

SZEMÉLYES TÖREKVÉSEK KAPCSOLATA A SZUBJEKTÍV JÓLLÉTTAL FŐISKOLAI HALLGATÓKNÁL

PAUWLIK ZSUZSA* – MARGITICS FERENC

Nyíregyházi Főiskola, Pszichológia Tanszék

(Beérkezett: 2007. július 6.; elfogadva: 2007. december 14.)

A személyes törekvések (egyéni aspirációk), mint a személyiség dinamikus jellemzői fontos mutatói lehetnek a szubjektív jóllétnek. Kutatásunk során azt vizsgáltuk, hogy főiskolai hallgatóknál milyen a szubjektív jóllét szintje, milyen egyéni aspirációk jellemzőek rájuk, továbbá milyen jellegű kapcsolat található az egyéni aspirációk (személyes törekvések) és a szubjektív jóllét között. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy ezeken a területeken milyenek a nemi különbségek. A vizsgálatban 712 főiskolai hallgató vett részt (545 nő, 167 férfi). A vizsgálati eredmények azt mutatják, hogy a főiskolai hallgatók számára az intrinzik célok, ezen belül is az egészség, a személyes növekedés és a társas kapcsolatok bizonyultak a legfontosabb személyes törekvésnek. A szubjektív jóllét különböző komponensei (élettel való elégedettség, élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, az élet öröme, depresszív hangulat, személyes problémák, szomatikus tünetek és reakciók) egyértelmű kapcsolatban állnak a személyes törekvésekkel. Az egyéni aspirációk mindhárom szintje (fontossága, valószínűsége, megvalósultsága) szoros kapcsolatot mutatott a szubjektív jóllét mutatóival. Általánosságban elmondhatjuk, hogy a férfiak esetében mutatkozott szorosabb kapcsolat az egyéni aspirációk és a szubjektív jóllét között. Az egyéni aspirációk – nemi hovatartozástól függetlenül – a legszorosabb kapcsolatban az élethez való pozitív attitűd kialakításával és az önértékeléssel voltak.

Kulcsszavak: egyéni aspirációk, intrinzik és extrinzik személyes törekvések, szubjektív jóllét

* Levelező szerző: Pauwlik Zsuzsa, 4400 Nyíregyháza, Sóstói u. 31/b
E-mail: pauwlik@nyf.hu

A szubjektív jóllét, az étellel való elégedettség és a boldogság vizsgálatának kérdése már az ókortól kezdve foglalkoztatta az elméletalkotókat. Arisztotelész *Retorika* című művében a boldogságot úgy határozta meg, mint a jóllét és a kiválóság egyfajta kombinációját. Szólón azokat az embereket nevezte boldognak, akik közepes anyagi eszközök birtokában is józanul élnek és erkölcsös tetteket hajtanak véghez. A sztoikusok a boldogságkeresés során az erényes tevékenységet, az epikureánuak az élvezetek fontosságát hangsúlyozzák (beleértve a testi és lelki fájdalmak elkerülését) (Hársing 2001).

A boldogság sokszínű és különböző filozófiai jellegű meghatározásainak a helyességét azonban csak empirikus vizsgálatokkal lehet igazolni. A témakör iránti érdeklődés az Egyesült Államokban folyó életminőségvizsgálatok során jelentkezett először, majd a XX. század végén kialakult pozitív pszichológiai irányzat képviselői tanulmányozták behatóan a kérdéskört. Diener és munkatársai (1999) több mint 300, a szubjektív jólléttel foglalkozó tanulmányról számolnak be, ami a kutatók ezen témakör iránti számottevő érdeklődését és a kérdéskör kutatásának virágzását bizonyítja.

A szubjektív jóllét fogalma rendkívül összetett, ebből adódóan megközelítései is nagyon sokfélék. A legújabb kor elméleteit Diener három csoportba sorolja (Urbán 1995). Az elméletek első csoportja, az ókori gondolkodók, filozófusok nyomdokain haladva a szubjektív jóllétet úgy tekintik, mint kedvező sajátosságok és tulajdonságok birtoklását vagy olyan érzést, ami a személyes potenciálok beteljesítésén, aktiválásán keresztül a személyes kifejezés érzéséhez, az önmegvalósításhoz vezet. A második csoportba az ún. „felülről-lefelé” (top-down) ható modellek tartoznak, amelyek a szubjektív jóllét megítélésében a személyiség szerepét és az élettapasztalatok interpretációját hangsúlyozzák. A szubjektív jóllétet az étellel való elégedettséggel azonosítják, ami szubjektív ítéleten alapul és a személyiség értékelő és attribúciós folyamataival van összefüggésben. Az elméletek harmadik csoportjába a szubjektív jóllét „alulról-felfelé” (bottom-up) megközelítései tartoznak. Ezek a szubjektív jóllétet az élet különböző területein megélt öröm összegződésének tekintik. Az egyén akkor boldog, ha sok pozitív érzelmet, hangulatot és örömteli pillanatot él meg.

Napjainkra nyilvánvalóvá vált, hogy a különböző elméletek integrációjára van szükség, mert a fenti megközelítések nem alkalmasak önmagukban a szubjektív jóllét jelenségekörének értelmezésére. A legújabb kutatások szerint a szubjektív jóllétet három fő tényezővel lehet jellemezni (Urbán 1995):

- az élet egészével való megelégedettség szintje, ami egy kognitív ítélő rendszerre utal, amellyel az egyén az életét globálisan ítéli meg;

- a pozitív érzelmek/affektivitás – öröm és boldogság – gyakorisága és intenzitása;
- a negatív érzelmek – depresszió, félelem, szorongás, szomorúság vagy más negatív állapotok – viszonylagos hiánya.

Azt, hogy az egyes tényezők – az étellel való elégedettség, kellemes érzelmek megléte, kellemetlen érzelmek hiánya – egymástól függetlenek és különállóak, számos vizsgálat igazolta (Diener és mtsai 1999). Bár a pozitív és negatív érzelmekről korábban azt gondolták, hogy ugyanazon dimenzió két végpontján helyezkednek el, mára igazolást nyert, hogy az egy személyen belüli pozitív és negatív érzelmek szintje viszonylag független egymástól. Továbbá, a bizonyítékok azt jelzik, hogy a kellemes és a kellemetlen érzésekért különálló idegrendszeri működések felelősek (Diener 2000).

Diener és mtsai (1985) szerint a szubjektív jóllétnek több egymástól különválasztható összetevője van: az étellel való elégedettség, az élet fontos részterületeivel – mint pl. a munka vagy a házasság – való elégedettség, a pozitív érzelmek (kellemes érzések és hangulatok megtapasztalása, átélése) magas szintje, és a negatív érzelmek (kellemetlen érzések és hangulatok megtapasztalása, átélése) alacsony szintje.

A szubjektív jólléttel kapcsolatos kezdeti kutatások a személyiség és a boldogság kapcsolatát vizsgálva olyan kérdésekre kerestek választ, hogy létezik-e stabil, vonás jellegű boldogság, illetve vannak-e a boldogsággal összefüggő személyiségvonások. Számos kutatás igazolta, hogy az olyan személyiségtulajdonságok, mint az extraverzió, pozitív összefüggést mutatnak a jólléttel (Lu és Shih 1997), míg a neuroticizmus negatívan kapcsolódik a jólléthez (Brebner és mtsai 1995). Azonban a személytulajdonságok a jóllét mérések során megközelítőleg csak a variancia 30%-át magyarázták (Chan és Joseph 2000), így nyitva maradt a kérdés, hogy milyen más faktorok mutatnak még összefüggést a jólléttel.

A szubjektív jóllét és az étellel való szubjektív elégedettség megértésére újabb lehetőséget jelentettek a nyolcvanas évek végén és a kilencvenes évek elején megjelenő irányzatok, amelyek, az eddigiektől eltérő személyiségpszichológiai megközelítés révén a személyes törekvésekre (Emmons 1986), a személyes célokra (Brunstein 1993), illetve az egyéni aspirációkra, személyes törekvésekre (Kasser és Ryan 1993, 1996) helyezik a hangsúlyt.

Ezek az újkeletű kutatási irányvonalak az olyan humanisztikus teoretikusok munkásságából merítettek, mint Rogers, Maslow és Fromm, akik szerint az azzal kapcsolatos döntéseink, hogy mi fontos számunkra az életben, mi az, amit megteszünk az elérése érdekében, valamint a belső potenciálok kibontakoztatására irányuló törekvések, meghatározzák a jóllétünket. Akkor érezzük értelmesnek és értékesnek az életünket, ha a bel-

só éntünkkel kongruens céljaink vannak, és elkötelezetten törekszünk ezek megvalósítására, végső soron az önmegvalósításra, személyiségünk kiteljesítésére.

Emmons (1986) elméletében a személyiség mint motivációs rendszer, a személyes törekvések rendszere fogható fel, ahol a viselkedést irányító személyes célokon (illetve a célok rendszerén) és azok beteljesedésén van a hangsúly.

Emmons és Diener (1985) vizsgálatai azt mutatják, hogy azok a személyek, akik törekvéseiket fontosnak és konfliktust nem okozónak észlelik, inkább elégedettek az élettel. Diener és Fujita (1995) egy további vizsgálat során a jóllét/élettel való elégedettség, az erőforrások és a személyes célok összefüggését vizsgálva azt találta, hogy a szociális és belső erőforrásoknak jelentős és szignifikáns hatása van az élettel való elégedettségre és a pozitív affektusokra, és kisebb, de szignifikáns hatása a negatív affektusokra. A nem szociális külső erőforrások (pl. materiális javak, pénz) nincsenek hatással az érzelmi jóllétre, de közepesen korrelálnak az élettel való elégedettséggel. A különböző típusú erőforrások jelentőségének egyedi mintázatát tanulmányozva eltéréseket találtak férfiak és a nők esetében. A nők számára a személyes célok szempontjából fontosabbak az olyan szociális célok, mint az érzelmi kontroll és a szociális készségek, illetve az ezek eléréséhez szükséges szociális erőforrások. A férfiak esetében a célok rendszerét tekintve a teljesítménycélok, mint az autoritás, a kisportoltság, a tapasztalati tudás és az ezek megszerzéséhez szükséges teljesítmény- és instrumentális erőforrások lényegesebbek.

Kasser és Ryan (1993) az értékek és célok, valamint a szubjektív jóllét kapcsolatát vizsgálva azt találták, hogy azok a személyek, akiknek az extrinzik célok fontosak (törekvéseik pénzügyi sikerekre, a pénz és az anyagi javak megszerzésére irányulnak), alacsonyabb jóllétről számoltak be, valamint rosszabb lelki állapotban voltak, függetlenül attól, hogy nő-e vagy férfi az illető, mint azok az egyének, akiknek az intrinzik célok elsődlegesek (önmaguk elfogadása, a kapcsolatok és a közösségi érzések).

Kasser és Ryan (1996), valamint más kutatók vizsgálatai, különböző életkorú, alacsony-, közép- és felső társadalmi réteget képviselő emberek körében és az Egyesült Államoktól eltérő kultúrákban is igazolták, hogy fordított a kapcsolat az anyagi értékek nagy becsben tartása és a szubjektív jóllét között. A fent említett tanulmányok igazolják a humanisztikus elméletalkotók azon elképzelését hogy a szubjektív jóllét szempontjából az intrinzik célok centrálisabb jellegűek mint az extrinzik célok.

