelően az elméleti RMSEA-ra minden modellben megfelelő (0,06 alatt elhelyezkedő) $CI_{0,90}$ (RMSEA) intervallumbecslést kaptunk. A pClose egyik modellben sem szignifikáns. A CFI és TLI relatív illeszkedési mutatók (vö. Vargha, 2019, 122. o.) is 0,95-höz közeli,

elfogadható szintűek. A végső modellt és standardizált paramétereinek becslését az egyesített mintán a 2. ábra mutatja be.³

Összefoglalva megállapíthatjuk, hogy jó illeszkedési mutatókkal mindhárom vizsgálat mintájában megerősítést nyert a 20 tételes Karaktererősségek Teszt teljes mintán EFA-val feltárt négyfaktoros modellje.



2. ábra. A 20 tételes Karaktererősségek Kérdőív (VIA-H) konfirmatív faktoranalízissel alátámasztott négydimenziós faktorszerkezete (összesített minta, $n = 10\ 911$)

Megjegyzés: Az ábrán a rövidítések feloldása a következő: bolcs = Bölcsesség és tudás, emberi = Emberiesség, mert = Mértékletesség, tran = Spiritualitás és transzcendencia. Az egyirányú egyenes nyilakon a standardizált faktorsúlyok szerepelnek, zárójelben a p -értékkel. A kétirányú nyilak a bal oldalon, azaz a faktorok között a korrelációs együtthatókat jelzik, zárójelben a p -értékkel; míg a jobb oldalon, azaz a tételek között a tételek hibátagjai közötti korrelációs együtthatókat, zárójelben a p -értékkel. A tételek mellett jobbra pedig azok reziduális varianciáit láthatjuk, zárójelben a becslés standard hibájával.

³ Az ábrán az Mplus szoftver standardja szerint minden név kisbetűs formában és ékezet nélkül látható.

3.2. A Karaktererősségek Teszt külső és tartalmi validitása

A négy erény skála tartalmi validitását a mentális egészséget mérő változók segítségével elemeztük a három mintán külön-külön és az egyesített mintán ($n = 10\,911$) egyaránt. Tekintve, hogy a Karaktererősségek Teszt skálái erősen nem normális eloszlásúak, az összefüggések szorosságának mérésére Spearman-féle r_s rangkorrelációt számoltunk (vö. Vargha, 2019, 16. o.). A Karaktererősségek Teszt skáláinak validálásával kapcsolatban kapott legfontosabb korrelációs eredményeket az 9–12. táblázatban foglaltuk össze.

A Bölcsesség és tudás erény skála jelentéstartalmában az erős korrelációs összefüggések alapján szinte ugyanazt méri, mint a Diener-féle Virágzás Skála és a Huppert-féle

Virágzás Kérdőív (9. táblázat). Ez arra utal, hogy a Bölcsesség és tudás erény birtoklása képes szavatolni a pozitív mentális egészséget. Ezt megerősítik a Globális Jólét Kérdőív átlagmutatójával és a Pszichológiai jólét alskálával és a Pozitivitás Skálával kapott szintén erős, pozitív korrelációs kapcsolatok. A PIK kérdőív esetén az Alkotó–végrehajtó viselkedés skála magyarázza a legtöbb varianciát, erősek az ugyanezzel a skálával és a Megközelítő–monitorozó viselkedés alskálával mutatott pozitív összefüggések is. A Bölcsesség és tudás erény skála jelentéstartalmával összhangban közepesen erős, 0,45 körüli pozitív kapcsolatban van a Globális Jólét Kérdőív Spirituális jólét skálájával. Mindezen eredmények meggyőzően alátámasztják a Karaktererősségek Teszt Bölcsesség és tudás erény skálájának kritérium validitását.

9. táblázat: A 20 tételes Karaktererősségek Teszt (VIA-H) Bölcsesség és tudás erény skálájával kapcsolatos korrelációs eredmények

Skála, alskála		Bölcsesség és tudás			
		I. vizsgálat ($n = 4614$)	II. vizsgálat ($n = 3029$)	III. vizsgálat ($n = 3268$)	Egyesített minta ($n = 10\,911$)
Globális Jólét Kérdőív	Érzelmi jólét	0,426	0,408	0,436	0,423
	Pszichológiai jólét	0,552	0,517	0,551	0,541
	Szociális jólét	0,451	0,396	0,444	0,433
	Spirituális jólét	0,467	0,406	0,477	0,452
	Skálaátlag	0,530	0,473	0,527	0,512
Diener-féle Virágzás Skála		0,584	0,532	0,573	0,565
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,573	0,546	0,574	0,566
Pozitivitás Skála		0,534	0,521	0,549	0,535
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,516	0,474	0,505	0,501
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,591	0,547	0,579	0,575
	Önreguláció	0,211	0,172	0,197	0,197
	Reziliencia	0,319	0,286	0,335	0,315
	Skálaátlag	0,521	0,481	0,527	0,512

Megjegyzés: Spearman-féle rangkorrelációs együtthatók (r_s). $p < 0,001$ minden esetben.

Az Emberiesség erény mindegyik mintában az erős korrelációs összefüggések szerint jelentős egyezést mutat a pozitív érzelmeket, az optimizmust, a mások jóllétéhez való hozzájárulást, az önbecsülést és a pozitív kapcsolatok fontosságát mérő Diener-féle Virágzás Skálával (10. táblázat). Az Emberiesség erény erős pozitív korrelációs kapcsolatban áll a pozitív mentális egészséget mérő Huppert-féle Virágzás kérdőívvel és az önmagunk, a mások és a világ pozitív szemlélésére

utaló diszpozícióval (Pozitivitás Skála) is. Mindezeket megerősítik a Globális Jólét Kérdőív átlagmutatójával kapott erős pozitív összefüggések is. Az Emberiesség erény minden más skálával közepes erősségű pozitív korrelációs kapcsolatban áll, alátámasztva azt, hogy ez a humánus jellemvonásokat integráló konstruktmum szoros összefüggésben van a mentális egészséggel, a jólléttel és a pszichológiai immunkompetenciával.



10. táblázat: A 20 tételes Karaktererősségek Teszt (VIA-H) Emberiesség erény skálájával kapcsolatos korrelációs eredmények

Skála, alszála		Emberiesség			
		I. vizsgálat (n = 4614)	II. vizsgálat (n = 3029)	III. vizsgálat (n = 3268)	Egyesített minta (n = 10 911)
Globális Jóllét Kérdőív	Érzelmi jóllét	0,431	0,416	0,437	0,428
	Pszichológiai jóllét	0,451	0,452	0,482	0,461
	Szociális jóllét	0,448	0,435	0,462	0,449
	Spirituális jóllét	0,475	0,460	0,490	0,476
	Skálaátlag	0,510	0,492	0,523	0,509
Diener-féle Virágzás Skála		0,589	0,570	0,594	0,586
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,522	0,525	0,532	0,525
Pozitivitás Skála		0,502	0,507	0,526	0,511
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,458	0,437	0,471	0,456
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,440	0,419	0,445	0,435
	Önreguláció	0,228	0,206	0,216	0,218
	Reziliencia	0,301	0,276	0,290	0,290
	Skálaátlag	0,463	0,447	0,471	0,460

Megjegyzés: Spearman-féle rangkorrelációs együtthatók (r_s). $p < 0,001$ minden esetben.

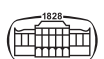
A *Mértékletesség* erény skála a közepes erősségű pozitív korrelációs kapcsolatok alapján tartalmilag hasonló mér, mint a Diener-féle Virágzás Skála, Huppert-féle Virágzás Kérdőív és a Pozitivitás Skála (11. táblázat). A pszichológiai immunkompetenciákkal (PIK-skálák) is közepesen erős összefüggésben áll a Mértékletesség erény, megerősítve azt, hogy az Önkontroll, az Óvatosság és az Alázatosság karaktererősségek gyakorlásához szükségesek ezek a kompe-

tenciák, kiváltképp a Megközelítő–monitorozó viselkedés és Alkotó–végrehajtó viselkedés. Érdekes eredménynek tekintjük, hogy magyar mintán a Mértékletesség erény és a Reziliencia immunkompetencia viszonylag gyenge kapcsolatban áll egymással. A Mértékletesség erény mentális egészségben betöltött szerepét alátámasztják a Globális Jóllét Kérdőív alszálaival kapott közepes erősségű összefüggések is.

