

Székely András, Kovács Katalin Tünde, Székely B. András

A vallásosság és a lelki egészség összefüggéseinek alakulása a Hungarostudy kutatások tükrében

Bevezetés

A vallásosság definíciója

Az embert a transzcendencia iránti igénye teszi spirituális lényvé. Ez az igény az egészség holisztikus szemléletében szerves részét képezi az ezzel kapcsolatos kutatásoknak (Kopp, Székely és Skrabski 2006). Ez az igény, nyitottság számos formában megragadható mind egyéni, mind társadalmi szinten. Lehet pusztán személyes hit, mely nem feltétlenül kötődik egy istenképhez, de közösségi formát is ölthet. Kapcsolódhat ideológiákhoz, amelyek előírják, hogy kinek hogyan kell gondolkodnia, cselekednie, mely értékrendhez kell igazodnia, ugyanakkor intézményes formát is ölthet egyházakban, szervezetekben. E közösségi kifejeződést szokták vallás szóval illetni, de ma már a vallási gyakorlat is oly mértékben ölt individuális formát, hogy a „vallásos” szó nem csak a vallásgyakorlás közösségi dimenzióit hordozza magában (Székely 2008).

A vallásosság vizsgálatának számos megközelítése lehetséges, sok kutató csoportosította e fogalmat különböző dimenziói alapján (vallási hovatartozás, vallásgyakorlás, vallási közösséghez tartozás, vallásosság mint gondolkodásmód, spiritualitás, vallási ismeretek, vallási élmény, életmódbeli, erkölcsi megvalósítás, vallási hittételek, rítusok vagy beállítódás stb.), és bár nem lehet minden szempontot egyszerre érvényesíteni egy kutatás során, valamennyi csoportosítás tartalmaz olyan lényegi elemeket, amelyek által lehetővé válik a vallásosság és a testi-lelki egészség összefüggésének vizsgálata (Székely 2008).

A vallásosság időbeli alakulása

A vallásosság kutatásának egyik kiemelt területe a vallásosság időbeli változásának vizsgálata. Az idő mint olyan magában foglalja a történelmi korszakokat, ezen belül hatással van a vallásosságra egy adott régió,

ország politikai berendezkedése és ennek a vallással való viszonya. Ebből a szempontból Magyarországon a vallásosság alakulásának több szakaszát figyelhetjük meg: a második világháborúig tartó egyházbarát időszakban magas vallásosságot, amely a háború utáni ellenállás idején is erősödött körülbelül az ötvenes évek derekáig; az ezt követő rejtett vallásüldözés idején lassú csökkenés, stagnálás tapasztalható a hatvanas évek elejéig, majd gyors csökkenés egészen a hetvenes évek végéig; ekkor kezdtek láthatóvá válni a falak mögött működő vallási mozgalmak, nőtt a vallás iránti érdeklődés és a magukat vallásosnak mondók száma is (Hegedűs 2000). A rendszerváltást követően nagymértékű növekedésnek indult a vallásosság, amely Tomka (2009) szerint csak részben volt valódi vallásra találás, sokkal inkább az addig rejtve működő egyházi és vallásos élet láthatóvá válását, az egyház szerepének felértékelését és közszereplővé válását tükrözte. Ez a növekedés a 2000-es évek elején lassult, majd meg is fordult, amint azt az előző Hungarostudy kutatások is alátámasztják (Székely és Lázár 2013).

Az idő egyéni síkon az élettartamban mérhető. Az ember élete során az idő elteltével nemcsak öregszik, hanem változik is, és ez a változás elvezethet oda, hogy időskorban a vallásosság fontosabbá válik. Ugyanakkor a különböző időszakokban születetteket más-más hatások érik, így a fiatalok vallásosságának csökkenését e tényező is magyarázhatja. Az első életkori hatásnak, a másodikat kohorszhatásnak nevezik (Bengtson és mtsai 2015). Egy másik megközelítés a szociális, családi szerepek alakulásának hatását vizsgálja a vallásossággal kapcsolatban (Argue, Johnson és White 1999).

A kérdés, hogy e négy közül (történelmi, életkor, kohorsz, szociális szerepek) melyiknek van a legerősebb hatása a vallásosság alakulására nézve, a mai napig nem eldöntött (Shulgin, Zinkina és Korotayev 2019).

A kohorszok létrehozásában több megközelítés lehetséges, melyek közül az egyik az úgynevezett generációs csoportosítás. Ennek számos változata és elnevezése ismert, annak függvényében, hogy a születési év mellett milyen más jellemzőket vesznek figyelembe. Az első csoport általában a „nagy generáció” nevet viseli (1900-tól a húszas évek közepéig, végéig) (Brokaw 1998), ezt követi a „csendes” generáció (a húszas évek közepe után és a második világháború előtt vagy alatt születettek), majd a „Boom”

vagy „Baby Boomer” generáció a hatvanas évek közepéig születettekkel, a „13-ik” vagy X (a hatvanas évek végétől a hetvenes évek végéig), az Y vagy „évezred” (a nyolcvanas évek elejétől a kilencvenes évek közepéig vagy 2000-ig), és végül a Z generáció, általában a 2010-es évek elején születettekkel bezárólag (Pál és Törőcsik 2013). A Hungarostudy 2013 eredményei arra utalnak (Szántó és Susánszky 2013), hogy a globális generációs bontás jól írja le a magyar generációs struktúrát is.

Vallásosság a Hungarostudy kutatásokban

A Hungarostudy kutatások két kérdés mentén vizsgálják a vallásosságot mint a lelki egészség egyik meghatározó mutatóját: a vallásgyakorlás és a vallás fontossága mentén, azaz hogy valaki hívőnek tartja-e magát, vagy sem, illetve ha igen, milyen módon vallásgyakorló (1995 óta része a kérdőívnek), mely kérdés a Tomka Miklós kutatásaiban használt mérőeszköz kismértékben módosított változata. A spiritualitásra vonatkozó kérdés, azaz hogy milyen szerepet játszik a válaszadó értékrendjében, mennyire fontos számára a vallás, 2002 óta része a Hungarostudy-lekérdezéseknek (Kopp és Skrabski 2003; Tomka 2009).

