

## AZ ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG MAGYAR ÉS IZRAELI ORVOSTANHALLGATÓK KÖRÉBEN

VAS LILIANA\* – GOMBOR ANITA

Eötvös Loránd Tudományegyetem, Budapest

(Beérkezett: 2007. november 20.; elfogadva: 2008. szeptember 24.)

*Célkitűzés:* A szubjektív jól-lét vizsgálata igen hasznos mutatója lehet a társadalomra jellemző életminőségnek. Az élettel való elégedettség az átfogó, szubjektív jól-létnek az értékelésére vonatkozik. Vizsgálatunkban arra törekedtünk, hogy ezt az érdekes kérdést Magyarországon a magyar és izraeli orvostanhallgatók körében vizsgáljuk meg. Korábbi felmérések azt mutatták, hogy Izraelben magasabb az élettel való elégedettség, mint Magyarországon. *Módszerek:* Az Élettel való elégedettség skála (Satisfaction with Life Scale) segítségével mértük, hogy az izraeli és a magyar orvostanhallgatók összességében mennyire elégedettek az életükkel; 300 orvostanhallgató töltötte ki ezt a kérdőívet, 150 magyar (75 nő és 75 férfi) és 150 izraeli (75 nő és 75 férfi). Az izraeli hallgatók átlagéletkora 24,98 (SD = 3,10) év volt, a magyar hallgatók átlagéletkora 20,89 (SD = 2,97). *Eredmények:* Eredményeink alátámasztják a már korábban végzett vizsgálatok eredményeit. Az izraeli orvostanhallgatóknál magasabb volt az élettel való elégedettség, mint a magyar mintánál. Az izraeli orvostanhallgató nők elégedettebbnek bizonyultak az életükkel, mint az izraeli orvostanhallgató férfiak. A magyar mintában nem találtunk nemi különbségeket az élettel való elégedettség tekintetében.

**Kulcsszavak:** élettel való elégedettség, orvostanhallgatók, Magyarország, Izrael

---

\* Mindkét szerző a budapesti Eötvös Loránd Tudományegyetem PhD hallgatója, és ugyanolyan mértékben járult hozzá a publikáció elkészítéséhez.  
Levelező szerző: Liliana Vas, Stöcklimattstr. 39, 4513 Langendorf, Switzerland.  
E-mail: vasililia@aol.com

## AZ ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG MEGHATÁROZÁSA

Az emberek különböző módokon értékelhetik az életüket és a jól-létüket. Egyrészt, értékelhetjük a helyzeteket affektív szempontok szerint azáltal, hogy jól vagy rosszul érezzük magunkat egy adott dologgal vagy helyzettel kapcsolatban, miközben hangulatunk szintje jelzi általános adaptációs szintünket. Ezek az érzelmi értékelések automatikusan történnek, és lehetőséget adnak az embereknek, hogy ezekre a benyomásokra és tapasztalatokra reflektáljanak. Az emberek az életet kognitívan is értékelik azáltal, hogy összehasonlíthatják meglévő életüket azzal, amilyennek ezt szeretnék (Veenhoven 2000b).

A pszichológiai jól-lét két fő megközelítés mentén definiálható: a *hedonisztikus jól-lét* mentén, amely pl. az élettel való elégedettséget, a boldogságot tekinti kiindulási alapnak (Diener 1984; Larson és mtsai 1985; Diener és mtsai 1999), illetve az *eudémonikus jól-lét* mentén, mely pl. az életcélokra, az élet értelmére koncentrálnak (Ryan és Deci 2001; Ryff 1989; Andrews és Withey 1976; Diener és mtsai 1999; Herzog és mtsai 1982).

A szakirodalom a szubjektív jól-lét és az élettel való elégedettség fogalmakat gyakran azonos jelentéssel használja. A szubjektív jól-lét az összes olyan pozitív vagy negatív ítéletet, értékelést jelöli, amelyeket az emberek az életükkel kapcsolatosan alkotnak. A szubjektív jól-létnek három fő összetevője van: a jól-lét kognitív értékelése (élettel való elégedettség, munkával való elégedettség, érdeklődés, elkötelezettség), a pozitív affektivitás (öröm, boldogság) és a negatív affektivitás (pl. szomorúság) hiánya (Andrews és Withey 1976; Diener 1984; Diener és Suh 1997; Diener és mtsai 1999; Myers és Diener 1995). Eszerint, a szubjektív jól-lét olyan gyűjtőfogalom, amely az embernek az életével, a vele történő dolgokkal, a testével és a lelkével, az életkörülményeivel kapcsolatos értékeléseire vonatkozik.

A második fogalom, az élettel való elégedettség, az átfogó szubjektív jól-létnek, illetve az életnek összességében való értékelésére vonatkozik (Diener 2000). Más szavakkal ez azt jelöli, hogy mennyire szereti az egyén az általa élt életet (Cheng 2004). Az „élet” ebben az értelemben úgy is definiálható, mint az egyén életének összes területe egy adott pillanatban, illetve mint az egyén átfogó értékelése az életéről, születésétől kezdve. Ez a jelentésbeli elkülönítés legtöbbször nem jelenik meg a forgalomban lévő, ilyen irányú pszichológiai mérőeszközökben. Fontos ezért a vizsgálati személyeknek elmondani, hogy a kérdés a születésüktől számított időre, illetve a jelenlegi életük valamennyi területére vonatkozik.

Az élettel való elégedettség specifikus módon is mérhető azáltal, hogy figyelembe vesszük az élet valamennyi területén az elégedettségi szintet, illetve ha az egyén életében jelenlévő kellemes és kellemetlen érzelmeket

kiváltó történésekre is kitérünk (Diener 2000). A *dimenziókkal való elégedettség* olyan jelentős életterületek külön-külön való értékelésére vonatkozik, mint amilyen a testi és a lelki egészség, a munka, a szabadidő, a társas kapcsolatok, a házasság és a család. A kérdések leggyakrabban arra vonatkoznak, hogy a megkérdezettek mennyire elégedettek az életük különböző területeivel. Értékelhetik azonban azt is, hogy mennyire szeretik az életük különböző területeit, mennyire állnak közel ezeken a területeken a számukra ideális élethez, mennyi örömet tapasztalnak, illetve milyen mértékben szeretnék megváltoztatni az életük különböző területeit. A jól-lét olyan specifikus aspektusainak ismerete, mint a pozitív érzelmek, a szomszédsági viszonyokba és a közösségbe vetett bizalom vagy a munka iránti elkötelezettség, a döntéshozóknak is hasznos információkat szolgáltathat.

Noha a terület-specifikus elégedettséget – legyen ez a munkával vagy a házassággal való elégedettség – konceptuális és gyakorlati síkon is el lehet különíteni az átfogó értelemben vett étellel való elégedettségtől, ez utóbbi és a különböző dimenziókban való elégedettség természetesen gyakran igen jelentős mértékben együttjár (Diener és mtsai 1999).

Az étellel való elégedettséget és különösen a boldogságot a lehetséges legnagyobb jónak és a legalapvetőbb emberi motivációnak tekintik a filozófusok. Az étellel való elégedettség irodalmát áttekintő tanulmányok központi kérdése leggyakrabban az, hogy miként és miért élnek meg pozitívan az életüket az emberek (Diener 1984). Wilson tanulmányában azt a következtetést fogalmazza meg, hogy „egy boldog ember jellemzője, hogy fiatal, egészséges, magasan képzett, jó fizetéssel rendelkezik, extrovertált, optimista, aggodalmaktól mentes, vallásos, házas, pozitív önértékeléssel, magas munkamorállal és szerény aspirációkkal rendelkezik, illetve bármely nemű és bármilyen intelligenciájú lehet” (Wilson 1967: 294).

## AZ ÉLETTELEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG KUTATÁSA

Az étellel való elégedettség a pozitív pszichológia egyik központi témája (Ryan és Deci 2001; Seligman és Csikszentmihalyi 2000). A pozitív pszichés működéssel kapcsolatos kiterjedt szakirodalom legfontosabb elméletei: Maslow (1968) koncepciója az önmegvalósításról, Rogers (1961) nézete a teljességében működő emberről, Jung (1933) és Von Franz (1964) elképzelései az individuumból, illetve Allport (1961) koncepciója az érett személyiségről, Erikson életciklusokra vonatkozó modellje (1959), valamint Bühler (1935) alapvető, az élet kiteljesüléséhez hozzájáruló élettendenciákra vonatkozó elmélete.

