

Értekezés az Országos Tudományos Diákköri Konferenciára

MIÉRT (NEM) IMÁDKOZOM?
AZ IMA MOTIVÁCIÓS HÁTTERÉT FELTÁRÓ
KÉRDŐÍV KIALAKÍTÁSA

ENDRÉDY BALÁZS

*Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészet- és Társadalomtudományi Kar,
Pszichológiai Intézet*

Témavezető: Dr. Urbán Szabolcs *egyetemi docens*

Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék.....	2
Absztrakt	3
1. Bevezetés.....	4
1.1. Problémafelvetés.....	4
1.2. A motiváció kérdésköre a vallásosság pszichológiájában	4
1.3. Az ima vallásfilozófiai és pszichológiai vizsgálatai	5
1.4. A vallásosság és az ima viszonya	7
1.5. A kutatás előző szakaszának eredményei	8
1.6. Ima és kötődés	9
1.7. Az ima és az élet értelmességének élménye	10
1.8. Részösszegzés.....	12
2. Célkitűzés	12
3. Módszer	13
3.1. Eszközök.....	13
3.2. Vizsgálati személyek	14
3.3. Eljárás	14
3.4. Etikai szempontok	14
3.5. A statisztikai elemzés előkészítő szakasza	15
4. Eredmények	16
5. Az eredmények értelmezése.....	18
5.1. A négy faktor megbeszélése	18
5.1.1. Az első faktor: Önfelismerés Istenben	18
5.1.2. A második faktor: Elvárás	20
5.1.3. A harmadik faktor: Közösség	20
5.1.4. A negyedik faktor: Istenskapcsolat	21
5.2. A négy faktor és Ryan és Deci öndeterminációs elméletének kapcsolata	22
5.3. A faktorok korrelációs kapcsolatainak vizsgálata	23
5.4. Limitációk.....	25
6. Összefoglalás és kitekintés.....	25

Absztrakt

A jelen vizsgálat középpontjában az imádság motivációs hátterének empirikus vizsgálata áll egy azt vizsgáló kérdőív kialakításán, faktoranalízisen és korrelációs összefüggéseinek feltárásán keresztül. Egy korábbi vizsgálatomban (ENDRÉDY, 2021) már megkezdtem a mérőeszköz kialakítását egy explorációs fázis segítségével, illetve egy kisebb mintán ($N = 120$) végeztem főkomponens-elemzést. Jelen vizsgálatban jóval nagyobb mintán ($N = 1032$) vettem fel az első vizsgálat eredményei szerint módosított és bővített kérdőívet, majd faktoranalízist végeztem. Az ima motívumainak négy dimenziója különült el: az *Önfelismerés Istenben* (az imádkozó és Isten egysége, melyben Istenben mint tükörben ismer magára), az *Elvárás* (az ima kötelesség, a szorongatásból való menekvés helye), *Közösség* (az ima a társkapcsolatok kibomlásának tere) és az *Istenkapcsolat* (az ima ad lehetőséget az Istenhez való közeledésre és az életesemények elétárására). A faktorok a Cronbach-alfa mutató alapján megbízhatóak. A vizsgálatba további konstruktumokat is bevontam, melyek egyszerre segítették a kérdőív konvergens validálását és az ima motívumainak értelmezését is. Így mértük a vizsgálati személyek édesanyjukkal való kötődését *A közvetlen kapcsolatok élményei – kapcsolati struktúrák* (ECR-RS) kérdőív segítségével, az *Elkerülés* dimenziójával találtunk több negatív korrelációt. Az élet értelmességének konstruktuma kapcsolódik a vallásossághoz, így az imával való kapcsolata is felvethető; a vizsgálati személyek kitöltötték az *Élet Értelme Kérdőívet* (MLQ-H), az *Értelem megélése* és az *Önfelismerés* között találtunk pozitív szignifikáns kapcsolatot. A vallásos motivációt mérő *Maltby-féle Életkorfüggetlen I-E Skálát* vettük fel végül, ez lehetővé teszi, hogy az imádság motivációs hátterét a vallásos orientációval összefüggésben értelmezzük, az *Intrinzik vallásosság* együtt jár az *Önfelismeréssel*, a *Közösséggel* és az *Istenkapcsolattal*, az *Extrinzik-társas* a *Közösséggel*, míg az *Elvárás* az *Extrinzik-személyes* vallásossággal.

Kulcsszavak: ima, motiváció, validálás, kérdőívkialakítás, valláspszichológia

1. Bevezetés

1.1. Problémafelvetés

A *motiváció* mindig is a személyiséglélektan középponti témái között szerepelt, Allport is centrális problémaként tekintett rá (EMMONS, 2003), s persze nagyon fontos általános lélektani vonatkozásokkal is bír a kérdéskör. Jelen munkában a motivációs tényezőket egy egészen sajátos kontextusban vizsgálom. Az imádság motivációs hátterére fókuszálok; egészen pontosan egy, azt feltáró kérdőív kialakításán végzett vizsgálatokkal foglalkozom, illetve az ima motívumainak más konstruktumokkal való összefüggéseinek feltárásával. A kutatást már megkezdtem egy korábbi projektem keretében (ENDRÉDY, 2021), az ott kapott eredmények alapján kezdtünk bele egy újabb adatfelvételbe.

Amikor jelen munkámban az imádság motivációs hátterét vizsgálom pszichológiai szempontból, akkor nem állítom, hogy magát az imát vagy annak a motivációját teljességében ragadnám meg, hanem annak egy lehetséges pszichológiai vetületét tárgyalom: az imát lelki jelenséggént vizsgálom. Hasonló ez ahhoz, amikor a művészetpszichológia a művészi élményt vagy alkotást mint lelki jelenséget vizsgálja, de ezzel nem állítja, hogy magát a művészetet egészen megmagyarázta volna, vagy hogy ne lehetne még más lehetséges vetülete a művészetnek (vö. VERGOTE, 2003). Az ima kérdésköre más aspektusokkal is bírhat (pl. filozófiai vagy teológiai vetületekkel), melyekkel nem foglalkozom, az ezekben való állásfoglalás nem tartozik a pszichológia feladatai közé (pl. annak a kérdésnek a megvitatása, hogy létezik-e Isten, akihez az imák szólnak).

1.2. A motiváció kérdésköre a vallásosság pszichológiájában

A vallásosság pszichológiájában a motiváció témája már hosszú ideje jelen van, gondolhatunk ALLPORT és ROSS vallásos orientációt mérő skálájára (*Religious Orientation Scale*; 1967) vagy Maltby Életkorfüggetlen I-E Skálájára (*Age-Univerzal I-E Scale*; 1999; magyar változat: KÉZDY, URBÁN ÉS MARTOS, 2018), azonban specifikusan az imára fókuszáló motivációs kérdőívből – legjobb tudomásom szerint – a jelen munkában tárgyalt az első.

Allport lényeges hozzájárulása volt a témában az intrinzik és az extrinzik vallásos motiváció elkülönítése, az első esetben a vallásosság maga a *cél*, a másodikban csupán *eszköz* szintjére degradálódik. Allport az intrinzik-extrinzik vallási motiváció és az előítéletesség kapcsolatával is foglalkozott, s azt találta, hogy a külső orientáció pozitív, míg a belső negatív

viszonyban áll vele, tehát például egy *intrinzik* módon vallásos személy *kevésbé* előítéletes (HJELLE és ZIEGLER, 2001). Az allporti szálát folytatva GORSUCH és MCPHERSON (1989, idézi KÉZDY és mtsai, 2018) az extrinzik vallásosságon belül elkülönítette az extrinzik-személyes és extrinzik-szociális dimenziókat, aszerint, hogy az egyéni jóllét (pl. békeség, boldogság) vagy a szociális kapcsolatok (ehhez kapcsolódó tétel pl. „Főleg azért járok templomba, mert szeretek találkozni azokkal az emberekkel, akiket jól ismerek”) jelentik a motiváló tényezőket.

Az intrinzik és extrinzik motiváció fogalmai más modellekben is jelen vannak. DECI és RYAN (2000) az amotiváltságtól az intrinzik motivációig tartó kontinuumon hat szintet különít el. Ehhez a koncepcióhoz kapcsolódik RYAN, RIGBY és KING (1993) *Religious Self-Regulation Questionnaire* (SRQ-R) [*Vallásos Szelfregulációs Kérdőív*] mérőeszköze, ahol a két szubskálát az azonosulás általi szabályozás (*identified regulation*) és a kivetített szabályozás (*introjected regulation*) jelenti. Ez a kérdőív tehát az imént említett DECI és RYAN (2000) önmeghatározási elméletébe illeszkedik, mely szerint a külső motiváció lehet önmeghatározott és nem önmeghatározott (DORNER, 2020). A kivetített szabályozás nem önmeghatározott, például a büntudat lehet a mozgatórugó (az imára alkalmazva: valaki azért imádkozik, hogy a kárhozatot elkerülje), csak részben sajátta tett viselkedésformáról van szó. Ha megtörténik az internalizáció, akkor a külső motiváció önmeghatározottá válhat. (PAIC, 2019) Az azonosulás általi szabályozás esetén éppen ez következik be, az adott személynek már személyesen lesz fontos az imádság, részben autonóm tevékenységről beszélhetünk (DORNER, 2020), mely az adott személy értékrendjéhez illeszkedik, fontos számára a cselekvés sikere is (PAIC, 2019).

