

Serdülők értékorientációja és egészségmagatartása

A serdülők értékorientációi, bár még alakulóban vannak, szorosan összefüggnek a társadalom uralkodó értékrendjével. Az iskolások által preferált értékek kihatnak a gyerekek iskolai életére, mindennapi viselkedésére, választásaira. Vizsgálatunkban arra koncentráltunk, hogy a serdülők értékorientációi miként függenek össze magatartásukkal és szociodemográfiai jellemzőikkel. Az eredmények arra hívják fel a figyelmet, hogy jól elkülönülnek a belső, illetve külső értékekkel összefüggő változók, illetve ennek nyomán az iskolások két csoportja.

Korunk értékrendszerének átalakulása központi helyet foglal el a tudományos vitákban és a közgondolkodásban (S. Nagy és Orbán, 2007). Amikor az értékek átalakulásáról beszélünk, többnyire értékválságra, s kiemelten a fiatalokat érintő káros hatásokra utalunk, ami a jövőt érintő tendenciák miatt is a pedagógusok érdeklődésének homlokterében áll. A serdülők értékorientációinak megismerése emiatt számos kutatás tárgya, különösen a társadalmi átmenet gyorsan változó világában (Pikó és Piczil, 2004). Az értékpreferenciák kihatnak a fiatalok mindennapi életére, választásaira, többek között életmódbeli döntéseikre is. Az értékorientációk ugyanis a magatartásunkat szabályozó kulturális célok (Schwartz, 1996), amelyek a magatartásra főként motivációs folyamaton keresztül hatnak, s emiatt különösen fontosak. Sok esetben az értékek átörökítése nem nyíltan és racionálisan, hanem látens csatornákon keresztül történik, miközben többféle értékrend hatása keveredik egymással (Váriné, 1987). Iskoláskorban természetesen az értékrendszer még nem kialakult, meglehetősen képlékeny, a fiatalok világlátásában, étellel való elégedettségében, jövőképeinek és identitásának formálásában viszont ilyenkor is kiemelt szerepet játszanak az értékek (Sagiv és Schwartz, 2000). Az értékorientációk abban az értelemben is meghatározzák a fiatalok jövőjét, hogy befolyásolják egészségüket, egészséggel összefüggő magatartásukat, életmódjukat (Unger és mtsai, 2002; Pikó és Brassai, 2007). Az egészség értéként való felfogása is része értékrendszerünknek, de ezenkívül a legkülönbözőbb értékattitűdjeink is formálják egészségmagatartásunkat, egészségképünket (Christopher és mtsai, 2000).

Az értékpreferenciákat alapvetően befolyásolja az adott kultúra értékfelfogása, hiszen például a fogyasztói társadalomban a hedonizmus, a materialisztikus beállítottság, az individualista teljesítményelv vált társadalmi normává, szemben például a kollektívizmust preferáló ázsiai csoporttársadalmakkal, ahol a boldogság, a jóllét másféle kritériumokon alapul (Spencer-Rodgers és mtsai, 2004). A nyugati típusú fogyasztói társadalomban a boldogság mítosza szorosan összefügg az anyagi javak ideájával (Van Boven és Gilovich, 2003). A pénz és más külső értékek kiemelt jelentőséget kaptak ezekben a társadalmakban, ami a fiatalok számára is követendő példaként, társadalmi normaként jelenik meg (Sheldon és McGregor, 2000). Ugyanakkor a kutatások azt erősítik meg, hogy a túlzott anyagi beállítódás rosszabb közérzettel, pszichikai jólléttel, vitalitással, boldogságérzéssel, ugyanakkor megnövekedett szorongással és pszichoszomatikus tünetképzéssel jár együtt, továbbá romlik az étellel való elégedettség szintje (Kasser és Ahuvia, 2002; Pikó,

2006). Serdülők és fiatalok körében végzett kutatások azt is megállapították, hogy az anyagias beállítódás hajlamosít a dohányzásra, az alkohol- és drogfogyasztásra, egyszóval a kedvezőtlenebb egészségmagatartásra (Nickerson és mtsai, 2003; Pikó, 2005; Williams és mtsai, 2000). Bizonyos értékek ugyanakkor protektív hatással vannak a káros szenvedélyek és egyéb problémaviselkedések kialakulására: ilyen például a konzervatív beállítottság (Liu és mtsai, 2007) vagy a vallásosság (Wallace Jr. és Forman, 1998).

