

SZEGEDI TUDOMÁNYEGYETEM BÖLCSESZET- ÉS TÁRSADALOMTUDOMÁNYI KAR
PSZICHOLÓGIAI INTÉZET
SZEGED

**A SERDÜLŐKORI MENTALIZÁCIÓ VIZSGÁLATA AZ ÖNÉRTÉKELÉS,
ÉNHATÉKONYSÁG ÉS AZ ALKOHOLFOGYASZTÁSI MOTIVÁCIÓK TÜKRÉBEN**

Készítette: Kardos Márton, Pallai Tímea
D1GKXG

NEPTUN kód: OU2MX0,

Tantárgy: Tudományos Diákkör (TDK) dolgozat

Vezető tanár: Szél Erzsébet, egyetemi tanársegéd

2023.01.07.

Absztrakt

Háttér és célkitűzések: Kutatásunk célja a serdülőkorban megfigyelhető mentalizációs képességek vizsgálata az alkoholfogyasztási motivációkkal, önértékeléssel és énhatékonysággal kapcsolatban. Ezen belül vizsgáljuk a nemenkénti eltéréseket fiúk és lányok között. Vizsgáljuk továbbá a mentalizációs képességnek a változását az életkor előrehaladtával.

Minta és módszerek: Kérdőíves kutatást végeztünk 325 résztvevő bevonásával, az átlagéletkor 16,8 év($\pm 1,22$ (lány:61%; fiú:39%)) volt. A demográfiai adatok után a Rosenberg Önértékelési skálát (Sallay és mtsai, 2014), az Általános énhatékonyság skálát (Schwarzer & Jerusalem, 1995), Az alkoholfogyasztási motivációs kérdőívet (Horváth, 2021) és a Multidimenzionális mentalizáció kérdőívet (Gori és mtsai, 2021) alkalmaztuk. *Eredmények:* A szegényes mentalizáció és alkoholfogyasztási motivációk között egyaránt gyenge és erős szignifikáns együttjárásokat találtunk, valamint a magasabb önértékelés és énhatékonyság erős és közepes pozitív irányú együtt járását állapítottuk meg a sikeres mentalizációs képességgel. *Következtetések:* A kutatás rámutat a mentalizáció vizsgálatának fontosságára, befolyásoló szerepére az alkoholfogyasztás kialakulásában, illetve mentális egészség pozitív irányú fejlődésében.

Kulcsszavak: mentalizáció, alkoholfogyasztás, önértékelés, énhatékonyság, serdülő

Plágium nyilatkozat:

A plágium szabályokat ismerjük, és dolgozatomban azokat betartottuk.

Kardos Márton, Pallai Tímea – 2023.01.07.

Tartalom

Absztrakt	1
I. A SERDÜLŐKORI MENTALIZÁCIÓ VIZSGÁLATA AZ ÖNÉRTÉKELES, ÉNHATÉKONYSÁG ÉS AZ ALKOHOLFOGYASZTÁSI MOTIVÁCIÓK TÜKRÉBEN....	2
A serdülőkori élménykeresés, az alkoholfogyasztás és a mentalizáció tükrében	2
Serdülőkor és az élménykeresés.....	3
Serdülők alkoholfogyasztása.....	3
Mentalizáció	6
Énhatékonyság	9
Önértékelés.....	10
Kutatási kérdések és hipotézisek.....	11
II. Módszerek	12
Részrtvevők	12
Vizsgálati eszközök:.....	13
A vizsgálat leírása:	15
III. Eredmények.....	16
A változók bemutatása a leíró statisztika tükrében	16
Eredmények a hipotézisek mentén	17
IV. Megvitatás	21
Összegzés	24
Limitációk	25
V. Felhasznált irodalom	26

I. A SERDÜLŐKORI MENTALIZÁCIÓ VIZSGÁLATA AZ ÖNÉRTÉKELÉS, ÉNHATÉKONYSÁG ÉS AZ ALKOHOLFOGYASZTÁSI MOTIVÁCIÓK TÜKRÉBEN

A tanulmány középpontjában a fiatal, serdülő korosztály mentalizációjának vizsgálata áll, az önértékelés, az énhatékonyság és az alkoholfogyasztási motivációk tükrében. Fő kutatási kérdésünkkel célunk, hogy feltárjuk, hogy milyen hatással van a serdülők mentalizációs képességének alakulására az alkoholfogyasztási motiváció, az önértékelés és az énhatékonyság. Feltételezésünk szerint a sikeres mentalizáció, a magas önértékelés és a magas énhatékonyság között pozitív együttjárás lelhető fel, illetve ok- okozati kapcsolat is. Ezen felül feltételezzük, hogy a sikertelen mentalizációt vizsgáló skálák pozitív összefüggésben lesznek az alkoholfogyasztási motivációkkal is. Feltevéseink szerint az életkor hatással lesz a mentalizációs képesség alakulására.

A serdülőkori élménykeresés, az alkoholfogyasztás és önértékelés a mentalizáció tükrében

A serdülőkor az élet azon szakasza, ahol legtöbb biológiai és pszichoszociális változás éri az embert. Erikson (1991) szerint a serdülőkor a legfontosabb szakasz a személyiség alakulásában, mivel ez az identitás- vagy szerepkonfúzió időszaka, ahol az egyén tudatosan felvállalt identitása kialakulhat, illetve itt már a serdülő azzal is foglalkozik, hogy mások őt milyennek látják. Ebben a szakaszban újra előkerülnek az előző szakaszok konfliktusai, a bizalomnak, az autonómiának, a kezdeményezésnek és a kompetenciának a kérdése. Ha nem sikerül kialakulnia az identitásnak, ha nem tud minőségi fejlődésen átmenni az egyén énképe, ha valamelyik előzetes szakasz kríziséen (csecsemőkor, kisgyermekkor, játszókor, kisiskoláskor) vagy a serdülőkor kríziséen nem tud túljutni, akkor identitáskonfúzió alakul ki, ahol a serdülő nem tudja ki ő és mi a célja a világban. A serdülők gondolkozásának minősége tartalom- és helyzetfüggő, illetve a gondolkodásukat meghatározza a sérthetetlenség illúziója is, ami a káros szenvedélyek megítélésére is kihat (Sipos, 2015; Pikó, 2007; Milam és mtsai, 2000). Éppen emiatt a serdülőkor az élet azon szakasza, ahol káros szerek típusainak nagy része kipróbálásra kerül, amihez hozzájárul az egyén környezete és a szenzoros élménykeresés is (Arnett, 1992).

Serdülőkor és az élménykeresés

A szenzoros élménykeresés olyan új, komplex, változatos és intenzív élmények / érzések keresése, ami fizikai, szociális, törvényes és anyagi veszélyek vállalásával jár (Zuckerman, 1994). Egy 2007-ben serdülőkkel végzett kutatás alátámasztotta Zuckerman 1994-ben megfogalmazott szenzoros élménykeresőkről szóló leírását, mely szerint a szenzoros élménykeresők az alkoholfogyasztást nagyobb mértékben találják jutalmazónak, és hajlamosabbak némileg alábecsülni annak negatív következményeit. Urbán és munkatársai 2008-ban végzett kutatása alapján gyenge, pozitív irányú korrelációt talált a szenzoros élménykeresés és az alkoholfogyasztás között, mely alapján következtethetünk arra, hogy az alkoholfogyasztás mind mennyiségben, mind minőségben összefüggésbe hozható a szenzoros élménykereséssel. Emellett fontos még megemlíteni azon kimutatásukat, mely szerint az elvárások fontos közvetítő szerepként vannak jelen a szenzoros élménykeresés és a szerhasználat között, viszont nem egyértelmű, hogy ezek az elvárások előzményei vagy következményei az alkohollal való tapasztalatszerzésnek. Ezen kívül megerősítették, hogy a szenzoros élménykeresés magas szintje elősegíti az alkohollal kapcsolatos jutalmak elővételezését és a pozitív elvárások kialakulását (Urbán és mtsai, 2008). Mindemellett kimutatták, hogy a serdülőkorban kialakuló, az egymás negatív hatását felerősítő viselkedésegységek nagy valószínűséggel felnőttkorban is fennmaradnak (Reitz és mtsai 2005; Brassai, 2011).

Serdülők alkoholfogyasztása

Az alkoholfogyasztás nem csak az idősebb korosztály körében, hanem a fiatalok között is egyre inkább elterjedt szokás. Már egészen fiatal korban, 8-10. évfolyamos diákok körében kialakul a havi több, mint hat alkalommal történő rendszeres alkoholfogyasztás, tehát a diákok körében heti többszöri alkoholfogyasztásról beszélhetünk (Elekes, 2012; Jakab, Mikó & Ungvári, 2019).

Az alkoholfogyasztás alakulását jelentősen befolyásolják a társadalomban meghatározott nemi szerepek, hiszen a férfiak ezáltal erőt tudnak demonstrálni, valamint az egymás közötti kapcsolatot tudják erősíteni. Ezzel szemben a nők alkoholfogyasztása negatív következményekkel jár a tradicionális női szerepek tekintetében (pl. nem tervezett szexuális kapcsolat vagy terhesség) (Kerr-Correa et al., 2007). Az alkohollal kapcsolatos erős pozitív elvárások és gyenge negatív következmények szélsőséges alkoholfogyasztáshoz vezethetnek (Burke & Stephens, 1999). Szociális jellegű elvárások, mint például az, hogy az alkoholfogyasztásnak köszönhetően az egyén jobban tud élvezni egy társaságot, segít a társas

helyzetekben, társas megnyilvánulásokban (Martin & Hoffman, 1993). Emellett a megküzdési motiváció is összefüggésben áll az alkoholfogyasztás sűrűbb előfordulásával (McNally et al., 2003). Mäkelä és Mustonen (2000) kutatása szerint a nőkre jellemzőbb, hogy a nagyobb problémákkal való megküzdés során alkoholt használnak, amely az alacsonyabb önértékelésnek és a negatív énképnek köszönhető. Feszültségcsökkentő magatartás szintén hozzá tud járulni a nagyobb mértékű alkohol beviteléhez, ami a fiatalok életében negatív megerősítőként fog a későbbiekben megjelenni (Young et al., 1990). Személyiségbeli tényezők szintén nagy szerepet játszanak az alkoholfogyasztás motivációjának kialakulásában (McCrae & John, 2001). Az alkoholfogyasztás gyakorisága az életkor növekedésével egyre sűrűbb lesz (Elekes & Paksi, 1999), hiszen általános iskolások jelentős része még nem iszik rendszeresen, viszont a középiskolások körében már nagyobb mértékben fordul elő alkohol fogyasztása. Skultéti & Pikó (2006) kutatása bizonyította, hogy a szocioökonómiai státusza (SES) is jelezheti az alkohollal való kapcsolatot fiatalok körében. Az alsó vagy alsó-közép osztályba tartozó fiatalok közül kerültek ki a legtöbben, akik már fogyasztottak alkoholt, míg a középosztályban és alsó-középosztályba tartozó serdülők esetében ez az érték alacsonyabb. A felső, illetve közép-felső osztályba tartozó serdülők fele még nem próbálta ki az alkoholt. Az alsó vagy alsó-közép osztályba tartozó fiatalok esetében alkalmankénti italfogyasztás is előfordul, de nagyobb arányuk heti rendszerességgel fogyaszt alkoholt.

Fiatalkorban társas motivációk, társas csoportok és egyéni pszichológiai jellemzők is hozzájárulnak a káros szenvedélyek (pl. alkoholfogyasztás) kialakulásához (Pikó, 2005), melyet erősíthet a serdülő által tapasztalt magányosságérzet is (Peltzer, 2009). Továbbá vannak olyan fiatalok is, akik az alkohollal elért pozitív érzelmi állapotot szeretnék fokozni (fokozásos motiváció) vagy megküzdési motiváció miatt nyúlnak alkoholhoz. Az alkoholfogyasztás leggyakrabban serdülőkorban kezdődik el, hiszen ez a fiatalok körében a felnőtté válás egyik szimbóluma, valamint legális szer, melyhez könnyen hozzá lehet jutni (Wild, 2002). A kortársaktól érkező visszajelzések, információk éppen ezért nagy hatással lesznek a fiatalok alkoholfogyasztási szokásaira, ugyanis ebben a korban a serdülők eltávolodnak szüleiktől és a kortárs kapcsolatok kerülnek előtérbe a mindennapokban. A barátokkal történő, illetve barátok által tapasztalt alkoholfogyasztás ösztönözni fogja a fiataalt az ivásra (Pikó, 2001), valamint a legjobb barát rizikómagatartása is motiválni fogja a személyt káros anyagok kipróbálására, a kortársak nagy befolyásoló hatással bírnak (Pikó & Varga, 2015).

