

Záróvizsga-dolgozatok kivonatai

Pszichológiai tanácsadás és beavatkozás mesteri szak

Kiegész

1. A karrierbizonytalanság, a karrier alkalmazkodó-képesség és a tanári stressz szerepe a kiegész kialakulásában a speciális oktatásban dolgozó pedagógusok körében

Title (EN): The role of career insecurity, career adaptability, and teacher stress in the emergence of burnout among teaching staff in special education

Hallgató: Kánya Anna

Témavezető / Supervisor: Veres Anna (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A pedagóguspálya jelentős pszichológiai terheléssel jár, amely különösen a speciális oktatásban dolgozó szakemberek esetében növelheti a stressz és a kiegész kockázatát. A jelen kutatás célja a tanári stressz, a karrierbizonytalanság, a karrieralkalmazkodóképesség, a kiegész és az élettél való elégedettség közötti kapcsolatok vizsgálata volt speciális oktatásban dolgozó pedagógusok és gyógypedagógusok körében. A kutatásban 88 személy vett részt, akik online kérdőívcsomagot töltöttek ki. Az adatok elemzéséhez regressziós, mediációs és moderációs elemzéseket végeztünk. Az eredmények szerint a tanári stressz szignifikáns pozitív előrejelzője volt a kiegész érzelmi kimerülés dimenziójának és a karrierbizonytalanságnak, míg a karrierbizonytalanság szintén szignifikáns pozitív kapcsolatot mutatott az érzelmi kimerüléssel. A mediációs elemzés alapján a karrierbizonytalanság részben közvetítette a tanári stressz és az érzelmi kimerülés kapcsolatát. A karrieralkalmazkodóképesség moderáló szerepe nem nyert igazolást, ugyanakkor önállóan pozitív kapcsolatban állt az élettél való elégedettséggel. Az eredmények rámutatnak arra, hogy a speciális oktatásban dolgozó pedagógusok és gyógypedagógusok kiegészének kialakulásában nemcsak a munkahelyi stressz, hanem a szakmai jövővel kapcsolatos bizonytalanság is fontos szerepet játszhat. A kutatás hozzájárul a pedagógusok kiegészével foglalkozó szakirodalom bővítéséhez, valamint felhívja a figyelmet a karrierrel kapcsolatos pszichológiai tényezők jelentőségére a speciális oktatás területén.

Kulcsszavak: tanári stressz, kiegész, karrierbizonytalanság, karrier alkalmazkodó-képesség, élettél való elégedettség, speciális oktatás

Abstract

The teaching profession involves considerable psychological demands, which may increase the risk of stress and burnout, particularly among professionals working in special education. The aim of the present study was to examine the relationships between teacher stress, career insecurity, career adaptability, burnout, and life satisfaction among teachers and special education

professionals working in the field of special education. A total of 88 participants completed an online questionnaire battery. Data were analyzed using regression, mediation, and moderation analyses. The results indicated that teacher stress was a significant positive predictor of both the emotional exhaustion dimension of burnout and career insecurity. Furthermore, career insecurity showed a significant positive association with emotional exhaustion. Mediation analysis revealed that career insecurity partially mediated the relationship between teacher stress and emotional exhaustion. The moderating role of career adaptability was not supported; however, career adaptability was independently and positively associated with life satisfaction. The findings suggest that burnout among teachers and special education professionals working in special education may be influenced not only by occupational stress but also by uncertainty regarding their professional future. This study contributes to the literature on teacher burnout by highlighting the importance of career-related psychological factors within the context of special education.

Keywords: teacher stress, burnout, career insecurity, career adaptability, life satisfaction, special education

2. Kiegész, túlzott munkaterhelés és pszichológiai rugalmasság összefüggéseinek vizsgálata a segítő szakmákban dolgozó szakembereknél

Title (EN): Investigating the relationships between burnout, excessive workload, and psychological flexibility among helping-profession specialists

Hallgató: Somai Mónika

Témavezető / Supervisor: Kanyaró Kinga (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A segítő szakmákban dolgozó személyek munkájuk jellegéből adódóan fokozottan ki vannak téve a kiegész kockázatának. A kutatás célja a kiegész, a túlzott munkaterhelés és a pszichológiai rugalmasság kapcsolatának vizsgálata volt segítő szakmákban dolgozó személyek körében, valamint annak feltárása, hogy mutatkoznak-e különbségek az egyes segítő szakmai ágazatok között. A kutatásban összesen 253 fő vett részt, akik online kérdőívcsomagot töltöttek ki. A vizsgálat során a Maslach Kiegész Leltárt (MBI), a Multidimenzionális Pszichológiai Rugalmasság Leltár rövidített változatát (MPFI), valamint a Kvantitatív Munkaterhelés Skálát (QWI) alkalmaztuk. Az első hipotézis vizsgálatára többváltozós varianciaanalízist (MANOVA), a második hipotézis tesztelésére egyszempontos varianciaanalízist (ANOVA), míg a harmadik hipotézis vizsgálatára moderációs regressziós elemzést alkalmaztunk. Az eredmények alapján az egészségügyi ágazatban dolgozó segítő szakemberek szignifikánsan magasabb kiegészi szintet mutattak, mint a pedagógiai/oktatási ágazatban dolgozók, ugyanakkor a munkaterhelés tekintetében nem mutatkozott szignifikáns különbség az ágazatok között. A szakmai tapasztalat hossza nem állt szignifikáns kapcsolatban a kiegész összpontszámával, bár a kiegész egyik dimenziójában, a csökkent személyes hatékonyság esetében különbség mutatkozott a szakmai tapasztalat szerinti csoportok között. A túlzott munkaterhelés szignifikáns pozitív kapcsolatban állt a kiegészel, míg a pszichológiai rugalmasság szignifikáns negatív kapcsolatot mutatott a kiegészel. A moderációs elemzés eredményei alapján a pszichológiai rugalmasság nem

módosította szignifikáns mértékben a túlzott munkaterhelés és a kiégés közötti kapcsolatot. Az eredmények hozzájárulhatnak a segítő szakmákban dolgozó személyek kiégését befolyásoló rizikó- és védőtenyezők pontosabb megértéséhez.

Kulcsszavak: kiégés, túlzott munkaterhelés, pszichológiai rugalmasság, segítő szakmák, szakmai tapasztalat

Abstract

Professionals working in helping professions are at an increased risk of burnout due to the nature of their work. The aim of the present study was to examine the relationship between burnout, quantitative workload, and psychological flexibility among helping professionals, as well as to explore whether differences exist across various helping profession sectors. A total of 253 participants completed an online questionnaire battery. The study employed the Maslach Burnout Inventory (MBI), the short form of the Multidimensional Psychological Flexibility Inventory (MPFI), and the Quantitative Workload Inventory (QWI). To test the first hypothesis, a multivariate analysis of variance (MANOVA) was conducted; for the second hypothesis, a one-way analysis of variance (ANOVA) was applied; and for the third hypothesis, a moderation regression analysis was performed. The results indicated that helping professionals working in the healthcare sector reported significantly higher levels of burnout than those working in the educational sector, whereas no significant differences were found between sectors regarding workload. The length of professional experience was not significantly associated with the overall burnout score; however, differences emerged across experience groups in one burnout dimension, namely reduced personal accomplishment. Excessive workload showed a significant positive association with burnout, while psychological flexibility demonstrated a significant negative association with burnout. The results of the moderation analysis indicated that psychological flexibility did not significantly modify the relationship between excessive workload and burnout. These findings contribute to a more precise understanding of the risk and protective factors influencing burnout among helping professionals.

Keywords: burnout, excessive workload, psychological flexibility, helping professions, professional experience

Karrierpszichológia

3. A karrierbizonytalanság és a párkapcsolati elégedettség összefüggése: a munka-család konfliktus és a partneri támogatás szerepe

Title (EN): The relationship between career insecurity and relationship satisfaction: the role of work-family conflict and partner support

Hallgató: Liczkai Noemi

Témavezető / Supervisor: Veres Anna (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

Jelen kutatás összefüggéseket vizsgált a következő konstruktumok között: karrierbizonytalanság, munka-család konfliktus, párkapcsolati elégedettség és partneri támogatás. Továbbá a kutatás feltételezte a partneri támogatás moderáló szerepét a munka-család konfliktus és a párkapcsolati elégedettség kapcsolatában. E vizsgálat egy kvantitatív, korrelációs jellegű empirikus kutatásnak számít. 109 párkapcsolatban élő egyén töltötte ki az online kérdőívet. A kutatásban alkalmazásra kerültek a következő eszközök: Karrierbizonytalanság Skála (CI-S), a Munka-Család Kérdőív (WFC), a Multidimenzionális Észlelt Társas Támogatás Skála és a Párkapcsolati Elégedettség Skála (RAS-H). Az adatok elemzéséhez Pearson-féle korrelációs vizsgálatot alkalmaztak, és moderációs elemzést egy hipotézishez. Az eredményekből megtudjuk, hogy a munka-család konfliktus és a karrierbizonytalanság között szignifikáns, közepes erősségű pozitív kapcsolat van ($r = .370$, $p < .001$). A párkapcsolati elégedettség és a munka-család konfliktus között negatív kapcsolat van ($r = -.211$, $p < .05$), miközben a párkapcsolati elégedettség és a partneri támogatás között pozitív kapcsolat van ($r = .422$, $p < .001$). A moderációs elemzésben nem nyert igazolást a partneri támogatás moderáló szerepe. Továbbá az eredmények mind hozzájárultak a karrierbizonytalanság, a munka-család konfliktus és a párkapcsolati elégedettség közötti összefüggések mélyebb megértéséhez, valamint a partneri támogatás jelentőségének kiemeléséhez a párkapcsolatok szempontjából.

