

AKADÉMIAI KIADÓ

Mentálhigiéné és Pszichoszomatika

25 (2024) 2, 117–133

DOI:

10.1556/0406.2024.00023

© 2024, A Szerzők

EREDETI KÖZLEMÉNY



A kontrollhely, a stressz és egyes mentális zavarok összefüggései a Sötét és Világos Hármas esetén

VADAI Katalin^{1,2*} – NAGY Henriett²

¹ Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Pszichológiai Doktori Iskola, Budapest, Magyarország

² Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Egészségpszichológia Tanszék, Budapest, Magyarország

Beérkezett: 2023. február 6., elfogadva: 2024. február 11.

ABSZTRAKT

Elméleti háttér: A kontrollhely és a stressz, valamint egyes mentális zavarok (depresszió, szorongás) összefüggéseit számos kutatásban vizsgálták, azonban a proszociális Világos Hármas (humanizmus, kantianizmus, hit az emberiségben) és a szociálisan averzív Sötét Hármas (machiavellizmus, szubklinikai narcizmus, szubklinikai pszichopátia) hatása a kontrollhelyelvárás és a depresszió, a szorongás, valamint a stressz közötti összefüggésre nézve kevésbé kutatott terület. **Célkitűzések:** Mivel egyelőre nem tisztázott a kontrollhelyelvárás kapcsolata az említett mentális zavarokkal és a stresszel a két Hármas esetén, kutatásunk ezen összefüggéseket igyekszik feltárni. **Módszerek:** A keresztmetszeti kérdőíves vizsgálatban használt kérdőíveket (Világos Hármas Kérdőív, Rövidített Sötét Hármas Kérdőív, Rövidített Kontrollhely Kérdőív, DASS-21 Depresszió, Szorongás és Stressz Skála) 194 fő töltötte ki (148 nő, 46 férfi, átlagéletkor = 37 év, SD = 13,2 év). **Eredmények:** Eredményeink szerint a belső-kontrollhely-elvárás szignifikáns, mérsékelt erősségű, negatív irányú együttjárást mutat a szorongás, a depresszió és a stressz összesített értékével ($r = -0,41$; $p < 0,001$), és sem a Világos Hármas [$F(3, 190) = 17,25$; $R^2 = 0,227$; $p < 0,001$; $B = 0,001$; $p = 0,927$], sem a Sötét Hármas [$F(3, 190) = 18,737$; $R^2 = 0,227$; $p < 0,001$; $B = 0,001$; $p = 0,916$] összesített skálái nem mutatnak szignifikáns moderációs hatást a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok, valamint a stressz közötti összefüggések mentén. A Világos Hármas összessége ($r = -0,22$; $p = 0,002$) és annak hit az emberiségben ($r = -0,18$; $p = 0,013$) és kantianizmus alszkálái ($r = -0,22$; $p = 0,002$) szignifikáns, de enyhe, negatív irányú kapcsolatban vannak a mentális zavarok és a stressz mutatóival. **Következtetések:** Eredményeink alapján a depresszió, a szorongás és a stressz kialakulásában meghatározó jelentőségű a kontrollhely szerepe a vizsgált változókat tekintve. Ugyan a Világos Hármas összessége, és annak hit az emberiségben és kantianizmus alszkálái mutatnak némi védelmet a mentális zavarok és a stressz megjelenésével szemben, ekkor is a belsőkontrollhely-elvárás szerepe fontosabb, azaz minél inkább belső kontrollos egy személy, annál kevésbé valószínű a vizsgált mentális zavarok és a stressz megjelenése, függetlenül attól, hogy a Világos vagy a Sötét Hármas tulajdonságai jellemzőek rá hangsúlyosabban.

KULCSSZAVAK

külső-belső kontrollhely-elvárás, stressz, mentális zavarok, Világos Hármas, Sötét Hármas, moderáció

The relationship between locus of control, stress and certain mental disorders in the Dark and Light Triad

ABSTRACT

Theoretical background: The relationship between locus of control (LOC), stress and some mental disorders (depression, anxiety) has been the subject of much research, but the impact of the prosocial Light Triad (humanism, Kantianism, faith in humanity) and the socially aversive Dark Triad (Machiavellianism, subclinical narcissism, subclinical psychopathy) on the relationship between LOC, stress and these mental disorders is less researched. **Aims:** As the relationship of the stress and these mental disorders with the two Triads is not yet clear, our research aims to explore these relationships.

* Levelező szerző:

Vadai Katalin,
Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar,
Pszichológiai Intézet
Személyiség- és
Egészségpszichológia Tanszék,
1064 Budapest, Izabella u. 46.
E-mail: vadai.katalin@ppk.elte.hu



AKJournals

Methods: 194 subjects (148 women, 46 men, mean age = 37 years, SD = 13,2 years) completed the questionnaires used for the study (Light Triad Questionnaire, Short Dark Triad Questionnaire, Brief Version of Levenson's Locus of Control Scale, DASS-21-Depression, Anxiety and Stress Scale). **Results:** According to the results of our study, the internal LOC has a significant, moderately strong, negative association with the measures of depression, anxiety and stress ($r = -0.41, p < 0.001$), and neither does the Light Triad [$F(3, 190) = 17.25, R^2 = 0.227, p < 0.001, B = 0.001, p = 0.927$], nor the Dark Triad [$F(3, 190) = 18.737, R^2 = 0.227, p < 0.01, B = 0.001, p = 0.916$] scales show significant moderating effect along the correlations between LOC and mental disorders. The overall Light Triad ($r = -0.22, p = 0.002$) and the subscales faith in humanity ($r = -0.18, p = 0.013$) and Kantianism ($r = -0.22, p = 0.002$) are significantly but slightly negatively related to indicators of mental disorders and stress. **Conclusions:** Our results suggest that the role of LOC is crucial in the development of depression, anxiety and stress, in terms of the variables studied. Although the overall Light Triad and its faith in humanity and Kantianism subscales show some protection against the onset of mental disorders, the role of internal LOC is more important, i.e.: the more internal LOC a person has, the less likely he or she is to develop the mental disorders under investigation, regardless of whether the Light or Dark Triad traits are more pronounced.

KEYWORDS

locus of control, stress, mental disorders, Light Triad, Dark Triad, moderation

1. BEVEZETÉS

1.1. Kontrollhely

A kontrollhelyelvárás (*locus of control*), mint hiedelem, Rotter (1960, 1966) szociális tanulás elméletében jelenik meg először. Rotter a kontrollt mint a saját és mások életének irányításához szükséges *ágenst* definiálja, és megkülönbözteti a *belső* és *külső kontroll* szerepét az egyén életében. Érvelése szerint a belső és külső kontroll érzete szabályozza a *vélekedéseinket* arról, hogy a világ jelenségei a saját viselkedésünk eredményeképp jönnek-e létre, vagy ettől függetlenül. Az elmélet szerint belső kontrollosnak tekinthető az a személy, aki úgy hiszi, hogy ami egy adott szituációban történik, az az ő tettének a következménye. A belső kontroll érzete olyan *belső erőforrás* lehet, amely segíti az egyént életének magabiztos vezetésében és a megküzdésben, ezáltal képessé teszi őt arra, hogy sikeresen befolyásolja a saját sorsát vagy akár a környezetét is (Blau, 1984; Kulcsár, 2011; Lefcourt, 1991; Seligman, 1972; Rotter, 1966). A *belsőkontroll-hit* segítségével tehát az egyén képes fenntartani az autonómiáját, elérni a céljait (Landau, 1995; Oláh, 2005; Rotter, 1966). Ezzel szemben Rotter (1966) külső kontrollosnak tekinti azt a személyt, aki úgy gondolja, hogy a tettei nem állnak összefüggésben azzal, ami egy adott helyzetben vele történik. Rotter (1966) rámutat arra, hogy a külső kontrollos személyek rajtuk kívül álló okoknak tulajdonítják az általuk észlelt eseményeket, például a szerencsének, felsőbb erőknak, vagy mások döntéseinek. Ez a külső kontroll egyfajta hatalomnélküliséget reprezentálhat, amikor az egyén azt gondolja, hogy életét a külvilág irányítja (Blau, 1984; Levenson, 1974; Maier & Seligman, 1976; Rotter, 1966). Seligman (1972) a külsőkontrollhely-elvárás miatt kontrollálhatatlannak megélt helyzetek hatására kialakult motivátlanságot nevezi *tanult tehetetlenségnek*, amelynek következménye a cselekvéses próbálkozások feladása.

Számos kutatás eredményei (Abdolmanafi, Besharat, Farahani & Khodaii, 2011; Flores, Caqueo-Urizar, Ramírez, Arancio & Cofré, 2020; Jain & Singh, 2015; Khumalo & Plattner, 2019; Shojaee & French, 2014) jelzik, hogy a belsőkontrollhely-elvárás erősebb énhatékonysággal, jobb teljesítménnyel, nagyobb motiváltsággal és magabiztossággal, jobb fizikai és mentális egészséggel, valamint boldogabb, függetlenebb élettel jár együtt. Shojaee és French (2014), valamint Jain & Singh (2015) a kontrollhely és mentális egészség kapcsolatát vizsgálva megállapítja, hogy azok, akik jellemzően belsőkontrollhely-elvárással rendelkeznek, magasabb értékeket érnek el a mentális egészséget mérő skálákon, mint a külső kontrollos személyek. Ugyanakkor a külsőkontroll-attitűddel rendelkező személyek igénylik az irányítást a munkában, illetve egyéb helyzetekben, dependensebbek, depresszióra hajlamosak, és kevésbé jellemző rájuk az egészségtudatosság (Németh, 2019; Shojaee & French, 2014).

1.2. Kontrollhely, stressz és egyes mentális zavarok

Az elmúlt évtizedekben számos kutatásban vizsgálták az emberek által észlelt külső, illetve belső kontroll kapcsolatát a stresszel, illetve az olyan mentális zavarokkal, mint amilyen a depresszió és a szorongás. Abdolmanafi és munkatársai (2011) a harag és a kontrollhely szerepét elemezték a depresszió kialakulásában. Rámutattak, hogy a belső kontroll emelkedett szintje szignifikáns közepes erősségű, negatív irányú együttjárást mutat a depresszióra való hajlam mértékével. Flores és munkatársai (2020) a kontrollhely kapcsolatát vizsgálták az externalizáló és internalizáló problémák megjelenésével gyerekek és serdülők körében. Vizsgálatukban a depresszió, a szorongás, a szociális szorongás, a poszttraumás stressz zavar (PTSD) és a szomatikus panaszok kerültek fókuszba. Eredményeik igazolták a hipotézisüket, miszerint a külső kontroll együtt jár a fent



említett problémák megjelenésével. Hasonló eredményeket mutatott Frenkel, Kugelmass, Nathan és Ingraham (1995) utánkövetéses vizsgálata is. Eredményeik alapján a serdülő-kori külsőkontrollhely-elvárás jó prediktor volt az évekkel későbbi mentális zavarok, úgymint a skizofrénia és a depresszió megjelenésére nézve. Hovenkamp-Hermelink és munkatársai (2019) kilencéves utánkövetéses vizsgálatukban összefüggést találtak a külsőkontrollhely-elvárás és a depresszió, valamint a szorongás megjelenése között. Khumalo és Plattner (2019) egyetemisták körében végzett kérdőíves vizsgálatának eredménye szintén azt mutatta, hogy a kontrollhely egyike volt azon kognitív változóknak, amelyek összefüggésben voltak a depresszióval: azok a diákok, akik úgy hitték, hogy hatalmuk van életük irányítása felett – azaz átértékelték a belső kontrollt – kevésbé mutattak depresszív tüneteket. Landau (1995) a kontrollhelyelvárás és a szocioökonomiai státusz (SES) depresszióval való kapcsolatát vizsgálta. Eredményei azt mutatták, hogy mindkét változó összefüggésben van a depresszióval, de a két változó hatása független egymástól, és a kontrollhely szerepe erősebb, mint a SES hatása a depresszió kialakulására nézve. Groth és munkatársai (2019) a maladaptív megküzdés és a kontrollhely összefüggéseit vizsgálták a mentális egészséggel kapcsolatban; hangsúlyozták a kontrollhely fontosságát a mentális egészség megőrzése érdekében. Oláh (2005) szerint a belső kontroll és a stresszel való adaptív megküzdés szoros kapcsolatban vannak egymással: minden adaptív megküzdés előfeltétele, hogy kontrollképesek legyünk, ugyanakkor a megküzdő cselekvés hozzásegít ahhoz, hogy érezzük kontrollképességünket. Nagy (2019) szintén kiemeli, hogy a belsőkontroll-hit támogatja a stresszel való megküzdést, és minimalizálja a stresszhatásokból adódó tartós negatív következmények előfordulásának valószínűségét.

