

**Obál Annabella – Hamvai Csaba –
Merve Berk – Pikó Bettina**

Szegedi Tudományegyetem Magatartástudományi Intézet

tanulmány

A szülői nevelési stílus összefüggése pszichológiai és egészségjellemzőkkel serdülő lányok körében

Vizsgálatunkban az ún. autoritativ (reflektáló, illetve követelő) szülői bánásmód kapcsolatát elemeztük pszichológiai és egészségjellemzőkkel serdülő lányok (N = 454; életkor: 14–20 évesek; átlag = 16,3 év, szórás = 1,1 év) körében. Az adatgyűjtésre 2018. március és június között került sor, papíralapú, önkitöltős kérdőívvel. A pszichológiai jellemzők közül vizsgáltuk az optimizmust, a proaktív konfliktusmegoldást, az önértékelést és testbecsülést, az étellel való elégedettséget, a média üzeneteire való fogékonyságot. Az autoriter nevelési stílust az ún. Authoritative Parenting Index (Jackson és mtsai, 1998) segítségével mértük. A korrelációelemzés szerint a szülők reflektáló nevelési stílusa pozitív kapcsolatot mutat az optimizmussal, a proaktív copinggal, az önértékeléssel, a testbecsüléssel és az étellel való elégedettséggel. A saját egészségi állapot megítélése esetében az anya reflektáló stílusa mutat pozitív kapcsolatot. Szintén ez a változó védelmet jelent a média negatív hatásai ellen, amelyek növelhetik az elégedetlenséget pl. a saját testképpel kapcsolatban. A szülők reflektáló stílusa negatív kapcsolatot mutat a pesszimizmussal. Eredményeinkből látszik, hogy a nevelési stílus meghatározó a serdülők lelki egészsége, továbbá a testükkel való viszony szempontjából. Az adatok megerősítik, hogy serdülőkorban is fontos szerepe van a szülői nevelésnek, elsősorban a reflektív nevelési stílusnak, a fiatalok jóllétének alakulásában.

Bevezetés

Serdülőkorban jelentősen átalakul a szülők szerepe, hiszen a fokozott autonómia-szükségleteknek megfelelően előtérbe kerülnek a kortárskapcsolatok, azonban a szülők továbbra is fontos szerepet játszanak a serdülők életében (Kapetanovic és mtsai, 2019). Ezek a hatások megmutatkoznak a serdülők személyiségében, egészségmagatartásában, szubjektív jóllétében, a testképük formálódásában. A szülők szocializációs hatása egyrészt az elvárások, másrészt pedig a visszajelzések mentén érvényesül,

amely vonatkozhat pl. a megjelenésre, öltözködésre és az étkezésekre is (Carlson-Jones, 2011). A szülő modellként szolgál; ez azt jelenti, hogy meghatározó magának a szülőnek a viszonya a saját testéhez, az evéshez, illetve a testmozgáshoz (Pukánszky, 2012). Lényeges azonban, hogy az egyes szokások (például a sportolás vagy akár az egészséges táplálkozás fontosságának hangsúlyozásánál) a szülő ne azt nyomatékosítsa a gyermekénél, hogy ezek azért fontosnak, hogy lefogyjunk, és külsőleg jobban nézzünk ki, hanem ennek az egészségi oldalát emelje ki.

A szülői hatás a gyermek fejlődése során változik. A kutatások alapján arra következtethetünk, hogy a szülők gyermekük megjelenésével kapcsolatos megítélése kritikusabbá válik, ahogy a gyermek növekszik. Az iskoláskor előtt a gyermekük megjelenését, étkezését és sportolási szokásait többnyire pozitívan értékeli, később viszont – főként a serdülőkorban – a szülői viszonyulás kedvezőtlenebbé és egyre kritikusabbá válik; legfőképpen a lányok irányában mutatkozik meg negatív értékelés az anyák oldaláról (Rodgers és mtsai, 2009).

A szülőknél meghatározott szerepe van a kulturális értékek és normák közvetítésében, ebbe beletartozik a társadalmi normák által kívánatosnak tartott testalkat és testsúly is (Pukánszky, 2012). A családi környezet és a szocializáció megmutatkozik a befolyásolhatóság mértékében is, amit a média közvetít (Holmstrom, 2004). A szülők szerepe lényeges lehet pl. abban, hogy a gyermekek megtanulják-e hatékonyan kezelni a média üzeneteit. Ha az anya internalizálja a média üzeneteit, az kihat a gyermekre is; így a soványságideál hangsúlyozása növelheti a testsúly csökkentésére irányuló motivációt, sőt, az étkezési zavarok előfordulását is. Egy korai kutatásban fény derült arra, hogy a serdülőkre gyakorolt, fogyókúrára sarkalló szülői nyomás jelentős erővel bírt a gyermek diétás készítésére, ami elősegíti, hogy akár drasztikus fogyókúrába kezdjenek (Strong és Huon, 1998). Más kutatások is rámutattak arra, hogy a testsúlyukkal és táplálkozási szokásaikkal kiemelten foglalkozó anyák hajlamosabbak voltak gyermeküknek kevesebb ételt adni, vagy egyenesen a fogyás lehetőségét javasolni a gyermekük számára (Francis és Brich, 2005).

A serdülők identitása, egészséghez való viszonyulása, testképe, valamint személyiségének számos aspektusa (pl. az önértékelés) szorosan összefügg, és mivel ez egy átmeneti, sok problémával járó fejlődési szakasz, az összefüggések sokszor kedvezőtlenek (Tiggemann, 2005). A domináns, követelő szülői stílus jelentősen csökkenti a serdülők önértékelését, ami azért is fontos, mert ebben az életszakaszban az autonómia-törekvések különös jelentőséggel bírnak (Alami és mtsai, 2014). Az erős szülői kontroll longitudinális vizsgálatban csökkentette az önbizalmat, az optimizmust, és növelte a neuroticizmusra való hajlamot, ezzel szemben a szülői meleg légkör (elsősorban az anya részéről) növelte az optimista beállítódást (Yu és mtsai, 2019). A meleg és bizalmas légkör ugyanakkor nem nélkülözi a megfelelő szülői kontrollt, amennyiben hatékony és a szabályok igazságos felállításán alapul, nem sérti a serdülő autonómiáját, és elősegíti az önbizalmuk erősítését (Van Petegem és mtsai, 2017). A biztonságos kötődés megalapozza, hogy később a fiatalok elégedettek legyenek a fizikai megjelenésükkel és súlyukkal, nagyobb legyen az önértékelésük, és az életükkel is elégedettebbek legyenek, valamint kevésbé legyenek fogékonyak a média negatív üzeneteire (Frederick és mtsai, 2016).

A szülői kapcsolat meghatározó eleme a szülők nevelési stílusa, pl. autoriter, autokratikus, elhanyagoló, ami kihat a fiatalok egészségmagatartására, jóllétére, iskolai teljesítményére. A korai elméletekkel szemben Baumrind (1989) kategorizációja a szülő-gyermek kapcsolat megfigyelésén és empirikus kutatásokon, azaz szülőkkel készített interjúkon és óvodás gyermekek viselkedésének elemzésén alapul (Oroszné Perger, 2002). Ebben a modellben a szülői nevelés a kontroll funkciója mentén szerveződik, ez azonban nem jelent korlátozást vagy büntetést, hanem olyan tevékenységeket, amelyekkel elősegítik a gyermek társadalomba való beilleszkedését. A kontroll alapján három

nevelési stílust különített el: autoritáriánus, autoritatív és permisszív. Később Maccoby és Martin (1983) egy negyedik elemmel egészítette ki: ez az ún. elhanyagoló nevelési stílus egy új dimenzió alapul, a szülői érzékenységen. Az autoritáriánus/autoriter, azaz tekintélyelvű szülő szigorú, megköveteli a szabályok betartását, gyakran él a hatalmával és tökéletes engedelmséget követel, ha pedig a gyermek áthágja a szabályokat, büntet. Ezzel szemben az autoritatív nevelést a szülő oldaláról megfelelő mértékű kontroll jellemzi, ami nem korlátozza a gyermek autonómiájának kibontakozását. Az autoritatív szülő is szabályokat állít fel, azonban ezeket egyértelművé teszi a gyermek számára, ami kellő odafigyelés mellett elősegíti a megfelelő énkép és az önértékelés kialakulását. A permisszív nevelési stílus alacsony szintű szülői kontrollt feltételez, azonban a szülői légkörre melegség jellemző. Végül az elhanyagoló nevelés esetében alacsony szintű mind a szülői kontroll, mind pedig a gyermek iránti érzékenység.