Vallásgyakorlás					
	1995	2002	2006	2013	2021
Nem hívő	31%	25%	26%	32%	37%
Nem gyakorolja a vallását	19%	18%	16%	23%	21%
A maga módján gyakorolja	18%	27%	32%	30%	32%
Ritkán, az egyházában gyakorolja	16%	17%	14%	8%	5%
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	16%	13%	12%	7%	5%
A vallás fontossága					
	1995	2002	2006	2013	2021
Egyáltalán nem fontos	n/a	35%	35%	47%	40%
Kissé fontos	n/a	39%	39%	37%	42%
Nagyon fontos	n/a	20%	21%	13%	16%
Minden cselekedetét befolyásolja	n/a	6%	5%	3%	2%

1. táblázat: A vallásosság alakulása a vallásgyakorlás módja és a vallás fontossága kategóriái szerint a Hungarostudy-felmérések alapján 1995 és 2021 között

A vallásgyakorlást nézve 1995-től az egyháztól távolodó „maga módján vallásosság” térnyerése figyelhető meg, egészen 2006-ig, majd e csoport növekedése stagnálni kezd (1. táblázat). Az egyházukban vallásgyakorlók aránya enyhén, majd 2006 után erőbben csökken, míg a nem hívőké ez évtől meredeken nő. Emellett hullámozó tendenciát láthatunk a vallás iránti igény, a spirituális dimenzió esetében: 2002-ben és 2006-ban szinte azonosak az arányok, 2013-tól erős csökkenés figyelhető meg a vallást valamennyire fontosnak tartók számára, majd ez 2021-re ismét növekedni kezd. Összességében nézve viszont általánosan a spiritualitás iránti igény, a vallás iránti érdektelenség növekedése rajzolódik ki (Székely és Kovács 2022).

A vallásosság és a testi-lelki egészség kapcsolata a Hungarostudy kutatások alapján 2002 és 2013 között

A Hungarostudy kutatások a vallásosság egészségvédő hatásait vizsgálják, vagyis arra keresik a választ, hogy a vallásgyakorlás, a spiritualitásra való igény hozzájárul-e az emberek jobb életminőségéhez, védőfaktor-e a testi-lelki betegségek ellen (Kopp, Székely és Skrabski 2006). Ezt az összefüggést már a társadalomkutatások kezdete óta vizsgálják. Durkheim kimutatta az öngyilkosság és a felekezethez tartozás összefüggését (Durkheim 2003 [1912]), és a korábbi Hungarostudy kutatások is sorra igazolták a vallásosság kapcsolatát a testi-lelki egészség mutatóival (Kopp és Skrabski 2003; Kopp, Székely és Skrabski 2006; Székely 2008; Székely és Lázár 2013).

A 2002-es adatfelvétel az általános egészségi mutatók (a munkaképesség csökkenése, az utolsó évben kiesett betegnapok száma és az egészségi állapot önbecslése), a lelkiegészség-mutatók (depresszió, szorongás, reménytelenség, WHO jóllét), a társadalmi támogatás, társadalmi kohézió, anómia, értékvesztés, tolerancia, koherencia vagy egységes világkép, kooperativitás és az egészségkárosító magatartások (dohányzás, alkohol) tekintetében elemezte a vallásosságot. A vallásgyakorlás mind a testi, mind a lelki mutatók esetében egészségvédőnek bizonyult, vagy nem mutatott szignifikáns kapcsolatot, míg a vallást fontosnak ítélok esetében magas depressziós és szorongásos értékeket találtunk (Kopp és Skrabski 2003). Több mutató esetében a maguk módján vallásosak értékei voltak a legrosszabbak, vagyis ők képezték

a leginkább veszélyeztetett csoportot (például depresszió, WHO jóllét) (Kopp, Székely és Skrabski 2006). A társas támogatás, társadalmi kohézió esetében is védőfaktornak bizonyult a vallásgyakorlás, és az látszott, hogy akik számára fontos a vallás, azok toleránsabbak, kooperatívabbak, és nagyobb koherenciaértékkel rendelkeznek (Kopp, Székely és Skrabski 2006). Az önkárosító magatartásmódok esetében mind a dohányzás, mind a töményalkohol-fogyasztás ritkábban fordul elő a vallásukat inkább gyakorlók és a vallást fontosnak tartók körében (Kopp és Skrabski 2003).

A következő évek Hungarostudy kutatásai tovább vizsgálták a vallásosság e két dimenziójának kapcsolatát a testi-lelki egészségmutatókkal.¹ A 2006-os eredmények megerősítik a vallásosság egészségvédő szerepével kapcsolatos korábbi összefüggéseket. A két vallásosság változót együtt vizsgálva elsősorban a ritkán vagy maguk módján vallásgyakorlók rendelkeznek magas depressziós értékekkel. A szabálysértő és az egészségkárosító magatartásmód esetében továbbra is minden tekintetben egészségvédő a vallásosság (Székely 2008). A koherencia mutató esetében továbbra is lineáris a kapcsolat: a nem hívőket jellemzi a legalacsonyabb érték, míg a rendszeresen gyakorlókat a legmagasabb. A WHO jóllét mutató értéke ismét csak az idősek és a vallást minden esetben meghatározónak tekintők esetében jelentősen magas, a vallást fontosnak tartóknál a legkedvezőtlenebb ez a mutató. A depresszió csak a fiatalok esetében mutat összefüggést a vallásgyakorlással (a nem hívőké a legmagasabb, a maguk módján vallásosaké és a rendszeres vallásgyakorlóké a legalacsonyabb érték), a spiritualitás esetében pedig csak az idősek körében (a legmagasabb a pontszáma azoknak, akik számára fontos a vallás, a legalacsonyabb azoké, akiknek minden cselekedetét meghatározza (Székely és Lázár 2013).

¹ A Hungarostudy-felmérések a kezdetektől e két dimenziót vizsgálták. A vallásosságra vonatkozó további kérdések nem kerültek bele a kutatásba, mivel a vizsgálatoknak a vallás csak az egyik szempontja volt, és a vallásosságra vonatkozó kérdések számának emelése jelentősen növelheti a visszatérítési arányt.