Mindemellett fontos megemlíteni, hogy a globálisan és stabilan megjelenő belsőkontrollhely-elvárás akár növelheti is az észlelt stresszt, a szorongást és a depresszió mértékét. A kontrollálhatóság a környezet objektív sajátossága is, sok történetet nem vagyunk képesek befolyásolni, akármennyire is szeretnénk (Oláh, 2005). Amikor az egyén nem képes befolyásolni egy stresszkeltő helyzetet, mégsem engedi el a kontrollt, és egy esemény negatív következményeit a saját viselkedésének tulajdonítja, az átértékelt stressz és szorongás mértéke növekedhet (Kulcsár, 2011; Németh, 2019; Oláh, 2005; Rotter, 1966). Mindezek alapján feltételezhető, hogy jobb mentális egészséghoz vezet, ha a kontrollálhatatlan helyzetekben inkább a külsőkontrollhely-elvárás érvényesül. Egyelőre nem tisztázott, vajon a globális és stabil belsőkontrollhely-elvárás milyen összefüggést mutat a mentális zavarok megjelenésével, és jelen kutatásunk sem tér ki ezen lehetőség vizsgálatára.

1.3. Sötét Hármas és Világos Hármas

A Sötét és Világos Hármas egymástól élesen különböző, mégsem egymással ellentétes minőséget jelölnek (Kaufman, Yaden, Hyde & Tsukayama, 2019; Musek & Grum, 2021). A Sötét Hármas (Dark Triad) elnevezés elsőként Paulhus és

Williams (2002) munkájában jelenik meg. E szerzők kutatási eredményeik alapján vonják egy csoportba a Sötét Hármas komponenseit: a *machiavellizmust*, a *szubklinikai narcizmust* és a *szubklinikai pszichopátiát*. Számos szerző (Bereczkei, Czibor & Birkás, 2021; Chabrol, van Leeuwen, Rodgers & Séjourné, 2009; Czibor, Szabó & Restás, 2019; Furnham, Richards & Paulhus, 2013; Donald és mtsai, 2021; Jacobwitz & Egan, 2005; Jonason, Baughman, Carter & Parker, 2015; Jones & Paulhus, 2010; Lyons, 2019; Musek & Grum, 2021; Pátkai, 2019; Peterson & Palmer, 2021; Paulhus & Williams, 2002; Pilch, 2020; Pléh, 2022) rámutat, hogy a Sötét Hármas komponensei átfedést mutatnak bizonyos meghatározó jellemzőkben, úgymint az önzés, a kegyetlenség és a manipulatív viselkedés, de a közös vonások mellett mindegyik komponens jellegzetes egyedi sajátosságokkal is rendelkezik. A machiavellizmust leginkább az erkölcsstelen és a manipulatív viselkedésre való hajlammal (Christie & Geis, 1970), a szubklinikai narcizmust a grandiozitással és dominanciára törekvéssel (Glad, 2002; Raskin & Hall, 1979), a szubklinikai pszichopátiát pedig elsősorban az impulzivitással, a kockázatkereséssel és az alacsony szintű empátiával (Hare, 1985) hozzák összefüggésbe. Összességében a Sötét Hármas mindegyik komponensét olyan szociálisan averzív tendenciák jellemzik, mint az agresszió, az erőszak, az empátia hiánya, a hedonizmus, az elkerülő kötődési stílus, az erős önérvényesítés, a kontraproduktív és erőszakos munkahelyi viselkedés, valamint a hatalom és pénz iránti fokozott vágy (Bereczkei és mtsai, 2021; Chabrol és mtsai, 2009; Czibor és mtsai, 2019; Hart & Hare, 1998; Paulhus & Williams, 2002; Pátkai, 2019; Pléh, 2022). Emellett Musek és Grum (2021) kutatási eredményei azt mutatják, hogy a Sötét Hármas negatívan korrelál az étellel való elégedettséggel. Richardson és Boag (2016) vizsgálatában a Sötét Hármas erős korrelációt mutatott az éretlen elhárító mechanizmusokkal (pl.: hasítás és tagadás). Kaufman és munkatársai (2019) kutatásában a Sötét Hármas negatívan korrelált a lelkiismeretességgel, a barátságossággal, az együttérzéssel, az empátiával, a hittel abban, hogy az emberek jók és a hittel abban, hogy önmaga jó változókkal. Ez utóbbi kutatásban a Sötét Hármas a fiatalabb, a hatalom, szex és teljesítmény által motivált férfipopulációban volt megfigyelhető a legnagyobb gyakorisággal. Ugyanakkor Kaufman és munkatársai (2019) megjegyzik, hogy a Sötét Hármas olyan változókkal is pozitív korrelációt mutat, amelyek adaptívnak tekinthetők, például a karaktererőségek és -erények (Values In Action – VIA) közül a kreativitással, a bátorsággal, a vezető szereppel, az asszertivitással és a kíváncsisággal.

A Világos Hármas olyan pozitív személyiségjellemzőket mutat, amelyek hozzájárulnak az egyének személyes növekedéséhez, virágzásához és prosoziális működéséhez (Johnson, 2018; Johnson & Saklofske, 2018; Kaufman és mtsai, 2019; Lukić & Živanović, 2021; Musek & Grum, 2021). A Világos Hármast először Johnson (2018) tanulmányozta az empátiát, az együttérzést és az altruizmust konstruktumai mentén. Johnson és Saklofske (2018) rámutattak, hogy a Világos Hármas dimenzióira jellemző az együttérzés, az empátia, a tapasztalatokra való nyitottság és a pozitív lelkesedés. Kaufman és munkatársai (2019) egy

heterogén mintán ($n = 1518$) végzett kutatásukban továbbfejlesztették a Világos Hármas kapcsolatos eredményeket. Ez alapján a Világos Hármas dimenziói a *kantianizmus* (az emberek személyként és nem eszközként tekintése), a *humanizmus* (minden egyes ember méltóságának és értékének tisztelete) és a *hit az emberiségben* (hit az alapvető emberi jószágban). A Világos Hármas kiváló megbízhatósággal és érvényességgel jelzi előre az élettel való elégedettséget, a fejlődésre való igényt és a szelf-transzcendens (individuumon túlnyúló) jellemzőket (Kaufman és mtsai, 2019). Emellett a Világos Hármas jelenléte negatívan kapcsolódik a státusz és hatalom értékeihez (Musek & Grum, 2021). Kaufman és munkatársai (2019) kutatásában a Világos Hármas inkább az idősebb nőkre volt jellemző, akiknek a gyermekkoruk kiszámíthatóbb volt, vallásosabbak és spirituálisabbak voltak, jobban elfogadtak másokat, hitték, hogy mások jók, önmagukat is jónak tartották, valamint hittek abban, hogy az egyén a gyermekeiben élhet tovább. A Világos Hármas kérdőívén magasabb pontszámot elérő résztvevők sokkal elégedettebbek a kapcsolataikkal, a kompetenciájukkal és az autonómiájukkal, valamint magasabb szintű kötődésről és boldogabb szerelmi kapcsolatokról számolnak be (Kaufman és mtsai, 2019; Sevi, Urganci & Sakman, 2020). Összességében a Világos Hármas dimenzióival fokozottan jellemezhető egyéneket többnyire az intimitás és a szelf-transzcendens értékek motiválják cselekedeteik során (Kaufman és mtsai, 2019; Sevi és mtsai, 2020). A *karaktererősségeket* (Values In Action – VIA) tekintve, Kaufman és munkatársai (2019) megállapítják, hogy a kíváncsiság, a szeretet, a csoportmunka, a kedvesség, a megbocsátás és a hála emelkedik ki a Világos Hármasban. Az érett megküzdési stratégiák (pl.: humor és altruizmus) és a magasabb önértékelés szintén összefüggésbe hozhatók a Világos Hármasal, csakúgy, mint az optimizmus a szelffel, a világgal és önmaga jövőjével kapcsolatban (Kaufman és mtsai, 2019).

Musek és Grum (2021) megállapítják, hogy mindannyiunkban jelen van mindkét minőség, azonban nem mindegy, hogy milyen arányban. A Sötét Hármas dominanciája a személyiségben negatív kapcsolatban áll az élettel való elégedettséggel és a fejlődésorientált attitűddel, ezzel szemben erőteljesebb pozitív kapcsolatot mutat az önző, kihasználó, agresszív és antiszociális viselkedéssel. A Világos Hármas hangsúlya viszont elsősorban az élettel való elégedettséggel és a fejlődésre törekvő attitűddel van pozitív kapcsolatban (Kaufman és mtsai, 2019).

A Világos Hármas és a Sötét Hármas, valamint a kontrollhely kapcsolatával egyelőre kevés vizsgálatban foglalkoztak. Fellelhető azonban néhány kutatás, amelyekben a Sötét Hármas és a kontrollhely kapcsolatára fókuszáltak, egyéb változók bevonásával. Balazadeh és Hansson (2020) szerint a Sötét Hármas mindhárom komponense esetén pozitív irányú összefüggés van a belső kontrollhely és a reziliencia között. Do és Dadvari (2017) a Sötét Hármas és a kontrollhely kapcsolatát vállalkozói környezetben elemezték. Eredményeik alapján a Sötét Hármas dominanciája esetén a magasabb szintű belsőkontrollhely-elvárás előre jelzi az erősebb vállalkozói szándékot. Aldousari és Ickes (2021)

metaelemzésükben a Sötét Hármas egyik tagja, a machiavellizmus és a kontrollhely kapcsolatát elemezték. Az 1969 és 2018 között publikált 41 kutatás kombinált hatásméret-mutatói alapján megállapították, hogy szignifikáns, közepes erősségű, pozitív irányú együttjárás van a machiavellizmus és a külsőkontrollhely-elvárás között. Ez az eredmény alátámasztja azt az elképzelést, miszerint a machiavellisták azért manipulálnak másokat, hogy ezzel kompenzálják a saját észlelt kontrollnélküliségüket (Aldousari & Ickes, 2021).

Néhány kutatás (Aghahabaei & Blachnio, 2015; Egan, Chan & Shorter, 2014; Gómez-Leal és mtsai, 2019; Jonason és mtsai, 2015; Limone, Sinatra & Monacis, 2020) eredménye rámutatott, hogy a Sötét Hármason belül mintha elkülönülne egy Sötét Diád, amely a machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia hasonlóságán alapul, és egy töltük különböző szubklinikai narcizmus, amely eltérő értékeket képvisel. Vizsgálataik során a szubjektív jóllét negatív kapcsolatban állt a machiavellizmussal és a szubklinikai pszichopátiával, azonban pozitív összefüggésben volt a szubklinikai narcizmussal. Mivel a fenti kutatások eredményei egyértelműen utalnak a szubklinikai narcizmus elkülönülő szerepére a Sötét Hármason belül, jelen kutatás során is szükségesnek tűnik a Sötét Hármas egészének vizsgálatán kívül a machiavellizmus, a szubklinikai pszichopátia és a szubklinikai narcizmus stresszel és egyes mentális zavarokkal való kapcsolatának feltérképezése. Emellett a teljesebb kép kedvéért a Világos Hármas egészét és annak kantianizmus, hit az emberiségben és humanizmus alskálait is megvizsgáljuk a fent említett változókkal való kapcsolatuk mentén.

2. HIPOTÉZISEK

Kutatásunk a kontrollhelyelvárás és a stressz, a depresszió, valamint a szorongás kapcsolatát vizsgálja a szociálisan averzív tendenciájú Sötét Hármas és a humánus, proszociális Világos Hármas esetén. A kutatás célja a kontrollhely és ezen mentális zavarok, valamint az észlelt stressz összefüggéseinek tisztázása a Sötét és a Világos Hármas jelenléte esetén. Mivel a Sötét Hármasal szemben a Világos Hármas pozitív kapcsolatot mutat a pszichológiai és szubjektív jóllét mutatókkal, feltételezhető, hogy a két Hármas különbséget mutat a kontrollhelyelvárás és e mentális zavarok, valamint a stressz kapcsolatának mentén is. A kutatás kérdéseinek megválaszolása egy kérdőíves vizsgálat elvégzésével történik. A szakirodalmi áttekintés eredményei alapján felmerült kutatási kérdéseink megválaszolására öt hipotézist vizsgálunk.

Első hipotézisünk a kontrollhelyelvárás, valamint a depresszió, a szorongás és a stressz megjelenése közötti kapcsolatra vonatkozik. A fent ismertetett kutatások eredményei és következtetései alapján (Abdolmanafi és mtsai, 2011; Flores és mtsai, 2020; Frenkel és mtsai, 1995; Khumalo & Plattner, 2019) a depresszió, a szorongás és a stressz jól körülírható összefüggést mutatnak az észlelt személyes hatalom, azaz a belsőkontrollhely-elvárás jelenségével. Ezen eredményekre építve, H1: feltételezhető, hogy a Rövidített Kontrollhely

Kérdőív által mért belsőkontrollhely-elvárás magasabb szintje negatív irányú együttjárást mutat a DASS-21 skálával mért depresszió és szorongás tüneteivel, valamint a stressz mértékével, míg a külsőkontrollhely-elvárás pozitív irányú együttjárást mutat ezekkel.

