

A szegény, a vallásos neveltetés, a gyermekkori negatív életesemények és az önegyüttérzés összefüggései – 2. rész

Interconnections Between Shame, Religious Upbringing, Childhood Aversive Experiences, and Self-Compassion – Part II

Bernhardt Noémi

Csőmör, Szociális Alapszolgáltatási Központ, Család- és Gyermekjóléti Szolgálat
ORCID: 0009-0003-3904-5513

Berán Eszter

PPKE BTK Fejlődés- és Klinikai Gyermeklélektan Tanszék
tanszékvezető docens
ORCID: 0000-0001-7009-3386

Abstract

Háttér: Kutatásunk a vallásos neveltetés, a negatív gyermekkori életesemények és az önegyüttérzés összefüggéseit vizsgálja a szegényérzettel. Mint cikkünk első részében kifejtettük, a szegényen szociálisan strukturált érzélem; kifejezője a személy vélt értékének vagy fontosságának, motiválja és szabályozza a gondolkodást, az érzéseket, és a mások általi elfogadás megőrzésével kapcsolatos viselkedést. Az önegyüttérzés lehetővé teszi a szegénnyel való szembeesülést és egészséges feldolgozását. Az önegyüttérzés magas mértéke közel áll a keresztény vallási gondolkodáshoz, ami az empátiát, együttérzést és önegyüttérzést hangsúlyozza.

Módszer: 234 főből álló mintánk magyarországi lakosokból, 72 nem vallásos neveltetésű és 162 vallásos neveltetésű személyből állt. Egy vallásossággal kapcsolatos kérdéssor mellett használtunk a Szegény Élmény Skálát, az Önegyüttérzés Skálát, és a Negatív gyermekkori életesemények kérdőívet is.

Eredmények: A szegény és a vallásos neveltetés autoriter jellege és szigorúsága között összefüggés van. Az önegyüttérzés negatívan jár együtt a szegénnyel, valamint mértékétől függően a vallásos neveltetés és a szegény kapcsolatát is moderálja. A nem, az életkor és a vallásos neveltetés kismértékben előrevetítik a szegényt, protektív szerepe azonban az önegyüttérzésnek van.

Következtetések: A vallásos neveltetés egészséges módon beépülve erőforrás lehet a szegénnyel való megküzdésben. Az önmagunkkal való együttérzés jelentős védőfaktor a szegénnyel szemben.

Kulcsszavak: szegény, vallásos neveltetés, önegyüttérzés

Abstract

Background: Our study examines how religious upbringing and negative childhood experiences relate to shame, with a particular focus on the role of self-compassion. As outlined in the first part of our article, shame is a socially structured emotion that reflects a person's perceived worth or significance, and it motivates and regulates thoughts, feelings, and behaviors aimed at maintaining social acceptance. Self-compassion enables individuals to face and process shame in a healthy way. Higher levels of self-compassion are closely aligned with Christian religious thinking, which emphasizes empathy, compassion, and kindness towards oneself.

Method: Our sample consisted of 234 Hungarian participants, including 72 individuals without a religious upbringing and 162 with a religious upbringing. In addition to a religiosity questionnaire, we administered the Shame Experience Scale, the Self-Compassion Scale, and the Adverse Childhood Experiences questionnaire.

Results: Shame was associated with the authoritarian and strict characteristics of religious upbringing. Self-compassion was negatively related to shame and moderated the relationship between religious upbringing and shame. Gender, age, and religious upbringing showed small predictive effects on shame, but self-compassion emerged as the primary protective factor.

Conclusions: A religious upbringing, when integrated in a healthy manner, can serve as a resource for coping with shame. Self-compassion is a significant protective factor against shame.

Keywords: shame, religious upbringing, self-compassion

1. Bevezetés

Jelen írásunk a *Mester és Tanítvány* folyóirat hasábjain korábban megjelent cikkünk (*A szégyen, a vallásos neveltetés, a gyermekkori negatív életesemények és az önegyüttérzés összefüggései – I. rész*) folytatása. Cikksorozatunk első részében a szégyen fogalmával foglalkoztunk, valamint a szégyennek a vallásos neveltetéssel, a gyermekkori negatív életeseményekkel és az önegyüttérzéssel való összefüggését vizsgáltuk az erre vonatkozó szakirodalom elemzésével. Jelen írásunk a témára vonatkozó, a PPKE BTK Pszichológiai Intézetében folytatott empirikus kutatásunkat foglalja össze.

A cikkünk első részében megvitatott szakirodalom alapján empirikus kutatásunkban kíváncsiak voltunk a vallásos neveltetés és a szégyen összefüggéseire a negatív gyermekkori életeseményekkel, valamint az önegyüttérzéssel. Feltételeztük, hogy a vallásos neveltetés minősége és szigorúsága, valamint a szégyenérzet között összefüggés van (Bornstein és mtsai., 2017; Santrock és mtsai., 2020), ezen kívül feltételeztük azt, hogy a negatív gyermekkori életesemények pozitív összefüggésben állnak a szégyennel, amit korábbi kutatások már kimutattak (van der Kolk és mtsai., 2009; Sethi és mtsai., 2013). Továbbá azt is feltételeztük, hogy az önegyüttérzés magasabb a vallásos neveltetésben részesültek csoportjában (Bodok-Mulderij és mtsai., 2023; Wilhoit, 2019), mint azoknál, akik nem részesültek vallásos neveltetésben, valamint azt, hogy az önegyüttérzés moderálja a szégyen és vallásos neveltetés kapcsolatát (Johnson &

O’Brien, 2013; Bodok-Mulderij és mtsai., 2023). Végezetül feltételeztük, hogy a nem, a kor, a vallásos neveltetés autoriter jellege és az önegyüttérzés meghatározzák a szegény mértékét.

2. Módszerek

2.1. Vizsgálati személyek

A kutatásban 18 év feletti személyek, férfiak és nők vettek részt. Az adatfelvétel 2023. december – 2024. február között zajlott, ez alatt N = 234 fős minta gyűlt össze. A kutatásban való részvételnek a 18. életév betöltésén kívül egyéb kritériuma nem volt, vallásos neveltetésben részesült és nem részesült egyének egyaránt kitölthették a kérdőívet. A vizsgálati személyek az online kérdőív kitöltésével, anonim módon vettek részt a kutatásban. Az adatgyűjtés kényelmi mintavétellel, valamint hólabdamódszerrel történt. A minta leíró statisztikái az 1. számú táblázatban láthatók.