Módszerek

Az elemzés során használt mutatók

Jelen kutatásunkban az időnek két aspektusa mentén vizsgáljuk a válásosság és a lelki egészség kapcsolatának alakulását a Hungarostudy kutatásokban. A különböző időpontokban megvalósult adatfelvételeket (2002, 2021, a társas támogatás, boldogság és elégedettség esetén 2006 és 2021) vetjük össze, ezen belül pedig generációs kohorszokat képezve az időbeli és generációk közti különbségeket vizsgáljuk annak érdekében, hogy a válásosság és a testi-lelki egészség háttérében álló generációs tényezők megjelenjenek. Elemzésünkben nem a történelmi idő során bekövetkezett változásokat akarjuk bemutatni, hanem azt, hogy egyrészt az azonos generációk (vagyis az ugyanabban az időszakban születettek) attitűdjében következett-e be változás, valamint hogy egy időszakban a különböző születési csoportokon belül milyen változások lehetnek. Ehhez az amerikai generációs csoportosítás egy magyar adaptációja (KSH 2018) szerint hoztunk létre kohorszokat: az 1900 és 1939 között születettek a csendes generáció összevont csoportja (az elemzéshez összevontuk a nagy [2002: 1071 fő, 2006: 251 fő, 2021: 7 fő] és a csendes [2002: 1840 fő, 2006: 678 fő, 2021: 110 fő] generációt, a továbbiakban: csendes generáció); az 1940 és 1959 között születettek a Baby Boomer generáció; az 1960 és 1979 között születettek az X generáció; az 1980 és 1995 között születettek az Y generáció; az 1996 és 2007 között születettek pedig a Z generáció.

Az elemzések során a csendes generáció eredményeit 2021-ben a kis elemszám miatt (117 fő) nem vettük figyelembe, mivel arányuk 2 százalékra csökkent (2. és 3. táblázat). A Z generáció a 2002-es és 2006-os felmérésekben még nem szerepelt.

	Csendes generáció	Baby Boomer	X generáció	Y generáció	Z generáció	Összesen
2002	2911 (23%)	4432 (35%)	4502 (36%)	805 (6%)	n/a	12 650 (100%)
2006	929 (19%)	1673 (35%)	1762 (36%)	477 (10%)	n/a	4841 (100%)
2021	117 (2%)	1767 (25%)	2484 (35%)	1835 (26%)	797 (11%)	7000 (100%)

2. táblázat: Generációk százalékos megoszlása a 2002-es, 2006-os és 2021-es Hungarostudy-felmérésekben

			Nem hívő	Nem gyakorolja a vallását	A maga módján gyakorolja a vallását	Ritkán, az egyházban gyakorolja a vallását	Rendszeresen egyházban gyakorolja a vallását	N		Nem fontos a vallás	Fontos a vallás	N
Csendes generáció	2002	Vallásgyakorlás	12%	13%	32%	17%	26%	2887	A vallás fontossága	19%	81%	2859
	2006		14%	11%	39%	14%	22%	866		20%	80%	862
	2021		15%	9%	47%	10%	19%	116		12%	88%	116
Baby Boomer	2002		24%	18%	27%	20%	11%	4376		35%	65%	4327
	2006		24%	17%	34%	13%	11%	1549		32%	68%	1531
	2021		25%	16%	42%	7%	9%	1762		27%	73%	1741
X generáció	2002		33%	20%	24%	15%	7%	4455		43%	57%	4393
	2006		30%	22%	28%	13%	7%	1567		43%	57%	1549
	2021		37%	25%	30%	5%	3%	2473		41%	59%	2458
Y generáció	2002		37%	17%	23%	14%	8%	796		47%	53%	786
	2006		35%	16%	29%	12%	8%	458		43%	57%	453
	2021		43%	22%	26%	3%	5%	1829		47%	54%	1800
Z generáció	2002	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a		
	2006	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a		
	2021	52%	22%	21%	4%	2%	794	52%	48%	782		
Összesen	2002	25%	18%	27%	17%	13%	12514	35%	65%	12365		
	2006	25%	17%	32%	13%	11%	4440	34%	66%	4395		
	2021	37%	21%	31%	5%	5%	6974	39%	61%	6897		

3. táblázat: A különböző generációkba tartozó válaszadók száma a vallásgyakorlás módja és a vallás fontossága szerint a 2002-es, 2006-os és 2021-es Hungarostudy-felmérésekben

Statisztikai próbák és mérőeszközök

Az elemzés során 2002 (a társas támogatás, boldogság és elégedettség esetén 2006) és 2021 között a vallásosság változása és a generációk függvényében vizsgáltuk a különböző pszichológiai mutatókat. A statisztikai próbák elvégzéséhez az IBM SPSS Statistics programot használtuk az eredeti adatbázisokon (2002, 2006, 2021). A generációkon és az egész mintán belüli különbségek vizsgálatára minden esetben egyszempontos ANOVA próbát alkalmaztunk, a táblákban az oszlopok alján feltüntetjük a szignifikanciaszintet, és jelezzük, ahol a különbségek szignifikánsak (Sig. < 0,05), illetve a táblákban az átlagnál magasabb értékeket is külön színnel jelöljük.

A depresszió mértékének megállapításához a Beck Depresszió Kérdőív rövidített változatát (BDI-9), a szubjektív jóllét esetében a WHO 5 tételes Jóllét Indexet (WBI-5), a koherenciaérzés vizsgálatára a Rahe-féle Rövidített Stressz és Megküzdés Kérdőív egyik megküzdési kapacitás alskáláját, a társas támogatás esetében pedig a Multidimenzionális társas támogatás skálát (MSPSS-10) használtuk, amely az észlelt társas támogatás mérésére szolgál. Az elégedettség és boldogság mértékének meghatározásához a kérdőívben szereplő erre vonatkozó kérdéseket vettük figyelembe (mindkettő esetében egy-egy kérdés vonatkozott rájuk). A Hungarostudy-adatfelvétel és a súlyozás további módszertani részleteit ezen kötet „A Hungarostudy 2021 felmérés módszertana és a vizsgálati minta bemutatása” című fejezete tartalmazza részletesen.

Eredmények

A vallásosság összefüggése a depresszióval

A vallásgyakorlás módja szerint 2002-ben a maguk módján vallásosak csoportja a vizsgált lelkiegyeség-mutatók, így a depresszió esetén is rosszabb eredményeket mutatott, mint a többi kategóriába tartozók. Ez a helyzet azonban 2021-re megváltozott, és habár még mindig átlag feletti depressziópontszámot mértünk a körükben, már nem köztük a legmagasabb ez az érték, hanem a vallásgyakorlók, különösen a vallásukat ritkán gyakorlók közt. Ugyanakkor az Y generációban a vallásukat rendszeresen az egyházban gyakorlók között a legalacsonyabb a depresszió pontszáma (4. táblázat).

