

EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM PEDAGÓGIAI ÉS
PSZICHOLÓGIAI KAR

HITBÉLI AMBIVALENCIÁK – ÉRZELEMKEZELÉSI NEHÉZSÉG?

TANULMÁNY A VALLÁSOS ATTITÚDÖK ÉS AZ ALEXITÍMIA
ÖSSZEFÜGGÉSEIRŐL KERESZTÉNY HÍVŐK KÖZÖTT.

TDK DOLGOZAT

Készítette: Biró Krisztina Andrea
Témavezető: Kelemen-Szilágyi Adrienn

Budapest, 2012.

Összefoglaló

Tanulmányomban a valláshoz való viszonyulás, vallási attitűdök és az alexitímia, az érzelmek kezelésének egy specifikus anomáliája közötti összefüggést vizsgáltam vallásilag elkötelezett, keresztény felnőttek körében. Ehhez egy európai és egy amerikai kultúrkörben kidolgozott vallásosság-kérdőívet használtam. Az alexitímiára kapott mérőszámok jelen vizsgálati mintában megdöbbentően magasnak, majdnem kétszeresnek bizonyultak más hazai eredményekhez képest. Mivel az érzelemszabályozási nehézségek általában rosszabb pszichés közérzettel járnak együtt, továbbá az alexitímia a szomatizációs zavarok igen gyakori kísérőjelensége, a vallásosság viszont számtalan megelőző kutatás szerint pozitív összefüggésben áll mind a testi, mind a lelki egészséggel, érdemes ezen kapcsolatot behatóbban tanulmányozni. Jelen kutatásban az úgynevezett külső kritikai, a vallási tanítást elutasító attitűd bizonyult az alexitímia legmegbízhatóbb korrelátumának. A téma, a két fő konstruktum (vallásosság és alexitímia) összefüggése azonban eddig viszonylag feltáratlan, ezért egyértelműbb és általánosabb következtetések levonásához mindenképpen finomabb elemzésre, illetve további vizsgálatokra lenne szükség.

Resume

In this study, links between alexithymia, a specific anomaly of emotional regulation and religious orientation, religious attitudes were examined among religiously committed adults. To this I used a questionnaire developed in american, and an other one developed in european cultural environment. Indices to alexithymia in current sample were astoundly high, almost the double of other hungarian data. Because difficulties of emotional regulation correlate in general with worse physical and mental health, and additionally, alexithymia is a regular attendant phenomenon of psychosomatic disorders, but in contrast, religiosity - in order to many earlier studies - stands in positive relation with both physical and mental health, it is worth to investigate this connection more articulately. In this study so-called external critique attitude, a rejecting opinion to religious doctrines proved to be the most reliable correlating variable to alexithymia. However, the topic, the connection of the two main constructs (religiosity and alexithymia) is relatively unsearched, so to conclude more general statements, more detailed analyses or rather additional empirical and theoretical bases were needed.

Bevezetés és témaválasztás

Dolgozatomat két fő szerveződési tengely, a vallásos hit és az alexitímia köré építettem fel. A kiinduló gondolatot személyes megfigyelések adták, melyek eddigi szakmai ismereteimmel is összeegyeztethetőek voltak, ez szabott irányt a későbbi szakirodalmi keresésnek. A vallásosság és a testi-lelki egészség pozitív kapcsolata az utóbbi években-évtizedekben igen sokat kutatott téma, egyik legnagyobb volumenű hazai példája a Kopp Mária és munkatársai által 1995-ben és 2002-ben folytatott, Hungarostudy elnevezésű, 12600 fős reprezentatív mintán végzett vizsgálatsorozat, amelyben a vallásgyakorlás és a vallás szubjektív fontossága egyaránt jobb testi és lelki egészséggel járt együtt (Kopp, Székely & Skrabsky, 2006). Az orvoslással a hit és a vallás évezredek óta keresztül összekapcsolódott, majd átmeneti pangás után ismét felkeltette a kutatók kíváncsiságát e két fontos kérdéskör összefüggése, a WHO pedig újabban már az életminőség meghatározásából sem hagyja ki a spirituális dimenziót (Kuyken & Orley, 1995). Születtek eredmények a vallásosság és az érzelmi intelligencia kapcsolatáról is (pl. Paek, 2006).

Ugyanakkor számos kutatás rámutat arra, hogy a hit „minősége” egyfajta mediáló tényező annak egészségvédő szerepével kapcsolatban, azaz nem mindegy, hogyan hiszünk, illetve milyen attitűdökkel viszonyulunk a valláshoz, hogyan éljük meg azt, Kézdy, Martos, Boland és Horváth-Szabó (2011) például a vallásos kételyek szerepére világítanak rá.

Ugyancsak számos kutatás (pl. Ciarrochi et al, 2003, Davis & Humphrey, 2012) mutatott rá az érzelmszabályozási nehézségek és az alexitímia (pl. Davis, S. K., & Humphrey, N. (2012) és a testi-lelki egészség, jó működés és jó közérzet negatív együttjárására. További lényeges körülmény, hogy az alexitímiát eredetileg pszichoszomatikus betegségben szenvedőkön írták le (Sifneos, 1973), és a két jelenség kapcsolata az azóta született kutatási eredmények fényében is érvényes maradt.

Jelen tanulmányban gyakorló keresztény hívők körében vizsgáltam a felvetést, miszerint a vallásosság és lelki egészség, ezen belül is az érzelmgazdálkodási képességek kapcsolata nem feltétlenül annyira direkt és egyenes, mint első pillantásra tűnik, hanem bizonyos vallási attitűdök esetén az összefüggés akár fordított is lehet.

Elméleti háttér

Hitlélektani vonatkozások

Dolgozatomban e tekintetben alapvetően két valláspszichológiai elképzelésre építkeztem. A következőkben ezeket mutatom be röviden.

Gordon Allport (William James munkássága nyomán) megkülönböztetett egy extrinzik és egy intrinzik vallási orientációt. Vallási orientáción nem a formális vallásgyakorlási megnyilvánulásokat értette, hanem sokkal inkább a vallásos értékek elfogadását és az azok iránti elkötelezettséget. A vallásos orientáció lényegében a hit megélésének mértéke. Röviden azt mondhatjuk, hogy míg az extrinzik vallási motiváció inkább a vallás eszközként való használatként írható le, például az ima vigaszt nyújt, különféle célok elérésére szolgál, a szertartásokon való részvétel pedig alkalmat ad az egyénnek a másokkal való találkozáshoz. Az extrinzik viszonyulás tehát a vallás eszközszerű, hasznosság- és használhatóság alapú szemléletét jelenti, az ilyen beállítottságú személyek számára a vallás elsősorban társas támogatást és vigasztalást nyújt nehézségek idején, továbbá jellemzőbb rájuk az előítéletesség, a dogmatizmus és a zárt kognitív stílus (Allport, 1966). Az intrinzik orientáció ezzel szemben nehezebben megragadható, egyfajta „bensőséges”, az egész életszemléletet és értékrendet meghatározó vallási elköteleződésneként írható le, mely nyitottabb, az ellentmondásokat jobban tűrő szemléletmóddal, illetve a személyiség magasabb fokú érettségével jár együtt; az intrinzik attitűddel jellemezhető személy egyéni szükségletei fölé helyezi megélt vallásosságát (Allport, 1950, Allport & Ross, 1967).