A VIZSGÁLAT CÉLJA

A személyes törekvések, mint a személyiség dinamikus jellemzői fontos mutatói lehetnek a szubjektív jóllétnek. Kutatásunk során azt vizsgáltuk, hogy főiskolai hallgatóknál milyen a szubjektív jóllét szintje, milyen egyéni aspirációk jellemzőek rájuk, továbbá milyen jellegű kapcsolat található az egyéni aspirációk (személyes törekvések) és a szubjektív jóllét között. Kíváncsiak voltunk arra is, hogy ezeken a területeken milyenek a nemi különbségek.

A kutatásunk alapjául szolgáló hipotézisek a következők voltak:

1. A szubjektív jóllét szintjében nem mutatkoznak nemi különbségek (Diener és mtsai 1999; Szondy 2004).
2. A főiskolai hallgatók számára (a magyar reprezentatív mintának megfelelően) az intrinzik célok, ezen belül is az egészség, a személyes növekedés és a társas kapcsolatok bizonyulnak a legfontosabbnak (V. Komlósi és mtsai 2006).
3. Az egyéni aspirációk fontosságának megítélésében jelentős különbség lesz a nemek között, a nők fontosabbnak tartják az intrinzik aspirációkat és az imázst, a férfiak pedig a gazdagságot (V. Komlósi és mtsai 2006).
4. Az intrinzik aspirációk közül (az egészség után) a nők számára a társas kapcsolatok, a férfiak számára a személyes növekedés lesz a fontosabb (V. Komlósi és mtsai 2006).
5. Az intrinzik célok növelik, az extrinzik célok csökkentik a szubjektív jóllét szintjét (Kasser és Ryan 1993, 1996; Sheldon és Elliot 1999).
6. Mind az intrinzik, mind az extrinzik aspirációk megvalósultsága és valószínűsége pozitív kapcsolatban áll a szubjektív jóllét összetevői közül az élettél való elégedettséggel (Szondy 2004).
7. Az egyéni aspirációk mindhárom szintje (fontossága, valószínűsége, megvalósultsága) szoros kapcsolatot mutat a szubjektív jóllét egyes mutatóival.

MÓDSZEREK

Minta

Az adatgyűjtés a Nyíregyházi Főiskola hallgatói körében történt, minden karon, véletlenszerűen kiválasztott hallgatók körében. A részvétel minden esetben önkéntes alapon, a hallgató beleegyezésével történt. Az önköltéses kérdőíveket előadás keretében, a kutatók irányításával vettük fel.

A vizsgálatban 750 főiskolai hallgató vett részt, közülük 712 főnek volt értékelhető a kitöltött kérdőíve (545 nő, 167 férfi).

A szakok szerinti megoszlás a következőképpen alakult: 242 fő gazdasági szakos, 165 fő humán szakos tanár, 115 fő reál szakos tanár, 77 fő szociálpedagógia szakos, 67 fő művészeti tanár szakos és 46 fő tanító szakos hallgató.

Az életkor átlaga 19,8 (szórás 1,58, min. 18, max. 27), a medián értéke 20 év volt.

A vizsgálati csoportok kialakításának szempontjai

A vizsgálati csoportok kialakításánál az Aspirációs Kérdőív Intrinzik és Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin elért eredményeket vettük figyelembe, ezen belül is azt, hogy a minta melyik kvartilisébe tartoztak a hallgatók. Az adott skálán alacsonyabb értékeket elérő csoportba kerültek azok a hallgatók, akik az adott skálán elért eredményeik alapján a minta első kvartilisébe, a magasabb értékeket elérők csoportjába pedig azok, akik a minta negyedik kvartilisébe estek (1. táblázat).

1. táblázat. Az Aspirációs Kérdőív Intrinzik és Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin elért eredmények kvartilisei

	Kvartilisek	
	első	negyedik
Intrinzik aspirációk: fontosság	180	189
Intrinzik aspirációk: valószínűség	172	180
Intrinzik aspirációk: megvalósultság	177	175
Extrinzik aspirációk: fontosság	177	189
Extrinzik aspirációk: valószínűség	175	169
Extrinzik aspirációk: megvalósultság	177	171

A VIZSGÁLAT ESZKÖZEI

A szubjektív jóllét vizsgálata

Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skála

Diener és mtsai (1985) szerint a szubjektív jóllét arra utal, hogyan értékeli kognitív és affektív szempontból az életüket az egyének. Minden ember ítéletet alkot az életéről mint egységes egészből, és annak különböző részterületeiről, mint pl.: a munka, a család, a házasság stb. Így a szubjektív

jóllétnek több, egymástól független komponense van. A skála ezen összetevők közül a kognitív faktort, az étellel való globális elégedettséget méri öt állítás segítségével. A vizsgálati személyeknek egy hétfokozatú Likert-típusú skálán kell megjelölni, hogy mennyire tartják igaznak önmagukra nézve az adott állítást.

A kérdőív magyar változatát Martos és munkatársai (2006) sikeresen alkalmazták kutatásaik során, a kérdőív megbízhatóságát kiválóan találták (Cronbach-alfa = 0,890).

Berni Szubjektív Jóllét Kérdőív

Grob (1995) a szubjektív jóllétnek két dimenzióját írja le, az elégedettséget és a „betegség-létet”. Az elégedettség négy összetevője: az étellel kapcsolatos pozitív attitűd, a pozitív önértékelés, a depresszív hangulat hiánya, és az élet öröme. Az étellel kapcsolatos pozitív attitűd egyrészt az élet pozitív tudatosságát jelenti, azt, hogy a világ dolgaihoz általános pozitív attitűddel viszonyul a személy, másrészt az egyénnek azt a meggyőződését jelenti, hogy ő értelmes életet él. A depresszív hangulat itt az energia hiányát, a szomorúságot és a visszahúzódást jelenti. Ennek a hiánya fontos jelzője a szubjektív jóllétnek, az étellel való elégedettségnek. Az élet öröme az élet pozitív értékelését, méltányolását és megbecsülését, valamint a személyes képességek és jellemzők elfogadását jelenti. A „betegség-lét” két összetevője a személyes problémák és a szomatikus tünetek és reakciók. A személyes problémák egyrészt azt jelzik, hogy a személyt az utóbbi időkben milyen mértékben foglalkoztatják, nyugtalanítják különböző problémák, másrészt megmutatják azt is, hogy miként ismerik fel és fogadják el a szociális környezetükben jelentkező problémákat, harmadrészt pedig azt, hogy a személy mennyire érzékeny a problémás helyzetekre. A szomatikus tünetek és reakciók azt jelentik, hogy a személy milyen mértékben hajlamos belső feszültségeit szomatikus tünetekbe átfordítani.

A Grob által kifejlesztett kérdőív a következő dimenziókat tartalmazza:

- az étellel kapcsolatos pozitív attitűd,
- személyes problémák,
- szomatikus tünetek és reakciók,
- önértékelés,
- depresszív hangulat,
- az élet öröme.

A kérdőív 39 állítást tartalmaz. A vizsgálati személyeknek egy ötfokozatú skálán kell megjelölni, mennyire tartják igaznak önmagukra nézve az adott állítást.

A kérdőív magyar adaptálását Sallay (2004) végezte el, az egyes skálák megbízhatóságát jónak találta (Cronbach-alfa = 0,69–0,81).

A személyes törekvések vizsgálata

Aspirációs Kérdőív

Deci és Ryan (1985, 2000) öndeterminációs elmélete alkotja a kérdőív elméleti hátterét, mely szerint a személyiség egészséges működését, növekedését, belső integrációját elsősorban bizonyos veleszületett és univerzális szükségleteknek a kielégítése biztosítja. A szerzők három ilyen szükségletet tartanak alapvetőnek: a személy autonómia igénye, pozitív kapcsolatok iránti vágya, és a kompetens, önirányított cselekvésre való képesség. Ezek az alapszükségletek alkotják a személyiség fő motiváló erőit, melyek kielégítése történhet önmotiválás (intrinzik motívumok) és külső motiválás (extrinzik motívumok) által. A szerzők empirikus kutatások által tárták fel a legjelentősebb intrinzik és extrinzik motívumokat, melyeket aspirációk, életcélok formájában fogalmaztak meg.

Az Aspirációs Kérdőív (Kasser és Ryan 1996) a hosszú távú célok és aspirációk feltárására szolgál; összesen 35 aspirációt (cél, motívum) tár fel, amelyek 7 életcél kategória köré szerveződnek, melyet a kérdőív 7 skálája jelenít meg. Ezek mindegyikéhez 5–5 tétel tartozik. A 7 skála a következő:

- gazdagság,
- hírnév,
- imázs (jó megjelenés),
- növekedés (személyes növekedés),
- társas kapcsolatok (tartalmas emberi kapcsolatok),
- társadalom (társadalmi elkötelezettség),
- egészség.

A kérdőívben felsorolt aspirációkat három szempont szerint, hétfokozatú Likert-típusú skálán kell megítélnie a vizsgálati személynek:

- fontosság (Mennyire fontos az Ön számára az adott célkitűzés?),
- valószínűség (Mennyire valószínű, hogy ez Önnel megtörténik a jövőben?),
- megvalósultság (A fenti célból eddig mennyit ért el?).

A legfontosabb extrinzik motivációk (aspirációk): gazdagság, hírnév, imázs. A legfontosabb intrinzik motivációk (aspirációk): személyes növekedés, társas kapcsolatok, társadalmi elköteleződés. Kasser és Ryan (1996) szerint az egészség nem tartozik egyértelműen az aspirációk egyik körébe sem. Több külföldi kutatási eredménnyel megegyezően V. Komlói és mtsai (2006) hazai mintán az aspirációk faktoranalízisének eredménye alapján az egészséget az intrinzik aspirációk közé sorolták.

A kérdőív magyar adaptálása során V. Komlói és mtsai (2006) az egyes dimenziók megbízhatóságát kiválóan találták (Cronbach-alfa = 0,72–0,91).

STATISZTIKAI ELEMZÉS

Az adatok feldolgozása az SPSS for Windows 15.0 statisztikai program-csomag felhasználásával történt. A leíró statisztika mellett a vizsgálati és kontrollcsoport összehasonlító statisztikai vizsgálatához kétmintás t-próbát alkalmaztunk.

EREDMÉNYEK

Leíró és összehasonlító statisztika

A Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skálán és a Berni Szubjektív Jólét Kérdőívben elért eredmények leíró és összehasonlító statisztikáját (a minta egészére és külön a nemek szerint) a 2. táblázat mutatja be (az egymással való összehasonlíthatóság miatt az átlagok és a szórások a vizsgált skálákon belül egy-egy állításra adott értékeket jelölnek).