Vallásgyakorlás												
Beck depressziópontszám	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívő	6,67	7,37	10,47	n/a	7,96	11,45	5,24	7,20	4,97	7,02	n/a	4,01
Nem gyakorolja a vallását	7,12	6,02	12,03	n/a	7,97	9,03	4,80	5,79	4,38	4,75	n/a	4,94
A maga módján gyakorolja	9,20	7,29	13,97	n/a	9,70	7,89	5,51	7,27	4,92	6,70	n/a	6,46
Ritkán, az egyházában gyakorolja	8,18	10,64	11,80	n/a	8,84	11,50	5,43	9,92	4,74	11,92	n/a	7,12
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	8,30	8,46	10,59	n/a	7,99	10,82	4,44	8,70	3,79	4,69	n/a	2,44
Mind	7,90	7,27	12,04	n/a	8,62	9,52	5,19	7,05	4,72	6,49	n/a	4,81
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,000	0,066	0,002	0,693	0,000	n/a	0,055
A vallás fontossága												
Beck depresszió pontszám	Összes	Összes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	6,74	6,99	10,80	n/a	7,85	10,38	5,11	7,01	4,66	6,88	n/a	3,29
Fontos a vallás	8,55	7,52	12,35	n/a	9,01	9,27	5,30	7,14	4,75	6,17	n/a	6,54
Mind	7,92	7,31	12,04	n/a	8,61	9,57	5,22	7,09	4,71	6,50	n/a	4,86
Sig.	0,000	0,075	0,011	n/a	0,001	0,110	0,390	0,783	0,844	0,195	n/a	0,000

4. táblázat: Depressziópontszámok (BDI-9) 2002-ben és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben²

A vallás fontossága szerint gyakorlatilag eltűnt a különbség, csupán a Z generáció esetén mutatható ki kapcsolat, náluk a vallás fontossága magasabb depressziópontszámmal jár együtt.

A depresszió szintjének emelkedésével a súlyos depresszió (BDI-9 > 25) előfordulásának aránya is jelentősen növekedett. A maguk módján vallásosak közt azonban csökkenést mértünk, és nagymértékben nőtt a nem hívők és a vallásukat ritkán gyakorlók körében. Jelentősek a generációs különbségek, míg a maguk módján vallásosak a Baby Boomer generáció esetén mutatnak sokkal kevesebb tünetet 2021-ben; az X generáció esetén ez a csoport is sokat romlott.

² Ahol szignifikáns különbséget találtunk, ott az átlagnál magasabb értékeket más színnel jelöltük.

Vallásgyakorlás												
Beck depresszió, súlyos (%)	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívő	4,99	12,03	9,29	n/a	7,14	18,78	2,80	11,21	3,52	12,36	n/a	5,90
Nem gyakorolja a vallását	6,06	8,49	15,19	n/a	7,76	14,18	1,50	7,70	1,49	5,64	n/a	8,14
A maga módján gyakorolja	10,70	9,83	20,30	n/a	11,98	9,90	3,05	10,44	1,65	8,37	n/a	10,49
Ritkán, az egyházában gyakorolja	7,76	18,71	17,21	n/a	7,54	20,00	2,71	16,38	0,88	21,88	n/a	16,13
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	8,47	12,50	12,76	n/a	7,57	18,63	1,26	11,84	1,54	2,38	n/a	0,00
Mind	7,65	10,94	15,81	n/a	8,71	14,41	2,48	10,37	2,18	9,68	n/a	7,63
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,000	0,111	0,040	0,000	0,000	n/a	0,091
A vallás fontossága												
Beck depresszió, súlyos (%)	Ösz-szes	Ösz-szes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	5,19	10,90	11,11	n/a	7,18	16,41	2,35	10,69	2,82	11,19	n/a	4,73
Fontos a vallás	9,03	10,98	17,08	n/a	9,51	13,77	2,59	10,26	1,69	8,43	n/a	10,72
Mind	7,69	10,95	15,92	n/a	8,71	14,49	2,48	10,43	2,21	9,71	n/a	7,61
Sig.	0,000	0,920	0,001	n/a	0,011	0,168	0,627	0,736	0,290	0,049	n/a	0,002

5. táblázat: A súlyos depressziós pontszámok aránya (BDI-9) 2002-ben és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

A vallás fontossága alapján a depressziópontszámok a legfiatalabbak közt különböznek 2021-ben, a Z generációnál azok közt fordul elő kétszer több súlyos depressziós tünetegyüttes, akiknek fontos a vallás, míg az Y generáció esetében fordítva, azok között, akiknek nem fontos (5. táblázat).

A vallásosság összefüggése a szubjektív jólléttel

WBI-5 pont- szám	Vallásgyakorlás											
	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívő	8,02	11,04	6,82	n/a	7,56	9,69	8,48	10,75	8,74	11,36	n/a	12,58
Nem gyakorolja a vallását	7,94	11,54	6,80	n/a	7,61	10,65	8,59	11,48	8,60	11,93	n/a	12,30
A maga módján gyakorolja	7,30	10,71	6,12	n/a	7,13	9,55	8,26	10,96	8,75	11,45	n/a	12,66
Ritkán, az egyházában gyakorolja	7,86	10,60	6,99	n/a	7,70	9,62	8,48	11,29	8,95	10,67	n/a	12,01
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	7,68	10,51	6,93	n/a	7,53	9,46	9,17	11,04	9,89	11,58	n/a	13,49
Mind	7,74	11,00	6,65	n/a	7,47	9,76	8,50	11,03	8,85	11,50	n/a	12,53
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,009	0,000	0,002	0,000	0,084	0,009	n/a	0,409

6. táblázat: A WBI-5 jóllétpontszámok 2002-ben és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

A WHO által létrehozott, a jóllétet mérő Well-Being Index (WBI-5) öt tétele hatékonyan méri a mentális szubjektív jóllétet. Míg 2002-ben a maguk módján vallásosak számoltak be a legalacsonyabb értékekről, legjobbról pedig a nem hívők, 2021-re a vallásgyakorlók értékeit mértük a legalacsonyabbnak. A jóllétet mérő mutató értéke általában minden generációnál emelkedett 2021-re, legnagyobb mértékben a maguk módján vallásosok esetében. A Baby Boomer, az X és Y generáció esetében a vallásukat nem gyakorlók körében is növekedés tapasztalható (6. táblázat).