Kulcsszavak: párkapcsolati elégedettség, partneri támogatás, karrierbizonytalanság, stressz, munka-család konfliktus

Abstract

This study examined the relationships among the following constructs: career uncertainty, work-family conflict, relationship satisfaction, and partner support. Furthermore, the study hypothesized that partner support plays a moderating role in the relationship between work-family conflict and relationship satisfaction. This study is a quantitative, correlational empirical study. 109 individuals in relationships completed the online questionnaire. The following instruments were used in the study: the Career Insecurity Scale (CI-S), the Work-Family Questionnaire (WFC), the Multidimensional Perceived Social Support Scale, and the Relationship Satisfaction Scale (RAS-H). Pearson's correlation analysis was used to analyze the data, along with moderation analysis for one hypothesis. The results show that there is a significant, moderate positive relationship between work-family conflict and career uncertainty ($r = .370$, $p < .001$). There is a negative relationship between relationship satisfaction and work-family conflict ($r = -.211$, $p < .05$), while there is a positive relationship between relationship satisfaction and partner support ($r = .422$, $p < .001$). The moderating role of partner support was not confirmed in the moderation analysis. Furthermore, the results contributed to a deeper understanding of the relationships between career uncertainty, work-family conflict, and relationship satisfaction, as well as the significance of partner support in the relationship.

Keywords: relationship satisfaction, partner support, career uncertainty, stress, work-family conflict

4. A karrier-adaptabilitás, a megküzdési stratégiák és a karrier-inaktivitás összefüggéseinek vizsgálata középkorú munkavállalóknál

Title (EN): A study of the correlations between career adaptability, coping strategies, and career inaction among midlife employees

Hallgató: Tomcsik Zsuzsa

Témavezető / Supervisor: Veres Anna (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás háttere és célja: A 21. század gyorsan változó munkaerőpiaci környezetében a proteuszi karrierszemlélet és a folyamatos alkalmazkodás elengedhetetlen a pszichológiai jóllét fenntartásához. A munkahelyi beragadás (karrier-elakadás vagy tehetetlenség) különösen a középkorú munkavállalókat veszélyezteti. Jelen kutatás célja a karrier-adaptabilitás, a különböző megküzdési stratégiák, valamint a karrier-inaktivitás közötti összefüggések feltárása volt a hazai középkorú munkavállalók körében.

Módszerek: A keresztmetszeti, kvantitatív vizsgálat során online, önkitöltős kérdőíves adatfelvételt alkalmaztunk, amelyből a végső elemzésbe egy 108 fős, középkorú munkavállalókból álló minta került be. A konstruktumok mérésére a Karrier Adaptabilitás Skálát (CAAS), a Karrier-inaktivitás Skálát (CARINAS), valamint a rövidített Konfliktusmegoldó Kérdőívet (WOC-22) használtuk. Az adatok statisztikai feldolgozása SPSS és Jamovi szoftverekkel történt, melynek során mediációs, moderációs és többszörös lineáris regressziós elemzéseket végeztünk.

Eredmények: Az első hipotézis vizsgálata során kiderült, hogy a karrier-kontroll közvetlenül és erőteljesen csökkenti a munkahelyi beragadás mértékét, azonban ezt a kapcsolatot a problémafókuszú megküzdés nem közvetítette. A második hipotézis tesztelése rámutatott, hogy az átfogó karrier-adaptabilitás önmagában is erős negatív bejósolója a karrier-elakadásnak, és a problémafókuszú megküzdés szintje nem módosította érdemben ezt a védőhatást. A többszörös lineáris regressziós elemzés ugyanakkor teljes mértékben igazolta a harmadik hipotézist: a karrier-aggodalom (jövőtervezés) magasabb szintje szignifikánsan csökkenti, míg a pusztán érzelemfókuszú megküzdés alkalmazása szignifikánsan növeli a karrier-elakadás valószínűségét. Következtetések: A kutatás legfőbb tanulsága, hogy a munkahelyi tehetetlenség elkerülésében az olyan belső pszichológiai erőforrások, mint a kompetenciaérzés, a kontroll és a jövőtudatosság, sokkal erőteljesebb védőfaktorként funkcionálnak, mint a specifikus problémamegoldó stratégiák megléte. Míg az érzelemfókuszú elkerülés konzerválja a beragadást, az adaptív pszichológiai kapacitás önmagában is képes megóvni a munkavállalót. Gyakorlati szempontból az eredmények arra hívják fel a figyelmet, hogy a HR és a karriertanácsadási beavatkozások során elsősorban az egyéni autonómia és a jövőtudatosság fejlesztésére kell a hangsúlyt fektetni.

Kulcsszavak: karrier-adaptabilitás, karrier-elakadás, megküzdési stratégiák, középkorú munkavállalók, proteuszi karrier

Abstract

Background and aim: In the rapidly changing labor market environment of the 21st century, a protean career orientation and continuous adaptation are essential for maintaining psychological well-being. Workplace stagnation (career impasse or inertia) poses a particular risk for midlife employees. The aim of the present study was to explore the relationships among career adaptability, various coping strategies, and career inaction among midlife employees in the home country sample.

Methods: The cross-sectional, quantitative study used online, self-report questionnaire data collection, from which a final sample of 108 midlife employees was included in the analysis. The constructs were measured using the Career Adapt-Abilities Scale (CAAS), the Career Inaction Scale (CARINAS), and the short form of the Ways of Coping Questionnaire (WOC-22). Statistical analyses were performed using SPSS and Jamovi software, including mediation, moderation, and multiple linear regression analyses.

Results: Testing the first hypothesis revealed that career control directly and strongly reduces the degree of workplace stagnation; however, this relationship was not mediated by problem-focused coping. Testing the second hypothesis showed that overall career adaptability is, on its own, a strong negative predictor of career impasse, and the level of problem-focused coping did not substantially modify this protective effect. The multiple linear regression analysis, however, fully confirmed the third hypothesis: a higher level of career concern (future planning) significantly decreases, while the use of purely emotion-focused coping significantly increases, the likelihood of career impasse.

Conclusions: The main lesson of the research is that internal psychological resources such as a sense of competence, control, and future orientation function as far stronger protective factors against workplace inertia than the presence of specific problem-solving strategies. While emotion-focused avoidance preserves stagnation, adaptive psychological capacity alone can protect the employee. From a practical standpoint, the results draw attention to the fact that HR and career counseling interventions should primarily focus on developing individual autonomy and future orientation.

Keywords: career adaptability, career impasse, coping strategies, midlife employees, protean career

5. A karrier alkalmazkodás, a karrier bizonytalanság és a perfekcionizmus összefüggései a kiégéssel

Title (EN): Associations Between Career Adaptability, Career Insecurity, and Perfectionism with Burnout

Hallgató: Koszta Zsolt Zoltán

Témavezető / Supervisor: Veres Anna (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás célja a karrierbizonytalanság, a karrier adaptabilitás, a perfekcionizmus és a kiégés közötti összefüggések vizsgálata felnőtt munkavállalók és jelenleg is munkát kereső személyek körében. A kutatás első hipotézise, hogy a karrier adaptabilitás mediálja a kapcsolatot a karrier bizonytalanság és a kiégés között. A második hipotézis, a perfekcionizmus szignifikáns pozitív kapcsolatban áll a kiégéssel. Illetve a harmadik hipotézis a karrier adaptabilitás mediálja a perfekcionizmus és a kiégés közötti összefüggést. A kutatásnak összesen 70 résztvevője volt adattisztítás követően, akiknek az adatait statisztikai elemzések során feldolgoztuk. A résztvevők egy online kérdőívcsomagot töltöttek ki, amely a következő eszközöket tartalmazta. Demográfiai kérdőív, Karrierbizonytalanság Skála rövidített változata (CI-S), Karrier alkalmazkodási képesség skála (CAAS), Többdimenziós Perfekcionizmus Skála (FMPS) és a Kiégés Kérdőív (MBI). A hipotézisek tesztelése rámutatott,

hogy a perfekcionizmus és a kiégés között szignifikáns, közepesen erős pozitív kapcsolat áll fenn, illetve az eredmények alapján az első hipotézis nem igazolódott be. A karrierbizonytalanság és a karrier-adaptabilitás között nem volt értékelhető összefüggés, ezáltal a karrier-adaptabilitás a vizsgált mintán nem közvetíti a bizonytalanság és a kiégés közötti kapcsolatot.

Kulcsszavak: karrierbizonytalanság, karrier adaptabilitás, kiégés, perfekcionizmus

The aim of this study was to examine the relationships among career uncertainty, career adaptability, perfectionism, and burnout among employed adults and individuals currently seeking employment. The first hypothesis proposed that career adaptability mediates the relationship between career uncertainty and burnout. The second hypothesis stated that perfectionism is significantly and positively associated with burnout. The third hypothesis proposed that career adaptability mediates the relationship between perfectionism and burnout.

Following data cleaning, the final sample consisted of 70 participants whose responses were analyzed using statistical methods. Participants completed an online questionnaire package that included the following instruments: a demographic questionnaire, the short version of the Career Uncertainty Scale (CI-S), the Career Adapt-Abilities Scale (CAAS), the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), and the Maslach Burnout Inventory (MBI).

The results of the hypothesis testing indicated a significant, moderately strong positive relationship between perfectionism and burnout. However, the first hypothesis was not supported. No meaningful relationship was found between career uncertainty and career adaptability; therefore, career adaptability did not mediate the relationship between career uncertainty and burnout in the examined sample.