1.3. Az ima vallásfilozófiai és pszichológiai vizsgálatai

WULFF (1991) híres valláspszichológiai kötetében az ima kapcsán Heiler álláspontját idézi, mely szerint az ima a vallásos hit középponti és legsokatmondóbb kifejezése. A XX. századi vallásfenomenológiában talán éppen az idézett szerző foglalkozott a legtöbbet az ima témakörével, fenomenológiai vizsgálódásában azt fogalmazza meg, hogy „az imádság élményének belső struktúráját három mozzanat alkotja: az élő, *személyes Istenben* való hit; Isten valóságos, *közvetlen jelenlétében* való hit; és az a *drámai viszony*, amelyet az ember a jelenvalóként megélt Istennel kialakít” (1921, kiemelés tőlem). Keresztény értelemben meghatározhatjuk az imát úgy, mint beszélgetést Istennel, vagy még inkább oly módon, hogy együttlét, kapcsolattartás Istennel. Azért érdemes ezt a tágabb, második definíciót választani, mert így a csönd is imának tekinthető, amikor a hívő szavak nélkül van együtt Istennel, illetve

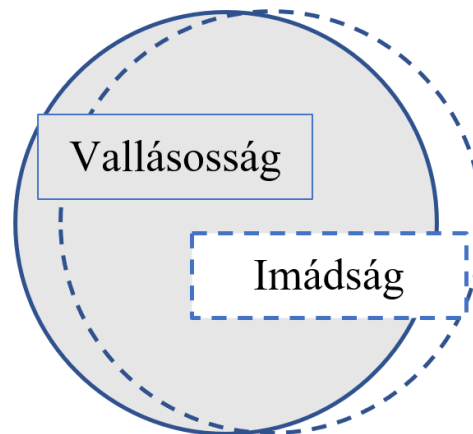
a kötött imádságok is (pl. rózsafüzér), amiket nehezen lehetne hétköznapi értelemben vett *beszélgetésként* azonosítani.

Az ima tipologizálására is kísérletet tett Heiler, egy Nazianzoszi Gergely-himnuszszöveg alapján (melyben Isten úgy reprezentálódik, mint aki „mindennevű” [panonümos] és „megszólíthatatlan” [akleistos]) az ima prófétai és misztikus fajtáját különbözteti meg. Az első esetben verbális kifejezésről van szó, a másodikban pedig hallgatásba torkolló aktusról. Heiler kritikusan szemléli a kötött imákat, azokat az imádság megmerevedését tükröző jelenségekként írja le (SCHAEFFLER, 2003).

LAIRD és munkatársai (2004) kvantitatív és kvalitatív kutatást végeztek az ima témájában, szempontjaik hozzájárulhatnak a klasszifikációs lehetőségek gazdagításához. Az ima tematikus csoportosításában egy klasszikus keresztény modellt vesznek alapul, a dicsőítő (imádást kifejező), bűnbánó, hálaadó és kérő imát különítenek el (ACTS-modell: Adoration, Confession, Thanksgiving, and Supplication). Az egyik szempontjuk az volt, hogy az ima probléma- vagy érzelemfókuszú-e (vö. a Lazarus-féle klasszikus megküzdési tipológiával), ezekbe a csoportokba besorolható a négy tematikus típus. A problémafókuszú kérő vagy bűnbánó imát jelenthet, míg az érzelemfókuszú imádatot vagy hálaadást kifejezőt. Az is szempontjuk volt, hogy az ima szövege saját, spontán megfogalmazású vagy pedig konkrét szöveghez kötődik (mint pl. a *Zsoltárok könyve*). A szerzők arról írnak, hogy az érzelemfókuszú ima nagyobb valószínűséggel jelentkezik az olyan helyzetekben, ahol valaki kevés kontrollt él meg, illetve az olyan személyeknél, akik krónikus problémákkal küzdenek. Statisztikai elemzéseik szerint úgy az érzelem-, mint a problémafókuszú ima együtt jár (a közepestől erősig terjedő korrelációban) az intrinzik vallásossággal. A legerősebb korrelációt az intrinzik vallásossággal – talán nem meglepő módon – az imádást kifejező ima mutatta (az egyetemista mintán $r = ,64$, $p < ,001$). HOOD és munkatársai (1989, idézi NELSON, 2009) egy lényeges szempontra irányítják figyelmünket: a vallásos orientáció függvényében más lehet az ima fenomenológiai tapasztalata is, az intrinzik módon vallásos személyek inkább tulajdoníthatnak az imájuknak vallási jelentőséget, talán misztikusabbnak élik meg azt. Az ima egy másik lehetséges tipologizálását (Poloma és Pendleton-féle) később, egy konkrét kutatás kapcsán ismertetem jelen *Bevezetőben*.

1.4. A vallásosság és az ima viszonya

A vallásosság és az imádság viszonya is releváns kérdésként merül fel, a heileri gondolatból (mely szerint az *ima* a *vallásos* hit legsokatmondóbb kifejeződése) is adódik, hogy kapcsolat áll fenn közöttük, mégsem lehet őket szinonim kifejezéseként használni. A 1. ábrán bemutatott munkamodellt javaslom a reláció leírására. Ha a szaggatott kört tekintjük az imának és a simával jelöltet a vallásosságnak, akkor láthatjuk, hogy nagy az átfedés, az ima sokszor vallási környezetben található meg: valaki tartozik egy vallási közösséghez, a közösségi normák alakítják az Istenről



1. ábra | Javaslat a vallásosság és az imádság gyakorlása viszonyának ábrázolására

alkotott elképzelését, és ebben a kontextusban jelenik meg az ima. NELSON (2009) is úgy fogalmaz, hogy az ima minden embercsoportban megtalálható, bár nem virágzik a vallási közösségeken kívül. Azonban ő maga idéz egy statisztikát is, mely szerint a templomba (gyülekezetbe) nem járó egyesült államokbeli fiatalok 3,3%-a mindennap imádkozik, tehát úgy tűnik, olykor megjelenhet az ima a vallásosságon kívül is, az ábra jobb karéja (imádság vallásosság nélkül) erre a jelenségre utal. Ennek hátterében számos tényező lehet, például kiemelhetjük azt a trendet, amelyre az jellemző, hogy sokan elfordulnak a hagyományos vallási közösségektől, de egyfajta spiritualitást keresnek, melyben szintén megjelenhet az ima, de ebben az esetben a vallásosság nélkül. Persze, hozzátehetjük, hogy a nemvallásos személy esetén sok aspektusban különbözhet az ima¹, hiszen sokkal kevésbé kötődik keretrendszerhez, individuálisabb spiritualitásról van szó. Végül, az is elképzelhető, hogy egy személy vallásosként identifkálja magát, de az ima nem jellemző tevékenysége, a formális vallási összejövetelek (pl. istentisztelet vagy mise) nem jelentenek imát, transzcendenciával való találkozást a számára. Az általam javasolt megközelítés az imádság és a vallásosság leírására

¹ Ahogy az egyes felekezetekhez / vallásokhoz kötődő személyek imái is különbözhetnek például az eltérő vallási tanítások miatt, melyek hatással lehetnek az istenfogalomra, és joggal vethető fel a kérdés, hogy a keleti tradíció meditációja értelmezhető-e imaként a sok különbözőség ellenére, vagy pedig érdemesebb külön vizsgálati paradigmában közelíteni hozzá. Jelen vizsgálat fókuszában a keresztény értelemben vett ima áll, és a továbbiakban nem foglalkozunk a keleti tradícióval, ahogy a muszlim imával sem, melyek természetesen más kutatásokban nagyon is releváns témaként jelentkeznek.

párhuzamba állítható azokkal a kutatásokkal, melyeket ZINNBAUER és PARGAMENT (2005) idéznek tanulmányukban, ahol megkülönböztetnek vallásos és egyszerre spirituális személyeket, aztán olyanokat, akik csak spirituálisak, de nem vallásosak, illetve azokat, akik vallásosak, de spiritualitás nélkül. Ez a három csoport összekapcsolható az általam kidolgozott modellel – csak én az ima vonatkozásában írtam hasonlót, míg ők a spiritualitásról beszélnek. Náluk van egy negyedik lehetőség, az odatartozók se nem vallásosak, se nem spirituálisak, ez esetünkben azoknak a személyeknek felelne meg, akik nem imádkoznak és nem is vallásosak. Ugyanők a spiritualitás és a vallás relációjának tárgyalásakor arra hívják fel a figyelmet, hogy a *vallásosság* és a spiritualitás helyezkedik el egy szinten, a vallás szintjén pedig a szellem lehetne a pár. Ezt a megfontolást (különböző szintek megkülönböztetése) alkalmazva jelen kutatási kontextusra azt mondhatjuk, hogy a vallásos személyek esetén az ima vallásgyakorlati forma lehet, míg a nem vallásos, de imádkozó személyek esetén valamifajta spirituális meggyőződést feltételezhetünk, melybe az ima illeszkedik.

1.5. A kutatás előző szakaszának eredményei

A kutatás előző szakaszának (ENDRÉDY, 2021) két fázisa volt, az első egy exploratív vizsgálat, különböző kérdések segítségével (pl. „Mikor van igénye, szüksége az imára?”, vagy „Mi az imádságának a célja? Milyen gyümölcsei vannak az Ön életében?”). Ez alapján (illetve néhány tételt én magam írtam hozzá még a gyűjtéshez) állítottam össze egy 42 tételes kérdőívet, amelyet a második szakaszban 121 fős mintán előteszteltem, főkomponens-analízist végezve 33 tétel maradt, és három dimenzió különült el. Az elsőt *boldogságnak* neveztem el, az itt található tételek az egyéni jóllét, megnyugvás és öröm témáit tartalmazzák. A második komponens a *kapcsolat* témája köré szerveződik: a kapcsolat mozzanata (az Istennel és a társakkal) a meghatározó az idetartozó itemekben. Végül, a harmadik komponens a *hiány* nevet kapta, az itt szereplő tételekben közös volt a megfosztottság és a hiány élménye (pl. bűnbánat, kárhozat elkerülése, kérés megfogalmazása az Istenhez).

Kötődéseméleti szempontból izgalmas interpretációs lehetőséget rejtenek a feltárt komponensek: HAZAN és SHAVER (1994) Bowlby munkája nyomán a kötődés három fontos aspektusáról beszélnek, melyek egyben a kötődés funkciói is: a biztonságos bázisról (1), a közelség fenntartásáról (2) és a biztos menedékről (3) van szó. Tehát Hazan és Shaver szerint a kötődés egyfajta bázist (kiindulópontot) jelent a nemkötődési viselkedések végrehajtásához (1), a kötődési személyhez törekszik közel lenni a kötődő személy, és tiltakozik a szeparáció ellen (2), illetve, hogy vissza lehet térni a kötődési személyhez vigaszért, támogatásért,

megnyugtatóért (3). Ezt a három szempontot kiválóan össze lehet kötni az első vizsgálatban kapott három komponenssel, a boldogságot a biztos bázissal, a kapcsolatot a közelség fenntartásával, a hiányt pedig a biztos menedékkal (részletesebben ld. ENDRÉDY, 2021). A vallásosság kötődéseméleti megközelítésében általában az imádságot a közelség fenntartásának szempontjával szokták összekapcsolni (ld. pl. URBÁN, 2012; GRANQVIST, 2010), de az első vizsgálat alapján mintha egy kiterjedtebb (vagyis mindhárom kötődési szempontra vonatkozó) megközelítése is lehetséges volna az imádságnak.