Az első felméréseket, amelyekben az étellel való elégedettségi szintet mérték, az Amerikai Egyesült Államokban végezték az 1960-as években. Ebben az időben a vizsgálatok a mentális egészség kérdésre fektették a hangsúlyt. E tanulmányokból született eredmények közül több jelent meg Gurin és mtsai (1960), valamint Bradburn (1969) könyveiben. Cantril (1965) szintén ebben az időszakban vizsgálta az étellel való elégedettséget, egy újszerű elemeket tartalmazó, „humán kérdésekkel” foglalkozó interkulturális kutatásban. Az 1970-es években az étellel való elégedettség számos „Amerikai Szociális Mutató” (American Social Indicator) vizsgálat központi témájaként is szerepel. Ebben az időszakban jelent meg két, a témában mérföldkőnek számító könyv Campbell és mtsai (1976), valamint Andrews és Withey (1976) munkái. Az Amerikai Egyesült Államok területén kívül az északi államokban Allardt (1975), Németországban pedig Glatzer és Zapf (1984) tanulmányai jelentek meg. Az 1980-as években Ausztráliában végezték az első olyan nagy mintájú longitudinális felmérést, amely az étellel való elégedettség kérdéskörét vizsgálta (Heady és Wearing 1992). Áttekintő tanulmányokat közöltek Veenhoven (1984), Argyle (1987) és Myers (1992). Nemrég e témába vágó könyvsorozat jelent meg, amely 2475 kortárs, az élet szubjektív megítélésével foglalkozó tanulmányt tartalmaz (Veenhoven 1993a). Ez a könyvsorozat része a „Világ Boldogság Adatbázisá”-nak, mely folyamatosan jegyzékbe veszi az étellel való elégedettségre és ennek korrelátumaira vonatkozó új tudományos eredményeket.

### **Egyéni különbségek az étellel való elégedettségben**

Fujita és Diener (2005) szerint az egyén étellel való elégedettsége – kisebb pozitív vagy negatív irányú kilengésektől eltekintve – viszonylag állandó marad. Számos tanulmány fókuszált a szubjektív jól-lét kérdéskörének jobb megértésére (Kahneman és mtsai 1999; Myers 1992). Úgy elméleti, mint gyakorlati okokból a viszonylag stabil egyéni boldogsági szint a szubjektív jól-léttel foglalkozó kutatások lényeges eleme. Gyakorlati szinten, az egyéni és társadalmi szintű beavatkozásokat asszerint is fontos értékelni, hogy tudják-e javítani az emberek szubjektív jól-létét. Ezért a pszichológianak igen fontos kérdése, hogy a szubjektív jól-léti szintünk állandó-e vagy módosítható (Fujita és Diener 2005).

Több vizsgálat kimutatta, hogy amikor az embereknek megpróbáltató helyzetekben (például minden végtagra kiterjedő benutság kialakulása) vagy nagy sikerben van részük (például amikor a lottón nyernek), hamar alkalmazkodnak ezekhez az életkörülményekhez és hosszútávú jól-létük

legfeljebb csak kis mértékben változik (Brickman és mtsai 1978; Fredrick és Loewenstein 1999; Hellmich 1995). Ezek a kutatások arra engednek tehát következtetni, hogy a megszokott életviteltől való eltérés módosíthatja az egyén étellel való elégedettségét. Ez a változás azonban csak ideiglenes, ugyanis a stabil személyiségtényezők miatt a szubjektív jól-lét visszatér korábbi, egyensúlyi szintjéhez („dinamikus egyensúly modell”; Headey és Wearing 1989). A mai szemlélet szerint a jól-lét inkább a belső vagy szubjektív történések eredménye (pl. célok, temperamentum), és nem annyira a külső és objektív tényezőké (jövedelem, iskolai végzettség) (Heller és mtsai 2004).

Fujita és Diener (2005) vizsgálati eredményei arra utalnak, hogy az étellel való elégedettség hosszú távon többnyire stabil marad, bár vannak olyan egyének, akiknél az étellel való elégedettség jelentősen megváltozhat. Úgy tűnik tehát, hogy létezik egy „finom kezdeti pont”, mely körül az életünk során az étellel való elégedettségünk mozog. Ez a „finom kezdeti pont” a személyek egynegyedénél azonban jelentősen megváltozhat. A korábbi felmérések hiányosságának tekinthető, hogy a vizsgálatban résztvevők leggyakrabban egyetemi hallgatók voltak, vagy más könnyen elérhető populációkból származtak. Ennek következtében ma még keveset tudunk arról, hogy mennyire állandó a szubjektív jól-lét az össznépeségben.

## Genetikai hajlam

Az életkörülményeinkben bekövetkezett változások hatással lehetnek társas kapcsolatainkra, melyek módosíthatják az életkörülményeinkkel való elégedettségünket is (Nussbaum 1989). Az étellel való elégedettség nagymértékben örökölheto is (Lykken és Tellegen 1996; Tellegen és mtsai 1988). Lykken és Tellegen (1996) szerint az egyén hosszú távú szubjektív jól-léte elsősorban a genetikai fogékonyságától, beállítottságától függ, bár a szerzők azzal is egyetértenek, hogy bizonyos életesemények rövid időre megváltoztathatják akár pozitív, akár negatív irányban ezt a viszonylag stabil egyéni jól-lét szintet (Fujita és Diener 2005).

A stabil szubjektív jól-lét szint létezésére vonatkozó elképzelést először Brickman és munkatársai fogalmazták meg (Brickman és Campbell 1971; Brickman és mtsai 1978). Ezt az elképzelést saját vizsgálati eredményeikre alapozták, melyek szerint idővel az emberek úgy a pozitív, mint a negatív élethelyzetekhez tudnak alkalmazkodni. A szerzők ezt a jelenséget „hedonista taposómalom”-nak nevezték. Feltételezik, hogy az emberek először erőteljesen reagálnak nehéz élethelyzetekben, ezt követően azonban visz-

szatérnek a rájuk jellemző és a velük született, temperamentumuk által meghatározott étellel való elégedettségi szinthez (Inglehart és Klingemann 2000).

### **A szubjektív jól-lét demográfiai és egyéb korrelátumai**

Az étellel való elégedettség különböző mutatói (akárcsak a jelen vizsgálatban használtak) pozitívan korrelálnak a mentális és a testi egészséggel, az életkorral, a nemmel, az iskolai végzettséggel, a jövedelemmel és a mindennapi stresszeseményekkel (Amato és Booth 1997; Campbell 1981; Louis és Zhao 2002).

Vizsgálatok szerint a temperamentum is kapcsolatban van a szubjektív jól-léttel. A demográfiai tényezők és a szubjektív jól-lét között gyakran azonban csak kis mértékű összefüggést mutattak ki. Campbell és munkatársai (1976) szerint a demográfiai tényezők együttesen a szubjektív jól-lét variációjának kevesebb mint 20%-át tudják magyarázni; az iskolai végzettség, az etnikum és az életkor nagyon gyenge összefüggést mutatott a szubjektív jól-léttel. Néhány demográfiai változó azonban konzisztens módon prediktora a szubjektív jól-létnek. Nemtől függetlenül a házasságban élő személyek átlagosan nagyobb boldogságról számolnak be, mint a még egyedülállók, az elváltak vagy a különélők (pl. Lee és mtsai 1991).

### **Életkor, nem és iskolai végzettség**

Az életkort jelentős változónak tekintjük a szubjektív jól-lét kérdéskörének vizsgálatakor. Az általános elgondolás szerint a fiatalabb korcsoportokba tartozók boldogabbak, mint az idősek. Korábban megjelent tanulmányok azonban arra mutatnak rá, hogy a boldogság és az életkor között nincs összefüggés (Diener 1984). A világ minden részében végzett vizsgálatok konzisztens módon kimutatták, hogy az étellel való elégedettség az élet során vagy növekszik, vagy állandó marad. Az egyén életének különböző területeivel való elégedettsége szintén növekvő tendenciát mutat az évek során (Diener és Suh 2000). Másrészt, Duffy (2004) azt találta, hogy úgy az idős, mint a fiatal emberek nagyobb boldogságról számolnak be, mint a középkorúak – az egyedülálló, nem nyugdíjas középkorúak az étellel való alacsonyabb elégedettségről számoltak be. Ez részben a kornak is tulajdonítható, mivel ezeknek a személyeknek a legnagyobb része 35–55 év közötti, azaz abba a korcsoportba tartoznak, amelyről kimutatták, hogy más korcsoportokhoz képest kevésbé boldogok.

A nem a másik olyan tényező, amely elvileg befolyással lehet a szubjektív jól-létre. A nők magasabb negatív affektivitásról számolnak be, mint a férfiak, de ugyanakkor nagyobb mértékű öröm átélésére képesek. A vizsgálatok szerint a boldogság és az általános elégedettség megítélésében nincsenek jelentős nemi különbségek. Átlagosan azonban a fiatal nők boldogabbak, mint a fiatal férfiak; az idős korosztálynál ez fordítottan érvényes, az idős nők kevésbé tartják magukat boldogoknak, mint az idős férfiak. A nemek közötti különbség azonban egyik életszakaszban sem jelentős; a fent említett kiegyenlítődés a 45. év körül következik be (Diener 1984).