Kezdetben Allport a két orientációt egyetlen dimenzió két ellentétes végpontjának tételezte fel, ám az e koncepció alapján szerkesztett kérdőív (Religiosity Orientation Scale, ROS, Allport & Ross, 1967) nem igazolta ezt az elképzelést, továbbá maguk az eredeti extrinzik-intrinzik konstruktumok sem állták meg a helyüket empirikusan. Később az elmélet számos átdolgozáson és módosításon ment keresztül, így mára az orientációkat két különböző, bár egymástól nem teljes mértékben független dimenzióknak tekintik, melyek elsősorban az amerikai kultúrkörben szolgálnak a legtöbb valláspszichológiai kutatás alapjául.

David Wulff (1997) elméletében Allportétól némileg eltérő megközelítést alkalmaz; a vallásosság két alapvető dimenzióját különbözteti meg: az egyik a transzcendencia elfogadása vagy kizárása, a másik a vallási tanítások értelmezésének módja, amely lehet szimbolikus vagy konkrét (szó szerinti, literális). Az előbbi alapvetően az Isten létébe vetett hitet, a Biblia autentikus forrásként való kezelését (illetve ezek ellentétét) foglalja magában (azaz jelen esetben a transzcendencia szó jelentése némileg eltér mind a hétköznapiól, mind a pszichológiában gyakran használttól), míg az utóbbi (az elsőtől függetlenül) a vallásos szövegek és tanítás szó szerinti (literális) vagy szimbolikus értelmezését ragadja meg (magyarul lásd Martos et al, 2009).

Néhány közelmúltban született eredmény szerint a transzcendencia elfogadása pozitív összefüggést mutat a hagyománytisztelettel és a konformitással (Fontaine, et al, 2005), a rend, strukturáltság és előrejelezhetőség iránti preferenciával (Duriez, 2003a, idézi) és negatívát a hedonizmussal (Fontaine et al, 2005), míg az Ötfaktoros Személyiségmodell faktoraitól, az előítéletességtől, szociális dominanciától, empátiától és morális kompetenciától független (Duriez, 2003a; Duriez, 2004b). A szimbolikus értelmezési mód az Ötfaktoros Modell Nyitottság és Barátságosság dimenzióival (Duriez et al, 2006), a nyitott, rugalmas kognitív stílussal, ellentmondástűrővel, az empátiával és a morális kompetenciával pozitív, míg az előítéletességgel negatív összefüggést mutat (Duriez, 2003a; Duriez, 2004b).

Wulff elméletére alapozva dolgozták ki a Kritika Utáni Vallásosság Skálát (Hutsebaut et al, 1996). Az eszközzel folytatott eddigi kutatások egyik fontos tanulsága, hogy az értelmezési mód általában összefügg a biológiai adottságokra visszavezethető a személyiségtényezőkkel, míg a transzcendencia elfogadása (ami Wulff elméletében a vallásos tanítások elfogadását, egyfajta attitűd szintű vallásosságot jelent) független azoktól. A két dimenzióból kiindulva négy prototipikus vallási attitűd tételezhető fel (melyek egyben az eredeti skála összetevői); az ortodox vallásosságra a transzcendens elfogadása és a szó szerinti értelmezés, a külső kritikára a transzcendens elutasítása és szó szerinti értelmezés (ez a „klasszikus”, a vallással egyértelműen szembehelyezkedő ateista hozzáállás), a relativizmusra a transzcendens elutasítása, ugyanakkor szimbolikus értelmezés (ez a látásmód nem utasítja el a vallásosság világmagyarázatot, de annak egyedüli helyénvalóságát igen), míg az úgynevezett második naivitásra a transzcendens elfogadásával párosult szimbolikus értelmezés jellemző. E legutolsó nézet szintén többféle attitűdöt elismer, azonban mind közül egyértelműen a vallást tekinti a többi felett állónak. Az eredeti skálát szekularizált környezetben élő, katolikus keresztény mintára dolgozták ki és validálták Belgiumban. Fontos eleme, hogy a vallást elutasító, kritikai attitűd is vizsgálható vele (amit például a ROS nem tesz lehetővé), mivel így a transzcendenciát elfogadók (azaz a vallásosak) körében két csoport különíthető el: egy kritika előtti, és egy kritikát már megfogalmazott és átdolgozott, kritika utáni (innen a skála elnevezése). Ezért Wulff a második naivitást tartja a vallásosság érettebb formájának, mely feltételezi a hittel kapcsolatos ellentmondások feloldását, míg a külső kritikát és a relativizmust köztes állapotoknak, így elmélete egyben vallásos fejlődéseméletként is fölfogható.

Alexitímia

Az alexitímiát hagyományosan érzelmszabályozási deficitek egy specifikus mintázataként definiálják Sifneos (1973) nyomán (Taylor, Bagby, Parker, 1991). Maga a kifejezés görög eredetű, az érzelmekre vonatkozó szavak hiányát jelöli, ahol az „a” fosztóképző, a „lexis” kifejezés, míg a „thymos” az érzelem. Sifneos eredetileg pszichoszomatikus betegségek tipikus kísérőjeként írta le a jelenséget, ennek ellenére felmerült az elképzelés, hogy bizonyos életkörülmények között, átmenetileg adaptív szerepet is betölthet – Csenki (2011)

disszertációjában például az alexitímiának az anorexiával való megküzdésben betöltött szerepét elemzi. A fogalom a legszabatosabban talán az érzelmek átélésére való képtelenségeként ragadható meg.

Az alexitímia napjainkra kialakult, multidimenzionális felfogása szerint a jelenség négy fő összetevője a következő: (1) a szubjektív érzések felismerésének és leírásának nehézsége, különösen a másokkal való kommunikáció során, (2) a testi érzésekhez kötődő érzelmi arousal és a valódi érzések különválasztásának nehézsége, (3) fantáziahiány, szegényes képzeleti tevékenység, és (4) az aktuális külső ingerekre irányuló kognitív stílus (Eizaguirre et al., 2004; Zonnevillle-Bender et al., 2002).

Az érzelmek átélésének problémája azonban nem jelenti az érzelmi élmény teljes hiányát, sokkal inkább egyfajta differenciálatlan állapotot, amelyben pozitív és negatív élmények egyaránt megjelennek. Ennek a működésnek a következtében sokkal nehezebbé válik az érzelmi élményeknek az emlékekkel, múltbeli eseményekkel vagy a fantáziákkal való összekapcsolása. A differenciálatlan állapotok miatt az egyén diffúz belső feszültsége megnövekszik, ami könnyen vezethet heves, de átélés nélküli kitörésekhez. Az alexitímia pontos okairól, mibenlétéről azonban máig megoszlanak a vélemények, bár annyi bizonyos, hogy gyakran társul mentális és pszichoszomatikus megbetegedésekkel. Szubklinikai kórkép (Nemiah et al, 1976) lévén, bizonyos fokig egészséges személyeket is jellemezhet, mérése pedig rendszerint a Torontói Alexitímia Skálával történik (lásd később), melynek alkalmazására számos normatív mintán is akad példa, nem kizárólag klinikai kutatásokban (pl. Laible, 2007).

Elméleti kapcsolódási pontok

Kutatási felvetéseimet egyrészt elméleti, másrészt empirikus előzményekre építettem. A következő rész ezeket mutatja be.