Második hipotézisünket a Világos Hármas és a depresszió, a szorongás, valamint a stressz összefüggésével kapcsolatban fogalmaztuk meg. Erről az összefüggésről az ismereteink szerint egyelőre kevés empirikus vizsgálat született. Kaufman és munkatársai (2019) megállapítják, hogy a Világos Hármas pozitív kapcsolatban van a mentális egészséggel. Ez alapján azt várjuk, hogy a Világos Hármas összesített skálája és az alsókálák egyenként is negatív irányú összefüggést mutatnak a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteinek mértékével. H2: Feltételezhető, hogy a Világos Hármas Kérdőív összesített skálája, valamint a humanizmus, a kantianizmus és a hit az emberiségben alsókálák értékei negatív irányú együttjárást mutatnak a DASS-21 skálával mért depresszió, szorongás és stressz mértékével.

A harmadik hipotézist azokra a kutatási eredményekre alapoztuk, amelyek hangsúlyozzák a Sötét Hármas és a vizsgált mentális zavarok közötti pozitív irányú kapcsolatot (Gómez-Leal és mtsai, 2019; Jonason és mtsai, 2015). Ezen eredmények alapján arra következtetünk, hogy a Sötét Hármas egésze, valamint annak két komponense, a machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia alsókálák pozitív irányú együttjárást mutatnak a depresszió, a szorongás és a stressz magasabb szintjével. Számos szerző utal a szubklinikai narcizmus alsókála eltérő működésére (Aghababaei & Blachnio, 2015; Egan és mtsai, 2014; Gómez-Leal és mtsai, 2019; Jonason és mtsai, 2015; Limone és mtsai, 2020) az említett mentális zavarokkal való kapcsolatra nézve, ezért feltételezzük, hogy a szubklinikai narcizmus alsókála és a vizsgált mentális zavarok, valamint az észlelt stressz mértékének negatív irányú összefüggése kutatásunkban is megjelenik. H3: Feltételezhető, hogy a Sötét Hármas egésze, valamint a machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia alsókálák magasabb értékei pozitívan korrelálnak a DASS-21 skálával mért depresszió, szorongás, illetve stressz értékekkel. Emellett feltételezhető, hogy a szubklinikai narcizmus alsókála magasabb értékei negatívan korrelálnak a DASS-21 skálán mért stressz és mentális zavarok értékeivel.

A negyedik hipotézist a szakirodalmi áttekintés eredményei alapján a Világos Hármas egésze és alsókálái, valamint a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok, illetve a stressz kapcsolatára nézve alakítottuk ki. A Világos Hármas pozitív irányú együttjárása a szubjektív és pszichológiai jóléttel (Aghababaei & Blachnio, 2015; Kaufman és mtsai, 2019) felerősítheti a belsőkontrollhely-elvárás protektív hatását a depresszió, a szorongás és a stressz kialakulásával szemben. H4: Feltételezhető, hogy a Világos Hármas egésze és alsókálái moderációs hatást gyakorolnak a belsőkontrollhely-elvárás és a vizsgált mentális zavarok kapcsolatára nézve. Ez alapján a Világos Hármas egésze és alsókálái feltehetően felerősítik a belsőkontrollhely-elvárás védő hatását a DASS-21 skálával mért mentális zavarok és a stressz tüneteinek megjelenésével szemben.

Az ötödik hipotézist a Sötét Hármas egészének és alsókáláinak hatásával kapcsolatban alakítottuk ki a kontrollhelyelvárás és a depresszió, a szorongás, valamint a stressz, kapcsolatára nézve. Mivel a Sötét Hármas egésze enyhe negatív irányú összefüggést mutat a szubjektív jóléttel (Aghababaei & Blachnio, 2015; Kaufman és mtsai, 2019), valószínűsítettük, hogy nincs jelentős moderációs hatása a belsőkontrollhely és a stressz, valamint a mentális zavarok kapcsolatára. Az alsókálákkal kapcsolatban, azokra a kutatási eredményekre építettünk (Aghababaei & Blachnio, 2015; Egan és mtsai, 2014; Gómez-Leal és mtsai, 2019; Jonason és mtsai, 2015; Limone és mtsai, 2020), amelyek szerint a Sötét Hármas alsókálái nem viselkednek egységesen a jóléttel, illetve a mentális zavarokkal való összefüggésük terén. A machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia alsókálák negatív irányú együttjárást mutatnak a jóléttel, és pozitív együttjárást mutatnak a stressz és a mentális zavarok tüneteinek mértékével. Ellenben a szubklinikai narcizmus enyhe, pozitív irányú együttjárást mutat a jóléttel és gyenge, negatív irányú együttjárást mutat a stressz és a mentális zavarok mutatóival. Ennek tükrében elképzelhető, hogy a Sötét Hármas szubklinikai narcizmus alsókálája felerősíti a belsőkontrollhelyelvárás védő hatását a szorongással, a stresszel és a depresszióval szemben. H5: Feltételezhető, hogy a Sötét Hármas egésze nem mutat szignifikáns moderációs hatást a kontrollhelyelvárás és stressz, valamint a vizsgált mentális zavarok kapcsolatára nézve, de a Sötét Hármas alsókálái közül a szubklinikai narcizmus szignifikáns moderációs hatást fejt ki a kontrollhelyelvárás és a stressz, valamint a mentális zavarok kapcsolatára. Hipotézisünk alapján a szubklinikai narcizmus felerősíti a belsőkontrollhely-elvárás protektív hatását a DASS-21 skálával mért mentális zavarokkal és a stresszel szemben.

3. MÓDSZEREK

3.1. Minta és eljárás

A kutatás keresztmetszeti elrendezésű, az egyszeri mintavétel kérdőíves módszerrel, online zajlott 2022. február 1. és február 15. között. Az ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Karának Kutatásetikai Bizottsága által kiadott etikai engedély száma: 2022/29. Az adatgyűjtés kényelmi mintavétellel történt, a kérdőív terjesztése ismerősök, illetve különböző Facebook-csoportok segítségével valósult meg. A résztvevők anonim módon töltötték ki a kérdőíveket, róluk semmilyen személyes beazonosításra alkalmas adatot nem gyűjtöttünk. A kutatásban való részvétel feltétele a 18. életév betöltése volt. Az adatfelvétel során 195 résztvevő töltötte ki az online kérdőívet. Az adattisztítás során egy kitöltő adatai törlésre kerültek, mivel válaszáinak pontértéke minden kérdés esetén maximális volt. A statisztikai adatelemzés során tehát összesen 194 résztvevő (148 nő, 46 férfi) adatai kerültek feldolgozásra. A legfiatalabb résztvevő 18 éves, a legidősebb 73 éves, az átlagéletkor 37 év volt ($SD = 13,2$). Az 1. táblázatban összefoglaltuk a demográfiai adatokat.

1. táblázat. Demográfiai adatok ($n = 194$)

Változó		Gyakoriság	
		n	%
Nem	Nő	148	76
	Férfi	46	24
Családi állapot	Egyedülálló	47	24
	Párkapcsolatban	59	30
	Házas	75	39
	Elvált	9	5
	Özvegy	2	1
	Egyéb	2	1
Lakóhely	Főváros	91	47
	Megyeszékhely	15	8
	Város	51	26
	Község, falu, tanya	34	17,5
	Külföld	3	1,5
Legmagasabb iskolai végzettség	Általános iskola	1	0,5
	Szaktanulmányok	6	3
	Érettségi	44	23
	Főiskolai vagy egyetemi diploma	119	61
	Folyamatban lévő főiskolai vagy egyetemi tanulmányok	24	12,5

3.2. Mérészközök

A Világos Hármas Kérdőív (Light Triad Scale, LTS; Kaufman és mtsai, 2019) rövidített változata 12 itemet tartalmaz. Az alsókálák a *humanizmus*, a *hit az emberiségben* és a *kantianizmus*, mindhárom alsókála 4 itemet tartalmaz. A *humanizmus* alsókála a mások értékének és méltóságának elismerésére való hajlam szintjét méri. A *hit az emberiségben* alsókála a mások jószágába vetett bizalmat térképezi fel. A *kantianizmus* alsókála, mintegy a machiavellizmus alsókála ellenkezőjeként azt ragadja meg, hogy az egyén milyen mértékig tekinti a másik embert személyként, nem pedig céljai eléréséhez szükséges eszközként. A kérdőív tesztelése során a nemzetközi mintán kapott adatok alapján az összesített skála belső konzisztenciája megfelelő volt (Kaufman és mtsai, 2019). A kérdőív magyar változatát Magyaródi és Nagy (kézirát) validálta. Eredményeik alapján mind az alsókálák, mind a teljes skála belső megbízhatósága és érvényessége megfelelő. Jelen kutatás adatai alapján a *humanizmus* alsókála Cronbach- α értéke 0,61, ami alacsonynak tekinthető. A *hit az emberiségben* Cronbach- α értéke 0,74, a *kantianizmus* Cronbach- α értéke 0,61, szintén alacsony.

A teljes skála Cronbach- α értéke 0,74. A résztvevők ötfokozatú Likert-skálán 1-től 5-ig értékelték magukra vonatkozóan az állításokat, az 1 azt jelenti, „*egyáltalán nem értek egyet*”, az 5 azt jelenti, „*teljes mértékben egyetértek*”. A skála értékei eredetileg fordítottak voltak, tehát az alacsonyabb pontszámok jelölték a fokozott egyetértést. Mivel a kutatásunkban alkalmazott többi skála (Rövidített Sötét Hármas Kérdőív, Rövidített Kontrollhely Kérdőív, DASS-21) esetében a magasabb értékek jelölik a magasabb fokú egyetértést, az eredeti pontozás megzavarhatta volna a válaszadók tájékozódását a tesztkitöltés során. Ennek elkerülése érdekében a tételek fordított értékekkel kerültek közlésre a kutatás kérdőívében (ld. Függelék). Így a skálákon elért magasabb pontszám a Világos Hármas vonások magasabb szintjét jelzi.

A Sötét Hármas vonások vizsgálatára a Jones és Paulhus (2014) által létrehozott Rövidített Sötét Hármas Kérdőív (Short Dark Triad, SD3) alkalmaztuk. A kérdőív magyar változatának validálása folyamatban van, de több hazai kutatásban is alkalmazták már (pl. Birkás, Láng & Meskó 2018; Láng, Birkás, Martin, Nagy & Kállai, 2018). A Hármas tagjai a *machiavellizmus*, a *szubklinikai narcizmus*, és a *szubklinikai pszichopátia*, amelyek mindegyike 9 tétellel szerepel az összesen 27 tételű kérdőívben. A résztvevők 5-fokú Likert skálákon pontozták, hogy az adott állítással mennyire értenek egyet. Az 1 azt jelenti, „*egyáltalán nem értek egyet*”, az 5 azt jelenti, „*teljesen egyetértek*”. A skálákon elért magasabb pontszám a Sötét Hármas vonások magasabb szintjére utal. Mivel a Hármas mindhárom tagjára egyaránt jellemző az érzelmi hidegség, az empátia hiánya vagy csökkent mértéke, az önös érdekek érvényesítése, az emelkedett szintű agresszió és a másokkal szembeni manipulatív viselkedés (Pátkai, 2019), ugyanakkor minden komponens egyedi sajátosságokkal is rendelkezik, ezért érdemes volt az alsókálákat egy közös skálába vonva, majd egyenként is megvizsgálni. A Rövidített Sötét Hármas Kérdőív már több nemzetközi kutatásban is alkalmazták (Aghahabaei & Blachnio, 2015; Do & Dadvari, 2017; Limone és mtsai, 2020). Az említett hazai és nemzetközi kutatások mindegyikében megfelelő belső konzisztenciát találtak, a Cronbach- α értéke az alsókálák és a teljes skála esetén is mindenhol 0,70 felett volt. Jelen kutatás adatai alapján a Cronbach- α értékek 0,77 (*machiavellizmus*), 0,75 (*szubklinikai narcizmus*), 0,74 (*szubklinikai pszichopátia*). Az összesített Sötét Hármas skála Cronbach- α értéke 0,85.

A kontrollhely mérése Rotter 29 tételű két-dimenziós mérőeszköze helyett Sapp és Harrod (1993) skála típusú, 9 tételű kérdőívvel, a Rövidített Kontrollhely Kérdőívvel (Brief Version of Levenson's Locus of Control Scale) történt. A kérdőív kialakítása során a szerzők Levenson (1974) eredetileg 24 tételű kérdőívét használták fel. A rövidített kérdőív a magyar mintán végzett tesztelések során megbízhatónak és érvényesnek bizonyult (Repisky, 2015). A jelen kutatás adatai alapján a Cronbach- α értéke 0,83. A válaszadók 7-fokozatú Likert-skálákon pontozhatták egyetértésüket az adott állításokkal, ahol az 1 azt jelenti, „*határozottan nem értek egyet*”, a 7 azt jelenti, „*határozottan egyetértek*”. A skálán elért magasabb pontszám magasabb szintű

belsőkontrollhely-elvárás jelez, az alacsonyabb pontszám a külsőkontrollhely-elvárás magasabb szintjére utal.