			Gyakoriság	Százalék
Minta			234	100
	Minimum	Maximum	Átlag	Szórás
Kor	18	61	30.030	10.515
			Gyakoriság	Százalék
Nem				
	Férfi		73	31.197
	Nő		161	68.803
Lakóhely				
	Kistelepülés		25	10.684
	Kisváros		50	21.368
	Nagyváros		28	11.618
	Főváros		131	55.983
Végzettség				
	Alapfokú		0	0
	Középfokú		77	32.906
	Felsőfokú		157	67.094
Családi állapot				
	Egyedülálló		92	39.316

	Kapcsolatban		59	25.214
	Házass		83	35.470
	Elvált		0	0
	Özvegy		0	0
Szocioökonómiai státusz				
	Nem jövök ki a havi jövedelmemből		15	6.410
	Éppen hogy csak kijövök a havi jövedelmemből		69	29.487
	Kényelmesen kijövök a havi jövedelmemből		150	64.103
Vallásos neveltetés				
	Nem		72	30.769
	Igen		162	69.231

1. táblázat: A minta leíró statisztikája

2.2. Mérészközök

2.2.1. Szégyen Élmény Skála (Experience of Shame Scale, ESS)

Az ESS (Andrews és mtsai, 2002) egy 25 tétéles kérdőív, mely a krónikus szégyent három alfaktorra bontva méri: karakterológiai, viselkedéses és testi szégyen. A válaszadás 4 fokú Likert-skálán történik. Az eredeti skálának magas a belső konzisztenciája (Cronbach $\alpha = 0,92$), melyet a Vizin Gabriella (2017) által vezetett magyar adaptáció során ugyancsak jónak találtak (karakterológiai szégyen $\alpha = 0,93$; viselkedési szégyen $\alpha = 0,92$; testi szégyen $\alpha = 0,88$). A Szégyen Élmény Skála kidolgozói Andrews és munkatársai (2002). A skálát Andrews és Hunter (1997) szégyen interjúi alapján dolgozták ki. A tételek a szégyen három alfaktorán belül a szégyen konkrét élményét, mások vélekedését és az elrejtőzés gyakoriságát mérik fel az elmúlt egy évben (Vizin, 2017). Az ESS teszt-reteszt reliabilitás vizsgálata kisebb mintán (klinikai minta $N = 46$, egészséges kontroll $N = 40$), két hét különbséggel történt. A teljes minta korrelációja Spearman-féle rangkorreláció teszttel mérve $r = 0,89$ volt. Alskáláinak átlaga a következőképpen alakult: karakterológiai szégyen $M = 2,16$ ($SD = 0,71$), viselkedési szégyen $M = 2,48$ ($SD = 0,88$), testi szégyen $M = 2,33$ ($SD = 0,92$). Az alskálák teszt-reteszt reliabilitása: $r_{\text{karakterológiai}} = 0,84$; $r_{\text{viselkedési}} = 0,85$; $r_{\text{testi}} = 0,92$. A klinikai és egészséges kontroll almintán ugyancsak magas korrelációs értékek mutatkoztak: $r_{\text{egészséges}} = 0,90$; $r_{\text{klinikai}} = 0,78$. Összességében az ESS jó teszt-reteszt reliabilitással rendelkezik magyar klinikai és egészséges kontroll mintán egyaránt.

2.2.2. Önegyüttérzés – Önmagunk Iránt Érzett Együttérzés Skála (Self-Compassion Scale, SCS)

Az eredeti skálát az önegyüttérzés mérésére Neff (2003b) dolgozta ki, mely folyamat során egy hatfaktoros, azaz hat alskálából álló kérdőívet hozott létre. Az alskálák közötti magas korreláció ($r = 0,48\text{--}0,91$) a megerősítő faktorelemzéssel egyetértésben azt jelezte, hogy ezek az együttjárások megmagyarázhatóak egyetlen átfogó faktorial, ami maga az önegyüttérzés. A skála magyar adaptációját és validálását Sági, Köteles és Komlósi (2013) végezte el. Az SCS esetében ötfokú Likert-skálán kell a vizsgálati személynek megítélnie 26 állítást, melyek három alskálát alkotnak: 1. Önmagunk iránt érzett kedvesség (Self-Kindness) vs. Önmagunkkal szembeni ítélkezés, önbírálat (Self-Judgment); 2. Közös emberi természet (Common Humanity) vs. Izoláció (Isolation); 3. Jelentudatosság (Mindfulness) vs. Túlzott azonosulás (Over-Identification). Ezen alskálák két részre bonthatók, melyek közül az egyik fordított irányú. Ezek megfordításával és a pontszámok összesítésével kapjuk meg az önmagunk iránt érzett együttérzés pontszámát. Az eredeti teszt itemeit Kulcsár Zsuzsanna és V. Komlósi Annamária fordították magyarra, melyet az első adatfelvétel alkalmával $N = 544$ fős mintán, egy hónappal később a második adatfelvétel során ebből random módon kiválasztott 200 személy részvételével ($N = 163$ hiánytalanul kitöltött kérdőív a teszt-reteszt reliabilitásban) vizsgáltak meg. Feltáró faktorelemzések (főkomponens analízis) során az eredeti 26 tételből 5 tétel kizárásával (5., 7., 8., 12., 20.) egy 21 tételes skála keletkezett. Így lettek az Önmagunkhoz való kedvesség, Közös emberi természet és a Túlzott azonosulás alskálák három, míg az Önbírálat, Izoláció és a Jelentudatosság alskálák négy tételesek. A teljes skála teszt-reteszt reliabilitása $r = 0,74$ ($p < 0,01$), míg az egyes alskálák esetében 0,59 és 0,70 között ($p < 0,01$) volt. Belső konzisztenciája a második adatfelvételt követően ($N = 163$) Cronbach-alfával mérve 0,72-0,91 között mozgott.

2.2.3. Vallásosság, vallásos neveltetés kérdéssor

A vallásos neveltetés felmérésére nem találtunk megfelelő kérdőívet, ezért kétféle kérdésfeltevést használtunk. Egyrészt egy Hansen (1998) által összeállított vallásos neveltetés kérdéssort magyarra fordítva 16 kérdés segítségével a vallásos neveltetés autoriter ill. autoritativ jellegére, és a szülők felé mutatott attitűdre kérdeztünk rá. Ezeknek a kérdéseknek a segítségével a vallásos neveltetés különféle aspektusaira lehetett következtetni, mint például a vallásos neveltetés merevsége, megfélemlítő eszközök használata, jelenlegi vallásosság, konformitás, bűntudat erőssége, vallási tárgyakkal szembeni ellenszenv, családi konfliktus, és önállóság. A kérdésekre 1–5-ig terjedő Likert-skálán lehetett válaszolni. A 16 itemes kérdéssorban 6 fordított item szerepelt (1., 2., 13., 14., 15., 16.), melyeket az adatfeldolgozás során visszafordítottunk. Az elemzések során a kérdésekre adott pontszámokat összegezve számoltuk ki a vallásos neveltetés jellegére vonatkozó összértéket.

