

# A kommunikációba vetett bizalom kapcsolata az énhatékonysággal és az önértékeléssel fiatal felnőttek körében

**Szél Erzsébet**

[szel.erzsi@gmail.com](mailto:szel.erzsi@gmail.com)

SZTE BTK Pszichológiai Intézet

**Kóródi Kitti**

[kittikorodi@gmail.com](mailto:kittikorodi@gmail.com)

SZTE BTK Pszichológiai Intézet

Az énkép kialakulásának meghatározó része az episztemikus bizalom képessége, amelynek révén elhisszük, hogy a számunkra és rólunk nyújtott információ igaz, az információt nyújtó személyek pedig hitelesek és megbízhatók. Tanulmányunkban fiatal felnőttek körében vizsgáljuk a kommunikációban megélt bizalom kapcsolatát az énhatékonysággal és a rezilienciával. A vizsgálat 627 fiatal felnőtt bevonásával történt, ebből 180 férfi (29%) és 447 nő (71%). A minta átlagéletkora 23,75 év (SD=3,42). A kutatás során alkalmazott mérőeszközök: Episztemikus bizalom, bizalmatlanság és hiszékenység kérdőív, Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H) és az Általános énhatékonyság skála (GSES). Korrelációs vizsgálatunk nem talált kapcsolatot az episztemikus bizalom és az énhatékonyság, valamint az önértékelés között, az episztemikus hiszékenység azonban mindkét változóval közepes erősségű, negatív irányú kapcsolatban áll, míg az episztemikus vigilancia esetén szignifikáns korrelációt találtunk az önértékeléssel. Regressziós vizsgálatunk alapján a dolgozó fiatalok csoportjában az episztemikus hiszékenység közel azonos mértékben befolyásolja az önértékelés mértékét, mint azoknál a fiataloknál, akik csak a tanulmányaikkal vannak elfoglalva, míg a tanulmányaikkal mellett munkát vállalók jobban ki vannak téve az episztemikus bizalmatlanság negatív hatásainak. Kutatásunk jelentősége úttörő szemléletben ragadható meg. Kevés azon vizsgálatok száma, amelyek az egészséges populáció körében vizsgálják az episztemikus bizalom sajátosságait. Eredményeink alapján ezek a jellegzetességek nemcsak a pszichés zavarokban érintett betegeknél érvényesülnek, hanem az elmélet az egészséges populációra is általánosítható.

**Kulcsszavak:** *episztemikus bizalom, kötődés, önértékelés, énhatékonyság, fiatal felnőttek*



## Bevezetés

A fiatal felnőttek, különösen az egyetemi hallgatók életük olyan szakaszában vannak, amelyikben meghatározó a készülődés az önálló, felnőtt életre (Arnett, 2000). Egyetemi tanulmányaik során leendő hivatásuk alapját sajátítják el, életvezetésükben megélhetik autonómiájukat, barátságokat, párkapcsolatokat alakítanak ki, miközben helytállnak a tanulás és – egyesek már – a munka terén is. Az életszakasz legfontosabb fejlődési feladata saját identitásuk megszilárdítása, koherens énkép kialakítása és az interperszonális kapcsolatok sikeres működtetése. Bár ebben az életkorban a fejlődés színtere jellemzően a kortárskapcsolatok és az egyetemi környezet, továbbra is meghatározók azok a minták, amelyek az elsődleges kötődési kapcsolatokban formálódtak (Bowlby, 2009).

A megtartó, optimális fejlődést biztosító közeg a kötődési stílus reprezentációját tartalmazó belső munkamodell kialakításán túl hozzájárul azoknak a feltételeknek a biztosításához, amelyek lehetővé teszik, hogy a gyermek és későbbiekben a felnőtt képes legyen élni a társas tanulás nyújtotta előnyökkel. Csibra és Gergely (2007) természetes pedagógiának (angolul *natural pedagogy*) nevezte azt a folyamatot, amelyben a biztonságos kötődési feltételeket megteremtő gondviselő olyan referenciaszeméllyé válik, akit a gyermek megbízhatónak érez, és aki olyan információ forrása lesz, ami hiteles, igaz és általánosítható. A megbízhatóság alapja a gyermek saját tapasztalata, miszerint az őt gondozó felnőtt megérti és ismeri őt. A megértettség percepciója alakítja ki az ismeretlen alapuló, *episztemikus bizalom* érzését, miközben megnyílik egy sajátos kapcsolódás, az *episztemikus csatorna* a gondozó és a gyermek között, amely a társas tanulás médiuma lesz (Fonagy, Allison és Campbell, 2020).