Pikó (2004) kutatása az alkoholfogyasztás motivációjával foglalkozott, melyből kiderül, hogy a nemek között eltérés tapasztalható az alkoholfogyasztással kapcsolatosan (a fiúk többet

fogyasztanak, mint a lányok), valamint a fiatalok körében rendszeresen alkoholt fogyasztók elsődleges motivációi társas jellegűek. A lányok körében a társas környezet, illetve a legjobb barát hatása lesz nagyon erős a szeszes ital fogyasztása során, fiúk esetében más tényezők is szerepet játszhatnak (pl. tanulmányi eredmények, apa iskolai végzettsége, szülők véleménye) (Skultéti & Pikó, 2006). A fiúk körében gyakoribb és rendszeresebb italozás tapasztalható, amíg a lányok körében jellemzőbb az alkalmankénti alkoholfogyasztás. A magasabb szenzoros élménykereséssel rendelkező fiatalok szintén nagyobb eséllyel fogyasztanak majd a későbbiekben alkoholt, közöttük gyakrabban megjelenik a nagyivás jelensége. Fontos azonban megemlíteni, hogy a mértékletes ivás esetében jelentősebb befolyásoló hatással rendelkeznek a társas motivációk, mértéktelen italozás kialakulásában viszont jelentős szerepe van az énmegerősítés folyamatának (Kunstche et al., 2005). Abban az esetben, hogyha a fiatalok részegségig fogyasztanak alkoholt, azt belsőleg vezérelt indokok erősen befolyásolják (pl. önbizalomhiány, pszichés zavar) (Németh et al., 2011).

A fiatalok körében egyre gyakrabban megfigyelhetők a szélsőséges alkoholfogyasztási formák, mint a nagyivás vagy lerészegedés. Arnold (2014) kutatása bizonyította, hogy lineáris kapcsolat figyelhető meg az évfolyamok és a nagyivás között, vagyis minél magasabb évfolyamba jár egy fiatal, annál nagyobb esély van arra, hogy kétszer lerészegedett már, illetve öt vagy több italt fogyaszt el egy alkoholfogyasztási alkalom során. A nagyivás mértéktelen szeszes ital fogyasztását jelenti (egy alkalommal öt vagy több ital), amelynek elsődleges célja a mielőbbi lerészegedés (Jakab, Mikó & Ungvári, 2019). A nagyivás jelensége erős kapcsolatban áll a későbbi, egész életen át tartó alkoholfogyasztással (Skultéti & Pikó, 2006; Jakab, Mikó & Ungvári, 2019). Csizmadia és Várnai (2003) az első részegség átlagéletkorát 14,3 évben állapították meg (fiúknál: 14,2, lányoknál: 14,5). A serdülők körében az alkoholfogyasztás 83,7%-nál történik és a nagyivás is előfordul 27,8%-nál, viszont ez inkább a fiúkra jellemző. Felnőttek körében a nagyivás leggyakrabban a munkanélküliek között szokott előfordulni (Doomers et al., 1999), fiatal serdülők körében viszont ez fordítottnak jelenik meg. Vagyis azok a fiatalok, akik kedvezőbb anyagi helyzetben vannak, akik többet dolgoznak kortársaiknál és ezáltal több pénzhez, fizetséghez tudnak jutni, nagyobb valószínűséggel fognak alkoholt fogyasztani. (Lintonen et al., 2000).

Varga & Pikó (2015) diákok körében végzett kutatási eredményei szerint a diákok kétharmada szokott alkoholt fogyasztani, ezen belül is a fiúk körében magasabb az aránya az alkoholfogyasztásnak. Az eredmények továbbá kimutatják, hogy a magas önértékelés kockázati tényező az alkohol fogyasztásával kapcsolatosan, különösen a lányok körében. Fiúk esetében a

versengési hajlam jelenik meg kockázati tényezőként, a nagyobb önbizalom viszont mindkét nem esetén előrejelzője lehet a szerfogyasztásnak. A serdülő fiatalok körében előfordulhat, hogy valaki túlzottan nagy önbizalommal, énhatékonysággal rendelkezik, ami hajlamosíthat a szerfogyasztás megjelenésére (Pikó, 2002). Ezt alátámasztja Pikó és Pinczés (2014) kutatása, akik szerint az alkoholt nem fogyasztók énhatékonysága magasabb, mint azoknak, akik fogyasztanak alkoholt, ugyanis a magasabb, de egészséges mértékű énhatékonyság csökkenti az alkoholfogyasztás megjelenésének esélyét. Az alkoholfogyasztással szemben így az énhatékonyság védőfaktorként jelenik meg, de a magas önértékelés is hasonlóan védőfaktort jelent a szeszital fogyasztásával szemben (Brook et al., 2001). A helyes önértékeléssel rendelkező személyek körében gyakrabban fordul elő az egészséges magatartás és a konfliktusmegoldási módok használata. Depresszióval vagy negatív érzésekkel rendelkező fiatalok gyakrabban fogyasztanak alkoholt annak érdekében, hogy elfedjék érzéseiket (Treisman & Beck, 1996). A dohányzás és az alkoholfogyasztás rendszeresen jelenik meg együttesen a fiatalok körében. Ennek hátterében elsődlegesen szintén a társas befolyások állnak, viszont az érzelmi reguláció is jelentős szerepet játszik a szokás kialakulásában. (Pikó & Varga, 2014). Az érzelmi reguláció megjelenhet akkor, amikor negatív érzelmektől szeretne a személy megszabadulni (pl. depresszív hangulat), valamint akkor, amikor pozitív érzelmeket szeretne valaki elérni (pl. öröm, jó érzések) (Cooper, 1994).

Mentalizáció

A mentalizáció olyan képzeletbeli mentális aktivitást jelent, ahol az egyén motivált lesz mind a saját, mind mások mentális állapotát felmérni, átérezni és megérteni (Fonagy et al., 2002), mások viselkedését összekapcsolja intencionális állapotokkal, célokkal és így képes őket értelmezni és érzékelni (Fonagy & Bateman, 2020). A mentalizáció humánspecifikus jellemző, más fajok esetében szinte egyáltalán nem beszélhetünk intencionális jellegű informálásról, csak az ember oszt meg egymással feladatokat és információkat ilyen módon (Kovács & Téglás, 2011). A sikeres mentalizációs képesség kialakulásában fontos szerepet játszik a korai kötődés. Azokban az esetekben, amikor a gyermek biztonságot tud megélni a korai kötődése során, később sikeresen tudja majd kezelni érzelmeit. Ha a gondviselő képes lesz az interakciónak megfelelő érzelmeket visszatükrözni a gyermek számára, akkor ő képes lesz ezeket a visszatükrözött érzelmeket sajátjaként megélni, így később hatékonyabban tudja felmérni és megállapítani saját és mások érzelmi állapotát. Abban az esetben, hogyha a visszatükrözés téves, sérülni fog az érzelmek megkülönböztetésének képessége (Láng, 2008).

Ha és munkatársai (2013) szerint a mentalizáció értelmezhető a szociális-kognitív funkciók gyűjtőfogalmaként is, mely funkciók jelentősen megváltoznak a fiatalok, serdülők körében. Egyes kutatások szerint a mentalizációs képesség egy ember életének első 4-5 évében fejlődik ki, így a gyermeknek lehetősége nyílik arra, hogy saját magáról egy magasabb rendű mentális reprezentációval rendelkezzen (Fonagy et al., 2002). Serdülőkorban a szociális-kognitív funkciók fejlődése, átmeneti visszaesése miatt a mentalizációs képesség bizonyos területeken visszaesik, ebben az időszakban az agyi struktúrák jelentős átrendeződése lesz megfigyelhető (Choudhuy et al., 2006). A neurológiai folyamatok lezárulta után viszont a mentalizáció további fejlődését lehet megfigyelni (Szél & Jámboi, 2021). A szociális-kognitív funkciók torzulása kapcsolódik a depresszió tüneteéhez serdülőkorban (Gladstone et al., 1997), ezen képességek pozitív torzítása pedig összefügg a középiskolás fiatalok körében megfigyelhető viselkedési problémákkal (Sharp et al., 2007). Szél & Szabó (2020) kutatása kimutatta, hogy a serdülő fiatalok körében a lányokra kevésbé jellemző a mentalizációs bizonytalanság, mint a fiúkra.

Az alkohol a fiatalok körében az egyik legelterjedtebb és legszélesebb körben használt kábítószer (Inchley et al., 2018), az alkoholfüggőségre való hajlam pedig sokkal intenzívebben jelenik meg azoknál a személyeknél, akik már serdülőkorban elkezdték az alkohol fogyasztását (Adger & Saha, 2013). Az alkoholfüggőség megjelenése előtt sokszor problémás alkoholfogyasztás megjelenéséről beszélhetünk (Wilson et al., 2017). Claudio és munkatársai (2020) kutatásukban a problémás alkoholfogyasztás és a mentalizációs képességek kapcsolatát vizsgálták, melynek eredményeként szignifikáns, negatív irányú összefüggést találtak a két változó között. A szignifikáns eredmény a zavaró tényezők kizárása után is megmaradt. A kutatásban megfigyelt eredmények alapján Claudio és munkatársai (2020) szerint a kapcsolat kétirányú lehet a csökkent mentalizáció és a problémás alkoholfogyasztás között. Egyrészt a csökkent mentalizációs képesség érzelmi szabályozással kapcsolatos problémákat eredményezhet, ami kiválthatja a pszichoaktív szerek alkalmazását, használatát. Másrészt az alkoholfogyasztás számos olyan pszichológiai állapotot tud eredményezni, amelyek hozzájárulhatnak a mentalizációs képesség csökkenéséhez. Tehát a csökkent mentalizációnak fontos szerepe lehet az alkoholfogyasztás kialakulásában és ennek az állapotnak a fenntartásában is. Továbbá az érzelmi szabályozás zavarai szintén összhangban állnak a függőség kialakulásával, egyfajta öngyógyításként szolgálnak a negatív érzelmekkel szemben (Cheetham et al., 2010; Garland et al., 2020). Léteznek mentalizáción alapuló terápiák, melyeknek elsődleges célja a mentalizációs kapacitás növelése. Ez a pszichoterápiás kezelés

hatékonyak bizonyultak a klinikai megnyilvánulások körében, mint például személyiségzavarok és depresszió kezelésében is (Jain & Fonagy, 2020; Luyten et al., 2020; Malda-Castillo et al., 2019), valamint hatékony segítséget jelenthet a problémás alkoholfogyasztás kiküszöbölésében is a fiatal felnőttek körében. A mentalizációs problémák jelenléte kiemelkedő szerepet játszik a személyiségzavarokban, valamint depresszió, szorongás kialakulásában, kötődési zavarokban és étkezési zavarokban is egyaránt (Ballespí et al., 2018; Bateman és Fonagy, 2019; Luyten és mtsai, 2020). Marco és munkatársai (2015) kutatása bizonyította, hogy azoknál a személyeknél, akik valamilyen nehézséget éltek meg az érzelmi szabályozás és a mentalizáció területén, magasabb szinten jelenik meg az evés függősége. Ez azokban az esetekben is igaznak bizonyul, amikor a megjelenő falási rohamokat elkezdték kontrollálni. Rothschild és munkatársai (2010) kutatása hasonló eredményeket hozott az étkezési zavarok és a mentalizációs képesség hiányossága között.

Korábbi kutatások már bizonyították, hogy a mentalizációs képesség hiányossága során számos függőségi viselkedés megjelenhet, ezek között akár a szerencsejáték függőség is (Möller et al., 2016). A mentális állapottal kapcsolatosan megtapasztalt túlzott nagy magabiztosság és a mentális reflexió nehézségei hozzájárulhatnak az irracionális hiedelmek megerősítéséhez, így kockázati tényezőt jelentve a szerencsejáték függőség kialakulásában (Brevers et al., 2013). Mások és saját elménknek a megértése jelentősen hozzá tud járulni az önbecsülés kialakulásához, valamint a magasabb mentalizációs képesség összhangban van a transzcendenciával, így hozzájárulva az életcélok meghatározásának képességéhez (Sergi et al., 2021). A mentális egészség szempontjából nagyon fontos saját elménk és mások elméjének a megértése (Luyten et al., 2020). Saját magunk és mások megértése pozitívan kapcsolódik az önértékeléssel, viszont a saját érzelmeinkre való túlzott odafigyelés, amely abban az esetben, hogyha valaki nem képes megérteni érzelmeit, így érzelmi szabályozás zavarai jelennek meg, negatívan fog hatni a mentalizáció képességére (Fonagy et al., 2005). A mentalizáció célja a mentális egészség helyreállítása (Sergi et al., 2021). A sikeres mentalizációs képességek kialakulása fontos lesz a világban való eligazodás során (Amodio & Frith, 2006), illetve mások elméjének a megfelelő értelmezése segít a jobb szociális és szerepműködések kialakulásában (Brackett et al., 2006; Perera & DiGiacomo, 2013). Az önértékelés és az énhatékonyság összefüggésben áll a sikeres mentalizációs képességgel, az egyén által megtapasztalt magasabb észlelt énhatékonyság és önértékelés magasabb mentalizációs képességekkel fog együtt járni (Gori et al., 2021, B. Erdős et al., 2020).