Keywords: *career uncertainty, career adaptability, burnout, perfectionism.*

Digitális lét és technológia

6. A kimaradástól való félelem (FoMo) és a kimaradás örömének (JoMo) szerepe a közösségimédia-függőségben

Title (EN): The role of FoMo-type anxiety and the joy of missing out (JoMo) in social media addiction

Hallgató: Kelemen Kriszta

Témavezető / Supervisor: Kanyaró Kinga (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

Az online platformok és a közösségimédia-használat elterjedése jelentős hatást gyakorol a társas kapcsolattartási szokásokra, ugyanakkor számos pszichológiai kihívás elé állítja a felhasználókat. Jelen kutatás célja a kimaradástól való félelem (FoMo) sajátosságainak feltérképezése volt az életkor és a biológiai nem szempontjából, a JoMoS mérőeszköz validálása magyar nyelven, valamint annak a vizsgálata, hogy a kimaradás öröme (JoMo) képes-e moderálni a FoMo és a közösségimédia-függőség közötti előrejelző kapcsolatot. Jelen kutatás online platformokon volt meghirdetve, N = 173 személy vett részt önkéntes alapon. A változók mérésére a Kimaradástól Való Félelem Skálát (FoMoS), a Közösségi Média Függőség mérésére szolgáló skálát (SMAS), illetve a Kimaradás Öröme mérésére szolgáló kérdőívet alkalmaztuk. Az adatok elemzéséhez többszörös lineáris regressziót, faktoriális ANOVA-t, valamint moderációs analízist végeztünk. A regressziós modell megerősítette, hogy a FoMo szignifikáns, erős bejósolója a közösségimédia-függőségnek. A FoMo szint mértékében szignifikáns hatás tulajdonítható az életkornak, az idősebb korcsoportok alacsonyabb FoMo szinttel rendelkeznek. A biológiai nem, valamint a nem és az életkor interakciója nem határozta meg szignifikánsan a FoMo szint mértékét ebben a mintában, a JoMo pedig nem rendelkezik szignifikáns moderáló hatással ebben a kapcsolatban. Az eredmények rámutatnak a fiatalabb generációk sebezhetőségére a FoMo és a függőség szempontjából, ami kiemelten fontos a tudatos médiahasználatot célzó preventív programok tervezésében az iskolapszichológusi munka során.

Kulcsszavak: kimaradástól való félelem (FoMo), közösségimédia-függőség, kimaradás öröme (JoMo)

Abstract

The widespread adoption of online platforms and social media has fundamentally transformed how people interact, while also introducing distinct psychological pressures for users. This study aimed to explore how Fear of Missing Out (FoMo) varies across age groups and biological sexes, to validate the Hungarian version of the Joy of Missing Out Scale (JoMoS), and to examine whether the Joy of Missing Out (JoMo) acts as a moderator in the predictive relationship between FoMo and social media addiction. Data were collected via online platforms from a convenience sample of N = 173 voluntary participants. Variables were assessed using the Fear of Missing Out Scale (FoMoS), the Social Media Addiction Scale (SMAS), and the Joy of Missing Out Scale (JoMoS). Analyses were conducted using multiple linear regression, two-way factorial ANOVA, and moderation analysis. The regression model confirmed that FoMo is a strong and significant predictor of social media addiction. Regarding FoMo levels, a significant main effect was found for age, with older cohorts reporting lower levels of FoMo. Conversely, biological sex and the sex-by-age interaction had no significant effect on FoMo scores within this sample. Furthermore, JoMo did not show a significant moderating effect on the primary relationship. These findings highlight the heightened vulnerability of younger generations to both FoMo and digital addiction, providing valuable insights for designing targeted, conscious media use interventions within school psychology frameworks.

Keywords: Fear of Missing Out (FoMo), social media addiction, Joy of Missing Out (JoMo)

7. A közösségimédia-használat és a toxikus pozitivitás kapcsolata a megküzdési stratégiákkal

Title (EN): The relationship between social media use and toxic positivity as a function of coping strategies

Hallgató: Simon Emese

Témavezető / Supervisor: Sulyok Kármén (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás célja a közösségimédia-használat, az online toxikus pozitivitás és érzelmi érvénytelenítés, valamint a megküzdési stratégiák és az önbecsülés összefüggéseinek feltárása. A vizsgálatban 126 felhasználó vett részt. Az adatgyűjtés a Binns-féle Toxikus Pozitivitás Skálát, az Érzelmek Észlelt Érvénytelenítése Skálát (PIES), a Brief-COPE-ot, a Saját Online Megjelenés Kérdőívet és a Heatherton-Polivy Önbecsülés Skálát tartalmazó online csomaggal történt. Az elemzésekhez kétutas ANOVA-t, egyszerű lineáris regressziót és útelemzéses mediációanalízist alkalmaztunk. Az első hipotézis tesztelése során a médiahasználat intenzitása és módja között nem mutatkozott szignifikáns interakció a toxikus pozitivitás észlelésére [$F(3, 118) = 2.63$, $p = .053$, $\eta^2 = .063$]. A második hipotézis igazolódott: az online észlelt érzelmi érvénytelenítés szignifikáns pozitív prediktora a maladaptív megküzdésnek, $R^2 = .113$, $F(1, 124) = 15.82$, $p < .001$. A harmadik hipotézis kapcsán a mediációanalízis feltárta, hogy a toxikus pozitivitás szignifikáns parciális mediátor szerepet tölt be az önbecsülés és a stratégiai online önprezentáció kapcsolatában. A modell szignifikáns indirekt hatást ($ab = .112$, 95% CI [0.026, 0.198]) és szignifikáns közvetlen hatást ($c' = -.280$, $p = .003$) mutatott. Mivel a két hatás ellentétes előjelű, a modellben kompetitív parciális mediáció igazolódott, amely az online önprezentáció varianciájának 15,2%-át magyarázza ($R^2 = .152$). A fő következtetés, hogy a digitális jóllétet nem a képernyőidő mennyisége, hanem az online terek érzelmi klímája határozza meg, amely a sérülékenyebb önbecsülésű egyéneket a toxikus pozitivitás normatív nyomása alatt a torzított online önprezentáció felé tereli.

Kulcsszavak: közösségi média, toxikus pozitivitás, érzelmi érvénytelenítés, maladaptív megküzdés, önbecsülés, kompetitív mediáció

Abstract

The aim of this research is to explore the correlations between social media use, online toxic positivity, perceived emotional invalidation, coping strategies, and self-esteem. A total of 126 users participated in the study. Data collection was conducted via an online survey package including the Binns Toxic Positivity Scale, the Perceived Invalidation of Emotions Scale (PIES), the Brief-COPE, the Strategic Online Self-Presentation Questionnaire, and the Heatherton-Polivy State Self-Esteem Scale. Data were analyzed using two-way ANOVA, simple linear regression, and path analysis mediation. In testing the first hypothesis, no significant interaction was found between the intensity and type of social media use regarding the perception of toxic positivity [$F(3, 118) = 2.63$, $p = .053$, $\eta^2 = .063$]. The second hypothesis was supported: online perceived emotional invalidation was a significant positive predictor of maladaptive coping, $R^2 = .113$, $F(1, 124) = 15.82$, $p < .001$. Regarding the third hypothesis, mediation analysis revealed that toxic positivity plays a

significant partial mediating role in the relationship between self-esteem and strategic online self-presentation. The model showed a significant indirect effect ($ab = 0.11$, 95% CI [0.026, 0.198]) and a significant direct effect ($c' = -0.28$, $p = .003$). Since the two effects have opposite signs, competitive partial mediation was confirmed within the model, explaining 15.2% of the variance in online self-presentation ($R^2 = .152$). The main conclusion is that digital well-being is determined not by the amount of screen time, but by the emotional climate of online spaces, which – under the normative pressure of toxic positivity – steers individuals with more vulnerable self-esteem toward distorted online self-representation.

Keywords: social media, toxic positivity, emotional invalidation, maladaptive coping, self-esteem, competitive mediation

8. Nemi attitűdök és toxikus interakciók az online játékok világában: vizsgálat League of Legends játékosok körében

Title (EN): Gender attitudes and toxic interactions in the world of online gaming: a study among League of Legends players

Hallgató: Bugán Sidónia-Bernadett

Témavezető / Supervisor: Kotta Ibolya (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

Jelen kutatás célja a szexista attitűdök és a toxikus viselkedés kapcsolatának vizsgálata volt online videojátékos környezetben, különös tekintettel a League of Legends játékosokra. A vizsgálatban 196 fő vett részt, akik egy online kérdőívet töltöttek ki, amely a Video Game Sexism Scale (VGSS) és a Gaming Toxicity Scale (GTOX) tételeit tartalmazta.

Az adatok elemzésére lineáris regressziót és független mintás t-próbát alkalmaztunk. Az eredmények azt mutatták, hogy a szexista attitűdök szignifikáns pozitív kapcsolatban állnak a toxikus viselkedéssel, azonban a kapcsolat erőssége alacsony volt ($\beta = 0.258$, $p < 0.001$). A nemek közötti különbségek vizsgálata nem mutatott szignifikáns eltérést a toxikus viselkedés szintjében. Az eredmények arra utalnak, hogy a toxikus viselkedés inkább egyéni attitűdökből, mintsem demográfiai tényezőkből ered. A kutatás hozzájárul az online játékos közösségek működésének megértéséhez, és rámutat a szexista attitűdök jelentőségére a toxikus interakciók kialakulásában.

Kulcsszavak: szexista attitűdök, toxikus viselkedés, online játékok, League of Legends, nemi különbségek

Abstract

The aim of the present study was to examine the relationship between sexist attitudes and toxic behavior in an online video gaming environment, with particular focus on League of Legends players. A total of 196 participants took part in the study, completing an online questionnaire that included items from the Video Game Sexism Scale (VGSS) and the Gaming Toxicity Scale (GTOX). Linear regression and independent samples t-tests were used to analyze the data. The results showed that sexist attitudes were significantly and positively related to toxic behavior, although the strength of the relationship was low ($\beta = 0.258$, $p < .001$). The examination of gender differences revealed no significant difference in the level of toxic behavior.

The findings suggest that toxic behavior stems more from individual attitudes than from demographic factors. The research contributes to a better understanding of how online gaming communities function and highlights the significance of sexist attitudes in the emergence of toxic interactions.