A várakozásokkal ellentétben a vizsgálatok szerint az iskolai végzettség és a szubjektív jól-lét között nincs összefüggés (Diener 1984).

## Család és családi állapot

Néhány házassággal és családdal foglalkozó kutatás nem talált összefüggést ezen tényezők és a szubjektív jól-lét között, míg más tanulmányok arra mutatnak rá, hogy a házasságban élő személyek boldogabbnak vallják magukat, mint egyedülálló társaik (Diener 1984). Glenn (1975) valamint Andrews és Withey (1976) eredményei szerint a házasságban élő nők több stressztünettől szenvednek, mint az egyedülálló nők, ennek ellenére azonban nagyobb elégedettségről számoltak be. Diener (1984) vizsgálatában a házasság volt a szubjektív jól-lét legerőteljesebb prediktora, olyan fontos kovariánsok, mint az iskolázottság, a jövedelem és a foglalkozási státus figyelembevételénél is (Diener 1984). Számos vizsgálat támasztja alá, hogy azok a személyek, akik jó szociális hálózattal és kapcsolatokkal rendelkeznek, jobb testi és lelki egészséggel, valamint magasabb étellel való elégedettséggel jellemezhetők (House és mtsai 1988).

## Jövedelem

Az étellel való elégedettség szempontjából kevésbé a jövedelem nagysága, inkább a jövedelem szubjektív megítélése fontos. Az, hogy az egyén mennyire tartja a jövedelmét kielégítőnek, erőteljesebb prediktora az étellel való elégedettségnek, mint a jövedelem nagysága. Érdekes módon, sem az aktuális jövedelem, sem a megtakarítások vagy a tulajdonban lévő vagyon nem mutat összefüggést a boldogsággal, ugyanis ezek önmagukban nem jelölik az anyagi elköteleződést vagy a vásárlási erőt minimális szint felett. Ez azt is tükrözi, hogy nem annyira a jövedelem abszolút értéke, mint in-

kább a személy szükségleteiről alkotott képe befolyásolja a boldogságot (Duffy 2004).

Sok fejlett országban az anyagi jól-lét nagymértékben megnőtt az utóbbi években, miközben az étellel való elégedettségben nem tapasztalhatók ilyen jellegű változások. A mai társadalmak egyre inkább hedonisták és fogyasztáscentrikusak lesznek, ami paradox módon nem magasabb, hanem alacsonyabb beteljesülési érzést eredményez (Duffy 2004). Akárcsak az amerikai Myers (2000) vizsgálata, Diener és Oishi (2000) kutatásai is kimutatták, hogy a jövedelem drámai növekedése ellenére a vizsgálatban résztvevő nemzetek tagjainak a boldogsága nem nőtt az évek során. A legfejlettebb országokban tapasztalt jövedelemnövekedés nem okoz tehát hasonló mértékű pozitív változást a szubjektív jól-létben. Ez azzal magyarázható, hogy a növekvő életszínvonal módosítja az emberek vágyait és az elégedettséggel kapcsolatos értékelési szempontjaikat.

A társadalom jellemzői is befolyásolják a szubjektív jól-létet (Diener és Suh 1999). Az 1990 és 1993 között végzett World Values Survey-ben (World Values Study Group 1994), amelyet országonként 1000 fős reprezentatív minta részvétellel végeztek, a kutatók azt találták, hogy az országra jellemző vásárlási erő és a lakosság boldogsági szintje közötti korrelációs együttható értéke 0,62-es. Diener és Diener (1995) vizsgálata szerint az anyagiakkal való elégedettség a szegényebb országokban erőteljesebb prediktora az étellel való elégedettségnek, mint a gazdag országokban. Másfelől, számos tanulmány kimutatta, hogy a gazdag országokban magasabb az étellel való elégedettség (Diener és Suh 1997). Ennek egy lehetséges magyarázata az, hogy a gazdag országok lakosai nagyobb eséllyel tudják kielégíteni a táplálkozással, szállással és egészséggel kapcsolatos alap-szükségleteiket (Diener és mtsai 1995).

### **Az étellel való elégedettség mérése**

Bár a bűnügyi statisztikák, az egészségügyi és az anyagi jól-lét mutatók kétségtelenül kapcsolatban vannak az életminőséggel, ezek a külső tényezők nem teljesen tudják jelölni, mit jelent igazán boldognak lenni (Diener Lucas 2000). A szubjektív jól-lét mérését lehetővé teszi az étellel való elégedettség skála, amelyet Diener és munkatársai dolgoztak ki 1985-ben, és amelyet Pavot és Diener értékelt újra 1993-ban. Ez az önjellemzős kérdőív, melynek segítségével a vizsgálati személyek értékelik az étellel való elégedettségi szintjüket, a kellemes és kellemetlen érzelmek előfordulási gyakoriságára is rákérdez. Öt item méri az étellel való elégedettséget. A vizsgálati személyeknek azt kell bejelölniük, hogy mennyire értenek egyet az



alábbi állításokkal: 1) „Az életem a legtöbb tekintetben közel van az ideálishoz”, 2) „Elégedett vagyok az életemmel”, 3) „Eddig minden fontosabb dolgot megszereztem, amit akartam”, 4) „Az életkörülményeim kitűnőek”, 5) „Ha újrakezdehetném, szinte semmin nem változtatnék”. Ezek a tételek egy közös faktorhoz tartoznak, amelyben telítettségi értékeik magasak; a skálának kiváló a belső és a teszt-reteszt megbízhatósága (Larson és mtsai 1983).

Diener és Lucas (2000) szerint az érzelmi jól-létet gyakran mérik egyszeri kitöltésű önjellemzős mérőeszközökkel. Ezek a mérőeszközök tartalmazhatnak egy vagy több tételt, amelyekben a vizsgálati személyeket arra kéri, hogy ítéljék meg, mennyire boldogok. Ma már bizonyított, hogy a boldogsági szint önjellemzős módszerrel való mérése megbízható, ugyanis a legtöbb kérdőív jó reliabilitással és időbeli stabilitással rendelkezik, illetve jelentős mértékben korrelál a jól-lét nem önjellemzős méréseivel. Headey és Wearing (1989) például 0,5–0,6 nagyságú teszt-reteszt reliabilitást talált az általuk használt mérőeszköz esetén. Ezek a korrelációs együttműködések alacsonyabbak az egytételű és az affektív jól-létre vonatkozó mérőeszközöknél, míg a több ítemes és a jól-lét kognitív értékelésére (pl. az étellel való elégedettségre) vonatkozó kérdőívek esetén jobb a reliabilitás (Larson és mtsai 1985).

A jól-létre vonatkozó mérőeszközök tartalma úgy a használatuk óta eltelt idő során, mint a kultúrák között viszonylag változatlan (Andrews és Robinson 1991; Balatsky és Diener 1993; MacKinnon és Keating 1989; Lawrence és Liang 1988). Továbbá: a szubjektív jól-lét – olyan szociális és gazdasági indikátorok mellett, mint a bruttó nemzeti jövedelem, az egészségügyi és a bűnügyi mutatók – nagyon jó indikátora az életminőségnek (Diener és Suh 1997). A szubjektív érzelmi jól-létre vonatkozó mérőeszközök az életkörülményekben jelentkező változásokat is jól mérik (Diener és Lucas 2000).

Az étellel való elégedettségre vonatkozó adatok egy országra vagy egy adott társadalmi csoportra jellemző életminőséget jelzik. Ezáltal értékelhető egy szociális probléma mérete, illetve a döntéshozók számára megfogalmazhatóak intervenciós lehetőségek. A magas étellel való elégedettség arra utal, hogy a népességnek jó az életminősége, míg az alacsony elégedettségből valamilyen probléma létezésére lehet következtetni. Jó példa erre az étellel való elégedettség az egyedülálló emberek körében. A modern társadalmakban az egyedülálló embereknek kevesebb örömben van részük, mint a házasoknak; gyakran az elvált vagy az özvegy embereknél figyelhető meg a legalacsonyabb étellel való elégedettségi szint. Az egyedülállók és a házasok között az étellel való elégedettségben jelentkező különbség nagyobb, mint a gazdagok és szegények közötti különbség

(Veenhoven 1984). Úgy tűnik, az egyedülállók valami lényegeset hiányolnak az életükből. Az alacsony étellel való elégedetlenség azonban csak arra utal, hogy *valami* nincs rendben, de nem mutatja azt, hogy *mi* az. Az egyedülállók elégedetlenségét magyarázhatja negatív társadalmi besorolásuk, de származhat a magányosságból és a társas támogatás hiányából is (Diener és Suh 1999). Skrabski és munkatársai (2005) készítettek egy felmérést az élet értelméről és a társas támogatásról. Igazolták többek között, hogy az élet értelméről kapott eredmények kifejezetten pozitívan kapcsolódnak a társas támogatáshoz.