A gyermek önmagáról alkotott képének formálásában meghatározó lesz az episztemikus bizalom kialakításának képessége, amelynek révén képes hinni abban, hogy a számára és róla nyújtott információ igaz, az információt nyújtó személyek pedig hitelesek és megbízhatók (Campbell, Tanzer, Saunders, Booker, Allison, Li, O’Dowda, Luyten és Fonagy, 2021). Tanulmányunkban egyetemi hallgatók körében vizsgáljuk a kommunikációban megélt bizalom kapcsolatát az énhatékonysággal és a rezilienciával.

## Az episztemikus bizalom

A vizsgálat háttérét nyújtó elméleti alapok bemutatását az episztemikus bizalom koncepciójának ismertetésére építjük. A gyermeki és felnőtt személyiség kialakulásához számos tényező hozzájárul, melyek közül kiemelkedő szerepet kap a biztonságos kötődés és a megfelelő érzelmi tükrözés tapasztalata (Campbell és mtsai., 2021; Fonagy és mtsai., 2020; Luyten és Fonagy, 2022). A fejlődést biztosító környezet meghatározó, hiszen információval szolgál a gyermek számára önmagáról és az őt körülvevő világ biztonságosságáról, a természetes pedagógia szemléletében ez a környezet a szociális

tanulás folyamatait alapozza meg (Csibra és Gergely, 2007). Önmagunkról és a világról alkotott képünk egy tanulási folyamat révén, több ismétlődő esemény általánosításával formálódik, bizonyos esetben azonban egyetlen alkalom is elegendő az általánosítható tudás megszerzéséhez, ha az információ hiteles és megbízható személytől származik (Schröder-Pfeifer, Talia, Volkert és Taubner, 2018). Az episztemikus bizalom a társadalom működésébe és a világban való eligazodáshoz szükséges tudás relevanciájába és a tudást átadó személy hitelességébe vetett bizalmat jelenti, és meghatározó forrása az énkép alakulásának (Kamplung, Kruse, Lampe, Nolte, Hettich, Brähler, Sacher, Fegert, Gingelmaier, Fonagy, Krakau, Zara és Riedl, 2022).

Az episztemikus bizalom a korai gyermekévekben a kötődési kapcsolatokban formálódik. Kialakulásának elmaradása vagy az episztemikus bizalom sérülése negatív irányban befolyásolja a gyermek egészséges pszichés fejlődését, és olyan pszichopatológia kialakulásához vezethet, amelyben közös a kommunikáció zavara és a személyközi információba vetett bizalom hiánya, ami könnyen tetten érhető a féltékenység, a félreértettség érzésében vagy a másik érzelmi állapotainak téves azonosításában, kétértelmű helyzetek negatív értékelésében (Allison és Fonagy, 2016; Fonagy és mtsai., 2019; Schröder-Pfeifer és mtsai., 2018). Az episztemikus bizalom alapja a szülő tükröző viselkedése. Megfelelő tükrözés folyamatának első lépéseként a szülő felismeri a gyermek érzelmi állapotait, és kialakítja azok általánosítható reprezentációit, amit megfelelő mértékben modulálva, azaz a gyermek számára értelmezhető módon közvetít, ezáltal lehetőséget ad arra, hogy a gyermekben is kialakuljon önmagáról és saját mentális állapotairól egy érvényes és általánosítható belső kép. Ez a tanulási folyamat az episztemikus csatorna közvetítésével valósul meg, alapja az episztemikus bizalom, amely ilyen módon szerepet játszik a megfelelő érzelemszabályozási készségek elsajátításában és a koherens énkép megszületésében is (Csibra és Gergely, 2007).

Az egészséges mértékű episztemikus bizalommal rendelkező személy, bár alapvető bizalommal közeledik a személyközi információk felé, megfelelő éberséggel kezeli azokat, így időben felismeri, ha félre akarják vezetni, vagy be akarják csapni (Sperber, Clément, Heintz, Mascaro, Mercier, Origgi és Wilson, 2010). Az episztemikus bizalom azonban nem bináris jellegű konstruktum, sérülése két irányban jelentkezhet. Kialakulhat egyrészt az episztemikus túlzott éberség, hipervigilancia (Sperber és mtsai., 2010) vagy a megkövülttség (Fonagy, Luyten és Allison, 2015), ami esetén a személy képtelen hasznosítani a másoktól érkező információt, és alapvető bizalmatlanság jellemzi az emberek iránt, viselkedésében és mentális állapotainak értékelésében merev, rugalmatlan. A merev, rugalmatlan attitűd következtében az új információk hatására sem képes módosítani a másokról vagy önmagáról kialakított képet. Az episztemikus bizalom másik irányú sérülése hiszékenységhez, túlzott naivitáshoz vezet (Sperber és mtsai., 2010), és becsaphatóvá, manipulálhatóvá teszi a személyt (Campbell és mtsai., 2021; Schröder-Pfeifer és mtsai., 2018).