Másodszor 5 különálló kérdést tettünk fel a vizsgálati személyeknek, melyek a gyermekkori családjuk felekezeti hovatartozását, vallásosságát és a jelenlegi egyéni

vallásosságukat hivatottak felmérni. A „Vallásos családban nőtt fel?” valamint a „Gyakorolja jelenleg a vallását?” kérdésekre „Igen”-nel vagy „Nem”-mel lehetett válaszolni. A vallásos neveltetés szigorúságának szubjektíven ítélt mértékét a „10-es skálán mennyire volt szigorú a vallásosság a családban?” kérdés alapján értékelték a vizsgálati személyek. A vallásos neveltetésben részesült személyeket egyszerűen a „Vallásos családban nőtt fel?” kérdés alapján különítettük el a nem vallásos neveltetésben részesült személyektől, így létrehozva két vizsgálati csoportot a mintában. A „Milyen felekezetbe tartozott a családja gyermekkorában?” kérdésre kapott válaszok alapján 5 csoportot hoztunk létre (4. táblázat). A jelenlegi vallásgyakorlást a „Hogyan gyakorolja vallását?” kérdésre adott négyféle válaszlehetőség mentén értékeltük, melyek a következők: a) Semmilyen módon nem gyakorlom; b) Az egyház szabályainak megfelelően; c) Egyéni formában; d) Spirituálisan igen, de gyakorlatban nem.

2.2.4. Negatív gyermekkori életesemények (Adverse Childhood Experience, ACE)

A negatív gyermekkori élmények és tapasztalatok mérésére Felitti és munkatársai (1998) dolgoztak ki egy kérdőívet, melyben retrospektív módon önbevallásos alapon méri fel a gyermekkorban elszenvedett ártalmakat. A magyar változat Anda és munkatársainak 2010-es verzióján alapul, Kuritárné és Nagy voltak a megalkotói, 2020-ban publikálták. A kérdőív a direkt módon történő bántalmazás és elhanyagolás mellett a bántalmazó családban jellemzően előforduló diszfunkciók minőségi és mennyiségi előfordulását is méri. A gyermekkori ártalmas élmények közé sorolják a szerhasználó és a mentális beteg családtaggal való egy háztartásban történő együttélést, a családon belüli kriminalitást és a bántalmazás szemtanúságának való kitettséget, akkor is, amikor a gyerek a családtagok közötti erőszaknak nem elszenvedője, hanem tanúja. A kérdőív összes kérdése a következő bevezető mondattal kezdődik: „18 éves korod előtt előfordult, hogy a szüleid vagy egy másik veled egy háztartásban élő felnőtt...”. Dolgozatomban a 10 kérdésből álló rövidített magyar változatot használtam, a kérdésekre „Igen”-nel, „Nem”-mel, illetve „Nem tudok/szeretnék válaszolni” lehetőségekkel lehetett válaszolni. Az ACE-pontok kiszámítása az itemekre „Igen” válaszok alapján történt.

2.2.5. Eljárás

A vizsgálat során egy online Google Forms kérdőív segítségével vettük fel az adatokat. Az adatfelvétel kényelmi mintavétellel és hólabdamódszerrel történt, a résztvevőket különböző online platformokon, közösségi oldalakon értük el. A kutatás adatfelvételi szakasza 2023. decemberétől 2024. februárig tartott.

A kérdőív az alapvető demográfiai adatok felvételével, illetve a vallásos neveltetésre, jelenlegi vallásosságra irányuló kérdéssorral kezdődött. Ezt követte az Önegyüttérzés Skála (továbbiakban: Skála_SCS, SCS) majd a Szégyen Élmény Skála (továbbiakban: Skála_ESS, ESS) végül a Negatív gyermekkori életesemények kérdőív (továbbiakban: Skála_ACE, ACE). Az adatok feldolgozása az Excel program segítségével történt, ahol a kódolást és fordított itemek transzformációját végeztük el. Ezután a JASP 0.16.3 (2022)

programban végeztük el a leíró statisztikák elemzését, majd a hipotézisek tesztelését az adott statisztikai próbával. A szignifikanciát a következőképpen jelöltük: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. Elsőként a használt mérőeszközök reliabilitását ellenőriztük a Cronbach-alfa mutatóval, melynek eredményei a 2. számú táblázatban láthatóak.

Mérőeszköz	Itemek	Reliabilitás (Cronbach- α)
SCS – Önegyüttérzés Skála	21 item	0.904
ESS – Szegény Élmény Skála	25 item	0.955

2. táblázat: Az SCS- és ESS-skála megbízhatósági mutatója a mintámon (N = 234)

Az eredmények alapján az SCS- és az ESS-skálák magas megbízhatósággal rendelkeznek. Az ACE-skálán a harmadik válaszlehetőség („Nem tudok/szeretnék válaszolni”) megadásával elkerülhetetlenül adatvesztés következett be, ugyanis azon személyeket, akik 4 vagy annál több kérdésre „Nem tudok/szeretnék válaszolni” választ adtak, nem lehetett értékelni. Az N = 234 fős mintából 2 fő esetén merült fel ez a probléma, az ő adataikat hiányzó értéként az ACE-skálában nem vettük számításba, a többi változó esetén azonban továbbra is szerepeltek. Azoknál a személyeknél, akik 1–3 kérdés esetén adták a „Nem tudok/szeretnék válaszolni” választ, ezek hiányzó értéként szerepeltek.

Az eredeti adatbázisból származó változókban a hagyományos outlier labelling rule (Tukey, 1977) alapján több szélsőséges értéket is találtam a kor-, SCS-, ESS-, ValNev- és ACE-skálákon. Az így megtalált outlierek közül a felülvizsgált, 2.2-es szorzót használó outlier labelling szabály (Hoaglin és Iglewicz, 1987) alapján a 'Kor' adatokban 7 személy értéke (61 év felett), míg az ACE skálán 8 személy értéke (7 pont felett) minősül outliereknek. A megtalált szélsőséges értékek az ACE-skála esetében fontos információval rendelkeznek, így azokat változtatás nélkül meghagytuk az adatbázisban. A 'Kor' változó esetében a 61 évesnél idősebb személyeket (1 férfi és 6 nő) kivettük a további elemzésből.

Változó		Kor	Skála ESS	ValNev	Szigorúság	Skála_SCS
Skála_ESS	n	234	—			
	Pearson's r	-0.159*	—			
	p-value	0.015	—			
ValNev	n	234	234	—		
	Pearson's r	0.053	0.180**	—		
	p-value	0.421	0.006	—		
Szigorúság	n	231	231	231	—	
	Pearson's r	-0.033	0.026	0.458***	—	
	p-value	0.614	0.689	< .001	—	

Skála_SCS	n	234	234	234	231	—
	Pearson's r	0.188**	-0.546***	-0.208**	-0.079	—
	p-value	0.004	< .001	0.001	0.234	—
Skála_ACE	n	232	232	232	229	232
	Pearson's r	0.053	0.052	0.154*	-0.083	-0.153*
	p-value	0.422	0.434	0.019	0.211	0.019

3. táblázat: Skála típusú változók korrelációs táblája

2.2.6. Etikai megfontolások

A kutatás etikai engedélyszáma: 2023_79, melyet a PPKE BTK Pszichológiai Intézet Kutatásetikai Bizottsága adott ki. A résztvevők írásos tájékoztatásban részesültek a kutatással kapcsolatban, majd a kitöltés megkezdése előtt nyilatkoztak a feltételek elolvasásáról, valamint arról, hogy 18 év felettiük és adataik megadásával beleegyeznek a kutatásban való részvételbe és adataik tudományos célú felhasználásába. A kérdőív kitöltése minden esetben önkéntes alapon, az anonimitás és az informált beleegyezés megvalósulásával történt. Ezenfelül a résztvevőket biztosítottuk arról, hogy bármikor, következmények nélkül megszakíthatják a kérdőív kitöltését. A felvett adatok bizalmas kezelése érdekében a nyers adatokat jelszóval védett számítógépen tároltuk, melyhez csak a kutatás vezetője és a vizsgálatvezető fértek hozzá.