1.6. Ima és kötődés

Az imádság és a kötődés kapcsolatát vizsgálta például GRANQVIST (2010), az imádságot SPILKA és mtsai (2003) csoportosítása, illetve POLOMA és PENDLETON-féle (1989) négyes felosztása alapján kategorizálta. Utóbbi szerzők faktoranalitikus eredményeik alapján a következő csoportokat különítik el az imán belül:

- 1.) meditatív ima (az idetartozó kérdések pl. a Biblián való elmélkedésre, Isten imáadására, dicsőítésére vonatkoztak),
- 2.) rituális ima (pl. imakönyvből végzett / megtanult ima),
- 3.) kérő ima (pl. anyagi javakért / barátokért) és végül
- 4.) kollokvialis ima (köznyelvi, kötetlen, saját szavakkal való ima).

Granqvist vizsgálatában a harmadik és negyedik csoport különbözött, a harmadik olyan imákat tartalmazott, melyek bűnbocsánat vagy áldás kérésére vonatkoztak, míg a negyedikben az anyagi javakért való fohászkodás kapott helyet. A kötődést pedig az AAI-vel (Felnőtt Kötődési Interjú; MAIN és mtsai, 2003) mérték. Granqvist alapvetően nem talált kapcsolatot a kötődési dimenziók és az imádság között, kivétel viszont a szülői szeretet, mely magasabb kérő ($r = .24, p < .10$), illetve anyagi javakért folytatott imával ($r = .32, p < .05$) járt együtt.

PALMER (2020) az imádság hatását vizsgálta a kötődésre, és a négyhetes imaintervenció után azt találta, hogy a készülődő felnőttkorú (*emerging adulthood*; 18-29 éves fiatal felnőtteket jelöl Arnett kifejezése) résztvevőknek biztonságosabb lett a kötődése Istennel, ezt Palmer a Kirkpatrick-Rowatt-féle Kötődés Istenhez Skálán mérte (*Attachment to God Scale*). A statisztikai vizsgálatok azt az eredményt hozták, hogy a kilenc kérdésből hat esetén egyoldalú t-próbával szignifikáns a különbség az intervenció előtti, illetve az azt követő kitöltés között, öt esetén pedig a szignifikanciaérték még alacsonyabb volt ($p > .01$). Ennek a vizsgálatnak és Granqvisténak is kritikus pontja lehet az alacsony elemszám, itt csupán 27 személy töltötte ki

a kötődési kérdőívet az intervenció előtt és után, Granqvist pedig 62 fős mintát vizsgált, a kutatások külső validitása kérdéses lehet.

1.7. Az ima és az élet értelmességének élménye

A kötődésen kívül az élet értelme és az imádság közötti kapcsolat is releváns kérdésként merül fel. A vallásosság és az élet értelmességének élménye viszonyáról már készültek kutatások. Ahogyan MARTOS (2007) áttekinti, szerény mértékű pozitív összefüggést talált CHAMBERLAIN és ZILKA (1988; 1992), ARDELT (2003) az intrinzik-extrinzik motiváció kapcsán talált különbséget, az intrinzik vallásosság korrelációja volt erősebb az értelmesség élményével. KONKOLY THEGE és MARTOS (2006) vizsgálata során az élet értelmességének tapasztalatát leginkább azok élték meg, akiknek templomba járása rendszeres volt. Jelen kutatás szempontjából izgalmas aspektus, hogy a rendszeres templomba járás kapcsolódhat a rendszeres imához is. STEGER és FRAZIER vizsgálata (2005, idézi MARTOS, 2007) a pszichológiai jóllét, a vallásosság és az élet értelmessége között tárt fel pozitív kapcsolatot, s ez utóbbi közvetítő változóként volt jelen elemzésük szerint a vallásosság és a jóllét között. Tehát az élet értelmességének élménye nemcsak a vallásosság következménye, hanem közvetítő változóként a pszichés jóllét elősegítője is lehet. NELSON (2009) kiemeli POLOMA és PENDLETON (1989, 1991) eredményei közül azokat is, melyek az élet értelmessége és az imádság kapcsolatát vizsgálták. A kedvező imaélmények (pl. az imára kapott válasz megélése) kis mértékű pozitív korrelációt mutattak több konstruktummal, köztük az egzisztenciális jólléttel is, a meditatív (szemlélődő) ima pedig – többek között – együtt járt az élet értelmességének érzésével, az egzisztenciális jólléttel és a vallásos elégedettséggel is.

Korrelációs vizsgálatoknál természetesen felvethető, hogy mi is az ok-okozati sorrend, vajon az élet értelmességének megélése segíti elő a vallásosságot vagy az imát? De az is eszünkbe juthat, hogy talán a vallásosság járul hozzá az élet értelmességének megtapasztalásához, vagy esetleg egy közös oka lenne a jelenségeknek? A regressziós eljárások segíthetnek a kérdés megválaszolásában. TOMCSÁNYI, MARTOS, ITTÉS, HORVÁTH-SZABÓ, SZABÓ ÉS NAGY (2013) vizsgálata tartalmazott az élet értelméhez és az imához kapcsolódó konstruktumot, előbbit az Crumbaugh és Maholick-féle *Életcél Kérdőív*vel, míg utóbbihoz a Piedmont *Spirituális Transzcendencia Skálájának* IB (ima/meditáció által érzett beteljesülés) alskálája kapcsolódott. A hierarchikus regresszió eredményéből azonban az derült ki, hogy az életcél konstruktumában az ima általi beteljesedés nem magyarázott szignifikánsan varianciát ($\beta = ,032$). KRAUSE és HAYWARD (2013) vizsgálata is illeszkedik a sorba – a regressziós

módszer miatt –, ők az imádság egy különleges formáját vizsgálták, a bizalomalapú imát (trust-based prayer), melyre korábbi kutatások nem annyira összpontosítottak (szemben pl. a kérő imával) a másik konstruktumuk pedig az étellel való elégedettség volt (mely MARTOS és KONKOLY THEGE [2012] vizsgálata szerint jelentős, ,424 értékű korrelációban áll az élet értelmességének megélésével). Már az első vizsgálati szakaszban is a magasabb bizalomalapú imahiedelmek magasabb étellel való elégedettséghez kapcsolódnak, ($\beta = ,207$; $p < ,01$). Longitudinális kutatás révén a második adatfelvételi szakasz eredményei is fontosak. Azt találták, hogy az bizalomalapú imahiedelmek erősödése az idő előrehaladtával magasabb étellel való elégedettséggel járt együtt ($\beta = ,263$; $p < ,001$). A korábban tárgyalt kötődéelméleti perspektíva szempontjából is izgalmas a vizsgálat eredménye, hogy itt kifejezetten *bizalomalapú* imádsággal foglalkoztak a szerzők, ez azt jelenti, hogy az ilyen orientációjú személyek úgy gondolják, Isten tudja kiválasztani a legjobban annak a módját és időpontját, hogy válaszoljon az imára. Amikor HAZAN és SHAVER (1994) bemutatják a kötődési rendszer sémáját, egy lényeges kérdés benne, hogy a kötődési személy figyel-e, jelen van-e, elég szenzitív-e a jelzésekre. A bizalomalapú hiedelmeket valló személyek esetén elképzelhető, hogy mivel azt gondolják, Isten választja ki a válasz legjobb módját és idejét, még akkor is megmarad a bizalmuk az Istenben, ha éppen nem tapasztalják meg a vele való kapcsolatot, akkor is figyelmesnek, jelenvalónak, szenzitívnek gondolhatják Istent, ha az adott tapasztalatuk ennek ellentmond.

VIKTOR E. FRANKL (2015) az élet értelmessége kapcsán három értékkategóriára mutat rá, az alkotói, az élmény- és beállítódási értékekre. Ezek az imádsággal is kapcsolatba hozhatók, alkotói érték lehet, amikor pl. valaki saját szavaival *alkot meg* egy imát, élményérték, amikor valaki más imádságát hallgatja, kötött szövegű imát végez (pl. biblikus szöveggel) vagy a csendben Isten jelenlétét tapasztalja meg az imádsága során és végül beállítódási érték, amikor a hívő szenvedését vagy tehetetlenségét ajánlja fel egyfajta imaként Istennek. FRANKL megalkot egy operatív istenfogalmat, mely szerint „Isten talán legtalálóbban önmagunkkal folytatott legintimebb beszélgetéseink partnereként definiálható” (2012, 130), s Frankl szerint az ateista személy számára ez a partner ő maga, míg a hívő olyannak látja, aki éppen különbözik tőle. Ez az istenfogalom szorosan összekapcsolódik azzal, amit FRANKL az ima kapcsán megfogalmaz: „az ima az emberi szellem egyetlen aktusa, ami képes arra, hogy Istent Te-ként jelenvalóvá tegye”. Azt is kifejti, hogy ahogyan vannak szöveg nélküli dalok, ugyanúgy léteznek olyan imák, melyekben nem szerepelnek szavak (vö. a heileri misztikus imatípussal), s ezek éppen „a legáhítatosabbak közé tartoznak” (2012, 168).