Énhatékonyság

Az énhatékonyság fontos szerepet tölt be az emberek viselkedésének önszabályozásában. Azt a meggyőződést, hitet jelenti, hogy a személy képes hatékonyan fellépni a felmerülő akadályokkal szemben, rendelkezik az ehhez szükséges készségekkel, erőforrásokkal. Továbbá az énhatékonyságba vetett hit hatással van az egyén viselkedésére, érzéseire és gondolkodására is (Zimmerman, 2000). Az énhatékonysági vélekedések erőteljesen befolyásolják, hogy a serdülők hogyan érznek, gondolkoznak, hogyan képesek motiválni magukat és hogyan viselkednek különböző helyzetekben (Carver & Scheier, 1998). El tudunk különíteni egymástól magas és alacsony énhatékonysággal rendelkező személyeket. Magas énhatékonyság esetén az illető jól tudja kontrollálni a felmerülő helyzeteket/akadályokat, magas önbizalommal rendelkezik, magasabb teljesítményre motivált és az előtte álló feladatokat kihívásként értelmezi. Alacsony önértékeléssel rendelkező személyek ezzel szemben a kialakított célok iránt kevésbé elkötelezettek, hajlamosabbak a stresszre és a depresszióra (Bandura, 1994).

A személyek énhatékonyságára nagy hatást gyakorol a szülők nevelési stílusa, valamint az otthon megtapasztalt családi légkör. Autoritativ szülői nevelési stílus ebből kifolyólag magasabb énhatékonyság érzetet fog kelteni a fiatalokban, mint az autoriter szülői nevelés (Smith, 2007). A serdülőket körülvevő személyek a társas összehasonlítás által hatni tudnak az egyének énhatékonysági vélekedéseire. Részben ezen összehasonlítások által döntik el, mennyire jó az adott képesség vagy mennyire nem (Wood & Bandura, 1989). A társas összehasonlítás mellett a társas meggyőzés is fontos az énhatékonyság alakulásának szempontjából. Mások pozitív visszajelzéseinek és meggyőző szavainak köszönhetően elérhető, hogy a serdülő higgyen magában és így több erőfeszítést tegyen a siker elérése érdekében (Bandura, 1994; Bandura, 2009; Wood & Bandura, 1989).

Nemek között is eltérés tapasztalható, ugyanis a fiúk magasabb énhatékonysággal rendelkeznek, mint a lányok (Keshavarz & Baharudin, 2012). Ezeket a különbségeket Jámbori és munkatársai (2016) által készített kutatás is alátámasztotta, továbbá eredményeikből az is kiderült, hogy akik jobban bíznak saját, egyéni képességeikben, nagyobb erőfeszítést tesznek egy feladat sikeres megoldása érdekében. Akik viszont kételkednek a saját képességeikben, igyekeznek elkerülni a számukra kihívásként felmerülő, nehéznek ítélt feladatokat (Zimmerman, 2000). Léleki állapot hatást tud gyakorolni arra, hogy valaki hogyan ítéli meg énhatékonyságát – magasabb énhatékonysággal rendelkező személyek pozitívabb hangulattal rendelkeznek, mint a negatívabb hangulatú személyek (Bandura, 2009). Egészséges mértékben

az énhatékonyság segít az akadályok leküzdésében, viszont túlzottan nagy mértékben irreális optimizmushoz és folytonos kockázatvállaláshoz vezethet (Urbán & Varga, 2003), amely a szerfogyasztások esetében negatív következményekkel járhat. Reziliens fiatalok esetében szintén elmondható, hogy a magasabb reziliencia, vagyis magasabb általános ellenállóképesség, megküzdési képesség magasabb énhatékonysággal jár együtt (Masten, 2001). Qudsyi & Putri (2016) vizsgálata kimutatta, hogy a magasabb énhatékonysággal rendelkező középiskolásokra kevésbé volt jellemző a teljesítményt rontó szorongás.

Önértékelés

Az énhatékonysággal szoros kapcsolatban áll az önértékelés (Bradley & Corwyn, 2004). Az ember önértékelése a saját magára vonatkozó ítéleteit, attitűdjeit jelenti és a másokkal való összehasonlítási folyamat során alakul ki, mivel az egyén saját értékeit a másokkal való összehasonlítás révén ismeri fel (Smith & Mackie, 2004; Cole és Cole, 1997). Gyermekkorban egyértelműen magasabb önértékelés figyelhető meg, mint serdülőkorban, viszont felnőttkorban fokozatosan javul a személyek saját magukról kialakított véleménye (Aszmann, 2003). Általánosságban elmondható, hogy az egyén önmagáról alkotott képe, az önképe állandóan alakul a környezeti visszajelzések alapján, a szocializációs folyamat befolyásolja azt, hogy az egyén éniideálja hogyan alakul, azaz, hogy milyenné szeretne válni, milyen értékrendje lesz, illetve mennyire fogja magát értékesnek találni. (Perge, Rucska & Kiss- Tóth, 2019; Kőrössi, 2004; Kollár & Szabó, 2004).

Serdülők esetében az önértékelés és az énkép alapszerkezete az iskolakezdésig kialakul, majd az iskolai teljesítmény és annak értékelései fogják befolyásolni alakulásukat, emellett még a stresszel való hatékony megküzdés is befolyásolhatja, illetve kölcsönösen befolyásolhatják egymást ezek a tényezők az önértékeléssel (Szabó Hangya és mtsai, 2019; Nagy és mtsai, 2019; Sallay és mtsai, 2014). Budai (2010) szerint elsősorban az iskolai értékelések vannak a legnagyobb befolyásoló hatással a fiatalok önértékelésére, hiszen napjaik nagy részét az oktatási intézményekben töltik, valamint az érdemjegyek és a tanárok közvetlen visszajelzései, megnyilvánulásai is jelentős szereppel bírnak. Ezután a társak véleménye, majd az otthonról érkező visszajelzések befolyásoló hatásai következnek. A kortársak ítéletei kamaszkorban erősödnek fel igazán a nekik való megfelelésnek köszönhetően, valamint a szülőktől való eltávolodás eredményeként. A pozitív, támogató családi nevelés pozitív hatással van a fiatalok önértékelésének alakulására, korlátozó nevelés esetében alacsonyabb önértékelés lesz meg tapasztalható (Lőrincz, 2020).

Rosenberg is hasonlóképpen vélekedett az önértékelésről, mivel szerinte az önértékelés az „én” sémájának kognitív összetevője, ami ugyanakkor olyan attitűdbeli komponens, amely meghatározza, hogy a személy milyen mértékben hajlamos pozitívan értékelni magát, valamint elutasítani a negatív tulajdonságait. Az alacsony önértékelés gyengíti az egyén társadalomhoz fűződő kötelekeit, amelynek következtében csökken a szociális normákhoz való alkalmazkodás, és nő a bűnelkövetés, ezt a Rosenberg Önértékelési skála segítségével alá is támasztották, illetve kiegészítették azzal, hogy az alacsony szint előrejelzi a felnőttkori egészség és viselkedés egyes vonatkozásait, mint például a rosszabb anyagi kilátásokat, gyengébb fizikai és mentális egészséget is (Rosenberg, 1965; Trzesniewski et al., 2006).

Az észlelt társas támogatást vizsgálva Szabó Hangya és munkatársai (2019) azt találták, hogy a valódi identitásállapot megjelenésében a barátok és jelentős mások támogatása a meghatározó. Mindemelett az önértékelés szoros kapcsolatban áll a mentális egészséggel, meghatározza az élettel való elégedettséget, a stresszel való megküzdést, és fontos része az érzelmi stabilitásnak és a szubjektív jóllétnek, a magas önértékelés a pozitív életminőség előjelzője is (Topolski és mtsai, 2004; Csibi & Csibi, 2013).

Nagy és munkatársai (2019) kutatási eredményei rávilágítanak arra, hogy középiskolában a fiúk, egyetemen a lányok rendelkeznek magasabb önértékeléssel. Középiskolában a teljesítmény megítélése jelentős hatással lesz a diákok önértékelésére. Az iskolához és a tanuláshoz való pozitív viszonyulás, a sikeres teljesítményhez szükséges motiváció megléte jellemzőbb magas önértékeléssel rendelkező személyek esetében. Alacsony önértékeléssel rendelkező diákok körében gyakrabban előfordulnak a konfliktusok, valamint a viselkedésbeli problémák.

Kutatási kérdések és hipotézisek

Jelen kutatásunkban azt vizsgáljuk, hogy a serdülőkori mentalizáció képességek milyen kapcsolatban állnak a fiatalok körében megjelenő alkoholfogyasztási motivációkkal, az önértékeléssel és az énhatékonysággal, mivel a serdülőkorban a szenzoros élménykeresés által hajlamosít az alkoholfogyasztásra, illetve a serdülőkori viselkedésében énkép alakulásában nagy szerepet játszik az önértékelés és énhatékonyság (Zuckerman, 1994; Szabó Hangya és mtsai, 2019; Nagy és mtsai, 2019; Sallay és mtsai, 2014; Zimmerman, 2000).

Az eddig ismert szakirodalmak alapján a következő hipotéziseket fogalmaztunk meg:
H₁: A serdülőkorú lányok esetében sokkal kifinomultabb és fejlettebb a mentalizációs képesség, mint a serdülő fiúknál (Szél & Szabó, 2020).

H₂: Feltételezzük, hogy azok, akik gyakrabban fogyasztanak alkoholt, szignifikánsan alacsonyabb mentalizációs képességekkel rendelkeznek, mint azok, akik nem fogyasztanak alkoholt (Claudio et al., 2020).

H₃: A szegényes mentalizációt jelző skálák és az alkoholfogyasztási motiváció dimenziói között pozitív együttjárást feltételezünk (Claudio és mtsai, 2020; Cheetham et al., 2010; Garland et al., 2020).

H₄: A sikeres mentalizáció pozitív együttjárásban áll a magas önértékeléssel és a magas énhatékonysággal (B. Erdős et al., 2020; Gori et al., 2021; Fonagy et al., 2005).

H₅: A mentalizáció sikeressége az életkor között pozitív irányú együttjárást feltételezünk (Choudhury et al., 2006).

II. Módszerek

Résztvevők

A kutatás tervezett minta elemszáma közel 360 fő volt, melyet több kutató vett fel több középiskola 10., 11., illetve 12. évfolyamos tanulóival, azaz 15-18 éves diákokkal. Először kutatótársaimmal az osztályfőnökökkel vettük fel a kapcsolatot az intézmény vezetősége mellett, illetve általuk a tanulók szüleivel. A kiválasztás hozzáférés alapú mintavétellel történt. Minden vizsgálati személyt és a vizsgálati személyek szüleit, tekintettel arra, hogy kiskorúakról beszélünk, megfelelő módon tájékoztattunk a kutatás részleteiről és felhívtuk a figyelmüket, hogy önkéntes alapon vesznek részt a kutatásban és bármikor megszakíthatják a folyamatot indoklás nélkül, valamint arról is tájékoztatást nyújtottunk, hogy az etikai szabályoknak megfelelően jártunk el a kutatás során. A kiskorúságra való tekintettel passzív informált beleegyezést is küldtünk minden tanuló szülőjének a felmérés előtt egy héttel.

A kérdőíveket online vettük fel személyes jelenléttel, a kitöltést megelőző űrlap és a felhívásunk, megkereső levelünk is tartalmazta a tájékoztatót a vizsgálat menetéről, valamint a kutatás céljáról, továbbá a visszalépés jogáról, valamint arról, hogy a kutatás során az etikai szabályoknak megfelelően jártunk el. A hozzájárulást a kitöltéssel és küldés gomb megnyomásával hitelesítette, ennek leírása szintén a tájékoztató része volt. A vizsgálat az SZTE Pszichológia Intézet által előírt és jóváhagyott etikai engedély alapján történt.

