

Műhelymunka Személyiségpszichológiából

”Jó lesz ez még valamire...”

**A gyűjtögető viselkedés, a társas kapcsolatok és a tárgyi kötődés
összefüggéseinek vizsgálata**

Készítette: Fábián Berta
(DPHJMS)

Témavezető:
Dr. Matuszka Balázs egyetemi docens



Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar

Pszichológia BA

2023/2024 tavaszi félév

Nyilatkozat a műhelymunka / szakdolgozat szerzőség szabályainak betartásáról

Alulírott **Fábián Berta** (Netpun kód: DPHJMS) jelen nyilatkozat aláírásával kijelentem, hogy a **”Jó lesz ez még valamire...” A gyűjtögető viselkedés, a társas kapcsolatok és tárgyi kötődés összefüggéseinek vizsgálata** című szakdolgozatomat magam készítettem, azt sem más műhelymunka kurzusra, sem szakdolgozatként, sem ezen, sem más egyetemen és szakon, sem én sem más be nem adta értékelésre.

Mindezek alapján jelen dolgozat önálló munkám, annak elkészítésekor betartottam a szerzői jogról szóló 1999. LXXVI törvény szabályait, valamint az egyetem által előírt, a dolgozat készítésére vonatkozó szabályokat, különösen a hivatkozások és idézések tekintetében.

Fentiekén kívül kijelentem, hogy az önállóságra vonatkozóan, a dolgozat készítése közben konzulensem nem tévesztettem meg.

Budapest, 2024.04. 12.


.....

Név

Tartalom

1. Elméleti háttér	5
1.1. Bevezetés.....	5
1.2. A gyűjtögetési zavarról.....	6
1.3. Vulnerabilitási faktorok.....	6
1.4. Hiedelmek	7
1.5. Hiedelmek és felnőtt kötődési stílus.....	8
1.6. Interperszonális kötődés	8
1.7. Tárgyi kötődés	10
2. Célkitűzés és hipotézisek	12
3. Módszer	13
3.1. Vizsgálati személyek	13
3.2. Méréseszközök	13
3.2.1. Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változat (HUSI-R).....	13
3.2.2. Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS)	14
3.2.3. Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív (OASM).....	14
3.2.4. Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitétség Kérdőív	15
3.3. Etikai szempontok	15
3.4. Eljárás.....	16
3.5. Adatfeldolgozás és adatelemzés	16
4. Eredmények.....	17
4.1. Leíró statisztika, demográfiai adatok	17
4.2. Használt mérőeszközök leíró adatai	18
4.3. Feltáró faktorelemzések eredményei.....	19
4.4. Főkomponens-elemzés	21
4.5. Használt mérőeszközök megbízhatósága	22
4.6. Hipotézisvizsgálatok	23
5. Megvitatás	25
5.1. Az eredmények értelmezése és megvitatása	25
5.2. Limitációk	27
6. Összefoglalás és kitekintés.....	27
7. Irodalomjegyzék.....	29

ABSZTRAKT

Háttér: A gyűjtögetési zavar olyan pszichiátriai betegség, amelynél jellemző a tárgyak túlzott felhalmozása és az azoktól való megválás nehézsége, ami a lakótér zsúfolttá válását eredményezi. A betegség etiológiáját övező kérdések kapcsán egyre nagyobb figyelem helyeződött az utóbbi pár évben a kötődés szerepére. Ennek elméleti alapja, hogy elképzelhető, hogy a kielégítetlen interperszonális szükségletek kompenzálásaként alakul ki egyeseknél a gyűjtögetési zavar.

Célok: Jelen munka ennek az elméletnek empirikus vizsgálatát célozza meg. Kutatásomban az alábbi hipotéziseket vizsgáltam: (H1) a súlyosabb szintű gyűjtögető személyek nagyobb arányban rendelkeznek bizonytalan kötődési stílussal interperszonális kapcsolataikban, mint a nem gyűjtögető személyek, (H2) a súlyosabb szintű gyűjtögető személyek nagyobb arányban mutatnak bizonytalan tárgyi kötődést, mint a nem gyűjtögető személyek, (H3) a bizonytalan tárgyi kötődés bizonytalan interperszonális kötődéssel jár együtt. (H4) a tárgyak megtartása mögött húzódó hiedelmekkel való nagyobb mértékű egyetértés összefügg a bizonytalan interperszonális kötődéssel.

Eljárás: A kutatásban 132 személy vett részt, a gyűjtögető tünetek súlyosságának mérésére a Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatát (HUSI-R), az interperszonális kötődés mérésére a Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS) kérdőívet a tárgyakhoz való kötődés mérésére a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőívet (OASM), a gyűjtögetés mögött álló hiedelmek mérésére pedig a Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitejttség Kérdőívet használtam.

Eredmények: A nagyobb mértékű gyűjtögető viselkedés mind a bizonytalan interperszonális kötődéssel, mind a bizonytalan tárgyi kötődéssel összefüggött. Továbbá együttjárást találtam a bizonytalan tárgyi kötődés és a szorongó kötődési stílus között. Végül pedig az is beigazolódott 3 hiedelemkategória esetében, hogy az ezekkel való nagyobb mértékű egyetértés kapcsolatban áll a bizonytalan kötődési stílussal.

Következtetések: Mindezek fényében azt mondhatjuk, hogy a kötődésnek valóban fontos szerepe lehet a gyűjtögetési zavarban, azonban hasznos lenne a későbbiekben pontosítani ennek szerepét a betegség alaposabb megértése érdekében.

Kulcsszavak: gyűjtögetési zavar, interperszonális kötődés, tárgyi kötődés, hiedelmek

1. Elméleti háttér

1.1. Bevezetés

A gyűjtögetési zavart, mint pszichiátriai betegséget előszeretettel vizsgálták a szakemberek és kutatók az utóbbi két évtizedben, azonban Magyarországon még nem irányult rá kellő figyelem. A gyűjtögetési zavarban szenvedő személyek szélsőségesen nehéznek élik meg a tárgyaktól való megválást, emellett tárgyak túlzott mértékű megszerzése is jellemző rájuk, ami túlzott rendetlenséghez vezet (Mathes és mtsai., 2020). A DSM-5-ig az OCD tünetének tekintették, azonban 2013-tól már az OCRD (Obsessive-Compulsive Related Disorders), vagyis a kényszeres és kapcsolódó zavarok kategóriájába tartozik (Kraynak és mtsai., 2017). A gyűjtögetési zavar kezelésére fontos hangsúlyt fektetni, ugyanis jelentős negatív hatással lehet az ebben szenvedő személy életminőségére és mikrokörnyezetére. Több tényező hozzájárulhat a zavar kialakulásához, mint például a genetikai, környezeti, személyiségbeli és neurobiológiai tényezők. Ezek mellett szerepe lehet a családi történetnek, traumáknak és stressznek is. A zavart általános kognitív diszfunkció jellemzi, ami tetten érhető a döntéshozatalban, tervezésben és emlékezetben, ami fokozottan arra készteti az érintett személyeket, hogy megtartsák holmiikat. A kognitív viselkedésterápia a legáltalánosabban használt kezelési módja a gyűjtögetési zavarban, azonban csak mérsékelten bizonyul eredményesnek, ami arra enged minket következtetni, hogy további komponenseket hagyhattunk eddig figyelmen kívül. Mivel a gyűjtögetési zavar központi jellemzője a fokozott tárgyakhoz való ragaszkodás, az utóbbi években hangsúly került a kötődéelméletre, aminek szerepe lehet a tárgyakhoz való kóros ragaszkodásban (Williams és Viscusi, 2016). Növekvő bizonyítékok állnak rendelkezésre arra vonatkozóan, hogy a tárgyakhoz való kötődés egy kompenzációs válasz a ki nem elégített interperszonális kapcsolati igényekre (Yap és Grisham, 2021). A gyűjtögetési zavarban tehát mind a diszfunkcionális kötődésnek, mind a maladaptív kognícióknak együttesen lehet szerepük. Ezek fényében ezen munka célja az eddigi tudás rövid áttekintése, valamint megvizsgálni a gyűjtögető viselkedés, az interperszonális kötődés, és a tárgyi kötődés lehetséges kapcsolatait, remélve, hogy ezzel is közelebb kerülünk a gyűjtögetési zavar alaposabb megértéséhez.

1.2. A gyűjtögetési zavarról

A gyűjtögetési zavar egy mentális betegség, ahol a személynél tartósan fennáll annak nehézsége, hogy megváljon tárgyaitól, azok értékétől függetlenül. A nehézség oka a tárgyak megőrzésének észlelt szükséglete, és a tárgyaktól való megválásból fakadó szenvedés (APA, 2022). A tárgyaktól való megválás mellett jellemző a túlzott gyűjtögetés a tárgyak értékétől és hasznosságától függetlenül, ami a terek zsúfolttá válásához, valamint az eredeti célnak megfelelő használat jelentős akadályozottságához vezet, mindezzel jelentős distresszt eredményezve (Nedelisky és Steele, 2009). A lakókörnyezet zsúfolttá válása a tárgyak felesleges felhalmozódása által akadályozza egy biztonságos környezet kialakítását, ami önmagára és másokra is jelentősen kihat. Emellett jelentős szenvedést okoz az illetőnek, mind munkahelyi, társas és egyéb fontos területek működésének tekintetében. Az elmúlt évtizedekben a gyűjtögető rendellenességre nagy hangsúlyt fektettek, népszerű televízió műsort is forgattak belőle, ami hozzájárult a zavar közismertebbé válásához (Haighton és mtsai., 2023). Túlzott gyűjtögetésnek minősül, ha az illető nehezen válik meg tulajdonát képező tárgyaktól és ezt olyan holmik túlzott megszerzése kíséri, amikre nincs szükség vagy elegendő hely (APA, 2022). A gyűjtögetésnek lehetnek evolúciós alapjai, biztosíthatja a túlélést, amikor az erőforrások szűkössé válnak, azonban amikor ez a tevékenység túlzottá és kontrollálatlanná válik, elszakad minden funkciótól vagy céltól, akkor már pszichiátria zavarról beszélünk (Haighton és mtsai., 2023). Mivel újonnan lett önálló rendellenesség, ezért előfordulásának gyakorisága még korlátozottan ismert, de becslések szerint a népesség körülbelül 2-5%-át érinti, és jellemző rájuk a tárgyakhoz való túlzott érzelmi kötődés, nehézségek a döntéshozatalban, szervezésben, halogatásra való hajlam és a perfekcionizmus (Williams és Viscusi, 2016).