### **Kétségek az érvényességet és megbízhatóságot illetően**

Vannak olyan vélemények, melyek szerint az étellel való elégedettségre vonatkozó kérdések tulajdonképpen valami mást mérnek: elképzelhető, hogy az étellel való elégedettség tulajdonképpeni mértéke helyett a válaszok társadalmi elvárásokat vagy egyéni vágyakat tükröznek (Veenhoven és Saris 1996).

Bár úgy tűnik, hogy az étellel való elégedettség egy tétel mérőeszközei azt mérik, amit mérniük kell, nem biztos hogy ezt elég pontosan teszik. Ha egy kérdést két alkalommal tesznek fel egy interjú során a vizsgálati személyeknek, a válaszok nem mindig azonosak. A válaszok közötti korrelációs együttható 0,70 körüli. Az egy héttel későbbi méréssel számított teszt-reteszt megbízhatóság értéke 0,60 körül van. Az „elégedett” válaszok ritkán módosulnak „elégedetlen” válaszokra, míg a „nagyon” helyett az „eléggé” válasz gyakran előfordul; ez arra utalhat, hogy a válaszlehetőségek nem mindig egyértelműek. A válaszadó elképzelése az életével való elégedettségéről átfogóbb, mint a kérdőívekben szereplő válaszlehetőségek (Veenhoven és Saris 1996).

## **AZ ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG TÁRSADALMI MEGÍTÉLÉSE**

A szubjektív jól-lét vizsgálata jó mutatója lehet a társadalomra jellemző életminőségnek. Nem sokkal korábban még tabunak számított arra utalni, hogy a társadalmakat így értékelni lehetne (Shweder 2000).

## A társadalom típusa

Az étellel való elégedettség jelentős mértékben különbözik az országok között. Ezek a különbségek nem magyarázhatóak a mérőeszközök értelmezéséből, sem az étellel kapcsolatos szemléletmódból adódó különbségekkel. Másfelől: az életkörülményekben jelentkező eltérések összhangban vannak az étellel való elégedettségben megfigyelt különbségekkel. Az étellel való elégedettség általában magasabb a gazdaságilag fejlett országokban. Ez a kapcsolat legjobban egy logaritmikus görbével írható le; eszerint a jövedelem és az étellel való elégedettség szoros pozitív összefüggést mutat a szegény országokban, míg a gazdag országokban ezek a tényezők kis mértékben vagy egyáltalán nem korrelálnak. Az étellel való elégedettség az egyenlőségre törekvő társadalmakban is magasabb, ami részben a rájuk jellemző nagyobb gazdasági jól-léttel is magyarázható. Továbbá, az étellel való elégedettség azokban az országokban is nagyobb, ahol az emberi jogokat és a politikai szabadságot tiszteletben tartják. A különbséget itt is részben a nagyobb jövedelem magyarázhatja. A szabadság is lehetővé teszi olyan életmód választását, mely jobban megfelel az egyén igényeinek, és amely ugyanakkor pozitívabb élettapasztalatokat eredményez. Emellett az étellel való elégedettség azokban az országokban a legmagasabb, amelyek a legjobb hozzáférést biztosítják a tudáshoz; ennek jó indikátorai a következők: a műveltségi szint, az iskolázottság, a tömegtájékoztatási eszközök (rádió, írott sajtó, televízió stb.) használata (Veenhoven és Saris 1996).

## A társadalomban elfoglalt hely

A korcsoportok és a nemek között az étellel való elégedettségben mutatkozó különbségek gyakran képezték a kutatások tárgyát. A különbségek elenyészőek és vizsgálatonként eltérőeknek mutatkoznak. Gazdag országokban végzett vizsgálatokban azonban negatív irányú gyenge összefüggést találtak az iskolai végzettség és az étellel való elégedettség között. Ez nem azt jelenti, hogy az iskolázottság önmagában véve elégedetlenséget eredményez, hanem ellenkezőleg, a legképzettebbek egyben a legboldogabbak is. A magasan képzett egyéneknél fellépő enyhe elégedetlenség például a végzettségnek teljesen megfelelő munka hiányával is magyarázható.

Az étellel való elégedettség és a foglalkozás közötti kapcsolat stabilabbnak tekinthető. A világ minden részén a foglalkozással rendelkezők, különösen azok, akiknek nagy elismerésben részesülő foglalkozásuk van,

elégedettebbek az életükkel. Nem tisztázott, hogy ezek a különbségek a munkából származó jutalomnak, vagy inkább a jövedelemmel kapcsolatos előnyöknek és a társadalmi presztízsnak tulajdoníthatóak-e (Veenhoven és Saris 1996). A kultúrák az érzelmek megnevezésében különbözhetnek, míg néhány olyan közös cél, mint például a tisztelet iránti igény minden kultúrában megtalálható (Diener és Tov 2005)

A kulturális és társadalmi tényezők a szubjektív jól-létet számos módon befolyásolhatják. Ez elsősorban abban nyilvánul meg, hogy néhány ország a lakosainak olyan alapszükségleteit, mint például az étellel, tiszta vízzel és egészséggel kapcsolatos igények, jobban ki tudja elégíteni. Ezeket a nemzeteket magasabb szubjektív jól-lét szint jellemzi. A kultúra módosíthatja a szubjektív jól-lét korrelátumait azáltal, hogy befolyásolja az emberek céljait és értékeit. Mindezek mellett a szubjektív jól-lét és a kulturális elemek közötti kapcsolat háttérben az optimizmusban, a pozitív hozzáállásban, a társas támogatottságban, a megküzdésben és az egyéni vágyak mérséklésében lévő különbségek is lehetnek. A boldog emberek gyakrabban vesznek részt a közösség szervezeteiben, mások által kedveltebbek, kisebb eséllyel válnak el házastársuktól, átlagosan hosszabb ideig élnek, jobb a munkahelyi teljesítményük (Staw és mtsai 1994; Veenhoven 1988) és a jövedelmük is magasabb (Diener és mtsai 2000). Ezek az eredmények korrelációs elemzésekből származnak, így még hiányosak az ismereteink arra vonatkozóan, hogy a boldog emberek miért rendelkeznek átlagosan több kívánatos magatartással. Ugyanakkor a boldog emberek átlagosan produktívabbak és barátságosabbak. Ebből arra következtethetünk, hogy a magas fokú szubjektív jól-lét a társadalom számára is hasznos lehet. (Diener 2000).

Vittersø és munkatársai (2002) az Élettel való elégedettség skála (Satisfaction With Life Scale) öt itemének faktoranalízise során azt találták, hogy az egyfaktoros modell bizonyult a legalkalmasabbnak 41 nemzet esetén. Minden nemzet esetén 0,90 feletti volt a „comparative fit index” (az összehasonlító találati mutató). Ezek az eredmények arra utalnak, hogy az Élettel való elégedettség skála egy konstruktumot mér, és hogy az „élettel való elégedettséget” számos kultúrában hasonlóan értelmezzik. Ez nem azt jelenti, hogy az élettel való elégedettséghez szükséges szempontok egyetemesek, hanem azt, hogy a különböző kultúrák tagjai hasonlóan reagálnak az élettel való elégedettségre vonatkozó kérdésekre, vizsgálatokra.

## Magyarok és izraeliek közötti különbségek az étellel való elégedettség tekintetében

Az étellel való elégedettség átlagértéke jelentős eltéréseket mutat a nemzetek között. A magyarok 2000-ben az étellel való elégedettségi szintjüket 4-re értékelték egy 0 és 10 közötti skálán. A magyarok tehát elég alacsony szintet mutattak az étellel való elégedettségben (Veenhoven 2000a).

Amint az 1. táblázatból is látható, úgy 2000-ben, mint 2006-ban az étellel való elégedettségi mutatók értékei mindkét tanulmányban magasabbnak bizonyultak az izraeliek körében, mint a magyar mintán (Veenhoven 2000b; Marks és mtsai 2006).

Az egy országon belül élő emberek között az étellel való elégedettségben jelentkező különbségek részben az eltérő esélyekkel és megküzdési stratégiákkal magyarázhatóak. A különböző országok közötti különbségek hátterében az eltérő életkörülmények is állhatnak (Veenhoven 1993b).