Az kérdőívet összesen a tervezett 360 főhöz képest 325-en töltötték ki, nemi eloszlásban 200 lány és 125 fiú töltötte ki a kérdőívünket. Az átlagos életkor mindkét nem esetében 16,8 év lett ($M_{lányok} = 16,8 \pm 1,19$ év, $M_{fiúk} = 16,8 \pm 1,28$).

Vizsgálati eszközök:

Kérdőíves kutatást végeztünk, mely elején demográfiai kérdéseket fogalmaztunk meg a diákoknak, melyben az alapvető demográfiai kérdések mellett (nem, életkor) rákérdeztünk az évfolyamukra, azon belül az osztályuk jelére (A,B,C,D..), illetve az iskola típusára is (általános iskola, 8 osztályos gimnázium). Ezután egy ötfokú skálán (1 = egyáltalán nem vagyok elégedett; 5 = nagyon elégedett vagyok) kellett megjelölniük azt, hogy mennyire elégedettek az iskolai teljesítményükkel, illetve utána meg kellett ítélniük egy 3 fokú skálán (1 = átlag alatti, 3 = kiemelkedő) külön, hogy milyenek gondolják az iskolai teljesítményüket. A következőkben a szerfogyasztás (drog, alkohol, dohányzás) kapcsán a tapasztalatokról, az első kipróbálás életkoráról, illetve a szerfogyasztásról voltak kérdések. Ezek után egyidőben töltötték ki a diákok egy 8 tesztből álló kérdőívet, melyből a 20 tételes Alkoholfogyasztás motiváció kérdőívet (Horváth, 2021), a 10 tételes Rosenberg Önértékelés Skálát (Sallay et al., 2014), a 10 tételes Általános énhatékonyság skálát (Schwarzer & Jerusalem, 1995) és a 33 tételes Multidimenzionális mentalizáció kérdőívet (Gori et al., 2021) vizsgáltuk.

Az alkoholfogyasztás Motivációi Módosított Kérdőív (Drinking Motives Questionnaire – Revised, DMQ-R) – 20 tételes kérdőív, amely az alkoholfogyasztás indokait méri. Minden tételt ötfokú Likert skálán kell értékelniük a kitöltőknek, ahol 1 = soha/ majdnem soha; 5 = majdnem mindig/ mindig. A tételekre adott válaszok alapján 4 dimenzió egyikébe sorolja a vizsgálati személyeket, melyek a pozitív és negatív, illetve a külső és belső motiváció. Minden kérdés esetében a 4 dimenzió egyikébe sorolódnak a diákok és amelyik dimenzió a legtöbbször előfordul, az lesz a diákra jellemző dimenzió (fokozásos, konformitás, megküzdéses, szociális). A fokozásos motiváció magába foglalja, ha az egyén azért iszik, hogy jobban érezze magát és a megszokottnál kellemesebb belső élményeket keres. A konformitás motiváció esetén a kellemetlen szociális helyzetek elkerülése a célja az egyénnek, hogy elkerülje a kirekesztődést. A megküzdéses motiváció skála méri, hogy mennyire azért iszik az egyén, hogy a negatív belső állapotait (feszültség, szorongás) elkerülje, kivédje. A szociális motiváció skála esetében pedig a pozitív élmények keresésére irányul, azaz valaki azért iszik, mert a bulik, a társas együttlétek “feldobják”. Magyar változatának validálása során a kérdőív belső megbízhatósága jónak bizonyult, alskáláinak Cronbach-alfa értékei 0,6 feletti. Mintánkon a 20 kérdést tartalmazó Alkoholfogyasztás Motivációi Módosított Kérdőív megbízhatónak bizonyult (Cronbach-alfa = 0,93) (1. táblázat) (Horváth, 2021).

Az Általános énhatékonyság skála (The General Self-Efficacy Scale, GSE) – 10 tételes kérdőív, amely az egyén általánosított önhatékonysági meggyőződésének erősségét méri. Egy

dimenziót tartalmaz. „Így minél magasabb az elért pontszám, annál nagyobb az egyén általánosított énhatékonysága” (Schwarzer és Jerusalem, 1995). A négyfokú Likert-skálán történő értékelés az állításokkal való egyetértés mértékét fejezi ki (1 = egyáltalán nem jellemző, 4 = teljesen jellemző). Az eredeti német mintán a skála megbízhatósága jónak bizonyult, alskáláinak Cronbach-alfa értékei 0,8 feletti. Mintánkon a 10 kérdést tartalmazó Általános énhatékonyság skála megbízhatónak bizonyult (Cronbach- alfa = 0,89) (1. táblázat) (Schwarzer & Jerusalem, 1995).

Rosenberg Önértékelés Skála (Rosenberg Self-esteem Scale, RSES-H) – 10 tételes kérdőív önbeszámolón alapul és az önértékelés konstruktumának mérésére szolgál. Jelen kutatásban használt tesztet Sallay és munkatársai fordították, illetve validálták 2014-ben. A teszt Cronbach- alfa értéke 0,85 feletti lett, mely magas belső megbízhatóságra utal. A skálán elért alacsony szint serdülőkorban előrejelezte a felnőttkori egészség és viselkedés egyes vonatkozásait, például rosszabb anyagi kilátásokat, gyengébb fizikai és mentális egészséget, illetve a bűnelkövetés nagyobb kockázatát (Trzesniewski és mtsai, 2006; Sallay et al, 2014). Az önértékelés mérése során mind a 10 tételt négyfokú skálán kell értékelnie a diákoknak (1 = egyáltalán nem értek egyet, 4 = teljesen egyetértek), majd ezeknek az összpontszáma fogja a teszt eredményét adni. Mintánkon a 10 kérdést tartalmazó Rosenberg Önértékelés Skála megbízhatónak bizonyult (Cronbach-alfa = 0,89) (1. táblázat).

Multidimenzionális mentalizáció kérdőív (The Multidimensional Mentalizing Questionnaire, MMQ) – 33 tétel, amely önbeszámolón alapul és 4 tengelyen keresztül vizsgálja a mentalizáció konstruktumát: automatikus kontrollált, szelf és másik, kognitív - affektív és belső fókusz - külső fókusz. A kérdőív tételeit ötfokú Likert skálán kell értékelniük a kitöltőknek, hogy mennyire értenek egyet az adott állításokkal, ahol 1 = egyáltalán nem igaz; 5 = teljes mértékben igaz. A tételek 6 skálába sorolhatóak melyek a sikeres és szegényes mentalizációra osztoznak, és az ezeken a skálákon elért összpontszámok alapján lehet a tesztet értékelni a sikeresség és szegényesség mentén. A sikeres mentalizációt jelző skálák: reflektivitás, énerő és a kapcsolati összehangolódás. A skálákon elért magasabb pontszám a mentalizáció sikerességét jelzi. A reflektivitás szoros összeköttetésben áll a metakognícióval, az önelemzéssel és a kritikus gondolkodásmóddal, ami által az egyénnek vágya van a dolgok egyfajta mélyebb megértésre és érdeklődéssel áll a mentális állapotok megértéséhez. Az énerő, ami a reziliencia kulcsfontosságú eleme, a mindennapi problémákkal való sikeres megküzdést segíti elő, elősegíti a fájdalmas tapasztalatok metabolizálását és megőrzi hatékonyság érzését és a bizalmat. A kapcsolati összehangolódás magába foglalja mások érzelmi és kognitív

állapotának megértését. Az empátiának az egyik alkotóeleme, a mentalizáció azon oldala, ami mások megértésére fókuszál. A szegényes mentalizációt jelző skálák: kapcsolati diszkomfort, bizalmatlanság és érzelmi diszkontroll, itt szintén a pontszámok nagysága jelzi a szegénységét a mentalizációnak. Az érzelmi diszkontroll a reflektivitás fogalmi ellentéte, az egyén a saját érzelmi állapotát nehezen tudja kezelni és jellemző rá az impulzivitásra való hajlam. A bizalmatlanság az énerő skála ellentéte, ami a zárt gondolkodással, kapcsolati bizalmatlansággal és egyfajta “fekete vagy fehér” világnézettel jellemezhető. A kapcsolati diszkomfort a kapcsolati összehangolódás ellentéte, mivel itt az egyén a személyes kapcsolatait félreértések és emiatt sérülések övezik körül, ami egyfajta kapcsolati bizonytalansághoz, elhagyástól való félelemhez és pesszimista elzárkózáshoz/bezárkózáshoz vezet. A kérdőív megbízhatósági mutatóit a szerzők ellenőrizték, és megfelelőnek értékelték, az egész kérdőív reliabilitása: Cronbach-alfa = 0,93. A kérdőív magyar nyelvű validálása az SZTE BTK Pszichológia Intézetében jelenleg is zajlik. Jelen mintánkban a 33 tételt tartalmazó Multidimenzionális mentalizáció kérdőív megbízhatónak bizonyult (Cronbach-alfa = 0,72) (*1. táblázat*) (Gori et al., 2021).

A vizsgálat leírása:

A kérdőíveket online vettük fel személyes jelenléttel, a kitöltést megelőző űrlap és a felhívásunk, megkereső levelünk is tartalmazta a tájékoztatót a vizsgálat menetéről, valamint a kutatás céljáról, továbbá a visszalépés jogáról, valamint arról, hogy a kutatás során az etikai szabályoknak megfelelően jártunk el. A hozzájárulást a kitöltéssel és küldés gomb megnyomásával hitelesítette a kitöltő, ennek leírása szintén a tájékoztató része volt. A vizsgálat az SZTE Pszichológia Intézet által előírt és jóváhagyott etikai engedély alapján történt, a vizsgálat alapjául szolgáló adatokat egy nagyobb volumenű keresztmetszeti kutatás keretében gyűjtöttük, ami a kommunikált tudásba vetett bizalom, a mentalizáció és a reziliencia kapcsolatát vizsgálta. A kutatás az Egyesített Pszichológiai Kutatásetikai Bizottság jóváhagyásával valósult meg (EPKEB 2021-116). Az adatfelvétel 2022. február-április időszakában zajlott.

Hipotézisünk igazolására a diákok teszten elért pontszámait hasonlítottuk össze a Jamovi 2.2.5-ös verziószámú statisztikai programban, a csoportban átlagoltam a mérés eredményeit, majd ezeket összehasonlítottam. Ezt követően nemek szerint is összehasonlítottuk az eredményeket. Leíró statisztikával feltártuk a szerfogyasztás kipróbálásnak átlagéletkorát, az iskolai teljesítményt, az önértékelést, az énhatékonyt és a mentalizációt, majd nemenkénti bontásban is megvizsgáltuk. Korrelációs vizsgálattal tártuk fel a mentalizáció és az

énhatékonyság, önértékelés és az alkoholfogyasztás kapcsolatát. A normalitás és szóráshomogenitás teljesülésének esetén Pearson korrelációt alkalmaztunk, független mintás t-próbával hasonlítottuk össze a mentalizációs képességet, az önértékelés és énhatékonyságot a nemeknél szintjét nemek alapján, a mentalizáció esetében Welch féle korrekciót alkalmazva, mivel nem teljesült a szóráshomogenitás, Spearman-féle korrelációval tártuk fel a mentalizáció, az iskolai teljesítmény és az iskolai teljesítménnyel való elégedettség összefüggéseit, illetve a mentalizáció és az alkohollal kapcsolatos tapasztalatokat.

III. Eredmények

A változók bemutatása a leíró statisztika tükrében

Kutatásunkban összesen 325 vizsgálati személy vett rész. Nemenkénti eloszlásban 200 fő lány és 125 fő fiú töltötte ki a kérdőívet, az átlagéletkor 16,8 év lett ($M_{lányok} = 16,8 \pm 1,19$ év, $M_{fiúk} = 16,8 \pm 1,28$ év). A kutatás során 4 kérdőívet használtunk, melyek a diákok mentalizációját, önértékelését, énhatékonyságát és az alkoholfogyasztással kapcsolatos motivációikat mérték. A kérdőívek belső megbízhatósága az általunk vizsgált mintán is megbízhatónak bizonyult, normalitástesztelés során viszont volt, ahol szignifikáns eredményeket kaptunk, így az elvégzett próbák során a nem parametrikus párpajait használtuk a próbáknak a vizsgálat során (1. táblázat).