1.3. Vulnerabilitási faktorok

A gyűjtögetési zavar komplex jelenség és több tényező is hozzájárulhat kialakulásához. Ilyen sérülékenységi tényezők például személyiségjegyek, társbetegségek, genetika, neurobiológiai tényezők és traumatikus életesemények. Biológiai tényezőket illetően az elsőfokú rokonok között gyakoribb a zavar, amiből a genetika fontos szerepére következtethetünk (Mathes és mtsai., 2020). Emellett a gyűjtögető tünetek hátterében specifikus neurobiológiai tényezők is állnak, főként a cinguláris gyrus, a frontális kéreg és az insula területei érintettek ebben. Ezek a régiók az úgynevezett kortikális-limbikus hurokkal kapcsolódnak a kisagyhoz, így annak károsodása is hozzájárulhat a gyűjtögetési zavar kialakulásához (Sapota és Nasierowski, 2019).

A környezeti tényezők közül a traumának, stresszes életpasztorlatoknak, a személyiségtényezők közül pedig az impulzivitásnak van kiemelkedő kockázati szerepe a gyűjtögetési zavart illetőleg. A kötődési mintákat tekintve összefüggést találtak a gyermekkorai bizonytalan szülő-gyermek kötődés és a felhalmozási zavar között, valamint a „nem szerethető” és értéktelen” meggyőződés is kapcsolatban álltak a zavarral, ami a felnőttkori kötődési stílussal való összefüggés kérdését veti fel (Tinlin és mtsai, 2022). Összességiben ezek a legalapvetőbb vulnerabilitási faktorok, melyek hozzájárulnak az önmagunkról, másokról és a tárgyakról kialakított téves hiedelmekhez, az információfeldolgozási hiányosságokhoz, és egy maladaptív megerősítési ciklushoz, amelyek kölcsönösen befolyásolják a gyűjtögetési zavar kialakulását (Mathes és mtsai., 2020).

1.4. Hiedelmek

A gyűjtögetési zavar megértéséhez fontos a vulnerabilitási tényezőkön kívül a birtoklással kapcsolatos meggyőződéseket is figyelembe venni. Bár a tárgyakhoz való kötődés egy általánosan jelenlévő jelenségnek tűnik, hiszen az egész élet során megfigyelhető, fontos szerepe van a fejlődésben. Például segíthet a gyerekeknek egy takaró vagy plüssmackó abban, hogy biztonságban érezzék magukat, amikor szüleik távol vannak, vagy az idősebbeknek a szentimentális tárgyak abban, hogy visszaemlékezzenek régi emlékekre (Dozier és Ayers, 2017). Ugyanakkor úgy tűnik, hogy egyes személyek jobban kötődnek a tárgyakhoz, mint mások, és ez a túlzott kötődés hozzájárul a gyűjtögetési zavarhoz. A kognitív viselkedéses modell szerint a gyűjtögető magatartás hátterében a sérülékenységi tényezők és a birtoklással kapcsolatos hiedelmek összefüggései állnak. Korábban kitértünk a legfontosabb vulnerabilitási tényezőkre, most pedig rátérünk a birtoklás mögötti hiedelmekre, ugyanis ezeknek a feltárása és pontosítása hozzájárulhat hatékonyabb kezelési módok alkalmazásához a későbbiekben. Ennek azért is van fontos szerepe, ugyanis a gyűjtögetési zavar esetében legtöbbször használt kognitív viselkedésterápia csak mérsékelten bizonyult hatékonynak a zavar kezelésében, ezért további kutatásokra van szükség egy jobb módszer kidolgozásához. A tárgyak birtoklása mögött különböző hiedelmek, meggyőzések állhatnak, ugyanis különböző személyek különböző okokból gyűjtenek tárgyakat, őrzik meg őket, és válnak meg tőlük nehezen (Tinlin és mtsai., 2022). Kutatásokban azt találták, hogy a gyűjtögetési zavarral rendelkező személyeknek erősebb a tárgyakhoz való érzelmi kötődése, mint a kontrollcsoportnak (Frost és Hartl, 1996; Kellett et al., 2010; idézi Tinlin, 2022), amihez hozzájárulnak a tárgyakkal kapcsolatos hiedelmek. A tárgyak kutatások szerint a kényelem és biztonság érzetét nyújtják sok gyűjtögető számára, valamint az tárgyakhoz emberhez hasonló

tulajdonságokat tulajdonítanak, ami miatt a szeretet és a gondoskodás érzését keltik bennük. Emiatt is érezhetnek felelősséget a tárgyakról való gondoskodásra. Emellett vannak olyan gyűjtögetők, akik a tárgyakat, mint identitásukat közvetítő aspektusoknak tekintik, vagy pedig mint közvetítő kapocs, például előző és új tulajdonos között. Tinlin és munkatársai (2022) kutatásának célja a jelentős gyűjtögetési nehézségekkel küzdő személyek által vallott összes hiedelem feltárása volt, ahol végül négy fő csoportot különítettek el. Ezek a tárgy, mint identitás kifejezésének eszköze, moralitás és felelősség a tárgyak iránt, a tárgyak által nyújtott stabilitás és kiszámíthatóság, valamint a tárgyak, mint érzellemmel és jelentéssel bíró lények.

1.5. Hiedelmek és felnőtt kötődési stílus

Az előbb említett négyféle hiedelemmel kapcsolatosan megvizsgálták a kötődési stílusok előfordulásának gyakoriságát is, azonban alapvetően kevés bizonyíték áll még rendelkezésünkre a témában. Azoknál az egyéneknél, akiknél az identitás kifejezése hiedelem volt a jellemző, mind a négy felnőtt kötődési stílus érvényesült. A moralitás és tárgyak iránti felelősség hiedelem esetében a szorongó (83%) kötődési stílus volt a leggyakoribb. Azoknál, akik a tárgyakat stabilitásuk és kiszámíthatóságuk miatt gyűjtötték bizonytalan kötődési stílus (szorongó, elkerülő) volt megfigyelhető, feltételezhetően ezek az egyének küzdenek az interperszonális kapcsolatokkal, a tárgyak biztonságában és állandóságában azonban kényelmet találnak. A negyedik hiedelem esetében, ami szerint a tárgyak érző és jelentéssel bíró lények az elkerülő kötődési stílus jelent meg legnagyobb arányban (Tinlin és mtsai., 2022). Mindezek fényében azt gondolom érdemes lehet a kötődési stílusok, valamint a gyűjtögetési zavar, és a mögötte meghúzódó meggyőződések közötti kapcsolat mélyebb feltárásával foglalkozni.

1.6. Interperszonális kötődés

Ahogy az már korábban említésre került, a gyűjtögetési zavart sokáig a kényszerbetegséggel hozták összefüggésbe, viszont több tényező hozzájárult ahhoz, hogy külön figyelmet kapjon, ezek közül egyik az interperszonális kapcsolatok szerepe. A gyűjtögető tünetekkel rendelkező OCD betegek például nagyobb nehézségekkel bírtak a családi kapcsolataik, romantikus kapcsolataik és barátságaik területén a nem gyűjtögető OCD-s betegekkel szemben (Williams és Viscusi, 2016). Emellett eddig a kognitív viselkedésterápia bizonyult a leghatékonyabbnak a zavar kezelésében, azonban sok esetben ezzel sem tudtak jelentősebb javulást elérni, ami miatt többek között a kötődésméletre is nagyobb hangsúly került, mint lehetséges fontos aspektus. Valamiért csak néhány egyénnél alakul ki olyan erős érzelmi kötődés tárgyakhoz, ami miatt

képtelen tőlük megválni, érdemes lehet a kötődéelméletre támaszkodni, ugyanis jó alapot nyújthat a gyűjtögető tünetek természetének megismeréséhez (Mathes és mtsai., 2020).

A kötődéelmélet szerint az emberek alapvető szükséglete, hogy interperszonális kapcsolatokat alakítsanak ki és tartsanak fenn, melyből a valahová tartozás, elfogadás és biztonság érzését merítik (Baumeister és Leary, 1995; idézi Mathes és mtsai., 2020). A már csecsemőkorban kialakított biztonságos vagy bizonytalan kötődési stílus megalapozza az egyén érzelmi és szociális fejlődését, ami befolyásolja, hogy későbbiekben képes lesz-e adaptív megküzdési mechanizmusokat alkalmazni, másokban megbízni és egészséges önbizalmat kialakítani. A kötődési stílus nemcsak csecsemőknél figyelhető meg, hanem a felnőtt kapcsolatokban is. A bizonytalan kötődés maladaptív megküzdési stratégiákat eredményezhet, mint például negatív érzelmek elkerülése, önvád, rossz impulzuskontroll és rossz érzelemszabályozás.

Brennan és munkatársai (1998; idézi Mathes és mtsai., 2020) a felnőtt kötődést két kontinuum mentén helyezték el, amik a szorongás és az elkerülés. Magas szorongás esetén az illető fél az elhagyatottságtól, így túlzottan rászorul a kötődési figurákra, míg magas elkerülés esetén az illetőnek negatív képe van másokról, így a kapcsolatok és intimitás elkerülése jellemzi, ami elszigetelődéshez vezethet. Összességében tehát a magas szorongással vagy elkerüléssel jellemezhető egyének bizonytalanul kötődnek, míg akiknél ez alacsony, azoknak a kötődése biztonságos.