2. táblázat. A Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skálán és a Berni Szubjektív Jólét Kérdőívben elért eredmények leíró és összehasonlító statisztikája (* $p < 0,001$)

	Teljes minta (n = 712)		Nők (n = 545)		Férfiak (n = 167)	
	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skála	4,38	1,22	4,40	1,20	4,34	1,28
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: az élettel kapcsolatos pozitív attitűd	3,46	0,65	3,46	0,64	3,47	0,67
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: személyes problémák	2,75	0,85	2,77	0,9	2,67	0,70
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: szomatikus tünetek és reakció	2,15*	0,75	2,21	0,75	1,96	0,71
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: önértékelés	4,45	0,87	4,45	0,85	4,47	0,92
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: depresszív hangulat	2,16	0,70	2,14	0,68	2,24	0,74
Berni Szubjektív Jólét Kérdőív: az élet öröme	3,46	0,66	3,46	0,64	3,42	0,74

A Diener-féle étellel való elégedettség vizsgálatakor Diener és mtsai (1999) egyetemi hallgatóknál 4,7-es átlagot (szórás = 1,28) találtak. A főiskolai hallgatóknál mi ennél kissé alacsonyabb értékeket mértünk, mely a hétfokozatú Likert-típusú skálán közepes értéknek felelt meg.

A Grob-féle elégedettség mutatói közül a legmagasabb értéket az önértékelés területén érték el a főiskolai hallgatók, melyet azonos értékkel az étellel kapcsolatos pozitív attitűd és az élet örömei követtek. A depresszív hangulat skálán elért alacsony érték a depresszív hangulat hiányát jelzi.

A Grob-féle „betegség-lét” mutatói alacsony értékeket jeleztek, melyek közül a személyes problémák mutatója magasabb értéket mutatott, mint a szomatikus reakcióké. Ezek az értékek – ötfokozatú Likert-skála alapján – az önértékelés esetében magas, az étellel kapcsolatos pozitív attitűd és az élet öröme tekintetében az átlagtól magasabb, a személyes problémák esetében átlagos, a szomatikus tünetek és a depresszív hangulat tekintetében pedig az átlagtól alacsonyabb szintnek felelnek meg. Sallay (2005) serdülők körében végzett kutatásai során hasonló értékeket talált, kivéve az önértékelés (átlag = 1,96, szórás = 0,67) átlagtól alacsonyabb és a depresszív hangulat (átlag = 3,68, szórás = 0,71) átlagtól magasabb szintjét. Ezek az értékek a serdülőkorú változásokkal jól magyarázhatóak, melyek már kevésbé voltak jellemzőek az általunk vizsgált mintára.

A nemek között elvégzett összehasonlító statisztikai vizsgálat eredménye azt mutatja, hogy csak a szomatikus tünetek és reakciók területén volt jelentősebb, szignifikáns mértékű eltérés a nők és a férfiak között. A nők hajlamosabbak ilyen jellegű reakciókra, mint a férfiak ($t = 3,944$, $p < 0,005$).

Az Aspirációs Kérdőívben elért eredmények leíró és összehasonlító statisztikáját a 3. táblázatban foglaltuk össze.

A teljes mintát figyelembe véve, az egyes aspirációk fontosságát nézve az egészség, a személyes növekedés és a társas kapcsolatok kategóriáiban kaptuk a legmagasabb pontszámot. Ezek az aspirációk a legtöbb válaszadó számára nagyon fontosak, amit az is jelez, hogy az egészségnél és a társas kapcsolatoknál volt legalacsonyabb a szórás (a személyes növekedésnél talált igen magas szórás viszont az ezen a területen mutatkozó nagy egyéni eltérésekre utal). A legkevésbé fontos életcélként a három extrinzik aspirációt, a hírnevet, gazdagságot és az imázst találták a vizsgálati személyek. Az intrinzik aspirációk tehát a vizsgált főiskolai hallgatóknál előnyben részesülnek az extrinzik aspirációkkal szemben. Ezek az eredmények nagymértékben megegyeznek V. Komlósi és munkatársai (2006) reprezentatív mintán végzett kutatási eredményeivel (kivéve a személyes növekedés esetében talált szórás értéket, amit ők alacsonynak találtak). Szondy (2004) a késői serdülőkorban (átlagéletkor: 17,38) szintén az intrinzik aspirációkat találta jellemzőbbnek az általa vizsgált korosztályra, a követke-

3. táblázat. Az Aspirációs Kérdőívben elért eredmények leíró és összehasonlító statisztikája (* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$)

	Teljes minta (n = 712)		Nők (n = 545)		Férfiak (n = 167)	
	átlag	szórás	átlag	szórás	átlag	szórás
Gazdagság: fontosság	22,8	5,6	23,6	5,7	24,1	5,4
Gazdagság: valószínűség	19,9	5,1	19,8	5,0	20,3	5,5
Gazdagság: megvalósultság	15,1	5,5	15,0	5,4	15,2	5,9
Hírnév: fontosság	17,0**	7,3	16,6	7,2	18,4	7,4
Hírnév: valószínűség	14,9***	5,9	14,5	5,7	16,4	6,3
Hírnév: megvalósultság	11,5***	5,0	11,1	4,7	12,9	5,7
Imázs: fontosság	23,0***	6,7	23,8	6,6	20,6	6,7
Imázs: valószínűség	21,1***	5,9	21,7	5,8	19,3	6,1
Imázs: megvalósultság	19,4*	6,3	19,7	6,2	18,3	6,5
Növekedés: fontosság	32,3	13,2	32,1	8,4	32,6	22,8
Növekedés: valószínűség	26,8*	4,7	27,1	4,5	26,0	5,0
Növekedés: megvalósultság	21,8	5,5	22,0	5,5	21,1	5,6
Társas kapcsolat: fontosság	32***	3,2	32,3	2,8	30,1	4,4
Társas kapcsolat: valószínűség	28,5***	4,7	29,0	4,2	26,8	5,8
Társas kapcsolat: megvalósultság	24,5***	9,4	25,7	9,4	22,6	7,2
Társadalmi felelősség: fontosság	25,6*	5,8	25,9	5,6	24,5	6,4
Társadalmi felelősség: valószínűség	22,3**	5,7	22,7	5,6	21,0	5,9
Társadalmi felelősség: megvalósultság	16,7	6,1	17,0	6,0	16,1	6,1
Egészség: fontosság	32,3***	3,4	32,7	2,9	31,0	4,5
Egészség: valószínűség	26,1***	5,5	26,6	5,3	24,5	6,1
Egészség: megvalósultság	23,5*	6,5	23,8	6,4	22,4	6,8
Intrinzik: fontosság	121,5***	11,7	122,8	10,3	117,3	14,8
Intrinzik: valószínűség	103,7***	16,1	105,2	14,9	98,8	18,6
Intrinzik: megvalósultság	86,9**	19,7	88,1	19,2	82,9	20,1
Extrinzik: fontosság	64,7	17,1	64,6	17,2	65,1	16,9
Extrinzik: valószínűség	56,6	14,2	56,6	14,0	56,4	14,8
Extrinzik: megvalósultság	46,2	14,2	46,1	13,8	46,7	15,5

ző sorrendben: társas kapcsolatok, egészség, személyes növekedés, melyet a társadalmi felelősség követett. Serdülők esetében is az extrinzik aspirációk kerültek a legkevésbé fontos életcélok közé: a gazdagság, az imázs és végül a hírnév.

Ha a fontossági sorrendet a nemek szerint vizsgáljuk, akkor mindkét nemnél – kisebb hangsúlyeltolódással – az intrinzik aspirációk túlsúlyát látjuk. Míg a nőknél az egészség, a társas kapcsolatok és a személyes növekedés a sorrend, addig a férfiaknál a személyes növekedés kerül az első helyre, melyet az egészség és a társas kapcsolatok kategóriája követ. A társadalmi elköteleződés mindkét nem esetében a negyedik a fontossági sorrendben. A nőknél ezután kb. azonos átlagértékekkel az imázs és a gazdagság következik, míg a férfiaknál a gazdagság megelőzi az imázst. Mindkét nem esetében a hírnév foglalja el a legutolsó helyet a fontossági sorrendben. Az extrinzik aspirációk terén kapott eredményeink megegyeznek V. Komlósi és munkatársai (2006) reprezentatív mintán végzett kutatási eredményeivel. Az intrinzik aspirációknál ők mindkét nemnél az egészséget találták a legfontosabb kategóriának, melyet a nőknél a társas kapcsolat, a férfiaknál pedig a személyes növekedés követett. Az összehasonlító statisztikai elemzés (kétmintás t-próba) alapján a nők szignifikánsan magasabb pontszámot értek el az intrinzik aspiráció (összesített mutató), az egészség, a társas kapcsolatok, az imázs és a társadalmi elkötelezettség terén. Ezzel szemben a hírnév tekintetében a férfiak adtak magasabb pontszámot. Szondy (2004) is ugyanezt a különbséget mutatta ki a nemek között késői serdülőkorban, kivéve a férfiaknál a hírnév fontosságát mutató magasabb értékeket. Nem volt jelentős különbség a nemeknél az extrinzik aspiráció (összesített mutató), a személyes növekedés és a gazdagság fontosságának megítélése terén. Ezek az eredmények csak részben egyeznek meg V. Komlósi és munkatársai (2006) reprezentatív mintán végzett kutatási eredményeivel. Náluk a férfiak a gazdagságra és vagyonra irányuló aspirációk, a nők az imázs, a személyes növekedés, a társas kapcsolatok, a társadalmi elkötelezettség és az egészség területén értek el a másik nemnél szignifikánsan magasabb pontszámokat.

A teljes mintát figyelembe véve, az egyes aspirációk valószínűségét nézve szintén az intrinzik aspirációk esetében kaptuk a legmagasabb értékeket, társas kapcsolatok, személyes növekedés és egészség sorrendben. Ezt a társadalmi elkötelezettség követi, végül az extrinzik aspirációk következnek, imázs, gazdagság és hírnév sorrendben. Ugyanezt a sorrendet találta Szondy (2004) késői serdülőkorban. Ha a valószínűségi sorrendet a nemek szerint vizsgáljuk, akkor a nőknél a teljes mintánál talált tendenciát tudjuk megerősíteni. Férfiaknál csak egy helyen van kisebb eltérés, ők a gazdagságot az imázs elé helyezték. Az összehasonlító statisztikai elemzés az

egyes aspirációk valószínűségének a megítélése területén is a fontosság megítélésénél kapott nemi eltéréseket mutatta, kivéve, hogy a személyes növekedés lehetőségét a nők szignifikánsan magasabbra értékelték, mint a férfiak.

Az egyes aspirációk megvalósulását a teljes mintára vonatkoztatva, ebben az esetben is az intrinzik aspirációk esetében találtuk a legmagasabb értékeket, a következő sorrendben: társas kapcsolatok, egészség és személyes növekedés. Ezt negyedikként egy extrinzik aspiráció, az imázs követte, majd a társadalmi elkötelezettség, gazdagság és hírnév következett. Ez a sorrend független volt a nemi hovatartozástól. Szondy (2004) a megvalósultság tekintetében – némi hangsúlyeltolódással – szintén hasonló mintázatot talált késői serdülőkorban: egészség, társas kapcsolatok, személyes növekedés, imázs, társadalmi felelősség, gazdagság, hírnév. Az összehasonlító statisztikai elemzés az egyes aspirációk valószínűségének a megítélése területén a fontosság megítélésénél kapott nemi eltéréseket mutatta, kivéve, hogy a társadalmi elkötelezettség terén a megvalósultság tekintetében nem volt jelentős különbség a nemek között.