1.8. Részösszegzés

A problémakörhöz kapcsolódó korábbi kutatások és elméletek alapján azt láthatjuk, hogy a vallásos orientációra vonatkozó, azt differenciáló kérdőív már született (ld. ALLPORT és ROSS, 1967 vagy MALTBY, 1999), kifejezetten az imádságra fókuszáló azonban nem. Habár a két konstruktum kapcsolódik egymáshoz, mégsem azonosak, akár az egyik jelen lehet a másik nélkül, illetve azon személyek esetén, akik vallásosak és imádkoznak is, az imádság csak egy része a vallásos tevékenységnek, identitásnak. Mivel a vallásosság még sok minden másból is áll (pl. a vallásos iratok tanulmányozásából, az erkölcsi-rituális előírások betartásából), így elképzelhető, hogy az összességében vett vallásos motiváció különbözik attól, ha csak az imát vizsgáljuk, mely a vallásos élet legszemélyesebb mozzanatának tekinthető (vö. FRANKL, 2012). Így indokolt lehet egy olyan mérőeszköz megalkotása, mely alkalmas az ima motívumainak differenciálására, ennek vizsgálata már megkezdődött egy kvalitatív és pilot vizsgálattal (ENDRÉDY, 2021), most pedig – és ez jelen munka tárgya – következik egy nagyobb mintán végzett faktoranalitikus vizsgálat, és az is releváns kérdésként merül fel, hogy a többi, az előbbiekben bemutatott konstrukttal milyen a viszonya a létrejövő faktoroknak. Először is a vallási motivációk és az ima motívumainak kapcsolata merülhet fel, éppen az előbb ismertetett, komplex helyzet miatt. Azt a kérdést is feltehetjük, hogy a kialakuló faktorok hogyan viszonyulnak a kötődési dimenziókhoz. GRANQVIST (2010) a szülői szeretet és az ima bizonyos típusai között talált kapcsolatot, de a vallásosság kötődéseméleti megközelítéséből – ahol az imát mint a kapcsolat fenntartására irányuló igyekezetet értelmezik – adódik a kérdés, hogy esetleg az ima elkülönülő motivációs faktorai nem mutatnak-e együttjárást a kötődési dimenziókkal (pl. az elkerüléssel, BARTHOLOMEW és HOROWITZ modelljében [1991]). Végül pedig az élet értelmességének megélésével való viszony is izgalmas problémaként tételeződik, akár POLOMA és PENDLETON (1989, 1991) nyomán, akár a vallásossággal való kapcsolata miatt (ld. pl. CHAMBERLAIN és ZILKA [1988; 1992], ARDELT [2003]).

2. Célkitűzés

Jelen vizsgálatnak a célkitűzései a következők.

1.) Faktorelemzést készíteni az első adatfelvétel alapján módosított, az imádság motivációs hátterét feltáró kérdőív dimenzióinak feltárásához.

2.) A létrejött faktorokra Cronbach-alfa értéket számítani a reliabilitás ellenőrzéséhez.

2.) A faktoranalízis során elkülönülő dimenziók és a *Bevezetés*ben tárgyalt többi változó (vallásos orientáció, kötődés, élet értelmességének élménye) korrelációs tábláját elkészíteni, mely a faktorok jobb megértését, akár konvergens validálását segítheti, másrészt a konstruktumok közötti kapcsolat mélyebb megértését teheti lehetővé.

3. Módszer

3.1. Eszközök

A kérdőívesomag négy részből állt. Az első maga az imádság motivációs hátterét feltáró kérdőív volt, melyben a korábbi változathoz (ENDRÉDY, 2021) képest módosítottunk több tételt, melyek vagy nem kapcsolódtak elég erősen egyik faktorhoz sem, vagy pedig keresztöltésük volt (vagyis több faktorhoz is kapcsolódtak). Ezeket a módosításokat tetelesen az I-es számú mellékletben mutatom be és indoklom az eredeti tételsor közreadása mellett.

A vizsgálatban további három, a kutatási kérdéseinkhez kapcsolódó kérdőívet alkalmaztunk, a bemutatás sorrendjében röviden ismertetem őket. A kötődés konstruktumát *A közvetlen kapcsolatok élményei – kapcsolati struktúrák* (ECR-RS) kérdőívvel mértük. Eredetileg FRALEY, HEFFERNAN, VICARY és BRUMBAUGH dolgozta ki 2011-ben, majd magyarra JANTEK és VARGHA adaptálta, 2016-ban. A kötődést két tényező alapján vizsgálja a mérőeszköz, az elkerülés és a szorongás faktorai mentén, ezáltal négyféle kötődési stílus különíthető el (ahogyan azt BARTHOLOMEW és HOROWITZ 1991-es modelljében látjuk). Kilenc tételből áll, az egyes tételeknél egytől hétig terjedő Likert-skálán kell dönten.

Az *Élet Értelme Kérdőív* (MLQ-H) STEGER, FRAZIER, OISHI és KALER (2006) *Meaning in Life Questionnaire*, (MLQ) kérdőívének magyar adaptációja, melyet MARTOS TAMÁS és KONKOLY THEGE BARNA készített el (2012). Ez a mérőeszköz is hétértékű Likert-skálás válaszadási lehetőségeket kínál, tíz tételt tartalmaz, melyből öt az élet értelmességének keresésére, öt pedig annak megélésére vonatkozik.

A vallásos motivációhoz kapcsolódó kérdőív *Maltby I-E skálája* (KÉZDY és mtsai, 2018), mely 12 tételből áll, Allport motivációs elméletéhez kapcsolódik, a korábban ismertetett motivációs tényezőkhöz (intrinzik, extrinzik-társas, extrinzik-személyes) kapcsolódó tételeket tartalmaz, itt nem Likert-skála a választás spektruma (bár felvehető lenne ily módon is), hanem abból választhat a kitöltő, hogy „Igaz.” „Nem teljesen igaz.” vagy „Nem igaz.” rá az adott kijelentés (pl. „Szívesen olvasok vallásos témákról.”).

3.2. Vizsgálati személyek

A vizsgálatba minél több személyt kívántunk bevonni, ennek érdekében Hodász Andrással videót forgattunk a *Papifrankó* nevű YouTube-csatornájára, ahol egy ismeretterjesztő, a teológia és a pszichológia kapcsolatát bemutató videó végén hívtuk meg a nézőket a kutatásban való részvételre, illetve különböző vallási Facebook-csoportokban, levelezőlistákon (református, adventista, katolikus) is közzétettük a kérdőívecsomag linkjét, és a kitöltőket is arra buzdítottuk, hogy terjesszék a kérdőívet, ezzel segítve a kutatást.

A minta elemszáma 1032 fő, a kitöltők között a nők aránya magasabb volt ($N = 647$, mely a minta 62,7%-a), a férfi résztvevők száma 382 (37%), három fő nem nyilatkozott neméről. A legfiatalabb kitöltő 18 éves, míg a legidősebb 82 éves volt, az életkorok átlaga 37,05, míg a szóródásuk 16,16. A felekezeti eloszlás a következően alakult: a minta 84,4%-a katolikus ($N = 871$), 8,3%-a református ($N = 86$), 2,5%-a felekezeten kívüli ($N = 26$), kis számban voltak jelen evangélikus, baptista, ortodox, mormon, egyéb keresztény felekezethez tartozó / keresztény, de felekezethez nem tartozó, ill. izraelita személyek. A kérdőívecsomagot kitöltötte továbbá néhány ateista vizsgálati személy is.

3.3. Eljárás

Először a beleegyező nyilatkozatot mutatjuk be a vizsgálati személynek, ezután következik az ima motivációs háttéréhez kapcsolódó kérdőív, ezt követi a kötődési mérőeszköz (ECR-RS), majd az *Élet Értelme Kérdőív* (MLQ-H), az adatfelvételt az *Életkorfüggetlen I-E Skála* zárja. Kitöltés közben buzdító, köszönetnyilvánító üzenetek jelennek meg a vizsgálati személy számára (pl. „Hálásan köszönöm eddigi munkáját, kutatásba fektetett energiáját!”), majd a kérdőívecsomag végén lehetőséget adunk visszajelzésre is a következő instrukcióval: „Ha van bármi észrevétele, most megoszthatja itt. Írhat akár a kérdőívekkel kapcsolatos benyomásairól is. Nagyon hasznos lehet számunkra visszajelzése, ezzel is segítheti munkánkat.” A II-es számú mellékletben közreadom a tesztbattériát és az átvezető szövegeket is.

3.4. Etikai szempontok

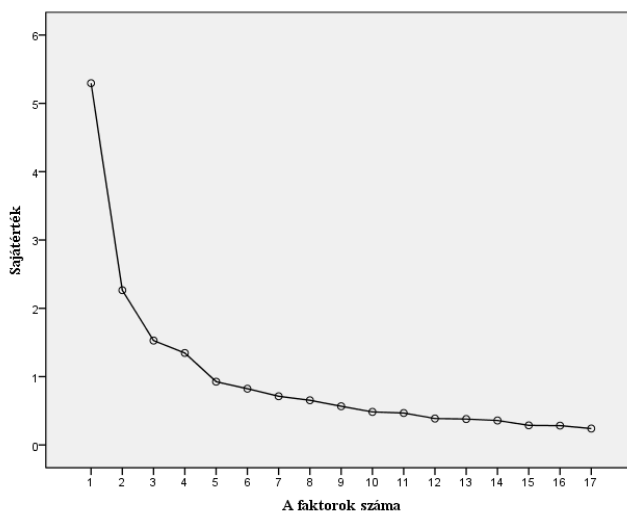
A vizsgálat a PPKE Pszichológiai Kutatásetikai Bizottságának 2021_29_e számú engedélyével került elvégzésre. Kifejezetten szenzitív kérdést nem tartalmaz egyik kérdőív sem. A beleegyező nyilatkozat elfogadásán túl nincs kötelezően kitöltendő elem, így, ha a

vizsgálati személy nem kívánja az adott kérdőívet kitölteni vagy az adott tételre választ adni, megteheti anélkül, hogy felszólítást kapna a rendszertől a pótlásra.