Nem véletlen, hogy a nevelési stílusok közül leginkább az autoritatív hozható összefüggésbe a gyermek személyiségének pozitív fejlődésével (Bornstein és Bornstein, 2007). Többek között kedvezőbb egészségmagatartással (pl. alacsonyabb dohányzás és alkoholfogyasztási gyakoriság), és mentális egészséggel (pl. alacsonyabb depresszió-pontszám, hatékonyabb coping) jár (Dusek és Danko, 1994; Lin és Lian, 2011; Jackson, 2002; Pikó és Balázs, 2012a; 2012b). Továbbá ez a nevelési stílus hozható összefüggésbe a serdülők nagyobb fokú élettel való elégedettségével is (Leung és Zhang, 2000; Pérez-Fuentes és mtsai, 2019; Seibel és Johnson, 2001; Suldo és Huebner, 2004), ezért ezek a serdülők kevésbé hajlamosak problémaviselkedésre (Suldo és Huebner, 2004), ellenben az énhatékonyság növelésével jobb iskolai teljesítményre képesek (Masud és mtsai, 2016). Egy serdülő lányok körében végzett vizsgálat arra is rámutatott, hogy ez a nevelési stílus védőfaktorként szerepel a serdülőkori elhízással szemben, és támogatja az egészséges étkezési stílus kialakítását (Berge és mtsai, 2010), valamint a reális testkép megalapozását (Pellerone és mtsai, 2017). Szintén serdülő lányok körében igazolták, hogy az autoritatív nevelési stílusú anyák lányai jobb szociális alkalmazkodóképességgel rendelkeznek (Kazemi és mtsai, 2012). Mindez azt igazolja, hogy a szülők szerepe valóban meghatározó a serdülők jólléte, egészsége, életmódja szempontjából, és ez a hatás a nevelési stíluson keresztül is megmutatkozhat.

Nem véletlen, hogy a nevelési stílusok közül leginkább az autoritatív hozható összefüggésbe a gyermek személyiségének pozitív fejlődésével (Bornstein és Bornstein, 2007). Többek között kedvezőbb egészségmagatartással (pl. alacsonyabb dohányzás és alkoholfogyasztási gyakoriság), és mentális egészséggel (pl. alacsonyabb depresszió-pontszám, hatékonyabb coping) jár (Dusek és Danko, 1994; Lin és Lian, 2011; Jackson, 2002; Pikó és Balázs, 2012a; 2012b). Továbbá ez a nevelési stílus hozható összefüggésbe a serdülők nagyobb fokú élettel való elégedettségével is (Leung és Zhang, 2000; Pérez-Fuentes és mtsai, 2019; Seibel és Johnson, 2001; Suldo és Huebner, 2004), ezért ezek a serdülők kevésbé hajlamosabbak problémaviselkedésre (Suldo és Huebner, 2004), ellenben az énhatékonyság növelésével jobb iskolai teljesítményre képesek (Masud és mtsai, 2016).

A jelen tanulmány kutatási célja az autoritatív nevelési stílus (és ezen belül a két alsókála, reflektáló és követelő bánásmód) szerepének elemzése volt pszichológiai változók (optimizmus, pesszimizmus, testbecsülés, önértékelés, média iránti fogékonyság, proaktív coping, étellel való elégedettség) és egészségi állapot-mutatók (egészség önértékelése, fogyókúrás előfordulása) bevonásával. A kétoldalú kapcsolatok mellett a pszichológiai személyiségjellemzők esetében többváltozós elemzést alkalmazva arra is kíváncsiak voltunk, hogy a nevelési stílus változói közül melyek a legjelentősebb prediktorok.

Hipotézisek

A szülői nevelési stílussal kapcsolatban két fontos összefüggés-csoportot vizsgáltunk: pszichológiai változókat (optimizmus, pesszimizmus, önértékelés, proaktív coping, étellel való elégedettség, és a média iránti fogékonysággal összefüggő attitűdök), valamint az egészségi állapottal összefüggő változókat (egészség önértékelése, fogyókúrás).

Feltételeztük, hogy a szülői nevelési stílus négy változója pozitív kapcsolatban áll a pszichológiai változók közül az optimizmussal, a proaktív megküzdéssel, az étellel való elégedettséggel, és negatív összefüggést kapunk a pesszimizmussal, valamint a média iránti fogékonyság változóival. Korábbi kutatások is arra hívták fel a figyelmet, hogy a szülők nevelési stílusa meghatározó abban, hogy gyermekük mennyire optimista, elégedett az életével vagy milyenek a megküzdő képességei (vö. Holmstrom, 2004; Leung és Zhang, 2000; Pérez-Fuentes és mtsai, 2019; Seibel és Johnson, 2001; Suldo és Huebner, 2004; Van Petegem és mtsai, 2017; Yu és mtsai, 2019).

Mivel a szülői nevelés kihat a serdülők identitásának és testképének formálódására is (Pellerone és mtsai, 2017), feltételeztük, hogy a testbecsülés pozitív kapcsolatban áll a szülők autoritatív nevelési stílusával.

Feltételeztük továbbá, hogy a szülők autoritatív nevelési stílusa összefüggésbe hozható a gyermekek egészségi állapotának jobb értékelésével, valamint a kisebb fogyókúrás hajlandósággal. Korábbi kutatási eredmények alapján arra következtethetünk, hogy a nevelési stílus meghatározó lehet a serdülők egészséghez, étkezéshez és saját testükhöz való viszonyulásában (Berge és mtsai, 2010; Dusek és Danko, 1994; Lin és Lian, 2011; Jackson, 2002; Pikó és Balázs, 2012a; 2012b).

Végül korábbi adatok mentén (vö. Pikó és Balázs, 2012b) feltételeztük, hogy a nevelési stílus változói közül a reflektív jelleg erőteljesebb szerepet játszik, mint a követelő magatartás.

Minta és módszer

Az adatgyűjtést 2018. március és június között végeztük szegedi és hódmezővásárhelyi középiskolákban. Az iskolák kiválasztásakor a lányok által preferált szakirányokat, specializációkat oktató intézményeket helyeztük előtérbe, pl. egészségügyi, művészeti képzést nyújtó szakiskolákat. Az etikai engedélyt az SZTE Neveléstudományi Doktori Iskola adta ki (eng. sz.: 2/2018). 454 lány tanuló (14–20 évesek; $M = 16,3$, $SD = 1,2$) vett részt a vizsgálatban. A résztvevők 34,4%-a 9., 33%-a 10., 21,4%-a 11. és 11,4%-a 12. évfolyamra járt. Az adatgyűjtéshez papíralapú, önkitöltős kérdőívet használtunk. A kitöltést megelőzte a tanulók, szülők, tanárok előzetes tájékoztatása és a szülői beleegyező nyilatkozatok megszerzése. A vizsgálatban való részvétel önkéntes és anonim volt. Osztályfőnöki óra keretein belül történt a kérdőívek kitöltése.

A kérdőív-batteria összetételét képezték antropológiai jellemzőkkel kapcsolatos kérdések (testmagasság, testsúly, ami alapján a testtömegindexet számítottuk), családdal összefüggő kérdések (elhízás, evészavar, szülők iskolai végzettsége), továbbá magába foglalt egészségre és egészségmagatartásra utaló kérdéseket (sportolási szokások, alkoholfogyasztás, dohányzás, étkezési szokások, saját egészségi állapotról alkotott vélekedés, fogyókúrázás előfordulása), illetve saját testképpel kapcsolatos vélekedésekre vonatkozó kérdéseket (testbecsülés, emberalak teszt értékelés).