Allport (1954, 1956) szerint az érett személyiség hatékony elemző, elkülönítő és szintetizáló képességgel rendelkezik, komplex, kritikus és reflektív. Addig nem lehet egy személyiség érett, amíg a gyermekkor hitét kritikusan és reflektíven meg nem vizsgálja és értelmezi. Az elkülönítés ugyanakkor nem csak a kritikai látásmódot követeli meg, hanem egyfajta szintetikus funkciót is. A legjobb példa erre talán a vallás és tudomány kapcsolata, az érett személyiséggel rendelkező emberek képesek a kettőt összehangolni. Akik nem alakítottak ki megfelelő elkülönítő rendszert, gyakran nem reflektíven állnak hozzá a világhoz és konfliktusokkal terheltek, például több rosszindulattal, aggodalommal és előítéllettel rendelkeznek. Allport szerint továbbá a legfontosabb eltérés az érett és az éretlen személyiség között alapvetően különböző dinamikájukban rejlik. Az éretlen személyiségek csak a pszichológiai szükségletek kielégítésére törekszenek, míg az érett személyiség kevésbé kiszolgáltatott pillanatnyi vágyainak, saját maga irányítja a motivációit, ezért viselkedésében következetesebb és érzelmileg stabilabb, érzéseit hatékonyabban képes kezelni. További jellemzője a közösséggel való törődés és az a tendencia, hogy folyamatosan új nézetek felé tekint, valamint a heurisztikus felfogás, azaz hogy úgy is képes működni, hogy nem biztos mindenben, mivel tudja, hogy nem ismeri teljesen a világot, és nem is lehet képes azt teljesen megismerni. Számára a kétség, az ellentmondásosság természetes, éppen ezért sokkal inkább képes azt tolerálni. Mint fentebb láttuk, Duriez (2003a, 2004b) szerint a szimbolikus vallásértelmezés szintén kapcsolatban áll az ellentmondások és az ambivalencia sikeresebb kezelésével, ami az alexitím személyeknek éppen az egyik gyenge pontja. Párhuzam vonható továbbá kognitív stílus tekintetében is: míg az érett személyiségre ennek nyitottabb és rugalmasabb formája jellemző (konkrétumokban gondolkodás helyett), addig az alexitímiásokról ennek éppen az ellentéte mondható el.

Empirikus kapcsolódási pontok

Az alexitímia és a vallásos irányultság talán egyik legközpontibb – és igen behatóan kutatott – érintkezési pontja az érzelmi intelligencia. Itt megemlítenéd Ellen Paek (2006) kutatása, amiben többek között az észlelt érzelmi intelligencia és az allporti vallási orientációk kapcsolatát vizsgálta keresztények körében. A Salovey és Mayer (1990) modelljéből levezetett észlelt érzelmi intelligenciát a Trait Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995) kérdőívvel mérte; a konstruktum a figyelembe vett vallásgyakorlási magatartásformákkal nem függött össze, ellenben az intrinzik orientáció a TMMS összpontszámmal, valamint annak három összetevője – érzésekre irányuló figyelem, érzelmi megértés vagy tisztázódás és a képesség mások érzelmeinek koordinálására – közül az érzelmi megértéssel, továbbá bizonyos empátikus készségekkel (empátiás beleélés és perspektíva-átvétel). Az extrinzik orientáció egyedül az érzelmi megértéssel korrelált (negatívan). További összekötő kapocs az alexitímiára jellemző konkrét, pragmatikus gondolatok és tevékenységek előtérbe helyezése az érzelmi élettel szemben, a fantázia és a szimbolikus gondolkodás leegyszerűsödése, az álmok és a képzelet szintelen, a mindennapok szintjén való megrekedtsége (vö. értelmezési mód), a hasznosság alapján értelmezett világ (vö. extrinzik orientáció) és az empátia, a másokkal való együttérzés nehézsége (vö. intrinzik orientáció, szimbolikus értelmezés és érzelmi intelligencia). Sem az alexitímia, sem az intrinzik orientáció, sem pedig az értelmezési mód nem független tehát az érzelmi intelligenciától, továbbá az alexitímia és az értelmezési mód a kognitív stílustól. Az alexitím tünetek összefoglalásáról Frawley és Smith (2001) ír részletesebben.

Módszer

Alanyok

Egészséges, túlnyomó részt fiatal felnőttkorú, erősen vallásos személyek alkották a vizsgálati mintát. Összesen 116-an töltötték ki a kérdőíveket, közülük 35 férfi és 72 nő. 95-en felsőfokú végzettséggel rendelkeztek vagy felsőfokú tanulmányokat folytattak, az átlagos életkor 26 év volt, a legfiatalabb kitöltő 18, a legidősebb 55 éves. Az elemzésből való kivételre a vallás iránti közöny, illetve elutasítás esetén került sor. Ezt a következő feltételek együttes teljesülésével határoztam meg: az illető nem tartozik felekezethez, a vallási önbesorolásra vonatkozó kérdésre vagy a „Nem vallásos, engem ilyesmi nem érdekel.”, vagy a „Nem tudom megmondani, hogy vallásos vagyok-e vagy nem.”, a „Mennyire fontos számodra a vallás, vallásosság témája akár pozitív, akár negatív értelemben? Mennyire foglalkoztat?” kérdésre az „Alig vagy egyáltalán nem.”, „Kis mértékben.”, vagy a „Valamennyire.” válaszok egyikét jelölte meg, a vallásos szertartásoknak pedig csak alkalmi látogatója, tehát az erre vonatkozó kérdésre az „Időről időre, egy évben több mint egyszer.”, „Csak karácsonykor, húsvétkor vagy egyéb nagy ünnepen.”, vagy a „Soha, vagy szinte soha.” válaszok egyikét adta. Mivel az Allport-féle Intrinzik-Extrinzik orientációt mérő kérdőív egyes tételei a vallást tudatosan elutasítók, ateisták számára értelmezhetetlen, ezért az ő válaszaikat szintén kihagytam, így módon is növelve a minta homogenitását és ezáltal az eredmények megbízhatóságát. Mindezek alapján kilenc főt nem vettem bele az elemzésbe, így tehát a statisztikai analízist 107 személy válasza alapján végeztem.

Eljárás

A személyek online formátumban töltötték ki a kérdőíveket, a mintavétel hozzáférhetőségi alapon történt és feltételezhető, hogy elsősorban azok válaszoltak, ami felveti a nem random mintavételi hiba lehetőségét. A kitöltés teljességgel önkéntes és anonim módon történt, igény esetén mindenki kapott visszajelzést jelígés úton (azok is, akiket végül nem vettem bele az elemzésbe).