Mivel az interperszonális és kötődési szükségletek szerves része az emberi fejlődésnek, ezért, ha ezek nem elégülnek ki, akkor az egyének más eszközökkel igyekezhetnek ezt kompenzálni, például tárgyakkal vagy ételekkel. A gyűjtögetési zavarhoz hozzájárulhat a javakhoz és emberekhez való diszfunkcionális kötődés, és mivel feltételezhetően megghiúsultak interperszonális kapcsolataik, ezeket a tárgyakkal kialakított kötődés által igyekeznek kompenzálni. A tárgyak azonban képtelenek valójában kielégíteni ezeket a szükségleteket, mivel nem tudnak olyan kölcsönös gondoskodást nyújtani, mint az emberek, tehát nemhogy segítenének, hanem még inkább akadályozzák az interperszonális kapcsolatok kialakítását. Több kutatást is folytattak a kötődés és a gyűjtögető viselkedés összefüggéseinek feltárására, amik közül a legtöbb összefüggést mutatott ki, azonban még több kutatásra lenne szükség a témában a néhol ellentmondásos eredmények miatt (Mathes és mtsai., 2020). Chia és munkatársai (2021) a gyűjtögetési zavar vulnerabilitási faktorait vizsgálták, és azt találták, hogy a bizonytalan kötődés összefügg a súlyosabb gyűjtögetéssel. Edwards és munkatársai (2023) azonban inkább a szociális támogatás hiányát, nem pedig a kötődési nehézségeket emeli ki, mint a felhalmozási zavarban fontos jellemző.

1.7. Tárgyi kötődés

A gyűjtögetési zavar kezelése továbbra is korlátozott, valószínűleg fontos tényezőkkel nem foglalkozunk megfelelőképpen. Egyik ilyen tényező például, ami nincsen megfelelően beépítve a kognitív viselkedésmodellbe a gyűjtögetési zavarban szenvedő személyeknek a tárgyakhoz való kóros ragaszkodása. Valószínűleg a maladaptív kogníciók és a tárgyakhoz és emberekhez való diszfunkcionális kötődés együttesen járulnak hozzá a túlzott gyűjtögetéshez (Mathes és mtsai, 2020). Nedelisky és Steele (2009) gyűjtögetési zavarban szenvedő és nem gyűjtögető emberek eredményeit hasonlították össze tárgyakhoz és emberekhez való érzelmi kötődés tekintetében, és azt találták, hogy a gyűjtögető egyének magasabb szintű (túlzott) érzelmi kötődésről számoltak be a tárgyak iránt, mint a nem gyűjtögető személyek, míg az emberek iránt pedig alacsonyabb érzelmi kötődést vallottak a gyűjtögetők a nem gyűjtögetőkkel szemben.

A tárgyakhoz való kötődés gyermekkorban is már megfigyelhető, például kezdetben puha tárgyakhoz, takarókhöz, plüssállatokhoz. Ezeket az ún. átmeneti tárgyakat a kisgyermek a fejlődési szakaszokon való átmenet során használják, ugyanis biztonságérzetet nyújtanak, miközben az önszabályozás és autonómia kialakításán dolgoznak (Richins és Chaplin, 2021). Ezentúl a gyermekkor későbbi szakaszaiban is fontos szerepe van a tárgyakhoz való kötődésnek. Richins és Chaplin (2021) megvizsgálták a gyermekek és fiatal felnőttek tárgyakhoz való kötődésének mögöttes motivációit, amik például a biztonság, kényelem, élvezet, társas kapcsolatok kiépítése és fenntartása (például telefon), identitásfejlesztés, stresszoldás, pszichológiai kényelem, pozitív énkép kialakítása és átmeneti kötődés voltak. Fontos, hogy a gyerekek gyorsan kötődnek egy tárgyhöz, de ugyanilyen gyorsan meg is szűnhet a kötődésük.

A legtöbb embernek vannak olyan értékes tárgyai, amelyekhez érzelmileg kötődnek, de ez általában néhány tárgyra korlátozódik, a gyűjtögetési zavarral élők azonban érzelmi kötődést tapasztalnak válogatás nélküli és nagyszámú tárgyhöz (Yap és Grisham, 2021).

Frost és Hartl (1996) kognitív viselkedéses modellje szerint a gyűjtögetési zavarral rendelkező személyt hiperszenzitivitás jellemzi a birtoklással kapcsolatban, ezért olyan erős az érzelmi kötődésük tárgyakhoz. Az is jellemző, hogy a tárgyakat emberekhez hasonló tulajdonságokkal ruházzák fel (antropomorfizmus), és ezeket a holmikat a biztonság és kényelem forrásaként használják. Egy nem klinikai mintán végzett kutatás szerint a gyűjtögető tünetek súlyosságának növekedése együtt járt a tárgyak antropomorfizációjának fokozott hajlamával (Dozier és Ayers, 2017).

A tárgyak kényelmi célú használatát a kötődéselmélet is kihangsúlyozza, mint eszköz arra az esetre, ha az illető interperszonális szükségletei nem elégülnek ki. A kapcsolatteremtés nagyon fontos a mentális jólléthez, ha ez nem teljesül, az frusztrációhoz vezet (Richins és Chaplin, 2021). Ezek az elméletek tehát alátámasztják, hogy az interperszonális nehézségek, magány, veszteség, bizonytalan kötődés kiemelkedőek lehetnek gyűjtögetési zavar esetében. A kompenzációs elmélet szerint a gyűjtögető személyek a kielégítetlen kapcsolati szükségletek kompenzálásaként fordulnak élettelen tárgyak gyűjtéséhez, ennek empirikus bizonyítékai hiányosak, azonban tanulmányok kimutatják, hogy a bizonytalan kötődések és megghiúsult interperszonális szükségletek nagyobb tárgyakhoz való kötődést eredményeznek (Yap és Grisham, 2021). A gyűjtögetési zavarban szenvedő emberek és a tárgyakhoz való kötődés kapcsolatát azonban ambivalencia jellemzi, egyfelől kényelmet nyújtanak a tárgyak, másfelől az elvesztésüktől való félelem szorongást okoz. Kezdetben azt feltételezték, hogy ezek a személyek tárgyakhoz való kötődése biztonságos (megbízhatónak találják, biztonságot, kényelmet nyújtanak), azonban a bizonytalan kötődés mutatott összefüggést a komorbid kényszeres kompulzív zavarral, ami viszont összhangban volt a kompenzációs folyamattal. Tehát a gyűjtögető személyek tárgyakhoz való kötődése valószínűleg bizonytalan, félnek elvesztésüktől, és a sebezhetőség érzése jellemző rájuk, amikor elválasztják őket tárgyaiktól. David és Norberg (2020) is összefüggést találtak a gyűjtögetés súlyossága és a bizonytalan tárgyi kötődés között.

2. Célkitűzés és hipotézisek

A gyűjtögető viselkedés és gyűjtögetési zavar a fentiek fényében olyan kutatási terület, ami még számos kérdésre keresi a választ, hiszen utóbbi még csak 2013 óta (DSM-5) diagnosztizálható külön zavarként. Nagy jelentőségű emiatt a viselkedés és a betegség minél alaposabb megismerése a specifikusabb és hatékonyabb kezelések kidolgozása céljából. Fontos ehhez feltárni a zavar etiológiáját és az egyéb betegséget övező fontos aspektusokat, mint például a kötődés szerepét. Kutatások azt sugallják, hogy a kielégítetlen interperszonális szükségletek kompenzálásaként alakul ki a gyűjtögető viselkedés, vagy legalábbis ennek is szerepe lehet kialakulásában. Összefüggéseket tártak fel a bizonytalan interperszonális kötődés és a gyűjtögetés között is, valamint a tárgyakhoz való bizonytalan kötődés természetéről is születtek már kutatások, azonban további empirikus bizonyítékokra van szükség, ugyanis az eddigi eredmények száma még nem túl magas, valamint néhol ambivalens vagy ellentmondó eredmények születtek. Az elmúlt években a betegség mögötti hiedelmek vizsgálatára is sor került, viszont ezeknek, és a kötődés szerepének összefüggéseinek mérése kapcsán is hiánypótlóak lennének további kutatások. Műhelymunkám célja ezen aspektusok, tehát az interperszonális kötődés, tárgyi kötődés és a betegség mögött húzódó hiedelmek közötti lehetséges összefüggések feltárása. Ehhez az alábbi hipotéziseket vizsgálom meg:

H1: A súlyosabb gyűjtögetési magatartást mutató személyek nagyobb arányban jellemezhetőek bizonytalan kötődési stílussal interperszonális kapcsolataikban, mint a nem gyűjtögető személyek.

H2: A súlyosabb gyűjtögető magatartást mutató személyeknél jellemzőbb a bizonytalan tárgyi kötődés, mint a nem gyűjtögető személyeknél.

H3: Bizonytalan tárgyi kötődés bizonytalan interperszonális kötődéssel jár együtt.

H4: A tárgyak megtartása mögött húzódó hiedelmekkel való nagyobb mértékű egyetértés összefügg a bizonytalan interperszonális kötődéssel.

3. Módszer

3.1. Vizsgálati személyek

Jelen kutatásban mintám alapjául a 18 év feletti magyar populáció szolgált, felső korhatár nem került meghatározásra a kitöltők esetében. Férfiak és nők egyaránt kitöltötték a kérdőívet, cél volt egy minél sokszínűbb mintavétel lakóhely, kor, iskolai végzettség és egyéb demográfiai mutatók tekintetében. Jelen kutatásban nem kimondottan a gyűjtögető zavarral rendelkező személyek vizsgálata lett megcélózva, sokkal inkább a gyűjtögető viselkedésnek, valamint az ezzel járó tünetek súlyosságának kontinuumként való vizsgálata, valamint az, hogy a gyűjtögető tünetek mértékével milyen jellegű együttjárást mutatnak bizonyos változók. Mind emiatt az adatgyűjtés során arra irányult törekvés, hogy a gyűjtögető viselkedés minél szélesebb spektrumán elhelyezkedő személyektől származzanak a felvett adatok, így véletlenszerű mintavétel történt. A résztvevők toborzása online kérdőíves úton zajlott, hólabda módszer alkalmazásával. A kérdőívet összesen 133-an töltötték ki, ebből 132 válasz volt értékelhető.