11. táblázat: A 20 tételes Karaktererősségek Teszt (VIA-H) Mértékletesség erény skálájával kapcsolatos korrelációs eredmények

Skála, alszála		Mértékletesség			
		I. vizsgálat (n = 4614)	II. vizsgálat (n = 3029)	III. vizsgálat (n = 3268)	Egyesített minta (n = 10 911)
Globális Jóllét Kérdőív	Érzelmi jóllét	0,345	0,353	0,349	0,349
	Pszichológiai jóllét	0,363	0,378	0,383	0,373
	Szociális jóllét	0,325	0,325	0,327	0,326
	Spirituális jóllét	0,367	0,353	0,362	0,362
	Skálaátlag	0,396	0,391	0,394	0,394
Diener-féle Virágzás Skála		0,436	0,446	0,430	0,437
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,412	0,426	0,419	0,418
Pozitivitás Skála		0,390	0,409	0,419	0,401
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,383	0,365	0,378	0,376
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,308	0,322	0,315	0,314
	Önreguláció	0,339	0,302	0,288	0,313
	Reziliencia	0,210	0,204	0,200	0,205
	Skálaátlag	0,409	0,399	0,392	0,401

Megjegyzés: Spearman-féle rangkorrelációs együtthatók (r_s). $p < 0,001$ minden esetben.



A *Spiritualitás és transzcendencia* erény skálával kapott erős korrelációs kapcsolatokról azt láthatjuk, hogy a Globális Jóllét Kérdőív, az alszkálái között a Spirituális Jóllét, a Diener-féle Virágzás Skála, a Huppert-féle Virágzás Kérdőív, a Pozitivitás Skála és a PIK átlagmutatója szinte ugyanazt

méri, mint a *Spiritualitás és transzcendencia* erény skála (12. táblázat). Mindez sokrétűen támogatja a Karaktererős-ségek Teszt *Spiritualitás és transzcendencia* erény skálájának kritérium validitását.

12. táblázat: A 20 tételű Karaktererős-ségek Teszt (VIA-H) *Spiritualitás és transzcendencia* erény skálájával kapcsolatos korrelációs eredmények

Skála, alszkála		Spiritualitás és transzcendencia			
		I. vizsgálat (n = 4614)	II. vizsgálat (n = 3029)	III. vizsgálat (n = 3268)	Egyesített minta (n = 10 911)
Globális Jóllét Kérdőív	Érzelmi jóllét	0,583	0,539	0,573	0,567
	Pszichológiai jóllét	0,587	0,567	0,593	0,583
	Szociális jóllét	0,563	0,540	0,544	0,551
	Spirituális jóllét	0,605	0,585	0,593	0,596
	Skálaátlag	0,663	0,624	0,642	0,646
Diener-féle Virágzás Skála		0,667	0,638	0,679	0,663
Huppert-féle Virágzás Kérdőív		0,667	0,657	0,665	0,663
Pozitivitás Skála		0,653	0,641	0,665	0,653
Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív	Megközelítő–monitorozó viselkedés	0,625	0,589	0,606	0,609
	Alkotó–végrehajtó viselkedés	0,495	0,496	0,499	0,496
	Önreguláció	0,236	0,242	0,233	0,235
	Reziliencia	0,389	0,370	0,369	0,376
	Skálaátlag	0,566	0,565	0,560	0,563

Megjegyzés: Spearman-féle rangkorrelációs együtthatók (r_s). $p < 0,001$ minden esetben.

Végül a diszkriminációs validitást (Nagybányai Nagy, 2006b) teszteltük többszörös lineáris regresszió (TLR) elemzéssel a három vizsgálat együttes mintáján ($n = 10 911$). A függő változó a négy skála (Bölcsesség és tudás, Emberiesség, Mértékletesség, *Spiritualitás és transzcendencia*) egyenként, a független változók együttese pedig minden esetben a maradék három skála volt. A megmagyarázott variancia (R^2) értékei rendre a következők lettek: 0,459, 0,779, 0,416, 0,604, amelynek alapján skálánként az egyedi, a többi öt skála által meg nem magyarázott varianciaarány: 54,1%, 22,1%, 56,9% és 39,4%. Ezeket az eredményeket úgy értelmezhetjük, hogy viszonylag alacsony, átlagosan 43,1%-os az erényeket operacionalizáló skálák olyan egyedi része, amelyet a többi öt skála nem fed le. Ez a skálákat alkotó itemek közötti magas korrelációs kapcsolatból eredhet (lásd 3.1. fejezet). A legkisebb, 22,1%-os egyediségű skála az Emberiesség, a legmagasabb, 56,9%-os egyediségű skála pedig a Mértékletesség. Ezt a diszkriminációs validitást megerősítő eredményt úgy értelmezhetjük, hogy a négy skála közül háromnak van egy megbízható, minimum 39,4%-os olyan egyedi része, amelyet a többi négy skála nem fed le. A legmagasabb, 56,9%-os egyediségű skála a Mértékletesség, de ez az arány a Bölcses-

ség és tudás skála esetén is meghaladja az 54%-ot, vagyis ezeknél a skáláknál az egyedi rész minimum 10 százalékponttal nagyobb, mint a többi által megmagyarázott arány (MV%). Az Emberiesség és a *Spiritualitás és transzcendencia* erényeket több mint 50%-ban megmagyarázza a többi skála. Ez arra utal, hogy az erények között az emberiesség és a *spiritualitás* centrális helyet foglal el.

3.3. Összefüggések a szociodemográfiai mutatókkal

Elsőként a karaktererős-ségek és erények nemi különbségeit vizsgáltuk meg az egyesített mintán ($n = 10 911$). Korábbi kutatások eredményeivel összhangban (Brdar, Anić, & Rijavec, 2011; Linley és mtsai, 2007) mind a négy erény esetében szignifikáns eltérést tapasztaltunk az átlagok között a nők javára. Két esetben szakmailag is értékelhető mértékű volt ez az eltérés. A nemi hatás az Emberiesség erény esetében közel közepes szintű volt, de a *Spiritualitás és transzcendencia* esetében is meghaladta az értelmezhetőség alsó határát (13. táblázat).