Keywords: sexist attitudes, toxic behavior, online gaming, League of Legends, gender differences

Szexualitás, testkép és jóllét

10. Kimaradsz vagy benne vagy? A FoMo, a pornográfiahasználat, a test tárgyiasítása és a szocioszexuális orientáció összefüggéseinek vizsgálata

Title (EN): Left out or part of the group? Investigating the relationships between FoMO, pornography use, body objectification, and sociosexual orientation

Hallgató: Zölde Rita

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

Bevezető: A hook-up kultúra elterjedésével egyre gyakoribbá válik a nyitott szocioszexuális orientáció, a kötelezettség nélküli szexuális attitűdök, motivációk és viselkedések megjelenésében fontos szerepe van a közösségi médiának. A kimaradástól való félelem hozzájárul ezek kontrollvesztett alkalmazásához, ami pedig szoros kapcsolatban áll a pornográf tartalmak fogyasztásával és a test tárgyiasításával. Módszerek: A kutatás 170 felnőttet vizsgál önbevallásos kérdőív által. Ehhez a Kimaradástól Való Félelem Skálát, a Problémás Pornográfiahasználat Skálát, a Szocioszexuális Orientációs Kérdőívet és a Tárgyiasított Testtudat Skálát alkalmazta. Az adatok vizsgálata regressziós, moderációs és mediációs elemzés által valósult meg, tehát a felmérés korrelációs elrendezésen alapszik. Eredmények: A kimaradástól való félelem pozitívan előrejelzi az öntárgyiasítást, illetve módosítja az alkalmi szexuális viselkedéssel való kapcsolatát is. Valamint a kimaradástól való félelem és a pornóhasználat közti kapcsolat a kötelezettség nélküli szexuális attitűdökkel magyarázható, ami nemenként eltérést mutat. Következtetések: A közösségi médiaplatformokon közvetített tartalmak és az ezeken átélt kimaradástól való félelmek áterjednek az egyén pszichoszexuális funkcionalitásának különböző területeire, befolyásolva a szexuális attitűdöket, viselkedéseket.

Kulcsszavak: kimaradástól való félelem (FoMO), szocioszexuális orientáció, problémás pornográfiahasználat, tárgyiasított testtudat, alkalmi szexuális kapcsolatok

Abstract

Introduction: With the spread of hook-up culture, an open sociosexual orientation is becoming increasingly common. Social media plays an important role in the emergence of unrestricted sexual attitudes, motivations, and behaviors characterized by a lack of commitment. Fear of missing out (FoMO) contributes to the uncontrolled use of these patterns, which is closely associated with pornography consumption and body objectification. Methods: The study examined 170 adults using self-report questionnaires. The Fear of Missing Out Scale, the

Problematic Pornography Use Scale, the Sociosexual Orientation Inventory, and the Objectified Body Consciousness Scale were administered. Data analysis was conducted using regression, moderation, and mediation analyses; thus, the study followed a correlational design. Results: Fear of missing out positively predicts self-objectification and also moderates its relationship with casual sexual behavior. Furthermore, the relationship between FoMO and pornography use can be explained by unrestricted sociosexual attitudes, with differences observed across gender. Conclusions: Content transmitted through social media platforms and the experienced fear of missing out within this context extend to various domains of an individual's psychosexual functioning, influencing sexual attitudes and behaviors.

11. A szégyen, a feltételes önbecsülés, az intuitív étkezés és a testtömegindex közötti összefüggések

Title (EN): Associations between shame, contingent self-esteem, intuitive eating, and body mass index

Hallgató: Tifrea Alexandra

Témavezető / Supervisor: Sulyok Kármén (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

Az egészségtelen táplálkozás és a mentális problémák közötti szoros, kétirányú kapcsolat miatt a testsúly és a lelki tényezők kölcsönhatásainak vizsgálata kiemelt klinikai jelentőséggel bír. Jelen kutatás célja a testtömegindex (BMI), a belső és külső szégyenérzet, a feltételes önbecsülés, valamint az intuitív étkezés közötti összetett közvetítő folyamatok empirikus feltárása volt felnőtt lakossági mintán. Az online keresztmetszeti vizsgálatban 104 magyarországi és romániai magyar felnőtt vett részt (85 nő és 19 férfi). A résztvevők a szociodemográfiai adatok megadása mellett a Feltételes Önbecsülés Skálát (CSES-H), az Intuitív Evés Skálát (IES-2), valamint a Külső és Belső Szégyen Skálát (EISS) töltötték ki. A hipotéziseket JAMOVI és SPSS szoftverek segítségével, bootstrapping eljárásra épülő mediációelemzéssel teszteltük.

Az eredmények alapján a belső szégyen nem közvetítette a BMI és az intuitív étkezés kapcsolatát, így a H1 hipotézist elvetettük; ebben a modellben a BMI közvetlen, negatív hatása bizonyult meghatározónak. A második hipotézis viszont alátámasztást nyert (H2 elfogadva): az intuitív étkezés teljes mértékben mediálta a külső szégyen és a BMI közötti kapcsolatot. Ez igazolja, hogy a társas környezetből érkező szégyenérzet a belső fiziológiai jelzésekre való hagyatkozás csökkentésén keresztül függ össze a magasabb testtömegindexszel. A harmadik hipotézis nem nyert igazolást (H3 elvetve), mivel a feltételes önértékelés által közvetített indirekt hatás nem játszott szignifikáns szerepet a belső szégyen alakulásában. Az eredmények rávilágítanak arra, hogy a pusztán testsúlycsökkentő fókusz helyett az intuitív étkezés elősegítése, valamint a feltételes önbecsüléssel és a szégyenérzettel való foglalkozás hatékonyabb és pszichológiailag biztonságosabb megközelítést nyújthat a prevenció és intervenció programok számára.

Kulcsszavak: intuitív étkezés, külső szégyen, belső szégyen, feltételes önbecsülés, testtömegindex

Abstract

Due to the close and bidirectional relationship between unhealthy eating habits and mental health issues, investigating the interactions between body weight and psychological factors carries significant clinical importance. The purpose of this empirical research was to explore the complex mediating mechanisms between body mass index (BMI), internal and external shame, contingent self-esteem, and intuitive eating within an adult population sample. A total of 104 adults from Hungary and Hungarian-speaking adults from Romania (85 females and 19 males) participated in this online cross-sectional study. In addition to providing sociodemographic data, participants completed the Contingent Self-Esteem Scale (CSES-H), the Intuitive Eating Scale-2 (IES-2), and the External and Internal Shame Scale (EISS). Hypotheses were tested using JAMOVI and SPSS software through mediation analysis based on the bootstrapping method.

The results indicated that internal shame did not mediate the relationship between BMI and intuitive eating, leading to the rejection of the H1 hypothesis; in this model, the direct, negative effect of BMI proved to be the determining factor. Conversely, the second hypothesis was supported (H2 accepted), as intuitive eating fully mediated the relationship between external shame and BMI. This confirms that shame originating from the social environment is linked to a higher body mass index through the reduction of one's ability to rely on internal physiological cues. The third hypothesis was not confirmed (H3 rejected), since the indirect effect mediated by contingent self-esteem did not play a significant role in the development of internal shame. The findings highlight that, rather than focusing purely on weight reduction, promoting intuitive eating alongside addressing contingent self-esteem and feelings of shame can offer a more effective and psychologically safer approach for prevention and intervention programs.

Keywords: intuitive eating, external shame, internal shame, contingent self-esteem, body mass index, mediation analysis

Kapcsolatok és család

12. A szülői kitartás, a társas támogatás és a hit szerepe a szülők életében

Title (EN): The role of parental grit, social support, and faith in parents' lives

Hallgató: Kocsis Márta-Lídia

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

A kutatás a család perspektívájából közelíti meg a családdinamikát és kihatásait, azon belül főként a szülők helyzetét és megéléseit szándékszik felfedni: a szülők észlelt szociális támaszán (szignifikáns mások, család, barátok), a spirituális jóllétén (vallási jóllét és egzisztenciális jóllét) és a szülői kitartáson keresztül (erőfeszítésben való kitartás, tartós szenvedély, célhoz igazított útvonalak adaptálhatósága). A szülők támogatása az elsődleges célok között szerepel.

A kísérleti design keresztmetszeti, korrelációs kutatás. A kutatás összesen 137 szülőt vont be. Az egyének a szülői minőség kritériuma mentén voltak beválogatva. A felhasznált három eszköz az észlelt szociális támasz (Social Support Scale), a szülői kitartás (The Parental Grit Scale) és a spirituális jóllét (Spiritual Well-Being Scale) digitális formában volt alkalmazva. A hipotézisek

tesztelésére mediációt, moderációt, többszörös lineáris regressziót, hierarchikus regressziót és faktoriális varianciaanalízist (ANOVA-t) alkalmaztunk.

A kutatás eredményei alapján (a) a spirituális jóllét részlegesen mediálta az észlelt szociális támasz és a szülői kitartás közötti kapcsolatot, tehát az észlelt társas támogatás részben a spirituális jólléten keresztül fejt ki hatását a szülői kitartásra; (b) nem igazolódott az észlelt szociális támasz moderáló szerepe a spirituális jóllét és a szülői kitartás közötti kapcsolatban; (c) minél magasabb az észlelt szociális támasz, annál magasabb a szülői kitartás, és minél magasabb a spirituális jóllét, annál magasabb a szülői kitartás; (d) a magas szintű észlelt szociális támasz és spirituális jóllét szignifikáns mértékben hozzájárul a szülői kitartás előrejelzéséhez, még a demográfiai változók hatásának kontrollálása mellett is; (e) sem a vallásosság főhatása, sem a vallásgyakorlat főhatása, illetve a vallásosság és a vallásgyakorlat interakciós hatása sem jár együtt magasabb észlelt szociális támasz szinttel.