3.2. MÉRŐESZKÖZÖK

3.2.1. Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változat (HUSI-R)

A Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változat (Saving Inventory-Revised (SI-R) Frost és munkatársai (2004) által kidolgozott angol nyelvű mérőeszköz, ami a gyűjtögetési zavar mérésére szolgál. A kérdőív magyar nyelvű adaptációja jelenleg folyamatban van (Bányai és Matuszka, 2024), így ebben a kutatásban elsőik között kerül tesztelésre a Hungarian Saving Inventory-Revised (HUSI-R). A mérőeszköz 23 tételből áll, összesen három alskálára osztható, melyek a gyűjtögetési zavar legfontosabb tüneteit ragadják meg. Ezek a kidobás nehézsége/ *difficulty discarding* (pl.: „Mennyire találja felkavarónak, ha ki kell dobnia valamit?”), megszerzés/ *excessive acquisition* (pl.: „Mennyire tudja Ön kontroll alatt tartani a tárgyak megszerzése iránti késztetését?”) és a zsúfoltság/ *excessive clutter* (pl.: „Az otthonának mekkora hányada használhatatlan a rendetlenségtől?”). A kérdőívet ötfokú Likert-skálán kell értékelni, ahol 0=semennyire/egyáltalán nem/ soha, 4=majdnem teljesen/extrém (mértékben)/számtalanszor. A magasabb pontszámok a gyűjtögetés nagyobb súlyosságát jelzik. A nem gyűjtögető és gyűjtögető személyek közötti határérték 39 pontnál található, bár elemzések szerint az idősebb felnőtteknek (40 év felett) a határértéke szignifikánsan alacsonyabb kellene, hogy legyen, mint a 40 évnél fiatalabb felnőtteknek (Kellmann-McFarlane és mtsai., 2019). Az eredeti kérdőív igen megbízhatónak bizonyul, a teljes skála Cronbach- α

értéke 0,92, valamint a három alskála Cronbach- α értékei is meghaladják a 0,87-et. A kidobás nehézsége alskálához 7 tétel, a megszerzés alskálához szintén 7 tétel, a zsúfoltság alskálához pedig 9 tétel tartozik, fordított tételekkel nem rendelkezik a mérőeszköz.

3.2.2. Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS)

A Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (Experiences in Close Relationships-Relationship Structures) kérdőívet Fraley és munkatársai (2011) dolgozták ki eredetileg angol nyelven, magyar adaptálása pedig Jantek Gyöngyvér és Vargha András (2016) nevéhez köthető. A kérdőív egy-egy fontos személyhez fűződő kötődés specifikus vizsgálatára alkalmas, viszont előnyei még, hogy gyorsan kitölthető, megbízható, valamint, a felnőtt kötődési stílus általános (tehát nem konkrét személy felé irányuló) mérésére is alkalmas. Dimenzionális szemléletű eszköz, két alskálán (elkerülés és szorongás) méri a kötődés minőségét, ezen dimenziók kombinálásaként kaphatjuk meg a négy kötődési típust. A tételeket 7 fokú Likert-skálán kell pontozniuk a kitöltőknek, ahol 0=egyáltalán nem értek egyet/egyáltalán nem jellemző, 7=teljes mértékben egyetértek/teljesen jellemző. Összesen 9 tételből áll a kérdőív, az elkerülés skálát (pl.: „Nem szívesen nyílok meg neki.”) az 1-6. tétel átlagolt pontérékéből kaphatjuk meg (ahol 1-4. tétel fordított), a szorongás skálát (pl.: „Gyakran aggódom, hogy nem törődik velem igazán.”) pedig a 7-9. tétel átlagából számíthatjuk ki. A mérőeszköz magyar adaptációjának minden alskálája megfelelő reliabilitású, a Cronbach- α értékek 0,797 és 0,886 közöttiek, valamint az eredeti angol nyelvű kérdőív esetében is 0,85 felettiek a Cronbach- α értékek (Fraley és mtsai., 2011).

3.2.3. Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív (OASM)

A Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív/ Object Attachment Security Measure (OASM) a tárgyi kötődés biztonságának mérésére szolgál, Jonathan D. David és Melissa M. Norberg dolgozták ki 2022-ben. Magyar validált változata még nincsen. Két alskála különíthető el, melyek a biztonságos (pl.: „Hiányoznának a személyes tárgyaim, ha már nem lennének meg.”) és a bizonytalan tárgyi kötődést (pl.: „Véget nem érő aggodalmat éreznék, ha már nem lennének meg a személyes tárgyaim.”) méri. Mindkettő alskála kiváló belső konzisztenciát ($\alpha=0,91$, $\alpha=0,91$) és teszt-reteszt reliabilitást mutat. A kérdőív összesen 25 tételből áll, melyeket 7 fokú Likert-skálán kell értékelniük a kitöltőknek, annak fényében, hogy milyen mértékben értenek egyet az adott állítással (1=egyáltalán nem, 7=nagyon). A biztonságos tárgyi kötődés alskálát öt tétel alkotja (1, 12, 17, 18, 19), míg a bizonytalan tárgyi kötődés alskála szintén 5 tételből áll (3, 5, 8, 14, 15).

3.2.4. Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitétség Kérdőív

A Gyűjtögetési Hiedelmek Négyprofilos változata (4-profile Hoarding Beliefs Q-sorting) Tinlin és munkatársai (2022) nevéhez köthető, és a gyűjtögetők hiedelemrendszerének profilozását célozza meg. Négy mintázat különíthető el, amelyek esetében különböző hiedelmek, attitűdök dominálnak. Ezek az *identitás kifejezése* (pl.: „A holmijaim részei annak, aki vagyok-az identitásom részét képezik.”), *felelősség és erkölcs* (pl.: „Mindent használni tervezek: megjavítom vagy újrahasznosítom őket vagy más felhasználási módot találok nekik.”), *stabilitás és kiszámíthatóság* (pl.: „A tárgyaim akkor is kiszámíthatóak, amikor semmi más nem az.”) és a *tárgyak, mint érzelemmel és jelentéssel bíró lények* (pl.: „A tárgyak érzelmeket hordoznak magukban annak megfelelően, hogy mit jelentenek számomra.”). A négyfaktoros megoldás a teljes variancia 46%-át magyarázta, a faktorok közötti kis és közepes korrelációk ($r=0,22$ és $r=0,52$ közötti) pedig arra utalnak, hogy valóban különálló faktorokról van szó. Magyar adaptációja még nincsen a mérőeszköznek, de fordítása és nyelvi validálása jelenleg folyamatban van (Bányai és Matuszka, 2024). Kitöltése egy 1-től 7-ig terjedő Likert-skálán történik annak függvényében, hogy az illető mennyire ért egyet az adott állítással (1-egyáltalán nem jellemző rám/ egyáltalán nem értek egyet; 7-teljes mértékben jellemző rám/teljes mértékben egyetértek).

3.3. Etikai szempontok

A kutatás elvégzéséhez az etikai kérelem a TUKEB-hez lett benyújtva, többek között a téma és a populáció vizsgálata miatt, valamint, mivel jelen vizsgálat egy nagyobb kutatásba illeszkedik, melynek vezetője Bányai Borbála, a Semmelweis Egyetem doktorandusz hallgatója, a kutatás fő célja pedig a gyűjtögető viselkedés hazai mintán történő átfogó vizsgálata, melyhez hozzátartozik az ehhez kapcsolódó kérdőívek, mint például a Gyűjtögetési Kérdőív Felülvizsgált változatának hazai adaptációja is. A vizsgálat ETT TUKEB (Egészségügyi Tudományos Tanács Tudományos és Kutatásetikai Bizottság) engedéllyel rendelkezik, melyet a BM/30552-1/2023 számon állítottak ki. A kutatásban való részvételt a beleegyező nyilatkozat elolvasása és elfogadása előzte meg (1. számú melléklet), melyben tájékoztatást kaptak a résztvevők a legfontosabb tudnivalókról, mint például a kutatás céljáról, témájáról, hogy a kitöltés önkéntes alapú és anyagilag nem honorált, viszont bármikor megszakítható. Ezek mellett arról is, hogy körülbelül mennyi időt vesz igénybe a kérdőívcsomag kitöltése, hogy visszajelzést nem áll módomban adni, a kérdőív anonim, és a felvett adatok jelszóval ellátott

gépen voltak tárolva, melyek kizárólag a kutatás céljából kerültek felhasználásra. A kérdőívcsomagban szereplő egyik mérőeszköz stabilitásának ellenőrzéséhez lehetőségük volt a kitöltőknek megadni e-mail címüket, melyet kizárólag a kérdőív újbóli kiküldéséhez használtam fel, ezután törlésre kerültek. Esetleges kérdések esetére a résztvevők számára megadtam a kutatást vezető személyek nevét és elérhetőségét is.

3.4. Eljárás

Kényelmi mintavétel történt, hólabda módszer alkalmazásával. A kérdőívcsomagot Google Űrlap formájában terjesztettem online felületeken, mint például Facebookon és Redditen. Az adatgyűjtés az etikai engedély megkapása után kezdődött, 2024. 02. 22. és 2024.04. 13. között zajlott. A kitöltők elsőként egy tájékoztató és beleegyező nyilatkozatot olvashattak, melynek elfogadása után léphettek tovább a demográfiai adatok és a kérdőívek kitöltéséhez. A kérdőívcsomag a Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatát (HUSI-R), a Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS) kérdőívet, a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőívet (OASM) és a Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitettség Kérdőívet tartalmazta ebben a sorrendben. A kitöltés körülbelül 15 percet vett igénybe. A felhasznált kérdőívek közül egyedül a Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS) kérdőív rendelkezik magyar validált változattal, emiatt a másik három kérdőív (HUSI-R, OASM, Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitettség Kérdőív) esetében engedélykérés történt a jogtulajdonosoktól ezeknek a felhasználására. Fordításuk mindegyik esetében két független fordító segítségével történt, ezekből egy egységesített, konszenzusos változat született, melyeknek visszafordítása is megtörtént.