A kérdőív-batteria központi részét a szülői nevelési stílust mérő Mértékadó Nevelési Index (*Authoritative Parenting Index*) képezte (Jackson és mtsai, 1998) amelynek magyar változatát Brassai és Pikó (2008) készítették el. A kérdőív két alskálát foglal magába: a reflektáló és a követelő szülői bánásmód alskálákat. A reflektáló alskála 9 itemből áll, ezen állítások a szülő szerető, elfogadó, támogató magatartására utalnak („Anya/Apa olyan szeret, amilyen vagyok.”, „Anya/Apa tudni akar a problémáimról.”). A követelő alskála 7 itemet tartalmaz, amely állítások a lefektetett szabályok betartását hangsúlyozzák, a gyermek tevékenységeinek felügyeletét emelik ki („Anya/Apa közli velem az időpontot, amikor haza kell érkezniem.”, „Szabályokat állít fel, amelyeket követnem kell.”). A válaszokat egy 4 fokú skálán kellett bejelölni (1 = nem ilyen, 2 = egy kicsit ilyen, 3 = nagyon is ilyen, 4 = pontosan ilyen). Az elfogadó bánásmód alskálán elérhető maximum pontszám 27, az ellenőrző bánásmód alskálán elérhető maximum pontszám 21. Külön-külön mértük fel az Apa és az Anya nevelési stílusát. A Cronbach értékek a következők lettek: 0,83 (anya reflektáló bánásmódja alskála), 0,68 (anya követelő bánásmódja alskála), 0,84 (apa reflektáló bánásmódja alskála), 0,75 (apa követelő bánásmódja alskála).

A vonásoptimizmus mérésére szolgáló egyik leggyakrabban használt mérőeszköz az Életszemlélet Teszt (*Life Orientation Test*, LOT; Scheier és Carver, 1985). Tesztbatteriankban az Életszemlélet Teszt átdolgozott változatát alkalmaztuk (LOT-R) (Bérdi és mtsai, 2010). A kérdőív 10 itemet tartalmaz, amelyekre egy 5-fokú skálán kellett megadni az egyetértés mértékét (1 = egyáltalán nem értek egyet, 5 = teljesen egyetértek). A teszt tartalmaz pozitív („Mindig optimista vagyok a jövővel kapcsolatban.”), inverz („Szinte soha nem várom azt, hogy rendben menjenek a dolgok.”) és szűrő állításokat. A kérdőív két faktorra bontható, az optimizmus, illetve pesszimizmus faktorokra, ezért az állításokra adott pontok összegéből kiszámíthatóak az optimizmus és a pesszimizmus pontszámok (Kubzansky és mtsai, 2004). A skála megbízhatósági mutatója: Cronbach alfa = 0,73 (optimizmus) és 0,72 (pesszimizmus).

A proaktív megküzdési mód mérésére a *Proactive Coping Inventory* (Greenglass és mtsai, 1999) magyar adaptációját, a Proaktív Megküzdés Kérdőívet alkalmaztuk (Almássy és mtsai, 2014). A kérdőív 55 állítást és hét alskálát (Proaktív megküzdés skála, Reflektív megküzdés skála, Stratégiai tervezés skála, Preventív megküzdés skála, Instrumentális támaszkeresés skála, Érzelmi támaszkeresés skála, Elkerülő megküzdés skála) tartalmaz. Az állítások élethelyzetekre adott reakciókat fogalmaznak meg (pl. „Számos akadály ellenére is, általában elérem, amit akarok.” „Ha problémával szembesülök, megteszem a megoldásra irányuló első lépéseket.”). A válaszadóknak egy 4-pontos Likert-skálán kellett bejelölniük, hogy az adott állítások mennyire igazak rájuk (1 = egyáltalán nem igaz, 2 = alig igaz, 3 = valamennyire igaz, 4 = teljesen igaz). Jelen vizsgálatban a Proaktív megküzdés alskálát alkalmaztuk, más tanulmányokhoz hasonlóan (Leist és mtsai, 2019; Szabó és mtsai, 2016), mivel ez méri a proaktív megküzdési módot. Az alskála 14 itemből áll. Minél magasabb az elért pontszám, annál inkább jellemzi a válaszadót a proaktív megküzdés. Cronbach alfa érték a saját mintával = 0,87.

A média a testképre és evési szokásokra kifejtett hatásának méréséhez a *Megjelenésel Kapcsolatos Szociokulturális Attitűdök Kérdőív* (*Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-3*, SATAQ-3; Thompson, és mtsai, 2004) magyar változatát

alkalmaztuk (Czeglédi és mtsai, 2015). A kérdőív 30 tételt tartalmaz, amelyet négy skála alkot. Az Információ skála méri, hogy a válaszadó mennyire tartja fontos forrásnak a különböző médiumokat (TV, magazin, internet), ez 9 tételből áll. A Nyomás skála 7 tételt tartalmaz, amely a média felől érkező kényszerítő hatást méri arra vonatkozólag, hogy az illető megfelelően a kulturális elvárásoknak, ideáloknak megjelenés vagy veszélyes egészségkárosító viselkedés tekintetében (diétázás, testedzés). Az Internalizáció – általános skála 9 tételből áll, és az irreálisan karcsú női szépségideálok elérésére való törekvés elfogadásának mértékét méri. Az Internalizáló-kisportolt skála, amely szintén 9 itemet tartalmaz, a sportos, tónusos testideál elfogadását méri. A válaszokat az „egyáltalán nem értek egyet” és a „teljes mértékben egyetértek” közötti Likert típusú skálán kellett bejelölni, amely 1–5-ig terjed. A skálák megbízhatóságának értékei 0,85 és 0,90 között változtak (Pikó és Obál, 2019).

Az önértékelés mérése a Rosenberg által kidolgozott Önértékelés Skála (Rosenberg, 1965) segítségével történt. A skála validitását Sallay és munkatársai (2014) végezték el. A skála összesen 10 itemből áll, 5 negatívan („Úgy érzem, nem sok jó dologra lehetek büszke.”) és 5 pozitívan („Jó véleménnyel vagyok magamról.”) megfogalmazott állítást tartalmaz. A válaszadónak egy négyfokozatú Likert típusú skálán kellett bejelölni, milyen mértékben ért egyet a tételekkel (1 = egyáltalán nem értek egyet, ... 4 = teljesen egyetértek). A skála megbízhatóságát mérő Cronbach alfa értéke = 0,88.

A szubjektív jóllét mérésére az Élettel való Elégedettség Skálának (*Satisfaction with Life Scale*, SWLS; Diener és mtsai, 1985) magyarra adaptált változatát alkalmaztuk (Martos és mtsai, 2014). A kérdőív öt pozitívan megfogalmazott állítást tartalmaz (pl. „Az életkörülményeim kiválóak.”, „Elégedett vagyok az életemmel.”), azaz nincsenek fordított tételek. A válaszadók egy 7-fokú skálán (1 = egyáltalán nem értek egyet, ... 7 = teljesen egyetértek) jelölték be egyetértésük mértékét az itemekre vonatkozólag. Minél magasabb a skálán elért pontszám, annál magasabb élettel való elégedettséget jelez. A skála megbízhatósági (Cronbach alfa) mutatója = 0,83.

A testbecsülés mértékének megállapításához a Body Appreciation Scale 2-t alkalmaztuk (BAS-2; Tylka és Wood-Barcalow, 2015). A kérdőív korábbi változatának (BAS, Body Appreciation Scale) magyar nyelvű adaptációját Béres, Czeglédi és Babusa (2013) végezték. A Body Appreciation Scale-2 (BAS-2), vagyis a Testbecsülés Skála fordítását jelen szerzők végezték, figyelembe véve a korábbi változatban foglaltakat is. A kérdőív javított változata a szakirodalomban gyakrabban alkalmazott, továbbá pszichometriai értékek is alátámasztották használhatóságát. A skála azt vizsgálja, ahogyan a válaszadók elfogadják, tisztelik, méltányolják és gondját viselik saját testüknek, annak minden hibája vagy a média által sugallt kép ellenére („Minden hibája ellenére elfogadom testemet olyannak, amilyen.”). A BAS-2 skála 10 kérdéskört tartalmaz, amelyek négy nagy kategóriába sorolhatók. A kategóriák a következők: a saját testhez kapcsolódó pozitív vélekedésekre utaló tételek, a test teljes elfogadására irányuló állítások, mely magába foglalja a teljes test elfogadását minden hibájával együtt. A harmadik nagy csoport a test tiszteletére vonatkozó itemek, amely kiterjed a test gondviselésére is. A negyedik nagy kérdéskör a test védelmével foglalkozik, amely a média által mutatott irreális testideál visszautasítását jelenti. A válaszadás egy ötfokú Likert-skálán történt (1 = soha, 5 = mindig). A skála megbízhatóságát mérő Cronbach alfa értéke 0,93 lett a saját mintával.