1. Táblázat A kérdőívek leíró statisztikai adatai, megbízhatósága

Kérdőív/skálák	Átlag	Szórás	Cronbach-alpha
Mentalizáció (MMQ)	113,54	12,52	0,72
Reflektivitás	34,71	7,318	0,86
Énerő	20,7	5,138	0,79
Kapcsolati összehangolódás	17,61	4,540	0,84
Kapcsolati diszkomfort	12,27	4,121	0,65
Bizalmatlanság	10,88	3,557	0,70
Érzelmi diszkontroll	12,65	4,087	0,77
Önértékelés (RSESH)	27,88	7,310	0,89
Énhatékonyság (GSE)	28,82	6,125	0,89
Alkoholfogyasztás (DMQ)	35,02	15,226	0,93
Fokozásos motiváció	9,02	4,912	0,88
Konformitás motiváció	6,93	3,402	0,84
Megküzdéses motiváció	7,59	4,033	0,87
Szociális motiváció	11,47	5,986	0,91

Eredmények a hipotézisek mentén

Első hipotézisünk a serülőkorban tapasztalható nemi különbségekkel foglalkozik a mentalizációs képesség tekintetében. Feltételezésünk szerint a serülőkorú lányoknak a mentalizációs képessége fejlettebb, mint a serülő fiúknak. Független mintás T próbával vizsgáltuk a mentalizációs képesség összeredményét, mely szignifikáns lett a serülő fiúk javára ($t(277,659) = 2,434, p = 0,016, Cohen-d = 0,275$), tehát a fiúknak szignifikánsan jobb a mentalizációs képességük, mint a lányoknak ($M_{fiúk} = 115 \pm 11,9, M_{nők} = 113 \pm 12,8$). A sikeres mentalizációt jelző skálák vizsgálata során független mintás T próbát alkalmaztunk Welch's féle korrekcióval, mivel a szóráshomogenitás nem teljesült egyik skála esetén se (reflektivitás, énerő, kapcsolati összehangolódás). A skálák közül egyedül az Énerő esetén találtunk szignifikáns eredményt szintén a fiúk javára ($t(281) = 3,94, p < 0,001, Cohen-d = 0,444$), tehát magasabb eredményt értek el az énerő skálán a fiúk, mint a lányok ($M_{fiúk} = 22,1 \pm 4,75, M_{nők} = 19,8 \pm 5,20$).

Második hipotézisünk az alkohollal kapcsolatos tapasztalatok és a mentalizációs képességek közötti kapcsolatot vizsgálta. Feltételezésünk szerint a gyakoribb alkohollal kapcsolatos tapasztalatok a mentalizációs képesség csökkenésével fognak együtt járni. Ennek tesztelése érdekében először Spearman korrelációs elemzést alkalmaztunk, mivel egyik változónk ordinális mérési szintű. A két változó között nem tapasztalható szignifikáns együttjárás, azonban az alskálák esetében már megfigyelhetőek szignifikáns eredmények (2. táblázat). Mind a kapcsolati összehangolódás, mind az érzelmi diszkontroll esetében elhanyagolható mértékű, szignifikáns eredményeket láthatunk. Vagyis elmondható, hogy azok körében, akik gyakrabban fogyasztanak alkoholt, magasabb mértékben jelenik meg érzelmi diszkontroll, valamint alacsonyabb szinten lesznek képesek a kapcsolati összehangolódásra, mások érzelmi és mentális állapotának a megértésére.

2.táblázat. Alkoholfogyasztási gyakorisága és a mentalizációs skálák együttjárása

	Fogyasztás gyakorisága	
	r_s	p
Mentalizáció (MMQ)	0,106	0,057
Reflektivitás	0,067	0,225
Énerő	0,092	0,100
Kapcsolati összehangolódás	0,139	0,012*
Kapcsolati diszkomfort	-0,015	0,787

Bizalmatlanság	0,035	0,528
Érzelmi diszkontroll	0,155	0,005**

Megjegyzés: * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$

A továbbiakban ANOVA teszt alkalmazásával megvizsgáltuk az alkoholfogyasztás gyakorisága és a kapcsolati összehangolódás közötti kapcsolatot. Ebben az esetben szignifikáns eredményt kaptunk ($F(3;321) = 2,738$, $p = 0,044$, $\eta^2 = 0,025$), vagyis a különböző csoportok között, akik eltérő gyakorisággal fogyasztanak alkoholt, tapasztalható szignifikáns eltérés a kapcsolati összehangolódás tekintetében. A csoportokat egy demográfiai kérdés alapján alkottuk meg, ahol az után érdeklődtünk, hogy a kitöltő az elmúlt 1 hónapban milyen gyakran fogyasztott alkoholt. A válaszok alapján négy csoportot alakítottunk ki, melyek a következők: egyáltalán nem, hetente egyszer, hetente 2-3 alkalommal, naponta egyszer. Tukey-féle post hoc tesztet alkalmazva láthatóvá vált számunkra, hogy az egyértelmű eltérés azok között a csoportok között látható, akik vagy egyáltalán nem fogyasztanak alkoholt vagy hetente egyszer szottak alkoholt fogyasztani ($t(321) = -2,769$, $p = 0,030$, $Cohen-d = -0,322$). Az eredmény tükrözi, hogy nincsen különbség abban, hogy mennyiség tekintetében ki milyen gyakran fogyaszt alkoholt, hanem az a legfontosabb, hogy fogyaszt-e vagy sem. Hasonló eljárást alkalmazva megvizsgáltuk az érzelmi diszkontroll és az alkoholfogyasztási gyakoriság közötti kapcsolatot ANOVA alkalmazásával. Ebben az esetben is szignifikáns eltérés látható a csoportok között ($F(3;321) = 4,495$, $p = 0,004$, $\eta^2 = 0,040$), vagyis a csoportok között eltérést fedezünk fel, azonban a Tukey-féle post hoc tesztek alkalmazása során ebben az esetben az egyáltalán nem és a hetente 2-3 alkalommal válaszok összevetése adott szignifikáns eltérést ($t(321) = -2,985$, $p = 0,016$, $Cohen-d = -0,827$). Arra következtethetünk, hogy azok a személyek, akik hetente többször isznak, nagyobb valószínűséggel fognak megélni érzelmi diszkontrollt, mint azok a személyek, akik nem fogyasztanak alkoholt.

A hipotézist nemenként is megvizsgáltuk, látható-e eltérés a fiú és lány kitöltők között valamelyik alskála esetében. Eredményeink az érzelmi diszkontroll esetben szignifikáns eltérést mutatnak a férfi és nő kitöltők között ($t(253,719) = -4,264$, $p < 0,001$, $Cohen-d = -0,489$), viszont a kapcsolati összehangolódás tekintetében nem találtunk szignifikáns eltérést a nemek között ($t(263,706) = -1,034$, $p = 0,302$, $Cohen-d = -0,118$).

Harmadik hipotézisünk a mentalizáció és az alkoholfogyasztás motivációi közötti kapcsolat vizsgálatával foglalkozik. Feltételeztük, hogy a szegényes mentalizációt jelző skálák és az alkoholfogyasztási motiváció legtöbb dimenziója között pozitív együttjárás figyelhető

meg, mely igazolására Pearson-féle korrelációt alkalmaztunk és részben szignifikáns eredményeket kaptunk (3. táblázat). A táblázat alapján elmondható, hogy az érzelmi diszkontroll dimenzió esetében gyenge, de szignifikáns összefüggés tapasztalható az összes dimenzióval. Ezek közül azonban kiemelendő a megküzdéses motiváció és a szociális motiváció, amelyek esetében erős szignifikáns együttjárás látható. Mind a két motiváció esetében a korrelációs együtthatók magasabbak 0,3-nél. Tehát minél nagyobb az érzelmi diszkontroll mértéke, annál jellemzőbb az alkoholfogyasztási motivációk megjelenése a serdülőknél. Ezen felül az alkoholfogyasztás gyakoriságára is hatással van az érzelmi diszkontroll mértéke ($r_s(323) = 0,155, p = 0,005$).

3.táblázat. Alkoholfogyasztási motivációk és a szegényes mentalizációs skálák együttjárása

	Kapcsolati diszkomfort		Bizalmatlanság		Érzelmi diszkontroll	
	r	p	r	p	r	p
Fokozásos motiváció	0,102	0,066	0,038	0,499	0,295	< 0,001**
Konformitás motiváció	0,227	< 0,001**	0,032	0,560	0,222	< 0,001**
Megküzdéses motiváció	0,254	< 0,001**	0,158	0,004*	0,328	< 0,001**
Szociális motiváció	0,295	0,295	-0,019	0,736	0,727	< 0,001**

Megjegyzés: * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$. A félkövér kiemelések a legalább közepes erősségű ($r > \pm 0,3$) összefüggéseket jelzik

Vizsgáltuk továbbá, hogy hipotézisünk azonos eredményeket mutat-e abban az esetben is, hogyha a férfiakat és a nőket külön vizsgáljuk. A legtöbb esetben azonos eredményeket kaptunk, érdekes eltérés azonban az eddigi eredményekkel szemben, hogy a férfiaknál a Kapcsolati diszkomfort és a Szociális motiváció skálák szignifikáns együttjárása figyelhető meg ($r(125) = 0,285, p < 0,001$), amíg a lányok esetében továbbra is eltérés látható a két skála között, nincs szignifikáns eltérés ($r(200) = -0,061, p = 0,393$). A Kapcsolati diszkomfort skála nem a Fokozásos motiváció esetében is jelentős eltérést mutat a két nem között. Férfiak esetében szignifikáns együttjárás figyelhető meg ($r(125) = 0,266, p = 0,003$), míg nők esetében nem szignifikáns eltérés jelenik meg ($r(200) = 0,009, p = 0,901$).

Negyedik hipotézisünk középpontjában a sikeres mentalizáció vizsgálata állt az önértékeléssel és az énhatékonysággal együtt. Feltételezésünk szerint a sikeres mentalizáció skálái pozitív együttjárásban állnak a magas önértékeléssel és a magas énhatékonysággal. Az összehasonlítás során Pearson-féle korrelációt alkalmaztunk (4. táblázat), a kapcsolati összehangolódás és az önértékelés kapcsolatán ($r(323) = -0,052, p = 0,353$), illetve a

reflektivitás és az önértékelés esetén gyenge, negatív irányú együttjárás ($r(323) = -0,158, p = 0,004$) kívül igazolódott felvetésünk. Szintén fontosnak tartjuk kiemelni az Énerő dimenzióban látható értékeket, amelyek erős szignifikáns együttjárást mutatnak az önértékeléssel és az énhatékonysággal is egyaránt, korrelációs együttthatóik 0,3 fölött vannak.

4. táblázat. *Önértékelés és énhatékonyság kapcsolata a sikeres mentalizáció skáláival*

	Reflektivitás		Énerő		Kapcsolati összehangolódás	
	r	p	r	p	r	p
Önértékelés (RSESH)	-0,158	0,004*	0,440	< 0,001**	-0,052	0,353
Énhatékonyság (GSE)	0,138	0,013	0,659	< 0,001**	0,223	< 0,001**

Megjegyzés: * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$. A félkövér kiemelések a legalább közepes erősségű ($r > \pm 0,3$) összefüggéseket jelzik

Az önértékelés és énhatékonyság kapcsolatát a sikeres mentalizációs képességeket mérő skálákkal külön vizsgáltuk a két nem között is. Eredményeink közül fontos kiemelni, hogy mind a két nem esetében az Énerő skála továbbra is erős, szignifikáns kapcsolatot mutatott a mért változókkal. Azonban a nők esetében még a Kapcsolati összehangolódás skála is magas korrelációs együttjárást mutatott az énhatékonysággal ($r(200) = 0,337, p < 0,001$), vagyis minél magasabb egy nő esetében az énhatékonyság, annál jobb kapcsolati összehangolódással rendelkezik, másik mentális állapotának a pontosabb, jobb megértésére lesz képes. Továbbá érdekes eredmény, hogy bár amikor közösen vizsgáltuk a két nemet, az Önértékelés szignifikánsan korrelált a Reflektivitással (4. táblázat), azonban a nemeket külön vizsgálva sem a férfiak ($r(125) = -0,149, p = 0,097$), sem a nők ($r(200) = -0,137, p = 0,052$) esetében nem látható szignifikáns korreláció.

Ötödik hipotézisünk az életkor előrehaladtával vizsgálta a mentalizáció sikerességét, amely feltevéseink szerint pozitív irányba változik. Jelen mintában az átlagéletkor 16,8 év lett ($M_{\text{lányok}} = 16,8 \pm 1,19$ év, $M_{\text{fiúk}} = 16,8 \pm 1,28$). A kapcsolat feltárására Pearson féle korrelációt alkalmaztunk, amelynek eredménye szignifikáns lett ($r(321) = 0,165, p = 0,003$), tehát elmondható, hogy az életkor előrehaladtával sikeresebb lesz a mentalizációs képessége a serdülőknek. Hipotézisünket megvizsgáltuk külön a férfi kitöltők és a nő kitöltők között is, akadhat-e eltérés a két nem között ebben az esetben. Eredményeink alapján nincs különbség. A férfiak esetében ($r(123) = 0,179, p = 0,048$) és a nők esetében ($r(200) = 0,159, p = 0,024$) is az

életkor növekedésével és előrehaladtával a mentalizációs képességek egyre fejlettebbek lesznek a serdülő fiatalok körében.