3.5. Adatfeldolgozás és adatelemzés

Miután az adatelemzéshez elegendő számú kitöltés érkezett, kérdőív lezárása került. A kapott adatok összegyűjtése és kezelése Microsoft Excel 2021 program segítségével valósult meg, mely magába foglalta többek között az adattisztítást, outlierok, valamint az igénytelenül vagy hibásan megadott adatok kiszűrését. A kapott minta jellemzése a demográfiai adatok (pl.: nem, kor, iskolázottság, családi státusz) mentén történt. Az adatok elemzése a Jasp 0.18.3.0 statisztikai program segítségével ment végbe. A használt mérőeszközök közül a Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatának (HUSI-R), a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőívnek (OASM) valamint a Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitettség Kérdőívnek a magyar mintán való validálás még nem történt meg, emiatt az első kettőn feltáró faktorelemzés

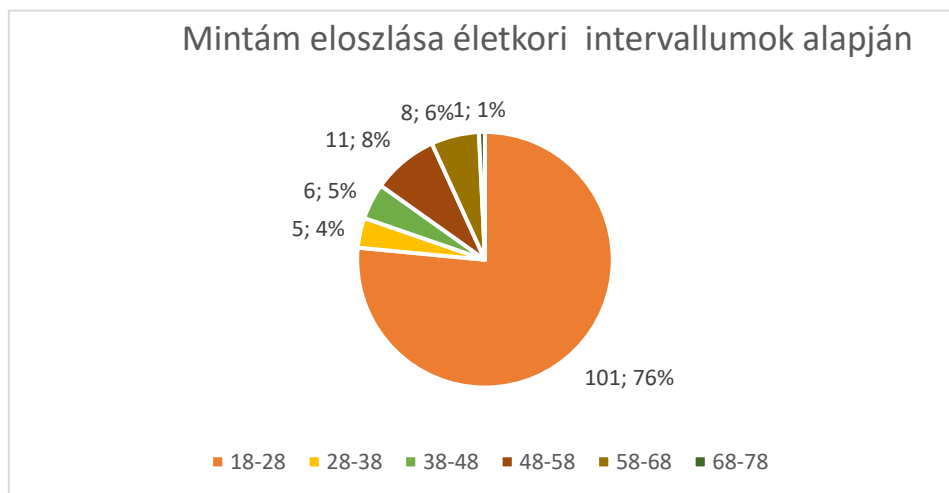
végeztem, utóbbin pedig főkomponens-elemzést. A hipotézisek vizsgálatához korrelációs próbákat használtam, melyekhez előzetesen ellenőriztem azok feltételeit.

4. Eredmények

4.1. Leíró statisztika, demográfiai adatok

Összesen 133 személy töltötte ki a kérdőívesomagot, ezek közül egy kitöltő adatai kerültek törlésre, mert a kérdések több mint 25%-át üresen hagyta, így összesen 132 kitöltő adatai lettek felhasználva. Ezeken elvégeztem az adattisztítást, meghatároztam az átlag, szórás, minimum és maximum értékeket. A kitöltők átlag életkora 29.18 volt (SD: 14.087), legfiatalabb kitöltő 18, míg legidősebb kitöltő 72 éves volt. Mintám életkori eloszlását az *1. ábra* szemlélteti. A vizsgált populációt 32 férfi (24.24%) és 100 nő (75.76%) alkotta. Lakóhely tekintetében 13 fő (9.85%) lakik faluban, 38 fő (28.79%) városban, 37 fő (28.03%) megyeszékhelyen és 44 fő (33.33%) fővárosban. Legmagasabb iskolai végzettséget nézve 1 fő (0.77%) rendelkezik általános iskolai bizonyítvánnyal, 18 fő (13.85%) szakközépiskolai/gimnáziumi érettségivel, 59 fő (45.39%) tanul jelenleg felsőoktatásban, 30 fő (23.08%) végzett főiskolát/BA/BSC képzést, és 22 fő (16.92%) egyetemet/MA/MSc képzést. Párkapcsolati státusz szempontjából 55 kitöltő (41.67%) egyedülálló, 48 fő (36.36%) él párkapcsolatban, 24 fő (18.18%) házas, 3 fő (2.27%) elvált, és 2 fő (1.51%) özvegy. A vizsgált populációból összesen 7 fő (5.3%) rendelkezik, míg 125 fő (94.68%) nem rendelkezik pszichiátriai diagnózissal.

Továbbiakban elvégeztem az outlier szűrést, a hagyományos outlier labelling rule (Tukey, 1977) alapján öt szélsőséges értéket találtam az adatokban, azonban a 2,2-es szorzót használó outlier labelling szabály (Hoaglin és Iglewicz, 1987) alapján ezeket nem tekintettem outliereknek.



1. ábra

4.2. Használt mérőeszközök leíró adatai

Az egyes kérdőívek leíró adatait a könnyebb átláthatóság érdekében külön táblázatokba rendeztem. A mérőeszközök közül a gyűjtögető viselkedést mérő HUSI-R adatait az 1. táblázat szemlélteti. A kérdőíven elért pontszámok átlaga megfelel a nem klinikai mintán felvett átlagnak ($M=24,833$, $SD=13,181$), a legalacsonyabb elért pintszám 0, míg a legmagasabb 71, ami a klinikai határérték felett helyezkedik el, melyet 39-42 körül határoznak meg (Norberg és mtsai., 2021). Mintám esetében 39 alatti pontértéket 115-en (88,6%), míg 39 vagy afölötti pontértéket 17-en (12,9%) értek el.

1. táblázat. Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változat (HUSI-R) leíró adatai

	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
Zsúfoltság alskála	8,629	6,392	0	36
Megtartás alskála	10,288	5,950	0	28
Megszerzés alskála	5,917	4,053	0	18
Teljes skála	24,833	13,181	0	71

A Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS) esetében az elkerülés ($M=2,293$, $SD=1,199$) és szorongás ($M=2,460$, $SD=1,398$) skála esetében is alacsony átlag pontértéket kaptam, vagyis többnyire a biztonságos kötődési stílus jellemző a mintámra.

A Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív (OASM) esetében a biztonságos tárgyi kötődés skála magasabb átlaggal ($M=4,485$, $SD=1,333$) rendelkezik, mint a bizonytalan tárgyi kötődés ($M=2,314$, $SD=1,146$) skála.

A Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitétség Kérdőív leíró adatait a 2. táblázat szemlélteti.

2. táblázat. Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitétség Kérdőív leíró adatai

	Átlag	Szórás	Minimum	Maximum
tárgy iránti gondoskodás, törődés, érzelmi kapcsolódás	20,607	9,944	11	67
tárgy mint emlékek és érzelmek hordozója	19,538	8,864	6	39
tárgy mint kontroll, stabilitás és biztonság eszköze	13,277	6,920	6	32
tárgy iránti erkölcsi érzés és emberi kiválóság eszköze	6,066	3,196	4	27

4.3. Feltáró faktorelemzések eredményei

Mivel a Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatának (HUSI-R), valamint a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőívnek (OASM) magyar mintán való validálása még nem történt meg, emiatt feltáró faktorelemzést végeztem rajtuk. Ennek feltétele, hogy a Barlett-féle szfericitásteszt, továbbá a Kaiser-Meyer-Olkin mutató megfelelő értéket tükrözzön. A Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatának esetében a Bartlett-féle szfericitásteszt szignifikáns volt ($\chi^2 (253) = 1510.729$, $p < .001$), és a Kaiser-Mayer-Olkin mutató is magas értéket vett fel (KMO=.857). A Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív esetében is szignifikánsnak mutatkozott a Bartlett-féle szfericitásteszt ($\chi^2 (45) = 628.786$, $p < .001$), valamint a Kaiser-Mayer-Olkin mutató is magas értéket vett fel (KMO=.838), így a faktorelemzés elvégezhetőnek bizonyult mindkét esetben.

A Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatának esetében a feltáró faktorelemzést (N=132) a legnagyobb valószínűségi elven alapuló becslési eljárással (Maximum Likelihood), oblimin forgatással végeztem, a minimális faktortöltési kritériumot 0,40-ben határoztam meg. Három faktort kaptam, melyek nagy mértékben megfeleltek a Frost és munkatársai (2004) által kidolgozott mérőeszköz faktorstruktúrájának, azzal a kivétellel, hogy egy tétel (9. „Mennyire érezné magát zaklatottnak vagy kényelmetlenül, ha nem tudna megszerezni valamit, amit meg akar szerezni?”) egy faktorhoz sem töltött, két tétel pedig (2. „Mennyire tudja Ön kontroll alatt tartani a tárgyak megszerzése iránti késztetését?”) és (4. „Mennyire tudja Ön kontroll alatt tartani azt a késztetést, hogy megőrizze tárgyait?”) negatív töltésként jelentek meg, így ezeket a későbbiekben fordított tételként kezeltem, míg a 9. tételt, mivel nem töltött egyik faktorba sem, a továbbiakban figyelmen kívül hagytam. A kapott eredményeket az 3. táblázat szemlélteti.

3. táblázat. A Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változat feltáró faktorelemzéssel kapott faktorai

	Zsúfoltság	Kidobás nehézsége/megtartás	Megszerzés
15. Milyen mértékben érzi úgy, hogy képtelen kordában tartani az otthonában halmozódó rendetlenséget?	0.794		
3. Az otthonának mekkora hányada használhatatlan a rendetlenségtől?	0.713		
5. Az otthonának mekkora részén nehéz áthaladni a rendetlenség miatt?	0.681		
22. Az otthonában uralkodó rendetlenség milyen gyakran akadályozza Önt abban, hogy	0.652		

az otthonának egyes helyiségeit azok eredeti rendeltetése szerint használja?