A vallásosság összefüggése a koherenciaérzéssel

Vallásgyakorlás												
Koherencia	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívó	9,28	9,48	8,85	n/a	9,20	9,16	9,42	9,29	9,32	9,65	n/a	9,93
Nem gyakorolja a vallását	9,53	9,75	9,38	n/a	9,54	9,45	9,58	9,61	9,49	10,08	n/a	9,97
A maga módján gyakorolja	9,80	9,74	9,61	n/a	9,72	9,49	9,99	9,73	9,90	9,99	n/a	10,11
Ritkán, az egyházában gyakorolja	10,13	9,54	10,21	n/a	10,08	9,02	10,14	9,59	10,14	9,75	n/a	11,04
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	10,84	10,65	10,64	n/a	10,65	10,19	11,48	10,56	10,93	11,46	n/a	11,54
Mind	9,80	9,68	9,86	n/a	9,73	9,43	9,85	9,56	9,75	9,92	n/a	10,05
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	n/a	0,047
A vallás fontossága												
Koherencia	Összes	Összes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	9,26	9,58	8,97	n/a	9,23	9,28	9,35	9,40	9,26	9,74	n/a	10,05
Fontos a vallás	10,10	9,75	10,09	n/a	10,00	9,49	10,21	9,67	10,14	10,09	n/a	10,01
Mind	9,80	9,68	9,87	n/a	9,74	9,44	9,84	9,56	9,74	9,93	n/a	10,03
Sig.	0,000	0,020	0,000	n/a	0,000	0,184	0,000	0,017	0,000	0,009	n/a	0,837

7. táblázat: A koherencia mutató pontszámai 2002-ben és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

A koherencia vagy leegyszerűsítve a belső harmóniának, az élet értelmének mutatója azt méri, hogy a személy mennyire érzi a helyét a világban, képesnek érzi-e magát a kihívások, nehézségek megoldására (Skrabski és mtsai 2004). A koherencia pozitív kapcsolata a vallásgyakorlással a Hungarostudy-felmérések eredményeiből is látszik a teljes népeiséget nézve, itt is láthatunk azonban jelentős generációs különbségeket. A vallásukat ritkán gyakorlók a Baby Boomer és az Y generáció körében az átlag alá kerültek, a vallásukat nem gyakorlók vagy maguk módján gyakorlók pedig az átlag fölé. Leginkább koherensnek a rendszeres vallásgyakorlók érzik magukat minden generációban. A vallás fontossága 2021-re azonban már csak az X és Y generáció körében jár együtt magasabb koherenciaérzéssel (7. táblázat).

Vallásgyakorlás												
Magas koherencia előfordulása (%)	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívő	10,33	13,55	6,02	n/a	9,24	12,98	12,25	10,64	8,20	15,16	n/a	17,77
Nem gyakorolja a vallását	13,30	15,64	8,76	n/a	12,69	13,83	15,39	13,57	13,45	18,93	n/a	17,54
A maga módján gyakorolja	15,46	16,74	13,30	n/a	15,28	14,37	17,19	16,35	15,15	19,83	n/a	20,37
Ritkán, az egyházában gyakorolja	18,33	14,33	17,53	n/a	16,88	11,02	20,00	10,43	21,30	19,35	n/a	29,03
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	27,53	35,22	21,84	n/a	27,02	30,67	39,15	34,25	29,51	42,50	n/a	46,15
Mind	15,73	16,09	14,83	n/a	14,93	15,17	17,18	13,82	14,53	18,64	n/a	19,20
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	n/a	0,061
A vallás fontossága												
Magas koherencia előfordulása (%)	Összes	Összes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	10,79	13,54	6,24	n/a	10,31	13,08	12,66	10,70	8,63	15,17	n/a	17,60
Fontos a vallás	18,53	17,79	17,09	n/a	17,47	15,93	20,56	15,97	19,74	21,71	n/a	21,02
Mind	15,81	16,10	14,94	n/a	15,02	15,18	17,20	13,86	14,76	18,67	n/a	19,27
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,160	0,000	0,000	0,000	0,001	n/a	0,231

8. táblázat: A magas koherencia előfordulása 2002-ben és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

Magas koherenciaszint (a 14 pontos koherencia skálán a 13 vagy 14 pontot elért válaszadók) vallásgyakorlás alapján a rendszeres vallásgyakorlók körében fordul elő a legnagyobb arányban, a Baby Boomer és X generáció körében a vallásukat ritkán gyakorlók közt átlag alatti az arányuk, a fiataloknál nem találtunk kapcsolatot. 2021-ben az X és Y generáció körében látunk jelentősen magas koherenciaszintet azok közt, akik számára valamennyire fontos a vallás (8. táblázat).

A vallásosság összefüggése a társas támogatással

Vallásgyakorlás					
Társas támogatás (MSPSS-10 pontszám)	Összes	Baby Boomer	X generáció	Y generáció	Z generáció
	2021	2021	2021	2021	2021
Nem hívő	42,98	41,96	43,02	43,01	43,94
Nem gyakorolja a vallását	42,73	41,93	42,67	43,83	41,68
A maga módján gyakorolja	43,08	42,95	42,85	43,48	43,49
Ritkán, az egyházában gyakorolja	41,23	40,60	42,61	39,17	43,14
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	44,06	42,26	44,71	46,36	46,98
Mind	42,92	42,29	42,91	43,33	43,38
Sig.	0,000	0,015	0,316	0,000	0,010
A vallás fontossága					
Társas támogatás	Összes	Baby Boomer	X generáció	Y generáció	Z generáció
Nem fontos a vallás	43,33	42,33	43,15	43,38	44,81
Fontos a vallás	42,59	42,22	42,72	43,23	41,70
Mind	42,89	42,25	42,89	43,30	43,32
Sig.	0,000	0,800	0,180	0,700	0,000

9. táblázat: A társas támogatás értékei 2021-ben a Hungarostudy-felmérésben

Mivel az előző Hungarostudy-felmérésekben az MSPSS-10 skála nem szerepelt, az értékek összehasonlítására nem volt mód, azonban az összefüggést – miszerint a társas támogatás szorosan összefügg a vallásgyakorlással (Kopp és Skrabski 2003) – ezzel a skálával is mérni tudtuk.