A *Depresszió, Szorongás és Stressz Skála* (*Depression, Anxiety and Stress Scale*, DASS-21) Lovibond és Lovibond (1995) által létrehozott mérőeszköz, amelynek magyar adaptációját Rózsa, Tárnok és Nagy (2020) végezték. A DASS-21 három, önbeszámolón alapuló skálából áll. A skálák a depresszió, a szorongás és a stressz okozta negatív érzelmeket mérik. Mindhárom DASS-21 skála egyenként 7 tételt tartalmaz. A Depresszió Skála kérdései felölelik a diszfória, reménytelenség, az élet leértékelése (devaluáció), önvádás, érdeklődés és bevonódás hiánya, anhedónia és tehetetlenség témaköreit. A Szorongás Skála lefedi az általános aktivitációs állapot, vázizomhatások, helyzeti szorongás és a szorongás hatásának szubjektív élményét. A Stressz Skála a különböző krónikus, nem specifikus aktivitációs állapotok szintjeire érzékeny leginkább, az ellazulás nehézségét, az idegi aktivitációs állapotot és a könnyen izgatottá/felkavarttá, ingerlékenyvé/túlreagálóvá és türelmetlenné válást méri. A kitöltőknek négyfokozatú súlyossági/gyakorisági skálán, 0 és 3 között (0 = egyáltalán nem volt jellemző rám, 1 = egy kicsit, vagy időnként jellemző volt rám, 2 = elég jelentősen vagy gyakran volt rám jellemző, 3 = igen tekintélyes mértékben vagy nagyon gyakran jellemző volt rám) kellett megbecsülniük, hogy milyen mértékben tapasztalták az adott állapotot az elmúlt egy hétben. A nemzetközi tanulmányok eredményei megerősítik a skálák belső megbízhatóságát felnőtt- és serdülőmintán is (pl. Lee, Lee & Moon, 2019). A jelen kutatás Cronbach- α értékei 0,87 (*Depresszió*), 0,86 (*Szorongás*), 0,82 (*Stressz*). A skála egészének belső konzisztenciája kiváló, a Cronbach- α értéke 0,92.

3.3. Statisztikai elemzés

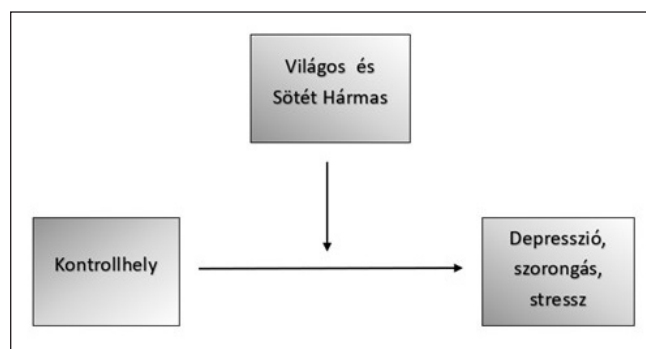
A vizsgálat első lépése a felhasznált skálák belső megbízhatóságának ellenőrzése volt, a Cronbach- α együtthatók kiszámításával. A kutatás hipotéziseinek ellenőrzése során a független változók a Sötét és Világos Hármas egésze, a Sötét és Világos Hármas alszámai és a kontrollhely. A függő változók a DASS-21 skálával mért depresszió, szorongás és stressz mértéke.

A statisztikai próbák elvégzése előtt az összes változóra vonatkozó leíró statisztikák készültek el. Az első fajú hiba szintje 0,05-ös értéken lett meghatározva (*two-tailed*), a hasonló konstruktumokon végzett korábbi kutatásokra alapozva. A statisztikai próbák elvégzése az előfeltételek teljesülésének vizsgálatával indult. A vizsgált konstruktumok normalitás előfeltételeinek ellenőrzése a Kolmogorov-Smirnov-próba elvégzésével történt. Mivel a normalitás előfeltétele majdnem mindegyik skála esetén sérült, az első három hipotézis ellenőrzése nem paraméteres eljárással, Spearman-féle korrelációs elemzés lefolytatásával valósult meg.

A negyedik és ötödik hipotézis tesztelése moderációs elemzéssel történt. A moderációs elemzés során a kontrollhely mint független változó, a Világos és Sötét Hármas mint moderátor változók, valamint a depresszió, a szorongás és a

stressz mint függő változók szerepeltek. Amint az 1. ábrán látható, a kontrollhely és az egyes mentális zavarok, valamint a stressz közötti kapcsolatot vizsgáltuk a Világos és Sötét Hármas feltételezett moderációs hatásának tükrében. Az elemzés során a különböző regressziós modellek létrehozása Bootstrap-eljárással történt, 95%-os konfidenciaintervallumokkal. Az elemzésekben a Sötét és Világos Hármas skálák egésze és alszámai is szerepeltek. A kutatás alapvetően a Sötét és Világos skálák egészére vonatkozóan tűzte ki célul a vizsgálatok elvégzését, azonban némely alszámai és a kimeneti változók közötti egyedi összefüggések feltárását is indokolták a korábbi és a jelen kutatás eredményei. Ily módon, az alszámai elemzése során nyert adatok érdekes információval szolgáltattak az összefüggések teljesebb megértéséhez.

A hipotézisek teszteléséhez szükséges statisztikai próbák végrehajtása SPSS22 statisztikai programcsomag¹ segítségével zajlott, valamint Hayes (2022) Process Macro kiegészítőjével.²



1. ábra. A vizsgált változók (kontrollhely, Világos és Sötét Hármas, depresszió, szorongás, stressz) kapcsolatának moderációs modellje

4. EREDMÉNYEK

4.1. Leíró adatok

A kutatás résztvevőinek a vizsgált mentális zavarokban való érintettségét a depresszió, a szorongás és a stressz mérésére szolgáló DASS-21 (Rózsa és mtsai, 2020) alszámlákra bontásával elemeztük. A depresszió, a szorongás és az átélt stressz egyedi értékeinek feltárásával lehetséges a résztvevők teljesebb bemutatása, azonban a későbbi adatelemzések során a mentális zavarokat mérő DASS-21 összpontszáma is felhasználásra került. Rózsa és munkatársai (2020) tanulmánya ismerteti a depresszió, a szorongás és a stressz *normál, enyhe, mérsékelt, súlyos és nagyon súlyos* övezeteinek ponthatárait.

¹ IBM Corp. Released 2013. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 22.0. I Armonk, NY: BM Corp.

² Process 4.0 by Andrew F. Hayes: www.guilford.com/p/hayes3
A moderációs elemzés weboldala: <https://psychology.victoria.ac.nz/modgraph/onlinecontcomp.php>

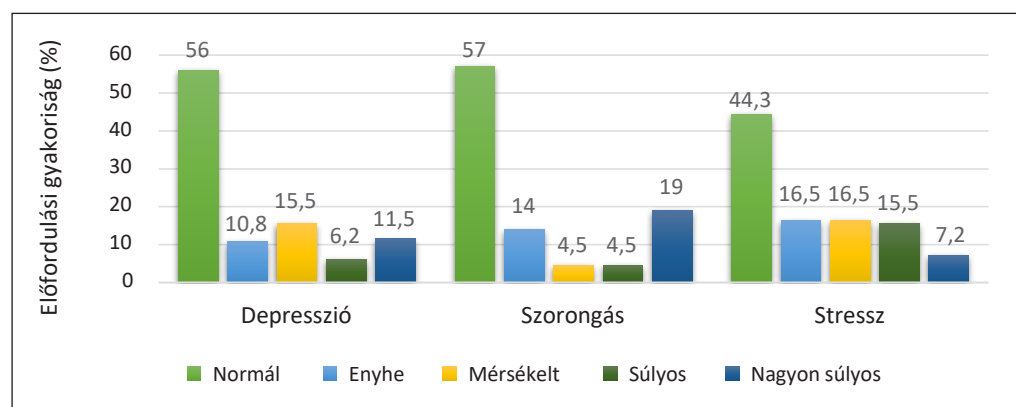
A felvett adatok alapján a depresszió szintjét tekintve a résztvevők 56%-a ($n = 109$) a normál övezetbe (0–4 pont) sorolható. Esetükben feltehetően nem mutatkoztak problémák e tekintetben. A résztvevők 10,8%-a ($n = 21$) enyhe depresszió (5–6 pont) jeleit mutatta. Mérsékelt szintű depresszió (7–10 pont) jelent meg a vizsgált minta tagjainak 15,5%-a ($n = 30$) esetében. Súlyos depresszió (11–13 pont) a minta 6,2%-a ($n = 12$) esetében mutatkozott. Nagyon súlyos depressziót (14–21 pont) élt át 22 résztvevő, ez a minta 11,5%-a.

A szorongást tekintve a kitöltők 57%-ának ($n = 111$) nem voltak a normális mértékű (0–3 pont) meghaladó tünetei. Enyhe szorongásos tünetek (4–5 pont) jelentkeztek a résztvevők 14%-a ($n = 27$) esetén. A résztvevők 4,5%-a ($n = 11$) mérsékelt szorongást (6–7 pont) érzett. Súlyos szorongásos

tünetekről (8–9 pont) számolt be 4,5% ($n = 9$), és nagyon súlyos szorongástól (10–21 pont) szenvedett a résztvevők 19%-a ($n = 36$) a kitöltés időpontjában.

A stressz szintjét tekintve a kitöltők 44,3%-a ($n = 86$) normál övezetbe (0–7 pont) volt sorolható. A kitöltők 16,5%-a ($n = 32$) enyhe stressz (8–9 pont) jeleit érezte. Ugyancsak 16,5% ($n = 32$) nyilatkozott mérsékelt stresszről (10–12 pont). Súlyos stressz (13–16 pont) jelei voltak tapasztalhatók 30 fő esetén, ami a minta 15,5%-a. Nagyon súlyos stresszt (17–21 pont) élt át a résztvevők 7,2%-a ($n = 14$).

Összességében a depresszió és a stressz esetén többen éltek át enyhe, mérsékelt vagy súlyos tüneteket. A szorongás esetén viszont kiugró volt a nagyon súlyos tüneteket tapasztalók aránya (2. ábra).³



2. ábra. A résztvevők által átélt depresszió, szorongás és stressz szintje (%)

A Kolmogorov–Smirnov-próba eredményei alapján a Kontrollhely és a DASS-21 skálák, valamint a Világos és Sötét Hármas összesített és alszkálái közül egyetlen összesített vagy alszkála sem mutatott normális eloszlást, kivéve a Sötét Hármas egyik alszkálája, a szubklinikai narcizmus. A Világ-

gos Hármas és a Kontrollhely skálák kissé jobbra, a magasabb értékek felé hajlottak. Ezzel szemben a Sötét Hármas és a DASS-21 skálák inkább balra, azaz az alacsonyabb érték felé tolódtak. A leíró adatokat (átlag, szórás) és a normalitásvizsgálat eredményeit a 2. táblázat tartalmazza.

2. táblázat. A skálák leíró adatai és normalitásvizsgálatának eredményei

Skálák és alszkálák	<i>M</i>	<i>SD</i>	Normalitásvizsgálat (<i>p</i>)
Kontrollhely	46,1	8,82	<0,001
Világos Hármas (VH)	47,45	6,08	<0,001
Hit az emberiségben (VH)	14,45	3,11	<0,001
Humanizmus (VH)	16,51	2,39	<0,001
Kantianizmus (VH)	16,48	2,81	<0,001
Sötét Hármas (SH)	67,55	14,97	<0,001
Machiavellizmus (SH)	25,99	6,81	<0,001
Szubklinikai narcizmus (SH)	23,89	6,21	0,13
Szubklinikai pszichopátia (SH)	17,66	5,96	<0,001
DASS-21	18,41	13,09	<0,001
Depresszió (DASS-21)	5,32	5,11	<0,001
Szorongás (DASS-21)	4,61	4,96	<0,001
Stressz (DASS-21)	8,48	4,92	0,005

Megjegyzés: $n = 194$. Világos Hármas Kérdőív (VH), Sötét Hármas Kérdőív (SH).

4.2. Korrelációs vizsgálatok

Mivel a Pearson-féle korrelációs együttható számításához szükséges normalitás előfeltétele zömében nem teljesült, a paraméteres eljárás elvégzése nem nyújtott volna biztonságos megoldást. Emiatt nem paraméteres Spearman-féle rangkorrelációs vizsgálatot alkalmaztunk. Az eredményeket a 3. táblázatban foglaljuk össze.