10. Az otthonában található zsúfoltság milyen mértékben zavarja az Ön társas-, munkahelyi- vagy mindennapi életvitelét?	0.605	
20. Milyen gyakran gátolja meg a lakásában uralkodó rendetlenség Önt abban, hogy vendégeket hívjon magához?	0.577	
12. Milyen mértékű lelki gyötrelmet okoz az Ön számára az otthonában halmozódó zsúfoltság?	0.550	
8. Milyen mértékben mondható el, hogy olyan sok holmija van, ami már zsúfolttá teszi a szobáját, szobáit?	0.533	
1. Lakóterületének mekkora hányada zsúfolt a felhalmozott tárgyaitól?	0.509	
6. Milyen mértékben okoz nehézséget Önnek a dolgok kidobása?	0.945	
7. Mennyire találja felkavarónak, ha ki kell dobnia valamit?	0.842	
13. Mennyire erős a késztetése, hogy megtartsa valamit, amiről tudja, hogy talán soha nem fogja használni?	0.717	
4. Mennyire tudja Ön kontroll alatt tartani azt a késztetését, hogy megőrizze tárgyait?	-0.489	
19. Milyen gyakran dönt úgy, hogy megtart dolgokat, amelyekre nincs szüksége és kevés helye van számukra?	0.476	
23. Milyen gyakran fordul elő, hogy képtelen kielejtezni olyan holmit, amelytől szeretne megszabadulni?	0.450	
17. Milyen gyakran ódzkodik attól, hogy megpróbáljon kidobni valamit, mert az túlzottan megterhelő vagy időigényes lenne?	0.434	
11. Mennyire erős az a késztetése, hogy olyan dolgokat vásároljon meg vagy szerezzen be ingyen, amelyekre nincs a közeljövőben szüksége?	0.835	
21. Milyen gyakran vásárol (vagy szerez be ingyen) olyan dolgokat, amelyekre nincs közvetlenül szüksége?	0.765	
18. Milyen gyakran érez kényszert arra, hogy megszerezzen valamit, amit meglát (pl. amikor vásárol, vagy amikor ingyenes dolgokat kínálnak Önnek)?	0.689	
14. Mennyire érzi magát zaklatottnak vagy szomorúnak a megszerzéssel kapcsolatos szokásai miatt?	0.500	
2. Mennyire tudja Ön kontroll alatt tartani a tárgyak megszerzése iránti késztetését?	-0.476	
16. Milyen mértékben vezetett az Ön gyűjtögetési szenvedélye vagy vásárlási kényszere anyagi nehézségekhez?	0.424	
9. Mennyire érezné magát zaklatottnak vagy kényelmetlenül, ha nem tudna megszerezni valamit, amit meg akar szerezni?		

A Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív esetében szintén feltáró faktorelemzést végeztem a legnagyobb valószínűségi elven alapuló becslési eljárással, oblique forgatással, a minimális faktortöltési kritériumot szintén 0,40-ben határoztam meg. Két faktor jelent meg, melyek megfelelnek a David és Norberg (2022) által kidolgozott mérőeszköz faktorainak. A kapott eredményeket a 4. táblázat szemlélteti.

4. táblázat. A Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív feltáró faktorelemzéssel kapott faktori

	Biztonságos Tárgykötődés	Bizonytalan tárgykötődés
12. A személyes tárgyai különlegesek számomra.	0.911	
17. Fontosak számomra a személyes tárgyai.	0.852	
19. A személyes tárgyai örömet szereznek nekem.	0.711	
18. Törődöm a személyes tárgyaimmal.	0.548	
1. Hiányoznának a személyes tárgyai, ha már nem lennének meg.	0.492	
14. Nehéz távol lenni a személyes tárgyaimtól.		0.969
15. Jobban ragaszkodom a személyes tárgyaimhoz, mint az életemben lévő emberekhez.		0.690
5. Mindenképp meg kell tartanom az összes személyes tárgyat.		0.466
8. Elveszíteném az önazonosságomat, ha már nem lennének a tulajdonaim.		0.453
3. Véget nem érő aggodalmat éreznék, ha már nem lennének meg a személyes tárgyai.		0.417

4.4. Főkomponens-elemzés

A Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitettség Kérdőív magyar mintán történő validálása még nem történt meg, alapja Tinlin és munkatársai (2022) kvalitatív kutatásából származó tételei, melyekkel a gyűjtögetés mögött húzódó hiedelmek azonosítását célozták meg. Először ellenőriztem a főkomponens elemzés feltételeit, a Bartlett-féle szfericitásteszt szignifikáns volt ($\chi^2(1035) = 4083.398$, $p < .001$), és a Kaiser-Mayer-Olkin mutató is magas értéket vett fel ($KMO=.877$). Ezután elvégeztem magát az elemzést, a 0,40 vagy afölötti faktorsúllyal töltő tételeket vettem figyelembe. Az 1 fölötti sajátérték alapján 4 fő kategóriát azonosítottam be, melyek az alábbiak: *tárgy iránti gondoskodás, törődés, érzelmi kapcsolódás* (pl.: A tárgyakról is gondoskodni kell, akárcsak az emberekről); *tárgy mint emlékek és érzelmek hordozója* (pl.:

„A holmijaim nem pusztá tárgyak-élettörténetek és kapcsolatok fűződnek hozzájuk.”) ; *tárgy mint kontroll, stabilitás és biztonság eszköze* (pl.: „A tárgyak akkor is kiszámíthatóak, amikor semmi más nem az.”); valamint *tárgy iránti erkölcsi érzés és emberi kiválóság eszköze* (pl.: „Ha elég közelről nézem, meg tudom látni a szépséget mindenben”).

4.5. Használt mérőeszközök megbízhatósága

A skáláim tételeinek összegzése után Cronbach-alfa mutatóval megvizsgáltam azok megbízhatóságát. A Gyűjtögetési Kérdőív-Felülvizsgált változatának (HUSI-R) Cronbach- α értéke teljes skálát tekintve 0.908, valamint a három alskála Cronbach- α értékei 0.870 (zsúfoltság alskála), 0.890 (kidobás nehézsége/megtartás alskála) és 0.798 (megszerzés alskála), tehát a skálák megbízhatósága megfelelő.

A Közvetlen Kapcsolatok Élményei-Kapcsolati Struktúrák (ECR-RS) kérdőív jelen mintán is megbízhatónak bizonyult, Cronbach- α értéke a teljes skálára nézve 0.861. Az elkerülés alskála Cronbach- α értéke 0.888, míg a szorongás alskála esetében 0.808.

Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív (OASM) szintén magyar mintán is megbízhatónak bizonyult, a teljes skála Cronbach- α értéke 0.873, a biztonságos tárgyi kötődés alskála Cronbach- α értéke 0.862, a bizonytalan tárgyi kötődés Cronbach- α értéke pedig 0.815 lett.

Emellett a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív megbízhatóságának tesztelése teszt-reteszt módszerrel is megtörtént, a mérések között eltelt idő két hét volt. Összetartozó mintás t-próba és Pearson korreláció segítségével elemeztem a két időpontban végzett mérések közötti különbséget, összefüggést, és annak erősségét. Előzetesen ellenőriztem a próbák feltételeit, beleértve a normalitást ($W(20)=.949$ $p=.349$; $W(20)=.950$ $p=.374$), szóráshomogenitást és linearitást mind az első, mind a második időpontban rögzített minta esetében. Az összefüggő mintás t-próba nem mutatott ki szignifikáns különbséget ($t(19)=-1.506$, $p=0,149$ [two-tailed]) a kitöltők első ($M=92,8$; $SD=28,831$) és második ($M=87,65$; $SD=23,066$) körös válaszai között (95% CI: -0,783 – 0,118), a két felvétel eredményei ($n=20$) erősen korreláltak egymással ($r=.849$, $p<.001$ (two-tailed)). Így a teszt-reteszt megbízhatósági elemzés alapján megállapítható, hogy a Tárgykötődés Biztonságának Mértéke Kérdőív megbízható az idő múlásával.

A Gyűjtögetési Hiedelmek és Kitétség Kérdőív esetében is megvizsgálásra került a Cronbach- α a négy homogénként azonosítható kategória esetében. Az első, mely a „*tárgyak iránti gondoskodás, törődés, érzelmi kapcsolódás*” ragadja meg a Cronbach- α 0.905, a „*tárgyak, mint az identitás/ én kifejezésének eszközei*” esetében a Cronbach- α 0.873, a „*tárgyak, mint a*

kontroll, stabilitás és biztonság eszközei” kategória esetében a Cronbach- α 0.843, míg a *„tárgyak, mint az emberi kiválóság bizonyításának eszközei”* esetében a Cronbach- α 0.790 értéket vett fel.

A normalitás feltételének teszteléséhez Shapiro-Wilk normalitás tesztet használtam. A gyűjtögetés mértéke változó szignifikánsan eltér a normál eloszlástól: $W(132)=.978$, $p=.029$. Az elkerülés ($W(132)=.893$, $p<.001$) és szorongás ($W(132)=.889$, $p<.001$) változók szignifikánsan eltérnek a normál eloszlástól. A biztonságos tárgyi kötődés ($W(132)=.972$, $p=.008$) és bizonytalan tárgyi kötődés ($W(132)=.903$, $p<.001$) változók szignifikánsan eltérnek a normál eloszlástól. A *tárgy iránti gondoskodás, törődés, érzelmi kapcsolódás* változó ($W(132)=.838$, $p<.001$), a *tárgy mint emlékek és érzelmek hordozója* ($W(132)=.949$, $p<.001$), *tárgy mint kontroll, stabilitás és biztonságesezközei* ($W(132)=.891$, $p<.001$) és *tárgy iránti erkölcsi érzés és emberi kiválóság eszköze* ($W(132)=.671$, $p<.001$) változók is szignifikánsan eltértek a normál eloszlástól. Mivel a normalitás nem teljesült, ezért a továbbiakban nem-paraméteres próbákat alkalmaztam a hipotézisek tesztelésére.

4.6. Hipotézisvizsgálatok

H1: A súlyosabb gyűjtögetési magatartást mutató személyek nagyobb arányban jellemezhetőek bizonytalan kötődési stílussal interperszonális kapcsolataikban, mint a nem gyűjtögető személyek.

Mivel korábban nem teljesült a normalitás feltétele, így nem-paraméteres próbával, pontosabban Spearman-féle rangkorrelációval vizsgáltam a hipotézist. Ennek elvégzésének feltételei az ordinális vagy skála típusú változó, független személyek és az adatok monotonitása. Utóbbit pontdiagram segítségével ellenőriztem. Miután meggyőződtem ezeknek teljesüléséről, elvégeztem a próbát, melynek eredménye az elkerülő ($r_s = .280$ $p = .001$ (2-tailed)) és szorongó ($r_s = .288$ $p < .001$ (2-tailed)) skála esetében is szignifikáns, gyenge mértékű összefüggés lett, tehát együttjárás van a gyűjtögetés mértéke és a bizonytalan kötődési stílus között.