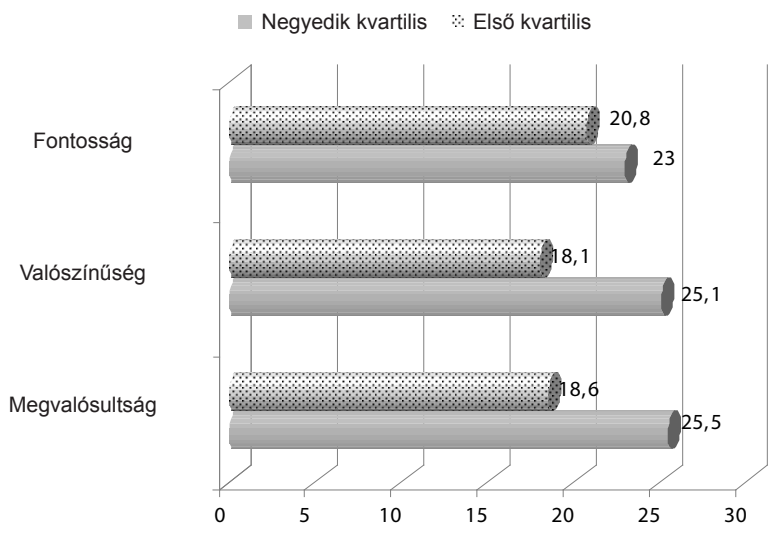
Az egyes aspirációk valószínűségét és megvalósulását sajnos nem tudtuk a reprezentatív mintával összevetni, mivel V. Komlósi és munkatársai (2006) tanulmányukban nem közöltek erre vonatkozó adatokat.

Különbségek a szubjektív jóllétben az egyéni aspirációk különböző szintjei szerint

Megvizsgáltuk azt is, hogy az Aspirációs Kérdőív Intrinzik és Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin elért eredmények alapján létrehozott alacsonyabb értékeket (első kvartilis), illetve magasabb értéket (negyedik kvartilis) elérő vizsgálati csoportok között milyen különbségek mutatkoznak a szubjektív jóllét területén.

Az 1. ábra az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Diener-féle elégedettség területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagait mutatja be.

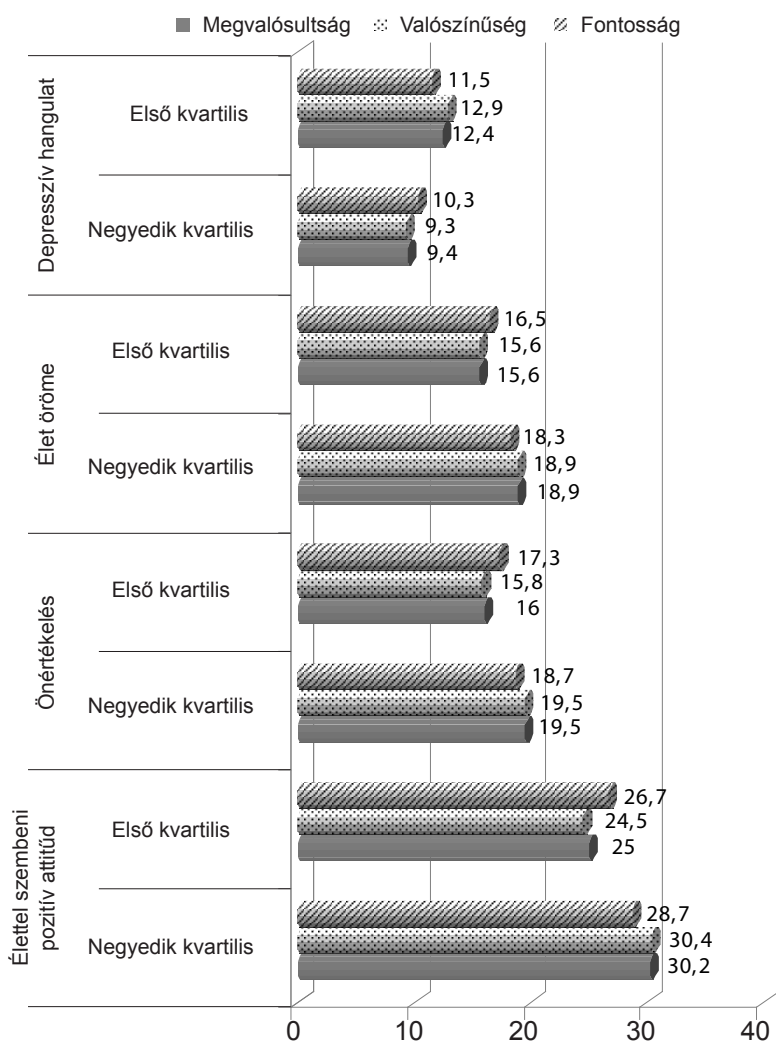
Az összehasonlító statisztikai vizsgálat (kétmintás t-próba) szerint az élettél való elégedettséget szignifikáns mértékben jellemzőbbnek találtuk azokra a hallgatókra, akik az intrinzik személyes törekvések fontosságát ($t = 3,459$, $p < 0,001$), valószínűségét ($t = 11,938$, $p < 0,001$) és megvalósultságát ($t = 11,893$, $p < 0,001$) tekintve is magasabb értékeket (negyedik kvartilis) értek el, mint az ezeken a skálákon alacsony értéket elérő hallgatók (első kvartilis).



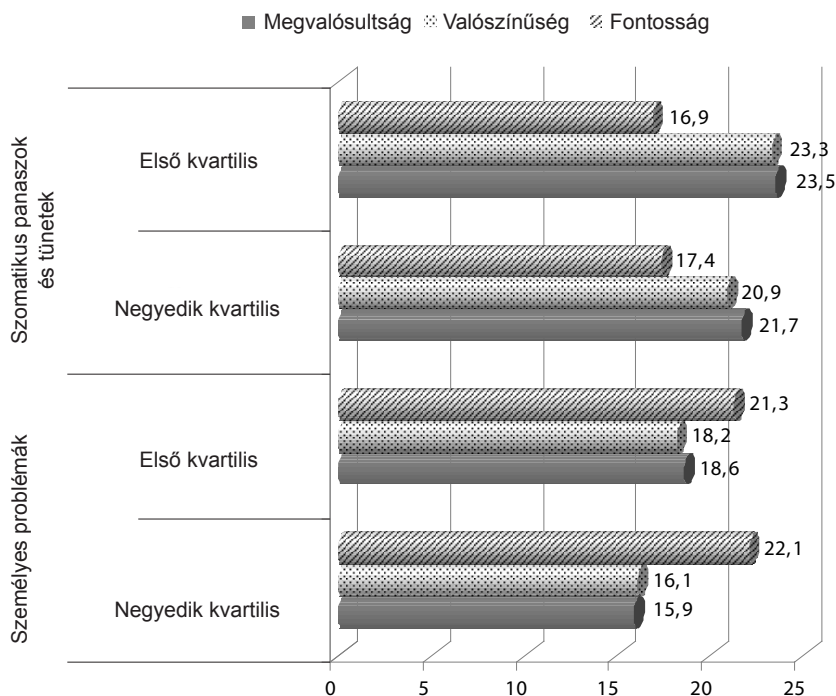
1. ábra. Az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Diener-féle elégedettség területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagai

Az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Grob-féle elégedettség (élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, élet öröme, depresszív hangulat hiánya) területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagait a 2. ábra mutatja be.

A két csoport között a Grob-féle elégedettséget mérő minden skálán jelentős, szignifikáns eltérés mutatkozott. Az élettel kapcsolatos pozitívabb hozzáállást szignifikáns szinten jellemzőbbnek találtunk azokra a hallgatókra, akik az intrinzik aspirációkat fontosabbnak ($t = 3,546$, $p < 0,001$), valószínűbbnek ($t = 11,410$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 9,816$, $p < 0,001$) tartották. Szignifikáns szinten magasabb volt az önértékelése is azoknak a hallgatóknak, akik az intrinzik aspirációkat fontosabbnak ($t = 3,806$, $p < 0,001$), valószínűbbnek ($t = 10,605$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 10,064$, $p < 0,001$) tartották. Az élet örömeire is szignifikáns szinten fogékonyabbnak mutatkoztak azok a hallgatóknak, akik az intrinzik aspirációkat fontosabbnak ($t = 5,203$, $p < 0,001$), valószínűbbnek ($t = 9,996$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 9,872$, $p < 0,001$) tartották. A depresszív hangulat hiánya szintén szignifikáns szinten jobban jellemző volt azokra a hallgatókra, akik az intrinzik aspirációkat fontosabbnak ($t = 3,700$, $p < 0,002$),



2. ábra. Az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Grob-féle elégedettség (élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, élet öröme, depresszív hangulat) területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagai



3. ábra. Az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Grob-féle „betegség-lét”-et (személyes problémák, szomatikus tünetek és panaszok) vizsgáló skálák átlagai

valószínűbbnek ($t = 10,427$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 8,470$, $p < 0,001$) tartották.

A 3. ábra az Aspirációs Kérdőív Intrinzik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Grob-féle „betegség-lét” (személyes problémák, szomatikus tünetek és panaszok) területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagait mutatja be.

A két csoport között a a Grob-féle „betegség-lét”-et mérő mindkét skálán jelentős, szignifikáns eltérés mutatkozott. Szignifikáns szinten kevesebb személyes problémáról számoltak be azok a hallgatók, akik az intrinzik aspirációkat valószínűbbnek ($t = 4,030$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 2,109$, $p < 0,036$) tartották. (Az intrinzik aspirációk fontossága tekintetében is jelentkezett ez a tendencia, de nem érte el a szignifikáns mértéket). Szignifikáns szinten kevesebb szomatikus panaszról és tünetről számoltak be azok a hallgatók, akik az intrinzik aspirációkat valószínűbbnek