Kulcsszavak: észlelt szociális támasz, spirituális jóllét, szülői kitartás, szülők

Abstract

The study approaches family dynamics and their impacts from the family's perspective, with a particular focus on revealing the situation and experiences of parents through their perceived social support (significant others, family, friends), spiritual well-being (religious well-being and existential well-being), and parental grit (perseverance of effort, consistency of interests, and adaptability of pathways toward goals). Supporting parents is among the primary objectives of the research.

The study employed a cross-sectional, correlational research design and involved a total of 137 parents. Participants were selected based on their status as parents. Three instruments were administered in digital format: the Social Support Scale (measuring perceived social support), the Parental Grit Scale, and the Spiritual Well-Being Scale. The hypotheses were tested using mediation analysis, moderation analysis, multiple linear regression, hierarchical regression, and factorial analysis of variance (ANOVA).

The findings indicated that: (a) spiritual well-being partially mediated the relationship between perceived social support and parental grit, suggesting that perceived social support exerts part of its influence on parental grit through spiritual well-being; (b) the moderating role of perceived social support in the relationship between spiritual well-being and parental grit was not supported; (c) higher levels of perceived social support were associated with higher levels of parental grit, and higher levels of spiritual well-being were likewise associated with higher levels of parental grit; (d) high levels of perceived social support and spiritual well-being significantly contributed to the prediction of parental grit, even after controlling for demographic variables; and (e) neither the main effect of religiosity, the main effect of religious practice, nor the interaction effect between religiosity and religious practice was associated with higher levels of perceived social support.

Keywords: perceived social support, spiritual well-being, parental grit, parents

13. Stressz, megküzdés és intimitás a párkapcsolatban

Title (EN): Stress, coping, and intimacy in romantic relationships

Hallgató: Szabó Kinga Katalin

Témavezető / Supervisor: Sulyok Kármén (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás célja az észlelt stressz, a diádikus megküzdés és a párkapcsolati intimitás közötti összefüggések feltárása volt a biológiai nem és a szexuális orientáció mentén. A kvantitatív, keresztmetszeti vizsgálat 136 fős mintáját 102 nő, 34 férfi, valamint 102 heteroszexuális és 34 homoszexuális személy alkotta, a nem és a szexuális orientáció alapján meghatározott alcsoportokban. Az adatgyűjtés online kérdőívek segítségével, az Észlelt Stressz Skála (PSS-14), a Páros Megküzdés Kérdőív (DCI-37-HUN), valamint az Intim Kötődés Mérése (IBM-HU) alkalmazásával történt. Az első hipotézis (H1) alapján az észlelt stressz szintje szignifikáns különbséget mutat a szexuális orientáció mentén, azonban a statisztikai elemzés nem igazolt eltérést a csoportok között, így az első hipotézis elvetésre került. A második hipotézis (H2) feltételezte, hogy a pozitív megküzdés szignifikáns közvetítő szerepet játszik az észlelt stressz és az intimitás között; a mediációs elemzés ezt a közvetítő hatást megerősítette, így a H2 igazolást nyert. A harmadik hipotézis (H3) alapján a biológiai nem mentén különbségek mutatkoznak az érzelemközpontú megküzdésben; a faktoriális varianciaanalízis (ANOVA) nem mutatott szignifikáns eltérést a nemek között, így a harmadik hipotézis is elvetésre került. Összességében a páros megküzdés kulcsfontosságú relációs erőforrásnak bizonyult, amely közvetlenül hasznosítható a párkapcsolati tanácsadás és a preventív beavatkozások során.

Kulcsszavak: diádikus megküzdés, észlelt stressz (PSS-14), Intim Kötődés Mérése (IBM-HU), szexuális orientáció, nemi szerepek

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationships between perceived stress, dyadic coping, and relationship intimacy across biological gender and sexual orientation. The sample of this quantitative, cross-sectional study consisted of 136 participants, including 102 women, 34 men, 102 heterosexual individuals, and 34 homosexual individuals, distributed into subgroups based on gender and sexual orientation. Data collection was conducted via online questionnaires utilizing the Perceived Stress Scale (PSS-14), the Dyadic Coping Inventory (DCI-37-HUN), and the Intimate Bond Measure (IBM-HU). Based on the first hypothesis (H1), perceived stress levels would differ significantly across sexual orientation; however, statistical analysis indicated no significant differences between the groups, thus the first hypothesis was rejected. The second hypothesis (H2) assumed that positive coping plays a significant mediating role between perceived stress and intimacy; mediation analysis confirmed this indirect effect, thereby supporting H2. Based on the third hypothesis (H3), differences would emerge across biological gender in emotion-focused coping; the factorial analysis of variance (ANOVA) showed no significant differences between genders, leading to the rejection of the third hypothesis as well. Overall, dyadic coping proved to be a crucial relational resource, directly applicable in couples counseling and preventive interventions.

Keywords: dyadic coping, perceived stress (PSS-14), Intimate Bond Measure (IBM-HU), sexual orientation, gender roles

14. A speciális nevelési igényű személyek gondozóinak gondozással kapcsolatos élményeit befolyásoló tényezők

Title (EN): Factors influencing the experiences of caregivers of individuals with special educational needs

Hallgató: Bodor Barbara-Mónika

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

A szakirodalom áttanulmányozása után a kutatás célkitűzése annak vizsgálata, hogy a speciális nevelést igénylő személyek gondozóinál melyek azok a tényezők, amelyek a leginkább befolyásolják a gondozással kapcsolatos tapasztalatokat, élményeket. Kiemelt hangsúlyt fektetve a személyiségvonások, bizonyos demográfiai jellemzők és pszichológiai változók, mint a gondozói terheltség, a gondozói szubjektív jóllét vagy a gondozói önhatékonyság hatására és jelenlétére.

A kutatásban összesen hetven gondozó vett részt, az adatgyűjtés egy online kérdőív segítségével történt, amely tartalmazott demográfiai kérdéseket a gondozottra és a gondozóra vonatkozóan, valamint egy-egy kérdőívet a mérni kívánt konstrukciókhoz. A személyiségvonások mérésére a BigFive Inventory kérdőív; a gondozói terheltség mérésére a Zarit-Burden Gondozói Terheltséget vizsgáló kérdőív; a gondozói jóllét vizsgálatára a Caregiver Well-Being Scale és a gondozói önhatékonyság mérésére a Revised Scale of Self-Efficacy volt használva.

A kutatás design szempontjából kevert/keresztmetszeti design volt. Annak vizsgálata, hogy a speciális nevelést igénylő személy életkora befolyásolja-e a gondozó terheltségét, csoportok közötti összehasonlítás volt alkalmazva, független mintás t-próba segítségével. Azt, hogy a gondozói terheltség szignifikáns előrejelzője-e a gondozói önhatékonyságnak, egyszerű lineáris regresszióval vizsgáltuk. Végül annak vizsgálatára, hogy a neuroticizmus és a gondozói önhatékonyság szignifikáns előrejelzői-e a szubjektív jóllétnek a demográfiai adatok (a gondozott életkora, a gondozó életkora és a gondozással töltött napi idő) figyelembevételével, hierarchikus regresszió volt alkalmazva.

Az eredmények azt mutatták, hogy a gondozott életkora nem befolyásolja a gondozó terheltségét; a gondozói terheltség szignifikáns negatív előrejelzője a gondozói önhatékonyságnak; és végül a pszichológiai változók, mint a neuroticizmus és az önhatékonyság szignifikáns előrejelzői a gondozói jóllétnek, míg a demográfiai adatok, mint kontrollváltozók, nem változtatnak szignifikánsan a modell magyarázó erején.

Az eredmények alapján elmondható, hogy az előzetes kutatásokkal szemben a demográfiai adatok alacsony előrejelző hatást mutatnak a gondozói tapasztalatra vonatkozóan, és jelen vizsgálat a személyiségvonások együttjárását sem találta jelentősnek a különböző pszichológiai változókkal. Az eredmények alapján a gondozói tapasztalatra a leginkább hatással lévő tényezők az egyéni belső pszichológiai változók, mint az önhatékonyság érzése, a szubjektív jóllét és a teherérzet.

Kulcsszavak: gondozói terheltség, gondozói szubjektív jóllét, gondozói önhatékonyság, személyiségvonások, speciális nevelést igénylő személyek gondozása

Abstract

After reviewing the literature, the aim of the research is to examine which factors most influence the experiences of caregivers of people with special needs. With a special emphasis on the influence and presence of personality traits, certain demographic characteristics and psychological variables such as caregiver burden, caregiver subjective well-being or caregiver self-efficacy.

A total of seventy caregivers participated in the study, and data were collected using an online questionnaire that included demographic questions about the caregiver and the care recipient, as well as a questionnaire for the constructs to be measured. The BigFive Inventory was used to measure personality traits; the Zarit-Burden Caregiver Burden Questionnaire was used to measure caregiver burden; the Caregiver Well-Being Scale was used to measure caregiver well-being, and the Revised Scale of Self-Efficacy was used to measure caregiver self-efficacy.

The research design was a mixed/cross-sectional design. To examine whether the age of the person with special needs affects the caregiver burden, a comparison between groups was used using an independent sample t-test. Whether caregiver burden is a significant predictor of caregiver self-efficacy was examined using simple linear regression. Finally, to examine whether neuroticism and caregiver self-efficacy are significant predictors of subjective well-being, taking into account demographic data (age of the person cared for, age of the caregiver, and time spent caring per day), hierarchical regression was used.

The results showed that the age of the care recipient does not affect the caregiver's burden; caregiver burden is a significant negative predictor of caregiver self-efficacy; and finally, psychological variables such as neuroticism and self-efficacy are significant predictors of caregiver well-being, while demographic data as a control variable does not significantly change the explanatory power of the model.

Based on the results, it can be said that, in contrast to previous research, demographic data show a low predictive effect on the caregiving experience, and the present study did not find the association of personality traits with various psychological variables to be significant. Instead, the factors that have the greatest impact on the caregiving experience are individual internal psychological variables, such as self-efficacy, subjective well-being, and burden.