A Világ Értékei Felmérés (World Values Surveys) keretében a Michigani Egyetemen 20 éven keresztül adatokat gyűjtöttek a legboldogabb országokról. Eredményeik a legtekintélyesebbeknek számítanak a boldogságkutatók körében. Az említett vizsgálatban a boldogságot két módon mérték. Az első módszer keretében egyszerűen azt kérdezték meg az emberektől, hogy mennyire érzik magukat „boldognak”. A második módszer során a boldogságra vonatkozó kérdés mellett, arra is rákérdeztek, hogy mennyire „elégedettek”. Ezeket a válaszokat együttesen elemezve, állapították meg a „szubjektív jól-lét” szintet; ezt a fogalmat általában a boldogság szinonimájaként használják. A „boldogság” kérdésre és a „Mindent egybevetve, mennyire érzi magát elégedettnek mostanában, ha élete egészére gondol?” kérdésre adott válaszokat együtt elemezve, a kutatók a

1. táblázat. Az étellel való elégedettség a két országban (2000–2006)

Nemzet*	Év	Étellel való elégedettség (LS)
Izrael	2000	10
Magyarország	2000	4
Nemzet**	Év	Étellel való elégedettség skála (SWLS)
Izrael	2006	223
Magyarország	2006	190

\* Veenhoven (2000a) Étellel való elégedettség (LS: 1–10 skála)

\*\* Marks és mtsai (2006) Étellel való elégedettség skála (SWLS: 100–300 skála)

szubjektív jól-létük szerint rangsorolták az országokat. Ebben a rangsorolásban Izrael a 34. helyen, Magyarország az 57. helyen állt (Inglehart 2004).

### **Az étellel való elégedettség a XXI. század kezdetén Magyarországon**

Kelet-Európa országaiban több férfi, mint nő tartotta magát „átlagon felül” elégedettnek. Ez az úgynevezett „elégedettségi úr”. Jelentős különbségek figyelhetők meg az országok között az étellel való elégedettségben; az elégedettség átlagértéke legmagasabb Észak- és Nyugat-Európa országaiban, míg Kelet-Európában a legalacsonyabb. Ez érvényes az életre vonatkozó átfogó elégedettségre és az élet három fontos területével (pénzügyek, lakás-körülmények, társas kapcsolatok) való elégedettségre is. Egy országon belül az egyének étellel való elégedettsége nem korrelál olyan demográfiai tényezőkkel, mint az életkor, a nem, az iskolai végzettség és a jövedelem. Ez a négy változó az étellel való elégedettség varianciájának kevesebb, mint 5%-át magyarázza. A legnagyobb különbségek a pénzügyekkel való elégedettség tekintetében figyelhetők meg. 1995-ben a magyaroknak csak 17%-a volt elégedett a pénzügyi helyzetével. Igen jelentős különbségek vannak az átfogó étellel való elégedettségben is. Az étellel való elégedettség a vizsgált 10 európai ország közül Magyarországon volt a legalacsonyabb (33%). Úgy a lakhatási körülményeikkel (43%), mint a társas kapcsolataikkal a magyarok voltak a legkevésbé elégedettek (49%). Ebben a vizsgálatban az előbb említett négy változó közül három területen a magyar bizonyult a legkevésbé elégedett nemzetnek (Veenhoven és Saris 1996). Az étellel való elégedettség általában alacsony volt Kelet-Európa országaiban, még a jövedelem hatásának figyelembevételét követően is. A vártnál alacsonyabb elégedettségi szint az egykori kommunista országok szétesése után az új és igen nehéz politikai és gazdasági változásoknak is tulajdonítható (Diener 2000), és hozzájárul elsősorban a magyar férfi lakosság egészségi állapotának romlásához (Skrabski és mtsai 2005).

Más vizsgálatok eredményei arra mutatnak rá, hogy a poszt-szocialista országokban jelentős generációk közötti különbségek vannak az étellel való elégedettségben, a rendszerváltás kapcsán a fiatal és az idős korosztályba tartozóknak eltérő esélyeik voltak. A 40-es és 50-es éveiben járó korosztályban gyakori a munkanélküliség, ami nagy mértékben magyarázhatja az alacsony étellel való elégedettségüket. A korrallal ellentétben, a nem az étellel való elégedettség terén nem differenciál jelentősen. Szükség esetén a családtagok segítségét leginkább a ciprusiak (69%), a németek (63%) és a magyarok (63%) kérik (Veenhoven és Saris 1996).

Korábbi jól-lét témájú magyar vizsgálatok szerint az egészségi állapot az egyéni szubjektív jól-létnek egy jelentős komponense. Az egészségi állapot az étellel való elégedettségnek egy igen fontos meghatározója, általában fontosabb, mint a munkanélküliség vagy a jövedelem (Lelkes 2004).

A magas szocioökonómiai státusú diákok magas étellel való elégedettségről számoltak be, akárcsak egy korábbi vizsgálatban, amelyben a kutatók a fiatalok körében a pszichés egészség tekintetében jelentkező társadalmi egyenlőtlenségeket vizsgálták (Piko és Fitzpatrick 2001). Ez a szocioökonómiai státusra vonatkozó mutató azt jelölheti, hogy az anyagi javakból származó biztonságot fontosabbnak tartják, mint a poszt-materialista értékeket Kelet-Európában (Schwartz és Bardi 1997). Az átmeneti időszak kulturális közege erőteljes materialista attitűdök kialakulásához vezethet a fiatalok körében. Egyetemisták körében a tanulmányi teljesítmény is szignifikáns prediktora az étellel való elégedettségnek (Rask és mtsai 2002).

Az egyetemi hallgatók számának a növekedése a 18 év feletti lakosságban leginkább a felsőoktatás jelentős térnyerésével magyarázható. Az egyetemi hallgatói státus szignifikáns és pozitív prediktora volt az étellel való elégedettségnek. Az oktatás a 18 év felettiak számára örömforrást jelent, és ennek a csoportnak a tagjai többnyire elégedettek az életükkel (Veenhoven és Saris 1996).

## Az étellel való elégedettség a XXI. század kezdetén Izraelben

Egy 2002-ben készített felmérés eredményei szerint a felnőtt izraeliek 83%-a elégedett vagy nagyon elégedett az életével. A felmérés, melyet a Pénzügyi Minisztérium Költségvetések Osztályának a megbízásából a Központi Statisztikai Hivatal végzett, 7000, 20 évesnél idősebb fő megkérdezésével történt az ország minden részéből. A megkérdezettek 53%-a fejezett ki optimizmust a jövőt illetően, 33%-a vélte azt, hogy élete nem fog változni, míg 14%-a gondolta azt, hogy az élete negatív irányba fog módosulni. A felsőfokú végzettséggel rendelkező vizsgálati személyek 88%-a volt elégedett az életével, míg a szakképzetlenek körében ez az arány 66%. Az egyedülállók és a házások körében azonos mértékű volt az étellel való elégedettség (85%), míg ez kisebb mértékben jellemezte az elváltakat (64%) és a megözvegyülteket (64%). A felmérés továbbá kimutatta, hogy a népesség 77%-a tartotta egészségét jónak vagy nagyon jónak és, hogy az egészséggel való elégedettség csökkent az életkor és a jövedelem növekedésével (Basok 2003).

A rossz egészségi állapot, ami a megkérdezettek 34%-át érintette, az

alacsony jövedelemmel rendelkezők esetén jelentett leginkább problémát. A munkával való elégedettség magasabb a felsőfokú végzettségűeknél; a főiskolát vagy egyetemet végzettek 85%-a mondta magát elégedettnek a munkájával, ellentétben a csak érettségivel vagy alacsonyabb végzettséggel rendelkezők 79%-ával (Bassok 2003).

A családi kötelekeket és a családon belüli kapcsolattartást vizsgálva a kutatók azt találták, hogy a felnőtt izraeliek 1%-ának nincs családja, és 0,5%-a nem találkozik vagy nem beszél telefonon családtagjaival. Azok közül, akik ápolják a kapcsolatot a családjukkal 94% vallotta magát elégedettnek családjával. A felnőtt népesség 14%-a mondta, hogy nincsenek barátai. Azok közül, akiknek voltak barátaik, szinte mindenki elégedettségét fejezte ki ezekkel a kapcsolataival. Ennek ellenére, a megkérdezettek 32%-a mondta azt, hogy néha vagy gyakran magányosnak érzi magát. A nők gyakoribb magányosságérzetről számoltak be, mint a férfiak (a nők 38%-a, a férfiak 26%-a). A fiatalok magányosabbak, mint az idősek, a bevándorlók magányosabbak, mint a tősgyökeres izraeliek. A megkérdezettek 13%-a mondta azt, hogy nehéz élethelyzetben nincs kihez fordulnia (Bassok 2003).