3.5. A statisztikai elemzés előkészítő szakasza

Az elemzéseket az IBM SPSS Statistics 21 programcsomaggal végzem el. A faktoranalízishez a megfelelő eljárást a normális eloszlás hiánya miatt a principal axis factoring. A parciális korrelációk ellenőrzéséhez a KMO tesztet kérjük ki, értéke ,846, ez KETSKEMÉTY-IZSÓ (2005) terminológiája szerint a *dicséretes* kategóriába tartozik, minthogy $,8 \leq KMO \leq ,9$. A Bartlett-teszt szignifikáns, tehát nem áll fenn a korrelálatlanság akadály sem, $\chi^2 (df = 136) = 6788,129$ $p < ,001$. Eleinte

viszont az ellenkező probléma, a multikollinearitás jelentkezett, minthogy a determinánsérték a megengedettnél jóval kisebb volt. Megvizsgáltuk a korrelációs mátrixot, és azt találtuk, hogy két olyan tételpár van, amelynek négy magas korrelációja van (a párokon belül egymással is korreláltak, pl. „Az imában személyes kapcsolatot élek meg Istennel.” és „Isten társammá lesz az imám során.”). A párokból egy-egy tételt zártunk ki, a determinánsérték csökkent is, és a faktorelemzési folyamat végére megfelelő volt az értéke (,001). Az elemzéseket, promax forgatással, négyes kappaértékkel készítettük. Azon tételeket zártuk ki, melyek egyik faktorhoz sem töltöttek ,3-nál nagyobb töltéssel vagy keresztöltéssel rendelkeztek, illetve azokat is, melyeknek a kommunalitásértéke nem érte el a 25%-ot. A faktorok száma így fokozatosan csökkent, aztán a lépcsődiagrammok alapján indokoltnak látszott három vagy négyfaktoros modell kikérése, a négyfaktoros jól értelmezhető volt és a megmagyarázott variancia (51,44%) is megfelelő volt. A végleges modellre vonatkozó lépcsődiagrammot a 2. ábrán mutatom be, s látható, hogy a Kaiser-kritérium alapján is indokolt a négyfaktoros struktúra. Utolsó lépésként szigorúbb, ,4-es határt húztunk a faktortöltéseknél, a létrejött dimenziók így koherensebben interpretálhatók. A kezdeti 44 tételből ezáltal 17 maradt meg az elemzés végére.



2. ábra | A lépcsődiagramm a végleges modell esetén

A korrelációs táblát pedig a létrejött faktorokkal és a többi, imént bemutatott kérdőívek alskáláival (pl. a kötődésnél: szorongás és elkerülés) készíttem el. A bevont többi kérdőív alskáláinak pontszámát azok publikációja alapján készítettem el, a kialakult kérdőív esetén pedig a faktorsúlynak megfelelően kerültek beszámításra a tételek. Mivel a normális eloszlás itt is sérül, a nonparametrikus Spearman-korrelációt választjuk próbaként. Ennek feltételei a legalább ordinális skála, a független vizsgálati személyek és a monotonitás, melyek teljesülnek. A listwise adatszűrést választjuk a korrelációs tábla elkészítéséhez, hogy ne legyen az egyes összehasonlításoknak különböző az elemszáma (pl. akik az „Értelem megélése” alskála összes kérdésére válaszoltak, azok nem biztos, hogy az ECR-RS kérdőív szorongás szubskáláját is kitöltötték, vö. azzal, hogy nem volt kötelező egyik kérdésre sem válaszolni), így $N = 902$ -re csökken ebben a vizsgálatban. Az összes próba kétoldalú.

4. Eredmények

A Kaiser-kritérium teljesülése mellett négy faktort kaptunk, illetve bemutatom a faktorok átlagát és szóródását is az 1-es táblázatban:

A faktor száma	Kezdeti sajátértékek			A faktoranalízis utáni értékek			A forgatást követő értékek
	Teljes	Megmagyarázott variancia	Kumulált %	Teljes	Megmagyarázott variancia	Kumulált %	Teljes
1	5,371	31,596	31,596	4,916	28,921	28,921	4,058
2	2,280	13,410	45,006	1,784	10,492	39,413	2,230
3	1,378	8,103	53,109	0,882	5,187	44,6	3,130
4	1,519	8,935	62,044	1,163	6,842	51,442	3,483

1. táblázat | A faktorok sajátértékei

A kumulált megmagyarázott varianciaérték 51,44%, ami elfogadható (SAMUELS, 2017). A faktorok alapvető jellemzői a következők: az elsőbe öt tétel került ($M = 9,59$, $SD = 2,66$), a másodikba négy ($M = 7,31$, $SD = 2,93$), a harmadikba három ($M = 8,2$, $SD = 2,55$), végül a negyedikbe öt tétel ($M = 13,11$, $SD = 1,83$). A következő oldalon bemutatott faktorstruktúra jött létre az elemzés alapján, már azokkal az elnevezésekkel szerepelnek, melyeket *A négy faktor megbeszélése* alfejezetben vezetek be.

Az első faktor (mely öt tételt tartalmaz) Cronbach-alfa értéke ,843, a második, négyitemes faktoré ,783, a harmadik háromtételű ,835, végül a negyedik, öt itemből álló faktor Cronbach-alfa mutatója ,753. A létrejött mérőeszköz reliabilitása tehát megfelelő. A 2-es táblázatban láthatóak a faktorokhoz tartozó tételek, a hozzájuk tartozó faktorsúlyokkal.

	Faktor			
	<i>Önfelismerés Istenben</i>	<i>Elvárás</i>	<i>Közösség</i>	<i>Istenkapcsolat</i>
44. Az imában találok rá önmagamra.	,911			
37. Az imában lehetek igazán az, aki vagyok.	,805			
16. Az ima adja meg azt, hogy önmagam lehessek.	,782			
14. Az imában Isten arcát szemlélhetem.	,532			
26. Az imában tudok elcsöndesedni.	,455			
15. A kárhozat elkerülése miatt imádkozom.		,759		
12. Azért imádkozom, hogy üdvözüljek.		,741		
24. Kötelességem, hogy imádkozzak		,629		
11. Az imával tartozom Istennek.		,601		
9. Azért jó másokkal imádkozni, mert az a közöttünk lévő kapcsolatot is erősíti.			,884	
31. Közösségben szeretek imádkozni, mert így az imával a többiekhez is közel kerülök.			,814	
36. Ha többen imádkozunk egy célért, akkor az közösséget teremt.			,662	
33. Bocsánatot tudok kérni Istentől az imában a tévedéseimért.				,726
41. Isten elé tudom vinni a bűneimet az imádságban.				,715
40. Az imában közel kerülhetek Istenhez.				,581
3. A hálaadás fontos szerepet játszik az imádságaimban.				,462
2. Az ima kapcsolattartás Istennel.				,457

2. táblázat | A faktorok és a tételek faktorsúlyai

A korrelációs összefüggések az alábbi módon alakulnak, a 3-as táblázatban mutatom be őket, félkövérrel jelzem a szignifikáns eredményeket:

		Intrinzik vallásosság	Extrinzik-társas vallásosság	Extrinzik személyes vallásosság	Értelen megélése	Értelen keresése	Elkerülés	Szorongás
Önfelismerés	<i>Korrelációs együttható</i>	,493**	,124**	,169**	,320**	,041	-,181**	,003
	<i>Szignifikanciaérték</i>	< ,001	< ,001	< ,001	< ,001	,220	< ,001	,936
Elvárás	<i>Korrelációs együttható</i>	,171**	,118**	,295**	-,044	,169**	-,091**	,108**
	<i>Szignifikanciaérték</i>	< ,001	< ,001	< ,001	,182	< ,001	,006	,001
Közösség	<i>Korrelációs együttható</i>	,337**	,280**	,011	,187**	,087**	-,151**	-,046
	<i>Szignifikanciaérték</i>	< ,001	< ,001	,740	< ,001	,009	< ,001	,165
Istenkapcsolat	<i>Korrelációs együttható</i>	,390**	,100**	,166**	,210**	-,024	-,246**	-,076
	<i>Szignifikanciaérték</i>	< ,001	,003	< ,001	< ,001	,474	< ,001	,023
**. A korreláció szignifikáns a ,01-es szignifikanciaszinten (kétoldali próba).								

3. táblázat | A faktorok korrelációs összefüggései

5. Az eredmények értelmezése

5.1. A négy faktor megbeszélése

5.1.2. Az első faktor: Önfelismerés Istenben

A négy elkülönülő faktorban az ima motivációs háttérének izgalmas mintázata rajzolódik ki. Az első faktorban olyan tételeket találunk, amelyek az egyénnek az önmagával

való kapcsolatára vonatkoznak (pl. „Az imában találok rá önmagamra”, egészen magas, 9 feletti faktorsúllyal). Azonban ez mégsem az egyén önmagába zárkózását jelenti, hanem az istenkapcsolat vonatkozásában konstituálódik, amit jelez a 14-es tétel is: „Az imában Isten arcát szemlélhetem”. Az imádkozó talán éppen Isten arcában pillantja meg önmagát, Istenen keresztül talál rá önmagára. És megfordítva, az egyén lehet, hogy önmagában találja meg Istent, gondolhatunk FRANKL (2012) operatív istenmeghatározására, az ágostoni „*interior intimo meo, superior summo meo*”-gondolatra („Isten legbensőbb énem lakója, de ugyanakkor túl van a lélek legfelsőbb csúcán is”, Szabó Ferenc parafrázisa), de a középkori *unio mystica* tradíciója is eszünkbe juthat. Elnevezésnek az *Önfelismerés Istenben* szintagmát javasoljuk, mert ez hordozza a kapcsolat és az egyén önmagára találásának dinamizmusát. Thomas Mertonra utalva JAMES NELSON (2009) rámutat, hogy az ima a valódi önmagunkra (*true self*) való rátalálás lehetőségét is adhatja, s ehhez konfrontáció szükséges a felszínes, illuzórikus hamis énnel (*false self*). Ez a hamis én nem szabad: rettegést, bűntudatot és szorongást vált ki, részeinkre szabdal minket, elszakít a valóságtól, másoktól és önmagunktól is. Ezzel szemben a valódi önmagunk ezalatt elrejtve található, Merton megfogalmazása szerint egy szűzi pont (*virgin point*): Istenhez tartozik és tiszta. (Ez a 'szűzi pont' akár párhuzamba vonható a jungi Selbst fogalmával is.) Isten ismeri egyedül teljesen, így Isten szemlélése a valódi én megismerésének egyetlen módja. A faktorhoz tartozó tételekben mintha éppen ez történne meg: az imádkozó Isten arcát szemléli, és ez adja meg számára a lehetőséget, hogy önmaga lehessen.