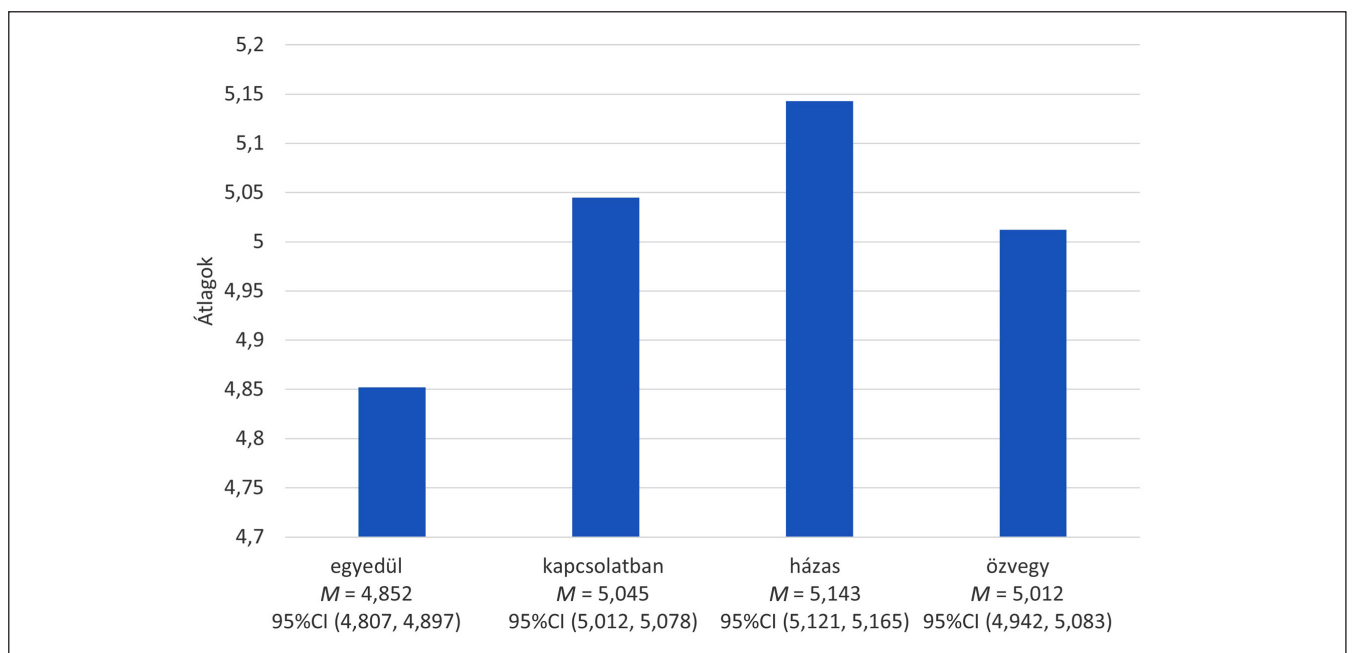


13. táblázat: A két nem összehasonlítása a négy erény mentén

VIA-H skálák	Férfiak (<i>n</i> = 2511)		Nők (<i>n</i> = 8400)		A két nem összehasonlítása
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Emberiesség	4,813	0,916	5,131	0,809	$d(3756,0) = -15,641, p < 0,001,$ Cohen- <i>d</i> : 0,378
Bölcsesség és tudás	4,752	0,878	4,844	0,837	$d(3970,8) = -4,627, p = 0,000,$ Cohen- <i>d</i> : -0,108
Mértékletesség	4,269	0,99	4,405	0,964	$d(4036,5) = -6,095, p = 0,000,$ Cohen- <i>d</i> : -0,141
Spiritualitás és transzcendencia	4,412	0,974	4,682	0,907	$d(3900,9) = -12,394, p < 0,001,$ Cohen- <i>d</i> : 0,293

Ezután a Karaktererősségek Teszt négy erény skálája és a többi szociodemográfiai mutató (életkor, iskolázottság, gyermekek száma, családi állapot, foglalkozás, anyagi helyzet) közötti kapcsolatot vizsgáltuk az egyesített mintán. Igen sok szignifikáns eredmény adódott, de jellemzően gyenge hatásmértékkel ($r_s < |0,20|$, $R^2 < 0,06$, $\omega^2 < 0,01$, $\eta^2 < 0,01$; University of Cambridge, 2022). Említésre méltó közülük a Bölcsesség és tudás erény pozitív irányú kapcsolata az isko-

lázottsági szinttel ($r_s = 0,211$, $p < 0,001$), valamint az Emberiesség erény alacsony szintje az egyedül élőknél ($F(3; 9825) = 52,27$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,016$; lásd 3. ábra), akiknek az átlaga ($M = 4,85$, $SD = 0,96$) a Games-Howell-féle páronkénti összehasonlítás során minden más csoportnál szignifikánsan ($p < 0,001$) alacsonyabb volt. Megjegyezzük, hogy ugyanitt a házások átlaga ($M = 5,14$, $SD = 0,78$) viszont minden más csoportnál szignifikánsan ($p < 0,001$) nagyobb volt.

**3. ábra.** Az Emberiesség erény átlagai a családi állapot 4 csoportjában

4. MEGBESZÉLÉS

A tanulmányban bemutatjuk a Karaktererősségek Teszt (Peterson & Seligman, 2004) 24 tételes, rövidített változatának (Furnham & Lester, 2012) magyar változatát (VIA-H). Három felnőtt mintán megvizsgáltuk a pszichometriai jellemzőit és feltérképeztük az erények és karaktererősségek mentálisegészség- és szociodemográfiai mutatókkal való viszonyát.

A kérdőív pszichometriai elemzése három igen nagy minta segítségével megerősítette magyar mintán a rövidített, 20 tételes Karaktererősségek Teszt (VIA-H) négyfaktoros modelljét és a mérőeszköz strukturális és tartalmi validitását. Ezt a struktúrát az egyesített mintán tártuk fel exploratív faktorelemzéssel (EFA) majd konfirmatív faktoranalízissel (CFA) erősítettük meg külön-külön a három vizsgálat mintájában (lásd 8. táblázat). EFA-ban azért dolgoztunk a közel 11 000 fős összesített mintán, hogy a feltárt



faktorszerkezetet a lehető legnagyobb és legheterogénebb minta hitelesítse. Az érvényességhez viszont az is kellett, hogy a feltárt struktúra a CFA illeszkedési mutatóival ne csak az összesített mintán, hanem az egymástól eléggé különböző⁴ három minta mindegyikében külön-külön is megerősítést nyerjen. Ez a struktúra a kiváló belső konzisztencia-mutatók alapján az egyesített mintán és az egyes alminták közötti összehasonlításban is stabilnak bizonyult.

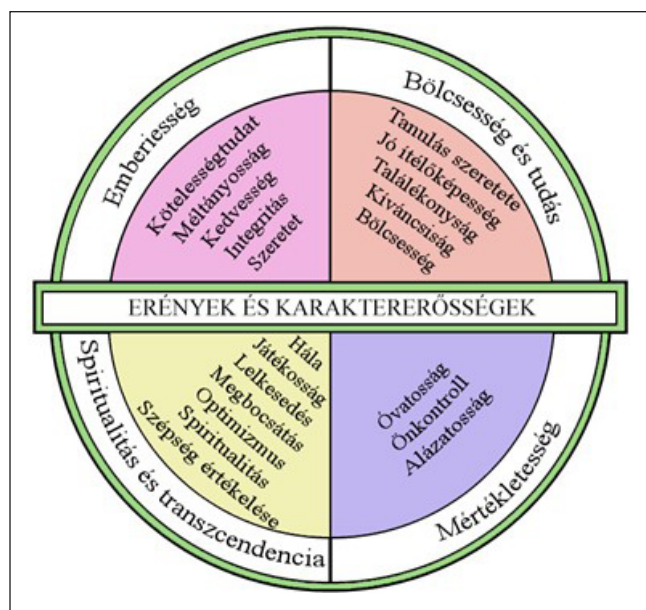
Az elméleti koncepció alapján meghatározott hatfaktoros modellel hasonlóságot mutatnak a magyar mintán kapott eredmények (lásd összefoglalásképp a 4. ábrát) a Bölcsesség és tudás, a Mértékletesség és a Spiritualitás és transzcendencia erények meglétével. Ezekben a faktorokban a karaktererősség itemek – egy kivétellel – az elméleti koncepcióval megegyezően súlyozódnak. Modellünk viszont több tekintetben is eltér Peterson és Seligman (2004) elméletétől. A Szociális intelligencia karaktererősség nem kapcsolódik a Bölcsesség és Tudás erényhez – és más erényhez sem – az általunk vizsgált magyar mintán. Továbbá a Bátorság erényhez eredetileg tartozó három erősség (Bátorság, Állhatatosság, Integritás) és az Igazságosság erényhez eredetileg tartozó három karakterjegy (Kötelességtudat, Méltányosság, Születési képesség) nem alkotnak önálló faktorokat, tehát magyar mintán nem volt azonosítható Bátorság és Igazságosság erénye. Az Emberiesség és szeretet erény pozitív karakterjegyeihez (Kedvesség, Szeretet) súlyozódik az Integritás (amely az eredeti koncepcióban a Bátorság erényhez tartozik), a Kötelességtudat és a Méltányosság (amelyek elméletileg az Igazságosság erény elemei). Ezt, az eredetinel változatosabbnak mutatózó faktort Emberiességnek neveztük el. Megfigyelhetjük, hogy a Bátorság, Állhatatosság, Vezetői képesség pozitív személyiségvonások nem súlyozódnak jelentősen egyik faktorra sem, így ezek a magyar erények és erősségek rendszertanának szemléletét nem elemi.

Eredményeinkkel a jelen tanulmány azon külföldi kutatások sorába illeszkedik, amelyek szerzői az elméleti koncepcióval és az egymással is inkonzisztens empirikus eredmények alapján a pozitív jellemvonások erényekhez való revidált hozzárendelését javasolják (Singh & Choubisa, 2010; Ruch & Proyer, 2015; Ruch, Gander, Wagner, & Giuliani, 2021). McGrath (2019) a karaktererősségek és erények rendszertanának védelmében írt tanulmányában amellet érvel, hogy annak felismerése és elfogadása, hogy a klasszifikáció az egyéni pozitív tulajdonságok strukturális modellje, nem pedig morális elmélet, megválaszolhat néhány aggályt a rendszertannal kapcsolatban; köztük a klasszifikáció korlátosságát az erények egységességének lemodellezésében. Leírja azt is, hogy végső soron a modell jelentős általánosíthatóságot mutat a nyugati populációk között.