H2: A súlyosabb gyűjtögető magatartást mutató személyeknél jellemzőbb a bizonytalan tárgyi kötődés, mint a nem gyűjtögető személyeknél.

Második hipotézisem esetében is Spearman-féle rangkorrelációt alkalmaztam, a feltételek itt is teljesültek. A próba eredményeként közepesen erős összefüggést találtam a gyűjtögetés

mértékének súlyossága és a bizonytalan tárgyi kötődés között ($r_s = .419$ $p < .001$ (2-tailed)). Így megállapíthatom, hogy a súlyosabb szintű gyűjtögető magatartás együttjár a bizonytalan tárgyi kötődéssel.

H3: Bizonytalan tárgyi kötődés bizonytalan interperszonális kötődéssel jár együtt.

Harmadik hipotézisem esetében szintén Spearman-féle rangkorrelációt végeztem, a próba feltételei itt is teljesültek. A bizonytalan tárgyi kötődés nem mutatott szignifikáns összefüggést az elkerülő kötődési stílus esetében ($r_s = .093$ $p = .287$ (2-tailed)), azonban a szorongó kötődési stílus esetében gyenge, de szignifikáns összefüggést találtam ($r_s = .286$ $p < .001$ (2-tailed)). Tehát a bizonytalan tárgyi kötődés együttjárást mutat a szorongó kötődési stílussal, míg az elkerülő kötődési stílussal nem.

H4: A tárgyak megtartása mögött húzódó hiedelmekkel való nagyobb mértékű egyetértés összefügg a bizonytalan interperszonális kötődéssel.

Negyedik hipotézisem esetében is a normalitás feltételének sérülése miatt Spearman-féle rangkorrelációt alkalmaztam, előzetesen ellenőriztem annak feltételeit, melyek teljesültek. A *tárgy iránti gondoskodás, törődés és érzelmi kapcsolódás* változó az elkerülés ($r_s = .265$ $p = .002$ (2-tailed)) és szorongás ($r_s = .262$ $p = .002$ (2-tailed)) változó esetében is szignifikáns, gyenge összefüggést mutatott. A *tárgy mint emlékek és érzelmek hordozója* változó is szignifikáns, gyenge összefüggést mutatott mind az elkerülő kötődés ($r_s = .202$ $p = .020$ (2-tailed)), mind a szorongó kötődés ($r_s = .224$ $p = .010$ (2-tailed)) esetében. A *tárgy mint kontroll, stabilitás és biztonság eszköze* változó esetében is szignifikáns, gyenge összefüggés volt található az elkerülő kötődés ($r_s = .299$ $p < .001$ (2-tailed)) és a szorongó kötődés ($r_s = .271$ $p = .002$ (2-tailed)) esetében is. Végül pedig a *tárgy iránti erkölcsi érzés és emberi kiválóság eszköze* változó esetében vizsgáltam meg az eredményeket, itt nem volt kimutatható szignifikáns összefüggés sem az elkerülő változó ($r_s = .152$ $p = .083$ (2-tailed)), sem a szorongó változó ($r_s = .137$ $p = .118$ (2-tailed)) esetében. Tehát az első három hiedelemkategória esetében összefüggött a hiedelmekkel való nagyobb mértékű egyetértés a bizonytalan interperszonális kötődéssel, míg az utolsó hiedelem esetében ez nem mondható el.

5. Megvitatás

5.1. Az eredmények értelmezése és megvitatása

Kutatásom fő célja a gyűjtögető viselkedés, a mögötte húzódó hiedelmek, valamint annak pontosabb megértése volt, hogy a kötődésnek, beszéljünk akár interperszonális vagy tárgyi kötődésről, milyen szerepe lehet a zavar kialakulásában, természetében, ezzel is hozzájárulva ahhoz, hogy a jövőben képesek legyünk egyre hatékonyabb kezelési módok kialakítására és alkalmazására. Mindennek nagy jelentősége van, ugyanis a zavar prevalenciája nem elhanyagolható mértékű, valamint az ezzel élőknek jelentős distresszt és funkcionális károsodást okoz a betegség. Azért is fontos új komponenseket, mint például a kötődést behozni a zavar kialakulásának lehetséges tényezői közé, ugyanis a zavar magyarázatára csupán a kognitív modell, valamint kezelésére a legáltalánosabban használt kognitív viselkedésterápia nem bizonyult kielégítően sikeresnek. A gyűjtögetési zavarban a maladaptív kogníciók mellett a diszfunkcionális kötődésnek is fontos szerepe lehet. Yap és Grisham (2021) lehetségesnek tartja, hogy a tárgyakhoz való túlzott kötődés egy kompenzációs folyamat, amely a kielégítetlen interperszonális szükségletekre vagy interperszonális traumákra válaszul alakul ki. A kötődési mintákat tekintve Tinlin és mtsai (2022) összefüggést találtak a gyermekkori bizonytalan szülő-gyermek kötődés és a felhalmozási zavar között, valamint a „nem szerethető” és értéktelen” meggyőződések is kapcsolatban álltak a zavarral, ami a felnőttkori kötődési stílussal való összefüggés kérdését veti fel. Első hipotézisemet erre az elgondolásra alapoztam, és megvizsgáltam, hogy valóban összefüggés van-e a gyűjtögetés mértékének súlyossága és a felnőtt kötődési stílus között. Eredményeim alapján azt mondhatjuk, hogy ez beigazolódott, kapcsolat van a súlyosabb gyűjtögetés és a bizonytalan felnőtt kötődési stílus között, legyen szó akár szorongó, akár elkerülő kötődési stílusról. Az, hogy a tárgyakhoz való ragaszkodás valóban egy kompenzációs folyamat, megjelenhet abban is, ahogyan a tárgyakhoz való kötődésben fellelhető az emberekhez való kötődés jellegzetessége. David és Norberg (2022) szerint nem csupán az emberekhez való kötődés lehet bizonytalan, hanem a tárgyakhoz való kötődésnél is elkülöníthetünk biztonságos és bizonytalan kötődést. Jelen kutatásomban ezzel állt összhangban második hipotézisem, melyben azt vizsgáltam, hogy a súlyosabb gyűjtögető magatartással valóban összefügg-e a bizonytalan tárgyi kötődés. Kérdésfeltevésem beigazolódott, közepes erősségű összefüggést találtam a gyűjtögetés súlyossága és a bizonytalan tárgyi kötődés mértéke között. Ez amiatt is jelentős, ugyanis ez is megerősíti David és Norberg javaslatát, miszerint a bizonytalan tárgyi kötődés csökkentése és a biztonságos

tárgyi kötődés esetleges ösztönzése csökkentheti a maladaptív gyűjtögető viselkedés súlyosságát.

Korábbi hipotéziseim kapcsán azok már beigazolódtak, hogy a gyűjtögető viselkedés súlyossága mind a felnőtt bizonytalan kötődési stílussal, mind pedig a bizonytalan tárgyi kötődéssel összefüggésben áll, azonban fontosnak tartottam ezen két tényező lehetséges összefüggését egymással is megvizsgálni. Harmadik kutatási kérdésem tehát az volt, hogy a bizonytalan tárgyi kötődés összefügg-e a bizonytalan interperszonális kötődéssel, ami szintén a már korábban említett kompenzációs folyamat elméleti keretébe illeszkedik. Ehhez megvizsgáltam külön az elkerülő kötődési stílussal, külön a szorongó kötődési stílussal a bizonytalan tárgyi kötődést, és azt az eredményt kaptam, hogy míg az elsővel nem állt összefüggésben, addig a másodikkal, tehát a szorongó kötődési stílussal igen. Ezen érdekes elgondolkodni olyan szempontból, hogy módszertani hiba miatt jöhetett ki az adott eredmény, vagy valóban csak a szorongó kötődési stílussal áll kapcsolatban, és ha igen miért. Fontos lehetséges szempont ennek magyarázatára, hogy a bizonytalan tárgyi kötődés sok hasonlóságot mutat a szorongó interperszonális kötődési stílussal, például itt is jellemző az, hogy nehezen tud az egyén távol lenni a tárgytól, valamint a túlzott függés is megfigyelhető (David és Norberg, 202). Ahogy az interperszonális szorongó kötődés hozzájárul az interperszonális nehézségekhez, úgy járulhat hozzá a bizonytalan tárgyi kötődés a birtoklási nehézségekhez.

Eddig szó esett a kötődésről és a maladaptív kogníciókról, ezeknek együttesen lehet szerepe a zavar kialakulásában és fennmaradásában. Ez utóbbihoz tartoznak az egyes hiedelmek a tárgyak természetéről és jelentéséről, amik motivációként szolgálnak azok megtartására (Chia és mtsai., 2021). Ezek a hiedelmek és az erős érzelmi kötődés egy maladaptív érzelmi választ eredményez, amivel megerősíti a gyűjtögető viselkedést. Ugyanakkor ez nem magyarázza, hogy hogyan lehet, hogy valaki a kontinuum tipikus, míg más a klinikai súlyosság szintjén helyezkedik el. Tinlin és munkatársai (2022) szerint ezt is többek között az interperszonális kötődés biztonsága magyarázhatja. Ehhez kapcsolódott negyedik hipotézisem, ahol eltérő hiedelemtípusok és a bizonytalan kötődés lehetséges összefüggéseit vizsgáltam. Az alábbi három hiedelemtípus esetében: *tárgy iránti gondoskodás, törődés és érzelmi kapcsolódás; tárgy mint emlékek és érzelmek hordozója; tárgy mint kontroll, stabilitás és biztonság eszköze* beigazolódt, hogy az adott hiedelemmel való nagyobb mértékű egyetértés összefüggött a bizonytalan kötődési stílussal. Igaz, hogy a zavar kezelésének fontos része a nem hasznos hiedelmek megkérdőjelezése a beteg részéről. Ehhez érdemes figyelembe venni az eltérő hiedelemprofilokat, ugyanis eltérő kezelési stratégiák alakulhatnak ki ezek mentén. Ugyanakkor az érzelmi komponenseket, mint például a kötődés szerepét is érdemes figyelembe

venni, ugyanis úgy tűnik az irracionális vagy túlzott hiedelmek összefüggésben lehetnek ezekkel.