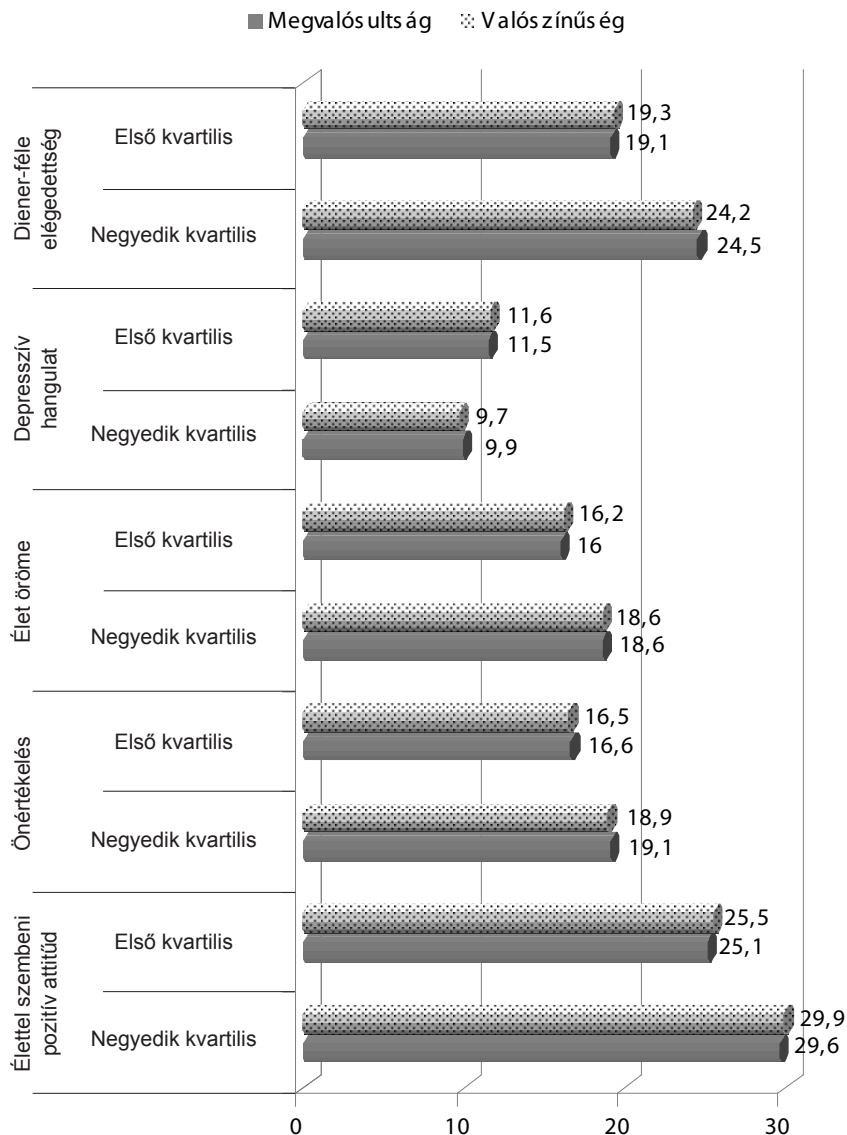
($t = 3,269$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 4,162$, $p < 0,001$) tartották. (Az intrinzik aspirációk fontossága tekintetében is jelentkezett ez a tendencia, de nem érte el a szignifikáns mértéket).

Az Aspirációs Kérdőív Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skálán az extrinzik aspirációk fontossága alapján kialakított vizsgálati csoportok között a szubjektív jóllét tekintetében csak a Grob-féle jóllét skálák közül az Élet Öröme, valamint a Grob-féle „betegség lét” Személyes Problémák skálán találtunk jelentős, szignifikáns mértékű különbséget. Az extrinzik aspirációkat fontosabbnak tartó (a negyedik kvartilisbe tartozó) hallgatók több személyes problémával küzdenek ($t = 2,398$, $p < 0,017$), ennek ellenére mégis fogékonyabbak az élet örömeire ($t = 2,077$, $p < 0,037$), mint ezeket az aspirációkat kevésbé fontosnak tartó (az első kvartilisbe tartozó) hallgatók.

A 4. ábra az Aspirációs Kérdőív Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skálán (valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Diener-féle elégedettség és a Grob-féle elégedettség (élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, élet öröme, depresszív hangulat hiánya) területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagait mutatja be.

A 4. ábra tanúsága szerint az Aspirációs Kérdőív Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skálán a valószínűség és a megvalósultság megítélése alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Diener-féle elégedettség és a Grob-féle elégedettség (élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, élet öröme, depresszív hangulat) minden területén jelentős, szignifikáns mértékű eltérést találtunk. A Diener-féle élettel való elégedettséget szignifikáns mértékben jellemzőbbnek találtuk azokra a hallgatókra, akik az extrinzik személyes törekvések valószínűségét ($t = 7,599$, $p < 0,001$) és megvalósultságát ($t = 8,909$, $p < 0,001$) tekintve is a magasabb értékeket (negyedik kvartilis) érték el, mint az ezeken a skálákon alacsony értéket elérő hallgatókra (első kvartilis). Az élettel szemben pozitívabb hozzáállást szignifikáns szinten jellemzőbbnek találtunk azokra a hallgatókra, akik az extrinzik aspirációkat valószínűbbnek ($t = 8,171$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 8,098$, $p < 0,001$) tartották. Szignifikáns szinten magasabb volt az önértékelése is azoknak a hallgatóknak, akik az extrinzik aspirációkat valószínűbbnek ($t = 6,908$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 6,748$, $p < 0,001$) tartották. Szignifikáns szinten az élet örömeire is fogékonyabbnak mutattak azok a hallgatóknak, akik az extrinzik aspirációkat valószínűbbnek ($t = 6,733$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 7,319$, $p < 0,001$) tartották. A depresszív hangulat hiánya szintén szignifikáns szinten jobban jellemző volt azokra a hallgatókra, akik az extrinzik aspirációkat valószínűbbnek ($t = 4,988$, $p < 0,001$) és megvalósultabbnak ($t = 4,104$, $p < 0,001$) tartották.

Az Aspirációs Kérdőív Extrinzik Aspirációk Összesített Mutató skálán



4. ábra. Az Aspirációs Kérdőív Extrinzsik Aspirációk Összesített Mutató skáláin (valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Diener-féle elégedettség és a Grob-féle elégedettség (élettel kapcsolatos pozitív attitűd, önértékelés, élet öröme, depresszív hangulat) területén talált szignifikáns különbségeket mutató skálák átlagai

(fontosság, valószínűség, megvalósultság) elért eredmények alapján kialakított vizsgálati csoportok között a Grob-féle „betegség-lét” (személyes problémák, szomatikus tünetek és panaszok) területén nem tudtunk szignifikáns mértékű különbséget kimutatni a vizsgálati csoportok között.

A szubjektív jóllét és az egyéni aspirációk kapcsolata

Az egyes aspirációk fontossága és az egyes szubjektív jóllét mutatók közötti kapcsolat erősségét a 4. táblázat mutatja be.

4. táblázat. Az aspirációk fontossága és az egyes szubjektív jóllét mutatók közötti korrelációk (1 = Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skála, 2 = Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd, 3 = Személyes problémák, 4 = Szomatikus tünetek és reakció, 5 = Önértékelés, 6 = Depresszív hangulat, 7 = Az élet öröme) (* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$)

	1	2	3	4	5	6	7
Gazdagság	-0,035	-0,027	0,096	-0,007	-0,016	0,130**	0,029
Hírnév	0,058	0,075*	0,109**	0,036	0,031	0,032	0,111**
Imázs	0,125**	0,086*	0,093**	0,015	0,060	-0,020	0,127**
Növekedés	-0,009	0,039	-0,039	0,038	0,071	-0,037	0,068
Kapcsolatok	0,101	0,118**	0,023	0,004	0,086*	0,144**	0,191**
Társadalmi felelősség	0,109**	0,067	0,119**	0,104**	0,040	-0,090	0,137
Egészség	0,110**	0,096*	-0,008	-0,095*	0,164**	-0,140**	0,142**
Intrinzik	0,156**	0,147**	0,062	0,021	0,158**	-0,170**	0,222**
Extrinzik	0,064	0,067	0,107**	0,006	0,037	0,028	0,116**

Az élettel való elégedettség az intrinzik aspirációk célként való kitűzésével mutatta a legszorosabb kapcsolatot. Ezen kívül az imázs, egészség és a társadalmi felelősség is pozitív kapcsolatban állt az élettel való elégedettséggel. Szondy (2004) késői serdülőkorban az élettel való elégedettséggel ezeken túl még a hírnév fontosságát is szoros kapcsolatban állónak találta. Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd szintén az intrinzik aspirációk összesített mutatójával, ezen belül is a társas kapcsolatok fontosságával mutatta a legszorosabb kapcsolatot. Ezen túl kevésbé szoros, de még szignifikáns mértékű kapcsolatban állt az egészség célként való kitűzésével. Az extrinzik aspirációk közül a hírnév és az imázs fontossága állt még szorosabb kapcsolatban ezzel a jóllét mutatóval. Az önértékelés szintén az intrinzik aspirációk összesített mutatójával volt szoros kapcsolatban. Ezen belül szorosabb kapcsolatot az egészség fontosságával, kevésbé szoros, de még szignifikáns mértékű kapcsolatot a társadalmi felelősségérzettel mutatott. Az élet öröme mind az intrinzik, mind az extrinzik aspirációk fon-

tosságával szoros kapcsolatot mutatott. Az intrinzik aspirációk közül a társas kapcsolatok és egészség, az extrinzik aspirációk közül az imázs és a hírnév célként való kitűzése volt szoros kapcsolatban ezzel a szubjektív jóllét mutatóval. A depresszív hangulat szoros pozitív kapcsolatot mutatott a társas kapcsolatok és a gazdagság, szoros negatív kapcsolatot az egészség fontosságával, valamint az intrinzik aspirációk összesített mutatójával. A személyes problémák a társadalmi felelősséggel mutatták a legszorosabb kapcsolatot. Ezen túl szoros kapcsolatban voltak még az extrinzik aspirációk fontosságával, ezen belül is a hírnév és az imázs fontosságával. A szomatikus tünetek és reakciók szintén a társadalmi felelősség fontosságával voltak a legszorosabb kapcsolatban, valamint kevésbé szoros negatív kapcsolatban az egészség fontosságával.

Az egyes személyes törekvések elérési valószínűsége igen szoros kapcsolatban volt a szubjektív jóllét általunk vizsgált mutatóival. Az egyes aspirációk valószínűsége és az egyes szubjektív jóllét mutatók közötti kapcsolat erősségét az 5. táblázat mutatja be.