Az elemzéseket SPSS 15.0 statisztikai programcsomaggal végeztük. A skálák pszichometriai adatait lásd az 1. táblázatban.

Eredmények

A nevelési stílust mérő, illetve a pszichológiai változók leíró statisztikája az 1. táblázatban olvasható.

A nevelési stílust illetően mind az anya, mind az apa esetében a reflektáló bánásmód a jellemzőbb; az anya esetében valamivel nagyobb pontértéket kaptunk, ami azonban a követelő stílusra is igaz. Nem tér el tehát jelentősen a két szülő nevelési stílusa. A pszichológiai változók tekintetében a vonásoptimizmus, illetve pesszimizmus mérése során az optimizmus mutatott nagyobb pontszámot az átlagértékek alapján. A proaktív coping a maximálisan elérhető pontszám tükrében meglehetősen magas pontszámot kapott. A média hatására vonatkozó állítások tekintetében nem volt jelentős eltérés az átlagos pontszámok között, amikor a standardizált értékeket összehasonlítottuk. Az önértékelés, a testbecsülés és az étellel való elégedettség pontszámai átlagosnak mutatkoztak. A saját egészségi állapot megítélésében a megkérdezettek 78,9%-a a jó/kiváló egészségi állapotot jelölte meg válaszként. A válaszadók 80,8% a vizsgálat idejében nem fogyókúrázott, és 52,4%-a még soha nem is fogyókúrázott.

1. táblázat. A változók leíró statisztikája és a skálák pszichometriai mutatói

	Ítemsám	Cronbach alpha	Átlag (szórás)	%
Anya reflektáló alskála (terjedelem: 9–36)	9	0,83	28,9 (5,2) 3,2 (0,6)*	
Anya követelő alskála (terjedelem: 7–28)	7	0,68	15,6 (4,0) 2,2 (0,6)*	
Apa reflektáló alskála (terjedelem: 9–36)	9	0,84	27,0 (5,9) 3,0 (0,7)*	
Apa követelő alskála (terjedelem: 7–28)	7	0,75	13,3 (4,5) 1,9 (0,6)*	
Optimizmus alskála (terjedelem: 3–15)	3	0,73	10,3 (2,7)	
Pesszimizmus alskála (terjedelem: 3–15)	3	0,72	8,4 (2,5)	
Proaktív coping skála (terjedelem: 14–56)	14	0,87	40,6 (7,3)	
Media_int_általános alskála (terjedelem: 9–45)	9	0,90	21,2 (8,7) 2,3 (1,0)*	
Media_int_kisportolt alskála (terjedelem: 5–25)	5	0,85	12,5 (5,2) 2,5 (1,0)*	
Media_nyomás alskála (terjedelem: 7–35)	7	0,86	15,6 (7,0) 2,2 (1,0)*	
Media_információ alskála (terjedelem: 9–43)	9	0,90	22,9 (7,0) 2,5 (0,8)*	
Önértékelés skála (terjedelem: 10–40)	10	0,88	25,6 (5,9)	
Testbecsülés skála (terjedelem: 10–50)	10	0,95	32,7 (9,5)	

	Ítemsám	Cronbach alpha	Átlag (szórás)	%
Élettel való elégedettség skála (terjedelem: 5–35)	5	0,85	22,9 (6,3)	
Egészség önértékelése Rossz/Megfelelő Jó/Kiváló				21,1 78,9
Fogyókúra jelenleg Nem Igen				80,8 19,2
Fogyókúra valaha Nem Igen				52,4 47,6

*standardizált értékek

A 2. táblázatban a szülői nevelési stílus és a pszichológiai jellemzők közötti korrelációelemzés értékei, a Pearson korrelációs együtthatók láthatók.

Az anya reflektáló nevelési stílus pozitívan, mérsékelten korrelált az optimizmussal ($r = 0,276$; $p < 0,01$), a proaktív copinggal ($r = 0,22$; $p < 0,01$), az önértékeléssel ($r = 0,273$; $p < 0,01$), a testbecsüléssel ($r = 0,328$; $p < 0,01$), valamint a saját egészségi állapot jó/kiváló megítélésével ($r = 0,155$; $p < 0,01$). Negatív a korreláció a pesszimizmussal ($r = -0,172$; $p < 0,01$), a média_internalizáló_általános skálán elért pontszámmal ($r = -0,162$; $p < 0,01$), a média_internalizáló_kisportolt skálán elért pontszámmal ($r = -0,106$; $p < 0,05$), és a média_nyomás skálán elért pontszámmal ($r = -0,123$; $p < 0,05$); az előzőekkel összehasonlítva a korrelációs együtthatók gyengébb összefüggést jeleztek. Az anya követelő nevelési stílus enyhe pozitív korrelációt mutatott a proaktív copinggal ($r = 0,12$; $p < 0,05$), valamint azzal, hogy jelenleg fogyókúrát folytat-e vagy sem ($r = 0,103$; $p < 0,05$). Az apa reflektáló stílusa mérsékelt, pozitív korrelációban állt az optimizmussal ($r = 0,231$; $p < 0,01$), a proaktív copinggal ($r = 0,183$; $p < 0,01$), az önértékeléssel ($r = 0,198$; $p < 0,01$), a testbecsüléssel ($r = 0,206$; $p < 0,01$), az élettel való elégedettséggel ($r = 0,394$; $p < 0,01$), valamint gyengén a saját egészségi állapot megítélésével ($r = 0,125$; $p < 0,05$). Fordított korrelációban állt a pesszimizmussal ($r = -0,211$; $p < 0,01$), a média_nyomás skálán elért pontszámmal ($r = -0,111$; $p < 0,05$). Az apa követelő nevelési stílusa pozitívan korrelált az optimizmussal ($r = 0,121$; $p < 0,05$), valamint a proaktív coping módszerrel ($r = 0,124$; $p < 0,05$). Az utóbbi korrelációk viszonylag gyengébbek, de szignifikánsak voltak.

2. táblázat. Kétoldalú kapcsolatok a szülői nevelési stílus és a serdülő lányok pszichológiai jellemzői között

	Anya reflektáló	Anya követelő	Apa reflektáló	Apa követelő
Optimizmus	0,276**	0,071	0,231**	0,121*
Pesszimizmus	-0,172**	0,000	-0,211**	-0,045
Proaktív coping	0,22**	0,12*	0,183**	0,124*
Media_int_általános	-0,162**	0,022	-0,083	0,007
Media_int_kisportolt	-0,106*	0,037	-0,063	0,038
Media_nyomás	-0,123*	0,048	-0,111*	0,050
Media_információ	-0,055	0,026	0,032	0,004
Önértékelés	0,273**	-0,002	0,198**	0,062
Testbecsülés	0,328**	0,017	0,206**	-0,005
Élettel való elégedettség	0,469**	0,05	0,394**	0,025
Egészség önértékelése (Rossz/Megfelelő/Jó/Kiváló)	0,155**	0,010	0,125*	-0,007
Fogyókúra jelenleg (nem/igen)	-0,029	0,103*	0,018	0,033
Fogyókúra valaha (nem/igen)	-0,056	0,061	-0,044	0,032

Pearson korrelációs együtthatók (r). *p < 0,05 **p < 0,01 ***p < 0,001

A 3. táblázat megmutatja, hogy a szülői nevelési stílus hogyan határozza meg a serdülők pszichológiai változóit. Az anya ($\beta = 0,21$; $p < 0,001$) és az apa ($\beta = 0,15$; $p < 0,01$) reflektáló nevelési stílusa mellett az apa követelő ($\beta = 0,12$; $p < 0,05$) nevelési stílusa is az optimizmus szignifikáns prediktorai. A modell szignifikáns ($p < 0,001$), a variancia 11%-át magyarázza. A pesszimizmus esetében azonban csak az apa reflektáló nevelési stílusa bizonyult szignifikánsnak, az előjel itt negatív ($\beta = -0,17$; $p < 0,01$). A modell szignifikánsnak bizonyult ($p < 0,001$), a variancia mindössze 6%-át magyarázza. Az anya ($\beta = 0,12$; $p < 0,05$) és az apa ($\beta = 0,14$; $p < 0,05$) reflektáló nevelési stílusa a proaktív coping szignifikáns prediktorai; ez a modell is szignifikáns ($p < 0,001$), a variancia 7%-át magyarázza. Az önértékelés prediktorai közül szignifikánsnak egyedül csak az anya reflektáló nevelési stílusa ($\beta = 0,22$; $p < 0,001$) bizonyult. A modell szignifikáns volt ($p < 0,001$), a variancia 8%-át magyarázza. A testbecsüléshez szintén az anya reflektáló nevelési stílusa ($\beta = 0,26$; $p < 0,001$) járult hozzá. A modell szignifikáns ($p < 0,001$), és az egyéni különbségek 10%-át magyarázza. Végül az élettel való elégedettség esetében az anya reflektáló nevelési stílusa ($\beta = 0,36$; $p < 0,001$), valamint az apa reflektáló nevelési stílusa ($\beta = 0,25$; $p < 0,001$) egyaránt szignifikáns prediktoroknak bizonyultak. A modell szignifikáns volt ($p < 0,001$), és az egyéni különbségek 26%-át magyarázza, azaz az összes pszichológiai változók közül a legerősebb ez a modell.