A 2004-ben és 2005-ben végzett felmérések azt mutatták, hogy a felnőtt izraeli lakosság 82%-a tartotta magát boldognak, vagy nagyon boldognak. Az izraeliek 51%-a gondolta azt, hogy az életük javulni fog az elkövetkezendő időszakban, míg 12%-a rosszabb kilátásokra számított. Az izraeliek boldogsága nem csak a jövedelemmel kapcsolatos: a lakosság 81%-a az otthonával, ennek környékével és a szomszédsággal elégedett, 94%-a pedig a kapcsolataival és a családjával (Ilan 2006).

## VIZSGÁLATUNK BEMUTATÁSA

### Hipotézisek

Vizsgálatunkban a korábbi kutatások (pl. Marks és mtsai 2006; Veenhoven 2007) eredményeinek megerősítését vártuk.

1. Mivel korábbi vizsgálatokban azt találták, hogy az étellel való elégedettség magasabb az izraeli népesség körében, mint a magyar populációban, feltételeztük, hogy a Budapesten tanuló izraeli orvostanhallgatók is elégedettebbek lesznek az életükkel, mint magyar társaik.
2. Feltételeztük, hogy úgy az izraeli, mint a magyar orvostanhallgató nők elégedettebbek lesznek az életükkel, mint férfi társaik.



## MÓDSZEREK

### Minta

Vizsgálatunk mintáját magyar és izraeli orvostanhallgatók képezték. A felmérés 2007 májusában készítettük. Az adatgyűjtés a budapesti Semmelweis Orvostudományi Egyetemen zajlott. Ez az egyetem Magyarország legnagyobb orvosi egyeteme, amely számos karral rendelkezik. Első-, másod- és harmadéves magyar és izraeli orvostanhallgatók vettek részt a vizsgálatunkban.

#### *A magyar minta*

Az orvostanhallgatók interneten is megtalálható órarendje alapján választottuk ki a legalkalmasabb előadásokat a kérdőívek kiosztására. A hallgatókat megkértük, hogy a kiválasztott előadás előtt töltsék ki a mérőeszközöket. Összesen 150 magyar orvostanhallgató, 75 nő és 75 férfi töltötte ki a kérdőívet. A magyar hallgatók életkora 18 és 36 év közötti, átlagéletkoruk  $20,89 \pm 2,70$  volt. A férfi hallgatók átlagosan  $20,88 \pm 2,70$  évesek, a női hallgatók átlagosan  $20,89 \pm 3,24$  évesek voltak.

#### *Az izraeli minta*

Az izraeli mintát érintő adatgyűjtés során első lépésben felvettük a kapcsolatot az izraeli orvostanhallgatók diákszervezetének vezetőjével. Tőle megtudtuk hány izraeli orvostanhallgató tanult Budapesten a felmérés idején, illetve megkaptuk ezeknek a hallgatóknak az órarendjét. Az adatgyűjtés hasonlóan zajlott, mint a magyarországi minta esetén. Összesen 150 izraeli orvostanhallgató, 75 nő és 75 férfi töltötte ki a kérdőívet. A hallgatók életkora 19 és 34 év közötti, átlagéletkoruk pedig  $24,98 \pm 3,10$  volt. A férfi hallgatók átlagosan  $25,63 \pm 3,46$  évesek, a női hallgatók átlagosan  $24,33 \pm 2,56$  évesek voltak.

### Mérőeszközök

A magyar és az izraeli minta ugyanazt a kérdőívet töltötte ki. A kérdőív eredetileg angol nyelvű volt, de a magyar minta számára a lefordított változatot használtuk, ami Dr. Ed Diener honlapjáról letölthető (<http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/SWLS.htm>).

Ebben a vizsgálatban a következő kérdések és kérdőívek szerepeltek:

1. A kérdőív első részében az alábbi demográfiai jellemzőkre kérdeztünk rá:

- Életkor
- Nem
- Kivel laknak jelenleg együtt (egyedül; otthon, szülőkkel vagy rokonokkal; a partneremmel; a családommal; a gyereke(i)mmel; barátokkal; más személlyel vagy személyekkel).

2. Az Élettel való elégedettség skála (Satisfaction with Life Scale) (Diener és mt sai 1985; Pavot és Diener 1993) segítségével mértük, hogy az izraeli és a magyar hallgatók összességében mennyire elégedettek az életükkel. Az Élettel való elégedettség skála az élet összes dimenziójával való elégedettséget hivatott mérni, azaz az egyén világgal kapcsolatos kognitív megítélését. A skála nem az élet különböző dimenzióival – egészséggel vagy pénzügyekkel – való elégedettséget méri, hanem lehetővé teszi, hogy a megkérdezettek integrálják és egymáshoz hasonlítsák ezeket a területeket. A skála egy rövid, 5 tételes mérőeszköz, melyekre a válaszadás egy 1-től (egyáltalán nem értek egyet) 7-ig (teljesen egyetértek) terjedő skálán történik.

## Eredmények

*1. hipotézis. Mivel korábbi vizsgálatokban azt találták, hogy az élettel való elégedettség magasabb az izraeli népesség körében, mint a magyar populációban, feltételeztük, hogy a Budapesten tanuló izraeli orvostanhallgatók is elégedettebbek lesznek az életükkel, mint magyar társaik.*

Az Élettel való elégedettség skála esetén a Cronbach alfa együttható 0,84 volt ( $N = 300$ ; Alfa = 0,8415).

Az izraeli orvostanhallgatók elégedettebbek az életükkel (átlag = 5,25; szórá s = 0,98; SD = 0,081), mint a magyar orvostanhallgatók (átlag = 4,77; szórá s = 1,24; SD = 0,101).

Független mintás t-próbával vizsgáltuk, hogy a két nemzethez tartozó hallgatói csoport élettel való elégedettsége szignifikánsan különbözik-e. Eredményeink azt mutatják, hogy az izraeli hallgatók körében az élettel való elégedettség szignifikánsan magasabb volt, mint a magyar hallgatóknál ( $t(284) = 3,644$ ;  $p < 0,001$ ).

A nemzetiségek között az élettel való elégedettségben jelentkező különbség az életkorra és a nemre való kontrollálás után is fennállt ( $F = 16,740$ ;  $p < 0,001$ ).

További elemzéseket végeztünk annak meghatározására, hogy az étellel való elégedettség diszkriminál-e a magyar és az izraeli csoport között. A diszkriminációs elemzések során a Wilks Lambda érték 0,957 ( $p < 0,001$ ) volt, ami arra utal, hogy az étellel való elégedettség szignifikánsan diszkriminál a két vizsgált csoport között.

*2. hipotézis. Úgy az izraeli, mint a magyar orvostanhallgató nők elégedettebbek lesznek az életükkel, mint férfi társaik.*

Az izraeli orvostanhallgató nők (átlag = 5,48; szórás = 0,96) magasabb étellel való elégedettségről számoltak be, mint az izraeli férfiak (átlag = 5,02; szórás = 0,99). A független mintás t-próba kimutatta, hogy az izraeli hallgató férfiak étellel való elégedettsége szignifikánsan különbözött az izraeli nőkéthöz ( $t(148) = 2,90, p = 0,004$ ). Ez a különbség az életkorra való kontrollálás után is fennállt ( $F = 5,36, p = 0,004$ ). A magyar orvostanhallgató férfiak (átlag = 4,85; SD = 1,30) és az orvostanhallgató nők (átlag = 4,70; SD = 1,19) között azonban nem találtunk szignifikáns különbségeket az étellel való elégedettség tekintetében ( $t(148) = 0,71, p = 0,48$ ).

További elemzéseket folytattunk mindkét mintában annak meghatározására, hogy az étellel való elégedettség diszkriminál-e a nemek közt. Az izraeli mintán végzett diszkriminációs elemzések során a Wilks Lambda értéke 0,946 ( $p = 0,004$ ) volt. Az étellel való elégedettség tehát jól diszkriminál a két nem között. A magyar minta esetén a Wilks Lambda nem volt szignifikáns (0,992, ( $p = 0,481$ )). Eredményeink tehát azt mutatják, hogy az étellel való elégedettség jól diszkriminál az izraeli, de nem diszkriminál a magyar mintán.