5. táblázat. Az aspirációk valószínűsége és az egyes szubjektív jóllét mutatók közötti korrelációk (1. = Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skála, 2 = Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd, 3 = Személyes problémák, 4 = Szomatikus tünetek és reakció, 5 = Önértékelés, 6 = Depresszív hangulat, 7 = Az élet öröme) (* = $p < 0,05$, ** $p < 0,01$)

	1	2	3	4	5	6	7
Gazdagság	0,301**	0,352**	-0,115**	-0,128**	0,275**	-0,207**	0,295**
Hírnév	0,229**	0,274**	-0,008	-0,009	0,205**	-0,131**	0,295**
Imázs	0,334**	0,333**	-0,045	-0,083*	0,305**	-0,209**	0,309**
Növekedés	0,450**	0,555**	-0,189**	-0,181**	0,539**	-0,462**	0,452**
Kapcsolatok	0,408**	0,445**	-0,126**	-0,098**	0,395**	-0,381**	0,430**
Társadalmi felelősség	0,266**	0,263**	0,044	0,062	0,191**	-0,249**	0,254**
Egészség	0,340**	0,357**	-0,175**	-0,250**	0,370**	-0,371**	0,302**
Intrinzik	0,455**	0,490**	-0,128**	-0,144**	0,459**	-0,459**	0,449**
Extrinzik	0,323**	0,348**	-0,051	-0,069	0,292**	-0,196**	0,326**

A Diener-féle élettel való elégedettség az összes törekvés elérési valószínűségével pozitív kapcsolatot mutatott, melyeken belül a személyes növekedés és a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével volt a legszorosabb kapcsolatban. Szondy (2004) is ugyanezt a tendenciát találta serdülők vizsgálata során. A Grob-féle elégedettség mutatói közül mind a négy igen szoros kapcsolatot mutatott az összes személyes törekvés elérési valószínűségével. Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd, az önértékelés és az élet öröme egyaránt pozitív kapcsolatban állt a személyes törek-

vésekkel. Ezeken belül mind a háromnál a személyes növekedés valószínűségével volt a legerősebb a kapcsolat, melyet az intrinzik aspirációk összesített mutatója és a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűsége követett. A depresszív hangulat szintén szignifikáns kapcsolatban állt az összes személyes törekvéssel, azonban ennek a kapcsolatnak a jellege minden esetben negatív volt. A kapcsolatok erőssége azonos tendenciát mutatott a már vizsgált Grob-féle elégedettség mutatókkal, kivéve, hogy ebben az esetben az egészség valószínűsége erősebbnek mutatkozott a tartalmas emberi kapcsolatokénál. A Grob-féle „betegség-lét” mutatói közül a személyes problémák mutatója negatív szignifikáns kapcsolatban állt az összesített intrinzik aspirációkkal, ezen belül is a személyes növekedés, az egészség és a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével, valamint az extrinzik aspirációk közül a gazdagsággal. Ugyanezt a tendenciát mutatta a szomatikus tünetek és reakciók mutatója is, kiegészülve az imázs valószínűségével mutatott kevésbé szoros, de még szignifikáns mértékű kapcsolattal.

Az egyes személyes törekvések megvalósultsága szintén igen szoros kapcsolatot mutatott a szubjektív jóllét általunk vizsgált mutatóival (6. táblázat).

6. táblázat. Az aspirációk megvalósultsága és az egyes szubjektív jóllét mutatók közötti korrelációk (1. = Diener-féle Élettel Való Elégedettség Skála, 2 = Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd, 3 = Személyes problémák, 4 = Szomatikus tünetek és reakció, 5 = Önértékelés, 6 = Depresszív hangulat, 7 = Az élet öröme) (* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$)

	1	2	3	4	5	6	7
Gazdagság	0,371**	0,300**	-0,076*	-0,089*	0,205**	-0,153**	0,260**
Hírnév	0,236**	0,243**	0,041	-0,012	0,193**	-0,117**	0,232**
Imázs	0,354**	0,335**	0,043	-0,092*	0,311**	-0,206**	0,330**
Növekedés	0,488**	0,496**	-0,140**	-0,147**	0,496**	-0,402**	0,437**
Kapcsolatok	0,229**	0,218**	-0,067	-0,043	0,230**	-0,201**	0,220**
Társadalmi felelősség	0,260**	0,229**	0,061	0,017	0,159**	-0,180**	0,232**
Egészség	0,318**	0,298**	-0,183**	-0,299**	0,322**	-0,290**	0,271**
Intrinzik	0,437**	0,413**	-0,087*	-0,156**	0,408**	-0,357**	0,414**
Extrinzik	0,379**	0,340**	-0,019	-0,068	0,277**	-0,182**	0,329**

A Diener-féle élettel való elégedettség és a Grob-féle elégedettség mutatók az összes személyes törekvéssel szoros pozitív kapcsolatban álltak. Az elégedettség szintje várható volt az intrinzik aspirációk (elsősorban a személyes növekedés megvalósultsága) mellett az extrinzik aspirációkkal (elsősorban az imázs és a gazdagság megvalósultságával) is. A Grob-féle „betegség-lét” mutatói közül a személyes problémák mutatója negatív

szignifikáns kapcsolatban állt az egészség és a személyes növekedés megvalósultságával, valamint kevésbé szoros, de még szignifikáns mértékű kapcsolatban az összesített intrinzik aspirációkkal és a gazdagság megvalósultságával. Ugyanezt a tendenciát mutatta a szomatikus tünetek és reakciók mutatója is, kivéve hogy ennél a mutatónál az összesített intrinzik aspirációkkal szorosabb kapcsolat mutatkozott.

A továbbiakban a minta egészére és nemenként is, lineáris regresszió-elemzést (stepwise method) végeztünk, külön-külön minden egyes szubjektív jóllétet mérő mutatóra nézve, melyben függő változóként a szubjektív jóllétet mérő skálák, prediktorként az egyes egyéni aspirációk fontossága, valószínűsége és megvalósultsága szerepelt.

A Diener-féle étellel való elégedettség esetében elvégzett regresszió-elemzés eredményeit a 7. táblázatban foglaltuk össze.

7. táblázat. Az étellel való elégedettség regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{totál}} = 95,179$; $df = 3/712$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: megvalósultság	0,359	9,557	0,001
Társas kapcsolat: valószínűség	0,327	7,105	0,001
Társas kapcsolat: fontosság	-0,155	-3,811	0,001
<i>Nők: $F_{\text{totál}} = 79,475$; $df = 3/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: megvalósultság	0,404	8,263	0,001
Intrinzik: valószínűség	0,281	5,620	0,001
Társadalmi felelősség: megvalósultság	-0,122	-2,724	0,007
<i>Férfiak: $F_{\text{totál}} = 21,229$; $df = 3/167$; $p < 0,001$</i>			
Imázs: valószínűség	0,382	3,989	0,001
Intrinzik: megvalósultság	0,323	3,867	0,001
Extrinzik: fontosság	-0,254	-3,063	0,007

A teljes mintát figyelembe véve az étellel való elégedettség szoros pozitív kapcsolatot mutatott a megvalósult személyes növekedéssel és a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével, szignifikánsan negatívát pedig a tartalmas emberi kapcsolatok fontosságával, mely együttesen a variancia 29,6%-át magyarázta. Tehát annál elégedettebb a személy az életével, minél inkább megvalósultnak érzi a személyes növekedését, amely a jövőben tartalmas emberi kapcsolatok megvalósításának a valószínűségével társul, miközben ezeknek a kapcsolatoknak a fontosságát kevésbé érzi fontosnak önmaga megítélésénél.

Ha a nemeket nézzük, akkor a személyes törekvések a nők esetében az

élettel való elégedettség varianciájának 31,5%-át magyarázták. Pozitív szignifikáns kapcsolatban volt a személyes növekedés megvalósultságával és az intrinzik aspirációk összesített mutatójának valószínűségével, negatív szignifikáns kapcsolatban a társadalmi elkötelezettség megvalósultságával. A férfiak esetében az élettel való elégedettség varianciájának 28,7%-át adták a személyes törekvések. Pozitív szignifikáns kapcsolatot mutattak az imázs valószínűségével és az összesített intrinzik aspirációk megvalósultságával, negatív szignifikáns kapcsolatot az összesített extrinzik aspirációk fontosságával. Ez azt mutatja, hogy az élettel való elégedettség megítélése eltérő a nők és férfiak esetében. Míg a nők elégedettségének forrása a megvalósult személyes növekedés, amely az intrinzik aspirációk valószínűségével és kevés megvalósult társadalmi felelősség vállalásával társul, addig a férfiak elégedettsége elsősorban a jövőbeli imázs, jó megjelenés függvénye, amely a már megvalósult intrinzik aspirációk talaján bontakozik ki, mely mellett általában az extrinzik aspirációk nem jelentenek fontos életcél.

A Grob-féle elégedettség mutatói közül az élettel kapcsolatos pozitív attitűd esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 8. táblázat mutatja be.

8. táblázat. Az élettel kapcsolatos pozitív attitűd regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{teljes}} = 112,826$; $df = 3/712$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,306	6,309	0,001
Növekedés: megvalósultság	0,204	4,637	0,001
Társas kapcsolat: valószínűség	0,151	3,748	0,001
<i>Nők: $F_{\text{nők}} = 84,975$; $df = 3/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,308	5,564	0,001
Növekedés: megvalósultság	0,206	4,084	0,001
Társas kapcsolat: valószínűség	0,142	3,097	0,002
<i>Férfiak: $F_{\text{férfiak}} = 37,389$; $df = 3/167$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,329	4,495	0,001
Társas kapcsolat: megvalósultság	0,234	3,420	0,001
Extrinzik: valószínűség	0,228	3,004	0,003

A teljes mintát figyelembe véve az élettel kapcsolatos pozitív attitűd a személyes növekedés valószínűségével és megvalósultságával, valamint a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével volt pozitív szignifikáns kapcsolatban, együttesen a variancia 33,2%-át magyarázva. Az élettel kap-

csolatos pozitív attitűd, az élethez való pozitív hozzáállás tehát annál inkább jellemző lesz a személyre, minél nagyobb a személyes növekedésének a valószínűsége (melynek alapjául a már megvalósult személyes növekedés szolgál), és minél inkább kilátása van jövőbeli tartalmas emberi kapcsolatok kialakítására.

A nemi hovatartozást tekintve a személyes aspirációk a férfiak esetében magyarázták az életteli kapcsolatos pozitív attitűd variációjának nagyobb hányadát (41,5%). Pozitív szignifikáns kapcsolatot mutattak a személyes növekedés valószínűségével, a tartalmas emberi kapcsolatok megvalósultságával és az összesített extrinzik aspirációk valószínűségével. Nők esetében a személyes törekvések az életteli kapcsolatos pozitív attitűd variációjának 32,9%-át magyarázták. A személyes törekvések pozitív szignifikáns kapcsolatban voltak a személyes növekedés valószínűségével, a személyes növekedés megvalósultságával és a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével. Míg a nőknél az életteli kapcsolatos pozitív attitűd kialakulásánál a teljes mintánál kimutatott tendencia érvényesült, addig a férfiak esetében a személyes növekedés valószínűsége mellett fontos szerepet kapnak az élethez való pozitív hozzáállás kialakulásában a már megvalósult tartalmas emberi kapcsolatok és az extrinzik aspirációk valószínűségei.

Az önértékelés esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 9. táblázat mutatja be.

9. táblázat. Az önértékelés regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira
(elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{totál}} = 112,945$; $df = 3/712$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,354	8,104	0,001
Növekedés: megvalósultság	0,325	6,659	0,001
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	-0,132	-3,564	0,001
<i>Nők: $F_{\text{totál}} = 91,870$; $df = 3/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,341	6,889	0,001
Növekedés: megvalósultság	0,315	6,460	0,001
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	-0,153	-3,700	0,001
<i>Férfiak: $F_{\text{totál}} = 30,253$; $df = 3/167$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	0,436	6,292	0,001
Imázs: megvalósultság	0,359	4,294	0,001
Gazdagság: megvalósultság	-0,165	-2,091	0,038

A teljes mintát figyelembe véve az önértékeléssel pozitív szignifikáns kapcsolatot a személyes növekedés valószínűsége és megvalósultsága,

negatív szignifikáns kapcsolatot a társadalmi elkötelezettség mutatott, együttesen a variancia 33,2%-át magyarázva. Tehát annál magasabb lesz a személy önértékelése, minél nagyobb a személyes növekedésének a valószínűsége (melynek alapjául a már megvalósult személyes növekedés szolgál), valamint minél kevésbé vállalt társadalmi elkötelezettséget.