Etikai megfontolásokat követve, a válaszok beküldését követően a résztvevők számára három pszichoterápiás rendelő elérhetőségének megadásával biztosítottuk a további segítségkérést. Az ACE-skála érzékeny információkra irányuló direkt kérdései figyelembevételével, a kutatás résztvevőinek megtartása érdekében az „Igen” és „Nem” válaszlehetőségek mellé harmadiknak a „Nem tudok/szeretnék válaszolni” opciót adtuk hozzá.

3. Eredmények

3.1. Leíró statisztika

A vallásosságra irányuló kérdések a neveltetéshez és a jelenlegi vallásos részvételhez kapcsolódnak. Ahogy a korábbi táblázat (1. számú táblázat) mutatta, a teljes minta 69%-a (n = 162 fő) részesült vallásos neveltetésben. A vallásossággal kapcsolatos további kérdések szerinti megoszlások a 4. számú táblázatban olvashatóak.

Vallásos neveltetés					
Felekezeti csoport	Nem (n/%)		Igen (n/%)		Total
Semmilyen	43	59.722	4	2.469	47
Katolikus, görögkatolikus	14	19.444	43	26.543	57
Történelmi protestáns nagy egyház	11	15.278	45	27.778	56
Régi protestáns kisegyház	2	2.778	52	32.099	54
Neoprotestáns, egyéb	2	2.778	18	11.111	20
Jelenlegi vallásosság	Nem (n/%)		Igen (n/%)		Total
Nem	35	48.611	32	19.753	67
Igen	37	51.389	130	80.247	167
Vallásosság mód	Nem (n/%)		Igen (n/%)		Total
Semmilyen módon	26	36.111	20	12.346	46
Az egyház szabályainak megfelelően	14	19.444	72	44.444	86
Egyéni formában	21	29.167	56	34.568	77
Spirituálisan igen, de gyakorlatban nem	11	15.278	14	8.642	25
Minta	72		162		234

4. táblázat: Gyakorisági táblázat a vallásossággal kapcsolatos kérdésekről

	Skála_ACE	ValNev	Skála_SCS	Skála_ESS
Elemszám	232	234	234	234
Átlag	2.233	40.013	78.295	61.979
Átlag SE	0.144	0.458	1.015	1.184
Szórás	2.193	7.006	15.521	18.113
Variancia	4.811	49.077	240.913	328.081
Ferdeség	1.212	0.213	-0.058	0.174

Ferdesség SE	0.160	0.159	0.159	0.159
		0.163	-0.067	-0.702
Csúcosság SE	0.318	0.317	0.317	0.317
Minimum	0.000	23.000	38.000	25.000
Maximum	10.000	61.000	121.000	100.000

5. táblázat: A skálák leíró statisztikái

Vallásos neveltetés	ValNev		Szigorúság	
	Nem	Igen	Nem	Igen
Elemszám (n)	72	162	70	161
Átlag	36.569	41.543	1.314	6.112
Átlag SE	0.774	0.523	0.101	0.185
Szórás	6.567	6.660	0.843	2.343
Variancia	43.122	44.349	0.711	5.487
Ferdesség	0.188	0.308	2.774	-0.538
Ferdesség SE	0.283	0.191	0.287	0.191
Csúcosság	-0.428	0.405	7.174	-0.449
Csúcosság SE	0.559	0.379	0.566	0.380
Minimum	23.000	24.000	1.000	1.000
Maximum	50.000	61.000	5.000	10.000

6. táblázat: Szigorúság és Vallásos neveltetés kérdéssor leíró statisztikai vallásos és nem vallásos neveltetés alapján

3.2. Hipotézisek ellenőrzése

1. A vallásos neveltetés autoriter jellege és a szégyenérzet között pozitív összefüggés van. A teljes minta helyett csak az önmeghatározás alapján vallásos neveltetésben részesültek csoportja (n = 160) vett részt a hipotézis tesztelésében, melyet Pearson-korrelációval ellenőriztünk. A normalitást a Shapiro-Wilk-tesztel ellenőriztük, ami alapján mind a ValNev $WValNev(162) = .985$ $p = .083$, mind az ESS-skála $WESS(162) = .985$ $p = .075$ normál eloszlást követ. A szóráshomogenitás és linearitás feltétele a pontdiagramok alapján teljesült. A Pearson-korreláció alapján $r = .202$ $p = .005$ szignifikáns, de gyenge kapcsolatot találtunk a vallásos neveltetés autoriter jellege és a szégyen között. Minél magasabb pontszámot adtak a ValNev kérdéssoron a résztvevők,