³ A kutatás résztvevőinek pszichológiai konzultációt ajánlottunk fel a kérdőíves felmérés végén, arra az esetre, ha ennek szükségét éreznék. Ennek szövege a Függelékben olvasható.

3. táblázat. A Spearman-féle rangkorrelációs elemzés eredményei

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
1. Kontrollhely	–											
2. Világos Hármas (VH)	0,24**	–										
3. Hit az emberiségben (VH)	0,23**	0,76**	–									
4. Humanizmus (VH)	0,10	0,70**	0,41**	–								
5. Kantianizmus (VH)	0,16**	0,68**	0,26**	0,26**	–							
6. Sötét Hármas (SH)	–0,06	–0,30**	–0,31**	–0,07	–0,27**	–						
7. Machiavellizmus (SH)	–0,22**	–0,34**	–0,37**	–0,10	–0,24**	0,83**	–					
8. Szubklinikai Narcizmus (SH)	0,24**	–0,03	–0,01	0,08	–0,14*	0,72**	0,36**	–				
9. Szubklinikai Pszichopátia (SH)	–0,11	–0,35**	–0,35**	–0,15*	–0,27**	0,79**	0,56**	0,38**	–			
10. DASS-21	–0,41**	–0,22**	–0,18*	–0,01	–0,22**	0,14	0,23**	–0,12	0,21**	–		
11. Depresszió (DASS-21)	–0,44**	–0,19**	–0,17*	–0,08	–0,12	–0,01	0,12	–0,26**	0,13	0,86**	–	
12. Szorongás (DASS-21)	–0,37**	–0,15*	–0,10	0,05	–0,21**	0,15	0,20**	–0,03	0,18*	0,84**	0,64**	–
13. Stressz (DASS-21)	–0,31**	–0,23**	–0,18*	–0,03	–0,23**	0,24**	0,30**	–0,01	0,27**	0,88**	0,64**	0,62**

Megjegyzés: ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$.

4.2.1. A kontrollhelyelvárás, a stressz és egyes mentális zavarok kapcsolata

Az első hipotézis, miszerint a belsőkontrollhely-elvárás negatív együttjárást mutat a depresszió, a szorongás és a stressz mértékével, valamint a külsőkontrollhely-elvárás pozitív együttjárást mutat ezen mentális zavarok és a stressz mértékével, az adatok alapján beigazolódott. A Kontrollhely skála és a DASS-21 összpontszámértékei szignifikáns, közepesen erős fordított irányú együttjárást mutatnak. A DASS-21 mindhárom alskálája, azaz a depresszió, a szorongás és a stressz hasonlóképpen szignifikáns, közepesen erős, negatív irányú összefüggést mutat a belsőkontrollhely-elvárással (3. táblázat). Tehát, minél inkább érzi valaki a saját belső kontrollját vagy személyes hatalmát az öt körülvevő események alakításában, annál kevésbé éli át a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteit.

4.2.2. A Világos Hármas, a stressz és egyes mentális zavarok kapcsolata

A második hipotézis, miszerint a Világos Hármas magasabb értékei alacsonyabb depresszióval, szorongással és

stresszel járnak együtt, szintén alátámasztást nyert az adatok alapján. Az összesített Világos Hármas és a DASS-21 gyenge, de szignifikáns negatív irányú összefüggést mutat. Ezek szerint, minél magasabb pontszámot ér el valaki a Világos Hármas skálán, annál kevésbé mutatja a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteit. A Világos Hármas a DASS-21 mindegyik alskálájával szintén gyenge, de szignifikáns negatív irányú kapcsolatban van. A depresszió, a szorongás és a stressz is kevésbé jellemző a Világos Hármas magasabb értékei esetén. A Világos Hármas alskálái közül a hit az emberiségben alskála és a kantianizmus alskála enyhe, negatív irányú szignifikáns összefüggést mutat a DASS-21 összesített skálájával. A hit az emberiségben a depresszióval és a stresszel van gyenge, szignifikáns, negatív irányú összefüggésben. A kantianizmus a szorongással és a stresszel van gyenge, de szignifikáns, negatív irányú kapcsolatban (3. táblázat).

4.2.3. A Sötét Hármas, a stressz és egyes mentális zavarok kapcsolata

A harmadik hipotézisben azt feltételeztük, hogy a Sötét Hármas magasabb értékei magasabb depresszió, szorongás, illetve stressz értékekkel járnak együtt. Ez a hipotézis csak

részben igazolódott. Az összesített Sötét Hármás és a DASS-21 összesített skála között nagyon enyhe, pozitív irányú, tendenciaszerű összefüggés látható.

A Sötét Hármás alskálái nem mutatnak egységes képet a vizsgált mentális zavarokkal való kapcsolat tekintetében. A machiavellizmus alskála gyenge, de szignifikáns pozitív irányú együttjárást mutat a DASS-21 összesített értékével. Hasonlóképpen, a szubklinikai pszichopátia alskála is gyenge, de szignifikáns, pozitív irányú együttjárást mutat az összesített DASS-21 értékével. A szubklinikai nárcizmus a másik két alskálától eltérő módon korrelál a DASS-21 összesített pontértékével: ez esetben enyhe negatív összefüggést látunk, az eredmény azonban nem szignifikáns. A DASS-21 alskálái közül a machiavellizmus alskála a szorongással és a stresszel mutat szignifikáns, pozitív irányú kapcsolatot. A szubklinikai nárcizmus alskála egyedül a depresszióval van enyhe, negatív irányú, szignifikáns kapcsolatban. A szubklinikai pszichopátia a szorongással és a stresszel mutat gyenge, pozitív irányú, szignifikáns összefüggést (3. táblázat).

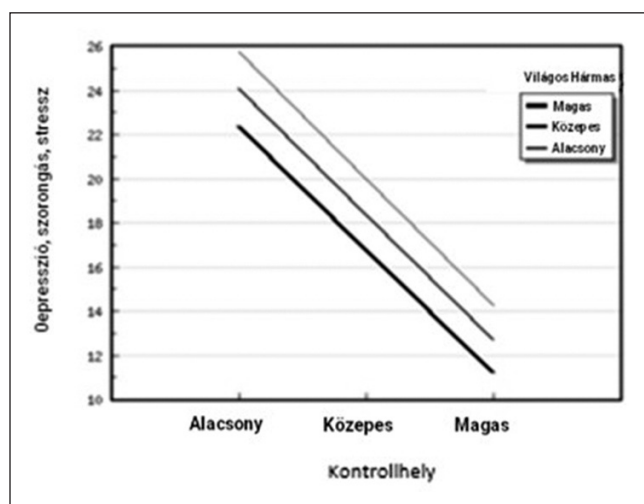
4.3. Moderációs elemzések

4.3.1. A Világos Hármás moderációs hatásának vizsgálata

A negyedik hipotézisünk szerint feltételezhető, hogy a Világos Hármás felerősíti a belső kontrollhely protektív hatását a stresszel és a mentális zavarokkal szemben. Feltételeztük, hogy a belsőkontrollhely-elvárás hatása a mentális zavarok mértékére megjelenik a Világos Hármás alacsonyabb és magasabb értékei esetén is, de lehet, hogy a Világos Hármás magasabb szintje mintegy pufferként viselkedik a mentális zavarokkal szemben, még jobban felerősítve a kontrollhely főhatását. Ennek ellenőrzésére, a kontrollhely fő hatásának érvényesülése mellett, a folytonos moderátor változó (Világos Hármás) alacsony, közepes és magas szintjein is elemeztük a regressziós együtthatókat.

A Világos Hármás moderációs hatásának vizsgálatára létrehozott modell $[F(3, 190) = 17,25; R^2 = 0,227; p < 0,001]$ a kimeneti változó (a DASS-21 összpontszámával operacionalizált depresszió, szorongás és stressz) varianciájának 22,7%-át magyarázza meg. Ebben a modellben a prediktor kontrollhely változó főhatása negatív irányú és szignifikáns ($B = -0,642; p < 0,001$) a mentális zavarok változójára. A feltételezett moderátor változó, azaz a Világos Hármás főhatása szintén negatív a függő változó mértékére nézve, azonban ez a hatás már csak tendenciaszerű ($B = -0,263; p = 0,092$), és az interakciós tag nem szignifikáns ($B = 0,001; p = 0,927$). Tehát ha az interakciós hatást beemeljük, nem javul szignifikánsan a modell. A megmagyarázott variancia sem emelkedik a Világos Hármás beléptetésével.

Elmondható tehát, hogy a Világos Hármás moderációs hatása nem érvényesül a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok, valamint a stressz tünetei megjelenésének kapcsolatára nézve: a moderátor változó alacsony, közepes és alacsony szintje esetén sincs szignifikáns hatás a független és a függő változó kapcsolatában (3. ábra).



3. ábra. A Világos Hármás moderációs hatásának vizsgálata

A Világos Hármás alskálái esetében hasonló eredmények láthatók; egyik alskála esetén sem érvényesül moderációs hatás a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok kapcsolata nézve.⁴

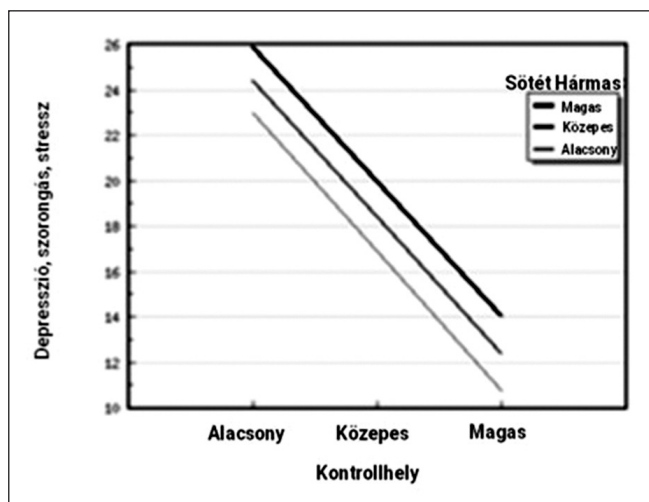
4.3.2. A Sötét Hármás moderációs hatásának vizsgálata

Az ötödik hipotézisünk szerint feltételezhető, hogy a Sötét Hármás egésze nem mutat szignifikáns moderációs hatást a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok, valamint a stressz kapcsolatára nézve, és a Sötét Hármás három alskálája nem viselkedik egyformán a kontrollhely és a mentális zavarok kapcsolatának moderátor változójaként.

A Sötét Hármás moderátor változóval létrehozott modell $[F(3, 190) = 18,74; R^2 = 0,227; p < 0,001]$ a kimeneti változó (a DASS-21 összpontszámával operacionalizált depresszió, szorongás és stressz) varianciájának 22,7%-át magyarázza meg. A fő prediktor kontrollhely változó szignifikánsnak bizonyul ($B = -0,680; p < 0,001$) és negatív irányú. A Sötét Hármás főhatása azonban csak tendenciaszerű ($B = 0,104; p = 0,071$). Az interakciós tag nem szignifikáns ($B = 0,001; p = 0,916$). A kontrollhely független változó főhatása tehát szignifikánsnak bizonyul, a kapcsolat iránya negatív, azaz ahogy nő a belső kontroll szintje, úgy jelez előre a modell csökkenést a stressz és a mentális zavarok tünetei mentén.

Mivel a feltételezett moderátor változó (Sötét Hármás) főhatása és az interakciós tag sem bizonyult szignifikánsnak, ettől a hatástól függetlenül érvényesül a kontrollhely hatása a mentális zavarok és a stressz szintjére nézve. Az 4. ábrán látható a kontrollhely elvárás és a mentális zavarok összefüggése a Sötét Hármás változó alacsony, közepes és magas értékei esetén.

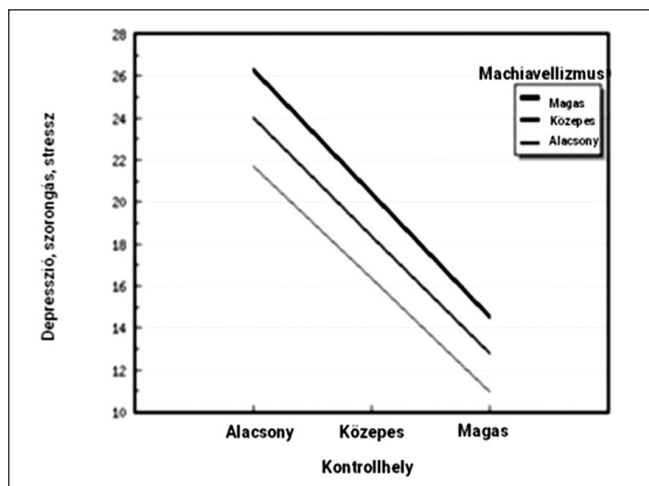
⁴ Az eredményeket a szerzők kérésre elküldik.