A személyes törekvések az önértékelés esetében a nemeknél közel azonos mértékben magyarázták a varianciát (férfiaknál 36,5%, nőknél 34,6%). Férfiaknál az önértékelés pozitív szignifikáns kapcsolatban állt a személyes növekedés valószínűségével és az imázs megvalósultságával, negatív szignifikáns kapcsolatban a gazdagság megvalósultságával. Nőknél az önértékelés pozitív szignifikáns kapcsolatot mutatott a személyes növekedés valószínűségével és megvalósultságával, negatív szignifikáns kapcsolatot a társadalmi elkötelezettség megvalósultságával. Míg a nőknél az önértékelés alakulásában a teljes mintánál kimutatott tendencia érvényesült, addig a férfiak esetében a személyes növekedés valószínűsége mellett fontos szerepet kap az önértékelés alakulásában a már megvalósult imázs (jó megjelenés) és gazdagság.

Az élet örömei esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 10. táblázat mutatja be.

10. táblázat. Az élet örömei regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{totál}} = 82,382$, $df = 3/712$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: megvalósultság	0,278	7,179	0,001
Társas kapcsolat: valószínűség	0,260	6,987	0,001
Hírnév: valószínűség	0,107	3,066	0,002
<i>Nők: $F_{\text{totál}} = 82,172$; $df = 2/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: megvalósultság	0,279	5,252	0,001
Növekedés: valószínűség	0,253	4,765	0,001
<i>Férfiak: $F_{\text{totál}} = 44,413$; $df = 2/167$; $p < 0,001$</i>			
Társas kapcsolat: valószínűség	0,384	4,951	0,001
Imázs: megvalósultság	0,289	3,729	0,001

A teljes mintát figyelembe véve az élet örömei pozitív szignifikáns kapcsolatot mutattak a személyes növekedés megvalósultságával, a tartalmas emberi kapcsolatok valószínűségével és a hírnév valószínűségével, melyek együttesen a variancia 26,6%-át magyarázták. Ezek az eredmények azt mutatják, hogy a személy annál inkább érzi az életét örömtelinek, minél inkább megvalósultnak látja személyes növekedését, és lehetségesnek tart-

ja tartalmaz emberi kapcsolatok kialakítását a jövőben, valamint minél inkább érzi azt, hogy hírnévre tehet szert a jövőben.

A nemi hovatartozást figyelembe véve az élet öröme varianciájának nagyobb részét a férfiak esetében a személyes törekvések magyarázták (35,8%). Az élet örömei pozitív szignifikáns kapcsolatban voltak a tartalmaz emberi kapcsolatok valószínűségével és az imázs megvalósultságával. Nőknél az élet öröme varianciájának 24%-át magyarázták a személyes aspirációk. Az élet örömei pozitív szignifikáns kapcsolatot mutattak a személyes növekedés megvalósultságával és valószínűségével. Ez azt mutatja, hogy az örömteli élet megítélése eltérő a nők és a férfiak esetében. A nők az életet akkor tartják örömtelinek, ha megvalósult személyes növekedésük alapján annak jövőbeli kibontakozási esélyeit jónak tartják. A férfiak számára ezzel szemben a jövőbeli társas kapcsolatok lehetősége adja az élet örömet, amely a már megvalósult jó megjelenés, imázs alapján bontakozhat ki.

A depresszív hangulat esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 11. táblázat mutatja be.

11. táblázat. A depresszív hangulat regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{totál}} = 61,620$; $df = 4/712$; $p < 0,001$</i>			
Intrinzik: valószínűség	-0,418	-9,293	0,001
Növekedés: megvalósultság	-0,242	-5,465	0,001
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	0,159	3,850	0,001
Extrinzik: fontosság	0,123	3,633	0,001
<i>Nők: $F_{\text{totál}} = 51,442$; $df = 3/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	-0,318	-5,951	0,001
Növekedés: megvalósultság	-0,198	-3,695	0,001
Extrinzik: fontosság	0,128	3,296	0,001
<i>Férfiak: $F_{\text{totál}} = 36,834$; $df = 2/167$; $p < 0,001$</i>			
Intrinzik: valószínűség	-0,607	-8,492	0,001
Extrinzik: fontosság	0,159	2,226	0,027

A teljes mintát figyelembe véve a depresszív hangulat negatív szignifikáns kapcsolatban volt az intrinzik aspirációk valószínűségének összesített mutatójával és a személyes növekedés megvalósultságával, pozitív szignifikáns kapcsolatban pedig a társadalmi elkötelezettség megvalósultságával és az extrinzik aspirációk fontosságának összesített mutatójával,

együttesen a variancia 26,6%-át magyarázva. A depresszív hangulat hiánya tehát akkor valósulhat meg a személynél, ha minél inkább lehetségesnek tartja jövőbeli intrinzik aspirációinak (ezen belül elsősorban a személyes növekedésének) a megvalósulását, valamint minél kevésbé vállalt az eddigi életében társadalmi elkötelezettséget és minél kevésbé tartja elérendő célnak az extrinzik aspirációkat.

A nemek tekintetében a depresszív hangulat varianciájának nagyobb részét a férfiak esetében a személyes törekvések magyarázták (31,7%). Negatív szignifikáns kapcsolatban álltak az összesített intrinzik aspirációk valószínűségével, pozitív szignifikáns kapcsolatban pedig az összesített extrinzik aspirációk fontosságával. Nők esetében a személyes törekvések a depresszív hangulat varianciájának 22,9%-át magyarázták. Negatív szignifikáns kapcsolatot mutattak a személyes növekedés valószínűségével és a megvalósultságával, pozitív szignifikáns kapcsolatot pedig összesített extrinzik aspirációk fontosságával. A nőkre akkor lesz jellemző a depresszív hangulat hiánya, ha megvalósult személyes növekedésük alapján annak jövőbeli kibontakozási esélyeit jónak tartják, a férfiakra pedig akkor, ha az intrinzik aspirációk megvalósulási esélyeit általában jónak tartják a jövőre nézve. Mindkét nem esetében a depresszív hangulat hiánya azzal a törekvéssel társul, hogy minél kevésbé tartják elérendő célnak az extrinzik aspirációkat.

A Grob-féle „betegség-lét” mutatói közül a személyes problémák esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 12. táblázat mutatja be.

12. táblázat. A személyes problémák regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{total}} = 18,044$, $df = 3/712$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	-0,228	-6,014	0,001
Társadalmi elkötelezettség: fontosság	0,156	4,063	0,001
Extrinzik: fontosság	0,109	2,884	0,001
<i>Nők: $F_{\text{total}} = 11,810$; $df = 3/545$; $p < 0,001$</i>			
Növekedés: valószínűség	-0,231	-5,175	0,001
Hírnév: fontosság	0,124	2,897	0,004
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	0,113	2,518	0,012
<i>Férfiak: $F_{\text{total}} = 13,507$; $df = 2/167$; $p < 0,001$</i>			
Társadalmi elkötelezettség: fontosság	0,344	4,468	0,001
Növekedés: valószínűség	-0,294	-3,828	0,001

A teljes mintát figyelembe véve a személyes problémákkal negatív szignifikáns kapcsolatban a személyes növekedés valószínűsége, pozitív szignifikáns kapcsolatban a társadalmi elkötelezettség és extrinzik aspirációk összesített mutatója állt, együtt a variancia 7,4%-át magyarázva. Tehát a személyes problémák kialakulásának a valószínűsége akkor növekszik meg a személy életében, ha az úgy érzi, hogy személyes növekedésének az esélye csökkent, és emellett még célként tűzte ki a társadalmi kötelezettségvállalást és általában az extrinzik aspirációi elérését.

A nemek tekintetében a személyes problémák varianciájának nagyobb részét a nők esetében magyarázták a személyes törekvések (25,3%). Negatív szignifikáns kapcsolatot mutattak a személyes növekedés valószínűségével, pozitív szignifikáns kapcsolatot a hírnév fontosságával és a társadalmi elkötelezettség megvalósultságával. A férfiaknál a személyes problémák varianciájának a 14,5%-át magyarázták a személyes törekvések. Pozitív szignifikáns kapcsolatban voltak a társadalmi elkötelezettség fontosságával, negatív szignifikáns kapcsolatban a személyes növekedés valószínűségével. A nők esetében a személyes problémák kiváltó okai lehetnek a személyes növekedés valószínűségének csökkenése mellett a célként kitűzött hírnév, valamint a már megvalósult társadalmi kötelezettség vállalása is. Férfiak esetében a személyes problémák legfontosabb kiváltó oka lehet a célként kitűzött társadalmi kötelezettségvállalás mellett a személyes növekedés valószínűségének a csökkenése.

A szomatikus tünetek és reakció esetében elvégzett regresszióelemzés eredményeit a 13. táblázatban foglaltuk össze.

13. táblázat. A szomatikus tünetek és reakció regressziója az Aspirációs Kérdőív skáláira (elfogadott modellek; $p < 0,05$)

Prediktor	Béta	t	p<
<i>Teljes minta: $F_{\text{teljes}} = 43,196$; $df = 2/712$; $p < 0,001$</i>			
Egészség: megvalósultság	-0,340	-9,277	0,001
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	0,164	4,149	0,001
<i>Nők: $F_{\text{nők}} = 35,467$; $df = 2/545$; $p < 0,001$</i>			
Egészség: megvalósultság	-0,372	-8,388	0,001
Társadalmi elkötelezettség: megvalósultság	0,154	3,472	0,001
<i>Férfiak: $F_{\text{férfiak}} = 13,074$; $df = 3/167$; $p < 0,001$</i>			
Egészség: megvalósultság	-0,339	-4,113	0,001
Gazdagság: megvalósultság	0,252	3,248	0,001
Egészség: fontosság	-0,188	-2,432	0,016

A teljes mintát figyelembe véve a szomatikus tünetek és reakciók dimenzióval negatív szignifikáns kapcsolatban a megvalósult egészség, pozitív szignifikáns kapcsolatban a megvalósult társadalmi elkötelezettség állt, a variancia 11,2%-át magyarázva. Tehát a szomatikus tünetek kialakulásának az esélye megnőhet, ha a személy kevésbé érzi egészségesnek magát és emellett társadalmi kötelezettségeket is vállal.

A nemi hovatartozást figyelembe véve a szomatikus tünetek és reakciók varianciájának nagyobb részét a férfiak esetében magyarázták a személyes törekvések (19,9%). Negatív szignifikáns kapcsolatban álltak az egészség megvalósultságával és fontosságával, pozitív szignifikáns kapcsolatban a gazdagság megvalósultságával. Nőknél a személyes törekvések a szomatikus tünetek és reakciók varianciájának csak a 11,9%-át magyarázták. Negatív szignifikáns kapcsolatot mutattak az egészség megvalósultságával, pozitív szignifikáns kapcsolatot pedig a társadalmi elkötelezettség megvalósultságával.

ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásunk során a szubjektív jóllét és a személyes törekvések közötti kapcsolatokat vizsgáltuk főiskolai mintán. Célunk volt felhívni a figyelmet arra, hogy egyes személyes törekvések megléte és fontossága a szubjektív jóllét fontos jelzője lehet.