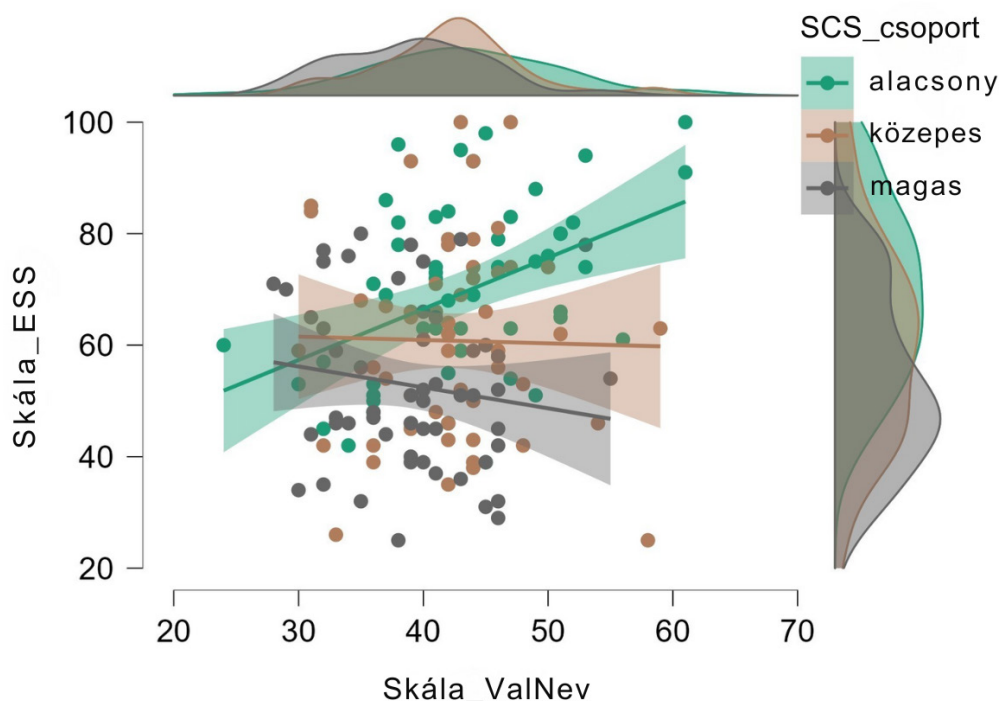
- annál magasabb a szegényélmény-skálapontszámuk is, tehát a két változó között pozitív kapcsolat mutatható ki.
2. A vallásos neveltetés szigorúsága és a szegényérzet között pozitív összefüggés van. A vallásos neveltetés szigorúsága és a szegény közötti kapcsolatot Spearman-korrelációval ellenőriztük. A monotonitást pontdiagramon ellenőrizve a próba feltételei teljesültek. A Spearman-korreláció alapján $r_s = .144$ $p = .034$ szignifikáns, de gyenge korrelációt mutatott a szigorúság mértéke és a szegény mértéke között. Tehát a gyermekkorban tapasztalt vallásos neveltetés szigorúságának növekedése gyenge pozitív összefüggést mutat a szegény élményének növekedésével.
 3. A negatív gyermekkori életesemények és a szegényérzet között pozitív összefüggés van. A hipotézist Spearman-korrelációval ellenőriztük, mert az ACE-skála normalitása sérült a Shapiro–Wilk-teszt alapján ($W(232) = .863$ $p < .001$). A Spearman-korreláció alapján $r_s = .077$ $p = .121$ – nem találtunk szignifikáns kapcsolatot a negatív gyermekkori életesemények és a szegény között. Ez alapján mintánkban nem magasabb a szegényérzete azoknak, akik több károsító élményen mentek keresztül gyermekkorukban.
 4. Az önegyüttérzés magasabb a vallásos neveltetésben részesültek csoportjában. A hipotézist független mintás t-próbával ellenőriztük. A csoportonkénti normalitás feltételének a Shapiro–Wilk-tesztet használtuk, ami alapján az SCS-skála sem a vallásos nevelkedésben részesültek $W1(162) = .995$ $p = .891$, sem a nem vallásosan nevelkedettek csoportjában $W2(72) = .979$ $p = 0.259$ nem tér el szignifikánsan a normál eloszlástól. A szóráshomogenitás feltétele a Levene-teszt ($F(1, 232) = 1.464$ $p = .228$) alapján teljesült. A t-próba eredményei alapján $t(232) = -1.116$ $p = .266$ $d = -0.158$ a két csoport között nem találtunk szignifikáns különbséget az önegyüttérzés tekintetében. A vallásos neveltetésben részesültek ($M = 79.049$ $SD = 15.048$) átlagosan magasabb pontot értek el az SCS-skálán, mint azok, akik nem kaptak vallásos neveltetést gyermekkorukban ($M = 76.597$ $SD = 16.519$). Ennek ellenére ez a különbség nem érte el a szignifikanciaszintet, tehát ez az eredmény nem erősíti meg a hipotézisünket, miszerint a vallásos neveltetésben részesültek önegyüttérzése magasabb.
 5. Az önegyüttérzés moderálja a szegény és a vallásos neveltetés kapcsolatát. A hipotézis ellenőrzéséhez elsőként egy regressziós vizsgálatot végeztünk. A moderációban részt vevő változókból standardizált értékeket (továbbiakban: Z_ValNev , Z_SCS) hoztunk létre. Az elemzést a vallásos neveltetésben részesültek csoportjában végeztük ($n = 161$). Az első modellbe a Z_ValNev (vallásos neveltetés) és a Z_SCS (önegyüttérzés)-skálákat léptettük be. A második modellbe került az interakciós tag. Az első modellben a $ValNev$ és SCS együttesen az ESS varianciájának 22,8%-át magyarázzák ($R^2Adj = .218$), a modell szignifikáns $F(2,159) = 23.481$ $p < .001$. A $ValNev$ hatása nem szignifikáns ($\beta = .043$ $t(159) = .579$ $p = .563$), a pontszám növekedése nem jár együtt a szegény pontszámának növekedésével ($B = .044$ $SEB = .075$). Az SCS hatása

a székgyenre szignifikáns ($\beta = -0.461$ $t(159) = -6.212$ $p < .001$), negatív irányú. Tehát az önegyüttérzés pontszámának növekedése a székgyen pontszámának csökkenésével jár ($B = -0.459$ $SEB = .074$). A második modell 26,4%-os magyarázó erővel rendelkezik ($R^2_{Adj} = .250$), a modell szignifikáns $F(3,158) = 18.906$ $p < .001$. Ez 3,6%-os növekedést jelent az első modellhez képest a székgyen megmagyarázott változatosságában. A ValNev hatása önmagában nem szignifikáns ($\beta = .028$ $t(158) = .379$ $p = .705$). Az SCS hatása a székgyenre továbbra is szignifikáns ($\beta = -0.417$ $t(158) = -5.612$ $p < .001$), negatív irányú. Az interakciós tag hatása szignifikáns ($\beta = -0.197$ $t(158) = -2.786$ $p = .006$), negatív irányú ($B = -0.174$ $SEB = .062$).

Modell		B	SE(B)	β	t	p	Tolerancia
H ₀	Konstans	-0.038	0.069		-0.550	0.583	
	Z_ValNev	0.044	0.075	0.043	0.579	0.563	0.882
	Z_SCS	-0.459	0.074	-0.461	-6.212	< 0.001	0.882
H ₁	Konstans	-0.090	0.070		-1.274	0.204	
	Z_ValNev	0.028	0.074	0.028	0.379	0.705	0.876
	Z_SCS	-0.415	0.074	-0.417	-5.612	< .001	0.842
	Z_ValNev * Z_SCS	-0.174	0.062	-0.197	-2.786	0.006	0.933
Modell1: $R^2 = 0.228$ $R^2_{Adj} = 0.218$ $F(2,159) = 23.481$ $p < .001$							
Modell2: $R^2 = 0.264$ $R^2_{Adj} = 0.250$ $F(3,158) = 18.906$ $p < .001$							
Változás: $F(1,158) = 7.760$ $p = .006$							

7. táblázat: Moderációs elemzés, Kimeneti változó: Székgyen

A regressziós elemzés után létrehoztunk egy háromkategóriás változót az önegyüttérzés mértéke szerint: alacsony, közepes és magas SCS-pontszámmal rendelkezők csoportját ($n = 54$). Az új változó segítségével egy hisztogramon ábrázoltuk a székgyen és a vallásos neveltetés kapcsolatát, az önegyüttérzés mértéke szerint csoportosítva. Ez alapján a következőket lehet megállapítani. Az önegyüttérzés befolyásolja a vallásos neveltetés és a székgyen kapcsolatát. Az interakció nem ordinális, ugyanis az önegyüttérzés mértékétől függően hat. Az alacsonyan önegyüttérzők esetén a ValNev-skála pontszámának növekedésével nő a székgyen is (pozitív kapcsolat), a közepesen önegyüttérzők csoportjában nem figyelhető meg ilyen összefüggés, tehát a ValNev változása nem hozza magával a székgyen változását. A magasán önegyüttérzők csoportjában pedig a ValNev és a székgyen negatív kapcsolatban van, tehát minél magasabb a ValNev-pontszám, annál alacsonyabb a székgyen. Ez alapján az önegyüttérzésnek van moderáló hatása a székgyen és vallásos neveltetés kapcsolatára, azonban ennek iránya és ereje függ a vallásos neveltetés, az önegyüttérzés és a székgyen mértékétől is.