Fontosnak tartjuk hangsúlyozni, hogy az általunk feltárt négyfaktoros struktúra egyrészt összhangban van más karaktererősség-vizsgálatok eredményeivel (pl. Brdar & Kashdan,

2010; Cawley, Martin, & Johnson, 2000; Dahlsgaard, 2005; Macdonald és mtsai, 2008; McGrath, 2015; McGrath & Walker, 2016; Shryack és mtsai, 2010), amelyekben szintén négyfaktoros elrendeződést tártak fel és a faktorok tartalmilag is hasonlóságot mutatnak. A négyfaktoros struktúránk összhangban van egyes más, személyiségpszichológiai vetületű vizsgálatok eredményeivel is (pl. Kor, Pirutinsky, Mikulincer, Shoshani, & Miller, 2019). A személyiség-lélektani szakirodalomban is jellemzőek a négydimenziós modellek (Markon, Krueger, & Watson, 2005; Tellegen, & Waller, 2008). Másrészt elméletileg is jól védhető, mert jól illeszkedik az emberi jellemvonások együttesének több ezer éves felfogásához. Ebben jelen van a tudás és sokrétű kompetencia (*Bölcsesség és tudás*), a többi emberhez való pozitív viszonyulás (*Emberiesség*), a magas szintű önszabályozás (*Mértékletesség*), valamint a mindennapok konkrét tennivalói fölé emelkedés, a magasabb, magasztosabb eszmékhez és a hithez való pozitív viszonyulás (*Spiritualitás és transzcendencia*) képessége.

A skálák egyedi jelentésének kibontásához és megerősítéséhez 5 tesztet használtunk fel az almintákon és az egyesített mintán végzett korrelációs elemzésekben.



4. ábra: Az erények és a karaktererősségek hierarchikus rendszere felnőtt magyar mintán

Korábbi empirikus eredményekkel megegyezően (Buschor, Proyer, & Ruch, 2013; Peterson, Ruch, Beermann, Park, & Seligman, 2007; Ruch, Huber, Beermann, & Proyer, 2007; Wagner és mtsai, 2020) a *Bölcsesség és tudás skála* erősen korrelált a pozitív mentális egészséget mérő Diener-féle Virágzás Skálával és a Huppert-féle Virágzás Kérdőívvel. Ez az eredmény arra utal, hogy a Bölcsesség és tudás erény birtoklása szorosan együtt jár a virágzó mentális egészség állapottal. Ezt erősítik a Globális Jólét Kérdőív Pszichológiai jólét alskálával kapott, a korábbi eredményekkel (Gander és mtsai, 2020; Gustems & Calderon, 2014; Harzer, 2016)

⁴ Az első két vizsgálat adatai még a COVID-19 pandémia előtt, a harmadiké pedig már a járvány idején kerültek felvételre.

analóg erős pozitív korrelációs kapcsolatok is. Szintén erős pozitív korrelációs kapcsolatot találtunk Bölcsesség és tudás erény és a Pozitivitás Skála és a Rövidített Pszichológiai Immunrendszer Kérdőív (PIK) két alszála között is. Mivel elsőként vizsgáltuk a karaktererőségek pozitivitással és a pszichológiai immunrendszerrel való kapcsolatát, az összefüggéseknek a megerősítéséhez nem tudunk nemzetközi eredményekre hivatkozni.

Az *Emberiség* erény birtoklása a Diener-féle Virágzás Skálával és a Pozitivitás Skálával mutatott összefüggése alapján együtt jár a pozitív érzelmek átélésével, az optimista szemlélettel, az egészséges önbecsüléssel, a pozitív kapcsolatok és a mások jóllétéhez való hozzájárulás fontosságával. Bőséges irodalom igazolja (lásd pl. Wagner, Gander, Proyer, & Ruch, 2020) az *Emberiség* erényhez tartozó karaktererőségek és a virágzás pozitív kapcsolatát. Az *Emberiség* szorosan összefügg az élet biológiai, pszichológiai, szociális és spirituális területein tapasztalt jólléttel, összhangban a korábbi eredményekkel (Gander, Hofmann, Proyer, & Ruch, 2020; Gustems & Calderon, 2014; Harzer, 2016).

A *Mértékletesség* erény és a virágzást, pozitivitást, általános jóllétet és megküzdést mérő konstruktumok között közepes erősségű pozitív kapcsolatot figyeltünk meg. Ez összhangban áll a korábbi eredményekkel, ahol a *Mértékletesség* erény virágzással (Wagner, Gander, Proyer, & Ruch, 2020) és jólléttel (Gander, Hofmann, Proyer, & Ruch, 2020; Gustems & Calderon, 2014; Harzer, 2016) való pozitív kapcsolatát igazolták. A *Mértékletesség* erénnyel kapott eredményeket a külföldi kutatásokkal megegyezően (lásd pl. Gustems & Calderon, 2014; Harzer, 2016) úgy értelmezhetjük, hogy a pozitív mentális egészséghez szükség van az önkontrollra, az óvatosságra és az alázatosságra való képességre. A közepes erősségű összefüggések, a Reziliencia kompetenciával kapott gyenge kapcsolat, valamint a *Mértékletesség* skála többi skálához viszonyított legalacsonyabb átlaga azt jelzi, hogy önbevallásos mérési eljárás alapján a magyar társadalomban nem a *Mértékletesség* erény szerinti élet tölti be a centrális szerepet a pozitív mentális egészség elérésében.

A *Spiritualitás és transzcendencia skálának* a Globális Jólét Kérdőívvel, azon belül is kifejezetten a *Spiritualitás* alszálaival, továbbá a virágzást mérő kérdőívvel, a Pozitivitás Skálával és a PIK átlagmutatóval mutatott magas korrelációs összefüggései a nemzetközi eredményekkel összhangban (lásd pl. Gander, Hofmann, Proyer, & Ruch, 2020; Gustems & Calderon, 2014; Harzer, 2016; Wagner, Gander, Proyer, & Ruch, 2020) egyértelműen arra utalnak, hogy a *spiritualitás és transzcendencia* erény birtoklása és a hozzá tartozó karaktererőségek szerinti élet fontos összefüggésben áll a pozitív mentális egészséggel.

Mindezen eredmények meggyőzően igazolják a VIA-H erény skáláinak kritérium validitását. Bár a fenti eredmények oki következtetések levonására nem adnak lehetőséget, igazolják azt a várakozásunkat (Peterson & Seligman, 2004), hogy a karakter erősségei mint pozitívan értékelt tulajdonságok pozitív irányú kapcsolatban állnak a jólléttel, a mentális egészséggel, a pszichológiai immunrendszer komponenseivel és a pozitivitással.

A skálák diszkriminációs validitását többváltozós lineáris regressziós elemzésekkel vizsgálva megállapíthatjuk, hogy a skálák közti viszonylag erős korrelációk ellenére tekintélyes (átlagosan 43,1%) a skálák olyan egyedi része, amit a többi három skála nem fed le.

Magyar mintán a válaszadók az önértékelő módszer során minden karaktererősség esetében skálaátlag feletti értéket adtak. A magukra legjellemzőbb karaktererősségnek a Méltányosságot (*erkölcsi érzék, egyenlőség, igazságosság*), az Integritást (*őszinteség, hitelesség, szavahihetőség*) és a Kedvességet (*nagylelkűség, empátia, segítőkészség*) tartották. Kutatásunk nem terjedt ki arra, hogy ezek okát felkutassa, viszont feltételezhető, hogy 1. a válaszadók szeretnék magukat ilyennek látni (vö.: társas kíváncsiság, Lake Wobegon hatás), 2. ezen erősségek hiányát érzékelik a magyar társadalomban (nem találtunk ide kapcsolódó kutatást) és/vagy 3. arra a szociálpszichológiai jelenségre utal, hogy viselkedésükért cserébe mások felől is ilyen odafordulást várnak. A legkevésbé jellemző tulajdonságnak az Önkontrollt (*az érzelmek szabályozásának képessége, impulzivitás-hiány*), a Spiritualitást (*hit, filozófia, céltudatosság, elhivatottság*) és az Alázatosságot (*szerénység, egyszerűség, alázat*) jelölték. Ennek oka egyfelől feltételezhetően az lehet, hogy a társadalomban ezek a tulajdonságok jelenleg nem képviselnek értéket, így a válaszadók nem is tartják fontosnak őket; másfelől lehet, hogy a válaszadók fontosnak tartanak a jóllétük szempontjából ezeket a karakterjegyeket, de nincs eszközük arra, hogy erősödjének ezekben a jellemvonásokban.