A szubjektív jóllét területén – első hipotézisünkkel összhangban – a nemek között nem jelentkeztek számottevő különbségek. Ez alól egyetlen kivétel a szomatikus tünetek és reakciók területén volt: úgy találtuk, hogy a nők hajlamosabbak ilyen jellegű reakciókra, mint a férfiak. Ezek az eredmények más kutatásokban tapasztaltakkal teljes összhangot mutattak (Diener és mtsai 1999; Szondy 2004).

Az egyéni aspirációk előfordulási területén – második hipotézisünkben – úgy gondoltuk, hogy – V. Komlósi és mtsai (2006) magyar reprezentatív mintán végzett kutatásainak megfelelően – a főiskolai hallgatók számára is az intrinzik célok, ezen belül is az egészség, a személyes növekedés és a társas kapcsolatok bizonyulnak a legfontosabb személyes törekvésnek. Kutatási eredményeink azt mutatják, hogy főiskolai hallgatóknál az intrinzik aspirációk szintén előnyben részesültek az extrinzik aspirációkkal szemben. V. Komlósi és mtsai (2006) eredményeivel megegyezően a főiskolai hallgatóknál is az egészség, a személyes növekedés és a társas kapcsolatok bizonyultak a legfontosabb személyes törekvésnek. A legkevésbé fontos életcélként a három extrinzik aspirációt, a hírnevet, gazdagságot és az imázst találták.

Harmadik hipotézisünket, mely szerint az egyéni aspirációk fontosságának a megítélésében jelentős különbség lesz a nemek között, a nők fontosabbnak tartják az intrinzik aspirációkat és az imázst, a férfiak pedig a gazdagságot (V. Komlósi és mtsai 2006), szintén sikerült megerősítenünk. A főiskolai mintán azonban a férfiak – a hazai reprezentatív mintával ellentétben – nem a gazdagságot, hanem a hírnevet tartják sokkal fontosabbnak, mint a nők.

Hazai mintán V. Komlósi és mtsai (2006) úgy találták, hogy az intrinzik aspirációk közül (az egészség után) a nők számára a társas kapcsolatok, a férfiak számára a személyes növekedés volt a legfontosabb személyes törekvés. Negyedik hipotézisünkben feltételeztük, hogy a főiskolai hallgatóknál sem lesz ez másként. Kutatásunk során mindkét nemnél kisebb hangsúlyeltolódással az intrinzik aspirációk túlsúlyát találtuk. Míg a nők-nél az egészség, a társas kapcsolatok és a személyes növekedés volt a sorrend, addig a férfiaknál a személyes növekedés kerül az első helyre, melyet az egészség és a társas kapcsolatok kategóriája követett. Ezek az eredmények teljes összhangot mutattak V. Komlósi és mtsai (2006) eredményeivel.

Korábbi kutatások alapján (Kasser és Ryan 1993, 1996, Sheldon és Elliot 1999) – ötödik hipotézisünknek megfelelően – azt vártuk, hogy az intrinzik célok növelni, az extrinzik célok csökkenteni fogják a szubjektív jóllét szintjét. Elvárásainknak megfelelően az intrinzik aspirációk magasabb szintje a szubjektív jóllétben belül mind a Diener-féle elégedettség, mind a Grob-féle elégedettség mutatók magasabb szintjével járt együtt. Kutatásunk során azonban azt találtuk, hogy az extrinzik aspirációk magasabb szintje szintén ugyanezen mutatók magasabb szintjével járt együtt. Az intrinzik aspirációk célként való kitűzésével szoros pozitív kapcsolatot mutatott a szubjektív jóllét mutatói közül az étellel való elégedettség, az étellel kapcsolatos pozitív attitűd, az önértékelés és az élet öröme, szoros negatív kapcsolatot pedig a depresszív hangulat, a személyes problémák, valamint a szomatikus tünetek és panaszok. Az intrinzik aspirációkon belüli egyes személyes törekvések és szubjektív jóllét mutatók közötti némi hangsúlyeltolódás volt megfigyelhető. Míg az étellel való elégedettség és az önértékelés esetében az egészség és a társadalmi felelősség fontosságán volt a hangsúly, addig az étellel kapcsolatos pozitív attitűd kialakulásánál és az élet öröme átélésénél a tartalmas társas kapcsolatok és az egészség fontossága került előtérbe. Az extrinzik aspirációk szubjektív jóllétet negatívan befolyásoló hatását azonban nem tudtuk egyértelműen megerősíteni kutatásunk során. Míg egyrészt szoros pozitív kapcsolatot találtunk a depresszív hangulat és a gazdagságra való törekvés, valamint a személyes problémák és a hírnév és imázs fontossága között, addig az extrinzik célok közül a hírnév és az imázs szoros pozitív kapcsolatot mutatott az élet örömteli átélésével, az

élettel kapcsolatos pozitív attitűd kialakulásával és az élettel való elégedettségel is. Szondy (2004) késői serdülőkorban az élettel való elégedettség és a hírnév fontossága között szintén szoros kapcsolatot talált.

Kutatásunk igazolta a hatodik hipotézisben megfogalmazott elvárásunkat is, mely szerint mind az intrinzik, mind az extrinzik aspirációk megvalósultsága és valószínűsége szoros pozitív kapcsolatban áll a szubjektív jóllét összetevői közül az élettel való elégedettséggel (Szondy 2004). Ezt sikerült a Diener-féle élettel való elégedettség, valamint a Grob-féle elégedettség mutatók esetében is igazolnunk.

Eredményeink alapján – hetedik hipotézisünknek megfelelően – az is nyilvánvaló, hogy az egyéni aspirációk mindhárom szintje (fontossága, valószínűsége, megvalósultsága) szoros kapcsolatban van a szubjektív jóllét egyes mutatóival. Általánosságban elmondhatjuk, hogy a férfiak esetében mutatkozott szoros kapcsolat az egyéni aspirációk és a szubjektív jóllét egyes mutatói között. Az egyéni aspirációk – nemi hovatartozástól függetlenül – a legszorosabb kapcsolatban az élethez való pozitív attitűd kialakításával és az önértékeléssel voltak, melyek varianciájának több mint 33,2 %-át magyarázták. Mindkét szubjektív jóllét mutató az intrinzik aspirációkkal mutatott szoros kapcsolatot, mégpedig a személyes növekedés valószínűségével és megvalósultságával, melyhez az önértékelés esetében a megvalósult társadalmi felelősségvállalás, az élettel kapcsolatos pozitív attitűd esetében pedig a jövőbeli társas kapcsolat kialakításának a valószínűsége társult.

Az egyéni aspirációk legkevesébé szoros kapcsolatban a Grob-féle „betegség-lét” mutatóival voltak, a szomatikus tünetek és panaszok varianciájának 11,2%-át, a személyes problémák esetében pedig csak a variancia 7,4%-át magyarázták. A szomatikus tünetekkel és panaszokkal a megvalósult egészség hiánya és a megvalósult társadalmi felelősségvállalás, a személyes problémákkal pedig a személyes növekedés csökkent esélye mellett a célként kitűzött társadalmi kötelezettségvállalás és az extrinzik aspirációk elérése mutatta a legszorosabb kapcsolatot.

Irodalom

- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N., Ward, L. (1995): Relationship between happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 19: 251–258.
- Brunstein, J. C. (1993): Personal goals and subjective well-being: a longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65: 1061–1070.
- Chan, R., Joseph, S. (2000): Dimensions of personality, domains of aspirations, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 28: 347–354.

- Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985): *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum, New York.
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (2000): The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11: 227–268.
- Diener, E. (2000): Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55: 34–43.
- Diener, E., Fujita F. (1995): Resources, personal strivings, and subjective well-being: a nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68: 926–935.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985): The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1): 71–75.
- Diener, E., Such, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999): Subjective well-being: three decades of progress. *Psychology Bulletin*, 125: 276–302.
- Emmons, R. A. (1986): Personal strivings: an approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51: 1058–1068.
- Emmons, R. A., Diener, E. (1985): Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11: 89–97.
- Grob, A. (1995): Subjective well-being and significant life-events across the life-span. *Swiss Journal of Psychology*, 54: 3–18.
- Hársing, L. (2001): Az európai etikai gondolkodás. Bíbor Kiadó, Miskolc, 39–51.
- Kasser, T., Ryan, R. M. (1993): A dark side of the American dream: correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65: 410–422.
- Kasser, T., Ryan, R. M. (1996): Further examining the American dream: differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22: 280–287.
- Lu, L., Shih, J. B. (1997): Personality and happiness: is mental health a mediator? *Personality and Individual Differences*, 22: 249–256.
- Martos T., Szabó G., Rózsa S. (2006): Az Aspirációs Index rövidített változatának pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7: 171–191.
- Sallay, H. (2004): Entering the job market: belief in a just world, fairness and well-being of graduation students. In: Dalbert, C., Sallay, H. (eds): *The justice motive in adolescence and young adulthood: origins and consequences*. Routledge, London, 215–231.
- Sallay, H. (2005): Serdülők szubjektív jólléte: a családban és a baráti kapcsolatokban észlelt igazságosság és az igazságos világba vetett hit szerepe. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 6: 295–315.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J. (1999): Goal striving need satisfaction and longitudinal well-being: the Self-Concordance Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76: 482–497.
- Szondy M. (2004): A szubjektív jóllét és a törekvések kapcsolata késői serdülőkorban. *Alkalmazott Pszichológia*, 4: 53–72.
- Urbán R. (1995): Boldogság, személyiség és egészség. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 35: 379–404.
- V. Komlósi A., Rózsa S., Bérdi M., Móricz É., Horváth D. (2006): Az Aspirációs Index hazai alkalmazásával szerzett tapasztalatok. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 61: 237–250.

PAUWLIK, ZSUZSA – MARGITICS, FERENC

CORRELATION BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND THE PERSONAL STRIVINGS IN THE CASE OF COLLEGE STUDENTS

Personal efforts as the dynamic properties of personality are considered to be essential indicators of subjective well-being. In the course of our research work we investigated the level of subjective well-being in the case of college students, what individual aspirations are characterising them, further more what sort of correlations can be detected between individual aspirations (personal strivings) and the subjective well-being. We were eager to reveal the differences that may exist between the genders in the mentioned fields. 712 college students were involved in the research (545 female and 167 male students). The results of the research have indicated that the intrinsic targets, including health, personal progress, and the personal relationships proved to be the most highlighted personal strivings for college students. The diverse components of subjective well-being (satisfaction with life, positive attitude towards life, self-esteem, pleasure of life, depressive mood, personal problems, somatic symptoms and reactions) proved to be in an undisputable correlation with the personal efforts. All the three levels of individual aspirations (importance, probability and realisation) indicated close correlation with the indicators of subjective well-being. In general, it may be stated that in the case of men a closer correlation was revealed between individual aspirations and subjective well-being. Individual aspirations – regardless of gender – were in closest correlation with the establishment of positive attitude towards life and self-esteem.

Keywords: individual aspirations, intrinsic and extrinsic personal strivings, subjective well-being