A serdülők egészségmagatartása azért is érdemel kitüntetett figyelmet, mert a serdülőkör mellett, hogy intenzív biológiai és pszichoszociális változások kora, egyben a káros szenvedélyeket okozó szerek kipróbálásának időszaka is. Emiatt a serdülők egészségmagatartására számos nemzetközi és hazai vizsgálat koncentrált, amelyek az egészségmagatartást befolyásoló faktorok között egyre inkább az értékpreferenciákat is bevonják az elemzésbe. Az egészségnevelés szempontjából meg kell ismernünk a befolyásoló tényezők összefüggésrendszerét, hiszen csak így tudjuk hatékonyan meghatározni a beavatkozás pontjait.

Jelen kutatás célja, hogy megismerjük a középiskolás fiatalok értékorientációit, valamint az értékek összefüggését egészségmagatartásukkal. Célul tűztük ki továbbá azt is, hogy megvizsgáljuk az értékorientációk szociodemográfiai karakterisztikáját, azaz bizonyos változók (például kor, nem, társadalmi helyzet, szülők iskolai végzettsége, zsebpénz, valamint bizonyos attitűdök, mint a vallásosság és a jövőorientáltság) szerepét az értékpreferenciák alakulásában.

Minta és módszer

A kutatásban szegedi középiskolások (N = 601) vettek részt (életkoruk átlaga: 16 év, szórás: 1,3 év; 52,8 százalékuk fiú, 47,2 százalékuk lány), akik három középiskola véletlenszerűen kiválasztott osztályaiból kerültek ki. Az adatgyűjtéshez önkitöltéses kérdőívet alkalmaztunk, amelynek kitöltése körülbelül 30–40 percet vett igénybe. A kérdőív a következő témakörökre terjedt ki: szociodemográfiai adatok, egészségmagatartás, értékek, attitűdök (jövőorientáltság és vallásosság).

Az egészségmagatartási változók közül a következők kerültek be a kérdőívbe: dohányzás, alkohol- és drogfogyasztás, fizikai aktivitás és étkezéskontroll (Gerrard és mtsai, 1996; Pikó, 2002). Az egészségmagatartásokat a következő kérdésekkel mértük: „Az elmúlt három hónapban mennyit dohányoztál; fogyasztottál alkoholt/drogot; milyen gyakran vettél részt erős, legalább fél óráig tartó fizikai aktivitásban; illetve milyen mértékben figyeltél oda az étkezéssre?” A válaszkategóriák a dohányzással kapcsolatban a következők voltak: egyáltalán nem (0), néhányszor (1), párszor minden héten (2), rendszeresen, napi 1–2 szálát (3), napi 3–10 szálát (4), napi 11–20 szálát (5), >20 szálát naponta (6). Az alkohol- és drogfogyasztás gyakoriságai: soha (0), egyszer-kétszer (1), néhányszor (2), gyakran, kb. minden héten (3), rendszeresen, legalább kétszer hetente (4). A fizikai aktivitással kapcsolatban: soha (0), egyszer-kétszer (1), havonta kétszer-háromszor (2), hetente egyszer-kétszer (3), hetente háromszor vagy több alkalommal (4). Az étkezéskontroll válaszkategóriái: egyáltalán nem (0), egy kissé (1), időnként (2), legtöbbször (3), mindig (4).

Az értékorientációk feltérképezéséhez a következő kilenc értéket vettük alapul a Rokeach (1973) értékmérő skála és korábbi módszertani adaptáció (Pikó, 2005) alapján: egészség, barátság, család, lelki béke, becsületesség, karrier, társadalmi elismerés, pénz és hatalom. Arra a kérdésre, hogy ezek az értékek „Mennyire fontosak a számodra?”, a következő válaszkategóriák álltak rendelkezésre: egyáltalán nem (0), valamennyire (1), fontos (2), nagyon fontos (3).