A vizsgálat résztvevői az *Emberiséget* tartották a leg-erősebb erényüknek. Ezt követte a Bölcsesség és tudás, majd a Spiritualitás és transzcendencia erény. Emberi mivoltunkból fakadóan az univerzális erények között a legközpontibb szerepet tölti be és mindenekelőtt a legfontosabb, hogy emberségesen viselkedjünk. Az Integritás, a Kedvesség, a Szeretet, a Kötelességtudat és a Méltányosság erősségek birtoklása és mindennapi használata vezet az *Emberiség* erénye szerinti való élethez. Második legjellemzőbb erény azért a Bölcsesség és tudás lehetett, mert hasznosságot is tudunk az ide tartozó erősségeknek (Kíváncsiság, Tanulás szeretete, Jó ítélőképesség, Találékonyosság, Bölcsesség) tulajdonítani: ezekkel az erősségekkel együtt nemcsak jó emberek lehetünk, hanem azt is érezhetjük, eredményes életet élünk. Bok (2002) és Schwartz (1994) érvelése szerint a jellem erősségei feltételezhetően a biológiában gyökerezethetők egy olyan evolúciós folyamat révén, amely az erkölcsi kiválóságra való hajlamot választotta mint a faj túléléséhez szükséges fontos feladatok megoldásának eszközeit. Érdekes eredménynek tekintjük, hogy harmadik helyen áll a Spiritualitás és transzcendencia erény, miközben a Spiritualitás erősséget kevésbé tartották magukra jellemzőnek a válaszadók. Tehát a Spiritualitás és transzcendencia erényhez tartozó jellemvonásokat (Szépség értékelése, Hála, Optimizmus, Spiritualitás, Megbocsátás, Játékosság, Lelkesedés) összességében mégis erősségüknek gondolták a kitöltők.

A *Mértékletesség* erényt (Óvatosság, Alázatosság, Önkontroll erősségek) érezték a legkevésbé jellemzőnek magukra a válaszadók. A külföldi eredményekkel (pl. Peterson és Seligman, 2004) ellentétben magyar mintán nem formált



önálló faktort a Bátorság erény (Bátorság, Állhatatosság, Integritás erősségek) és az Igazságosság erény (Méltányosság, Vezetői képesség, Kötelességtudat erősségek). Az utóbbi három erény személyiségjegyeivel való ambivalens és/vagy távolságtartó viszonyt a magyar nemzet lelkiállapotát vizsgáló kutatások eredményei magyarázhatják. Az igazságos világba vetett alacsony hit (Kopp, 2009), a kontrollvesztés és a tanult tehetetlenség (Kopp & Skrabski, 2009), az adaptív megküzdési stratégiák hiánya (Egészséges Nemzetért Népegészségügyi Program, 2001–2010; Semmelweis-terv, 2011), a versengés iránti ambivalens és negatív attitűd (Zábó & Fülöp, 2019) és az önsorsrontó viselkedés (Tózsér, 2019) magyarázhatja a Mértékletesség erény alacsonyabb pontértékeit és a Bátorság és az Igazságosság erény hiányát.

A négy erény skála és a többi szociodemográfiai mutató kapcsolatát vizsgálva a nők az új VIA-H teszt erényskálái közül értékelhetően magasabb értékeket adtak az Emberiesség, valamint a Spiritualitás és transzcendencia erények esetében. Egy korábbi kutatás (Brdar és mtsai, 2011) eredményeihez hasonlóan a nők a magyar mintán az Emberiesség erényhez tartozó karaktererősségekre (Integritás, Kedvesség, Szeretet, Kötelességtudat) és egy, a Spiritualitás és transzcendencia erényhez tartozó karaktererősségre (Hála) szignifikánsan magasabb értékeket adtak, mint a férfiak. Egy másik vizsgálatban (Heintz, Kramm, & Ruch, 2019) azt találták, hogy a nők magasabb értékeket értek el a Szépség értékelése, Kedvesség, Szeretet és Hála karaktererősség skálákon. Hasonló eredményekről számoltak be Shimai, Otake, Park, Peterson és Seligman (2006). Három vizsgálatban (Furnham & Lester, 2011; Linley és mtsai, 2007; Shimai és mtsai, 2006) pedig a nők az Emberiesség erényhez tartozó Szeretet karaktererősséget jellemzőbbnek tartották magukra a férfiakhoz képest. Az összefüggéseket magyarázhatja, hogy ezek az erősségek a fiatalok nevelésében betöltött evolúciós szerepükhöz kapcsolódnak és a társadalom eltérő elvárásokat támaszt a nőkkel és a férfiakkal szemben (Brdar és mtsai, 2011).

Megemlítendő még az egyedül élők alacsonyabb és a házasságban élők magasabb szintje az Emberiesség skála tekintetében. Külföldi szakirodalmi eredmények hiányában más hivatkozással ezt az eredményt nem tudjuk megerősíteni. A kötődéseméleti megközelítéseken túl a házasságban élők feltételezhetően gyakrabban kerülnek olyan társas helyzetbe nap mint nap, amikor lehetőségük van használni, edzeni, fejleszteni az Emberiesség erényhez tartozó karaktererősségeket.

A szociodemográfiai változókkal mutatott összefüggések további, más módszertani megközelítésű vizsgálatokra inspirálhatnak. Ilyen alternatív eljárás lehet például Ruch és munkatársai (2021) politóm módszere. A vizsgálatban a résztvevők olyan helyzeteket írtak le, ahol hatékonyan alkalmazták egy-egy karaktererősségüket, majd kiválasztották a helyzethez leginkább passzoló egy vagy több erényt. Egy másik vizsgálatuk (Ruch és mtsai, 2021) résztvevőit arra kérték, értékeljék, hogy az adott karaktererősségek milyen mértékben töltik be a szerepüket a följük rendelt erények tekintetében.

Vizsgálataink korlátjaként meg kell említeni, hogy mivel a mintákban felülreprezentáltak a nők, a magas iskolai végzettséggel bírók és az átlagos/jó anyagi körülmények között élők, és az online kitöltés ugyancsak befolyásolta a minta összetételét. Mindez korlátozza az eredményeink általánosíthatóságát. A keresztmetszeti kutatási elrendezés nem ad lehetőséget oki következtetések levonására, viszont összefüggései inspirálhatnak fejlődési szempontú és hosszmetzeti elrendezésű vizsgálatokat. A VIA-H, mint minden önbevalláson alapuló kérdőív, bizonyos mértékig ki van szolgáltatva a kitöltők tudatos és tudattalan válaszadási tendenciáinak (Lake Wobegon-hatás, magas társas kívánatosság). Bár mintánk igen nagy és a VIA-H feltárt faktorszerkezete igen meggyőző volt mind a feltáró, mind a megerősítő faktorelemzésekben, ezt a szerkezetet érdemes lenne új, független, reprezentatív mintákon végzett elemzésekkel is megerősíteni. Emellett jó lenne, ha a VIA-H alkalmazhatósága megerősítést nyerne nemcsak online módszerrel felvett adatokkal is.

5. KÖVETKEZTETÉSEK

A pozitív pszichológia a karaktererősségek vizsgálatával az élni érdemes életet támogató feltételek javítását kívánja szolgálni. Az erények és karaktererősségek Peterson és Seligman (2004) által létrehozott osztályozási rendszere a személyes erősségek felmérését teszi lehetővé. A Karaktererősségek Teszt rövidített, 20 tételű felnőtt magyar változata (VIA-H) megbízható és érvényes mérőeszköznek bizonyult, amely képes mérni az erények és karaktererősségek rendszerét. A rövidített kérdőív skáláihoz (Bölcsesség és tudás, Emberiesség, Mértékletesség és Spiritualitás és transzcendencia) rendre 5, 5, 3, 7 tétel tartozik. A skálák pontértékét a skálába tartozó és 6 pontos Likert-skálát követő tételek átlagaként definiáljuk (vö. *Függelék*). A kérdőív rövid, 10–12 perces kitöltési idővel méri a karaktererősségeket, így lényeges előnye, hogy tömör, jól használható, gazdaságosan felhasználható mérőeszköz. Ezáltal felhasználható epidemiológiai felmérésekben, becslő jellegű adatfelvételek esetében is. Eredmények fontos üzenete, hogy a karaktererősségek birtoklása és megfelelő használata együtt jár a jóllét és az optimális személyiség pszichológiai konstruktumaival.