3. táblázat. A pszichológiai változók többváltozós lineáris regresszió-elemzése a szülői nevelési stílus változói függvényében

	Optimiz- mus β B SE	Pesszi- mizmus β B SE	Proaktív coping β B SE	Önérté- kelés β B SE	Testbec- sülés β B SE	Élettel való elégedettség β B SE
Anya reflektáló	0,21*** 0,11 0,03	-0,10 -0,05 0,03	0,12* 0,17 0,08	0,22*** 0,24 0,06	0,26*** 0,48 0,10	0,36*** 0,44 0,06
Anya követelő	0,01 0,01 0,04	0,07 0,04 0,04	0,07 0,12 0,11	-0,09 -0,13 0,08	-0,05 -0,11 0,13	0,03 0,04 0,08
Apa reflektáló	0,15** 0,07 0,02	-0,17** -0,07 0,02	0,14* 0,17 0,07	0,09 0,09 0,05	0,09 0,14 0,08	0,25*** 0,26 0,05
Apa követelő	0,12* 0,07 0,03	-0,05 -0,03 0,03	0,09 0,16 0,09	0,09 0,12 0,07	0,01 0,02 0,12	-0,01 -0,01 0,07
Konstans	4,5***	11,4***	27,5***	16,9***	16,8***	3,0
F-érték	11,6***	5,70***	6,71***	8,08***	10,18***	34,10***
R	0,33	0,24	0,26	0,29	0,31	0,51
R ²	0,11	0,06	0,07	0,08	0,10	0,26

β : standardizált regressziós együtthatók, B: regressziós együttható, SE: standard hiba

Összegzés

Jelen kutatásunkban azt vizsgáltuk, hogy a különböző szülői nevelési stílusok milyen kapcsolatban állnak bizonyos pszichológiai változókkal, illetve egészség-mutatókkal. Különösképpen az autoritatív nevelési stílus két alszáklája, a reflektáló és követelő alszáklák hatásaira voltunk kíváncsiak, hogy azok milyen kapcsolatban állnak a vonásoptimizmussal, a serdülő testbecsülésével, önértékelésével, a média üzenetei iránti fogékonyságával, a proaktív megküzdőképességével és az élettel való elégedettségével. Továbbá vizsgáltuk a nevelési stílus egészségiállapot-mutatókkal való kapcsolatát is, mint például a saját egészségégi állapot értékelése és a fogyókúrázás előfordulása.

Korábbi vizsgálatok eredményei kimutatták, hogy a szülők nevelési stílusának hatása van a serdülők alkalmazkodóképességére, iskolai teljesítményére, alkoholfogyasztására, dohányzására és egyéb problémaviselkedésére (vö. Kazemi és mtsai, 2012; Jackson, 2002; Masud és mtsai, 2016). Továbbá kihatással van a fiatalok mentális egészségére (Pikó és Balázs, 2012a; 2012b), és védőfaktoroként működhet a serdülőkor elhízás ellen és az egészséges étkezés kialakításában (Berge és mtsai, 2010). Az autoritatív nevelési stílus hozható leginkább kapcsolatba a gyermekek optimális fejlődésével (Jackson, 2002).

Eredményeinkből látható, hogy az autoritatív bánásmód egyik alszáklája (dimenziója), a reflektáló magatartás a leginkább felelős a védő hatásért; többek között az anya reflektáló nevelési stílusa prediktora a serdülők magasabb önértékelésének és testbecsülésének. Több kutatásban is igazolták, hogy kiemelten az anya autoritatív nevelési stílusa növeli a lány gyermekeik önértékelését (Raboteg-Saric és Sakic, 2013). A reflektáló dimenziót a szeretetteljes, elfogadó, vigasztaló, támogató magatartás jellemzi. Továbbá az ilyen

nevelési stílust alkalmazó szülő elismeri gyermeke teljesítményét, és terelgeti gyermeke iskolai és szociális fejlődését. Ez a meleg légkör azonban nem mellőzi a szabályok felállítását és azok betartását. Ezen szabályok további jellemzői, hogy figyelembe veszik a gyermek érdeklődését és értékeit, illetve érvekkel támasztják alá azokat (Jackson és Mtsai, 1998).

Több elmélet is próbálja megmagyarázni a szülői autoritatív nevelési stílus és a serdülő önértékelésének mértéke közötti összefüggést. Yeung és munkatársai (2016) szerint a szülői meleg légkör a gyermek pozitív elfogadásával társulva elősegíti a gyermek önelfogadását. Továbbá a szülő támogató magatartása elősegíti a szociális készségek fejlődését, amelyek pozitív kapcsolatok kialakítását teszik lehetővé, és ezen kapcsolatok szintén az önértékelés fontos forrásai lehetnek. Egy másik teória szerint a szülő követelése elősegítik a kompetencia fejlődését, amely hozzájárul, hogy a gyermek az élet különböző területein sikereket érjen el. Ezek a tapasztalatok és élmények fontos forrásai az önértékelésnek (Steinberg, 2001). Az Öndeterminációs elmélet szintén egy magyarázata lehet a magasabb önértékelés kialakulásának (Chirkov és Ryan, 2001; Deci és Ryan, 2012). Kerr és munkatársai (2012) másik perspektívából közelítik meg a jelenséget: elméletük szerint a szülői bánásmódra is befolyással bír a gyermek önértékelése, mivel egy én-szabályozott gyermek felé könnyebb autoritatív nevelési stílussal reagálni. Összességében az autoritatív nevelési stílusra jellemző meleg légkör, a megfelelő mennyiségű és minőségű követelés, valamint az autonómia támogatása azok a tényezők, amelyek hozzájárulnak a magasabb önértékelés kialakulásához.

A család, a nevelési stílus fontos szerepet játszhat a magasabb testbecsülés kialakulásában is. Tudjuk, hogy a szülőknek kiemelkedő szerepe van a kulturális értékek és normák közvetítésében, ide tartozik a társadalmi normák által elfogadott testalkat és testsúly is (Pukánszky, 2012). Eredményeink szerint az anya reflektáló stílusa kapcsolatban áll a magasabb testbecsüléssel. Tehát az anya által közvetített elfogadó és támogató magatartás elősegítheti a serdülő lány saját testének megbecsülését.

További eredményeinkből látható, hogy mindkét szülő reflektáló nevelési magatartása előrejelzője a vonásoptimizmusnak, az apa esetében az autoritatív bánásmód másik alskálája, a követelő alskála pedig negatív prediktora. A vonásoptimizmus és peszsimizmus meghatározza a jövőbeli elvárásokat. Az optimisták rendelkeznek egyfajta magabiztossággal, és feltételezik, hogy sikeresen is lehet kezelni a negatív helyzeteket. A vonásoptimizmus eredetét illetően több elképzelés is létezik. Az egyik teória, hogy a gyermek megfigyeli szülei reakcióit, viselkedését, ezáltal alakítva ki saját beállítódását (Scheier és Carver, 1993). Baldwin és munkatársai (2007) vizsgálatából kiderült, hogy az autoritatív nevelési stílus előrejelzi az optimizmust késő serdülőkorban. Valószínűsíthető, hogy az autoritatív nevelési stílus pozitív komponensei, mint a támogató magatartás és a gyermekek észszerű irányítása, hozzájárulhat a vonásoptimizmus kialakulásához.