IV. Megvitatás

A serdülőkori mentalizáció vizsgálata Magyarországon jelenleg még „gyermekcipőben” jár, ezért céloztuk meg vizsgálatunk során a serdülőket mint korosztályt, hiszen ez az az időszak, ami a pszichoszociális és biológiai változások miatt érzelmdús, rengeteg változás éri az egyént, ami miatt stresszesebbé válhat, így hamarabb fordulhat pszichoaktív szerekhez, mint maladaptív megküzdési stratégiához, amelyek közül jelen kutatásban az alkohollal kapcsolatos motivációkat és tapasztalatok tártuk fel. A nemek közötti mentalizációs képesség sikerességének vizsgálata alapján elmondható, hogy a fiúknak a fejlettebb a mentalizációs képessége, mint a lányoknak, illetve ezen felül megvizsgáltuk külön a sikeres mentalizációt vizsgáló skálákat nemenkénti bontásban, ahol szintén a fiúk részéről lett mutatott eltérést az Énerő skála esetében. Korábbi kutatások és fentebb végzett vizsgálatunk eredményei kimutatták a magasabb énhatékonyság jelenlétét a serdülő fiúk esetében a lányokhoz képest. A magasabb énhatékonyság magasabb ellenállóképességgel és jobb megküzdési stratégiák alkalmazásával jár együtt (Masten, 2001), mely magyarázhatja a fiúk esetében megjelenő magasabb énerő szintjét. Ide vezethető, hogy az énhatékonyság, önértékelés és mentalizáció között ok- okozati kapcsolat van jelen. Mindhárom esetben a fiúk jobb eredményt értek el a jelen mintában, így ezzel magyarázható, hogy miért értek el jobb eredményt a fiúk a mentalizáció kapcsán. Bár a legtöbb szakirodalom szerint a lányok rendelkeznek magasabb mentalizációs képességekkel (Helena et al., 2012), ebben még sincsen teljes egyetértés. Van der Graaff és munkatársai (2014) empatiság aggodalomra és a perspektívaváltás képességére irányuló vizsgálatának eredményei kimutatták, hogy 13-15 éves kor között önbevallásos kérdőív alapján a lányok jobb empatiság képességekkel rendelkeznek, mint a fiúk, akik ebben az életkorban inkább enyhébb csökkenésről számoltak be. A későbbiekben viszont, 15-16 éves kor után, a fiúk perspektívaváltásának és empatiság aggodalmának a képessége inkább enyhe emelkedést mutatott, a lányok részéről viszont stabilitás látszódik. Serdülőkor ezen időszakában a fiatalok az érzelmi feldolgozás változásait tapasztalják meg, az érzelmi élmények felerősödnek bennük (Crone & Dahl, 2012). Fiúk esetében ez az érzelmi kifejezést, empatiság aggodalmat jelentősen befolyásolják a társadalmi elvárások (Hoffman, 1977, Van der Graaff

et al., 2014), így a lányok erőteljesebb érzelmi hatás alatt állnak, az integráció ezáltal számukra nehezebb folyamatként jelenhet meg, mint a fiúk esetében.

Előzetes feltevéseink alapján arra a hipotézisre jutottunk, hogy az alkohollal való gyakoribb és magasabb arányú tapasztalat a mentalizációs képességek csökkenését fogja eredményezni, tehát együttjárás tapasztalható az alkoholfogyasztás gyakorisága és a mentalizációs képességek között, ami igazolódott a kutatásunkban. Megvizsgáltuk külön a szegényes mentalizációs képesség és az alkoholfogyasztási motivációkat, mivel negatív együttjárást feltételeztünk (Caludio és mtsai, 2020; Cheetham és mtsai, 2010; Garland és mtsai, 2020). Az Érzelmi diszkontroll skála pozitív irányú összefüggésben áll az összes alkoholfogyasztási dimenzióval (fokozásos, konformitás, megküzdés és szociális), tehát minél nagyobb az érzelmi diszkontroll mértéke, annál jellemzőbben és erősebben fordulnak elő az alkoholfogyasztási motivációk. Az érzelmi diszkontroll ezen felül gyenge, pozitív irányú együttjárásban áll az alkoholfogyasztás gyakoriságával a jelen mintában. Claudio és munkatársai (2020) korábbi kutatásukban foglalkoztak a mentalizáció és az alkoholfogyasztás kapcsolatával. Kutatásuk során megállapították, hogy a csökkent mentalizációs képesség hozzájárul a problémás alkoholfogyasztás kialakulásához és ennek az állapotnak a fenntartásához. A problémás alkoholfogyasztás és a csökkent mentalizációs kapacitás közötti kapcsolat kétirányú lehet, vagyis az alkoholfogyasztás önmagában számos olyan pszichológiai állapotot tud eredményezni, amely jelentős mértékben megnövelheti az esélyét a mentalizációs képességek csökkenéséhez. Az egyre sűrűbb alkoholfogyasztás problémás alkoholfogyasztáshoz vezethet, amely következtében akár alkoholfüggőség is kialakulhat (Wilson et al., 2017). Jelen eredmény emiatt is fontos, mivel felhívja a figyelmet a prevenció fontosságára a serdülőkori alkoholfogyasztás kapcsán, hiszen a jövőre nézve az alkoholfogyasztás gyakorisága és mértéke összefüggésbe hozható több egészségkárosító magatartások megjelenésével, mint más egészségkárosító szerek alkalmazása, kockázatos szexuális viselkedés, közúti balesetek, testi betegségek és érzelmi problémák (Brown et al., 2008; Németh és mtsai, 2019). Tehát az eredmények és a szakirodalom alapján elmondható, hogy a csökkent mentalizációs képesség érzelmi szabályozással kapcsolatos problémákat eredményezhet, ami kiválthatja a pszichoaktív szerek alkalmazását, használatát. Továbbá az érzelmi szabályozás zavarai szintén összhangban állnak a függőség kialakulásával, egyfajta öngyógyításként szolgálnak a negatív érzelmekkel szemben. Jelen esetben feltártuk, hogy az alacsony érzelmi diszkontroll mindenképpen befolyásolja a szerhasználat gyakoriságát és annak motivációját, illetve a többi két dimenzió is hatással van az alkoholfogyasztási

motivációs tényezők jelenlétére (Claudio és mtsai, 2020; Cheetham et al., 2010; Garland et al., 2020). Maga az alkoholfogyasztás ezen felül nem csak az egyénre nézve káros, hanem a környezetére is veszélyt jelent, hiszen beláthatatlan mértékű károkat képes okozni (Gyuris és mtsai, 2014).

A mentalizáció és alkoholfogyasztás kapcsán megvizsgáltuk még a serdülők önértékelését és énhatékonyságát is, hiszen előzetes kutatások igazolták, hogy pozitív együttjárásban állnak a mentalizációval, mivel önszabályozás sikeressége és az egyén önmagáról alkotott képe kihatással van arra, hogy hogyan viszonyul a környezetéhez, hogyan tudja megérteni a saját és mások elméjét (B. Erdős et al., 2020; Gori et al., 2021; Fonagy et al., 2005). Jelen kutatásban is igazolódott a pozitív együttjárás a sikeres mentalizáció skáláival, kivéve a reflektivitás és önértékelés esetén nem, ahol enyhe, negatív irányú kapcsolatot tártunk fel. Érdekes ellentét figyelhető meg viszont a korábbi kutatási eredmények és az eredményeink között. Korábbi kutatási eredmények szerint saját magunk és mások megértése pozitívan kapcsolódik az önértékeléssel, viszont az eredményeink alapján a fokozott reflektivitás alacsonyabb önértékeléssel jár (Colombo, 2014). Ez alapján arra is lehet következtetni, hogy a serdülők kihívásokkal néznek szemben ebben az időszakban, mind az iskolában, mind otthon. Kihívás lehet a megfelelési kényszer az iskolában elvártaknak, a szülőknek és még saját maguknak is. Egy kutatásban, ahol az énhatékonyságot vizsgálták, kimutatták, hogy nehézségként jelenthet a tanórára való koncentrálás, a saját maguknak való megfelelési kényszer, az órai jegyzetelés és akár egyes tantárgyak elsajátítása is (Nagyné Hegedűs, 2016). A reflektivitás ezen felül fontos komponense az autonóm tanulói létnek, hiszen reflexió, önreflexió, értékelés és önértékelés négyesébe tartozik, ami alapján tud döntéseket hozni a serdülő, így, ha nincs meg a megfelelő reflexió vagy önreflexió, akkor nem tud megvalósulni ez az autonóm forma (Horváth, 2004) Ezen felül visszavezethető jelen eredmény még a serdülőkori perspektívaváltásra is, hiszen ebben az időszakban az önazonosság keresése és az élet értelmességének keresése összefonódik (Erikson, 1968). A perspektívaváltás mellett még a kognitív képességek fejlődése is megfigyelhető, ami ahhoz vezet, hogy a serdülő egyre jobban feltudják térképezni saját magukat és képességeiket, ami összefüggésbe hozható azzal, hogy saját maguk jobb megértése során, jobb önreflexió jelenléte esetén, csökkenhet az önértékelésük. Nemek tekintetében korábban már bizonyították, hogy a fiúk magasabb énhatékonysággal rendelkeznek, mint a lányok (Jámbori et al., 2016). Fiúkról eredményeik alapján elmondható, hogy a magas énhatékonyság nem fog szignifikánsan együtt járni magasabb kapcsolati összehangolódással. A fiúk a lányokhoz képest sokkal jobban bíznak

önmagukban, magasabb önbizalommal rendelkeznek, míg a lányok esetében inkább jelenik meg önbizalomhiány, így jobban rászorulnak és várják a visszajelzéseket a külső környezettől (Orosz et al., 2014). Az ő esetükben eredményeink is kimutatták, hogy a magasabb énhatékonyság együtt fog járni magasabb kapcsolati összehangolódással, tehát a külső környezettől kapott visszajelzések segíteni fogják az énhatékonyság növekedését és a másik személy mentális állapotának könnyebb megértését, ráhangolódását. A magasabb támogató légkör megtapasztalása, magasabb énhatékonyság kialakulásához fog vezetni (Lőrincz, 2020).

Kitértünk még a kutatásunkban az életkor jelentőségére a mentalizáció kapcsán, hiszen a szakirodalom szerint egyenetlen a mentalizáció fejlődése a kor előrehaladtával, serdülőkorban a mentalizációs képesség egyes területein kevésbé fejlett, mint egy fiatal felnőtté (Choudhury et al., 2006). Ezt a pozitív irányú életkori változást igazolták az eredményeink is. Ezek alapján elmondható a jelen minta esetében is, hogy az életkor előrehaladtával sikeresebb lesz a mentalizációs képessége a serdülőknek. Vizsgálataink során nem találtunk eltérés ezen a területen a két nem között. A mentalizáció színvonala más-más életkorban eltérő lesz, azonban elmondható, hogy az életkor előrehaladtával és növekedésével a mentalizációs képességek fejlődni fognak (Szél & Szabó, 2020), életkoronként eltérő színvonalat lehet látni a mentalizáció képességében (Szél & Jámberi, 2021). Choudhury és munkatársai (2006) kutatásuk során bizonyították, hogy serdülőkorban a szociális-kognitív funkciók fejlődése, átmeneti visszaesése miatt a mentalizáció bizonyos területeken is vissza fog esni, azonban az agyi struktúrák átalakulásának lezárulta után a mentalizáció további fejlődését lehet megfigyelni, megváltozik a mentalizációs kapacitás is (Szél & Jámberi, 2021). Eredményeinket alátámasztja Poznyak és munkatársai (2019) kutatási eredményei is, melyek szerint az életkor pozitívan korrelál és társul a sikeres, helyes mentalizáció képességével és negatívan az alulmentalizációval. Serdülőkorban egyre fontosabbak lesznek a mentális állapotra vonatkozó információk, javulni fog a képességük mások mentális állapotának a megítélésében (Dumontheil et al., 2010), továbbá képesek lesznek egyre gyorsabban kiértékelni és regisztrálni az érzelmi válaszokat első és harmadik személy szemszögéből is, valamint kevesebb időt töltenek el azzal, hogy a saját viselkedésük megtervezésével és annak következményeivel kapcsolatos kérdésekről elmélkedjenek (Keulers et al., 2010).