Eszközök

Religiosity Orientation Scale (ROS)

A ROS (Religious Orientation Scale) egy főleg Amerikában elterjedt, vallásosságot mérő skála, Intrinzik-Extrinzik skálának is nevezik. A két alskála nem független, de nem alkot egyetlen folyamatos dimenziót sem. Az eredeti kérdőív (Allport és Ross, 1967) egy továbbfejlesztett változatát Gorsuch és Venable (1983) dolgozta ki. Ennek magyarra fordítása és itthoni mintán való egyik első alkalmazása Murányi István (2004) nevéhez köthető. A vallási orientációt és az előítéletességet vizsgáló tanulmányában a teljes extrinzik alskálára 0,64-es, két tétellel csökkentett változatára 0,72-es, míg az intrinzik alskálára 0,91-es Cronbach-alpha értéket kapott. Munkámban az általa fordított kérdőívet alkalmaztam. Az eszköz hátrányaként szokás említeni, hogy a vallás elutasítását, az ateizmust nem képes kezelni, azonban mintám jellegéből adódóan a jelen esetben ez vélhetően nem okoz problémát. Ugyanakkor tekintve, hogy amerikai kultúrkörnyezetben fejlesztették ki, az eredendően keresztény és európai körülmények között szerkesztett Kritika Utáni Vallásosság Skálával való összevetése izgalmas lehetőséget teremt mind kultúrközi összehasonlítás, mind pedig módszertani szempontból.

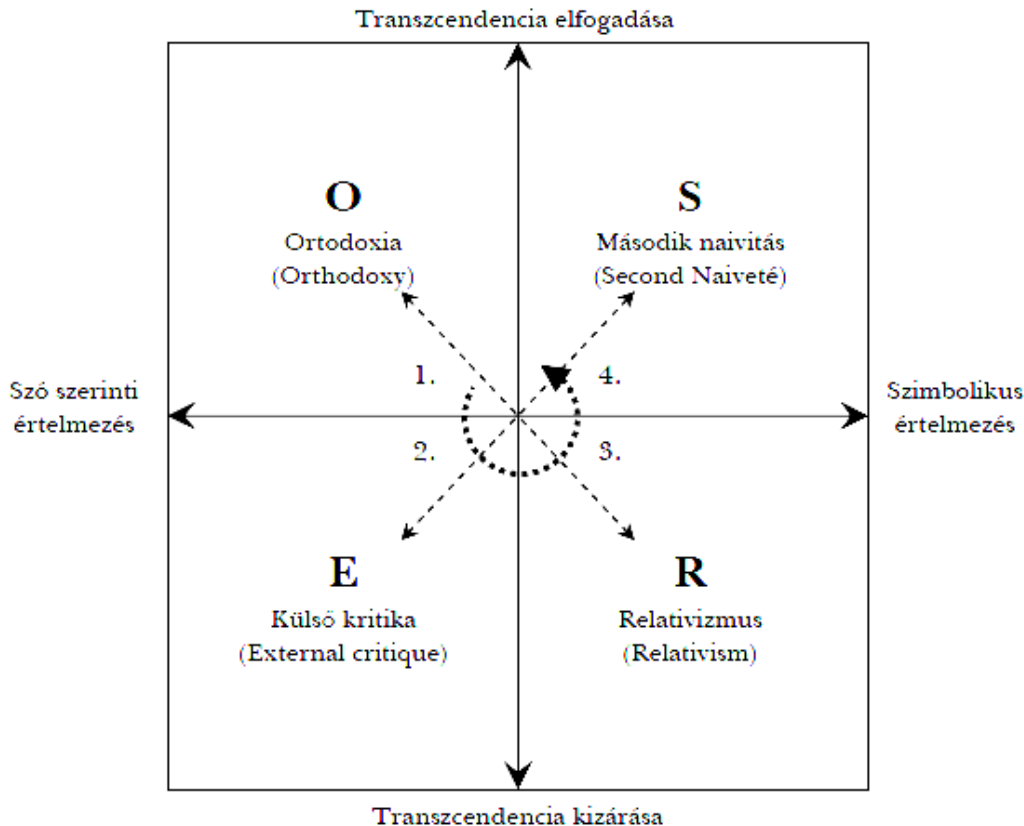
Torontói Alexitímia Skála (TAS-20)

A kezdetben 26 itemet tartalmazó önbeszámoló kérdőív kialakítását a torontói egyetemen kezdték meg az 1980-as években, az empirikus és racionális skálaszerkesztés elveit egyaránt felhasználva. A később tisztázódó módszertani nehézségek miatt azonban további átdolgozásra lett szükség, így született meg a jelenleg széles körben alkalmazott, 20 itemes változat, amely egyrészt magában foglalja az alexitímia Sifneos által 1973-ban leírt tüneteit, az érzelmek azonosításának és szóbeli kifejezésének nehézségeit és a külső ingerektől vezérelt kognitív stílust, másrészt a korábbi verziónál lényegesen jobb pszichometriai mutatókkal jellemezhető. Konfirmációs faktoranalízissel létrehozott, klinikai és normatív mintán egyaránt stabilnak bizonyult háromfaktoros struktúrája a következő: 1., az érzelmek azonosításának nehézségei, 2., az érzelmek kifejezésének nehézségei és 3., kifelé orientált kognitív stílus (Bagby, Parker és Taylor, 1991). A teszt magyar nyelvű változatában (Cserjési, Luminet, Lénárd, 2007) az adaptációt végző szerzők a harmadik faktort pragmatikus gondolkodásnak nevezik. A skála alkalmazása többféleképpen történhet: kezelhető egyetlen dimenzióként és a három alfaktort külön-külön kiszámítva is.

Kritika Utáni Vallásosság Skála (PCBS)

Az eredeti kérdőívet Hutsebout és munkatársai (1996) dolgozták ki a Leuveni Katolikus Egyetemen (Horváth-Szabó, 2003). A Wulff (1997) által leírt két fő dimenzió (transzcendens realitás bevonásának mértéke és a vallásos realitás és a vallásos kijelentések értelmezésének módja) a vallásossággal kapcsolatos négyféle lehetséges attitűdöt jelöl ki, melyek a dimenziók egy-egy szélső értékének párosításával jellemezhetők. Az első az ortodoxia (Orthodoxy, O), a „transzcendencia elfogadása szó szerinti értelmezéssel”, a második a külső kritika (External

Critique, E), a „transzcendencia elutasítása szó szerinti értelmezéssel”, a harmadik a relativizmus (Relativism, R), a „transzcendencia elutasítása szimbolikus értelmezéssel”, a negyedik pedig a második naivitás (Second Naiveté, S), a „transzcendencia elfogadása szimbolikus értelmezéssel” pozíciója (lásd az első ábrát).



1. ábra. A Kritika Utáni Vallásosság Skála elméleti háttérének fő dimenziói, és ezek kapcsolata a vallási attitűdök négy lehetséges pozíciójával (utóbbiak átlós szaggatott nyíllal jelölve). A pozíciók sorszámozása egy elméletileg lehetséges fejlődési sorrendre utal.

Saját felvetések

Felmerülhet a kérdés, vajon miért éppen hitbéli ambivalencia szerepel a címben? Jelen esetben abból indultam ki, hogy ha valaki erősen elkötelezett a vallása és vallásos közössége iránt, akkor a tanítások megkérdőjelezésére irányuló gondolatai, kétségei, esetleges egyet nem értése könnyen belső ellentmondásokhoz, hitbéli ambivalenciához vezethet, így a külső kritikai alskálán elért pontok a vizsgált, vallási szempontból specifikus mintában az ambivalencia egy mutatójának tekinthetők. Ennek egy lehetséges következménye az ezekből fakadó negatív érzelmek kezelésére azok át nem élése, az alexitím működésmód kialakulása, elsősorban a szó szerint értelmező, dogmatikusan gondolkodó, illetve az extrinzik orientált személyeknél (mivel a vallás eszközként való értelmezése alapvetően ellentétes annak lényegi mondanivalójával). Ily módon ebben a csoportban a vallás elutasítására vonatkozó külső kritikai attitűd jelenléte magasabb alexitímia-értéket indukálna, míg a szintén szó szerinti értelmezéssel jellemzhető ortodox

attitűddel nem feltételezek hasonló összefüggést, mivel a transzcendenciához való viszonyban itt nincs ellentmondás vallási elkötelezettséggel. Hasonló gondolatmenetet követve a szimbolikusan értelmező második naivitási, illetve relativista attitűd és az alexitímia között nem várok összefüggést.