1. ábra: Moderációs interakció, szegény és vallásos neveltetés hisztogramja. Csoportosító változó: önegyüttérzés

A nem, a kor, a vallásos neveltetés jellege és az önegyüttérzés meghatározzák a szegény mértékét.

A szegény magyarázó tényezőit vizsgáló hipotézis során a teljes mintán végeztük el a hierarchikus regressziót. Az első modellbe elsőnek a Nem változó került mint dichotóm faktor, ezt követte a Kor változó. A második modellbe a ValNev- és az SCS-skálák kerültek. Többdimenziós outlierok szűrésére a Cook-távolságot használtuk, mely eredményei alapján nincsenek többdimenziós outlierok. A kollinearitás feltételének ellenőrzésére alkalmas tesztek alapján a változók között sem kollinearitás, sem multikollinearitás nem áll fenn. A toleranciaértékek minden prediktorra magasak: Kor 95,6%, ValNev 94,8%, SCS 91,7%. A homoszkedaszticitás, linearitás és a standardizált reziduális hibák normalitásának feltétele a standardizált predikált értékeket és standardizált reziduális hibákat megjelenítő pontdiagram alapján teljesül. Az adatokon teljesül a reziduális hibák függetlenségének feltétele, a Durbin-Watson érték: Modell1 = 1.897, Modell2 = 2.003.

Az első modellben a Nem és a Kor együttesen az ESS varianciájának 4,5%-át magyarázzák ($R^2_{Adj} = .037$), a modell szignifikáns $F(2,231) = 5.480$ $p = .005$. A Nem hatása szignifikáns ($t(231) = 2.205$ $p = .028$), a standardizálatlan együtttható alapján a nők cso-

portjában 5,5 pontnyi különbség van a férfiakhoz képest a szégyen skálán ($B = 5.561$ $SEB = 2.523$). A Kor hatása a szégyenre szintén szignifikáns ($\beta = 0.144$ $t(231) = -2.219$ $p = .027$). Ezek alapján a nem mint prediktorváltozó befolyásolja a felnőttkori szégyenélést, méghozzá úgy, hogy a nőknél szignifikánsan magasabb a pontszáma. Az életkor is szignifikáns prediktora a felnőttkori szégyenérzetnek, azonban ez egy negatív összefüggés: magasabb életkor alacsonyabb szégyennel jár együtt.

A második modell, melybe a Nem és Kor után a ValNev- és SCS-skálák kerültek, 31,7%-os magyarázó erővel rendelkezik, $R^2_{Adj} = .305$), a modell szignifikáns $F(4,229) = 26.597$ $p < .001$. Ez 27%-os, szignifikáns növekedést jelent az első modellhez képest a szégyen megmagyarázott változatosságában. A ValNev hatása önmagában nem szignifikáns ($\beta = .133$ $t(229) = 1.510$ $p = .133$). Az SCS hatása a szégyenre szignifikáns ($\beta = -0.507$ $t(229) = -8.830$ $p < .001$), negatív irányú. A két változó bekerülésével azonban a Nem ($t(229) = 1.819$ $p = .070$; $B = 3.932$ $SEB = 2.161$) és Kor ($\beta = -0.057$ $t(229) = -1.023$ $p = .307$; $B = -.099$ $SEB = .097$) szignifikanciája megszűnt. Tehát az önegyüttérzés a legerősebb magyarázó tényező a szégyen szempontjából, aminek hatása az életkor, a nem és a vallásos neveltetés mértékét is felülírja. A regresszió eredménye alapján a hipotézis részben megerősítést nyert, hiszen a nem, életkor, vallásos neveltetés és önegyüttérzés kismértékben predikálják a szégyent, azonban az első három változó az önegyüttérzéshez képest nem szignifikáns magyarázó erő a szégyen mértékének bejósolásában. A szégyen mértéknek és változatosságának megmagyarázása szempontjából az önegyüttérzés szignifikáns, negatív prediktor, tehát ennek változásával ellentétes irányban nő vagy csökken a szégyen.

Modell		B	SE(B)	β	t	p	Tolerancia
H_0	Konstans	65.576	4.098		16.002	< .001	
	Nem	5.561	2.523		2.205	0.028	
	Kor	-0.247	0.111	-0.144	-2.219	0.027	1.000
H_1	Konstans	99.740	9.070		10.997	< .001	
	Nem	3.932	2.161		1.819	0.070	
	Kor	-0.099	0.097	-0.057	-1.023	0.307	0.956
	Skála_ValNev	0.220	0.146	0.085	1.510	0.133	0.948
	Skála_SCS	-0.591	0.067	-0.507	-8.830	< .001	0.917
Modell1: $R^2 = 0.045$ $R^2_{Adj} = .037$ $F(2,231) = 5.480$ $p = .005$							
Modell2: $R^2 = 0.317$ $R^2_{Adj} = 0.305$ $F(4,229) = 26.597$ $p < .001$							
Változás: $F(2,229) = 45.598$ $p < .001$							

8. táblázat: Többszörös lineáris regresszió. Kimeneti változó: szégyen

4. Megvitatás

A fenti kutatásban a szegény, a vallásos neveltetés, a negatív gyermekkori életesemények és az önegyüttérzés összefüggéseit vizsgáltuk egy keresztény vallásúakból és ateistákból álló mintán, akik közül mintegy 70 százalék részesült vallásos neveltetésben.

A szegény szociálisan strukturált, kapcsolati jellegű érzelem; a személy vélt értékének vagy fontosságának kifejeződése, amely motiválja és szabályozza a gondolkodást, az érzéseket, valamint a viselkedést (Barrett, 1998; Lewis, 1971). Kialakulása leginkább a csecsemő- és kisgyermekkorra eredeztethető vissza, komplex oki tényezői például a szülői elutasítás és a bizonytalan kötődés (Gross & Hansen, 2000), a tekintélyelvű szülői magatartás (Mills, 2003); a túlzott dicséret (Henderlong & Lepper, 2002), a parentifikáció (Wells & Jones, 2000); a bántalmazás (Feiring és mtsai., 2002), valamint a temperamentum (Bafunno & Camodeca, 2013).