Összegzés

Összességében elmondható, hogy a mentalizációs képességek és az alkoholfogyasztási motivációk között összefüggés fedezhető fel. A szegényes mentalizáció esetében együttjárás tapasztalható a legtöbb motivációval kapcsolatosan. Ezek közül is az érzelmi diszkontroll áll a

legsorosabb kapcsolatban a négy motivációs tényezővel. Az alkohollal kapcsolatos magasabb arányú tapasztalatok a mentalizációs képességek romlásával jár együtt. A mentalizációs képességek és az önértékelés, énhatékonyság között szoros kapcsolat fedezhető fel, magasabb mentalizáció pozitívabb önértékeléssel, énhatékonysággal fog együtt járni. A nemi eltérések mind a 3 konstruktum esetében azt mutatták, hogy a férfiak magasabb értékekkel rendelkeznek, mint a nők. Az életkor előrehaladtával a mentalizációs képesség fejlődése és változása lesz megtapasztható, valamint az iskolai teljesítménnyel való elégedettségre is pozitív hatással van a magasabb mentalizáció. Az alkoholfogyasztás tekintetében szintén megjelennek nemi különbségek, a fiúk hamarabb próbálják ki, mint a lányok, viszont motivációk tekintetében a szociális motivációk fognak előtérbe kerülni mind a két nem esetében.

A vizsgálat rámutatott a mentalizáció fontosságára és jelentőségére a fiatalkori alkoholfogyasztás kialakulásában. Mivel a szakirodalom alapján elmondható, hogy már nagyon korai életkorban elkezdnek a serdülők szeszes italt fogyasztani (Wild, 2002), így ennek a motivációnak a megértésében és a mögöttes folyamatok feltárásában rendkívül fontos szerep jut a mentalizációs képességeknek is. Az alkoholfogyasztás és mentalizáció kapcsolatával foglalkozó szakirodalom pedig rendkívül kevés, kis számban érhetőek csak el ilyen kutatások. Különös tekintettel az alkoholfogyasztási motivációk és a mentalizációs képességek közötti összefüggések vizsgálata szinte alig vizsgált témakör. Mint az kutatásunkból is kiderült, az önértékelés és az énhatékonyság pozitív összefüggésbe hozható a sikeres mentalizációval, mely rámutat arra, hogy ennek a konstruktumnak a vizsgálata is fontos az egészséges fejlődéshez és az életben való sikeres működéshez. Érdeemes lenne egy longitudinális kutatás során felmérni, hogy az alkoholfogyasztás kipróbálását későbbre ellehetne-e tolni prevenciós foglalkozások által, hiszen kiderült, hogy kihatással van az egyén mentalizációs képességének romlására, illetve további pszichoaktív szer alkalmazásának az esélyét is növelheti. Emiatt fontos megfontolás lenne, hogy miképp lehetne a serdülőket a biztonságos alkoholfogyasztás felé terelni és prelevenciára helyezni a hangsúlyt, hogy kevesebb legyen a mértéktelen alkoholhasználat előfordulása és megfelelőképpen legyenek az alkoholfogyasztásról edukálva a serdülők.

Limitációk

A vizsgálatunkkal és kutatásunkkal kapcsolatosan több limitációs korlát is felmerül. A mintában részt vevő személyek nem szerinti eloszlása nem reprezentatív, mivel a kutatásban körülbelül kétszer annyi lány vett részt, mint fiú ($M_{fiú} = 125$, $M_{lány} = 200$). Ez a különbség jelentősen befolyásolhatja a statisztikai próbák erejét. Illetve a mentalizációval, mentalizációs

képességekkel foglalkozó szakirodalom mind hazai, mind külföldi viszonylatban kezdetleges, különösen a mentalizáció és más konstruktumok (énhatékonyság, önértékelés) együttes vizsgálata. Érdeemes lehet még a későbbiekben nagyobb mintán, részletesebben vizsgálni az alkoholfogyasztási motivációk és a mentalizációs képességek közötti összefüggéseket. Jelen kutatás segítheti a mentalizációról szerzett tudásunk bővítését.

V. Felhasznált irodalom

- Adger, H. & Saha, S. (2013). Alcohol use disorders in adolescents. *Pediatrics in Review*, 34, 103-113.
- Amodio, D. M. & Frith, C. D. (2006). Meeting of minds: the medial frontal cortex and social cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 7, 268-277.
- Arnett, J. (1992). Reckless behavior in adolescence: A developmental perspective. *Developmental Review*, 12, 339—373.
- Arnold, P. (2014). Alkoholfogyasztási szokások. In Á. Németh, A. Költő (Eds.) *Egészség és egészségmagatartás iskoláskorban* (pp. 58-72.). Budapest, HUN: Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet.
- Aszmann, A. (2003). *Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása. Egészségügyi Világszervezet nemzetközi kutatásának keretében végzett magyar vizsgálat*. Budapest, HUN: Országos Gyermkegészségügyi Intézet.
- B. Erdős, M., Kárpáti, T., Rozgonyi, R., & Jávör, R. (2020). Az identitás alakulása mentalizáció-alapú terápia folyamán: Mentalizáció alapú terápia eredmény- és folyamatértékelése kettős diagnózisú pácienseknél az identitásstruktúra analízise segítségével. Pilot-vizsgálat. *Alkalmazott Pszichológia*, 20(2), 7–35.
- Ballespí S., Vives, J., Debbané, M., Sharp, C. & Barrantes-Vidal, N. (2018). Beyond diagnosis: mentalization and mental health from a diagnostic point of view in adolescent from non-clinical population. *Psychiatry Research*, 270, 755-763.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Eds.), *Encyclopedia of human behavior* (pp.71–81). New York, NY: Academic Press.
- Bandura, A. (2009). Cultivate Self-efficacy for Personal and Organizational Effectiveness. In E. A. Locke (Eds.), *Handbook of principles of organization behavior* (pp. 179-200). New York, NY: John Wiley & Sons.

- Barnett, J., Baker, E., Elman, N., & Schoener, G. (2007). In Pursuit of Wellness: The Self-Care Imperative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38, 603-612.
- Bateman, A. & Fonagy, P. (2019). *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice*. Washington, DC: American Psychiatric Association Publishing.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N. & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: a comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 780-795.
- Bradley, R. H. & Corwyn, R. F. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 23(5), 385-400.
- Brassai, L. (2012). Az élet értelmessége mint az egészségmagatartás védőfaktora serdülőkorban (Doctoral dissertation).
- Brevers, D., Cleeremans, A., Bechara, A., Greisen, M., Kornreich, C., Verbank, P. & Noel, X. (2013). Impaired self-awareness in pathological gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 29(1), 119-129.
- Brown, S. A., McGue, M., Maggs, J., Schulenberg, J., Hingson, R., Swartzwelder, S., Martin, C., Chung, T., Tapert F., S., Sher, K., Winters, K. C., Lowman, C. & Murphy, S. (2008) A Developmental Perspective on Alcohol and Youths 16 to 20 Years of Age. *Pediatrics*, 121(4), 290–310.
- Budai, É. (2010). Önértékelés és tanulmányi teljesítmény a serdülőkor kezdetén. In B. László, K. István & M. Ferenc (Eds.), *Pszichológiai metszetek* (pp. 25-31). Budapest, Professzorok az Európai Magyarországért Egyesület.
- Burke, R. S. & Stephens, R. S. (1999). Social anxiety and drinking in college students: a social cognitive theory analysis. *Clinical Psychology Review*, 19(5), 515-530.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F. (1998). *Személyiségpszichológia*. Budapest, Magyarország: Osiris Kiadó.
- Cheetham, A., Allen, N. B., Yücel, M. & Lubman, D. I. (2010). The role of affective dysregulation in drug addiction. *Clinical Psychology Review*, 30, 621-634.
- Choudhury, S., Blakemore, S.-J., Charman, T. (2006). Social cognitive development during adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 1(3). 165–174.
- Claudio, I., Ornella, C., Angelo, P., Raffaella, R., Massimo, P., Benedetto, F., Massimo, B. & Francesco, S. B. (2020). Mentalization Impairment Is Associated with Problematic

- Alcohol Use in a Sample of Young Adults: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22).
- Cole, M., & Cole, S. (1997). *Fejlődéslélektan*. Budapest, HU: Osiris kiadó.
- Colombo, M. (2011). Educational choices in action: young Italians as reflexive agents and the role of significant adults, *Italian Journal Of Sociology Of Education*, 1, 14-48.
- Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6(2), 117–128.
- Crone, E. A. & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Natural Reviews Neuroscience*, 13, 636-650.
- Csibi, S. & Csibi, M. (2013). Az önértékelés és a megküzdés szerepe a serdülők egészségvédő magatartásában. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 13(3), 281-295.
- Csizmadia, P., & Várnai, D. (2003). Rizikómagatartás: Dohányzás és alkoholfogyasztás. In A. Aszmann, P. Csizmadia, Gy. Kökönyei, Á. Németh, Á. Szabó, M. Szabó, E. Sebestyén & D. Várnai (Eds.), *HBSC. Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása* (pp. 50-60). Budapest, HUN: Országos Gyermkegészségügyi intézet.
- Droomers, M., Schrijvers, C. T. M., Stronks, K., Van de Mheen, D. & Mackenbach, J. P. (1999). Educational differences in excessive alcohol consumption: The role of psychosocial and material stressors. *Preventive Medicine*, 29(1), 1-10.
- Dumontheil, I., Apperly, I. A., & Blakemore, S. J. (2010). Online usage of theory of mind continues to develop in late adolescence. *Developmental Science*, 13(2), 331–338.
- Elekes, Zs. & Paksi, B. (1997). Alkohol és drogfogyasztás a fiatalok körében. *Társadalom és gazdaság Közép-Európában*, 2, 182-205.
- Elekes, Zs. (2012) ESPAD 2011 (Európai Iskolavizsgálat a fiatalok alkohol- és egyéb drogfogyasztási szokásairól). OTKA K81353.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity. Youth and crisis*. New York, USA: W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1991). *A fiatal Luther és más írások*. Budapest, HU: Gondolat Kiadó.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2005). *Affect Regulation, Mentalization, and The Development of the Self*. New York, NY: Other Press.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L. & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. New York, NY: Other Press.
- Fonagy, P. & Bateman, A. W. (2020). Bevezetés. In A. W. Bateman & P. Fonagy (Eds.), *A mentalizáció alapú terápia kézikönyve* (pp. 3-28). Budapest, Magyarország: Oriold és Társai.

- Garland, E. L., Bell, S., Atchley, R. & Froeliger, B. (2020). *Emotion Dysregulation in Addiction. In The Oxford Handbook of Emotion Dysregulation*. New York, NY: Oxford University Press.
- Gladstone, T. R. G., Kaslow, N. J., Seeley, J. R. & Lewinsohn, P. M. (1997). Sex differences, attributional style, and depressive symptoms among adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 25, 297-305.
- Gori, A., Arcioni, A., Topino, E., Craparo, G., & Lauro Grotto, R. (2021). Development of a new measure for assessing mentalizing: The multidimensional mentalizing questionnaire (MMQ). *Journal of Personalized Medicine*, 11(4), 305.
- Gyuris, P., Meskó, N. & Tiszlár, R. (2014). *Az evolúció árnyoldala*. Budapest HU: Akadémiai Kiadó.
- Ha, C., Sharp, C., Ensink, K., Fonagy, P. & Cirino, P. (2013). The measurement of reflective function in adolescent with and without borderline traits. *Journal of Adolescent*, 36(6), 1215-1223.
- Hoffman, M. L. (1977). Sex differences in empathy and related behaviors. *Psychological Bulletin*, 84, 712-722.
- Horváth, I. (2004). Az autonóm tanulás kognitív összetevői: egy kutatás várt és nem várt eredményei. *Modern Nyelvoktatás Alkalmazott nyelvészeti szakfolyóirat*, 10(2-3), 40-47.
- Inchley, J. C., Currie, D. B., Vieno, A., Torsheim, T., Ferreira-Borges, C., Weber, M., Barnekow, V. & Breda, J. (2018). *Adolescent alcohol-related behaviours: trends and inequalities in the WHO European Region, 2002–2014: observations from the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) WHO collaborative cross-national study*. Copenhagen, Denmark: World Health Organization Regional Office for Europe.
- Jain, F. A. & Fonagy, P. (2020). Mentalizing Imagery Therapy: Theory and case series og imagery and mindfulness techniques to understand self and others. *Mindfulness*, 11, 153-165.
- Jakab, K., Mikó, F., & Ungvári, M. (2019). #mutimitiszol. A fiatalok alkoholfogyasztási szokásai. (Doctoral dissertation, BCE Társadalomtudományi és Nemzetközi Kapcsolatok Kar)
- Jámbori, Sz., Horváth, M. T. & Harsányi, Sz. G. (2016). Az internetes kapcsolatokon való nyitottság összefüggése az észlelt társas támasszal és az énhatékonysággal. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(2), 19-36.