Allportnak az érett személyiséget leíró koncepciójából és az előző pontban leírt frissebb empirikus kutatási eredményekből kiindulva az alexitímiának az intrinzik orientációval való negatív, míg az extrinzikkel pozitív korrelációjára számítok.

Kutatási kérdésként felvethető még az extrinzik orientáció és az ortodox attitűd, illetve az intrinzik orientáció és a második naivitási attitűd hasonlósága, pozitív korrelációja, ami az eltérő elméleti keretek között, más időben és kultúrkörnyezetben kidolgozott mérőeszközök erős konvergens validitását támogatná.

Hipotézisek

1. Pozitív korreláció az alexitímia és a külső kritikai attitűd között.
2. Pozitív korreláció az alexitímia és az extrinzik vallási orientáció között.
3. Negatív korreláció az alexitímia és az intrinzik vallási orientáció között.
4. Pozitív korreláció az extrinzik orientáció és az ortodox attitűd között.
5. Pozitív korreláció az intrinzik orientáció és a második naivitási attitűd között.

Adatelemzés

Az adatokat az SPSS 17 programcsomaggal elemeztem, a változók normalitás- és reliabilitásvizsgálata után és egyszerű korrelációs módszerrel. A TAS-20 és a ROS skáláinak a PCBS-eredményeivel való összevetésére a Spearman-féle rangkorrelációs mutatót használtam, mivel az első kettő öt-, a PCBS pedig hétfokú Likert skálán mér.

Eredmények

A skálák

Az eloszlások normalitásvizsgálatakor egyedül az extrinzik alskála és az alexitímia-összpontszám felelt meg a kritériumnak, a TAS-20 és a PCBS alskálái, valamint az intrinzik alskála nem, ami mindenképpen az eredmények fenntartásokkal való kezelésére int. A ROS két alsálája egymástól függetlennek bizonyult, a PCBS összetevői azonban nem egyöntetűen, továbbá a két kérdőív elméleti konstruktumai nem függetlenek egymástól; az ortodox alskála igen markáns szignifikáns negatív együttjárást mutat a külső kritikával ($p=0,001$, $r=-0,41$) és a relativizmussal ($p=0,001$, $r=-0,47$), melyek pedig egymással vannak erős pozitív korrelációban ($p=0,001$, $r=0,62$).

Megállapítható az is, hogy az intrinzik alskála az ortodox attitűdhez erősen hasonló ($p=0,001$, $r=0,59$), a külső kritikai ($p=0,001$, $r=-0,57$) és relativista ($p=0,001$, $r=-0,52$) attitűddel pedig ellentétes konstruktumot mér. Kisebb, de szintén szignifikáns korreláció található az intrinzik orientáció és a második naivitás ($p=0,001$, $r=0,28$), az extrinzik orientáció és az ortodox attitűd ($p=0,001$, $r=0,24$), az ortodox attitűd és a második naivitás ($p=0,001$, $r=0,21$) és a külső kritika és a második naivitás ($p=0,02$, $r=-0,22$) között (ez utóbbi negatív, lásd az első táblázatot).

Az alskálák közötti korrelációk és szignifikanciaszintjük

		Intrinzik	Extrinzik	Ortodox	Külső kritika	Relativiz- mus	Második naivitás
Intrinzik orientáció	rho		0,61	0,59**	-0,57**	-0,52**	0,28**
	szig		0,53	0,001	0,001	0,001	0,001
Extrinzik orientáció	rho	0,61		0,24**	0,07	0,01	0,15
	szig	0,53		0,001	0,49	0,94	0,13
Ortodox attitűd	rho	0,59**	0,24**		-0,41**	-0,47**	0,21*
	szig	0,001	0,001		0,001	0,001	0,03
Külső kritikai attitűd	rho	-0,57**	0,07	-0,41**		0,62**	-0,22*
	szig	0,001	0,49	0,001		0,001	0,02
Relativista attitűd	rho	-0,52**	0,01	-0,47**	0,62**		0,07
	szig	0,001	0,94	0,001	0,001		0,45
Második naivitás	rho	0,28**	0,15	0,21*	-0,22*	0,07	
	szig	0,001	0,13	0,03	0,02	0,45	

1. táblázat. A vallásosságra vonatkozó skálák egymás közti korrelációi és szignifikanciaszintjük. Jelölés: * $p < 0,05$, ** $p < 0,001$.

Mivel a ROS extrinzik alskálája az összes többihez képest alacsony (0,57) Cronbach-alfa értéket mutatott, ezért új faktoranalízist végeztem a teljes kérdőíven (a KMO-mutató ehhez megfelelőnek bizonyult, 0,76-os értéket mutatott). Ennek alapján, mivel egyes tételek nem az eredeti kiértékelés szerinti alskálájukon súlyozódtak (hanem a másikon ellentétes irányban), új kiértékelést készítettem (eredetileg az 1-7 itemek tartoztak az intrinzik, a 8-19 itemek az extrinzik alskálához, lásd a mellékletben). Saját faktoranalízisem szerint az intrinzik alskála itemei: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10 (fordított), 15 (fordított), 19 (fordított), az extrinziké pedig: 9, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18. A további elemzések során ezt a sémát használtam.

A többi skála reliabilitása igen magas, a Cronbach-alfa értékek a következők: intrinzik orientáció: 0,88; extrinzik orientáció: 0,68; ortodox attitűd: 0,79; külső kritika: 0,85; relativizmus: 0,66; második naivitás: 0,69; alexitímia-átlagpont: 0,87; érzelmi azonosítás: 0,84; érzelmek kifejezése: 0,81; pragmatikus gondolkodás: 0,61. Valamennyi skála reliabilitása igen magasnak tekinthető. A második táblázat ezek főbb leíró adatait foglalja össze.

Az egyes változók jellemzői

Változó/jellemző	Átlag	Szórás	Alpha	Pontozás	Eloszlás
Intrinzik	3,78	0,73	0,88	5-ig	nem normál
Extrinzik	2,29	0,57	0,68	5-ig	normál
Ortodox	3,51	1,26	0,79	7-ig	nem normál
Külső kritika	2,24	1,15	0,85	7-ig	nem normál
Relativizmus	3,93	1,1	0,66	7-ig	nem normál
Második naivitás	5,21	0,95	0,69	7-ig	nem normál
TAS-20 átlag	2,31	0,7	0,87	5-ig	normál
Érzelmi azonosítás	2,32	0,91	0,84	5-ig	nem normál
Érzelmek kifejezése	2,58	1	0,81	5-ig	nem normál

Pragmatikus gondolkodás	2,16	0,72	0,61	5-ig	nem normál
-------------------------	------	------	------	------	------------

2. táblázat. A vizsgált változók leíró jellemzői

Az alexitímia és az egyes vallási orientációk kapcsolatáról megállapítható, hogy jelen van egy alacsony, de szignifikáns pozitív korreláció az ortodox attitűd és alexitímia-átlagpont ($p=0,04$, $r=0,2$), illetve a TAS-20 érzelmi azonosítás alskálája ($p=0,02$, $r=0,24$), továbbá negatív a második naivitás és az érzelmek kifejezése alskála ($p=0,03$, $r=-0,21$) között. Leolvasható még az intrinzik orientáció és a pragmatikus gondolkodás tendenciózus negatív ($p=0,05$, $r=-0,19$) együttjárása (lásd a harmadik táblázatot).