5.2. Limitációk

Szakedolgozatom végén fontosnak tartom, hogy kutatásom limitációs tényezői is megemlítsésként kerüljenek. Igaz, célom volt a gyűjtögetési zavar mélyebb megértése, ehhez mégsem klinikai mintát vettem alapul, hanem egy kontinuumként kezeltem a gyűjtögetési viselkedést, ahol az egészen alacsony mértékű gyűjtögető viselkedéstől az egészen súlyos szintig reprezentálva voltak az egyének, és ezen keresztül igyekeztem a jelenséget mélyebben megérteni, különböző aspektusokkal való összefüggéseit feltárni. Reményeim szerint ennek ellenére a kutatásomban született eredmények informatívak és hasznosíthatóak a témában. Emellett a kutatás nemi és életkori eloszlás szempontjából nem lett reprezentatív, ugyanis jóval több női résztvevőtől érkezett kitöltés, mint férfítól, valamint nagyon nagy mértékben a 18-28 év közötti korcsoporttól érkeztek a válaszok. Mivel a kérdőívben önbevalláson alapuló válaszadás volt lehetséges, így előfordulhat, hogy a kitöltő nem őszintén válaszolt, valamint a szociális kíváncsiság torzító hatása is jelen lehetett. Mindezek mellett meg kell említenem azt is, hogy a kérdőívcsomagomban 4-ből 3 kérdőív még nem rendelkezett magyar validált változattal, így ezeknek a megbízhatósága és érvényessége még nem alátámasztott. Mindez annak is köszönhető, hogy témám kísérleti, ugyanis Magyarországon kutatása még nem terjedt el széles körben. Ennek ellenére igyekeztem a hivatalos eljárást követni a használt kérdőívek fordítása tekintetében, és a legfontosabb statisztikai eljárásokkal alátámasztani validitásukat és megbízhatóságukat (faktorelemzés, teszt-reteszt megbízhatóság, Cronbach-alfa). A hiedelmek feltérképezése esetében sem rendelkeztem validált kérdőívvel, így csupán főkomponenselemzés segítségével meghatározott kategóriákkal dolgoztam, melyhez ideálisabb lett volna magasabb elemszám. Végül pedig kutatás korlátja, hogy csupán összefüggéseket tárt fel bizonyos változók között, viszont ok-okozatok vagy közvetítő hatások vizsgálata nem történt, amik viszont a későbbiekben hasznosak lehetnének a gyűjtögető viselkedés pontosabb megértésében, valamint hozzájárulnának a kötődés szerepének pontosabb elhelyezéséhez a gyűjtögetési zavar elméleti modelljében.

6. Összefoglalás és kitekintés

Kutatási kérdéseim és azok eredményeinek fényében azt mondhatjuk, hogy a gyűjtögetési zavarban valóban együttesen játszhatnak szerepet mind érzelmi (pl.: kötődés szerepe), mind

kognitív (pl.: hiedelmek) komponensek, és fontos feltárni az ezek között húzódó összefüggéseket, valamint ok-okozatokat a későbbiekben. Eredményeim összhangban állnak és megerősítik az elmúlt évek szakirodalmát a témát illetően, olyan irány a kötődés szerepének kutatása a gyűjtögetési zavarban, amivel érdemes lehet a későbbiekben is foglalkozni és mélyebbre ásni. A gyűjtögetési zavart az emberekkel és tárgyakkal való diszfunkcionális kapcsolatok jellemzik, mint például a bizonytalan interperszonális és bizonytalan tárgyi kötődés amit jelen kutatásom is alátámasztott, ugyanis összefüggést találtam a gyűjtögető viselkedés mértéke és a bizonytalan interperszonális és bizonytalan tárgyi kötődés között. Emellett a bizonytalan tárgyi kötődés is összefüggést mutatott a szorongó kötődési stílussal, valamint erősebb hiedelmek is bizonyos esetekben együttjárást mutattak a bizonytalan interperszonális kötődéssel. Továbbiakban azonban fontos lehet megvizsgálni azt is, hogy a diszfunkcionális interperszonális kötődés mennyire specifikus a gyűjtögetési zavarra, vagy pedig átfedést jelent egyéb társbetegségekkel. Emellett longitudinális vizsgálatok is hasznosak lennének a gyűjtögető tünetek és a kötődés időbeli előzményeinek kapcsán. Igaz, hogy az elméleti modell szerint a kötődési zavarok vezetnek a gyűjtögetési zavar kialakulásához, azonban azt sem zárhatjuk ki, hogy a valójában a gyűjtögető tünetek járulnak hozzá a kötődési zavarokhoz. Érdemes lenne ezeknek az irányoknak a tisztázása további kutatásokkal. Ugyanígy érdemes lenne megnézni a longitudinális kapcsolatot a személyközi és tárgyi kötődés között a gyűjtögető viselkedés esetében, ugyanis csupán feltételezzük, hogy ezek a komponensek egyidejűleg hatnak egymásra, de az sem kizárt, hogy időbeli előzményei egymásnak. Érdekes lenne feltárni egy egész élettartam során a gyűjtögetési tünetek, a kognitív meggyőződések (hiedelmek) és a kötődés (interperszonális, tárgyi) összefüggéseit, valamint akár már gyerekkorban megvizsgálni, hogy mely tényezők vannak jelen, és hogyan járulnak hozzá a zavar kialakulásához. Végül pedig azt is érdemes lenne kutatni, hogy milyen komponensek járulnak még hozzá a túlzott tárgyi kötődés kialakulásához és ahhoz, hogy az egyén birtoklással igyekszik a ki nem elégített interperszonális szükségleteit kompenzálni. Munkám további bizonyíték arra, hogy valószínűleg a maladaptív kogníciók és a tárgyakhoz és emberekhez való diszfunkcionális kötődés együttesen járulnak hozzá a túlzott gyűjtögetéshez, így mindezeket érdemes figyelembe venni a zavar kezelési módjának kiválasztásakor, és a viselkedés megértésekor.

7. Irodalomjegyzék

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. *Attachment theory and close relationships* <https://doi.org/10.1097/00005768-199606000-00014>

David, J., & Norberg, M. (2022). Redefining object attachment: Development and validation of a new scale. *Journal of Behavioral Addictions*, 11(3), 941-951.

Dozier, M. E., & Ayers, C. R. (2017). The Etiology of Hoarding Disorder: A Review. *Psychopathology* 50 (5), 291-296.

Chia, K., Pasalich, D. S., Fassnacht, D. B., Ali, K., Kyrios, M., Maclean, B., & Grisham, J. R. (2021). Interpersonal attachment, early family environment, and trauma in hoarding: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 90. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102096>

Edwards, V., & Salkovskis, P. M. (2023). Do they really care? Specificity of social support issues in hoarding disorder and obsessive-compulsive disorder. *British Journal of Clinical Psychology* 62(3), 753-591. <https://doi.org/10.1111/bjc.12426>

Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships-Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615–625. <https://doi.org/10.1037/a0022898>

Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A cognitive-behavioral model of compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 341-50.

Frost, R. O., Steketee, G., & Grisham, J. (2004). Measurement of compulsive hoarding: saving inventory-revised. *Behaviour Research and Therapy*, 42(10), 1163-82.

Haighton, C., Caiazza, R., & Neave, N. (2023). "In an ideal world that would be a multiagency service because you need everybody's expertise." Managing hoarding disorder: A qualitative investigation of existing procedures and practices. *Plos One*, 18(3).

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0282365>

Hoaglin, D. C., & Iglewicz, B. (1987). Fine-tuning some resistant rules for outlier labeling. *Journal of the American Statistical Association*, 82(400), 1147-1149.

Jantek, Gy., & Vargha, A. (2016). A felnőtt kötődés korszerű mérési lehetősége: A közvetlen kapcsolatok élményei-kapcsolati struktúrák (ECR-RS) kötődési kérdőív magyar adaptációja párkapcsolatban élő felnőtt személyeknél. *Magyar Pszichológiai Szemle* 71(3), 447-470.

Kraynak, A. R., & Hart, S. R. (2017). Obsessive-Compulsive and Related Disorders. *National Association of School Psychologists*, 45(8).

Mathes, B. M., Timpano, K. R., Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2020). Attachment theory and hoarding disorder: A review and theoretical integration. *Behaviour Research and Therapy*, 125. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103549>

Nedelisky, A., Steele, M. (2009). Attachment to people and objects in obsessive-compulsive disorder: an exploratory comparison of hoarders and non-hoarders. *Attachment & Human Development*, 11(4), 365-383. <https://doi.org/10.1080/14616730903016987>

Norberg, M. M., Gregory S. C., & David, F. T. (2021). A standardized approach to calculating clinically significant change in hoarding disorder using the Saving Inventory-Revised. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 28. <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2020.100609>

Norberg, M. M., David, J., Crone, C., Kakar, V., Kwok C., Oliver, J., & Grisham, J. R. (2020). Determinants of object choice and object attachment: Compensatory consumption in compulsive buying-shopping disorder and hoarding disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(1), 152-162. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.68>

Richins, M. L., & Chaplin, L. N. (2021). Object attachment, transitory attachment, and materialism in childhood. *Current Opinion in Psychology*, 39, 20-25. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.020>

Sapota, K., & Nasierowski, T. (2019). Hoarding disorder and cerebellum damage. A case study. *Psychiatria Polska*, 53(1): 161-166. DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/89994>

Tinlin, R. M., Beckwith, H., Gregory, J. D., & Lomax, C. L. (2022). What is underneath all the stuff? A Q-methodological exploration of profiles of beliefs and vulnerabilities in hoarding disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 50(5), 538-279.

Williams, M., & Viscusi, J. A. (2016). Hoarding Disorder and a Systematic Review of Treatment with Cognitive Behavioral Therapy. *Cognitive Behaviour Therapy*, 45(2), 93-110. <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1133697>

Yap, K., & Grisham, J. R. (2021). Object attachment in hoarding disorder and its role in a compensatory process. *Current Opinion in Psychology*, 39, 76-81. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.022>

Tukey, J. W. (1977). Exploratory data analysis.