A hamis és a valódi én tematizálása szorosan kapcsolódik Winnicott pszichológiájához is (ennek valláspszichológiai összefüggéseire ld. VADEN, 2015). Míg ezt a faktor a winnicotti értelemben vett valódi szelffel (*true self*) tudjuk összekapcsolni, a második majd a hamis szelfre (*false self*) ad példát. A már idézett 14. tétel is nyerhet tárgykapcsolatelméleti összefüggést a faktor fényében: „Az imában Isten arcát szemlélhetem”. De mintha ez az arc tükör lenne, amelyben az imádkozó önmagát pillantja meg. „Mit lát a csecsemő, amikor anyja arcába néz? Felvetem, hogy általában önmagát pillantja meg. Más szóval, az anya nézi a babát, és ahogyan ő kinéz, az kapcsolatos azzal, amit ott lát” (WINNICOTT, 1999, 112). A többi faktor értelmezése kapcsán is jelezzük a Winnicotthoz köthető interpretációs lehetőségeket, ezáltal az ima motivációs hátterének egy tárgykapcsolatelméleti projektuma rajzolódik ki a horizonton.

Izgalmas, hogy a szufista tradícióban is megfigyelhető az önmegismerés és a spirituális előrehaladás szoros kapcsolata (NELSON, 2009). Úgy tűnik, hogy a csönd is kapcsolódik mindehhez: „Az imában tudok elcsöndesedni” (26. tétel). Talán éppen a csöndben nyílik meg a horizont, ahol az imádkozó valódi énje feltárul Istenben. Ennek a szempontnak is lehet

teológiai párhuzama, például ROBERT SARAH (2018) Istenről mint csöndes erőről beszél, aki az ember bensőjében lakozik és zaj nélkül teremti őt újjá.

5.1.2. A második faktor: Elvárás

A második faktorban a kötelesség, az elvárás szempontjai jelennek meg, amennyiben valaki az imát kötelességnek éli meg (pl. 11. „Az imával tartozom Istennek”), vagy a túlvilági sors miatt imádkozik (15. „A kárhozat elkerülése miatt imádkozom”). Úgy neveztük el tehát a faktort, hogy *Elvárás*. A kötelességérzet összekapcsolódhat a vallási közösség normáival vagy akár a családi szocializációval, így izgalmas kérdésként merül fel, hogy azon személyek esetén, akik nem tartoznak felekezethez, lehet, hogy nem releváns ezen dimenzió. A winnicottianus interpretációs keretben ez a faktor kapcsolódhat a hamis én (*false self*) koncepciójához (ennek eredeti kifejtése: WINNICOTT, 1960/1965), amely hamis tükörben képződik, a vallási normáknak való megfelelés, a hozzájuk való igazodás lehet, hogy éppen annak a lehetőségét iktatja ki, hogy az indulatok, a maró kétségek és egyéb nemkívánatos érzések a felszínre jussanak. Míg az első faktor esetén az Istent szemlélve jut az imádkozó önmön identitásának felfedezéséhez közelebb, addig ennek a faktornak az élményvilága inkább a hamis szelf asszociációs mezejét indikálja. Winnicott elméletében az anya tartalmazófunkciója (*holding*) kulcsmozzanat abban, hogy a szelf valódi vagy hamis lesz-e, jelen kontextusban az eltérő istenképek, vallási szocializáció és a vallási közösségi normák, tapasztalatok járulhatnak hozzá ahhoz, hogy melyik válik dominánssá. Winnicott a hamis szelfet összekapcsolja a spontaneitás elvesztésével (ld. bővebben VERMES, 2014), ez is jól illeszkedik a faktorba tartozó tételekhez.

5.1.3. A harmadik faktor: Közösség

A harmadik faktor a társakhoz kapcsolódik, pl. „Azért jó másokkal imádkozni, mert az a közöttünk lévő kapcsolatot is erősíti”, névnek a *Közösséget* javasoljuk. Ha BARTHOLOMEW és HOROWITZ (1991) kötődési modelljére tekintünk, ott két munkamodell lényeges: az önmagunkról és a másikról alkotott, ehhez kapcsolódik a kötődés két dimenziója, az előbbihez a szorongás, a másikhoz pedig az elkerülés (vagy éppen ezek hiánya). Ha a vallásosság kötődésméleti megközelítésében szeretnénk elhelyezni a faktorokat, akkor azt mondhatjuk, hogy az első faktor illeszkedik az önmagunkkal kapcsolatos munkamodellhez, míg ez a harmadik faktor a másikra vonatkozó. De a két dimenzió mellett itt megjelenik egy harmadik is: méghozzá az Istenhez kapcsolódó. Ennek a szempontnak az érvényességére még

visszatérünk a továbbiakban, azonban a harmadik faktor winnicottianus vetületére is utalunk. Elméletében az egyén fejlődésében a család fontos szerepet kap mint közösség (WINNICOTT, 2006), s a család analógiájára aztán más közösségek is lényegessé válnak, Winnicott megemlíti a politikai, kulturális és *vallási* csoportokat. Ezek „a végtermékei annak, ami az anyai gondoskodással kezdődik, és mint család folytatódik” (WINNICOTT, 2006, 105). Ilyen értelemben a *Közösség* dimenziója is integrálható a tárgykapcsolatelméleti olvasatba.

5.1.4. A negyedik faktor: Istenkapcsolat

Az utolsó faktorban az istenkapcsolatra vonatkozó itemek foglalnak helyet: pl. „Az imában közel kerülhetek Istenhez”, vagy „Bocsánatot tudok kérni Istentől az imában a tévedéseimért”. A bűnbánaton kívül a hálaadás is jelen van, de ezek a témák az istenkapcsolatba ágyazódnak, ebben nyerik el értelmüket. Releváns kérdés, hogy ez a faktor miben különbözik az elsőtől, amire egyrészt azt válaszolhatjuk, hogy a faktorok nem ortogonálisak, nem tudjuk azt feltételezni, hogy az ima motivációs háttere egymástól független tényezőkből áll össze, az alkalmazott forgatással viszont a lehető legnagyobb függetlenségre törekedtünk. Másrészt azt is mondhatjuk, hogy az első faktor mintha egy misztikusabb faktor lenne, ahol a kontemplációban eggyé olvad a megszólító és a megszólított, és ebben az egységben fedezi fel igazán önnön sajátosságait, a negyedik pedig a kapcsolat kevésbé elmélyült fokát tartalmazza, de azért nagyon lényeges motívumok vannak ebben is jelen, pl. az Istenhez való közelség megtapasztalása. Ehhez a különbséghez kapcsolódik, hogy amikor kevésbé szigorú faktorsúlyszabályokra kértük ki az elemzést, egy igazán intrinzik tétel (21. „Az ima célja maga Isten”) az egyes faktorhoz került. Winnicottianus értelmezésben ehhez a faktorhoz az átmeneti (vagy potenciális) tér fogalmát asszociálhatjuk, melyet az anyával kapcsolatos tapasztalatok határoznak meg, és nem azonos sem a belső világgal, sem a külső valósággal. A külső és a belső valóság összekapcsolásának feszültségében enyhítő elem lehet. (WINNICOTT, 1999). „Ettől az átmeneti tértől lesz az elválás, a kettéválás elviselhető, s nem traumatikus élmény, mert így olyan folyamattá válhat, amelyben biztonságosan kialakulnak az én határai addig, míg az anyát jó tárgyként internalizálni tudja” (TÓTH és DÜLL, 2019). A faktor esetén a tételek tartalma konstituálja azt a potenciális teret, melyben az imádkozó az Isten közelségét éli meg, a vele való kapcsolatot a hálaadásban és bűnbánatban, és ez teszi azt lehetővé, hogy az elválás már ne traumatikus élményt jelentsen.

5.2. A négy faktor és Ryan és Deci öndeterminációs elméletének kapcsolata

DECI és RYAN (2000) rendszerében egy kontinuumot látunk, mely az amotiváltság állapotától az intrinzik motivációig terjed. Három alapvető igényre irányítják a figyelmet: a kompetenciára, az autonómiára és a közösséghez tartozásra. Az utóbbihoz jól illeszkedik a *Közösség* faktor, a kompetenciához kapcsolódhat a normatелjesítés, és ennyiben az *Elvárás* faktor (ebben az olvasatban értékmegvalósító emberi tevékenységről lesz szó), míg az autonómiához – az előbb tárgyaltak szerint – illeszkedhet az *Önfelismerés Istenben* és az *Istenkapcsolat*.

A kontinuumon is elhelyezhetünk több faktort, az empirikus korroboráció lehetőségére a *Kitekintés* fejezetben térünk vissza, természetesen további vizsgálatok lesznek szükségesek az összefüggések mélyebb megértéséhez is. Az *Elvárás* faktorához tartozó tételekben megmutatkozó attitűd jól összekapcsolható az öndeterminációs elmélet kontinuumának két csoportjával, még hozzá az introjektált motivációval és a külső szabályozással. Az első esetben a viselkedés célja a büntudat vagy a szorongás elkerülése, azonban belső jutalomról vagy büntetésről van szó (pl. 24. „Kötelességem, hogy imádkozzak” – az ima elmaradása büntudatot idézhet elő, és ez a belső érzelmi következmény szolgál extrinzik motivációként). Viszont az okság észlelt helye valamennyire külső, így Deci és Ryan rendszerében ez az extrinzik motivációk közé tartozik. A külső szabályozás annyiban különbözik ettől, hogy ott a jutalom és a büntetés külső, ha pl. a 12-es tételt vesszük, akkor külső jutalmat láthatunk: „Azért imádkozom, hogy üdvözljek”. Azt is felvethetjük, hogy akár egyéni különbségek (pl. az üdvözlés fogalma külső vagy belső-e inkább) is alakíthatják azt, hogy az idetartozó tételek introjektált motiváció vagy a külső szabályozás kategóriájába esnek-e². Az *Istenkapcsolat* és az *Önfelismerés Istenben* faktorok esetén úgy fogalmazhatunk, hogy az egyes faktor mintha inkább mutatna intrinzik sajátosságokat, talán köthetjük az ottani integrált motiváció kategóriájához: az 'integrált' jelző arra vonatkozik, hogy „a cselekvés konzisztens a célokkal, a szelffel és az értékrenddel” (DORNER, 2021), az okság észlelt helye már belső. Felvethetjük, hogy a negyedik faktor az identifikált motivációval kapcsolható össze, mely Deci és Ryan rendszerében az introjektált és az integrált motiváció között helyezkedik el. A cselekvés *személyesen* fontos az illető számára, az okság észlelt helye valamennyire belső (DECI és RYAN, 2000).