Köszönetnyilvánítás: A tanulmányban említett kutatásokat az Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Karának Pszichológiai Intézete és az Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Hivatal a 116965 sz. pályázat keretében támogatta (a kutatásaitikai engedélyek száma: 2015/284, 2019/61, 2017/285). Ezen felül a vizsgálatok az Innovációs és Technológiai Minisztérium ÚNKP-21-3 kódszámú Új Nemzeti Kiválóság Programjának a Nemzeti Kutatási, Fejlesztési és Innovációs Alapból finanszírozott szakmai támogatásával készült. A szerzők ezúttal mondanak köszönetet a kézirat ismeretlen lektorainak és a folyóirat szerkesztőjének számtalan értékes megjegyzéséért és javaslatáért, amelyek nagyban segítettek a cikk végső változatának megformálását.



A szerzők munkamegosztása: Az elméleti bevezető elkészítése az első szerző nevéhez köthető. A kézirat további fejezeteinek megírásában és a statisztikai elemzésekben az első és a harmadik szerző egyaránt részt vállalt olyan módon, hogy a statisztikai elemzéseket többnyire a harmadik szerző, a teljes kézirat megírását nagyjából az első szerző készítette el. A második szerző nevéhez köthető az adatgyűjtés

és a VIA-H magyar változatának elkészítése. A három szerző közös gondolkozással értelmezte az eredményeket. A kéziratot mind a három szerző alaposan átolvasta és aktívan hozzájárult a végső változat létrejöttéhez.

Nyilatkozat érdekütközésről: A szerzők ezúton kijelentik, hogy esetükben nem állnak fenn érdekütközések.

IRODALOM

- Ai, A. L., Fincham, F. D., & Carretta, H. (2022). ADL and IADL following open-heart surgery: The role of a character strength factor and preoperative medical comorbidities. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 479–492. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01146-w>
- Azañedo, C. M., Artola, T., Sastre, S., & Alvarado, J. M. (2021). Character strengths predict subjective well-being, psychological well-being, and psychopathological symptoms, over and above functional social support. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 661278. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.661278>
- Azañedo, C. M., Fernández-Abascal, E. G., & Barraca, J. (2014). Character strengths in Spain: Validation of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS) in a Spanish sample. *Clínica y Salud*, 25(2), 123–130. <https://doi.org/10.1016/j.clysa.2014.06.002>
- Baumann, D., Ruch, W., Margelisch, K., Gander, F., & Wagner, L. (2020). Character strengths and life satisfaction in later life: An analysis of different living conditions. *Applied Research in Quality of Life*, 15(2), 329–347. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9689-x>
- Blanchard, T., McGrath, R. E., & Jayawickreme, E. (2021). Resilience in the face of interpersonal loss: The role of character strengths. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 13(4), 817–834. <https://doi.org/10.1111/aphw.12273>
- Blasco-Belled, A., Alsinet, C., Torrelles-Nadal, C., & Ros-Morente, A. (2018). The study of character strengths and life satisfaction: A comparison between affective-component and cognitive-component traits. *Anuario de Psicología*, 48(3), 75–80. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2018.10.001>
- Bok, S. (2002). *Common values*. University of Missouri Press
- Brdar, I., & Kashdan, T. B. (2010). Character strengths and well-being in Croatia: An empirical investigation of structure and correlates. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 151–154.
- Brdar, I., Anić, P., & Rijavec, M. (2011). Character strengths and well-being: Are there gender differences? In I. Brdar (Ed.), *The human pursuit of well-being* (pp. 145–156). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-007-1375-8_13
- Brislin, R. W. (1986). The wording and translation of research instruments. In W. J. Lonner & J. W. Berry (Eds.), *Field methods in cross-cultural research* (pp. 137–164). Sage Publications
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136–162). Sage
- Buschor, C., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2013). Self- and peer-rated character strengths: how do they relate to satisfaction with life and orientations to happiness? *The Journal of Positive Psychology*, 8, 116–127. <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.758305>
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Eisenberg, N., Kupfer, A., Steca, P., Caprara, M. G., et al. (2012). The Positivity Scale. *Psychological Assessment*, 24(3), 701–712. <https://doi.org/10.1037/a0026681>
- Carr, A. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203156629>
- Cawley III, M. J., Martin, J. E., & Johnson, J. A. (2000). A virtues approach to personality. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 997–1013. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00207-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00207-X)
- Chen, Y., Weziak-Bialowolska, D., Lee, M. T., Bialowolski, P., McNeely, E., & VanderWeele, T. J. (2022). Longitudinal associations between domains of flourishing. *Scientific Reports*, 12(1), 1–13.
- Cherif, L., Wood, V. M., & Watier, C. (2020). Testing the effectiveness of a strengths-based intervention targeting all 24 strengths: Results from a randomized controlled trial. *Psychological Reports*, 124(3), 1174–1183. <https://doi.org/10.1177/0033294120937441>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Dahlsgaard, K. K. (2005). *Is virtue more than its own reward? Character strengths and their relation to well-being in a prospective longitudinal study of middle school-aged adolescents*. University of Pennsylvania
- Demirci, I., Ekşi, H., Ekşi, F., & Kaya, Ç. (2021). Character strengths and psychological vulnerability: The mediating role of resilience. *Current Psychology*, 40(11), 5626–5636. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00533-1>
- DeVellis, R. F., & Thorpe, C. T. (2021). *Scale development: Theory and applications*. Sage Publications
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., et al. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Duan, W., & Bu, H. (2017). Development and initial validation of a short three-dimensional inventory of character strengths. *Quality of Life Research*, 26(9), 2519–2531. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1579-4>
- Furnham, A., & Lester, D. (2012). The development of a short measure of character strength. *European Journal of Psychological Assessment*, 28(2), 95–101. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000096>