A proaktív megküzdési mód esetében mindkét szülő reflektáló nevelési magatartása előrejelzőnek bizonyult. A gyermek megküzdési stratégiáinak formálásában a szülőknek van a legnagyobb szerepük, mivel egyrészt mint modell vannak jelen a mindennapokban, másrészt nevelési stílusukkal is befolyásolhatják (Beyersa és Goossens, 2008). A nevelési stílus két úton mediálhatja a serdülő megküzdési stratégiáit. A szülők bátoríthatják vagy helyteleníthetik bizonyos stratégiák alkalmazását. A másik út a problémákkal, stresszel való megküzdéssel kapcsolatos kompetenciaérzetre gyakorolt hatással valósul meg (Dusek és Danko, 1994). Baumrind (1989) szerint az autoritatív nevelési stílus következményeként a gyermek pszichológiailag és pszichoszociálisan is szabályozottá válik. Ezen gyerekek nagyobb szociális kompetenciával rendelkeznek, mivel az előzőekben említett tulajdonságok hatékonyabb megküzdési stratégiákkal vannak összefüggésben. Egy maláj kutatásban serdülők coping mechanizmusait vizsgálták a négy nevelési stílus függvényében. Eredményeik szerint azon serdülők, akiknél az anya autoritatív nevelési stílust

alkalmazott, magasabb szintű megküzdési képességgel rendelkeztek, azonban az autoriter nevelési stílus esetében is hasonló mechanizmusok jelenlétét találták, amit kulturális különbségekkel magyaráztak. Ennek lényege, hogy amennyiben az apa a szigorú szabályok és követelések mellett meleg és elfogadó légkört is tud biztosítani, az hozzájárulhat a hatékonyabb megküzdési mechanizmusok kialakulásához (Lin és Lian, 2011). Saját kutatásunk is megerősíti ezt a mechanizmust, hiszen az apa követelő nevelési stílusa az optimizmussal és a proaktív coping alkalmazásával is pozitív kapcsolatot mutatott. Ez a két szülő nevelési stílusában jelenlévő árnyalatok szükségességére is felhívja a figyelmet. Úgy tűnik azonban, hogy a proaktív coping-stratégiák esetében mindkét szülő követelő stílusa a meghatározó, és kevésbé a reflektáló attitűd. Meg kell azonban azt is említeni, hogy az anya követelő attitűdje a serdülő lányok fogyókúrázásával is pozitívban korrelált.

További eredményeink azonban szintén a reflektáló szülői magatartás domináns szerepét erősítik, ami előrejelzője a serdülő élettel való elégedettségének és az egészség pozitív értékelésének is. Az élettel való elégedettség a személy általános életminőségének kognitív értékelése saját kritériumai alapján (Diener és mtai, 1985). Leung és Zhang (2000) az anya-apa-gyermek kapcsolat minőségének hatását vizsgálta az élettel való elégedettséggel összefüggésben. Eredményükből látható, hogy a szülőkkel való kapcsolatnak sokkal erősebb hatása van az élettel való elégedettségre, mint a kortársakkal való kapcsolatnak vagy az iskolában szerzett tapasztalatoknak. A pozitív szülői attitűd és alacsony pszichológiai kontroll szintén összefüggésben áll az élettel való elégedettség magasabb mértékével (Seibel és Johnson, 2001; Suldo és Huebner, 2004), ezért feltételezhető, hogy a szülői nevelési stílus és az élettel való elégedettség összefüggésben állnak. Pérez-Fuentes és munkatársai (2019) vizsgálatának eredményei kimutatták, hogy az érzelmetli kommunikáció, a humorérzék, az alacsony szintű pszichológiai kontroll hatással vannak az élettel való elégedettség mértékére. Az érzelmetli kommunikáció volt a legerősebb prediktora az élettel való elégedettségnek, ami az autoritatív és engedékeny nevelési stílust is jellemzi. Kiemelték a szeretetteljes szülő-gyermek kapcsolat fontosságát, ami az érzelmetli kommunikációra épül, továbbá hangsúlyozták a szülői támogatást, amelynek szintén a nyílt és érzelmetli kommunikáció az alapköve.

A média üzeneteire való fogékonyság tekintetében az anya reflektáló magatartása negatív korrelációt mutat a média internalizáló általános, média internalizáló kisorított és a média nyomás skálákkal. Ez is azt igazolja, hogy a családi környezet a serdülő média általi befolyásolhatóságára is hatással van (Homstrom, 2004). Amennyiben az anya internalizálja a média üzeneteit, az indirekt módon is kihat a serdülőre. Az anya modellszerepe során viselkedése, attitűdje, saját testéhez való viszonyulása, a serdülő felé intézett metakommunikációja mind közvetíti vélekedéseit (Keery és mtai, 2006). Amennyiben az anya a reflektáló nevelési magatartást gyakorolja, tehát elfogadó, támogató, meleg légkört hoz létre, az védő faktorként hathat a médiában sugallt ideálokról szóló üzenetekkel szemben.

Összefoglalásként elmondhatjuk, hogy az eredményeink alapján az autoritatív nevelési stílus, főként annak reflektáló komponense hozzájárul a serdülő általános jóllétéhez, testi és lelki egészségéhez. Azok a serdülők, akik autoritatív nevelésben részesülnek, elégedettebbek az életükkel, optimista beállítottságúak, proaktív módon viszonyulnak a mindennapok során észlelt problémákhoz. A szülők ilyen stílusú nevelési magatartása a serdülő testbecsülését és általános egészségi állapotát is pozitív irányba befolyásolja. Az anya nevelési stílusa erőteljesebben mutatkozik meg, ami a minta jellegéből is adódhat. A proaktív coping ugyanakkor a követelő komponenshez is kötődik, ami a szabályok, a határok igazságos kijelölésével függhet össze.

Hipotéziseink jórészt megerősítést nyertek. A szülők autoritatív nevelési stílusa pozitív szerepet játszik abban, hogy gyermekük optimistább (és kevésbé pesszimista) legyen, nagyobb legyen az önértékelése, a testbecsülése, elégedettebb legyen az életével. Szintén

megerősítést kapott a szülői nevelési stílus összefüggése az egészség önértékelésével, azonban a fogyókúrás esetében ez a kapcsolat csak az anya követelő bánásmódjával nyert igazolást. Végül megerősíthetjük, hogy a reflektáló bánásmód szerepe erőteljesebben mutatkozik meg, mint a követelő, ami – serdülőkről lévén szó – nem meglepő eredmény.

Tanulmányunk korlátai közé sorolhatjuk, hogy a nevelési stílus meghatározása egyoldalú, csak a serdülő szempontjából kaptunk információt, így az elfogultság torzíthatja az eredményeket. Az autoritativ stílus mellett másfajta nevelési stílusokat is érdemes lenne a kutatásokba bevonni, ez azonban jelen vizsgálat kereteit már jóval meghaladta volna. További változók is szerepet játszhatnak a személyiségjegyek formálásában, mi csupán a nevelési stílus szerepét vizsgáltuk, a viszonylag alacsony varianciához ennek tudható be. Korlátként kell tekintenünk a sajátos mintavételre is, az általánosabb képhez a fiúk vizsgálatára is szükség volna. Jövőbeli kutatások pontosabb képet szolgáltathatnak, ha mind a szülő, mind a serdülő szemszögéből vizsgálják a különböző tényezőket, továbbá mindkét nem szerepel az elemzésben, és további változókat vonunk be.

Eredményeink hozzájárulhatnak olyan komplex rendszerszemléletű programok fejlesztéséhez, amelyek a gyermek és a szülői jóllét kialakításához szükséges ismereteket és készségeket tanítják meg, ezáltal támogatva a gyermek optimális fejlődését, a szülő-gyermek kapcsolat kiegyensúlyozottságát és egyúttal elősegítve a szülői lét kiteljesedését.