Elsőként a szegény és a vallásos neveltetés autoriter jellegének és a retrospektív önmegítélésen alapuló vallásos neveltetés szigorúságának összefüggéseit vizsgáltuk. Arra voltunk kíváncsiak, hogy van-e együttjárás ezek között a konstruktumok között, azaz, hogy a vallásos neveltetés autoriter jellege és a nevelés szigorúsága mértékének növekedésével nő-e a szegény mértéke is. Az első elemzés eredményei szerint a vallásos neveltetés és a szegény között valóban van egy gyenge összefüggés. Minél inkább autoriter jellegű a nevelés, annál inkább megvan az esély a szegényérzet növekedése, és minél nyitottabb és érzelmi melegséggel telítettebb a nevelés, annál kevésbé jellemző a szegényérzet. A vallásos neveltetésről szóló kérdések (pl.: „Nem hagyom, hogy a szüleim bármelyik rossz szokásomról tudjanak” és „Lelki ismeret-furdalásom van, amikor mások vallásos témákról beszélgetnek”) alapvetően utalnak averzív érzésekre, más személyek – elsősorban szülők – véleményétől való félelemre, ami indukálhatja a szegényt. Emiatt a vallásos neveltetés autoriter jellegére vonatkozó kérdéssor összefügg a szegényérzet mértékével. A második elemzés szerint a vallásos nevelés szigorúságának mértéke mutat némi összefüggést a szegényérzet növekedésével, azonban ez az összefüggés nagyon gyenge. Eszerint minél szigorúbbnak ítélték meg a vizsgálatban részt vevő személyek vallásos neveltetését, annál inkább hajlamosak voltak a szegény erős megélésére. Ezek az eredmények arra utalnak, hogy a kevésbé szigorú és nyitottabb vallási neveltetés együtt jár a szegény alacsonyabb szintű átélésével. Mivel ebben a témában hiányoznak a hasonló vizsgálatok, a kérdés további kutatást igényel.

A gyermekkorban, családon belül átélt negatív, traumatikus élmények jelentős károsító hatással vannak a személyiségfejlődésre és a pszichés jóllétre (Sethi és mtsai., 2013). A negatív gyermekkori életesemények (Felitti és mtsai., 1998) a szegényélményre is hatnak, ugyanis gyengítik az egyén pozitív önértékelését, az átélt bántalmak pedig internalizálódva szegényhez vezethetnek (Ross és mtsai., 2019). Ezek alapján azt feltételeztük, hogy a negatív gyermekkori életesemények és a szegény között pozitív összefüggés van. A korrelációs vizsgálat eredményei alapján azonban nem volt kimutatható a két konstruktum közötti kapcsolat, ami ellentmond a korábbi eredmények-

nek, valamint előzetes várakozásainknak. Ennek magyarázata részben abban rejlik, hogy a vizsgálati mintában igen alacsony volt az átélt gyermekkori negatív események száma átlagosan, ezért a szegénnyel való összefüggés kimutatására nem volt megalapozott lehetőség.

Ezt követően az önegyüttérzést is megvizsgáltuk a vallásos neveltetés alapján, feltételezve, hogy magasabb önegyüttérzés jellemző azokra, akik vallásos neveltetésben részesültek. Az önegyüttérzés elmélete ugyanis nem áll távol a keresztény vallási gondolatoktól, melyek gyakran hangsúlyozzák az empátiát, az önmagunk és mások iránti megértést, valamint az elfogadást és megbocsátást (Koenig, 2015). Ezenfelül az önegyüttérzésnek a vallásosság/spiritualitás és a mentális jólét közötti kapcsolatban is közvetítő szerepe van (Bodok-Mulderij és mtsai., 2023). Eredményeink alapján nincsen szignifikáns különbség a két csoport között. Ezért a jelenlegi minta alapján nem feltételezhető, hogy a vallásos neveltetésben részesült személyek önegyüttérzőbbek lennének, mint a nem vallásosak.

Az önegyüttérzés jelentős protektív szerepe miatt azt is megvizsgáltuk, hogy a vallásos neveltetés és a szegény kapcsolatára milyen hatása van az önegyüttérzésnek. A moderációs elemzést azok között a vizsgálati személyek között végeztük el, akik gyermekként vallásos nevelést kaptak. Az önegyüttérzés és a vallásos neveltetés jellege együttesen jól magyarázza a szegényt, azonban ebben a vallásos neveltetésnek voltaképpen nincsen szerepe. Az önegyüttérzés az, ami – a korábbi eredményekkel egyezően – erős negatív összefüggésben van a szegénnyel. A magas önegyüttérzés alapján alacsony szegényre lehet következtetni (és fordítva). A két tényező együttes hatását vizsgálva szintén egy negatív összefüggés található. Ezt az interakciót az önegyüttérzés mértéke szerint mintánkat három csoportba osztva figyeltük meg. Azoknál, akik alacsonyan önegyüttérzőek, a vallásos neveltetés mértékével nő a szegényérzet is. A közepes önegyüttérzéssel jellemezhetőek esetén független egymástól a szegény és a vallásos neveltetés mértéke. Magas önegyüttérzés esetén pedig a vallásos neveltetés mértékének növekedésével a szegény csökken. Ez alapján az önegyüttérzés befolyásolja a szegényérzetet a vallásos neveltetés kapcsán, azonban az, hogy milyen mértékben és irányban, az önegyüttérzés mértékétől függ. A magas önegyüttérzés csökkenti a szegényérzetet és vallásos neveltetés esetén pozitív hatással van a szegényérzetre, úgy, hogy a vallásos neveltetés jellegével mutat összefüggést.

Végül a nem és életkor mint demográfiai jellemzők, valamint a vallásos neveltetés és önegyüttérzés mint pszichoszociális faktorok hatását vizsgáltuk a szegényérzettel kapcsolatban. Ezt az elemzést a teljes mintán végeztük, nem csak a vallásos neveltetésben részesültek csoportjában; a vallásos neveltetés jellegére és mértékére vonatkozó kérdéssort ugyanis minden résztvevő kitöltötte, hiszen számos olyan kérdést tartalmaz, ami tágabb kontextusban is értelmezhető. Feltételeztük, hogy a fenti tényezők összefüggése nagymértékben megmagyarázza és bejósolhatóvá teszi a felnőttkorban megélt szegényt. Először a nem és a kor hatását vizsgálva azt találtuk, hogy a két tényező kismértékben összefügg a szegénnyel. Érdekes módon az életkor negatív kapcsolatot mutat, tehát a fiatalabbakra magasabb szegényérzet jellemző,

mint az idősekre. A nemi hovatartozás alapján pedig a nőknél magasabb szegényérzet várható, mint a férfiaknál. Tehát csak az alapján, hogy valaki férfi vagy nő, illetve milyen életkorú, bizonyos mértékben be lehet jósolni a szegény mértékét. Ezt követően a vallásos neveltetést, majd az önegyüttérzést is beépítve a modellbe vizsgáltuk meg a szegényérzetet. A négy tényező együttese alapján jelentős mértékben bejósolható a szegény. Ha azonban ezt a magyarázó erőt közelebbről vizsgáljuk, úgy tűnik, hogy sem a vallásos neveltetés, sem a nem, sem az életkor nincs hatással ekkor már a szegényre, tehát az önegyüttérzés mértéke felülírja ezek hatását. Azaz, az önegyüttérzés negatív összefüggése a szegénnyel olyan erősnek bizonyul, hogy jelentős mértékben megmagyarázza a szegényérzetet. Összességében arra lehet következtetni, hogy bár a női nem, az autoriter vallásos neveltetés és az alacsonyabb életkor valószínűleg magasabb szegényérzetet eredményeznek, az önegyüttérzésre való képesség és annak gyakorlása részben kiolthatja, vagy csökkentheti a szegény mértékét, amint azt a fenti moderációs vizsgálatunk is igazolja.