- Gander, F., Hofmann, J., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2020). Character strengths – Stability, change, and relationships with well-being changes. *Applied Research in Quality of Life*, 15(2), 349–367. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9690-4>
- Green, Z. A. (2022). Character strengths intervention for nurturing well-being among Pakistan's university students: A mixed-method study. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 14(1), 252–277. <https://doi.org/10.1111/aphw.12301>
- Gustems, J., & Calderon, C. (2014). Character strengths and psychological wellbeing among students of teacher education. *International Journal of Educational Psychology*, 3(3), 265–286. <https://doi.org/10.4471/ijep.2014.14>
- Harzer, C. (2016). The eudaimonics of human strengths: The relations between character strengths and well-being. In J. Vittersø (Ed.), *Handbook of eudaimonic well-being* (pp. 307–322). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_20
- Harzer, C., & Ruch, W. (2014). The role of character strengths for task performance, job dedication, interpersonal facilitation, and organizational support. *Human Performance*, 27(3), 183–205. <https://doi.org/10.1080/08959285.2014.913592>
- Hassaniraad, M., Khodayarifard, M., Hejazi, E. (2021). Effectiveness of culture-based character strengths training on reinforcing character strengths and promoting students' mental well-being. *Journal of Psychological Science*, 19(96), 1533–1545.
- Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T., & Höfer, S. (2017). Distinguishing relational aspects of character strengths with subjective and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 1159. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01159>
- Heintz, S., & Ruch, W. (2019). Character strengths and job satisfaction: Differential relationships across occupational groups and adulthood. *Applied Research in Quality of Life*, 15, 503–527. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9691-3>
- Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2019). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 103–112. <https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1414297>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Huppert, F. A. & So, T. T. C. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837–861. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Jacobs, E., Berenbaum, M., & Niemiec, R. M. (2021). Holocaust and humanity: Depicting realities while creating pathways for future upstanders, strengths use, and flourishing. In J. Pawelski & L. Tay (Eds.), *The Oxford handbook on the humanities and human flourishing* (pp. 178–192). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190064570.001.0001>
- Kopp, M. (2006). *Férfiak lelki egészsége – Miért halnak meg idő előtt a magyar férfiak?* Letöltve: 2022.06.16-án: <http://haromkiralyfi2.eastside.hu/upload/files/Ferfiak-lelki-egeszsege.pdf>
- Kor, A., Pirutinsky, S., Mikulincer, M., Shoshani, A., & Miller, L. (2019). A longitudinal study of spirituality, character strengths, subjective well-being, and prosociality in middle school adolescents. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 377. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00377>
- Lee, M. T., Bialowolski, P., Weziak-Bialowolska, D., Mooney, K. D., Lerner, P. J., McNeely, E., et al. (2021). Self-assessed importance of domains of flourishing: Demographics and correlations with well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 16(1), 137–144. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1716050>
- Leontopoulou, S., & Triliva, S. (2012). Explorations of subjective wellbeing and character strengths among a Greek University student sample. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 251–270. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i3.6>
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, C., et al. (2007). Character strengths in the United Kingdom: The VIA inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 341–351. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.12.004>
- Lounsbury, J. W., Fisher, L. A., Levy, J. J., & Welsh, D. P. (2009). An investigation of character strengths in relation to the academic success of college students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52–69.
- Macdonald, C., Bore, M., & Munro, D. (2008). Values in action scale and the big 5: An empirical indication of structure. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 787–799. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.10.003>
- Mária, K., & Árpád, S. (2009). Magyar lelkiállapot az ezredforduló után. *Távlatok: világnézet, lelkiség, kultúra*, 19(86), 32–52.
- Markon, K. E., Krueger, R. F., & Watson, D. (2005). Delineating the structure of normal and abnormal personality: An integrative hierarchical approach. *Personality Processes and Individual Differences*, 88, 139–157. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.1.139>
- Martínez-Martí, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110–119. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1163403>
- Maydeu-Olivares, A., Shi, D., & Rosseel, Y. (2019). Instrumental variables two-stage least squares (2SLS) vs. maximum likelihood structural equation modeling of causal effects in linear regression models. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 26(6), 876–892. <https://doi.org/10.1080/10705511.2019.1607740>
- McGrath, R. E. (2014). Scale-and item-level factor analyses of the VIA inventory of strengths. *Assessment*, 21(1), 4–14. <https://doi.org/10.1177/1073191112450612>
- McGrath, R. E. (2015). Integrating psychological and cultural perspectives on virtue: The hierarchical structure of character strengths. *The Journal of Positive Psychology*, 10(5), 407–424. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.994222>
- McGrath, R. E. (2019). Refining our understanding of the VIA classification: reflections on papers by Han, Miller, and Snow. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 41–50. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1528382>



- McGrath, R. E. (2019). *The VIA assessment suite for adults: Development and initial evaluation revised edition*. VIA Institute on Character
- McGrath, R. E., & Walker, D. I. (2016). Factor structure of character strengths in youth: Consistency across ages and measures. *Journal of Moral Education, 45*(4), 400–418. <https://doi.org/10.1080/03057240.2016.1213709>
- Muthén, L. K., & Muthén, B. O. (1998–2011). *Mplus User's Guide* (6th ed.). Muthén & Muthén
- Nagybányai Nagy, O. (2006a). A pszichológiai tesztek reliabilitása. In S. Rózsa, O. Nagybányai Nagy, & A. Oláh (Szerk.), *A pszichológiai mérés alapjai* (pp. 103–115). Bölcsész Konzorcium
- Nagybányai Nagy, O. (2006b). A pszichológiai tesztek validitása. In S. Rózsa, O. Nagybányai Nagy, & A. Oláh (Szerk.), *A pszichológiai mérés alapjai* (117–124). Bölcsész Konzorcium
- Nemzeti Erőforrás Minisztérium (2011): *Semmelweis Terv 2011*. Nemzeti Erőforrás Minisztérium Egészségügyért Felelős Államtitkárság
- Neto, J., Neto, F., & Furnham, A. (2014). Gender and psychological correlates of self-rated strengths among youth. *Social Indicators Research, 118*(1), 315–327. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0417-5>
- Ng, V., Cao, M., Marsh, H. W., Tay, L., & Seligman, M. E. (2017). The factor structure of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS): An item-level exploratory structural equation modeling (ESEM) bifactor analysis. *Psychological Assessment, 29*(8), 1053–1058. <https://doi.org/10.1037/pas0000396>
- Niemiec, R. M., & McGrath, R. E. (2019). *The power of character strengths: Appreciate and ignite your positive personality*. VIA Institute on Character
- Oláh, A. & Kapitány-Fövény, M. (2012). A Pozitív Pszichológia 10 éve. *Magyar Pszichológiai Szemle, 67*(1), 19–45. <https://doi.org/10.1556/MPSzle.67.2012.1.3>
- Oláh, A. (2005). *Érzelmek, megküzdés és optimális élmény*. Trefort Kiadó
- Oláh, A. (2016). A new model and a new inventory of well-being. In *Complete Abstract Book – per theme – per type of Session of the 8th European Conference on Positive Psychology* (pp. 55). Angers, France
- Oláh, A., Caprara, G. V., Alessandri, G., Zábó, V., & Vargha, A. (előkészületben). *International validation of Caprara's Positivity Scale*. Kézirat
- Oláh, A., Vargha, A., Csengödi, M., Bagdi, B., & Diósi, T. (2018). Magyarország Boldogságtérképe. Letöltve: 2022.06.16-án: <https://www.vg.hu/kozelet/2018/03/elkeszult-magyarorszag-boldogsagterkepe>
- Oláh, A., Vargha, A., Csengödi, M., Bagdi, B., & Diósi, T. (2019). Magyarország Boldogságtérképe. Letöltve: 2022.06.16-án: <http://boldogsagprogram.hu/magyarorszag-boldogsagterkepe-2019/>
- Oláh, A., Vargha, A., Csengödi, M., Bagdi, B., & Diósi, T. (2020). Magyarország Boldogságtérképe. Letöltve: 2022.06.16-án: <http://boldogsagprogram.hu/magyarorszag-boldogsagterkepe-2020/>
- Park, N., & Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence, 29*(6), 891–909. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.04.011>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W., & Seligman, M. E. (2008). Strengths of character and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies, 21*(2), 214–217. <https://doi.org/10.1002/jts.20332>
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 2*, 149–156. <https://doi.org/10.1080/17439760701228938>
- Phillips, G. W. (1990). The Lake Wobegon Effect. *Educational Measurement: Issues and Practice, 9*(3), 3–14.
- Ruch, W., & Proyer, R. T. (2015). Mapping strengths into virtues: the relation of the 24 VIA-strengths to six ubiquitous virtues. *Frontiers in Psychology, 6*, Article 460. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00460>
- Ruch, W., Gander, F., Wagner, L., & Giuliani, F. (2021). The structure of character: On the relationships between character strengths and virtues. *The Journal of Positive Psychology, 16*(1), 116–128. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689418>
- Ruch, W., Proyer, R. T., Harzer, C., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2010). Values in action inventory of strengths (VIA-IS): adaptation and validation of the German version and the development of a peer-rating form. *Journal of Individual Differences, 31*(3), 138–149. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000022>
- Ruch, W., Weber, M., Park, N., & Peterson, C. (2014). Character strengths in children and adolescents: Reliability and initial validity of the German Values in Action Inventory of Strengths for Youth (German VIA-Youth). *European Journal of Psychological Assessment, 30*(1), 57–64. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000169>
- Ruch, W., Huber, A., Beermann, U., Proyer, R. T. (2007). Character strengths as predictors of the “good life” in Austria, Germany and Switzerland. In *Romanian Academy; Social Research. Studies and Researches in Social Sciences* (pp. 123–131). Academia Română. <https://doi.org/10.5167/uzh-3648>
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2019). The impact of signature character strengths interventions: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies, 20*(4), 1179–1196. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9990-2>
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues, 50*(4), 19–45. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1994.tb01196.x>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for last-ing fulfillment*. Free Press
- Seligman, M. E., & Flourish, P. (2011). *A visionary new understanding of happiness and well-being*. Atria Books
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2006). Convergence of character strengths in American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies, 7*(3), 311–322. <https://doi.org/10.1007/s10902-005-3647-7>