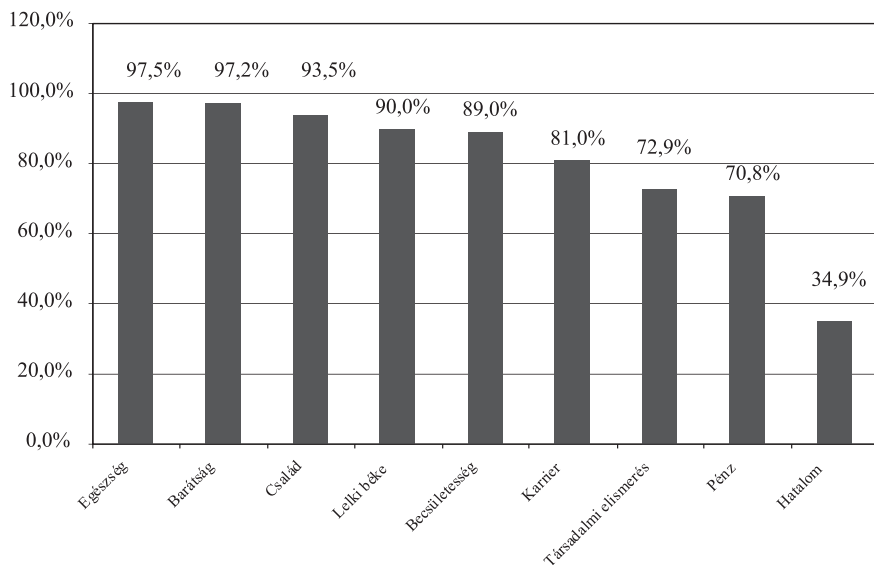
A jövőorientáltságot a jövő következményeinek megfontolására vonatkozó skálával (Consideration of Future Consequences Scale) mértük (Strathman és mtsai, 1994). A Li-

kert-típusú skála 6 itemből állt, amelyekhez tartozó válaszkategóriák hét fokozatot öleltek fel, ahol a szélső értékek 1 = „egyáltalán nem jellemző rám”; 7 = „teljes mértékben jellemző rám” voltak. Mintaállítás: „Gyakran olyan dolgokat is megteszek, amelynek eredményei csak évek múlva valósulnak meg.” Az összesített skála minimum értéke 9, maximuma 30 volt, átlagértéke: 19,4, szórás: 3,6. A skála megbízhatóságát mérő Cronbach alpha értéke 0,56 volt. A vallásosság mértékét négyfokú skála mérte („Milyen gyakran szoktál vallásos rendezvényekre járni?”): soha (0), ritkán (1), alkalmanként (2), gyakran (3).

A szociodemográfiai változók között a következőket vontuk be az elemzésbe: nem (fiú = 1, lány = 2); kor (évek), zsebpénz (Ft/hét), apa és anya iskolai végzettsége (általános iskola, szakmunkásképző, érettségi, főiskola/egyetem) és a család társadalmi helyzetének megítélése (alsó, alsó-közép, közép, felső-közép és felső osztály).

Eredmények

Elsőként felállítottuk a középiskolások által preferált értékek fontossági sorrendjét. Az 1. ábra mutatja be ezt a sorrendet, aminek kialakítása során a „nagyon fontos” és „fontos” kategóriák gyakoriságait vettük figyelembe, és az ezeknek megfelelő százalékos előfordulásokat tüntettük fel. Látható, hogy szinte azonos százalékban az egészséget (97,5 százalék) és a barátságot (97,2 százalék) jelölték meg a fiatalok a két legfontosabb érték-ként, amit harmadik helyen a család (93,5 százalék) követ. Ezt követően a lelki béke (90,0 százalék) és a becsületesség (89,0 százalék) található az értékpreferenciában, azaz az első öt legfontosabb érték közül valamennyi belső érték. Ezután a karrier (81 százalék) áll az értékek hatodik helyén, illetve a társadalmi elismerés (72,9 százalék) a hetedik helyen. Végül az értékek sorrendjét tisztán külső értékek zárják: pénz (70,8 százalék) és hatalom (34,9 százalék). Ez utóbbi különösen kevés százalékot kapott a többi – akár belső, akár külső – értékkel összehasonlítva.