4. ábra. A Sötét Hármas moderációs hatásának vizsgálata

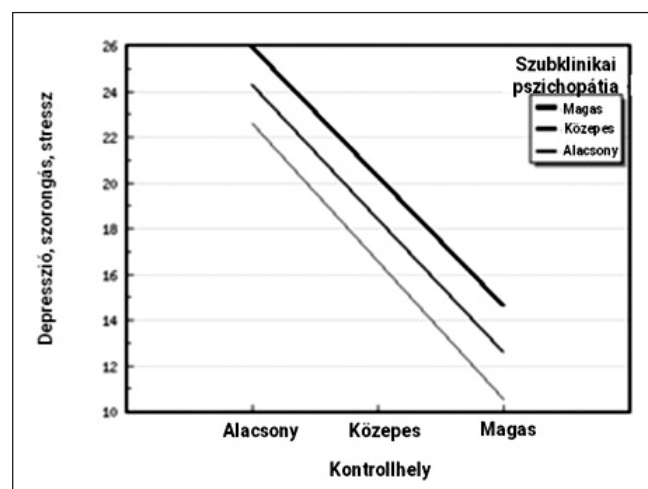
A Sötét Hármas alszkáláinak hatásait a kontrollhely és a mentális zavarok, valamint a stressz kapcsolatára nézve egyenként is ellenőriztük. A *machiavellizmus* moderációs hatásait tesztelve megállapítható, hogy a létrehozott modell [$F(3, 190) = 20,064$, $R^2 = 0,236$, $p < 0,001$] a kimeneti változó varianciájának 23,6%-át magyarázza meg. A moderátor machiavellizmus változó fő hatása szignifikánsnak bizonyul ($B = 0,296$; $p = 0,019$). A kapcsolat iránya pozitív, tehát ahogy a machiavellizmus szintje emelkedik, úgy jelez előre emelkedést a modell a mentális zavarok és a stressz szintjén.

A kontrollhely független változó hatása szignifikáns, a nem standardizált regressziós együttható ($B = -0,637$; $p < 0,001$) negatív előjelű, tehát ahogy a belső kontroll csökken, úgy jelez előre emelkedést a modell a depresszió, a szorongás és a stressz összesített skálájának értékei mentén. A prediktor és a moderátor változó kombinált hatását tartalmazó interakciós tag azonban nem szignifikáns ($B = -0,004$; $p = 0,77$), azaz nem javult a modell, és nem nőtt a megmagyarázott variancia az interakciós tag beléptetésével. Az 5. ábrán látható a machiavellizmus moderációs hatása a kontrollhely és a mentális zavarok, valamint a stressz tüneteinek kapcsolata mentén.



5. ábra. A machiavellizmus moderációs hatásának vizsgálata

A szubklinikai pszichopátia alszkála moderációs hatásait vizsgálva kiderül, hogy a létrehozott modell [$F(3, 190) = 18,062$; $R^2 = 0,233$; $p < 0,001$] a kimeneti változó 23,3%-át magyarázza meg. A szubklinikai pszichopátia változó fő hatása szignifikáns ($B = 0,312$; $p = 0,035$). A nem standardizált regressziós együttható pozitív, tehát ahogy a szubklinikai pszichopátia szintje nő, úgy jelez előre a modell emelkedést a mentális zavarok és a stressz tüneteinek mentén. A kontrollhely fő hatása is szignifikáns és negatív előjelű ($B = -0,661$; $p < 0,001$), eszerint a belső kontroll szintjének növekedésével a modell csökkenést jelez előre a depresszió, a szorongás és a stressz összesített skálájának értékei mentén. Az interakciós tag nem szignifikáns ($B = 0,003$; $p = 0,841$), tehát ez esetben nem javult a modell az interakciós hatás modellbe történő bevonásával. A három változó kapcsolata a 6. ábrán látható.



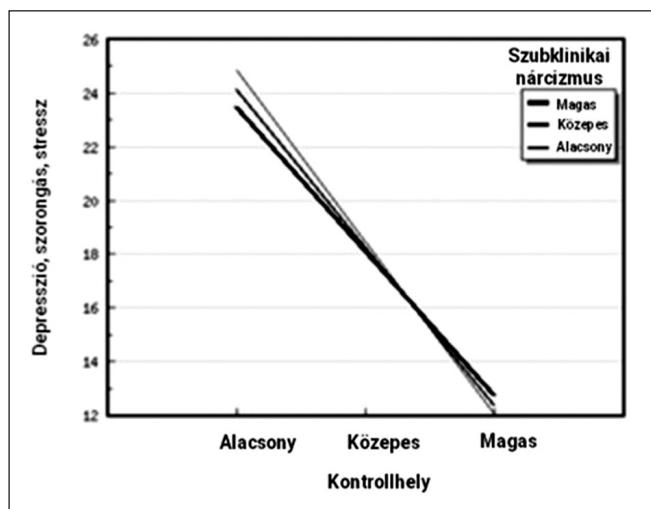
6. ábra. A szubklinikai pszichopátia moderációs hatásának vizsgálata

A szubklinikai narcizmus alszkála esetén az eredmények kissé eltérnek a Sötét Hármas két másik alszkálájának eredményeitől. A modell a függő változó varianciájának 21,5%-át magyarázza meg, és jobb predikciót nyújt [$F(3, 190) = 16,606$, $R^2 = 0,215$, $p < 0,001$], mint a kiindulási modell.

A kontrollhely független változó fő hatása szignifikáns és negatív irányú ($B = -0,667$; $p < 0,001$). A szubklinikai narcizmus fő hatása azonban nem szignifikáns ($B = -0,255$; $p = 0,867$), ahogy az interakciós tag sem ($B = 0,009$; $p = 0,551$). A szubklinikai narcizmus esetén tehát sem a moderátor, sem az interakciós tag nem mutat szignifikáns hatást a kontrollhely és a vizsgált mentális zavarok tüneteinek kapcsolata mentén. A 7. ábrán látható a változók összefüggése.

A DASS-21 depresszió, szorongás és stressz alszkálái az összesített DASS-21 skálához hasonlóan viselkedtek a kontrollhelyelvárás és a két hármas összesített és alszkálái kombinált hatásának függvényében. A Világos, illetve Sötét Hármas összesített és alszkálái egyetlen esetben sem mutatnak szignifikáns moderációs hatást a kontrollhelyelvárás és a DASS-21 depresszió, szorongás és stressz alszkáláinak kapcsolatára nézve.⁵

⁵ Az eredményeket a szerzők kérésre elküldik.



7. ábra. A szubklinikai narcizmus moderációs hatásának vizsgálata

5. MEGBESZÉLÉS

Jelen kutatás célja a kontrollhelyelvárás, valamint a depresszió, a szorongás és a stressz közötti összefüggés vizsgálata volt felnőttek körében, a Világos illetve Sötét Hármas feltételezett moderációs hatásának tükrében. Az online kérdőíves kutatás során összegyűlt adatok statisztikai elemzése a kutatás hipotéziseinek egy részét igazolta, de nem minden hipotézis nyert alátámasztást.

Az első hipotézis, miszerint a Rövidített Kontrollhely Kérdőív által mért belsőkontrollhely-elvárás magasabb szintje negatív irányú együttjárást mutat a DASS-21 kérdőívvel mért depresszió, szorongás és stressz mértékével, a jelen mintán igazolódott. A közepesen erős, fordított irányú, szignifikáns együttjárások arra utalnak, hogy minél magasabb a belső kontroll szintje, annál kevésbé jelennek meg a stressz és a vizsgált mentális zavarok tünetei.

A második hipotézis, miszerint a korrelációs elemzés során a Világos Hármas Kérdőív összesített skálája, valamint a humanizmus, a kantianizmus és a hit az emberiségben alszkálák értékei negatív irányú összefüggést mutatnak a depresszió, szorongás és stressz mértékével, részben alátámasztást nyert az adatok alapján. A Világos Hármas összesített skálája és a DASS-21 összpontszáma között gyenge, de szignifikáns negatív irányú összefüggés látható. A Világos Hármas alszkálái közül a hit az emberiségben és a kantianizmus szintén szignifikáns, gyenge negatív együttjárást mutatott a DASS-21 összpontszámával. Egyedül a humanizmus alszkála nem mutatott szignifikáns lineáris összefüggést a depresszió, szorongás és stressz összesített mértékével. Kutatásunk eredményei alapján tehát a humanizmus alszkála – ha csekély mértékben is, de – eltért a másik két alszkálától a stresszel és a vizsgált mentális zavarokkal való kapcsolat tekintetében. Ezek az eredmények új megvilágításba hozzák azokat a megállapításokat (Andrews, 2019; Kaufman és mtsai, 2019; Musek és Grum, 2021), amelyek hangsúlyozzák, hogy a Világos Hármas erősebb összefüggést mutat a

szubjektív jólléttel, mint a Sötét Hármas. Úgy tűnik, hogy a Világos Hármas hit az emberiségben és kantianizmus alszkálája egyben a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteinek alacsonyabb szintjét is implikálja, még ha kis mértékben is. A jelenség mögötti háttérváltozók, mint például a barátságosság, a lelkiismeretesség vagy az érzelmi stabilitás vizsgálata tovább árnyalhatja a képet. Jelen kutatásban azonban nem tértünk ki ezen háttérváltozók vizsgálatára.

A harmadik hipotézis szerint elképzelhető, hogy a Sötét Hármas magasabb összesített értékei magasabb szintű depresszió, szorongás, illetve stressz értékekkel járnak együtt. Ez a hipotézis nem igazolódott, az összesített Sötét Hármas és a DASS-21 összesített skálája között nem volt szignifikáns kapcsolat. Mindemellett, a korábbi kutatásokkal (Aghahabai és Blachnio, 2015; Egan és mtsai, 2014; Limone és mtsai, 2020) egybecsengő eredmények születtek a Sötét Hármas alszkáláival kapcsolatban. A machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia alszkálák eltérést mutattak a szubklinikai narcizmus alszkálától a mentális zavarokkal való kapcsolat tekintetében. A machiavellizmus és a szubklinikai pszichopátia alszkála gyenge, de szignifikáns, pozitív irányú együttjárást mutatott a stresszel és a mentális zavarok szintjével, azonban a szubklinikai narcizmus alszkála nem volt szignifikáns kapcsolatban a depresszióval, a szorongással és a stresszel.

A negyedik hipotézisben feltételeztük, hogy a Világos Hármas egésze és alszkálái moderációs hatást gyakorolnak a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok kapcsolatára nézve. Ez alapján a Világos Hármas egésze és alszkálái vélhetően felerősítik a belsőkontrollhely-elvárás védő hatását a DASS-21 skálával mért stressz és mentális zavarok megjelenésével szemben. Ez a hipotézis nem nyert igazolást, ugyanis sem a Világos Hármas egészének, sem pedig alszkáláinak moderátor hatása nem érvényesült a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok kapcsolatára nézve. Eszerint a Világos Hármas esetén a belsőkontrollhely-elvárás növekedése együtt jár a mentális zavarok és a stressz szintjének csökkenésével, valamint a külsőkontrollhely-elvárás erősödésével a mentális zavarok és az észlelt stressz szintje növekszik, anélkül, hogy a Világos Hármas befolyásolni tudná ezt az összefüggést.

Az ötödik hipotézis szerint feltételezhető, hogy az összesített Sötét Hármasnak nincs moderációs hatása a kontrollhelyelvárás és a mentális zavarok kapcsolatára, valamint hogy a szubklinikai narcizmus felerősíti a belsőkontrollhely-elvárás protektív hatását a DASS-21 skálával mért mentális zavarokkal és stresszel szemben, tehát a Sötét Hármas alszkálái közül egyedül a szubklinikai narcizmusnak van moderációs hatása a kontrollhely és a mentális zavarok kapcsolatára. Ez a hipotézis csak részben igazolódott, hiszen sem a Sötét Hármas egésze, sem az alszkálái nem mutattak szignifikáns moderációs hatást a prediktor és a kimeneti változó kapcsolata mentén. Tehát a Sötét Hármas esetében mindhárom alszkála esetén elmondható, hogy nem változtatják meg a kontrollhely és a mentális zavarok kapcsolatát.