5. Korlátok

Kutatásunk egyik nehézsége a vallásosság és vallásos neveltetés meghatározásának és mérésének módja volt. A vizsgálni kívánt konstruktum nehezen definiálható, objektív és kvantitatív mérése akadályozott. Ebből kifolyólag úgy véljük, hogy a szegény élményének és a vallásos neveltetéssel való összefüggésének, esetleges ok-okozatiságának vizsgálatára célszerűbb lenne az interjúk módszerrel, narratív elbeszéléseken alapuló tartalomelemzés technikáját hasznosító kutatás. A kutatásban használt vallásos neveltetés kérdéssor nem értelmezhető validált skálaként. A vizsgálat egy másik problémája szintén a mérőeszközökhöz kapcsolódik. Az ACE-kérdőív válaszlehetőségeinek kibővítése az Igen / Nem válaszokon túl egy harmadik, „Nem tudok/szeretnék válaszolni” válaszlehetőséggel megnehezítette az adatfeldolgozást, és a negatív gyermekkori életeseményeknek való kitettség pontosabb felmérését.

Mindezen korlátok ellenére a kutatás lehetőségeihez mérten behatóan tárta fel a szegény, vallásosság és önegyüttérzés összefüggéseit, újabb nyitott kérdéseket felvetve a témában.

Irodalomjegyzék

- Andrews, B. & Hunter, E. (1997). Shame, Early Abuse, and Course of Depression in a Clinical Sample: A Preliminary Study. *Cognition & Emotion*, 11(4), 373–381. <https://doi.org/10.1080/026999397379845>
- Andrews, B., Qian, M., & Valentine, J. D. (2002). Predicting depressive symptoms with a new measure of shame: The Experience of Shame Scale. *British Journal of Clinical Psychology*, 41(1), 29–42. <https://doi.org/10.1348/014466502163778>

- Bafunno, D. & Camodeca, M. (2013). Shame and guilt development in preschoolers: The role of context, audience and individual characteristics. *European Journal of Developmental Psychology*, 10(2), 128–143. <https://doi.org/10.1080/17405629.2013.765796>
- Barrett, K. C. (1998). A Functionalist Perspective to the Development of Emotions. In M. F. Mascolo & S. Griffin (szerk.), *What Develops in Emotional Development?* (pp. 109–133.). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1939-7_5
- Bodok-Mulderij et al. (2023). The relation between religion/spirituality and mental health is mediated by self-compassion: Evidence from two longitudinal studies in the Dutch-speaking general population. *Psychology of Religion and Spirituality*, 15(3), 407–417. <https://doi.org/10.1037/rel0000501>
- Bornstein, M. H. et al. (2017). ‘Mixed blessings’ Parental religiousness, parenting, and child adjustment in global perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 58(8), 880–892. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12705>
- Feiring, C., Taska, L., & Chen, K. (2002). Trying to understand why horrible things happen: Attribution, shame, and symptom development following sexual abuse. *Child Maltreatment*, 7(1), 26–41. <https://doi.org/10.1177/1077559502007001003>
- Felitti, V. J. et al. (1998). Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(98\)00017-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(98)00017-8)
- Gross, C. A., & Hansen, N. E. (2000). Clarifying the experience of shame: The role of attachment style, gender, and investment in relatedness. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 897–907. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00148-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00148-8)
- Hansen, C. (1998). Long-term effects of religious upbringing. *Mental Health, Religion & Culture*, 1(2), 91–111. <https://doi.org/10.1080/13674679808406502>
- Hoaglin, D. C., & Iglewicz, B. (1987). Fine-tuning some resistant rules for outlier labeling. *Journal of the American Statistical Association*, 82(400), 1147–1149. <https://doi.org/10.1080/01621459.1987.10478551>
- Johnson, E. A., & O’Brien, K. A. (2013). Self-Compassion Soothes the Savage EGO-Threat System: Effects on Negative Affect, Shame, Rumination, and Depressive Symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(9), 939–963. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.9.939>
- Koenig, H. G. (2015). Religion, spirituality, and health: A review and update. *Advances in Mind-Body Medicine*, 29(3), 19–26.
- Kuritárné Szabó I. (2015). A gyermekkori családon belüli traumatizáció következményei. In I. Kuritárné Szabó & E. Tisljár-Szabó (szerk.), *Úgy szerettem volna, ha nem bántottak volna. A családon belüli gyermekkori traumatizáció: elmélet és terápia.* Oriold és Társai Kiadó.
- Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review*, 58(3), 419–438.
- Mills, R. S. L. (2003). Possible Antecedents and Developmental Implications of Shame in Young Girls. *Infant and Child Development*, 12(4), 329–349. <https://doi.org/10.1002/icd.308>

- Neff, K. D. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Ross, N. D., Kaminski, P. L., & Herrington, R. (2019). From childhood emotional maltreatment to depressive symptoms in adulthood: The roles of self-compassion and shame. *Child Abuse & Neglect*, 92, 32–42. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.03.016>
- Sági A., Köteles F., & V. Komlósi A. (2013). Az Önmagunk Iránt Érzett Együttérzés (Önegyüttérzés) skála magyar változatának pszichometriai jellemzői. *Pszichológia*, 33(4), 293–312. <https://doi.org/10.1556/Pszicho.33.2013.4.3>
- Santrock, J. W., Deater-Deckard, K., & Lansford, J. E. (2020). *Child Development: An Introduction*. McGraw-Hill Education.
- Sethi, D. et al. (2013). European report on preventing child maltreatment. World Health Organization. <https://www.semanticscholar.org/paper/European-report-on-preventing-child-maltreatment.-Sethi-Bellis/64083e6819f13f8dd8f1c1647200c51d4adfb112>
- Tukey, J. W. (1977). *Exploratory Data Analysis*. Addison-Wesley.
- Ujhelyiné Nagy A., & Kuritáné Szabó I. (2020). Az ártalmas gyermekkori élmények hatása a felnőttkori egészségi állapotra – szakirodalmi összefoglaló. *Mentálhigiénié és Pszichoszomatika*, 21(1), 1–36. <https://doi.org/10.1556/0406.21.2020.008>
- Van der Kolk, B. et al. (2009). Proposal to include a Developmental Trauma Disorder diagnosis for children and adolescents in DSM-V. <https://www.semanticscholar.org/paper/PROPOSAL-TO-INCLUDE-A-DEVELOPMENTAL-TRAUMA-DISORDER-Kolk-Pynoos/4b0e41486b89a7efd8dd37a3ce03e126c9f3d386>
- Vizin, G. (2017). A székely szerepe a mentális zavarokban [Doktori értekezés]. Semmelweis Egyetem. <https://doi.org/10.14753/SE.2018.2126>
- Wells, M., & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *American Journal of Family Therapy*, 28(1), 19–27. <https://doi.org/10.1080/019261800261789>
- Wilhoit, J. C. (2019). Self-Compassion as a Christian Spiritual Practice. *Journal of Spiritual Formation and Soul Care*, 12(1), 71–88. <https://doi.org/10.1177/1939790918795628>