1. ábra. Serdülők értékorientációja: értékek fontossági sorrendje

A leíró statisztikát követően faktoranalízist végeztünk varimax rotációval. Az értelmezéshez az 1-nél nagyobb sajátértékkel rendelkező változókat vontuk be. A táblázatban a 0,30-nál nagyobb faktorsúlyokkal rendelkező változókat tüntettük fel (ez az úgynevezett

Kaiser kritérium). Ennek alapján két faktorváltozót tudtunk létrehozni: jól elkülönült a belső és külső értékek preferenciája, az egyetlen kivételt a társadalmi elismerés jelentette, amely mindkét értékorientációban megtalálható, bár a külső értékek között lényegesen nagyobb súllyal szerepel. A faktorok a variancia 52,5 százalékát magyarázták meg összességében, ezen belül a belső értékek faktor mintegy 29,1 százalékot, a külső értékek faktor pedig 23,4 százalékot. A faktorváltozók saját értékei között sem volt jelentős különbség (belső: 2,6, külső: 2,1). Az 1. táblázat a faktoranalízissel nyert értékorientációkat írja le, azaz a végső rotált faktorstruktúra eredményeit. A belső értékek közé tartoznak a következők: egészség, lelki béke, becsületesség, barátság, család, társadalmi elismerés, a külső értékek közé pedig: pénz, karrier, hatalom és szintén a társadalmi elismerés (1. táblázat).

1. táblázat

	Faktorok a sajátértékekkel (N = 601)	
	1. faktor (2,62)	2. faktor (2,10)
Egészség	0,720	-
Barátság	0,574	-
Család	0,633	-
Lelki béke	0,724	-
Becsületesség	0,737	-
Karrier	-	0,741
Társadalmi elismerés	0,363	0,645
Pénz	-	0,692
Hatalom	-	0,798
%-os variancia	29,100	23,400
Faktorok elnevezés	„Belső értékek” faktor	„Külső értékek” faktor

A következő, 2. táblázat az értékorientációs faktorváltozók összefüggését elemzi a szociodemográfiai mutatókkal és a serdülők egészségmagatartásával. A kétoldalú kapcsolatokat Pearson korrelációs együtthatók jellemzik. A szociodemográfiai változók közül a kor a külső érték faktoralal függ össze; a negatív kapcsolat azt jelzi, hogy az életkor előrehaladtával a külső értékek egyre nagyobb szerepet kapnak. A nem a belső és külső értékorientációkat jól elkülöníti egymástól, amennyiben a belső értékek inkább a lányokra, a külsők pedig a fiúkra jellemzőek. A szülők iskolai végzettsége kevésbé meghatározó, ez alól kivételt csak az anya iskolai végzettsége és a belső értékorientáció összefüggése jelent; a pozitív kapcsolat azt jelzi, hogy enyhe mértékben, de mégis szignifikáns módon az anya magasabb iskolai végzettsége elősegíti gyermekük számára a belső értékek preferálását. A magasabb társadalmi helyzet és a zsebpénz viszont egyértelműen jelzi a külső értékek felé orientálódást.

Az attitűdök közül a vallásosság ellentétes hatását figyelhetjük meg; míg a belső értékek faktoralal a kapcsolat előjele pozitív, azaz hajlamosító, a külső értékek faktoralal negatív, azaz a vallásos fiatalok kevésbé hajlamosak a külső értékek preferálására. Szintén attitűd szintű változó a jövőorientáltság, amely a belső értékekkel mutat jelentős összefüggést, azaz azok a fiatalok hajlamosabbak a belső értékek felé orientálódni, akiknek van jövőképük, azaz perspektívát látnak a jövőjükben.

Az egészségmagatartási változók jelentős összefüggést mutatnak az értékorientációkkal. A külső értékorientáció pozitívan korrelál a dohányzással, az alkohol- és drogfogyasztással, valamint a fizikai aktivitással is. A belső értékorientáció viszont negatívan korrelál a káros szenvedélyekkel (dohányzás, alkohol- és drogfogyasztás) és pozitívan az étkezéskontrollal.

Végül a 3. táblázat az értékorientációs faktorokkal leginkább összefüggő szociodemográfiai és magatartási változókat mutatja. Ahhoz, hogy a független változók közötti kapcsolatokat kiiktassuk, stepwise (azaz lépésenkénti) módszerrel végeztük a többválto-

2. táblázat

	„Belső értékek” faktor	„Külső értékek” faktor
Kor (évek)	-0,05	0,09*
Nem (fiú = 1, lány = 2)	0,23***	-0,17***
Társadalmi helyzet	-0,02	0,11**
Apa iskolai végzettsége	0,02	0,02
Anya iskolai végzettsége	0,07*	-0,03
Zsebpénz (Ft)	-0,05	0,20***
Vallásosság	0,14***	-0,11**
Dohányzás	-0,24***	0,12**
Alkoholfogyasztás	-0,21***	0,18***
Fizikai aktivitás	-0,02	0,10*
Étkezéskontroll	0,26**	-0,04
Drogfogyasztás	-0,20***	0,12*
Jövőorientáltság	0,32***	-0,05