Az alexitímia-pontszámok és a vallásos attitűdök közötti korrelációk és szignifikanciaszintjük

		TAS-20 átlagpont	Érzelmi azonosítás	Érzelmek kifejezése	Pragmatikus gondolkodás
Intrinzik orientáció	rho	-0,11	-0,37	-0,12	-0,19
	szig	0,28	0,71	0,24	0,05
Extrinzik orientáció	rho	0,13	0,15	0,06	0,06
	szig	0,2	0,13	0,55	0,55
Ortodox attitűd	rho	-0,05	-0,09	-0,4	0,04
	szig	0,62	0,36	0,67	0,72
Külső kritikai attitűd	rho	0,2*	0,24*	0,14	0,15
	szig	0,04	0,02	0,16	0,11
Relativizmus	rho	0,05	0,03	0,08	0,04
	szig	0,62	0,78	0,38	0,69
Második naivitás	rho	-0,15	-0,08	-0,21*	-0,12
	szig	0,44	0,44	0,03	0,21

3. táblázat. Az alexitímia-átlagpontok, illetve az egyes összetevők vallási attitűdökkel való korrelációi és a hozzájuk tartozó szignifikanciaszintek. Jelölés: $*p<0,5$.

Egy további érdekes fejlemény, hogy a teljes minta alexitímia-pontszáma az egymintás T-próba szerint lényegesen ($p=0,001$, $t=18,5$, $df=106$) magasabbnak bizonyult a Cserjési és munkatársai (2007) által ugyancsak egyetemista mintán kapott magyar sztendertnél. A saját mintám TAS-20 összpontszámának átlaga 46 lett (minimum=24, maximum=72, szórás=13), míg Cserjésiéknél 23. (A statisztikai analízishez az egyértelműbb összehasonlíthatóság végett mindenhol a TAS-20 átlagpontszámát használtam.) Tíz résztvevő lépte át a Taylor, Parker és Bagby (1996) által javasolt klinikai határértéket (60 pont). Ennek értelmezéséhez azonban mindenképpen további kutatás lenne szükséges.

A vallási attitűdök mérőszámai nem különböztek szignifikánsan a korábban magyar mintán kapottaktól.

Megbeszélés

Mint látható, a vallási orientációk és az alexitímia összefüggésére vonatkozó hipotézisek közül egyedül az első igazolódott, mely szerint a külső kritikai attitűd magasabb alexitímia-értékekkel

jár együtt, illetve nem várt eredmény a második naivitás és a pragmatikus gondolkodás tendenciózus pozitív együttjárása. Mivel azonban a pragmatikus gondolkodás a TAS-20 leginstabilabb alskálája, továbbá a második naivitás a TAS-20 egészétől függetlennek tűnik egyedül ennyivel nem tekinthető megalapozottnak az alexitímia és a második naivitás negatív összefüggése. A ROS skálái és az alexitímia nem mutattak egyértelmű összefüggést.

A negyedik és ötödik hipotézissel összhangban szignifikáns együttjárás mutatható ki az intrinzik orientáció és a második naivitás ($p=0,001$, $r=0,28$), illetve az extrinzik orientáció és az ortodox attitűd ($p=0,001$, $r=0,24$) között, azonban előre nem várt eredmény, hogy az intrinzik orientáció és az ortodox attitűd közötti pozitív ($p=0,001$, $r=0,59$), illetve ugyanezen intrinzik orientáció és a külső kritika ($p=0,001$, $r=-0,57$), valamint a relativizmus ($p=0,001$, $r=-0,52$) közötti korreláció jóval magasabb, mint az intrinzik orientáció második naivitással való pozitív korrelációja ($p=0,001$, $r=0,28$). Mind a két ROS-alskála az ortodox attitűddel mutat erős pozitív korrelációt, a transzcendencia elutasításával jellemzhető külső kritikával és relativizmussal egyaránt pedig az intrinzik orientáció mutat erős negatív irányú összefüggést, ami arra utal, hogy sem a PCBS alskálái egymástól, sem pedig a ROS alskáláktól nem függetlenek, ezért a jövőbeli könnyebb értelmezhetőségük érdekében további módszertani finomításukra lenne szükség. Valamennyi PCBS alskála elsősorban a transzcendencia elfogadásának dimenziójára referált, az értelmezési mód interpretációm szerint kevésbé jelent meg bennük.*

A kutatás korlátjaként említhető a vallásosság „minőségére” vonatkozó változók nem normál eloszlása, és hogy az egyes attitűdök különböző mértékben és nem kizárólagosan jellemeznék egy-egy személyt, így nem lehetett tiszta típusokat elkülöníteni, erre legfeljebb rendkívül szélsőséges értékekkel jellemzhető vizsgálati személyekkel lehetne mód, illetve adott személyt egyidejűleg több attitűd is jellemezhet nagyjából azonos mértékben. Figyelembe veendő továbbá a mintában kapott megdöbbenően magas alexitímia-összpontszám, a változók zömének nem normál eloszlása (magas értékek a transzcendencia bevonásával jellemzhető alskálákon és alacsony az elutasító attitűdök tekintetében, ami erőteljes vallási meggyőződésre utal) és a hozzáférhetőségi mintavételből adódó esetleges nem random hibának minősülő torzítás. A korábban elmondottakon túl egy másik továbbfejlesztési lehetőség a vizsgált összefüggések más csoportokban (például vallástalanok, ateisták) való tesztelése és ezen csoportok összehasonlítása a további eredmények fényében.

Köszönet

Köszönöm témavezetőmnek, Kelemen-Szilágyi Adriennek minden segítségét, biztatását, támogatását és tisztázó szakmai meglátásait a munka során. Ezúton is köszönetet szeretnék mondani továbbá valamennyi résztvevőnek, akik így módon hozzájárultak a dolgozat létrejöttéhez.

Felhasznált irodalom

Allport, G. W. (1950). *The Individual and His Religion*. New York, Macmillan.

*Újabban ismeretes a skálának egy, a dimenziókat kinyerő értékelési módja (magyarul ismerteti Martos et al, 2009), ám az ennek végrehajtásához szükséges statisztikai eljárást, az úgynevezett Prokrutész-forgatást az SPSS programcsomag nem tartalmazza, az ehhez szükséges speciális kiegészítő szoftvert pedig nem tudtam elérni.

Allport, G. W. (1966). The Religious Context of Prejudice. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 5, 447-457.

Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5, 432-443.

Ciarrochi, J., Scott, G., Deane, F. P., & Heaven, P. C. L. (2003). Relations between social and emotional competence and mental health: a construct validation study. *Personality and Individual Differences*, 35, 1947-1963.

Csenki, L. (2011). *Érzelemszabályozás a serdülőkori anorexia nervosában*. Doktori Disszertáció.