- Shoshani, A., & Slone, M. (2016). The resilience function of character strengths in the face of war and protracted conflict. *Frontiers in Psychology*, 6, Article 2006. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.02006>
- Shryack, J., Steger, M. F., Krueger, R. F., & Kallie, C. S. (2010). The structure of virtue: An empirical investigation of the dimensionality of the virtues in action inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 714–719. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.01.007>
- Singh, K., & Choubisa, R. (2010). Empirical validation of values in action-inventory of strengths (VIA-IS) in Indian context. *Psychological Studies*, 55(2), 151–158. <https://doi.org/10.1007/s12646-010-0015-4>
- Steiger, J. H., & Lind, J. (1980). *Statistically-based tests for the number of common factors* [Paper presentation]. *The Annual Spring Meeting of the Psychometric Society*, Iowa City, USA.
- Tay, L., & Pawelski, J. O. (Eds.) (2022). *The Oxford Handbook of the Positive Humanities*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190064570.001.0001>
- Tellegen, A., & Waller, N. G. (2008). Exploring personality through test construction: Development of the multidimensional personality questionnaire. In G. J. Boyle, G. Matthews, & D. H. Saklofske (Eds.), *The SAGE handbook of personality theory and assessment, Personality measurement and testing* (Vol. 2., pp. 261–292). Sage Publications, Inc.
- Török, R. (2016). *A pályadöntési éhatékonyság sajátosságai és változási mintázatai sajátos nevelési igényű és tipikus fejlődésű középiskolások körében*. [Doktori disszertáció] Budapest: Eötvös Loránd Tudományegyetem. Letöltve: 2022. 05. 11-én: <https://doi.org/10.15476/ELTE.2016.038>
- Tözsér, A. (2019). A magyar társadalom mentális egészségi állapotának bemutatása. *Polgári Szemle*, 15(4–6), 370–382. <https://doi.org/10.24307/psz.2019.1224>
- University of Cambridge (2022). Rules of thumb on magnitudes of effect sizes. Letöltve: 2022. 06. 16-án: <https://imaging.mrc-cbu.cam.ac.uk/statswiki/FAQ/effectSize>
- Vargha, A. (2016). A ROPstat statisztikai programcsomag. *Statisztikai Szemle*, 94(11–12), 1165–1192. <https://doi.org/10.20311/stat2016.11-12.hu1165>
- Vargha, A. (2019). *Többváltozós statisztika dióhéjban: változó-orientált módszerek*. Pólya Kiadó
- VIA Institute on Character (2021). VIA Inventory of Strengths-P (VIA-IS-P), «VIA Survey». Letöltve: 2022. 06. 16-án: <https://www.viacharacter.org/researchers/assessments/via-is-p>
- Wagner, L., & Ruch, W. (2015). Good character at school: positive classroom behavior mediates the link between character strengths and school achievement. *Frontiers in Psychology*, 6, Article 610. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00610>
- Wagner, L., Gander, F., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2020). Character strengths and PERMA: Investigating the relationships of character strengths with a multidimensional framework of well-being. *Applied Research in Quality of Life*, 15(2), 307–328. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9695-z>
- Wagner, L., Pindeus, L., & Ruch, W. (2021). Character strengths in the life domains of work, education, leisure, and relationships and their associations with flourishing. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 597534. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.597534>
- Weziak-Bialowolska, D., Bialowolski, P., VanderWeele, T. J., & McNeely, E. (2021). Character strengths involving an orientation to promote good can help your health and well-being. Evidence from two longitudinal studies. *American Journal of Health Promotion*, 35(3), 388–398. <https://doi.org/10.1177/0890117120964083>
- Worth, P. (Ed.) (2022). *Positive psychology across the lifespan: An existential perspective*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003132530>
- Zábó, V., & Fülöp, M. (2019). *Versengő és nem versengő személyiség prototípusok – kínai-magyar összehasonlító vizsgálat*. In E. Lippai, E. (Szerk.), *Összetart a sokszínűség: A Magyar Pszichológiai Társaság XXVIII. Országos Tudományos Nagygyűlése kivonatkötet* (pp. 81). Magyar Pszichológiai Társaság

A cikk a Creative Commons Attribution 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>) feltételei szerint publikált Open Access közlemény, melynek szellemében a cikk bármilyen médiumban szabadon felhasználható, megosztható és újraközölhető, feltéve, hogy az eredeti szerző és a közlés helye, illetve a CC License linkje és az esetlegesen végrehajtott módosítások feltüntetésre kerülnek. (SID_1)



FÜGGELÉK

Karaktererősségek Teszt (VIA-H)

Az alábbiakban az embereket jellemző különböző erősségeket talál. Kérjük, jelezze egy 6 fokú skálán, hogy az egyes erősségek milyen mértékben jellemzik Önt.

egyáltalán nem jellemző	nem jellemző	kicsit jellemző	jellemző	nagyon jellemző	teljes mértékben jellemző
1	2	3	4	5	6

1. Kíváncsiság: érdeklődés számos dolog iránt.	1	2	3	4	5	6
2. Tanulás szeretete: tudásvágy, olvasás, megértés.	1	2	3	4	5	6
3. Jó ítéloképesség: kritikus gondolkodás, racionalitás, nyitottság.	1	2	3	4	5	6
4. Találékonyosság: eredetiség, gyakorlatias intelligencia, józan ész.	1	2	3	4	5	6
5. Szociális intelligencia: érzelmi/személyes intelligencia, érzelmek helyes kezelése/elfogadása.	1	2	3	4	5	6
6. Bölcsesség: a dolgok egészében szemlélése, saját nézőpont birtoklása.	1	2	3	4	5	6
7. Bátorság: hősiesség, vakmerőség.	1	2	3	4	5	6
8. Állhatosság: kitartás, szorgalom, iparkodó.	1	2	3	4	5	6
9. Integritás: őszinteség, hitelesség, szavahihetőség.	1	2	3	4	5	6
10. Kedvesség: nagylelkűség, empátia, segítőkészség.	1	2	3	4	5	6
11. Szeretet: képesség arra, hogy szeressen és szeretve legyen, mély tartós érzelmek.	1	2	3	4	5	6
12. Kötelességtudat: csapatjátékos, hűségesség, mások szolgálatára való képesség.	1	2	3	4	5	6
13. Méltányosság: erkölcsi érzék, egyenlőség, igazságosság.	1	2	3	4	5	6
14. Vezetői képesség: mások motiválásának képessége, befogadó, koncentrált.	1	2	3	4	5	6
15. Önkontroll: érzelmek szabályozásának képessége, impulzivitáshiány.	1	2	3	4	5	6
16. Óvatosság: elővigyázatos, előrelátó, diszkrét.	1	2	3	4	5	6
17. Alázatosság: szerénység, egyszerűség, alázat.	1	2	3	4	5	6
18. Szépség értékelése: kiválóságra való törekvés, csodálat érzésének átélése.	1	2	3	4	5	6
19. Hála: képesség a hálaadásra.	1	2	3	4	5	6
20. Optimizmus: reményteliség, jövőorientáltság, pozitív életszemlélet.	1	2	3	4	5	6
21. Spiritualitás: hit, filozófia, céltudatosság, elhivatottság.	1	2	3	4	5	6
22. Megbocsátás: könyörületesség, jóindulat, kedvesség.	1	2	3	4	5	6
23. Játékosság: humor, komikum, gyermekiség.	1	2	3	4	5	6
24. Lelkesedés: szenvedély, lendület, elkötelezettség, képesség mások ösztönzésére.	1	2	3	4	5	6

Skálaképzési útmutató:

A skálaképzés a hozzájuk tartozó tételek átlagolásával történik.

Az eredeti kérdőív az alábbi hat skálából áll.

- Bölcsesség és tudás: 1, 2, 3, 4, 5 és 6 tétel.
- Bátorság: 7, 8 és 9 tétel.
- Emberiesség és szeretet: 10 és 11 tétel.
- Igazságosság: 12, 13 és 14 tétel.
- Mértékletesség: 15, 16 és 17 tétel.
- Spiritualitás és transzcendencia: 18, 19, 20, 21, 22, 23 és 24 tétel.

Jelen vizsgálat eredményei alapján a magyar változat 20 tétele sorolható be a következő négy skálába. A skálaképzés a hozzájuk tartozó tételek átlagolásával történik.

- Bölcsesség és tudás: 1, 2, 3, 4 és 6 tétel.
- Emberiesség: 9, 10, 11, 12 és 13 tétel.
- Mértékletesség: 15, 16 és 17 tétel.
- Spiritualitás és transzcendencia: 18, 19, 20, 21, 22, 23 és 24 tétel.