Megjegyzés. * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$

3. táblázat

„Belső értékek” faktor	„Külső értékek” faktor
1. Jövőorientáltság ($\beta = 0,23***$)	1. Zsebpénz ($\beta = 0,23***$)
2. Nem = lány ($\beta = 0,19***$)	2. Nem = fiú ($\beta = 0,15***$)
3. Étkezéskontroll ($\beta = 0,14***$)	3. Alkoholfogyasztás ($\beta = 0,14***$)
4. Dohányzás ($\beta = -0,14**$)	4. Társadalmi helyzet ($\beta = 0,10*$)
5. Drogfogyasztás ($\beta = -0,09*$)	5. Vallásosság ($\beta = -0,08*$)
$R^2 = 0,19***$	$R^2 = 0,10***$

Megjegyzés. * $p < 0,05$ ** $p < 0,01$ *** $p < 0,001$

β = standardizált regressziós koefficiens (bevont változók a fentiek kivül: apa és anya iskolai végzettsége, fizikai aktivitás, kor)

zós regresszioelemzést. Ennek eredményeként mindkét értéktör faktor esetében öt változó bizonyult a legerősebb prediktornak, azaz előrejelző változónak. E módszer segítségével megállapíthatjuk, hogy a serdülők mely csoportjaira jellemzők leginkább a belső, illetve külső értékorientációk. A belső értékorientációt legerősebben a jövőorientáltság határozza meg. A két nem közül a lányokra jellemző inkább. Az étkezéskontroll szintén előrejelzi a belső értékorientációt, míg a káros szenvedélyek közül a dohányzás és a drogfogyasztás hiánya társul hozzá. A külső értékorientáció legerősebben a zsebpénzzel függ össze. A nemek közül a fiúkra jellemző inkább a külső értékek. A káros szenvedélyek közül az alkoholfogyasztás kapcsolódik a külső értékekhez. A magasabb társadalmi helyzet, valamint a vallásosság hiánya jellemző még azokra, akik a külső értékeket preferálják.

Megbeszélés

A fiatalok értékrendszerének alakítása fontos pedagógiai feladat. A társadalom uralkodó érték- és normarendszere kihat a fiatalok formálódó értékorientációira, s ezek útján magatartási döntéseikre és választásaikra (Sagiv és Schwartz, 2000; Schwartz, 1996). Korunk fogyasztói társadalma egy bizonyos értékrendet vetít elénk, amelyben a teljesítményorientáltság, az anyagi javak megszerzése kiemelt szerepet játszik (Kasser és Ahuvia, 2002; Sheldon és McGregor, 2000; Van Boven és Gilovich, 2003). Ugyanakkor a kutatások azt igazolják, hogy a túlzott anyagiasság sok stresszel és szorongással jár (Kasser és Ahuvia, 2000). Ráadásul a kutatások összefüggést igazoltak az anyagiasság és a káros szenvedélyek (például dohányzás vagy alkoholfogyasztás) között is (Nickerson és mtsai, 2003; Pikó, 2005; Williams és mtsai, 2000). Jelen vizsgálat alátámasztja ezeket a kutatási eredményeket.