Összességében a rendszeres vallásgyakorlóknál találjuk a társas támogatás legmagasabb értékét, ez azonban generációnként jelentősen eltér. A Baby Boomer generáció esetén leginkább a maguk módján vallásosak közt volt jellemző, az X generációnál nem is találtunk különbséget, ellenben a legfiatalabb, az Y és Z generáció válaszadói közül a rendszeres vallásgyakorlók számoltak be jelentősen magasabb társas támogatásról, szemben a többi kategóriával. A vallás fontossága szerint csak a Z generáció esetén volt különbség, ott pedig érdekes módon azok jeleztek magasabb támogatottságot, akiknek nem fontos a vallás (9. táblázat).

A vallásosság összefüggése az elégedettséggel és a boldogsággal

Elégedtség	Vallásgyakorlás											
	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021
Nem hívő	6,79	7,42	6,74	n/a	6,39	6,82	6,85	7,32	7,64	7,65	n/a	7,87
Nem gyakorolja a vallását	6,61	7,02	6,09	n/a	5,99	6,35	7,02	6,94	7,93	7,56	n/a	7,15
A maga módján gyakorolja	6,53	7,01	5,96	n/a	6,10	6,63	7,18	7,01	7,54	7,39	n/a	7,65
Ritkán, az egyházban gyakorolja	6,70	6,99	6,35	n/a	6,04	6,46	7,21	7,33	7,49	6,77	n/a	8,32
Rendszeresen egyházban gyakorolja a vallását	6,78	7,57	6,33	n/a	6,51	7,07	7,41	7,61	8,13	8,35	n/a	8,46
Mind	6,66	7,19	6,22	n/a	6,19	6,66	7,06	7,14	7,67	7,57	n/a	7,70
Sig.	0,014	0,000	0,013	n/a	0,025	0,001	0,015	0,000	0,307	0,000	n/a	0,001
A vallás fontossága												
Elégedtség	Összes	Összes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	6,73	7,44	6,57	n/a	6,33	6,83	6,87	7,37	7,61	7,60	n/a	8,00
Fontos a vallás	6,62	7,03	6,13	n/a	6,13	6,61	7,18	6,98	7,70	7,54	n/a	7,33
Mind	6,66	7,19	6,22	n/a	6,19	6,67	7,05	7,14	7,67	7,57	n/a	7,68
Sig.	0,094	0,000	0,023	n/a	0,091	0,044	0,002	0,000	0,589	0,503	n/a	0,000

10. táblázat: Az elégedettség értékeinek alakulása
2006-ban és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

A teljes népességben mindkét felmérés (2006 és 2021) során a nem hívők és a vallásgyakorlók (2021-ben csak a rendszeres vallásgyakorlók) voltak a legelégedettebbek az életükkel. A generációk körében itt is jelentősek a különbségek, az X generáció esetén a nem hívők elégedettsége nőtt, a maguk módján vallásosoké pedig csökkent a többi csoporthoz képest, az Y generációnál csak 2021-ben

jelent meg a két végpont esetén a magasabb elégedettség. A Z generáció elégedettségi különbségei a teljes népességhez hasonlóan alakultak.

A vallás fontosságának megítélése szerint 2021-re a vallást fontosnak nem tartók elégedettsége szignifikánsan magasabb lett, míg 2006-ban nem volt kimutatható különbség a két csoport közt, kivéve az X generációt, amely esetében a vallást fontosnak tartók voltak elégedettebbek (10. táblázat).

Vallásgyakorlás												
Boldogság	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021	2006	2021
Nem hívő	7,10	7,59	6,86	n/a	6,78	6,87	7,14	7,51	7,79	7,83	n/a	8,10
Nem gyakorolja a vallását	7,11	7,27	6,57	n/a	6,66	6,56	7,35	7,21	8,42	7,82	n/a	7,32
A maga módján gyakorolja	6,92	7,22	6,14	n/a	6,66	6,71	7,67	7,24	7,85	7,77	n/a	7,85
Ritkán, az egyházában gyakorolja	7,17	7,17	6,41	n/a	6,60	6,42	7,77	7,68	8,13	7,22	n/a	8,36
Rendszeresen egyházában gyakorolja a vallását	7,11	7,67	6,44	n/a	6,97	7,14	7,71	7,95	8,64	8,25	n/a	8,86
Mind	7,05	7,39	6,39	n/a	6,71	6,75	7,45	7,37	8,01	7,81	n/a	7,90
Sig.	0,059	0,000	0,040	n/a	0,437	0,005	0,000	0,000	0,008	0,017	n/a	0,000
A vallás fontossága												
Boldogság	Összes	Összes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	7,12	7,64	6,88	n/a	6,73	6,90	7,21	7,56	7,96	7,87	n/a	8,21
Fontos a vallás	7,01	7,23	6,27	n/a	6,70	6,70	7,60	7,25	8,08	7,77	n/a	7,54
Mind	7,05	7,39	6,39	n/a	6,71	6,75	7,44	7,37	8,03	7,82	n/a	7,89
Sig.	0,114	0,000	0,002	n/a	0,757	0,061	0,000	0,000	0,425	0,256	n/a	0,000

11. táblázat: A boldogság értékeinek alakulása 2006-ban és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

2006-ban a teljes népességben a boldogság megítélése terén nem volt jelentős különbség a vallásgyakorlás kategóriái szerint, de 2021-re a boldogság is a két végponton jellemzőbb minden generációban. A vallás fontosságát tekintve az elégedettséghez hasonlóan alakultak a mért értékek, ideértve, hogy az X generáció esetén ugyanúgy megfordult a sorrend, azaz 2021-ben már boldogabbnak érezték magukat azok, akiknek nem fontos a vallás (11. táblázat).