Az egészséges episztemikus bizalom védőfaktor lehet a gyermekkori negatív (bántalmazó) élményekkel szemben, miközben az episztemikus vigilancia vagy hiszékenység

jelentősen felerősítheti a negatív életesemények káros hatásait (*Kampling és mtsai.*, 2022). Mások szándékainak félreismerése, indokolatlan ellenségesség feltételezése az episztemikus megkövültség következménye, ami gyakran érhető tetten borderline betegek élményében, akik következetesen fenyegetőnek vagy legalábbis rosszindulatúnak érzékelik mások viselkedését, és ezért figyelmen kívül hagyják a szociális interakciókban elérhető információkat, összhangban azzal, hogy a szociális világot általában rosszindulatúnak tekintik (*Fonagy és mtsai.*, 2015; *Schröder-Pfeifer és mtsai.*, 2018). Az episztemikus bizalom sérülése és a felnőttkori pszichopatológia kialakulásában megfigyelhető összefüggés azonban felhívja a figyelmet az egészséges episztemikus bizalom és a reziliencia kapcsolatára is (*Fonagy és mtsai.*, 2020). *Hauser, Allen és Golden* (2006) traumát átélt fiatalok narratíváját tanulmányozva a reziliens fiatalok elbeszéléseire kiemelten jellemzőnek találták a reflektivitást, az ágenciát és a kapcsolatok iránti elköteleződést. A *reflektivitás* a saját és mások viselkedésének megértésére, értelmezésére való törekvés, az *ágencia*, az énhatékonyság érzése az a meggyőződés, hogy hatékonyan beavatkozhatunk saját életünkbe, végül a *kapcsolatok iránti elköteleződés* teszi lehetővé az észlelt társas támogatás hasznosítását. A reziliens fejlődés ezen három aspektusa a személyközi kommunikáció hasznosításán keresztül kapcsolható az episztemikus bizalom koncepciójához, amennyiben figyelembe vesszük, hogy a nehézségek hatékony leküzdéséhez elengedhetetlen az önmagunkról és a világról kapott információk rugalmas beépítése a korábban kialakított reprezentációs rendszerbe (*Fonagy és Campbell*, 2017).

## Jelen tanulmány célja

Az episztemikus bizalom új kutatási terület a pszichológiai vizsgálatok körében, így nemzetközi szinten is kevés vizsgálati eredmény található, magyar nyelven pedig jellemzően elméleti tanulmányok érhetőek el (*Fonagy és mtsai.*, 2020). A publikált kutatások az episztemikus bizalom sérülését és annak pszichopatológiai vonatkozásait helyezték fókuszba, de megjelentek az első olyan vizsgálatok is, amelyek az egészséges episztemikus bizalom mediáló hatását vizsgálták a reziliens fejlődés aspektusában (*Fonagy és Campbell*, 2017; *Locati, Milesi, Conte, Campbell, Fonagy, Ensink és Parolin*, 2022).

Vizsgálatunk úttörő jellegű, mivel egészséges mintán tárjuk fel az episztemikus bizalom jellemzőit és kapcsolatát az önértékeléssel és az énhatékonysággal. Kutatásunk egyetemi hallgatókra fókuszál, és abból a fejlődéslelektani aspektusból indul ki, hogy a személyiségfejlődés, ezen belül az identitás kialakításának folyamata a serdülőkor végével új és meghatározó szakaszba lép. A fiatal felnőttek a serdülőkori identitáskrizis lezárultával már frissen megszilárdult énképpel rendelkeznek, amely azonban még differenciálódik (*Arnett*, 2000; *Erikson*, 1991). A személyt érintő jelentős hatásokat tekintve háttérbe szorul az eredeti család szerepe, és előtérbe kerülnek a családon kívüli fontos kapcsolatok, az újonnan megismert jelentős személyek (*Bowlby*, 2009). Az episztemikus bizalom a korai gyermekévek során alakul ki, de a fiatal felnőttkor

alatt is meghatározza, hogy a személy mennyire képes megbízni mások véleményében, és hogyan tudja azt önmagára vonatkoztatni, ezzel befolyásolja azt is, hogy a fiatal felnőtt mennyire lesz képes a társas tanulás lehetőségeivel élni (Fonagy, Luyten, Allison és Campbell, 2017).