Cserjési, R., Luminet, O., & Lénárd, L. (2007). A Torontói Alexitímia Skála (TAS-20) magyar változata: Megbízhatósága és faktorvaliditása egyetemista mintán. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 62, 355-368.

Davis, S. K., & Humphrey, N. (2012). Emotional intelligence predicts adolescent mental health beyond personality and cognitive ability. *Personality and Individual Differences*, 52, 144-149.

Csenki, L. (2011). *Érzelemszabályozás a serdülőkori anorexia nervosában*. Doktori Disszertáció.

Cserjési, R., Luminet, O., Lénárd, L. (2007). A Torontói Alexitímia Skála (TAS-20) magyar változata: Megbízhatósága és faktorvaliditása egyetemista mintán. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 62, 355-368.

Dezutter, J., Soenens, B., Hutsebaut, D. (2006). Religiosity and mental health: A further exploration of the relative importance of religious behaviors vs. religious attitudes. *Personality and Individual Differences*, 40, 807-818.

Duriez, B. (2003a). Religiosity and conservatism revisited: relating a new religiosity measure to the two main conservative political ideologies. *Psychological Reports*, 92, 533-539.

Duriez, B. (2004b). Taking a closer look at the religion-empathy relationship: Are religious people nicer people? *Mental Health, Religion and Culture*, 7, 249-254.

Duriez, B., & Soenens, B. (2006). Personality, identity styles, and religiosity: an integrative study among late and middle adolescents. *Journal of Adolescence*, 29, 119-135.

Eizaguirre, A. E., de Cabezón, A. O. S., de Alda, I. O., Olariaga, L. J., & Juaniz, M. (2004). Alexithymia and its relationship with anxiety and depression in eating disorders. *Personality and Individual Differences*, 36, 321-331.

Fontaine, J. R. J., Duriez, B., Luyten, P., Hutsebaut, D. (2003). The internal structure of the Post-Critical Belief scale. *Personality and Individual Differences*, 35, 501-518.

- Fontaine, J. R. J., Duriez, B., Luyten, P., Corveleyn, J., & Hutsebaut, D. (2005). Consequences of a Multidimensional Approach to Religion for the Relationship Between Religiosity and Value Priorities. *International Journal for the Psychology of Religion*, 15, 123–144.
- Frawley, W., & Smith, R. N. (2001). A processing theory of alexithymia. *Journal of Cognitive System Research*, 2, 189–206.
- Gorsuch, R. L., & McPherson, S. E. (1989). Intrinsic/extrinsic measurement: I/E-revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 348–354.
- Horváth-Szabó, K. (2003). Hazai vizsgálatok a Kritika Utáni Vallásosság skálával. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 58, 127–152.
- Hutsebaut, D. (1996). Post-Critical Belief: a new approach to the religious attitude problem. *Journal of Empirical Theology*, 9, 48–66.
- Joukamaa, M., Sohlman, B., & Lehtinen, V. (1995). Alexithymia in primary health care patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 39, 833–842.
- Kézdy, A., Martos, T., Boland, V., & Horváth-Szabó, K. (2011). Religious doubts and mental health in adolescence and young adulthood: The association with religious attitudes. *Journal of Adolescence*, 34, 39–47.
- Kiszely, T. (2011). *Vallásosság Írországban és Magyarországon*. Szakdolgozat.
- Kopp, M., Székely, A., & Skrabski, Á. (2006). Vallásosság és életminőség az átalakuló társadalomban. In: Kopp, M., & Kovács, M. E. (szerk.). *A magyar népesség életminősége az ezredfordulón*. Semmelweis Kiadó, Budapest, 156–166.
- Kököneyi, Gy. (2008). *Érzelemszabályozás krónikus fájdalomban*. Doktori Disszertáció.
- Kuyken, W., & Orley, J. (1995). The WHO quality of life assesment. *Social Science and Medicine* 41, 1403–1409.
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences* 43, 1185–1197.
- Martos, T., Kézdy, A., Robu, M., Urbán, S., & Horváth-Szabó, K. (2009). Újabb adatok a Kritika Utáni Vallásosság Skála alkalmazásához – elmélet és módszertan. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 64, 643–669.
- Maselko, J., & Kubzansky, L. D. (2006). Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey. *Social Science & Medicine*, 62, 2848–2860.
- Mikolajczak, M., & Luminet, O. (2006). Is alexithymia affected by situational stress or is it a stable trait related to emotion regulation? *Personality and Individual Differences*, 40, 1399–1408.

Modestin, J., Furrer, R., & Malti, T. (2004). Study on alexithymia in adult non-patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 56, 707-709.

Murányi, I. (2004). Fiatalok vallásos szocializációja és előítéletessége. *Educatio*, 4, 583-594.

Nemiah, J. C., Freyberger, H., & Sifneos, P. E. (1976). Alexithymia: a view of the psychosomatic process. *Modern Trends in Psychosomatic Medicine*, 3, 430-439.

Paek, E. (2006). Religiosity and perceived emotional intelligence among Christians. *Personality and Individual Differences*, 41, 479-490.

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.

Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In: Pennebaker, J. W. (szerk.). *Emotion, disclosure, & health*. Washington, APA, 125-154.

Sifneos, P. E. (1973). The prevalence of alexithymic characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 22, 255-262.

Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1991). The alexithymia construct: A potential paradigm for psychosomatic medicine. *Psychosomatics*, 32, 153-164.

Taylor, G. J., Parker, J. D., & Bagby, R. M. (1996). Relationship between alexithymia and psychological characteristics associated with eating disorders. *Journal of Psychosomatic Research*, 41, 561-568.

Wulff, D. M. (1997). *Psychology of religion: classic and contemporary*. John Wiley and Sons, New York.

Zonnevylle-Bender, M. J. S., van Goozen, S. H. M., Cohen-Kettenis, P. T., van Elburg, A., & van Engeland, H. (2002). Do adolescent anorexia nervosa patients have deficits in emotional functioning? *European Child and Adolescent Psychiatry*, 11, 38-42.

Mellékletek

A ROS itemei

1. Az imával elmélkedéssel eltöltött idő fontos számomra.
2. Gyakran előfordult már, hogy intenzíven éreztem Isten jelenlétét.
3. Nagyon törekszem arra, hogy az egész életemet a vallásos hitemnek megfelelően éljem.
4. A vallásom azért fontos számomra, mert választ ad sok olyan kérdésre, amely az élet értelmére vonatkozik.

5. Az egyház szervezésében működő különböző gyülekezeti csoportok közül leginkább az érdekel, amelyekben a biblia tanulmányozásával foglalkoznak.
6. Az élethez való viszonyomat teljességgel a vallásom határozza meg.
7. Az egyedül elmondott imáim, olyan fontosak nekem, mint a templomiak.
8. Szívesen olvasok a vallásomról.
9. Azért járok templomba, mert ott barátságot köthetek.
10. Nem számít miben hiszek, amíg jó vagyok.
11. Előfordul, hogy a hitemmel ellentétesen kell viselkednem, mert különben megszólnának az emberek.
12. Leginkább azért imádkozom, hogy megkönnyebbülést és oltalmat kapjak.
13. A vallásom leginkább vigaszt ad nekem, amikor szomorú vagyok, vagy bajban vagyok.
14. Az ima a békeségért és boldogulásért van.
15. Bár vallásos vagyok, nem engedem, hogy ez a mindennapi életemre befolyással legyen.
16. Többnyire azért járok templomba, hogy együtt legyek a barátaimmal.
17. Leginkább azért járok templomba, mert jó találkozni az ottani ismerősökkel.
18. Elsősorban azért imádkozom, mert így tanították.
19. Bár hiszek a vallásomban, sok más dolog fontosabb ennél az életben.