A vallásosság összefüggése a dohányzással

Vallásgyakorlás												
A do- hányzás előfordu- lása (%)	Összes		Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021	2002	2021
Nem hívő	36,2	36,8	22,5	n/a	39,1	23,7	42,0	40,8	42,7	41,6	n/a	34,0
Nem gya- korolja a vallását	34,1	36,8	15,9	n/a	32,3	26,9	44,2	43,6	33,3	38,6	n/a	27,1
A maga módján gyako- rolja	28,2	32,4	8,1	n/a	32,6	21,2	38,1	40,2	35,2	41,8	n/a	29,0
Ritkán, az egyházá- ban gya- korolja	24,4	32,3	10,6	n/a	28,6	21,3	31,1	43,9	27,3	45,1	n/a	19,5
Rend- szeresen egyházá- ban gya- korolja a vallását	9,4	15,9	4,0	n/a	13,0	11,8	20,6	22,5	8,7	17,1	n/a	33,4
Mind	28,2	34,1	9,7	n/a	30,5	21,9	37,3	40,9	33,8	40,0	n/a	30,9
Sig.	0,000	0,000	0,000	n/a	0,000	0,005	0,000	0,011	0,032	0,000	n/a	0,267
A vallás fontossága												
A do- hányzás előfordu- lása (%)	Ösz- szes	Ösz- szes	Csendes generáció		Baby Boomer		X generáció		Y generáció		Z generáció	
Nem fontos a vallás	36,4	38,2	16,8	n/a	38,8	25,2	44,2	43,1	37,6	42,9	n/a	32,6
Fontos a vallás	23,7	31,2	8,2	n/a	27,3	20,4	33,3	39,2	30,1	37,2	n/a	28,8
Mind	28,1	34,0	9,7	n/a	30,6	21,7	37,4	40,8	33,3	39,9	n/a	30,8
Sig.	0,000	0,000	0,001	n/a	0,000	0,030	0,000	0,058	0,194	0,014	n/a	0,244

12. táblázat: A dohányzás előfordulása 2002-ben
és 2021-ben a Hungarostudy-felmérésekben

A dohányzás mint az egyik legjellemzőbb önkárosító magatartásforma esetén egyértelműen látszik a vallásosság védőszerepe: a teljes népességben és generációnként is a rendszeres vallásgyakorlók dohányoznak a legkevesebbet, bár a Z generáció, azaz a legfiatalabbak esetén nincs különbség a kategóriák közt. Érdeemes megemlíteni, hogy a Baby Boomer generáció esetén csökkent a dohányzás szintje, ami összefügghet a dohányosok magasabb halálozási arányával (12. táblázat).

Megbeszélés

Elemzésünkben áttekintettük a vallásossággal összefüggő pszichológiai jellemzőket, összehasonlítva a 2002-es (a boldogság és az elégedettség esetében a 2006-os) és a 2021-es Hungarostudy-adatfelvételek eredményeit. Továbbá kitértünk arra is, hogy a különböző generációk esetében (1900–1939: csendes [összevont] generáció; 1940–1959: Baby Boomer generáció; 1960–1979: X generáció; 1980–1995: Y generáció; 1996–2007: Z generáció) milyen sajátos jellemzőket találunk a lelki egészség és a vallásosság kapcsolatában.

Eredményeink arra engednek következtetni, hogy a vallásosság korábban egészségvédő hatása változni látszik. Míg 2002-ben a maguk módján vallásosoknak – és egyes esetekben a nem hívőknek – voltak rosszabb mutatóik, addig 2021-re sok esetben a vallásgyakorlók értékei mutatnak nagyobb kockázatot. A súlyos depresszió előfordulása köztük és a nem hívők közt emelkedett a többi kategóriához képest, míg a maguk módján vallásosak közt jelentősen csökkent. A WBI-5 (WHO Jólét) esetén is a 2002-es adatokhoz képest jelentősen javult a relatív jólléte a maguk módján vallásosak csoportjának.

A koherencia esetén a teljes népességet tekintve a rendszeres vallásgyakorlók számoltak be a legmagasabb értékekről, ők azok, akik leginkább úgy érzik, hogy életüknek van értelme, és meg tudnak birkózni a nehézségekkel.

A vallásgyakorlás pozitív kapcsolatát a társas támogatottsággal Kopp Mária és Skrabski Árpád (2003) a korábbi adatfelvételek alapján már kimutatta. A 2021-es felmérésben új eszközzel vizsgáltuk a társas támogatást, ezzel a legmagasabb értéket a rendszeres vallásgyakorlók, illetve a maguk

módján vallásosak közt mutattuk ki – a Baby Boomer generáció esetén utóbbi csoportban számoltak be leginkább a társas támogatás meglétéről.

Az elégedettséget és a boldogságot a 2006-os felmérés eredményéhez tudtuk hasonlítani. Az elégedettség esetén a teljes népességben és az egyes generációkban is a két szélső csoport, a nem hívők és a rendszeres vallásgyakorlók a legelégedettebbek és a legboldogabbak. Az elégedettség, de még inkább a boldogság esetében a nem hívők közt többnyire nagyobb volt a relatív pontszámemelkedés 2006-hoz képest. Az X generáció esetében 2021-ben a korábbiaktól eltérően magasabb volt azoknak a boldogságmutatója, akik nem tartják fontosnak a vallást.

A dohányzás az egyetlen olyan mutató, ahol a 2002-es vizsgálathoz hasonló eredményeket kaptunk. A Z generáció kivételével minden kategóriában a legkevésbé vallásosak dohányoznak a legtöbbet, a vallásgyakorlók pedig kevesebbet.

Összefoglalás

A korábbi Hungarostudy kutatásokkal összhangban jelen elemzésünk is a vallásosság és a lelkiegyeség-mutatók összefüggését erősítette meg (Kopp és Skrabski 2003; Kopp, Székely és Skrabski 2006; Székely 2008; Székely és Lázár 2013). Az előző eredményekkel ellentétben a vallásgyakorlás immár nem bizonyult minden esetben egészségvédőnek, a depressziós tünetek és a súlyos depresszió prevalenciája 2021-ben a vallásgyakorlóknál is magas volt. Sok tekintetben megfordult a kapcsolat a vallás fontosságának megítélése és a szubjektív jóllét, boldogság és elégedettség megítélésében: a korábbiakhoz képest nagyobb mértékű jóllétról, elégedettségről és boldogságról számoltak be azok, akik a vallást kevésbé tartják fontosnak, ugyanakkor legmagasabb értékekkel a rendszeres vallásgyakorlók rendelkeznek.