² Erre a szempontra Dorner László hívta fel a figyelmem.

5.3. A faktorok korrelációs kapcsolatainak vizsgálata

Úgy a faktorok, mint az ima motivációs háttere és a többi bevont konstruktum kapcsolatának mélyebb megértését segítheti a korrelációs tábla eredményeinek megbeszélése.

Az *Önfelismerés Istenben* faktora és az intrinzik vallásosság alskála között a Spearman-korrelációval szignifikáns, pozitív, közepes erősségű kapcsolatot találtunk, $r = ,493$ $p < ,001$ (2-tailed). Ez azt jelenti, hogy valaki minél magasabb pontszámot kapott az *Önfelismerés* alskálán, annál inkább jellemző volt rá az intrinzik vallásosság. Ez nem annyira meglepő, mert az előbbieken éppen amellelt érveltünk, hogy ez a leginkább intrinzik faktor, az *Istenkapcsolat* faktornak gyengébb, pozitív, szignifikáns kapcsolata az intrinzik vallásossággal: $r = ,390$ $p < ,001$ (2-tailed). A *Közösség* kissé gyengébb korrelációval bír: $r = ,337$ $p < ,001$ (2-tailed). Ezt magyarázhatjuk oly módon, hogy a társak ellenére mégiscsak imáról van szó, ez pedig az istenkapcsolatot is implikálja. Az *Elvárás* faktor korrelációja ugyan szignifikáns és pozitív, de elhanyagolhatóan gyenge erősségű: $r = ,171$ $p < ,001$ (2-tailed). Ez abba az irányba mutathat, amit fentebb fejtettünk ki, hogy az *Elvárás* faktora nem annyira intrinzik, inkább introjektált motivációnak tekinthető a Deci és Ryan-féle felosztásban. Az extrinzik-társas Maltby-alskála habár általában szignifikáns eredményt produkált, elhanyagolhatóan gyenge erősségű korrelációval (ld. *Önfelismerés*, *Elvárás*, *Istenkapcsolat*), a *Közösség* dimenziójánál volt relatíve a legerősebb (a Spearman-korreláció szokásos értékelése szerint ez közepesen gyenge kapcsolat): $r = ,280$ $p < ,001$ (2-tailed). Ez érthető, mert még szemantikailag is összekapcsolódnak a tételek, az ima esetén az jelenti a társakhoz való kapcsolódás lehetőségét, míg Maltby rendszerében ezt a vallási közösség adja meg (pl. „Azért járok templomba, mert ez segít nekem barátságokat kötni”). Az extrinzik-személyes vallásosság esetén a *Közösség*nél nincs is szignifikáns kapcsolat, míg az *Önfelismerés* és az *Istenkapcsolat* esetén a korreláció erőssége elhanyagolhatóan gyenge erősségű. Az *Elvárás* viszont gyenge, pozitív kapcsolatban áll az extrinzik-személyes vallásossággal: $r = ,295$ $p < ,001$ (2-tailed). A korábbiakban kifejtettek fényében azt mondhatjuk, hogy ez a motivációs aspektus azt takarja, hogy az imádkozó megszabaduljon a fenyegetettségétől, szorongásától, tehát az ima bizonyos értelemben azt a tapasztalatot hozza el, hogy „biztonságban van az életem”, addig az extrinzik személyes vallásosságban olyan tételt is találunk, hogy „Amit a vallás számomra leginkább nyújt, az a vigasz nehézségek és szomorúság idején”, tehát úgy tűnik, megragadható a hasonlóság a két konstruktum között, bár az extrinzik-személyes vallásosság pl. a boldogság elérését is tartalmazza, amely az *Elvárás* dimenziójából hiányzik.

Az élet értelmének megélése alskála az *Elvárás*sal nincs is szignifikáns kapcsolatban, mintha a szorongató élmény nem annyira hagyna helyet az értelemmegélésnek. A *Közösség* és az *Istenkapcsolat* korrelációja a változóval a szignifikáns, pozitív kapcsolat ellenére elhanyagolhatóan gyenge erősségű, az *Önfelismerés* viszont ,320-es korrelációs együtthatóval bír ($p < ,001$, 2-tailed). A valódi én feltárulása (vö. Merton) hozzájárulhat az egyéni élet értelmének megtalálásához, melynek FRANKL (2015) koncepciójában nagyon is személyes jellege van. Az értelem keresése alskála alapvetően nem mutatott szignifikáns korrelációkat, ez alól kivétel az *Elvárás*. Ezt megvilágíthatja MARTOS és KONKOLY THEGE magyarázata az értelem keresésének komplex tapasztalatához: „az értelemkeresés állapota egyrészt olyan szubjektív tapasztalat, amely *magában hordoz bizonyos mértékű feszültséget, bizonytalanságot és ezáltal a pszichológiai sérülékenység kockázatát*. Másfelől – éppen a bizonytalanság másik oldalaként – hordozza a fejlődés, előre lépés lehetőségét is.” (2012, kiemelés tőlem). A kurzívan szedett rész kapcsolódhat az *Elvárás* faktor tartalmához. Az értelemkeresés gyakran éppen az elvárással szemben jön létre. Ha valaki az elvárásnak megfelelően alakítja az élete értelmét, önmagától idegenedhet el, s Frankl szerint a noogén neurózis állapotába kerülhet³.

A kötődési kérdőív elkerülési faktoránál éppen a fordított helyzetet látjuk, egyedül az *Elvárás*nak nincs negatív szignifikáns korrelációja a konstruktummal. A *Közösség*nél bár negatív és szignifikáns az eredmény, elhanyagolhatóan gyenge erősségű: $r = -,151$ $p < ,001$ (2-tailed). Az *Önfelismerés*nél azonban kicsit nagyobb az együttjárás: $r = -,181$ $p < ,001$ (2-tailed), s az *Istenkapcsolat*nál pedig egy további kis növekedést figyelhetünk meg: $r = -,246$ $p < ,001$ (2-tailed). A negatív előjel (ez szerepel az *Elvárás*nál is) érthető: az ima *per definitionem* kapcsolatfelvétel, tehát nem elkerülés. Az is kirajzolódik, hogy éppen a közeledés mozzanatát mintha az *Elvárás* tartalmazná a legkevésbé, a többi faktor pedig – a feltüntetett sorrendben – egyre inkább. Ez viszont annyiban árnyalja a korábbiakban a Bartholomew-Horowitz-i párhuzam kapcsán kifejtetteket, hogy eszerint inkább az Istennel való kapcsolat jelenti a másokra vonatkozó munkamodell megvalósulását (hiszen az *Istenkapcsolat* dimenziója kapcsolódik ehhez a legnegatívabban), és nem annyira a társak, ahol elhanyagolhatóan gyenge erősségű az együttjárás. Lehet, hogy éppen a *Közösség* dimenziója a másodlagos az ima kötődéseméleti interpretációjánál, ez ad még valamilyen plusz ízt, de elsődlegesen Isten a kötődési személy. A kötődési kérdőív azon dimenziója, mely az egyén önmagára vonatkozó munkamodelljét érinti, vagyis a szorongási faktorának esetében ismét az *Elvárás* bizonyul kakukktójásnak, egyedül annak van szignifikáns korrelációja, az összes többinek nem; bár ez

³ Ez utóbbi összefüggésre Urbán Szabolcs hívta fel a figyelmemet.

az összefüggés sem erős: $r = -,108$ $p = ,001$ (2-tailed). A korábbiakban kifejtetteket figyelembe véve ez is jól értelmezhető, már az értelemkeresési skála kapcsán a szorongató élménnyel hoztuk összefüggésbe a faktort; azonban a gyenge korrelációs együttható miatt kategorikus kijelentést nem tudunk tenni. Azt azonban mondhatjuk az extrinzik-személyes vallásosság, az értelem keresése és a szorongási alskálák alapján, hogy egyfajta feszültséget hordoz magában az *Elvárás* faktora.

Összességében a korrelációk áttekintése segítette a létrejött faktorok konvergencia validitását, a kapcsolataik tükrében sikerült több szempontból megérteni, hogy az egyes létrejött dimenziók mit mérnek, milyen kapcsolatban állnak a többi, relevánsan kapcsolódó konstrukttal.

5.4. Limitációk

Jelen vizsgálat limitációja volt, hogy zömében katolikus kitöltőkkel dolgoztunk, bár a magyarországi vallásos személyek legnagyobb csoportját ők teszik ki, mintánkban mégis felülreprezentáltak voltak, a csatornáinkon főleg őket tudtuk elérni. Emiatt felmerül a kérdés, hogy a kapott faktorstruktúra mennyire érvényes a protestáns felekezetekre: az eltérő vallásos tanítások kihathatnak az istenképre (akár a rizzutói értelemben vett istenfogalmon keresztül), és ez pedig hatással lehet az ima motivációs hátterére is. Az is felvethető, hogy a kapott faktorok relevánsak-e a felekezethez nem tartozó személyekre, hogy az *Elvárás* vagy a *Közösség* faktor mennyire számít az ő esetükben. Jelenleg zajlik a vizsgálat egy következő fázisa, itt most kifejezetten több nem-katolikus személyt (adventisták, reformátusok) vonunk be. A validálási folyamatnak még nincs vége, szükségesek további lépések ezen a téren (pl. a kritériumvaliditás ellenőrzése).

Az is jogos kritika lehet, hogy a 17 tételes mérőeszközünkben (pl. 37. „Az imában lehetek igazán az, aki vagyok” és 16. „Az ima adja meg azt, hogy önmagam lehessenek.”) redundáns tételek találhatók, érdemes lehet ezek szelekcióját megtenni egy következő adatfelvétel alkalmával.