A Kritika Utáni Vallásosság Skála itemei

1. A Biblia mély igazságot tartalmaz, amely csak személyes kereséssel tárul fel.
2. Ha az ember meg akarja érteni a csodákat tartalmazó bibliai elbeszéléseket, mindig saját történelmi összefüggésükbe kell helyezni őket.
3. Csak akkor élhet értelmes életet az ember, ha hívő.
4. Isten egyszer, s mindenkorra meghatározott, tehát változhatatlan.
5. A hit inkább szép álm, amely illúzióknak tűnik akkor, amikor az ember szembesül az élet keménységével.
6. A Biblia „menetrend” isten kereséséhez, nem történelmi elbeszélés.
7. Bár a modern gondolkodással ellentétes, mégis hiszem, hogy Szűz Mária valóban szűz volt Jézus születése előtt és után.
8. Túl sok emberre gyakoroltak nyomást Isten nevében ahhoz, hogy hinni lehessen.
9. Minden Istenről szóló kijelentést meghatároz az a kor, amelyben megfogalmazták.
10. A Biblia, annak ellenére, hogy a mienktől teljesen eltérő történelmi helyzetben íródott, fontos üzenetet tartalmaz.
11. Csak a nagy hagyományú vallások biztosítják, hogy eljussunk Istenhez.
12. Mivel Jézus elsősorban egy vezérelv számomra, Jézusba vetett hitemet nem befolyásolná, ha kiderülne, hogy valójában sohasem létezett történelmi személyként.
13. A vallás elköteleződés, abszolút bizonyosság nélkül.
14. A vallás az egyetlen, amely minden szempontból értelmet ad az életnek.
15. Ahogy az ember megtapasztalja Istenhez való viszonyát, az mindig a társadalmi összefüggés függvénye.
16. A bibliai történetek hitelessége nem jelentős az Istenben való hitem szempontjából.
17. Minden vallási kérdésre csak egyetlen helyes válasz létezik.
18. Isten csupán egy név, amelyet a megmagyarázhatatlannak adhatunk.

19. Az abszolútumról szóló kijelentések, mint például a dogmák, mindig viszonylagosak maradnak, mivel azokat adott pillanatban élő emberek jelentették ki.
20. A bibliai történetek világa olyan távol van tőlünk, hogy nagyon kicsi a jelentősége számunkra.
21. Fontos vallási kérdésekre csak pap adhat választ.
22. Az emberről és a világról szóló tudományos magyarázatok a vallási magyarázatokat feleslegessé tették.
23. Isten együtt növekszik az emberiség történelmével, ezért változhat.
24. Tudatában vagyok annak, hogy világnézeti felfogásom csak egy lehetőség sok más mellett.
25. Úgy gondolom, hogy a bibliai elbeszéléseket szó szerint kell venni, úgy, ahogy azokat leírták.
26. A sok igazságtalanság ellenére, amelyet a kereszténység sok emberrel szemben elkövet, Krisztus üzenetét értékesnek tartom.
27. Végző soron a hit nem több, mint egy védőháló az emberi szorongásokkal szemben.
28. Az életszemléletre vonatkozó világi és vallási felfogások egyaránt értékes válaszok az élet fontos kérdéseire.
29. A vallás igazi megértéséhez kívülállónak kell lenni.
30. A hit egy gyenge személyiség megnyilvánulása.
31. Az „élet értelme” nem létezik, csupán értelmet adó irányzatok vannak, amelyek mindenki számára különböznek.
32. A vallásos hit gyakran a hatalomszerzés eszköze, és ez gyanússá teszi.
33. Bár sok olyan dologgal nem értek egyet, ami a múltban a kereszténység nevében történt, mégis kereszténynek nevezem magam.

A TAS-20 itemei

1. Gyakran összezavarodom, milyen érzelmet is érzek.
2. Nehezen találok megfelelő szót az érzéseimre.
3. Vannak olyan testi érzeteim, amit még az orvosok sem értenek.
4. Könnyen le tudom írni az érzéseimet.
5. Jobban szeretem elemezni a problémákat, mint csak leírni őket.
6. Mikor nyugtalan vagyok, nem tudom, hogy szomorú, ideges vagy mérges vagyok igazán.
7. A testemben lévő érzések gyakran nyugtalanítanak
8. Jobban szeretem hagyni, hogy a dolgok csak úgy történjenek velem, mintsem igyekezzek megérteni, miért is változtak ilyen módon.
9. Vannak olyan érzéseim, amiket nem tudok teljes mértékben azonosítani.
10. Az érzelmek tudatosítása alapvető dolog.
11. Számomra nehéz leírni, hogy érzek más emberekkel kapcsolatban.
12. Gyakran mondják nekem, hogy fejezzem ki még jobban az érzéseimet.
13. Nem tudom, mi megy végbe bennem.
14. Gyakran nem tudom, hogy miért vagyok mérges.
15. Jobban szeretek másokkal a napi tevékenységükről beszélgetni, mint az érzelmeikről.
16. Szívesebben nézek könnyű szórakoztató műsorokat, mint pszichológiai drámákat.
17. Nehezen tárom fel a legbelsőbb érzelmeimet, még a közeli barátoknak is.
18. Közel tudom magam érezni valakihez még a néma pillanatokban is.
19. Hasznosnak tartom az érzéseim vizsgálatát a személyes problémák megoldásában.
20. Rejtett jelentések keresése elvonja a figyelmemet a filmek és a színházi darabok élvezetétől.

Kiegészítő kérdések

Kérlek, írd be a korod:

Nemed:

Mi a legmagasabb iskolai végzettséged?

1. Alapfok
2. Középfok
3. Felsőfok, vagy folyamatban lévő felsőfok

Tartozol-e vallási felekezethez?

1. Igen
2. Nem

Ha igen, melyikhez?

1. Katolikus
2. Református
3. Más keresztény közösség
4. Más felekezet
5. Nem tartozom felekezethez

Amennyiben a fentiek közül egyik sem, kérlek, ponosíts:

Az alábbiak közül melyiket állítás a legtalálóbbrád?

1. Vallásos vagyok, az egyház tanítását követem.
2. Vallásos vagyok a magam módján.
3. Nem tudom megmondani, vallásos vagyok-e vagy sem.
4. Nem vagyok vallásos, engem ilyesmi nem érdekel.
5. Nem vagyok vallásos, visszautasítom a vallást.

Milyen fontos szerepet tölt be a vallásos hit az életedben?

1. Egyáltalán nem fontos.
2. Kissé fontos.
3. Valamennyire fontos.
4. Nagyon fontos.
5. Alapvetően meghatározó.

Milyen gyakran veszel részt vallási szertartásokon?

1. Hetente vagy ennél többször.
2. Havonta néhányszor.
3. Időről időre, egy évben több mint egyszer.
4. Csak karácsonykor, húsvétkor vagy egyéb nagy ünnepen.
5. Soha vagy szinte soha.

Köszönöm a segítséget!