15. Párkapcsolati elégedettség és féltékenység monogám és konszenzusos non-monogám párokban

Title (EN): Relationship Satisfaction and Jealousy in Monogamous and Consensually Non-Monogamous Relationships

Hallgató: Papp-Sebők Attila

Témavezető / Supervisor: Tamás Borbála (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A jelen kutatás célja a párkapcsolati féltékenység, a kapcsolati elégedettség, a hiperszexuális viselkedés, a kapcsolati típus és a szexuális orientáció összefüggéseinek vizsgálata volt monogám és konszenzusos non-monogám kapcsolatban élő felnőttek körében. A vizsgálat keresztmetszeti, kérdőíves kutatásként valósult meg, kényelmi és hólabda-mintavétellel. A mintát 123 felnőtt személy alkotta, akik online kérdőívcsomagot töltöttek ki. Az elemzések során független mintás t-próbát, többszörös lineáris regressziót és hierarchikus lineáris regressziót alkalmaztunk. Az

eredmények alapján a monogám kapcsolatban élők szignifikánsan magasabb párkapcsolati féltékenységről számoltak be, mint a konszenzusos non-monogám kapcsolatban élők. A többszörös regresszióban a modell szignifikáns volt, azonban az egyedi prediktorok közül csak a kapcsolati típus jelezte előre szignifikánsan a párkapcsolati féltékenységet. A hierarchikus regresszió eredményei szerint az életkor és a kapcsolat hossza kontrollálása után a kapcsolati típus és a szexuális orientáció szignifikáns többletmagyarázó erővel járult hozzá a féltékenység előrejelzéséhez, míg a kapcsolati elégedettség és a hiperszexuális viselkedés további bevonása már nem növelte szignifikánsan a modell magyarázóerejét. Az eredmények arra utalnak, hogy a párkapcsolati féltékenység értelmezésében a kapcsolati normák, a kapcsolati struktúra és a társas-identitásbeli tényezők kiemelt szerepet kaphatnak.

Kulcsszavak: párkapcsolati féltékenység, kapcsolati elégedettség, konszenzusos nonmonogámia, szexuális orientáció, hiperszexuális viselkedés

Abstract

The aim of the present study was to examine the relationships among romantic jealousy, relationship satisfaction, hypersexual behavior, relationship type, and sexual orientation among adults involved in monogamous and consensually non-monogamous relationships. The study was conducted as a cross-sectional survey using convenience and snowball sampling methods. The sample consisted of 123 adults who completed an online questionnaire package. Data analyses included independent-samples t-tests, multiple linear regression, and hierarchical linear regression. The results indicated that individuals in monogamous relationships reported significantly higher levels of romantic jealousy than those in consensually non-monogamous relationships. In the multiple regression analysis, the overall model was significant; however, among the individual predictors, only relationship type significantly predicted romantic jealousy. The findings of the hierarchical regression revealed that, after controlling for age and relationship duration, relationship type and sexual orientation contributed significant additional explanatory power to the prediction of jealousy. In contrast, the inclusion of relationship satisfaction and hypersexual behavior did not result in a significant increase in the model's explanatory capacity. These findings suggest that relationship norms, relationship structure, and social identity-related factors may play a particularly important role in understanding romantic jealousy.

Keywords: romantic jealousy, relationship satisfaction, consensual non-monogamy, sexual orientation, hypersexual behavior

Alkalmazkodás, megküzdés és szakmai fejlődés

16. Szakmaspecifikus expresszív írás hatása a pszichológus hallgatók bizonytalanság-intoleranciájára, metakogníciójára és szakmai énhatékonyságára

Title (EN): The effect of profession-specific expressive writing on intolerance of uncertainty, metacognition, and professional self-efficacy among psychology students

Hallgató: Kovács Izabella-Orsolya

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

Kutatásunk célja, hogy megvizsgáljuk az expresszív írás hatását a bizonytalanság-intoleranciára, a metakognícióra, a szakmai identitásra és a szakmai tudásra a kontrollcsoport eredményeihez viszonyítva, illetve, hogy azonosítsuk a változók közötti mediációs összefüggéseket. A résztvevők a Babeş-Bolyai Tudományegyetem pszichológia szakos hallgatói (N = 56, amelyből 51 nő, 5 férfi). Két csoportra osztottuk őket, a kísérleti, azaz expresszív író csoportra (n = 33) és a kontroll, azaz a semleges írók csoportjára (n = 23). Kombinált kutatási designt alkalmaztunk, amely magába foglalta a mediációt, valamint a 2 x 3-as ismételt méréses varianciaanalízist előmérés, utómérés és utánkövetés alkalmazásával. A változókat a Rövidített Bizonytalanságtűrés Skálával (IUS-12), a Metakogníció Önértékelő Skálával (MSAS), a Pszichológus Önhatékonyság Skála (PCES) releváns alskáláival, valamint a DSM-5-TR kereszttüneti szűrőtesztjével mértük fel.

A kutatásunk eredményei alapján a metakogníció bizonytalanság-intoleranciára gyakorolt hatását a szakmai tudás (58,8%) és a professzionális identitás (73,5%) teljes mértékben mediálja. Az ismételt méréses varianciaanalízis nem mutatott szignifikáns csoportközi interakciót a bizonytalanság-intolerancia csökkenésében. Ellenben a professzionális identitás fejlődésében szignifikáns kvadratikus interakciót igazoltunk, amely a kísérleti csoport utómérésekor szignifikáns pontszámnövekedést mutatott a kontrollcsoporttal szemben rövid távon. Az eredmények alapján következtethetünk arra, hogy a szakmaspecifikus expresszív írás hatással bír a professzionális identitás alakulására, és eszközként szolgál a pszichológusi hivatással járó szakmai identitás kialakításában.

Kulcsszavak: bizonytalanság-intolerancia, expresszív írás, szakmai identitás, szakmai tudás, metakogníció, pszichológia szakos hallgatók

Abstract

The aim of our study is to investigate the effect of expressive writing on intolerance of uncertainty, metacognition, professional identity, and professional knowledge compared to the results of the control group, as well as to identify the mediation relationships between the variables. The participants are psychology students at Babeş-Bolyai University (N = 56, of which 51 are female, 5 are male). We divided them into two groups: the experimental or expressive writing group (n = 33) and the control, i.e., neutral writing group (n = 23). A combined research design was applied, which included cross-sectional mediation analysis, as well as a 2 x 3 repeated measures analysis of variance using pre-test, post-test, and follow-up. The variables were assessed using the Intolerance of Uncertainty Scale-Short Form (IUS-12), the Metacognitive Self-Assessment Scale (MSAS), the relevant subscales of the Psychologist and Counsellor Self-Efficacy Scale (PCES), and the DSM-5-TR Level 1 Cross-Cutting Symptom Measure.

Based on the results of our research, the effect of metacognition on intolerance of uncertainty is fully mediated by professional knowledge (58.8%) and professional identity (73.5%). The repeated measures analysis of variance showed no significant between-group interaction in the reduction of intolerance of uncertainty. In contrast, a significant quadratic interaction was verified in the development of professional identity, where the experimental group showed a significant increase

in scores compared to the control group at the post-test in the short term. Based on the results, we can conclude that profession-specific expressive writing has an impact on the development of professional identity and serves as an adaptive tool in the uncertainty associated with the psychology profession.

Keywords: intolerance of uncertainty, expressive writing, professional identity, professional knowledge, metacognition, psychology students

17. Sokszínűségre hangolva – a differenciált oktatás gyakorlati megvalósításának kognitív erőforrásai

Title (EN): Considering diversity in education: the cognitive foundations of differentiated instruction

Hallgató: Pap Tímea

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

Cél: Kutatásunk célja az volt, hogy megvizsgáljuk, mely kognitív sajátosságok jelezhetik előre a differenciált oktatás gyakorlati megvalósításához szükséges stratégiák alkalmazását pedagógusok körében. Módszerek: A vizsgálat keresztmetszeti korrelációs elrendezésben valósult meg, 166 Romániában és Magyarországon dolgozó pedagógus részvételével. A résztvevők kognitív sajátosságainak és pedagógiai gyakorlatának vizsgálatára a Differenciált Oktatás Kérdőívet (DI-Quest), a Mentális Állapotokkal Kapcsolatos Bizonyosság Kérdőívet (CAMSQ), valamint az I/D típusú episztemikus kíváncsiság skálát alkalmaztuk. Eredmények: A mentalizáció és az érdeklődés-alapú episztemikus kíváncsiság szignifikánsan előrejelezte a differenciálási stratégiák alkalmazását. A mediációs elemzés szerint a flexibilis csoportalkotás szignifikánsan mediálta a mentalizáció és a differenciálás közti kapcsolatot. Moderált mediációs hipotézisünk ugyan nem nyert támogatást, azonban az explorációs elemzés szignifikáns moderációs hatást mutatott a mentalizáció és a differenciálás közti direkt kapcsolatban: az összefüggés csak azoknál a pedagógusoknál volt szignifikáns, akik nem rendelkeztek gyógypedagógiai képzéssel. Következtetések: A differenciálás hatékony megvalósításához egyaránt szükség van a pedagógusok személyes kognitív erőforrásaira és a megfelelő szakmai felkészültségre. A kutatás ezáltal hozzájárulhat a differenciált oktatás hátterének pontosabb megértéséhez.