Összegezve, eredményeink alapján a belsőkontrollhely-elvárás protektív szerepe meghatározó jelentőségű a stressz és egyes mentális zavarok kialakulásával szemben, a vizs-

gált változókat tekintve. Fontos megjegyezni, hogy a Világos Hármas is mutatott némi védelmet a stressz, a szorongás és a depresszió tüneteinek megjelenésével szemben, de a Világos Hármas esetén is döntő szerep jutott a belsőkontrollhely-elvárás protektív szerepének. Tehát minél inkább belső kontrollal rendelkező személy, esetében annál kevésbé jellemző a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteinek megjelenése, függetlenül attól, hogy inkább a proszociális vagy a szociálisan averzív tulajdonságok jellemzőek rá hangsúlyosabban. A kutatásban alapvetően nem tértünk ki arra a kérdésre, hogy vajon szemben a Sötét Hármassal, a Világos Hármas tagjaival jobban jellemezhetők rendelkeznek-e inkább belsőkontrollhely-elvárással, azonban eredményeink azt mutatják, hogy a Világos Hármas egésze és a belsőkontrollhely-elvárás között enyhe, pozitív irányú kapcsolat van. A Világos Hármas alsóskálái közül a hit az emberiségben és a kantianizmus enyhe, pozitív irányú összefüggést mutatott a belsőkontrollhely-elvárással, a humanizmus alsóskála azonban nem volt lineáris összefüggésben a kontrollhely változóval. A Sötét Hármas egésze és a kontrollhely-elvárás között nem találtunk lineáris kapcsolatot a jelen kutatásban. Amikor a Sötét Hármast alsóskálákra bontottuk, a szubklinikai narcizmus ugyancsak enyhe pozitív együttjárást mutatott a belső kontrollal, ami megerősíti a korábbi kutatások eredményeit.

Eredményeink rámutatnak, hogy a belsőkontroll-hit egy olyan kognitív erőforrás lehet, amely védelmet nyújt az egyének számára az őket érő negatív események stresszkelő hatásaival szemben. A belsőkontroll-hit attól függetlenül véd a depresszió, a szorongás és a stressz tüneteitől, hogy az egyének mennyire viszonyulnak proszociális vagy éppen szociálisan averzív attitűddel a környezethez, ámbar a szociálisan averzív tendenciák eleve alacsonyabb belsőkontroll-érzettel járhatnak együtt. Az eredmények hasznosak lehetnek a gyakorlati alkalmazás számára; igazolják a belsőkontrollhely-elvárás erősítését szolgáló intervenciók hasznosságát a stressz, a depresszió és a szorongás tüneteinek csökkentésében. Mivel a kontroll helyét megváltoztatják az egyéneket ért pozitív, illetve negatív tapasztalatok és életesemények (Fabok & Kotosz, 2012; Nallapothula és mtsai, 2020), feltehetően a mentális egészség támogatását célzó terápiás eljárások is módosíthatják a belsőkontrollhely-elvárás mértékét. Néhány vizsgálatban (Cowan és mtsai, 2020; Hashworth és mtsai, 2022; Nallapothula és mtsai, 2020; Tyler, Heffernan & Fortune, 2020) ellenőrizték a belsőkontrollhely erősítését szolgáló programok hatékonyságát, azonban tudomásunk szerint a klinikai intervenciók hatásait a belső kontrollhelyre egyelőre kevésbé tárták fel. A további kutatások eredményei bővíthetik tudásunkat az egyes pszichoterápiás intervenciók hatékonyságáról e tekintetben. Meg kell jegyeznünk, hogy a különböző helyzetek kontrollálhatósága változó, ezért bizonyos helyzetekben a kontroll átadása adaptívabb megoldást nyújthat, mint a kontrollhoz való ragaszkodás (Kulcsár, 2011). További kutatások eredményei szintén tisztázhatják az adott kontextushoz alkalmazkodó külső-, illetve belsőkontrollhely-elvárás optimális szintjének szerepét a mentális egészség megőrzésében.

Emellett a belsőkontrollhely-elvárás és bizonyos Világos Hármas vonások magasabb szintjének összefüggése is figyelmet érdemel. Vizsgálatunk eredményei alapján a világhoz való proszociális viszonyulás erősebb belsőkontroll-érzettel, valamint alacsonyabb depresszió-, szorongás- és stressz-szinttel jár együtt. Elképzelhető, hogy a világos vonások megjelenése is elősegíthető a belső kontrollhely növelését célzó intervenciókkal. Ez a terület szintén nem kapott még sok figyelmet, további kutatások segíthetnek mélyebben feltárni ezen vonatkozásokat is.

Az eredmények értelmezése során figyelembe kell venni, hogy az adatgyűjtéshez alkalmazott online kérdőíves módszer számos torzító tényezőt hordozhat. Egyrészt kedvezhet a személyek által szubjektíven átélt, de mégsem a valóságot képviselő válaszoknak. Másrészt a kérdések egy része, főként a Sötét Hármas vonások és a mentális zavarok témakörében, érzékenyen érinthette a résztvevőket. Emiatt a válaszadás során tartózkodhattak a teljes igazság kendőzetlen megosztásától. A társas kíváncsiság hatása pedig még akkor is megjelenhet a válaszokban, ha biztosított a kitöltők teljes körű anonimitása. Az adatok a Világos Hármas Skálán a magasabb értékek felé csúsznak, miközben a Sötét Hármas Skálán az alacsonyabb értékek felé ferdeül az eloszlás. Mindez tükrözheti a valóságot is, azonban a válaszadás során a résztvevők sok esetben tudatosan is kontrollálják a válaszokat, visszatárhathatnak vagy hozzáadhatnak információkat. Ráadásul az egyik vizsgált konstruktm, a Sötét Hármas tagjai jellemzően manipulatívabbak, tehát akikre eleve jellemzőek a mérni kívánt tulajdonságok, feltételezhetően éppen ők hajlamosak a leginkább palástolni azokat. Mindezek miatt az adatok objektivitása, érvényessége és megbízhatósága sérülhetett. Egy további limitáció, hogy a kutatás résztvevőinek toborzása kényelmi mintavétellel történt, ami nem biztosítja a reprezentativitást. A vizsgálatban részt vevő személyek nemi eloszlása és végzettsége alapján például nyilvánvaló, hogy a minta nem fedi le a teljes populációban tapasztalható arányokat. Mivel a kitöltők nagy része nő, valamint jó része felsőfokú végzettségű, vagy épp felsőfokú tanulmányokat folytat, inkább egy bizonyos szubkultúra sajátosságai jelentek meg a válaszokban. Mindezek miatt, a statisztikai elemzések során nyert eredmények inkább az adott szubkultúra jellegzetességeit tükrözhetik.

Ki kell térnünk kutatásunk egyik meglepő eredményére, miszerint feltűnően magas volt a mintában a súlyos depresszióval, szorongással és emelkedett stressz-szinttel küzdők aránya. A kutatás adatainak gyűjtése idején világszerte kimutatható volt a COVID-19-pandémia okozta mentális válság (Jain, Bodicherla, Raza & Kamal, 2020; Koós, 2021; Regehr és mtsai, 2021; Wang és mtsai, 2021), így elképzelhető, hogy esetünkben is a járvány hatásainak kontrollálhatatlansága állt a jelenség hátterében. A kutatás lebonyolításához rendelkezésre álló idő korlátozottsága, és az ebből adódóan viszonylag alacsony elemszám szintén torzító hatással lehetett az eredményekre. Mindezek miatt, a jelen kutatás eredményei nem általánosíthatóak, és nem vonhatóak le belőlük következtetések a szélesebb körű populációra vonatkozóan.

Köszönetnyilvánítás: A szerzők köszönetet mondanak a kézirat ismeretlen lektorainak és a folyóirat szerkesztőjének az értékes meglátásokért és javaslatokért, amelyek nagyban segítettek a cikk végső változatának létrejöttét.

Szerzői munkamegosztás: Vadai Katalin: szakirodalom-feldolgozás, a kutatási terv előkészítése, az adatgyűjtés lefoly-

tatása, adatfeldolgozás, statisztikai elemzések, a kézirat elkészítése. Nagy Henriett: szakirodalom-feldolgozás, a kutatási terv előkészítése, a kérdőívcsomag összeállítása, a kézirat elkészítése.

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

IRODALOM

- Abdolmanafi, A., Besharat, M. A., Farahani, M., & Khodaii, M. R. (2011). The moderating role of locus of control on the relationship between anger and depression in patients with major depression disorder. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 30, 297–301. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.059>
- Aghababaei, N., & Blachnio, A. (2015). Well-being and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 86, 365–368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.043>
- Aldousari, S. S., & Ickes, W. (2021). How is Machiavellianism related to locus of control?: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences*, 174, Article 110677. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110677>
- Andrews, K. (2019). *The dark triad sums up psychopaths, but the light triad defines saints*. ABC Science.
- Balazadeh, K., & Hansson, J. (2020). *The dark triad and psychological resilience: The moderating effect of locus of control*. Bachelor thesis in psychology. Lund University.
- Bereczkei, T., Czibor, A., & Birkás, B. (2021). *A lélek sötét oldala. Nárcizmus, machiavellizmus, pszichopátia*. Typotex Kiadó.
- Birkás, B., Láng, A., & Meskó, N. (2018). Self-rated attractiveness moderates the relationship between dark personality traits and romantic ideals in women. *Psychological Reports*, 121(1), 184–200. <https://doi.org/10.1177/0033294117738021>
- Blau, G. J. (1984). Brief note comparing the Rotter and Levenson measures of locus of control. *Perceptual and Motor Skills*, 58, 173–174. <https://doi.org/10.2466/PMS.58.1.173-174>
- Chabrol, H., van Leeuwen, N., Rodgers, R., & Séjourné, N. (2009). Contributions of psychopathic, narcissistic, Machiavellian, and sadistic personality traits to juvenile delinquency. *Personality and Individual Differences*, 47(7), 734–739. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.06.020>
- Christie, R., & Geis, F. L. (1970). *Studies in Machiavellianism*. Academic Press.
- Cowan, T., Pope, M. A., MacDonald, K., Malla, A., Ferrari, M., Iyer, S. N. (2020). Engagement is specialized early intervention services for psychosis as an interplay between personal agency and critical structures: A qualitative study. *International Journal of Nursing Studies*, 108, Article 103583. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103583>
- Czibor, A., Szabó, Zs. P., & Restás, P. (2019). Sötét vonások a szervezetekben: tapasztalatok magyar munkavállalók körében. *Replika*, 111, 105–116. <http://doi.org/10.32564/111.7>
- Do, B. R., & Dadvari, A. (2017). The influence of the dark triad on the relationship between entrepreneurial attitude orientation and entrepreneurial intention: A study among students in Taiwan University. *Asia Pacific Management Review*, 22(4), 185–191. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2017.07.011>
- Donald, J. N., Bradshaw, E. L., Conigrave, J. H., Parker, P. D., Byatt, L. L., Noetel, M., & Ryan, R. M. (2021). Paths to the light and dark sides of human nature: A meta-analytic review of the prosocial benefits of autonomy and the antisocial costs of control. *Psychological Bulletin*, 147(9), 921–946. <https://doi.org/10.1037/bul0000338>
- Egan, V., Chan, S., & Shorter, G. W. (2014). The Dark Triad, happiness and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 67, 17–22. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.004>
- Fabok, D., & Kotosz, B. (2012). Az egészségmagatartás-modell tesztelése többváltozós technikákkal. *Statisztikai Szemle*, 90(5), 424–446. <https://www.researchgate.net/publication/236584354>
- Flores, J., Caqueo-Uribe, A., Ramírez, C., Arancio, G., & Cofré, J. P. (2020). Locus of control, self-control, and gender as predictors of internalizing and externalizing problems in children and adolescents in Northern Chile. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 2015. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02015>
- Frenkel, E., Kugelmass, S., Nathan, M., & Ingraham, L. J. (1995). Locus of control and mental health in adolescence and adulthood. *Schizophrenia Bulletin*, 21(2), 219–226. <https://doi.org/10.1093/schbul/21.2.219>
- Furnham, A., Richards, S. C., & Paulhus, D. L. (2013). The Dark Triad personality: A 10 year review. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(3), 199–216. <https://doi.org/10.1111/spc3.12018>
- Glad, B. (2002). Why tyrants go too far: Malignant narcissism and absolute power. *Political Psychology*, 23(1), 1–5. <https://doi.org/10.1111/0162-895X.00268>
- Gómez-Leal, R., Megías-Robles, A., Gutiérrez-Cobo, M., Cabello, R., Fernández-Abascal, E. G., & Fernández-Berrocal, P. (2019). Relationship between the Dark Triad and depressive symptoms. *PeerJ*, 7, Article e8120. <https://doi.org/10.7717/peerj.8120>
- Groth, N., Schnyder, N., Kaess, M., Markovic, A., Rietschel, L., Moser, S., ... & Schmidt, S. J. (2019). Coping as a mediator between locus of control, competence beliefs, and mental health: A systematic review and structural equation modelling meta-analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 121, Article 103442. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103442>
- Hare, R. D. (1985). Comparison of procedures for the assessment of psychopathy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 7–16. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.53.1.7>
- Hart, S., & Hare, R. D. (1998). Association between psychopathy and narcissism: Theoretical views and empirical evidence. In E. F. Ronningstam (Ed.), *Disorders of narcissism: Diagnostic, clinical, and empirical implications* (pp. 415–436). American Psychiatric Press.