A társas támogatás egészségvédő szerepe esetén különösen látszik a vallásosság két dimenziójának különbsége, akárcsak a Kopp Mária és Skrabski Árpád (2003) által végzett elemzésben. Míg a vallásgyakorlás inkább a közösség védőhatását fejezi ki, addig a vallás fontossága a spiritualításra való igényt, a transzcendensre való nyitottságot. Ez utóbbi nem feltétlenül kötődik közösséghez, és ez jól látszik a társas támogatás megléténél, hiszen az a legtöbb generáció esetében nem kapcsolódott a vallás fontosságának

megítéléséhez, a Z generáció kivételével. Ugyanakkor minél inkább gyakorolja valaki a vallását, annál erősebb társas támogatásról számolt be.

A generációs kohorszok lehetővé tették a vallásosság és a pszichológiai tényezők kapcsolatának árnyaltabb vizsgálatát és a fontosabb változások részleteinek a megvilágítását. Ahhoz viszont, hogy e változások mélységei feltáruljanak, további kutatásokra van szükség. Érdemes kiemelni, hogy a Baby Boomer generációban a társas támogatás mértéke nem a rendszeres vallásgyakorlónál, hanem a maguk módján vallásosak körében a legmagasabb, így ebben jelentős eltérést találhatunk a többi generációval összehasonlítva. Az X generáció esetében nagy változás volt tapasztalható mind az elégedettség, mind a boldogság mértékében, mivel a 2006-os eredményekkel szemben nőtt a boldogabbak és elégedettebbek aránya azok között, akik a vallást kevésbé tartják fontosnak. Az Y generáció esetében is hasonló tendenciát figyelhettünk meg, ami megerősíti, hogy érdemes a kohorszok mentén is vizsgálni, annál is inkább, mivel e két generáció teszi ki a mai munkaképes, családost lakosság nagy részét.

Összefoglalva elmondható, hogy a 2002-es és 2006-os helyzethez képest a vallásgyakorlás és a vallás fontossága már nem jelent kedvezőbb testi-lelki egészség mutatókat (kivéve a dohányzás és a koherencia esetében), vagyis a vallásosság egészségvédő szerepét 2021-ben már nem lehet kimutatni.

Felhasznált irodalom

- Argue, Amy, David R. Johnson and Lynn K. White (1999) Age and Religiosity. Evidence from a Three-Wave Panel Analysis. *Journal for the Scientific Study of Religion*. Vol. 38. (3): 423–435. <https://doi.org/10.2307/1387762>
- Bengtson, Vern L., Merrill Silverstein, Norella M. Putney and Susan C. Harris (2015) Does Religiousness Increase with Age? Age Changes and Generational Differences Over 35 Years. *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 54. (2): 363–379. <https://doi.org/10.1111/jssr.12183>
- Brokaw, Tom (1998) *The Greatest Generation*. New York: Random House.
- Durkheim, Émile (2003) *A vallási élet elemi formái*. Budapest: L'Harmattan Kiadó.
- Hegedűs Rita (2000) *A vallásosság alakulása Magyarországon a kilencvenes évek kutatásainak tükrében*. PhD-értekezés. Budapest: Budapesti Közgazdaságtudományi és Államigazgatási Egyetem. http://phd.lib.uni-corvinus.hu/81/1/hegedus_rita.pdf (Letöltés: 2022. január 31.)
- Kopp Mária és Skrabski Árpád (2003) Vallásosság és lelki egészség. *Távlatok*. 59. évf. 1. sz. 8–17.

- Kopp Mária, Székely András és Skrabski Árpád (2006) Vallásosság és életminőség az átalakuló társadalomban. In: Kopp Mária, Kovács Mónika Erika (szerk.) *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*. Budapest: Semmelweis Kiadó. 156–166.
- KSH (2018) Internethasználati szokások. Infografika. <https://www.ksh.hu/infografika/2018/internet-hasznalat.pdf> (Letöltés: 2022. június 15.)
- Pál Eszter és Törőcsik Mária (2013) *Irodalmi áttekintés a Z generációról*. Tudománykommunikáció a Z generációnak. TÁMOP-4.2.3-12/1/KONV-2012-0016. Pécs: Pécsi Tudományegyetem.
- Shulgin, Sergey, Julia Zinkina and Andrey Korotayev (2019) Religiosity and Aging. Age and Cohort Effects and Their Implications for the Future of Religious Values in High-Income OECD Countries. *Journal for the Scientific Study of Religion*. Vol. 58. (3): 591–603. <https://doi.org/10.1111/jssr.12613>
- Skrabski Árpád, Kopp Mária, Rózsa Sándor and Réthelyi János (2004) A koherencia mint a lelki és testi egészség alapvető meghatározója a mai magyar társadalomban = Sense of coherence as an important determinant of mental and physical health. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, Vol. 5. (1): 7–25. <https://doi.org/10.1556/Mental.5.2004.1.1>
- Szántó Zsuzsa és Susánszky Éva (2013) A magyar generációk közérzeti jellemzői. In: Susánszky Éva, Szántó Zsuzsa (szerk.) *Magyar lelkiállapot 2013*. Budapest: Semmelweis Kiadó. 43–50.
- Székely András (2008) A vallásosság alakulása Magyarországon 1995–2006 között. A vallásosság összefüggései a gyermekszámmal. Vallásosság és lelki-egészségi állapot. In: Kopp Mária (szerk.) *Magyar lelkiállapot 2008. Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban*. Budapest: Semmelweis Kiadó. 373–381.
- Székely András és Kovács Katalin Tünde (2022) Vallásosság, boldogság, elégedettség, anómia alakulása a magyar népesség körében. *KAPOCS folyóirat*, 2022/1. sz. 93–102.
- Székely András és Lázár Imre (2013) Vallásosság és kötődés. In: Susánszky Éva, Szántó Zsuzsa (szerk.) *Magyar lelkiállapot 2013*. Budapest: Semmelweis Kiadó. 63–76.
- Tomka Miklós (2009) Vallásosság Kelet-Közép-Európában. Tények és értelmezések. *Szociológiai Szemle*. 19. évf. 3. sz. 64–79.