Kulcsszavak: mentalizáció, érdeklődés-alapú episztemikus kíváncsiság, differenciálás, flexibilis csoportalkotás, gyógypedagógiai képzés

Abstract

Aim: The aim of the present study was to examine which cognitive characteristics predict the use of strategies required for the practical implementation of differentiated instruction among teachers. **Methods:** The study employed a cross-sectional correlational design. A total of 166 teachers working in Romania and Hungary participated in the research. Teachers' cognitive characteristics and pedagogical practices were assessed using the Differentiated Instruction Questionnaire (DI-Quest), the Certainty About Mental States Questionnaire (CAMSQ), and the I/D Type Epistemic Curiosity Scale. **Results:** The results showed that mentalization and interest-type

curiosity significantly predicted the use of differentiated instruction. Mediation analysis further indicated that flexible grouping significantly mediated the relationship between mentalization and differentiated instruction. Although the moderated mediation hypothesis was not supported, the exploratory analysis revealed a significant moderation effect in the direct association between mentalization and differentiated instruction: this relationship was significant only among teachers without special education qualification. Conclusion: The effective implementation of differentiated instruction requires both personal cognitive resources and adequate professional training. The study contributes to a more nuanced understanding of the psychological and pedagogical factors underlying differentiated instruction and may offer useful implications for teacher education and professional development.

Keywords: mentalization, interest-type curiosity, differentiated instruction, flexible grouping, special education qualification

18. Mindfulness és esélyteremtés: mindfulness-programok alkalmazása az iskolai stressz kezelésében és a szubjektív jóllét fejlesztésében

Title (EN): Mindfulness and creating opportunity: applying mindfulness programs in school stress management and the development of subjective well-being

Hallgató: Rónaszéki Bernadett

Témavezető / Supervisor: Sulyok Kármén (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás célja egy mindfulness alapú beavatkozás hatékonyságának vizsgálata volt a szubjektív jóllét és az önszabályozás terén. A vizsgálat három hipotézis mentén zajlott: feltételeztük, hogy a beavatkozás hatására nő a tanulók jólléte és önszabályozási képessége (H1), a fiatalabb gyermekeknél nagyobb mértékű a fejlődés (H2), valamint statisztikai összefüggés mutatkozik a tanulmányi eredmények és a jóllét között (H3). A kvázi-kísérleti vizsgálatban 46 magyarországi, nagyvárosi, hátrányos helyzetű, 8-13 éves általános iskolai tanuló vett részt. Az önszabályozást a pedagógusok által kitöltött Gyermekek Önszabályozás és Viselkedés Kérdőív (CSBQ), míg a szubjektív jóllétet a gyermekek önbevallásán alapuló Pszichológiai Szubjektív Jóllét Skála (CW-SWBS) mérte a nyolchetes beavatkozás előtt és után. Az első hipotézis részben teljesült, mivel a Wilcoxon-próba alapján a szubjektív jóllét szintje ($p < .001$) és a társas kapcsolatok minősége ($p = .013$) szignifikánsan növekedett, azonban az általános önszabályozás nem. A második hipotézis elvetésre került, ugyanis a kovariancia-analízis (ANCOVA) nem mutatott szignifikáns különbséget a 8-10 és a 11-13 éves korcsoportok utómérési pontszámai között ($p = .701$). A harmadik hipotézis sem igazolódott, mivel a khí-négyzet próba nem tárt fel szignifikáns összefüggést az iskolai teljesítmény és a beavatkozás utáni jóllét között ($p = .152$). A megállapítások szerint a mindfulness-gyakorlatok hatékonyan, és életkortól, valamint tanulmányi teljesítménytől függetlenül, univerzálisan támogatják a hátrányos helyzetű tanulók szubjektív jóllétét és szociális kompetenciáit, ezáltal belső pszichológiai menedéket és esélykiegyenlítő lehetőséget nyújtva számukra az iskolai környezetben.

Kulcsszavak: mindfulness, szubjektív jóllét, önszabályozás, hátrányos helyzet, esélykiegyenlítés

Abstract

The aim of this research was to examine the effectiveness of a mindfulness-based intervention on subjective well-being and self-regulation. The study was guided by three hypotheses: it was hypothesized that the intervention would increase students' well-being and self-regulation (H1), that younger students would show greater improvement (H2), and that there is a significant association between academic performance and well-being (H3). The quasi-experimental study involved 46 disadvantaged students aged 8-13 from an urban school in Hungary. Self-regulation was measured using the teacher-reported Child Self-Regulation and Behaviour Questionnaire (CSBQ), while subjective well-being was assessed using the self-reported Children's Worlds Subjective Well-Being Scale (CW-SWBS) before and after the eight-week intervention. The first hypothesis was partially supported, as the Wilcoxon test showed a significant increase in subjective well-being ($p < .001$) and social relationships ($p = .013$), but not in general self-regulation. The second hypothesis was rejected, as the analysis of covariance (ANCOVA) revealed no significant difference between the 8-10 and 11-13 age groups ($p = .701$). The third hypothesis was also unsupported; the chi-square test found no significant association between academic performance and post-intervention well-being ($p = .152$). In conclusion, mindfulness practices effectively and universally support the subjective well-being and social competencies of disadvantaged students, regardless of age or academic performance, providing an internal psychological refuge and promoting equal opportunities in the school environment.

Keywords: mindfulness, subjective well-being, self-regulation, disadvantaged background, equal opportunities

19. Az absztrakt és konkrét gondolkodás, az empátia, a spirituális intelligencia és a szépség integrálásának képessége változók közötti összefüggések vizsgálata

Title (EN): Examining the Relationships Among Abstract and Concrete Thinking, Empathy, Spiritual Intelligence, and the Ability to Integrate Beauty

Hallgató: Derzsi Boróka

Témavezető / Supervisor: Tamás Borbála (egyetemi adjunktus / Lecturer)

Kivonat

A kutatás célja az absztrakt és konkrét gondolkodás, az empátia, a spirituális intelligencia és a szépség integrálásának képessége közötti összefüggések vizsgálata volt, tekintettel a szakirodalomban megjelenő ellentmondásokra. A vizsgálat korrelációs elrendezésben, 204 fős mintán történt. Az adatgyűjtés önbeszámoló kérdőívekkel zajlott, az adatok elemzése leíró statisztikákkal, korrelációval, csoportkülönbség-vizsgálattal, többszörös regresszióval és moderációs elemzéssel történt. Az eredmények alapján szignifikáns különbség mutatkozott az empátia szintjében a gondolkodási stílusok között: a legmagasabb empátia a vegyes gondolkodású csoportban, a legalacsonyabb az absztrakt gondolkodóknál jelent meg, és szignifikáns különbség az absztrakt és a vegyes csoport között volt kimutatható. A spirituális intelligencia és a szépség integrálásának képessége között közepes erősségű, pozitív kapcsolat mutatkozott. A regressziós

elemzés eredményei szerint mind a spirituális intelligencia, mind a szépség integrálásának képessége szignifikáns, pozitív prediktorai az empátiának, együttesen az empátia varianciájának jelentős részét magyarázva. A moderációs elemzés kimutatta, hogy a vallásosság módosítja a spirituális intelligencia és az empátia kapcsolatát: bár a kapcsolat minden szinten pozitív, erőssége magasabb vallásosság mellett csökken. Az eredmények arra utalnak, hogy az empátia nem kizárólag kognitív feldolgozási stílushoz köthető, hanem komplex módon függ a jelentésalkotási és önreflexiós folyamatoktól is. A spirituális intelligencia és a szépség integrálásának képessége fontos szerepet játszhat az empatikus működés alakulásában, míg a vallásosság moderáló tényezőként jelenik meg a spirituális intelligencia és empátia közötti kapcsolat erősségében.

Kulcsszavak: empátia, absztrakt és konkrét gondolkodás, spirituális intelligencia, szépség integrálásának képessége, vallásosság

Abstract

The aim of the present study was to examine the relationships between abstract and concrete thinking, empathy, spiritual intelligence, and the ability to integrate beauty, taking into account inconsistencies in the existing literature. The study was conducted using a correlational design on a sample of 204 participants. Data were collected through self-report questionnaires and analyzed using descriptive statistics, correlation analysis, group comparison tests, multiple regression, and moderation analysis. The results indicated significant differences in empathy levels across thinking styles: the highest level of empathy was observed in the mixed thinking group, while the lowest was found among abstract thinkers, with a significant difference between the abstract and mixed groups. A moderate positive relationship was found between spiritual intelligence and the ability to integrate beauty. Regression analysis showed that both spiritual intelligence and the ability to integrate beauty were significant positive predictors of empathy, jointly explaining a substantial proportion of its variance. Moderation analysis revealed that religiosity modifies the relationship between spiritual intelligence and empathy: although the relationship remains positive at all levels, its strength decreases at higher levels of religiosity. These findings suggest that empathy is not solely related to cognitive processing style but is also influenced by complex meaning-making and self-reflective processes. Spiritual intelligence and the ability to integrate beauty may play an important role in empathic functioning, while religiosity acts as a moderating factor in the strength of the relationship between spiritual intelligence and empathy.

Keywords: empathy, abstract and concrete thinking, spiritual intelligence, ability to integrate beauty, religiosity

Testmozgás, önszabályozás és jóllét

20. A sportmászás összefüggései a kognitív rugalmassággal, a pszichológiai rezilienciával és a mentális jólléttel

Title (EN): The Relationship Between Sport Climbing, Cognitive Flexibility, Psychological Resilience, and Mental Well-Being

Hallgató: Horváth Annamária

Témavezető / Supervisor: Kálcza-Jánosi Kinga (egyetemi docens / Associate Professor)

Kivonat

A sportmászás egyre népszerűbb sportág, amely a fizikai aktivitáson túl komplex kognitív és pszichológiai folyamatokat is mozgósít. Jelen kutatás célja a sportmászás, a kognitív rugalmasság, a pszichológiai reziliencia és a mentális jóllét közötti összefüggések vizsgálata. A sportmászás folyamatos problémamegoldást, gyors döntéshozatalt és érzelemszabályozást igényel, ezért feltételezhető, hogy pozitív kapcsolatban áll a végrehajtó funkciók működésével és az adaptív megküzdési képességekkel. Feltételeztük, hogy a rendszeres sportmászás pozitív kapcsolatban áll a pszichológiai rezilienciával, továbbá a magasabb reziliencia alacsonyabb pszichológiai distresszel jár együtt.