- Kerr-Correa, F., Igami, T. Z., Hiroce, V. & Tucci, A. M. (2007). Patterns of alcohol use between genders: A cross cultural evaluation. *Journal of Affective Disorders*, 102(1-3), 265-275.
- Keshavarz, S. & Baharudin, R. (2012). The moderating role of gender on the relationships between perceived paternal parenting style, locus of control and self-efficacy. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 32, 63-68.
- Keulers, E. H. H., Evers, E. A. T., Stiers, P. & Jolles, J. (2010). Age, Sex, and Pubertal Phase Influence Mentalizing About Emotions and Actions in Adolescents. *Developmental Neuropsychology*, 35(5), 555-569.
- Kollár, N. K. & Szabó, É. (2004). *Pszichológia pedagógusoknak*. Budapest, HUN: Osiris Kiadó.
- Kovács, Á. M. & Téglás, E. (2011). A „mentalizáció” eredete. *Korunk*, 22(9), 107-115.
- Kőrössi, J. (2004). Az énkép összefüggése az iskolai teljesítménnyel. In M. Aranka (Ed.), *Az iskola szociálpszichológiai jelenségtárája* (pp. 83-101). Budapest, HUN: ELTE Eötvös Kiadó.
- Kuntsche, E., Knibbe, R., Gmel, G. & Engels, R. (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical Psychology Review*, 25(7), 841-861.
- Láng, A. (2008). The Process of Psychotherapy from an Attachment Theory Perspective. In B. Lábadi (Eds.), *Cognition and interpretation* (pp. 118-127). Pécs, Magyarország: PTE-Pannónia.
- Lintonen, T., Rimpelä, M., Vikat, A. & Rimpelä, A. (2000). The effect of societal changes on drunkenness trends in early adolescence. *Health Education Research*, 15(3), 261-269.
- Lőrincz, A. K. (2020). Az önértékelés és énhatékonyság összefüggései a családi szocializációs tényezőkkel. *Impulzus*, 6-7(1), 1-17.
- Luyten, P., Campbell, C., Allison, E. & Fonagy, P. (2020). The Mentalizing Approach to Psychopathology: State of the Art and Future Directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 297-325.
- Mäkelä, K. & Mustonen, H. (2000). Relationship of drinking behavior, gender and age with reported negative and positive experiences related to drinking. *Addiction*, 95(5), 727-736.
- Malda-Castillo, J., Browne, C. & Perez-Algora, G. (2019). Mentalization-based treatment and its evidence-based status: A systematic literature review. *Psychology and Psychotherapy*, 92, 465-498.

- Marco, I., Claudio, I., Désirée, H., Denise, E., Eleonora, P., Luigi, J., Dorian, A. L., Maurizio, P., Stella, T. & Mariantonietta, F. (2017). Emotion Regulation and Mentalization in People at Risk for Food Addiction. *Behavioral Medicine*, 43(1), 21-30.
- Martin, C. M. & Hoffman, M. A. (1993). Alcohol expectancies, living environment, peer influence, and gender: a model of college-student drinking. *Journal of American College Health*, 34, 206-211.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238.
- McCrea, R. R. & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of personality*, 60(2), 175-215.
- McNally, A. M., Pálfi, T. P., Levine, R. V. & Moore, B. M. (2003). Attachment dimensions and drinking related problem among young adults. The mediational role of coping mitoves. *Addictive Behaviors*, 28, 1115-1127.
- Milam, J. E., Sussman, S., Ritt-Olson, A. & Dent, C. W. (2000). Perceived invulnerability and cigarette smoking among adolescents. *Addictive Behaviors*, 25. 71–80.
- Möller, C., Karlgren, L., Sandell, A., Falkenström, F. & Philips, B. (2016). Mentalization-based therapy adherence and competence stimulates in-session mentalization in psychotherapy for borderline personality disorder with co-morbid substance dependence. *Psychotherapy Research*, 27, 749-765.
- Nagy, K., Gál, Z., Jámbori, Sz., Kasik, L. & Fejes, J. B. (2019). A tanulói jóllét és az önértékelés jellemzőinek feltárása középiskolások és egyetemisták körében. *Iskolakultúra*, 29(6), 3-17.
- Nagyné, Hegedűs, A. (2016). 5-8. Osztályos tanulók mindennapi kihívásai az énhatékonyság tükrében. *Gradus*, 3(1), 148.155.
- Németh, Á., Horváth, Zs. & Várnai, D. (2019). Egészségmagatartás serdülőkorban – Mi történt az ezredforduló után? *Educatio*, 28(3), 473-494.
- Németh, Zs., Kuntsche, E., Urbán, R., Farkas, J. & Demetrovics, Zs. (2011). Why do festival goers drink? Assessment of drinking motives using the DMQ-R SF in a recreational setting. *Drug and Alcohol Review*, 30(1), 40-46.
- Orosz, A., Mayer, K. & Lukács, A. (2014). Serdülő fiúk és lányok életminőségének, reziliencia szintjének és a testmozgás gyakoriságának összehasonlítása. *Egészségtudományi Közlemények*, 4(1), 21-32.

- Peltzer, K. (2009). Prevalence and correlates of substance use among school children in six African countries. *International Journal of Psychology*, 44(5), 378-386.
- Perera, H. N. & DiGiacomo, M. (2013). The relationship of trait emotional intelligence with academic performance: a meta-analytic review. *Learning and Individual Differences*, 28, 20-33.
- Perge, A., Rucska, A., & Kiss- Tóth, E. (2019). „Milyen vagyok?” Középiskolás tanulók önértékelésének vizsgálata. *Tanulmányok a tanügy és az oktatástan világából*, 30-36.
- Pikó, B. & Pinczés, T. (2014). Serdülők alkoholfogyasztása és dohányzása az impulzivitás, kockázattvállalás és énhatékonyság tükrében. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(1), 31-47.
- Pikó, B. (2001). Smoking in adolescence: Do attitudes matter? *Addictive Behaviors*, 26(2), 201-207.
- Pikó, B. (2002). *Egészségtudatosság serdülőkorban*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- Pikó, B. (2004). Unalom vagy stresszoldás? Serdülők dohányzással és alkoholfogyasztással kapcsolatos motivációinak vizsgálata. *Addiktológia*, 3(2), 191-202.
- Pikó, B. (2005). A csoportműködést befolyásoló néhány pszichológiai jellemző a modern kultúrában. *Pszichoterápia*, 14(2), 493-500.
- Pikó, B. (2007). Kockázateszlelés serdülőkorban: a sérthetlenség illúziója vagy józan előrelátás? *Addiktológia*, 6(1), 5-18.
- Poznyak, E., Morosan, L., Perroud, N., Speranza, M., Badoud, D. & Debbané, M. (2019). Roles of age, gender and psychological difficulties in adolescent mentalizing. *Journal of Adolescence*, 74, 120-129.
- Qudsyi, H. & Putri, M. I. (2016). Self-efficacy and Anxiety of National Examination among High School Students. *Social and Behavioral Sciences*, 217, 268-275.
- Reitz, E., Dekovic, M., & Meijer, A. M. (2005) The structure and stability of externalizing and internalizing problem behavior during early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 6, 577-588.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, UK: Princeton University Press.
- Rotschild-Yakar, L., Levy-Shiff, R., Fridman-Balaban, R., Gur, E. & Stein, D. (2010). Mentalization and relationship with parents as predictor of acting disordered behavior. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 198, 501-507.

- Rutherford, H. J. V., Wareham, J. D., Vrouva, I., Mayes, L. C., Fonagy, P. & Potenza, M. N. (2012). Sex Differences Moderate the Relationship Between Adolescent Language and Mentalization. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 3(4), 393-405.
- Sallay, V., Martos, T., Földvári, M., Szabó, T. & Ittész, A. (2014). A Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H): alternatív fordítás, strukturális invariancia és validitás. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 259-375.
- Scotford, M. A. (2007). *Making our way through the world. Humanreflexivity and social mobility*. Cambridge, UK:Cambridge University Press.
- Sergi, B., Jaume, V., Carla, S., Lorena, C. & Neus, B. (2021). Self and Other Mentalizing Polarities and Dimensions of Mental Health: Association With Types of Symptoms, Functioning and Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-13.
- Sharp, C. (2007). Biased Mentalizing in Children Aged Seven to 11: Latent Class Confirmation of Response Styles to Social Scenarios and Associations with Psychopathology. *Social Development*, 16(1), 181-202.
- Sipos, Sz. (2015). A 12. életév a fejlődéslélektan tükrében. *Magyar Rendészet*, 6, 33-44.
- Skultéti, D. & Pikó, B. (2006). Fiatalkori alkoholfogyasztás: a szocioökonómiai háttér és a szociális hatások szerepe. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7(2), 75-95.
- Smith, E. R. & Mackie, D. M. (2004). *Szociálpszichológia*. Budapest, HUN: Osiris Kiadó.
- Smith, G. J. (2007). *Parenting Effects on Self-Efficacy and Self-Esteem in Late Adolescence and How Those Factors Impact Adjustment to College*. Online Submission.
- Szabó Hangya, L., Jámboiri, Sz., Gál, Z., Kasik, L., & Fejes, J., B. (2019). Serdülők és fiatal felnőttek identitása az önértékelés és a társas támogatás függvényében. *Iskolakultúra*, 29(6).
- Szél, E. & Jámboiri, Sz. (2021). A szándékos önszabályozás, a mentalizáció és az időperspektíva kapcsolata fiatal felnőttek esetében. In M. Gyöngyvér & T. Edit (Eds.), *Új kutatások a neveléstudományokban 2021* (pp. 101-116). Szeged, HUN: Szegedi Tudományegyetem Neveléstudományi Intézet, Magyar Tudományos Akadémia Pedagógiai Tudományos Bizottsága.
- Szél, E. & Szabó, É. (2020). A serdülőki mentalizáció vizsgálata: a reflektív funkció kérdőív magyar változatának (RFQ-H) pszichometriai jellemzői. *Alkalmazott pszichológia*, 20(3), 55-76.

- Topolski D. T., Donald, P.L., Todd, E.C., Collin, H.E., Frederick C.A., Kiomi, M.K. (2001). Quality of Life and Health-Risk Behaviors among Adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 29, 426-435.
- Treisman, K. A. & Beck, K. H. (1996). Adolescent gender differences in alcohol problem behaviors and the social contexts of drinking. *Journal of School Health*, 66(8), 299-304.
- Trzesniewski, K.H., Donnellan, M.B., Moffitt, T.E., Robins, R.W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42, 381-390.
- Urbán, R. & Varga, J. (2013). A negatív érzelmek, az önbizalom, az énhatékonyság és a dohányzás serdülőkorban. *Addiktológia Hungarica*, 2, 346-369.
- Urbán, R., Czeglédi, E., Kovács, K., & Kelemen, A. (2008). A szenzoros élménykeresés összefüggése az alkoholfogyasztással és az alkohollal kapcsolatos elvárásokkal középiskolások körében. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 63(3), 499-518.
- Van der Graaff, J., Branje, S., De Wied, M. & Hawk, S. (2014). Perspective Taking and Empathic Concern in Adolescence: Gender Differences in Development Changes. *Development Psychology*, 50(3), 881-888.
- Varga, Sz. & Pikó, B. (2015). Társas és egyéni pszichológiai tényezők szerepe a serdülők rizikómagatartásában. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 16(1), 35-54.
- Wild, C. T. (2002). Personal drinking and sociocultural drinking norms: a representative population study. *Journal of Studies on Alcohol*, 63, 469-475.
- Wilson, S., Bair, J. L., Thomas, K. M. & Iacono, W. G. (2017). Problematic alcohol use and reduced hippocampal volume: A meta-analytic review. *Psychological Medicine*, 47, 2288-2301.
- Wood, R. & Bandura, A. (1989). Social Cognitive Theory of Organizational Management. *Academy of Management Review*, 14(3), 361-384.
- Young, R., Oei, T. P. & Knight, R. G. (1990). The Tension Reduction Hypothesis revisited: an alcohol expectancy perspective. *British Journal of Addiction*, 85, 31-40.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 82-91.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.