A középiskolások által preferált értékek fontossági sorrendjét elemezve megállapíthatjuk, hogy a legfontosabb értékeknek úgynevezett belső értékek bizonyultak: első helyen az egészség, második és harmadik helyen a barátság, illetve a család állt. Természetesen az életkor sokat jelent a preferenciasorrend kialakításakor, hiszen serdülőkorban a baráti kapcsolatháló fontossága sok esetben megelőzi a család helyét. Az első három értéket követően is a belső értékek jelennek meg a fontossági sorrendben: lelki béke és becsületesség. Ezt követően jönnek a külső értékek, nevezetesen a karrier, a társadalmi elismerés, a pénz és a hatalom. Ez utóbbi különösen kevés százalékot kapott, aminek szintén életkori sajátosságai lehetnek, de a pénz is éppen ebből kifolyólag kerülhetett az utolsó előtti helyre. Más kutatásban szintén azt találtuk, hogy a fiatalok értékrendjében fontos szerepet kapnak a belső értékek, ám ahogy nő az életkor, úgy kerülnek előtérbe a külső értékek (Rácz, 2005). Ez utóbbi összefüggést mostani eredményeink is megerősítik. Ugyanakkor az imént idézett kutatás arra is felhívja a figyelmet, hogy a középiskolások még nem rendelkeznek kiforrott érték tudattal, tehát értékorientációjukban még jelentős változások várhatók. Az értékorientációk jól elkülönülnek belső és külső irányultságra, amit a faktoranalízis is megerősített. Mindössze egyetlen változó volt, amely mindkét faktorváltozóban szerepelt, a társadalmi elismerés. Más tanulmányok is megerősítik azt, hogy ezzel az értékkel a serdülők még nem igazán tudnak mit kezdeni, azaz kevésbé tudják elhelyezni saját értékrendjükben, s emiatt e tekintetben igen erős szórás jellemző a megoszlására (Rácz, 2005).

Az értékorientációk csak kismértékben függenek össze a szociodemográfiai mutatókkal, amelyek közül a kor kapcsolatát a külső érték faktorról már említettük. A nem viszont ellentétes módon kapcsolódik a belső és külső értékorientációkhoz: a belső értékek inkább a lányokra, a külsők pedig a fiúkra jellemzőek. A szülők közül az anya iskolai végzettsége a belső értékorientációval függ össze, ennél sokkal meghatározóbb azonban a fiatalok családjának társadalmi helyzete, valamint a zsebpénz mértéke. A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy a gazdagabb családok gyermekei sokkal fontosabbnak tartják a külső értékeket, míg a belső értékek preferálásában nincs jelentős különbség. A vallásosság korábbi kutatásokban is a belső értékorientációra hajlamosított (Wallace Jr. és Forman, 1998), amit saját kutatásunk is megerősít. A jövőorientáltság – ami a jövőre irányuló, fellelősségteljes gondolkodást foglalja magába – szintén segíti a fiatalokat abban, hogy a belső értékek fontosságát és hosszú távú „nyereségét”, személyiségfejlesztő hatását figyelembe vegyék. A jövőorientáltság egyértelműen protektív a káros egészségmagatartásokkal összefüggésben is, hiszen a jövőt szem előtt tartó fiatalok kevésbé hajlamosak káros szenvedélyekre, többet sportolnak, és jobban odafigyelnek étkezési szokásaikra is (Pikó, 2002).

A káros szenvedélyek és az értékek kapcsolatát saját kutatásunk eredményei is megerősítik: a külső értékorientáció pozitívan, a belső értékorientáció viszont negatívan függ össze a dohányzással, az alkohol- és drogfogyasztással, hasonlóan korábbi kutatások eredményéhez (Nickerson és mtsai, 2003; Pikó, 2005; Williams és mtsai, 2000). A többváltozós statisztikai módszer segítségével sikerült elkülöníteni a belső és külső értékorientációval jellemezhető serdülők csoportjait. Ennek értelmében a belső értékorientáció inkább jellemző a lányokra; azokra, akik a jövőt perspektivikusnak látják a maguk számára; azokra, akik nem dohányoznak, és nem fogyasztanak drogokat, viszont odafigyelnek táplálkozásukra. A külső kontroll ezzel szemben inkább jellemző a fiúkra, valamint azokra, akik jelentős zsebpénzzel rendelkeznek; akik magas társadalmi osztályba tartoznak; akik rendszeresen fogyasztanak alkoholt; valamint akik nem vallásosak.

Eredményeink megerősítik, hogy a serdülők amellet, hogy még kiforratlan érték tudattal rendelkeznek, nem is alkotnak homogén értékrendszerrel jellemezhető csoportot. Az értékek preferenciájában ugyan a belső értékek még dominálnak, azonban a korral előrehaladva a külső értékek egyre nagyobb szerepet kapnak. A szociodemográfiai mutatók lé-

nyeges hatást gyakorolnak a fiatalok értékorientációjának alakulására. Az értékorientációk jelentősen összefüggnek egyéb magatartási döntésekkel, így egészségmagatartásukkal is. A magatartási döntések kellőképpen előrejelzik a fiatalok értékorientációit, s ezt az információt az iskolák világában hasznosítani tudjuk a mindennapi nevelési gyakorlat során.