- Hashworth, T., Reis, S., Townsend, M., O'Garr, J., & Grenyer, B. F. S. (2022). Personal agency and borderline personality disorder: A longitudinal study of outcomes. *BMC Psychiatry*, 22, Article 566. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04214-5>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis. A Regression-Based Approach*. Guilford.
- Hoverkamp-Hermelink, J. H. M., Jeronimus, B. F., van der Veen, D. C., Spinhoven, P., Penninx, B. W. J. H., Schoevers, R. A., & Riese, H. (2019). Differential associations of locus of control with anxiety, depression and life-events: A five-wave, nine-year study to test stability and change. *Journal of Affective Disorders*, 253, 26–34. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.04.005>
- Jain, A., Bodicherla, K., P., Raza, Q., & Kamal, K. (2020). Impact on mental health by „Living in isolation and quarantine” during COVID-19 pandemic. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(10), 5415–5418. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1572_20
- Jain, M., & Singh, S. (2015). Locus of control and its relationship with mental health and adjustment among adolescent females. *Journal of Mental Health and Human Behaviour*, 20, 16–21. <https://doi.org/10.4103/0971-8990.164803>
- Jacobowitz, S., & Egan, V. (2005). The Dark Triad and normal personality traits. *Personality and Individual Differences*, 40, 331–339. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.07.006>
- Johnson, L. (2018). *The Light Triad Scale: Developing and Validating a Preliminary Measure of Prosocial Orientation*. Electronic Thesis and Dissertation Repository, 5515. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/5515>
- Johnson, L. K. D., & Saklofske, D. H. (2018). *The Light Triad Scale: Developing and validating a preliminary measure of prosocial orientation*. The University of Western Ontario.
- Jonason, P. K., Baughman, H. M., Carter, G. L., & Parker, P. (2015). Dorian Gray without his portrait: Psychological, social, and physical health costs associated with the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 78, 5–13. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.01.008>
- Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2010). The role of impulsivity in the Dark Triad personality. *Personality and Individual Differences*, 51, 679–682. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.04.011>
- Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2014). Introducing the Short Dark Triad (SD3): A brief measure of dark personality traits. *Assessment*, 21(1), 28–41. <https://doi.org/10.1177/1073191113514105>
- Kaufman, S. B., Yaden, D. B., Hyde, E., & Tsukayama, E. (2019). The Light vs. Dark Triad of personality: Contrasting two very different profiles of human nature. *Frontiers in Psychology*, 10, 1–26. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00467>
- Khumalo, T., & Plattner, I. E. (2019). The relationship between locus of control and depression: A cross-sectional survey with university students in Botswana. *South African Journal of Psychiatry*, 25, Article a1221. <https://doi.org/10.4102/sajpsychiatry.v25i0.1221>
- Koós, A. (2021). 700 ezer magyar él ilyen tünetekkel: sem az idősök, sem a fiatalok nincsenek biztonságban. *Pénzcentrum*. <https://www.penzcentrum.hu/egeszseg/20211111/700-ezer-magyar-el-ilyen-tunetekkel-sem-az-idosek-sem-a-fiatalok-nincsenek-biztonsagban-1119282>
- Kulcsár, Zs. (2011). *A hatalom akarása – a hatalom átadása*. Pro Pszichológia Alapítvány.
- Landau, R. (1995). Locus of control and socioeconomic status: Does internal locus of control reflect real resources and opportunities or personal coping abilities? *Social Science and Medicine*, 41(11), 1499–1505. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00020-8](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00020-8)
- Láng, A., Birkás, B., Martin, L., Nagy, T., & Kállai, J. (2018). Schizotypal traits and the Dark Triad form an ecological perspective: A nonclinical sample study. *Psychological Reports*, 121(6), 996–1012. <https://doi.org/10.1177/0033294117742655>
- Lee, J., Lee, E. H., & Moon, S. H. (2019). Systematic review of the measurement properties of the Depression Anxiety Stress Scales-21 by applying updated COSMIN methodology. *Quality of Life Research*, 28(9), 2325–2339. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02177-x>
- Lefcourt, H. M. (1991). Locus of control. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 413–499). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50013-7>
- Levenson, H. (1974). Activism and powerful others: distinctions within the concept of internal external control. *Journal of Personality Assessment*, 38, 377–383. <https://doi.org/10.1080/00223891.1974.10119988>
- Limone, P., Sinatra, M., & Monacis, L. (2020). Orientations to happiness between the Dark Triad traits and subjective well-being. *Behavioral Sciences*, 10(5), 90, 1–10. <https://doi.org/10.3390/bs10050090>
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1995). *Manual for the depression anxiety stress scales*. Psychology Foundation.
- Lukić, P., & Živanović, M. (2021). Shedding light on the Light Triad: Further evidence on structural, construct, and predictive validity of the Light Triad. *Personality and Individual Differences*, 178, Article 110876. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110876>
- Lyons, M. (2019). *The dark triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy in everyday life*. Elsevier Academic Press.
- Magyaródi, T., & Nagy, H. (kézirat). *Hungarian adaptation of the Light Triad Scale: Psychometric properties and validation*.
- Maier, S. F., & Seligman, M. E. (1976). Learned helplessness: Theory and evidence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 105(1), 3–46. <https://doi.org/10.1037/0096-3445.105.1.3>
- Musek, J., & Grum, D. K. (2021). The bright side of personality. *Heliyon*, 7(3), 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06370>
- Nagy H. (2019). *A pozitív pszichológia alkalmazása a klinikai és egészségpszichológiában*. ELTE Eötvös Kiadó.
- Nallapothula, D., Lozano, J. B., Han, S., Herrera, C., Sayson, H. W., Levis-Fitzgerald, M., & Maloy, J. (2020). M-Locus: A scalable intervention enhances growth mindset and internal locus of control in undergraduate students in STEM. *Journal of Microbiology & Biology Education*, 21(2), 1–12. <https://doi.org/10.1128/jmbe.v21i2.1987>
- Németh, E. (2019). Segély helyett rámpát – A külső-belső kontroll attitűd és a szegénység kapcsolata. *Universitas Budapestiensis de „Metropolitan”*. *Annales*, 12, 29–46. Budapesti Metropolitan Egyetem. <http://real.mtak.hu/id/eprint/110168>
- Oláh, A. (2005). *Érzelmek, megküzdés és optimális élmény*. Trefort Kiadó.



- Pátkai, G. (2019). *Hasonlóságok és különbségek a Sötét Hármas tagjainak személyiségében, stressz észlelésében és stratégiai döntésében*. Doktori (PhD) értekezés. Pécsi Tudományegyetem.
- Paulhus, D. L., & Williams, K. M. (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36(6), 556–563. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00505-6](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00505-6)
- Peterson, R. D., & Palmer, C. L. (2021). The dark is rising: Contrasting the Dark Triad and the Light Triad on measures of political ambition and participation. *Frontiers in Political Science*, 3, Article 657750. <https://doi.org/10.3389/fpos.2021.657750>
- Pilch, I. (2020). As cold as a fish? Relationship between the Dark Triad personality traits and affective experience during the day: A day reconstruction study. *Plos One*, 15(2), Article e0229625. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229625>
- Pléh, Cs. (2022). *Pszichológia*. Akadémiai Kiadó.
- Raskin, R. N., & Hall, C. S. (1979). A narcissistic personality inventory. *Psychological Reports*, 45(2), 590. <https://doi.org/10.2466/pr0.1979.45.2.590>
- Raskin, R. N., Novacek, J., & Hogan, R. T. (1991). Narcissism, self-esteem, and defensive self-enhancement. *Journal of Personality*, 59, 19–38. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1991.tb00766.x>
- Regehr, C., Goel, V., De Prophetis, E., Jamil, M., Mertz, D., Rosella, L. C., ... & Smieja, M. (2021). Investigating the impact of quarantine on mental health: insights from the COVID-19 international border surveillance study in Canada. *BJPsych Open*, 7, Article e143. <https://doi.org/10.1192/bjo.2021.977>
- Repisky, M. (2015). Vállalkozói személyiségjegyek és a vállalkozók megítélése három csoport szemszögéből. *SZTE Egyetemi Kiadványok*, 67–84. Szegedi Tudományegyetem. <http://acta.bibl.u-szeged.hu/id/eprint/57752>
- Richardson, E. N., & Boag, S. (2016). Offensive defenses: the mind beneath the mask of the dark triad traits. *Personality and Individual Differences*, 92, 148–152. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.039>
- Rotter, J. B. (1960). Some implications of a social learning theory for the prediction of goal directed behavior from testing procedures. *Psychological Review*, 67(5), 301–316. <https://doi.org/10.1037/h0039601>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Rózsa, S., Tárnok, Zs., & Nagy, P. (2020). *A gyermekpszichiátriában alkalmazott kérdőívek, interjúk és tünetbecslő skálák*. Budapest: Gyermek és Ifjúságpszichiátriai, Addiktológiai és Mentálhigiénés Ellátórendszer Infrastrukturális Feltételeinek fejlesztése Kiemelt Projekt.
- Sapp, S. G., & Harrod, W. J. (1993). Reliability and validity of a brief version of Levenson's locus of control scale. *Psychological Reports*, 72, 539–550. <https://doi.org/10.2466/pr0.1993.72.2.539>
- Seligman, M. E. P. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23, 407–412. <https://doi.org/10.1146/annurev.me.23.020172.002203>
- Sevi, B., Urganci, B., & Sakman, E. (2020). Who cheats? An examination of light and dark personality traits as predictors of infidelity. *Personality and Individual Differences*, 164, 110–126. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110126>
- Shojaee, M., & French, C. (2014). The relationship between mental health components and locus of control in youth. *Psychology*, 5, 966–978. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.58107>
- Tyler, N., Heffernan, R., & Fortune, C. A. (2020). Reorienting locus of control in individuals who have offended through strength-based interventions: Personal agency and the Good Lives Model. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 553240. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.553240>
- Wang, Y., Shi, L., Que, J., Lu, Q., Liu, L., Lu, Z., ... & Shi, J. (2021). The impact of quarantine on mental health status among general population in China during the COVID-19 pandemic. *Molecular Psychiatry*, 26, 4813–4822. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01019-y>

FÜGGELÉK

Világos Hármaskérdőív

Kérjük, jelölje be, hogy mennyire ért egyet a következő állításokkal. Az 1 azt jelenti, egyáltalán nem ért egyet, az 5 pedig azt, hogy teljesen egyetért.

1 = Egyáltalán nem értek egyet

2 = Nem értek egyet

3 = Nem tudom eldönteni

4 = Egyetértek

5 = Teljesen egyetértek

	Egyáltalán nem értek egyet	Nem értek egyet	Nem tudom eldönteni	Egyetértek	Teljesen egyetértek
1. Általában a legjobbat veszem észre az emberekben.	1	2	3	4	5
2. Hajlamos vagyok elhinni, hogy mások tisztességesen bánnak velem.	1	2	3	4	5
3. Azt hiszem, az emberek többnyire jók.	1	2	3	4	5
4. Gyakran megbocsátok azoknak az embereknek, akik megbántottak.	1	2	3	4	5
5. Hajlamos vagyok másokat csodálni.	1	2	3	4	5
6. Hajlamos vagyok örülni mások sikereinek.	1	2	3	4	5
7. Hajlamos vagyok másokat értékesnek tekinteni.	1	2	3	4	5
8. Szeretek odafigyelni az emberekre, az élet minden területén.	1	2	3	4	5
9. A kedvességnél jobban szeretem az őszinteséget.	1	2	3	4	5
10. Nem komfortos számomra mások nyílt manipulálása annak érdekében, hogy azt tegyék, amit én akarok.	1	2	3	4	5
11. Szeretnék hiteles lenni, még akkor is, ha az a jó hírnevemet károsítja.	1	2	3	4	5
12. Amikor beszélek az emberekkel, ritkán gondolok arra, hogy bármit is akarok tőlük.	1	2	3	4	5

Kiértékelés: A kérdőív nem tartalmaz fordított tételeket. A skálaképzés a hozzájuk tartozó tételek átlagolásával történik. A skálákon elért magasabb pontszám a Világos Hármaskérdőív magasabb szintjét jelzi. A kérdőív az alábbi három skálából áll:

Hit az emberiségben: 1., 2., 3. és 4. tétel.

Humanizmus: 5., 6., 7. és 8. tétel.

Kantianizmus: 9., 10., 11. és 12. tétel.

Tájékoztató a kérdőívek kitöltésének végén

Köszönjük válaszait!

Információ: Ha lehangoltnak és szomorúnak érzi magát, és/vagy elveszítette az érdeklődését korábban kedvelt dolgok iránt, nem okoznak örömet a mindennapi tevékenységek, és ezt az elmúlt két hétben szinte minden nap így érezte, akkor elképzelhető, hogy Ön depressziós. Ebben az esetben azt javasoljuk, hogy beszéljen erről a háziorvosával vagy írjon a kutatás témavezetőjének, aki a megfelelő személyhez irányítja Önt. Amennyiben további kérdései merülnének fel a kutatással kapcsolatban, forduljon a kutatás vezetőihez.

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