6. Összefoglalás és kitekintés

Jelen munkában áttekintettük az ima motivációs hátterét feltáró kérdőív kialakításának második szakaszát. Több száz fős mintán végzett faktoranalízissel négy faktor különül el: az *Önfelismerés Istenben*, az *Elvárás*, a *Közösség* és az *Istenkapcsolat*. Az első annak a dinamikus

kapcsolatnak a megjelenítését adja meg, hogy az imádkozó Istenben talál önmagára, a második az imát mint kötelességet fogja fel, a harmadik azokra a társakra fókuszál, akikkel az ima révén születik kapcsolat, a negyedik pedig az imát mint az Istenhez való közeledés tevékenységét fogja fel. A faktorok belső következetessége a Cronbach-alfa alapján megfelelő, és a Maltby I-E Skála, az MLQ-H és az ECR-RS kérdőívek alapján végzett korrelációs vizsgálatokban pedig több szignifikáns kapcsolatot tártunk fel, melyek segítik a faktorok mélyebb megértését és egyúttal konvergens validálásukat is.

A vizsgálatokat folytatni fogom publikálás irányába, s reményeim szerint ÚNKP-s kutatóként is. Megkezdtem a konfirmatív faktoranalízissel kapcsolatos vizsgálatokat is, mely a kérdőívkialakítás következő fontos lépése, némileg eltérő struktúra rajzolódik ki, az eredmények értelmezése további statisztikai és értelmezői munkát kíván. K-középpontú klaszteranalízissel az ima motivációs csoportjait szeretném elkülöníteni és az összefüggéseket megvizsgálni pl. az egyes kötődési csoportokkal. Egy rövidített verzióját is el lehetne készíteni a kérdőívnek a redundáns tételek szelekciójával, és az újabb adatfelvételben további mérőeszközöket lehetne bevonni az összefüggések mélyebb megértése érdekében (pl. a Hutsebaut-féle *Kritika Utáni Vallásosság Skála* vagy a cloningeri *Temperamentum és Karakter Kérdőív* alkalmazásával).

Motivációelméleti irányból olyan irányba lehetne a munkát folytatni, hogy a faktoraink és a Deci és Ryan-féle öndeterminációs elmélet motivációs kategóriáinak kapcsolatait (pl. introjektált vagy identifikált motiváció) mélyebben tárjuk fel, s ez is segítheti a konvergens validálást; ehhez a munkához releváns módon lehetne felhasználni a *Religious Internalization Scale*-t [Vallási Internalizációs Skála], mely egy frissen publikált új mérőeszköz (HARDY, NELSON, FRANDSEN, CAZELL és GOODMAN, 2022). A szerzők azt tűzték ki célul, hogy az öndeterminációs elméletet vallási kontextusban alkalmazzák. Izgalmas lehet a tárgykapcsolatelméleti perspektíva mélyebb kibontása, ezen szemléletben dolgozó szerzők szempontjainak integrálása (pl. Ana-Maria Rizzuto).

A jelen dolgozatban bemutatott lépések és a jövőben tervezett továbbiak is nem csupán a mérőeszköz létrejöttéhez járulnak hozzá, hanem a vallásosság pszichológiájához kapcsolódó konstruktumok, illetve azok közötti kapcsolatok értelmezéséhez is, s ezáltal azt a területet gazdagíthatják, melyet a vallásosság pszichológiája megragadhat.

7. Bibliográfia

- ALLPORT, G. W., & ROSS, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432–443.
- ARDELT, M. (2003). Effects of religion and purpose in life on elders' subjective well-being and attitudes toward death. *Journal of religious gerontology*, 14(4), 55–77.
- BARTHOLOMEW, K., & HOROWITZ, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226–244.
- DORNER, L. (2020). *Az önkéntesség lélektani vonatkozásának empirikus vizsgálatai* [Doktori disszertáció]. Debreceni Egyetem, Bölcsészettudományi Doktori Tanács.
- DORNER, L. (2021). Az önkéntesség motivációs elméletei integratív keretben. *Önkéntes Szemle*, 1(1), 39-55.
- GEORGE, R. M. (1998). *The relationship between religious faith and psychological well-being*. University of Detroit Mercy.
- EMMONS, R. A. (2003). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. New York: Guilford Press.
- ENDRÉDY, B. (2021). *Az imádság motivációs hátterét feltáró kérdőív létrehozása* [Általános lélektani műhelymunka]. Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar.
- 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.
- FRANKL, V. E. (2012). *A szenvedő ember*. Budapest: Jel Kiadó.
- FRANKL, V. E. (2015). *Orvosi lelkigondozás: A logoterápia és egzisztenciaanalízis alapjai*. Budapest: Jel Kiadó.
- 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 (3), 348–354

- GRANQVIST, P. (2010). *Attachment, Prayer, and Well-being: A Longitudinal Study*. Paper presented at the Conference on Religion and Health in Secular Society, Odense, Denmark, May 17-19.
- HARDY, S. A., NELSON, J. M., FRANDSEN, S. B., CAZZELL, A. R., & GOODMAN, M. A. (2022). Adolescent religious motivation: A self-determination theory approach. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 32(1), 16–30.
- HAZAN, C., & SHAVER, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological inquiry*, 5(1), 1–22.
- HEILER, F. (1921). *Das Gebet. Eine religionsgeschichtliche und religionspsychologische Untersuchung* München: Ernst Reinhardt.
- HJELLE, J. A., & ZIEGLER, D. J. (2001). Gordon Allport: a személyiségvonás elmélete. In: Szakács, F., & Kulcsár, Z. (2001). *Személyiségelméletek* (pp. 189–218). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- JANTEK, G., & 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.
- KETSKEMÉTY, L., & IZSÓ, L. (2005). *Bevezetés az SPSS programrendszerbe*. Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- KÉZDY, A., URBÁN, SZ., & MARTOS, T. (2018). A vallásos orientációk mérésére kidolgozott 12 tételes Életkorfüggetlen I-E Skála (Age-U Age-Univerzal I-E Scale) magyar változata. In: Torgyik, J. (szerk.): *Néhány társadalomtudományi kutatás és innováció* (pp. 239–249). Komárom: International Research Institute.
- KRAUSE, N., & HAYWARD, R. D. (2013). Prayer beliefs and change in life satisfaction over time. *Journal of religion and health*, 52(2), 674–694.
- LAIRD, S. P., SNYDER, C. R., RAPOFF, M. A., & GREEN, S. (2004). Measuring Private Prayer: Development, Validation, and Clinical Application of the Multidimensional Prayer Inventory. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 14(4), 251-272.
- MALTBY, J. (2002). The Age Universal IE Scale-12 and orientation toward religion: Confirmatory factor analysis. *The Journal of Psychology*, 136(5), 555–560.

- MARTOS, T. (2007). Vallásosság és az értelmes élet pszichológiája. In: Horváth-Szabó, K. (szerk.): *Vallásosság és személyiség* (pp. 9–36). Piliscsaba: Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Bölcsészettudományi Kar.
- MARTOS, T., & KONKOLY THEGE, B. (2012). (2012). Aki keres, és aki talál – az élet értelmessége keresésének és megélésének mérése az Élet Értelme Kérdőív magyar változatával. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(1), 125–149.
- NELSON, J. M. (2009). *Psychology, religion, and spirituality*. New York: Springer Science & Business Media.
- PALMER, C. (2020). *Practicing Prayer and Attachment to God: A Study of Emerging Adult Spiritual Formation*. Asbury Theological Seminary.
- PAIC R. (2019). *A sportoló-edző kapcsolat, a motiváció és az észlelt motivációs környezet összefüggéseinek vizsgálata a férfi kézilabdázásban* [Doktori disszertáció]. Pécsi Egyetem, Bölcsészettudományi Kar.
- POLOMA, M. M., & PENDLETON, B. F. (1989). Exploring types of prayer and quality of life: A research note. *Review of religious research*, 46–53.
- RYAN, R. M., RIGBY, S. & KING, K. (1993). Two types of religious internalization and their relations to religious orientations and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 586–596.
- SAMUELS, P. (2017). *Advice on exploratory factor analysis. Technical Report*. <http://www.openaccess.bcu.ac.uk/id/eprint/6076>
- SCHAEFFLER, R. (2003). *A vallásfilozófia kézikönyve*. Budapest: Osiris Kiadó.
- SPIILKA, B., HOOD, R. W., HUNSBERGER, B., & GORSUCH, R. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach*. New York: Guilford Press.
- STEGER, M. F., & FRAZIER, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 574–582.
- STEGER, M. F., FRAZIER, P., OISHI, S., & KALER, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80–93.

- TOMCSÁNYI, T., MARTOS, T., ITTÉZS, A., HORVÁTH-SZABÓ, K., SZABÓ, T., & NAGY, J. (2013). Spiritual transcendence and mental health of psychotherapists and religious professionals in a Hungarian adult sample. *International Journal for the Psychology of Religion*, 23(2), 161–170.
- TÓTH-VARGA, V., & DÚLL, A. (2019). A térhasználat jellegzetességei a pszichoanalitikus szemléletű csecsemőmegfigyelési jegyzőkönyvekben. A holding és handling funkciók megjelenése a szociofizikai környezetben. *Alkalmazott Pszichológia*, 19(3), 7-31.
- URBÁN, SZ. (2012). *A vallásosság kötődéelméleti megközelítése* [Doktori disszertáció]. Debreceni Egyetem, Bölcsész- és Társadalomtudományi Kar.
- VADEN, M. B. (2016). *The false self and true self: A christian perspective* [Doktori disszertáció]. The Southern Baptist Theological Seminary.
- VERGOTE, A. (2003). Mi és mi nem a vallás pszichológiája? *Magyar Pszichológiai Szemle*, 58, 5–18.
- VERMES, K. (2014). Hazugság, hamiság, rosszhiszeműség: pszichoanalitikus és antipszichoanalitikus alternatívák. In: *A hazugság*, (12). pp. 378–392. Szegedi Tudományegyetem: Szeged.
- WINNICOTT, D. W. (1960/1965). Ego distortion in terms of true and false self. In *The Maturation Processes and the Facilitating Environment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- WINNICOTT, D. W. (1999). *Játszás és valóság*. Animula: Budapest.
- WINNICOTT, D. W. (2006). *Az egyén fejlődése és a család*. Animula: Budapest.
- WULFF, D. M. (1991). *Psychology of religion: Classic and contemporary views*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- ZINNBAUER, B. J., & PARGAMENT, K. I. (2005). Religiousness and spirituality. *Handbook of the psychology of religion and spirituality*, 21–42.