Irodalom

- Alami, A., Khosravan, S., Sadegh Moghadam, L., Pakravan, F. & Hosseini, F. (2014). Adolescents' self-esteem in single and two-parent families. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 2(2), 69–76.
- Almássy, Zs., Pék, Gy., Papp, G. & Greenglass, E. R. (2014). The psychometric properties of the Hungarian version of the proactive coping inventory: Reliability, construct validity and factor structure. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(1), 115–124.
- Baldwin, D. R., McIntyre, A. & Hardaway, E. (2007). Perceived parenting styles on college students' optimism. *College Student Journal*, 41(3), 550–557.
- Baumrind, D. (1989). *Rearing competent children. Child development today and tomorrow*. Jossey-Bass.
- Baumrind, D. (1991). Parenting styles and adolescent development. In Brooks-Gunn, J., Lerner, R. & Petersen, A. C. (szerk.), *The Encyclopedia of Adolescence*. Garland. 746–758.
- Berge, J. M., Wall, M., Loth, K. & Neumark-Sztainer, D. (2010). Parenting style as a predictor of adolescent weight and weight-related behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 46(4), 331–338. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2009.08.004
- Bérdi Márk & Köteles Ferenc (2010). Az optimizmus mérése: Az Életszemlélet Teszt átdolgozott változatának (LOT-R) pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 65(2), 273–294. DOI: 10.1556/mpszle.65.2010.2.7
- Béres Alexandra, Czeglédi Edit & Babusa Bernadett (2013). A testedzésfüggőség és a testkép vizsgálata fitneszedzést végző nők körében. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 14(2), 91–114. DOI: 10.1556/mental.14.2013.2.1
- Bornstein, L. & Bornstein, M. H. (2007). Parenting styles and child social development. In Tremblay, R. E., Barr, R. G. & Peters, R. DeV. (szerk.), *Encyclopedia on Early Childhood Development* [online]. Centre of Excellence for Early Childhood Development. 1–4. <http://www.child-encyclopedia.com/documents/BornsteinANGxp.pdf> Utolsó letöltés: 2020. 12. 16.
- Brassai László & Pikó Bettina (2008). Egyéni, családi és transzperszonális tényezők szerepe a táplálkozáskontrollban serdülőknél. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 9(2), 165–181. DOI: 10.1556/mental.9.2008.2.5
- Beyers, W. & Goossens, L. (2008). Dynamics of perceived parenting and identity formation in late adolescence. *Journal of Adolescence*, 31, 165–184. DOI: 10.1016/j.adolescence.2007.04.003
- Carlson-Jones, D. (2011). Interpersonal and familial influences on the development of body image. In Cash, T. F. & Smolak, L. (szerk.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. The Guilford Press. 110–118.
- Chirkov, V. I. & Ryan, R. M. (2001). Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. adolescents: Common effects on well-being and academic motivation. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 618–635. DOI: 10.1177/0022022101032005006

- Czeglédi Edit, Pál Edit & Bartha Enikő (2015). A Megjelenéssel Kapcsolatos Szociokulturális Attitűdök Kérdőív hazai alkalmazásával szerzett tapasztalatok. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 16(3), 209–230. DOI: [10.1556/0406.16.2015.001](https://doi.org/10.1556/0406.16.2015.001)
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. In Van Lange, P. A. M., Kruglanski, A. W. & Higgins, E. T. (szerk.), *Handbook of theories of social psychology*. Sage Publications Ltd. 416–436. DOI: [10.4135/9781446249215.n21](https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21)
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. DOI: [10.1207/s15327752jpa4901_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Dusek, J. B. & Danko, M. (1994). Adolescent coping styles and perceptions of parental child rearing. *Journal of Adolescent Research*, 9(4), 412–426. DOI: [10.1177/074355489494002](https://doi.org/10.1177/074355489494002)
- Francis, L. & Brich, L. (2005). Maternal influences on daughters' restrained eating behavior. *Health Psychology*, 24(6), 548–554. DOI: [10.1037/0278-6133.24.6.548](https://doi.org/10.1037/0278-6133.24.6.548)
- Frederick, D. A., Sandhu, G., Morse, P. J. & Swami, V. (2016). Correlates of appearance and weight satisfaction in a U. S. National Sample: Personality, attachment style, television viewing, self-esteem, and life satisfaction. *Body Image*, 17, 191–203. DOI: [10.1016/j.bodyim.2016.04.001](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.04.001)
- Gilman, R. & Huebner, E. (2006). Characteristics of Adolescents Who Report Very High Life Satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 293–301. DOI: [10.1007/s10964-006-9036-7](https://doi.org/10.1007/s10964-006-9036-7)
- Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L. M. & Taubert, S. (1999). *The Proactive Coping Inventory (PCI): A Multidimensional Research Instrument*. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/greenpci.htm> Utolsó letöltés: 2020. 12. 16
- Holmstrom, A. (2004). The effects of media on body image: A metaanalysis. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, 48, 186–217. DOI: [10.1207/s15506878jobem4802_3](https://doi.org/10.1207/s15506878jobem4802_3)
- Jackson, C., Henriksen, L. & Foshee, V. A. (1998). The Authoritative Parenting Index: Predicting health risk behaviors among children and adolescents. *Health Education & Behavior*, 25(3), 319–337. DOI: [10.1177/109019819802500307](https://doi.org/10.1177/109019819802500307)
- Jackson, C. (2002). Perceived legitimacy of parenting authority and tobacco and alcohol use during early adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 31, 425–432. DOI: [10.1016/s1054-139x\(02\)00398-1](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(02)00398-1)
- Kapetanovic, S., Skoog, T., Bohlin, M. & Arne, G. (2019). Aspects of the parent–adolescent relationship and associations with adolescent risk behaviors over time. *Journal of Family Psychology*, 33(1), 1–11. DOI: [10.1037/fam0000436](https://doi.org/10.1037/fam0000436)
- Kazemi, A., Solokian, S., Ashouri, E. & Marofi, M. (2012). The relationship between mother's parenting style and social adaptability of adolescent girls in Isfahan. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 17(2 Suppl 1), S101–S106.
- Keery, H., Eisenberg, M.E., Boutelle, K., Neumark-Sztainer, D. & Story, M. (2006). Relationships between maternal and adolescent weight-related behaviors and concerns: The role of perception. *Journal of Psychosomatic Research*, 61(1), 105–111. DOI: [10.1016/j.jpsychores.2006.01.011](https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2006.01.011)
- Kerr, M., Stattin, H. & Özdemir, M. (2012). Perceived parenting style and adolescent adjustment: Revisiting directions of effects and the role of parental knowledge. *Developmental Psychology*, 48, 1540–1553. DOI: [10.1037/a0027720](https://doi.org/10.1037/a0027720)
- Kubzansky, L. D., Kubzansky, P. E & Masekko, J. (2004). Optimism and pessimism in the context of health: Bipolar opposites or separate constructs? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 943–956. DOI: [10.1177/0146167203262086](https://doi.org/10.1177/0146167203262086)
- Leist Balogh Brigitta & Jámbori Szilvia (2016). A kapunyitási pánik vizsgálata a megküzdési módok és a szorongás függvényében. *Alkalmazott Pszichológia*, 16(2), 69–90. DOI: [10.17627/alkpszich.2016.2.69](https://doi.org/10.17627/alkpszich.2016.2.69)
- Leung, J-P & Zhang, L-W. (2000). Modelling life satisfaction of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Behavioral Development*, 24(1), 99–104. DOI: [10.1080/016502500383520](https://doi.org/10.1080/016502500383520)
- Lin, T. E. & Lian, T. C. (2011). *Relationship between perceived parenting styles and coping capability among Malaysian secondary school students*. International Conference on Social and Science and Humanity. IPEDR vol. 5. LACSIT Press. 20–24. <http://ipedr.com/vol5/no1/5-H00032.pdf> Utolsó letöltés: 2021. 01. 08.
- Maccoby, E. & Martin, J. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In Mavis Hetherington, E. (szerk.), *Handbook of child psychology*. Wiley. 1–101.
- Martos Tamás, Sallay Viola, Désfalvi Judit, Szabó Tünde & Ittész András (2014). Az Élettel való Elégedettség Skála magyar változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 289–303. DOI: [10.1556/mental.15.2014.3.9](https://doi.org/10.1556/mental.15.2014.3.9)
- Masud, H., Ahmad, M. S., Jan, F. A. & Jamil, A. (2016). Relationship between parenting styles and academic performance of adolescents: mediating role of self-efficacy. *Asia Pacific Educacion Review*, 17, 121–131. DOI: [10.1007/s12564-015-9413-6](https://doi.org/10.1007/s12564-015-9413-6)
- Oroszné Perger Mónika (2002). A szülői nevelési stílus: elméleti megközelítések és vizsgálati módszerek. *Iskolakultúra*, 12(4), 107–114. <http://www.iskolakultura.hu/index.php/iskolakultura/article/view/19633> Utolsó letöltés: 2020. 12. 16