## MEGBESZÉLÉS

Eredményeink alátámasztják a korábbi vizsgálatok eredményeit (Marks és mtsai 2006; Veenhoven 2007), melyek szerint a 2000 és 2006 közötti időszakban az izraeli egyetemi hallgatók magasabb étellel való elégedettségről számoltak be, mint a magyarok. Eredményeink tehát igazolták első hipotézisünket. A kultúra, melyben élnek, meghatározza az emberek céljait és értékrendjét; az étellel való elégedettségben jelentkező kulturális különbségek leginkább az optimizmus és pozitív világszemlélet, a társas támogatás, a megküzdés és az egyéni vágyak szabályozásának területén jelentkező, nemzetek közötti különbségekkel magyarázhatóak (Staw és mtsai 1994; Veenhoven 1988; Diener és mtsai 2000). A korábbi vizsgálatok és a saját felmérésünk eredményeit magyarázhatja Diener (2000) gondo-

latmenete, mely szerint az étellel való elégedettség a kelet-európai országokban azért alacsony, mert ezeknek a poszt-kommunista országoknak politikai és gazdasági nehézségekkel kellett szembenézniük az idézett felmérések idején. A vizsgálatunkban résztvevő magyar és izraeli orvostanhallgatók étellel való elégedettségben fellépő különbségek részben a különböző esélyekkel, lehetőségekkel, illetve az életeseményekkel való különböző megküzdéssel is magyarázhatóak (Veenhoven és Saris 1996). Az izraeli hallgatók magasabb étellel való elégedettségéhez az is hozzájárulhat, hogy Budapesten egy jól működő izraeli közösség van, és hogy nagyszámú izraeli hallgató tanul Magyarországon. Mivel szülőföldjüktől távol vannak, az izraeli orvostanhallgatók nagyon összetartanak, egymás társas támogatását gyakran és nagymértékben igénylik. Ismeretes, hogy az étellel való elégedettség szoros összefüggésben van például a társas támással és a saját közösségbe vetett bizalommal (Diener és mtsai 1999). Korábbi kutatások azt is kimutatták, hogy azok az emberek, akik támogató szociális hálózatokkal és kapcsolatokkal rendelkeznek, átlagosan jobb testi és lelki egészséggel és magasabb étellel való elégedettséggel jellemezhetők, mint magányosabb társaik (House és mtsai 1988; Skrabski és mtsai 2005).

A korábbi felméréseket, amelyekben az izraeliek étellel való elégedettségét vizsgálták, Izraelben végezték. A mi vizsgálatunkban olyan izraeli orvostanhallgatók vettek részt, akik idejük legnagyobb részét Magyarországon töltik, és tanulmányaikat is itt folytatják. Az a tény, hogy az izraeli hallgatók étellel való elégedettsége magasabbnak bizonyult úgy Izraelben, mint Budapesten, magyarázatot adhat arra, hogy az izraeliek és a magyarok közötti étellel való elégedettségben jelentkező különbség (melyet kutatásunk is megerősített) a különböző kulturális jellegzetességekkel és értékekkel magyarázható.

Az izraeli orvostanhallgató nők elégedettebbeknek bizonyultak az étellel, mint az izraeli orvostanhallgató férfiak, ezért második feltevésünk részben igazolódott. Korábbi kutatások (Diener 1984; Veenhoven és Saris 1996) szerint a fiatal nők boldogabbak, mint a fiatal férfiak. Ez a nemek közötti különbség legtöbbször azonban nem jelentős. Mindazonáltal, az izraeli mintában a nemi különbségek szignifikánsak és a várt iránnyal megegyezőek voltak. Érdekes módon Bassok (2003) azt találta, hogy az izraeli nők magányosabbnak érzik magukat, mint az izraeli férfiak (38% szemben 26%-kal). Ez ellentmond a mi eredményeinknek, ami további vizsgálatokat indokol e témában.

A magyar mintában nem találtunk nemi különbségeket az étellel való elégedettség tekintetében. Hipotézisünk második felét tehát nem tudtuk alátámasztani. A magyar férfiak magasabb étellel való elégedettségről számoltak be, ez a különbség azonban nem volt szignifikáns.

## LIMITÁCIÓ

Mivel mintánkban 300 orvostanhallgatót vizsgáltunk, ezért nem lehet eredményeinket általánosítani az átlag izraeli és a magyar populációra.

### Irodalom

- Allardt, E. (1975): Dimensions of welfare in a comparative Scandinavian study. *Research Group for Comparative Sociology, Research Report nr 9*. University of Helsinki, Finland.
- Allport, G. W. (1961): *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart Winston, New York.
- Amato, P. R., Booth, A. (1997): *A generation at risk: growing up in an era of family upheaval*. Harvard University Press, Cambridge, MA.
- Andrews, F. M., Robinson, J. P. (1991): Measures of subjective well-being. In Robinson, J. P., Shaver, P., Wrightsman, L. (eds.): *Measures of Social Psychological Attitudes*. Academic Press, San Diego, CA.
- Andrews, F. M., Withey, S. B. (1976): *Social indicators of well-being: Americans' perception of life quality*. Plenum, New York.
- Argyle, M. (1987): *The Psychology of Happiness*. Methuen, London.
- Balatsky, G., Diener, E. (1993): Subjective well-being among Russian students. *Social Indicators Research*, 28: 225–243.
- Bassok, M. (2003): *Always looking on the bright side of life*. <http://www.haaretz.com/hasen/pages/ShArt.jhtml?itemNo=336049> (03/June/07)
- Bradburn, N. M. (1969): *The structure of psychological well-being*. Aldine Publishing, Chicago.
- Brickman, P., Campbell, D. T. (1971): Hedonic relativism and planning the good society. In Apley, M. H. (ed.): *Adaptation-level theory*. Academic Press, New York, 287–305.
- Brickman, P., Coates, D., Janoff-Bulman, R. (1978): Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36: 917–927.
- Buhler, C. (1935): The curve of life as studied in biographies. *Journal of Applied Psychology*, 19: 405–409.
- Campbell, A. (1981): *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. McGraw Hill, New York.
- Campbell, A., Converse, P. E., Rodgers, W. L. (1976): *The Quality of American Life*. Russel Sage Foundation, New York.
- Cantril, H. (1965): *The pattern of human concern*. Rutgers University Press, New Brunswick.
- Cheng, S. T. (2004): Age and subjective well-Being revisited: a discrepancy perspective. *Psychology and Aging*, 19 (3): 409–415.
- Diener, E. (1984): Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95: 542–575.
- Diener, E. (2000): Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1): 34–43.
- Diener, E., Diener, M. (1995): Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68: 653–663.
- Diener, E., Lucas, R. E. (2000): Subjective emotional well-being. Running head: emotional well-being. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds). *Handbook of Emotions* (2nd ed.). Guilford, New York, 325–337.

- Diener, E. Oishi, S. (2000): Money and happiness. In Diener, E. Suh, E.M. (eds.): *Culture and subjective well-being*. MIT Press, Cambridge, Massachusetts, 185–218.
- Diener, E., Suh, M. E. (1997): Subjective well-being and age: an international analysis. In Schaie, K. W. Lawton, M. P. (eds.): *Annual review of gerontology and geriatrics*. Springer, New York, 304–324.
- Diener, E., Suh, E. M. (1999): National differences in subjective well-being. In Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (eds.): *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation, New York, 434–450.
- Diener, E., Suh, E. M. (eds.) (2000): *Culture and subjective well-being*. MIT Press, Cambridge, MA.
- Diener, E., Tov, W. (2005): National accounts of well-being. In Land, K. (ed.): *Encyclopedia of social indicators and quality of life studies*. Springer, New York.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985): The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49: 71–75.
- Diener, E., Suh, E. M., Smith, H., Shao, L. (1995): National differences in reported subjective well-being: Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34: 7–32.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999): Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125: 276–302.
- Diener, E., Nickerson, C., Lucas, R. E., Sandvik, E. (2000): Dispositional affect and job outcomes. *Social Indicators Research*, 59: 229–259.
- Duffy, B. (2004): *Life satisfaction and trust in other people*. MORI House, Social Research Institute, London, 1–24.
- Erikson, E. (1959): Identity and the life cycle. *Psychological Issues*, 1: 18–164.
- Fredrick, S., Loewenstein, G. (1999): Hedonic adaptation. In Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (eds.): *Well-being: The foundations of a hedonic psychology*. Russell Sage Foundation, New York, 302–329.
- Fujita, F., Diener, E. (2005): Life satisfaction set point: stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (1): 158–164.
- Glatzer, W., Zapf, W. (1984): *Lebensqualität in der Bundesrepublik. (Quality of life in West-Germany)*. Campus Verlag, Frankfurt am Main.
- Glenn, N. D. (1975): The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. *Journal of Marriage and the Family*, 37: 594–600.
- Gurin, G., Veroff, J., Feld, S. (1960): *Americans view their mental health. A nation wide interview survey*. Basic Books, New York.
- Headey, B., Wearing, A. (1989): Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57: 731–739.
- Heady, B., Wearing, A. (1992): *Understanding Happiness. A theory of subjective well-being*. Longman Cheshire, Melbourne.
- Heller, D., Watson, D., Ilies, R. (2004): The Role of person versus situation in life satisfaction: A Critical Examination. *Psychological Bulletin*, 130 (4): 574–600.
- Hellmich, N. (1995): Optimism often survives spinal cord injuries. *USA Today*, p. 4.
- Herzog, A. R., Rodgers, W. L., Woodworth, J. (1982): *Subjective well-being among different age groups* (Research Rep. No. 9107). University of Michigan, Institute for Social Research, Ann Arbor.
- House, J. S., Umberson, D., Landis, K. (1988): Structures and processes of social support. *Annual Review of Sociology*, 14: 293–318.
- Ilan, S. (2006): *Is this paradise?* <http://www.haaretz.com/hasen/spages/850717.html> (03/June/07)