Jelen kutatás résztvevői sportmászó, más sportot űző és nem sportoló felnőttek, az adatgyűjtés kényelmi mintavétellel történt. A vizsgálatban összesen 72 fő vett részt, az adattisztítást követően 69 személy adatait elemeztük. A kérdőívcsomag a demográfiai kérdések mellett három validált mérőeszközt tartalmazott: Connor–Davidson Reziliencia Skála, Depresszió Szorongás Stressz Skála, valamint a Trail Making Testet tartalmazta. Hipotéziseink tesztelésére Pearson-korrelációt, ANCOVA-t és hierarchikus regresszióelemzést alkalmaztunk.

Az eredmények alapján a kognitív rugalmasság nem mutatott szignifikáns kapcsolatot a pszichológiai rezilienciával, sem a mentális jóllét mutatóival. A sportmászó, más sportot űző és nem sportoló csoportok között nem találtunk szignifikáns különbséget a kognitív rugalmasság szempontjából, az életkor kontrollálása mellett sem, továbbá a falmászásban szerzett tapasztalat és a heti edzésgyakoriság sem bizonyult a reziliencia szignifikáns prediktoraként, a nem és az életkor kontrollálása mellett. Az eredmények azonban felhívják a figyelmet arra, hogy a mintanagyság és a módszertani korlátok jelentősen befolyásolhatták az összefüggések kimutathatóságát.

Kulcsszavak: sportmászás, kognitív rugalmasság, pszichológiai reziliencia, mentális egészség

Abstract

Sport climbing is an increasingly popular sport that mobilizes complex cognitive and psychological processes in addition to physical activity. The aim of this research is to examine the relationships between sport climbing, cognitive flexibility, psychological resilience and mental well-being. Sport climbing requires continuous problem solving, quick decision-making and emotion regulation, therefore it can be assumed that it is positively related to the functioning of executive functions and adaptive coping skills. We assumed that regular sport climbing is positively related to psychological resilience, and higher resilience is associated with lower psychological distress.

The present research sample consisted of sport climbers, adults who practice other sports, and those who do not practice sports; data collection was done by convenience sampling. A total of 72 people participated in the study, and after data cleaning, the data of 69 people were analyzed. In addition to demographic questions, the questionnaire package included three validated measuring instruments: the Connor–Davidson Resilience Scale, the Depression Anxiety Stress

Scale, and the Trail Making Test. Pearson correlation, ANCOVA, and hierarchical regression analysis were used to test our hypotheses.

Based on the results, cognitive flexibility did not show a significant relationship with psychological resilience or with indicators of mental well-being. We found no significant differences in cognitive flexibility between the sport climbing, recreational, and non-sport groups, after controlling for age, and neither climbing experience nor weekly training frequency proved to be significant predictors of resilience, after controlling for gender and age. The results draw attention to the fact that sample size and methodological limitations may have significantly affected the detectability of the relationships.

Keywords: sport climbing, cognitive flexibility, psychological resilience, mental health

21. A reziliencia és az élettel való elégedettség vizsgálata roma és nem roma tanulók körében a mentorálás függvényében

Title (EN): Resilience and Life Satisfaction Among Roma and Non-Roma Students: The Role of Mentoring

Hallgató: Dr. Godó Katalin

Témavezető / Supervisor: Veres Anna (egyetemi docens / Lecturer)

Kivonat

A serdülőkor kiemelten érzékeny fejlődési időszak, amelyben a pszichológiai reziliencia és az élettel való elégedettség meghatározó szerepet játszik a fiatalok mentális jóllétének alakulásában. A roma tanulók a társadalmi egyenlőtlenségek, a diszkrimináció vagy az anyagi hátrányok következtében fokozott kihívásokkal szembesülhetnek, ezért fontos annak vizsgálata, hogy a rezilienciát támogató védőfaktorok közül a mentorálás milyen módon segítheti a sikeres megküzdést és az egyéni erőforrások kibontakozását. Mivel a mentorprogramok egyik alapvető célja éppen a pszichológiai erőforrások megerősítése, a társas támogatás növelése és a jövőorientált gondolkodás elősegítése, a nem mentorált tanulókkal való összehasonlítás lehetőséget ad annak feltárására, hogy a mentorálás milyen mértékben járul hozzá az említett mutatók fejlődéséhez.

A kutatás célja annak a feltárása volt, hogy milyen kapcsolat áll fenn a reziliencia és az élettel való elégedettség között roma és nem roma tanulók körében, valamint hogy a mentorálás miként befolyásolja ezt az összefüggést. A vizsgálat egyrészt a mentorálás szerepére fókuszál, másrészt figyelembe veszi azokat az alanyi változókat is, amelyek differenciálhatják a tanulók pszichológiai jellemzőit.

Disszertációnk a CHERD-Hungary A mentorálás rejtett értékeinek feltárása (*Discovery of Hidden Value of Mentoring, DHVM*) kvantitatív kutatás keretében létrejött adatbázis másodelemzésén alapult, ahol összesen 206 fő került lekérdezésre. A mintát 7-8. osztályos tanulók alkották, akik között mentorált és nem mentorált, illetve roma és nem roma diákok egyaránt szerepeltek.

A reziliencia mérésére a Connor-Davidson Reziliencia Kérdőív 10 itemes magyar adaptációját (Járai et al., 2015), míg az élettel való elégedettség vizsgálatára a Diener-féle Élettel való Elégedettség Skála magyar változatát (Martos et al., 2014) alkalmaztuk. Az adatok elemzése SPSS és Jamovi programok segítségével történt, független mintás t-próbák, varianciaanalízis, mediációs és moderációs elemzések alkalmazásával.

Az elemzés eredményei azt mutatták, hogy a nem roma tanulók életelégedettsége és rezilienciája szignifikánsan magasabb volt a roma tanulókéhoz képest. Továbbá az eredmények megerősítették,

hogy az étellel való elégedettség és a reziliencia között szoros pozitív kapcsolat áll fenn, amely összhangban van a korábbi nemzetközi kutatások eredményeivel. A mediációs elemzés szerint a szubjektív anyagi helyzet és a mentorálás egyaránt szignifikáns közvetett hatást gyakorolt a rezilienciára az étellel való elégedettségen keresztül, kiemelve az életelégedettség mediáló szerepét. Míg a moderációs elemzésben az étellel való elégedettség szignifikáns pozitív előrejelzője volt a rezilienciának, azonban a mentorálásban való részvétel nem moderálta ezt a kapcsolatot, és önálló hatása sem bizonyult szignifikánsnak.

Összességében a kutatás rámutatott arra, hogy a hátrányos helyzetű, különösen a roma fiatalok mentális egészségének támogatásában kiemelt jelentősége van a rezilienciát erősítő pszichológiai és szociális védőfaktoroknak. Bár a mentorálás közvetlen hatása a vizsgált mintában nem minden esetben bizonyult szignifikánsnak, az eredmények alátámasztják a támogató kapcsolatok és az iskolai mentorprogramok szerepét a tanulók pszichés jóllétének fejlesztésében, ami fontos gyakorlati következtetésekkel szolgál az oktatási és mentálhigiénés szakemberek számára.

Kulcsszavak: reziliencia; étellel való elégedettség; roma tanulók; mentorálás; Tanítsunk Magyarorszáért mentorprogram; serdülőkor

Abstract

Adolescence is a particularly sensitive developmental period during which psychological resilience and life satisfaction play a crucial role in shaping young people's mental well-being. Roma students may face increased challenges as a result of social inequalities, discrimination, and socioeconomic disadvantages; therefore, it is important to examine how mentoring, as a protective factor that supports resilience, can facilitate successful coping and the development of individual strengths and resources. Since one of the primary goals of mentoring programs is to strengthen psychological resources, enhance social support, and promote future-oriented thinking, comparing mentored and non-mentored students provides an opportunity to explore the extent to which mentoring contributes to the development of these indicators.

The aim of the present study was to investigate the relationship between resilience and life satisfaction among Roma and non-Roma students and to examine how mentoring influences this relationship. The study focuses on the role of mentoring while also taking into account individual characteristics that may differentiate students' psychological functioning.

The dissertation is based on a secondary analysis of a database developed within the framework of the CHERD-Hungary quantitative research project *Discovery of Hidden Value of Mentoring (DHVM)*. The study included a total of 206 participants. The sample consisted of 7th- and 8th-grade students, including both mentored and non-mentored as well as Roma and non-Roma pupils.

Resilience was measured using the Hungarian 10-item adaptation of the Connor–Davidson Resilience Scale (Járai et al., 2015), while life satisfaction was assessed using the Hungarian version of Diener's Satisfaction with Life Scale (Martos et al., 2014). Data were analyzed using SPSS and Jamovi software, applying independent-samples t-tests, analysis of variance (ANOVA), mediation analyses, and moderation analyses.

The results indicated that non-Roma students reported significantly higher levels of both life satisfaction and resilience than Roma students. Furthermore, the findings confirmed a strong positive relationship between life satisfaction and resilience, consistent with previous international research. Mediation analyses revealed that both subjective financial status and mentoring exerted significant indirect effects on resilience through life satisfaction, highlighting the mediating role of life satisfaction. In the moderation analysis, life satisfaction emerged as a significant positive predictor of resilience; however, participation in mentoring did not moderate this relationship, and its independent effect was not statistically significant.

Overall, the findings highlight the importance of psychological and social protective factors that strengthen resilience in supporting the mental health of disadvantaged youth, particularly Roma

adolescents. Although the direct effects of mentoring were not consistently significant in the examined sample, the results support the role of supportive relationships and school-based mentoring programs in promoting students' psychological well-being. These findings have important practical implications for professionals working in education and mental health.

Keywords: resilience; life satisfaction; Roma students; mentoring; Let's Teach for Hungary Mentoring Program; adolescence.