- Pellerone, M., Ramaci, T., Granà, R. & Craparo, G. (2017). Identity development, parenting styles, body uneasiness, and disgust toward food. A perspective of integration and research. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 14(4), 275–286.
- Pérez-Fuentes, M., Molero Jurado, M., Gázquez Linares, J. J., Oropesa Ruiz, N. F., Simón Márquez, M. & Saracostti, M. (2019). Parenting practices, life satisfaction, and the role of self-esteem in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20), 40–45. DOI: [10.3390/ijerph16204045](https://doi.org/10.3390/ijerph16204045)
- Pikó Bettina & Obál Annabella (2018). A médiabeli megjelenéssel kapcsolatos attitűdök összefüggése a serdülő lányok testképével és pszichológiai tényezőkkel. *Magyar Pedagógia*, 118(4), 309–325. DOI: [10.17670/MPed.2018.4.309](https://doi.org/10.17670/MPed.2018.4.309)
- Piko, B. F. & Balázs, M. Á. (2012a). Authoritative parenting style and adolescent smoking and drinking. *Addictive Behaviors*, 37, 353–358. DOI: [10.1016/j.addbeh.2011.11.022](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2011.11.022)
- Piko, B. F. & Balázs, M. Á. (2012b). Control or involvement? Relationship between authoritative parenting style and adolescent depression. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 21, 149–155. DOI: [10.1007/s00787-012-0246-0](https://doi.org/10.1007/s00787-012-0246-0)
- Pukánszky Judit (2012). A média által közvetített soványságitel internalizációja és a szülői hatások a testképre. In *Nemzedékek együttműködése a tudományban*. Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület. 42–46. <http://publicatio.bibl.u-szeged.hu/16762/7/2243276.pdf> Utolsó letöltés: 2020. 12. 16.
- Raboteg-Saric, Z. & Sakic, M. (2013). Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents. *Applied Research Quality Life*, 9, 749–765. DOI: [10.1007/s11482-013-9268-0](https://doi.org/10.1007/s11482-013-9268-0)
- Rodgers, R. F., Faure, K. & Chabrol, H. (2009). Gender differences in parental influences on adolescent body dissatisfaction and disordered eating. *Sex Roles*, 61, 837–849. DOI: [10.1007/s11199-009-9690-9](https://doi.org/10.1007/s11199-009-9690-9)
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Sallay Viola, Martos Tamás, Földvári Mónika, Szabó Tünde & Ittész András (2014). A Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H): alternatív fordítás, strukturális invariancia és validitás. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 259–275. DOI: [10.1556/mental.15.2014.3.7](https://doi.org/10.1556/mental.15.2014.3.7)
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219–247. DOI: [10.1037/0278-6133.4.3.219](https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219)
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2(1), 26–30. DOI: [10.1111/1467-8721.ep10770572](https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10770572)
- Seibel, F. L. & Johnson, W. B. (2001). Parental control, trait anxiety, and satisfaction with life in college students. *Psychological Reports*, 88, 473–480. DOI: [10.2466/pr0.2001.88.2.473](https://doi.org/10.2466/pr0.2001.88.2.473)
- Suldo, S. M. & Huebner, E. S. (2004). The role of life satisfaction in the relationship between authoritative parenting dimensions and adolescent problem behavior. *Social Indicators Research*, 66, 165–195. DOI: [10.1023/b:soci.0000007498.62080.1e](https://doi.org/10.1023/b:soci.0000007498.62080.1e)
- Steinberg, L. (2001). We know some things: Parent-adolescent relationships in retrospect and prospect. *Journal of Research on Adolescence*, 11, 1–19. DOI: [10.1111/1532-7795.00001](https://doi.org/10.1111/1532-7795.00001)
- Strong, K. G. & Huon, G. F. (1998). An evaluation of a structural model for studies of the initiation of dieting among adolescent girls. *Journal of Psychosomatic Research*, 44(3–4), 315–326. DOI: [10.1016/s0022-3999\(97\)00257-2](https://doi.org/10.1016/s0022-3999(97)00257-2)
- Szabó Renáta Krisztina, Máth János & Sztancsik Veronika (2019). A reziliencia és a proaktív megküzdés összefüggéseinek vizsgálata. *Alkalmazott Pszichológia*, 19(4), 73–99. DOI: [10.17627/Alkpszich.2019.4.73](https://doi.org/10.17627/Alkpszich.2019.4.73)
- Thompson, J. K., van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S. & Heinberg, L. J. (2004). The sociocultural attitudes towards appearance scale-3 (SATAQ-3): Development and validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 293–304. DOI: [10.1002/eat.10257](https://doi.org/10.1002/eat.10257)
- Tiggemann, M. (2005). Body dissatisfaction and adolescent self-esteem: Prospective findings. *Body Image*, 2(2), 129–135. DOI: [10.1016/j.bodyim.2005.03.006](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.03.006)
- Tylka, T. L. & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12, 53–67. DOI: [10.1016/j.bodyim.2014.09.006](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006)
- Van Petegem, S., Zimmer-Gembeck, M. J., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Brenning, K., Mabbe, E., ... & Zimmermann, G. (2017). Does general parenting context modify adolescents' appraisals and coping with a situation of parental regulation? The case of autonomy-supportive parenting. *Journal of Child and Family Studies*, 26, 2623–2639. DOI: [10.1007/s10826-017-0758-9](https://doi.org/10.1007/s10826-017-0758-9)
- Yeung, J. W. K., Cheung, C.-K., Kwok, S. Y. C. L. & Leung, J. T. Y. (2016). Socialization effects of authoritative parenting and its discrepancy on children. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1980–1990. DOI: [10.1007/s10826-015-0353-x](https://doi.org/10.1007/s10826-015-0353-x)
- Yu, J., Putnick, D. L., Hendricks, C. & Bornstein, M. H. (2019). Long-term effects of parenting and adolescent self-competence for the development of optimism and neuroticism. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(9), 1544–1554. DOI: [10.1007/s10964-018-0980-9](https://doi.org/10.1007/s10964-018-0980-9)

Absztrakt

Serdülőkorban folyamatosan átalakul a szülők szerepe, és előtérbe kerülnek a kortárskapcsolatok. Ugyanakkor a társas kapcsolati hálóban megmutatózó változás nem jelenti azt, hogy a szülők nem játszanak továbbra is fontos szerepe a serdülők életében, bár a fokozott autonómia-szükségleteknek megfelelően e szerep jelentősége módosul. A szülői kapcsolat meghatározó eleme a szülők nevelési stílusa, pl. autoriter, autoritativ, permisszív, ami kihat a fiatalok egészségmagatartására, jóllétére, iskolai teljesítményére.

Vizsgálatunkban az ún. autoritativ (reflektáló, illetve követelő) szülői bánásmód kapcsolatát elemeztük pszichológiai és egészségjellemzőkkel serdülő lányok (N = 454; életkor: 14–20 évesek; átlag = 16,3 év, szórás = 1,1 év) körében. Az adatgyűjtésre 2018. március és június között került sor, papíralapú, önkitöltős kérdőívvel. A pszichológiai jellemzők közül vizsgáltuk az optimizmust, a proaktív konfliktusmegoldást, az önértékelést és testbecsülést, az étellel való elégedettséget, a média üzeneteire való fogékonyságot. Az autoriter nevelési stílust az ún. *Authoritative Parenting Index* (Jackson és mtsai, 1998) segítségével mértük.

A korrelációelemzés szerint a szülők reflektáló nevelési stílusa pozitív kapcsolatot mutat az optimizmussal, a proaktív copinggal, az önértékeléssel, a testbecsüléssel és az étellel való elégedettséggel. A saját egészségi állapot megítélése esetében az anya reflektáló stílusa mutat pozitív kapcsolatot. Szintén ez a változó védelmet jelent a média negatív hatásai ellen, amelyek növelhetik az elégedetlenséget pl. a saját testképpel kapcsolatban. A szülők reflektáló stílusa negatív kapcsolatot mutat a pesszimizmussal.

Eredményeinkből látszik, hogy a nevelési stílus meghatározó a serdülők lelki egészsége, továbbá a testükkel való viszony szempontjából. Az adatok megerősítik, hogy serdülőkorban is fontos szerepe van a szülői nevelésnek, elsősorban a reflektív nevelési stílusnak, a fiatalok jóllétének alakulásában.