- Inglehart, R. (2004): *Human beliefs and values: A cross-cultural sourcebook based on the 1999–2002 values surveys*. Siglo XXI, Mexico City.
- Inglehart, R., Klingemann, H. D. (2000): Genes, culture, democracy, and happiness. In Diener, E., Suh, E. M. (eds.): *Culture and subjective well-being*. MIT Press, Cambridge, 165–183.
- Jung, C. G. (1933): *Modern man in search of a soul*. Harcourt, Brace, World, New York.
- Kahneman, D., Diener, E., Schwarz, N. (1999): *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. Russell Sage Foundation, New York.
- Larson, R. J., Diener, E., Emmons, R. A. (1983): *Validity and meaning of measures of subjective well-being*. Paper presented at the Midwestern Psychological Association Convention, Chicago.
- Larson, R. J., Diener, E., Emmons, R. A. (1985): An evaluation of subjective well-being measures. *Social Indicators Research*, 17: 1–18.
- Lawrence, R. H. Liang, J. (1988): Structural integration of the Affect Balance Scale and the Life Satisfaction Index A: Race, sex, and age differences. *Psychology and Aging*, 3: 375–384.
- Lee, G. R., Secombe, K., Shehan, C. L. (1991): Marital status and personal happiness: An analysis of trend data. *Journal of Marriage and the Family*, 53: 839–844.
- Lelkes, O. (2004): *Knowing what is good for you: Empirical analysis of personal preferences and the „objective good“*. Paper Prepared for the 28th General Conference of The International Association for Research in Income and Wealth, Cork, Ireland, August 22–28.
- Louis, V., Zhao, S. (2002): Effects of family structure, family SES, and adulthood experiences on life satisfaction. *Journal of Family Issues*, 23: 986–1005.
- Lykken, D. T., Tellegen, A. (1996): Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7: 186–189.
- MacKinnon, N. J. Keating, L. J. (1989): The structure of emotions: Canada–United States comparisons. *Social Psychology Quarterly*, 52: 70–83.
- Marks, N., Abdallah, S., Simms, A., Thompson, S. (2006): *The Happy Planet Index*. London: New Economics Foundation. Retrieved from <http://www.le.ac.uk/pc/aw57/world/sample.html> (10/01/07)
- Maslow, A. H. (1968): *Toward a psychology of being* (2<sup>nd</sup> edition). Van Nostrand, New York.
- Myers, D. (1992): *The pursuit of happiness. Who is happy and why?* William Morrow, New York.
- Myers, D. G., Diener, E. (1995): Who is happy? *Psychological Science*, 6: 10–19.
- Myers, D. G. (2000): The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55: 56–67.
- Nussbaum, J. F. (1989): *Life-span communication: Normative processes*. Erlbaum, Hillsdale.
- Pavot, W., Diener, E. (1993): Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5: 164–172.
- Piko, B., Fitzpatrick, K. M. (2001): Does class matter? SES and psychosocial health among Hungarian adolescents. *Social Science and Medicine*, 53: 817–830.
- Rask, K., Paivi, A. K., Marja-Terttu, T., Pekka, L. (2002): Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health*, 72: 243–249.
- Rogers, C. R. (1961): *On becoming a person*. Houghton Mifflin, Boston.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2001): To be happy or to be self-fulfilled: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In Fiske, S. (ed.): *Annual review of psychology*. Palo Alto, 141–166.

- Ryff, C. D. (1989): Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6): 1069–1081.
- Schwartz, S. H., Bardi, A. (1997): Influences of adaptation to communist rule on value priorities in Eastern Europe. *Political Psychology*, 18: 385–410.
- Seligman, M. P., Csikszentmihalyi, M. (2000): Positive psychology. *American Psychologist*, 55: 5–14.
- Shweder, R. A. (2000): Moral maps, „First World“ conceits, and the new evangelists. In Harrison, L.E., Huntington, S.P. (eds.): *Culture matters: how values shape human progress*. Basic Books, New York, 158–172.
- Skrabski, A., Kopp, M., Rózsa, S., Réthelyi, J., Rahe, R. H. (2005): Life meaning: An important correlate of health in the Hungarian population. *International Journal of Behavioral Medicine*, 12: 78–85.
- Staw, B. M., Sutton, R. I., Pelled, L. H. (1994): Employee positive emotion and favorable outcomes at the workplace. *Organization Science*, 5: 51–71.
- Tellegen, A., Lykken, D. T., Bouchard, T. J., Wilcox, K. J., Segal, N. L., Rich, S. (1988): Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54: 1031–1039.
- Veenhoven, R. (1984): *Conditions of Happiness*. Reidel, Dordrecht (Reprinted 1991 by Kluwer Academic).
- Veenhoven, R. (1988): The utility of happiness. *Social Indicators Research*, 20: 333–354.
- Veenhoven, R. (1993a): *Bibliography of Happiness, 2472 contemporary studies on subjective appreciation of life*. RISBO. Studies in Social and Cultural Transformation nr1, Erasmus University Rotterdam, Netherlands. Available from [www2.eur.nl/fsw/research/happiness](http://www2.eur.nl/fsw/research/happiness). (12/June/07)
- Veenhoven, R. (1993b): *Happiness in Nations. Subjective appreciation of life in 56 nations (1946–1992)*. RISBO, Studies in Social and Cultural Transformation 2. Erasmus University Rotterdam, Netherlands. [www2.eur.nl/fsw/happiness/hap\\_nat/nat\\_fp.htm](http://www2.eur.nl/fsw/happiness/hap_nat/nat_fp.htm). (12/June/07)
- Veenhoven, R. (2000a): *Distributional Findings in Nations*. World Database of Happiness. [www.eur.nl/fsw/research/happiness](http://www.eur.nl/fsw/research/happiness) (14/February/07)
- Veenhoven, R. (2000b): The four qualities of life: ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 1: 1–39.
- Veenhoven, R. (2007): World Database of Happiness. Erasmus University, Rotterdam. <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl> (6/April/07)
- Veenhoven, R., Saris, W. E. (1996): Satisfaction in 10 countries: Summary of findings. In Saris, W. E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A. C., Bunting B. (eds): *A comparative study of satisfaction with life in Europe*. Eötvös University Press, Budapest, 223–230.
- Vittersø, J., Røysamb, E., Diener, E. (2002): The concept of life satisfaction across cultures: Exploring its diverse meaning and relation to economic wealth. In Gullone, E., Cummins, R. A. (eds.): *The universality of subjective wellbeing indicators*. Kluwer Academic Publishers, Dordrecht, Netherlands, 81–103.
- Von Franz, M. L. (1964): The process of individuation. In Jung, C. G. (ed.): *Man and his symbols*. Doubleday, New York, 158–229.
- Wilson, W. (1967): Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67: 294–306.
- World Values Study Group (1994): *World Values Survey, 1981–1994 and 1990–1993* [Computer file, ICPSR version]. Institute for Social Research, Ann Arbor.



VAS, LILIANA – GOMBOR, ANITA

## LIFE SATISFACTION AMONG HUNGARIAN AND ISRAELI MEDICAL STUDENTS

The study of subjective well-being is one symbol of the quality of life in a society. Life satisfaction is a cognitive and global component of subjective well-being. The focus of our interest was to explore life satisfaction among Hungarian and Israeli medical students, both living in Hungary. Prior research has showed that Israel ranks higher in life satisfaction than Hungary. *Method:* The Satisfaction with Life Scale was used to measure life satisfaction among Hungarian and Israeli medical students, both living in Hungary. This questionnaire was filled out by 300 medical students consisting of 150 Hungarians (75 males and 75 females) and 150 Israelis (75 males and 75 females). The mean age in the Israeli sample was 24.98 years (SD = 3.10), while the mean age in the Hungarian sample was 20.89 years (SD = 2.97). *Results:* Prior research and our hypothesis was supported. The Israeli medical students living in Hungary scored higher on life satisfaction than the Hungarian medical students. The Israeli female medical students scored higher on life satisfaction than the Israeli males. However, no gender-based difference was found in life satisfaction among the Hungarian sample.

**Keywords:** life satisfaction, medical students, Hungary, Israel