Irodalom

- Christopher, S. – Chambers, C. J. – Dunnagan, T. (2000): Culture's impact on health risk appraisal psychological well being questions. *American Journal of Health Behavior*, 24. 338–348.
- Gerrard, M. – Gibbons, F. X. – Benthin, A. C. – Hessling, R. M. (1996): A longitudinal study of the reciprocal nature of risk behaviors and cognitions in adolescents: What you do shapes what you think, and vice versa. *Health Psychology*, 15. 344–354.
- Kasser, T. – Ahuvia, A. (2002): Materialistic values and well-being in business students. *European Journal of Social Psychology*, 32. 137–146.
- Liu, H. – Yu, S. – Cottrell, L. – Lunn, S. – Deveaux, L. – Brathwaite, N. V. – Marshall, S. – Li, X. – Stanton, B. (2007): Personal values and involvement in problem behaviors among Bahamian early adolescents: A cross-cultural study. *BMC Public Health*, 7. 135–143.
- Nickerson, C. – Schwarz, N. – Diener, E. – Kahneman, D. (2003): Zeroing in on the dark side of the American Dream: A closer look at the negative consequences of the goal for financial success. *Psychological Science*, 14. 531–536.
- Pikó Bettina (2002): *Egészségtudatosság serdülőkorbán*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Pikó Bettina (2005): Adolescents' health behaviors in the light of their value orientations. *Substance Use and Misuse*, 40. 735–742.
- Pikó Bettina (2006): Satisfaction with life, psychosocial health, and materialism among Hungarian youth. *Journal of Health Psychology*, 11. 827–831.
- Pikó Bettina és Brassai László (2007): Cultural values and health-related behaviors: A comparison of Hungarian and Transylvanian youth. *European Journal of Mental Health*, 2. 171–181.
- Pikó Bettina – Piczil Márta (2004): Youth substance use and psychosocial well-being in Hungary's post-socialist transition. *Administration and Policy in Mental Health*, 32. 1. 637–1.
- Rácz László (2005): Értékek és ifjúság. In Pikó Bettina (szerk.): *Ifjúság, káros szenvedélyek és egészség a modern társadalomban*. L'Harmattan Kiadó, Budapest. 58–85.
- Rokeach, M. (1973): *The nature of human values*. Free Press, New York.
- S. Nagy Katalin – Orbán Annamária (2007, szerk.): *Értékek és normák interdiszciplináris megközelítésben*. Gondolat, Budapest.
- Sagiv, L. – Schwartz, S. H. (2000): Value priorities and subjective well-being: Direct relationship and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30. 63–71.
- Schwartz, S. H. (1996): Value priorities and behavior: Applying a theory of integrated value system. In Seligman, C., Olson, J. M. és Zanna, M. P. (szerk.): *The psychology of values*. Lawrence Erlbaum, Mahwah. 1–24.
- Sheldon, K. M. – McGregor, H. A. (2000): Extrinsic value orientation and "the tragedy of the commons". *Journal of Personality*, 68. 383–411.
- Spencer-Rodgers, J. – Peng, K. – Wang, L. – Hou, Y. (2004). Dialectical self-esteem and east-west differences in psychological well-being. *Personality and Social Psychological Bulletin*, 30. 1416–1432.
- Strathman, A. – Gleicher, F. – Boninger, D. S. – Edwards, C. S. (1994): The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66. 747–752.
- Unger J. B. – Ritt-Olson, A. – Teran, L. – Huang, T., Hoffman, B. R. – Palmer, P. (2002): Cultural values and substance use in a multiethnic sample of California adolescents. *Addiction Research & Theory*, 10. 257–279.
- Van Boven, L. – Gilovich, T. (2003): To do or to have? That is the question. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85. 1193–1202.
- Váriné Szilágyi Ibolya (1987): *Az ember, a világ és az értékek világa*. Gondolat, Budapest.
- Wallace Jr., J. M. – Forman, T. A. (1998): Religion's role in promoting health and reducing risk among American youth. *Health Education and Behavior*, 25. 721–741.
- Williams, G. C. – Cox, E. M. – Hedberg, V. A. – Deci, E. L. (2000): Extrinsic goals and health-risk behaviors in adolescents. *Journal of Applied Social Psychology*, 30. 1756–1771.