Vizsgálatunkban arra a kérdésre keressük a választ, hogy fiatal felnőttek esetén hogyan határozza meg az egészséges episztemikus bizalom és az episztemikus bizalom sérülése az énhatékonyság és az önértékelés aspektusait. A rendelkezésre álló kutatási eredmények alapján az alábbi hipotéziseket fogalmaztuk meg:

H1: Az episztemikus bizalom, bizalmatlanság és hiszékenységek pontszámai összefüggést mutatnak az énhatékonysággal (Hauser és mtsai., 2006). Feltételezzük, hogy az episztemikus bizalom pozitív irányú, az episztemikus bizalmatlanság és a hiszékenységek negatív kapcsolatban áll az általános énhatékonysággal.

H2: Az episztemikus bizalom, bizalmatlanság és hiszékenységek pontszámai összefüggést mutatnak az önértékeléssel (Campbell és mtsai., 2021; Csibra és Gergely, 2007; Fonagy és mtsai., 2020). Feltételezzük, hogy az episztemikus bizalom pozitív irányú, a bizalmatlanság és a hiszékenység negatív kapcsolatban áll az önértékeléssel.

## Módszerek

### Résztevők

Egy nagyobb volumenű keresztmetszeti kutatás keretében toboroztunk 18 és 30 év közötti személyeket. A fiatal felnőttek (N=627) nemi eloszlása: 180 férfi (29%) és 447 nő (71%). A minta átlagéletkora: 23,75 év (SD=3,42). A résztvevők nyilatkoztak arról, hogy jelenleg folytatnak-e tanulmányokat, ennek részleteit az 1. táblázatban tüntettük fel. A résztvevők legmagasabb iskolai végzettsége: általános iskola (3,35%), gimnázium (45,0%), szakgimnázium (7,2%), szakközépiskola (8,0%), főiskolai/egyetemi alapképzés (21,7%), egyetemi mesterképzés (13,7%) vagy posztgraduális képzés (1,1%) volt. A hozzáférési alapú mintavételnek köszönhetően a kérdőív elérhető volt országosan, azonban a kérdőívben nem szerepeltek kérdések a lakóhelyet illetően, így ezzel kapcsolatban további közvetkeztetéseket nem tudunk levonni.

nem	tanul		dolgozik		tanul és dolgozik	
	N	%	N	%	N	%
férfi	74	30,33	57	28,93	49	26,34
nő	170	69,67	140	71,07	137	73,66
Összesen	244	100,00	197	100,00	186	100,00

1. táblázat: A résztvevők megoszlása (saját szerkesztés)

## Mérőeszközök

A vizsgálat kérdőíves adatfelvételtől állt, ami demográfiai kérdésekkel indult. A válaszadóktól megkérdeztük a nemüket, életkorukat, jelenlegi tanulmányaikat, ötfokú Likert-skálán megjelölték, hogy mennyire elégedettek tanulmányi eredményeikkel és milyennek értékelik azokat (átlagos, átlag alatti, kiemelkedő). Az általános kérdések után jelen tanulmányban három kérdőív eredményeit dolgozzuk fel.

Az *Episztemikus bizalom, bizalmatlanság és hiszékenység kérdőív* (Campbell és mtsai., 2021) egy 15 tételből álló, önjellemző mérőeszköz, mely három skálát tartalmaz: *episztemikus bizalom*, *episztemikus bizalmatlanság*, *episztemikus hiszékenység*. A kérdésekre hétfokú Likert-skálán kell válaszolnia a kitöltőnek (1 = egyáltalán nem értek egyet, 7 = teljesen egyetértek), attól függően, hogy az adott állítást mennyire érzi igaznak önmagára vonatkozóan. Az episztemikus bizalom skála azt méri, hogy az egyén egy jóindulatú szociális környezetben megfelelően szelektív módon nyitott-e a társas tanulás lehetőségeire a kapcsolatainak kontextusában. Az episztemikus bizalmatlanság skála azt a tendenciát mutatja, amikor a másik személytől kapott bármilyen információt megbízhatatlannak és rosszindulatúnak tartunk, így kiteve magunkat a mások kommunikációja általi manipulálhatóságnak, mivel minden információt hibás módon elkerül vagy tagad az egyén. Az episztemikus hiszékenység esetén az éberség és diszkrimináció hiánya a jellemző, ami megnöveli a dezinformáltságra és a kihasználtságra való esélyt. A skálák értékét az itemek összpontszáma adja. A kérdőív belső konzisztenciáját jelen mintán ellenőriztük és megbízhatónak találtuk (2. táblázat).

*Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H)* – A Rosenberg (1965) által kidolgozott, önbeszámolón alapuló Önértékelés Skálának a kutatás során használt magyar változatát Sallay és munkatársai készítették (Sallay, Martos, Földvári, Szabó és Ittész, 2014). Az egydimenziós, önértékelést felmérő, 10 teteles kérdőívben a kitöltőnek négyfokú Likert-skála mentén kell eldöntenie, hogy mennyire jellemző rá az adott állítás (1 = egyáltalán nem jellemző, 2 = alig jellemző, 3 = jellemző, 4 = teljesen jellemző). Az állítások fele az énr pozitív, másik fele az énr negatív állítást fogalmazott meg, ez utóbbiak az összpontszám képzésekor fordított pontozásúak. A magasabb pontszám az önértékelés magasabb mértékét jelzi. A kérdőív megbízhatóságát jelen mintán teszteltük és elfogadhatónak találtuk (2. táblázat).

*Általános énhatékonyság skála (GSE)* – A Kopp és munkatársai által kidolgozott Általános énhatékonyságot mérő skála (Kopp, Schwarzer és Jerusalem, 1993) önbevalláson alapuló kérdőív, amely 10 itemet tartalmaz. A válaszadó személynek azt kell megjelölnie a négyfokú skálán, hogy az adott állítást mennyire tartja önmagára jellemzőnek (1 = egyáltalán nem jellemző; 4 = teljesen jellemző). A skálaképzés összpontszám alapján történik, fordított itemet a kérdőív nem tartalmaz. A magasabb pontszám az énhatékonyság magasabb mértékét jelzi. A kérdőív megbízhatóságát jelen mintán teszteltük és elfogadhatónak találtuk, az eredmények az 5. táblázatban olvashatók. A kérdőív megbízhatóságát jelen mintán teszteltük és elfogadhatónak találtuk (2. táblázat).

skálák	átlag	szórás	ferdeség	csúcsosság	Cronbach- $\alpha$
episztemikus bizalom	26,37	5,43	-0,63	0,26	0,72
episztemikus bizalmatlanság	20,03	5,31	0,09	-0,29	0,56
episztemikus hiszékenység	15,61	6,41	0,59	-0,09	0,75
önértékelés	27,39	7,82	-0,13	-0,95	0,92
énhatékonyosság	29,98	5,49	-0,35	0,03	0,87

2. táblázat: Az alkalmazott kérdőívek leíró mutatói (saját szerkesztés)

## Statisztikai elemzések

A statisztikai elemzéseket JASP 16.4 programmal végeztük. Normál eloszlásúnak tekintettük a skálákat abban az esetben, ha a csúcsosság, valamint a ferdeség abszolút értéke kisebb, mint 2 (Kim, 2013). Eszerint a teljes skála és minden alszála esetében teljesült a normáloszlás (2. táblázat). Az egyes változók közötti együttjárás vizsgálatára Pearson-korrelációelemzést alkalmaztunk, a csoportok átlageredményeinek összehasonlítása független mintás próbával és ANOVA-eljárással történt.

## Etikai vonatkozások

A jelen tanulmány alapjául szolgáló adatokat egy nagyobb volumenű keresztmetszeti kutatás keretében gyűjtöttük, amely a kommunikált tudásba vetett bizalom, a mentalizáció és a reziliencia kapcsolatát vizsgálta. A kutatás az Egyesített Pszichológiai Kutatás-eti Bizottság jóváhagyásával valósult meg (EPKEB 2021-116). Az adatfelvétel 2021. szeptember–december, valamint 2022. február–április időszakában zajlott. Jelen vizsgálatban fiatal felnőtt kitöltők (18–30 év) adatait dolgoztuk fel. A résztvevőket kényelmi mintavétellel online fórumok segítségével, hólabdamódszerrel értük el. Az online felület jellegéről nem gyűjtöttünk adatokat. A kitöltőket tájékoztattuk arról, hogy a kérdőívcsomag kitöltése önkéntes és anonim, a kitöltés a vizsgálat alatt is következmények nélkül, bármikor megszakítható. A résztvevők ellenszolgáltatásban nem részesültek.

## Eredmények

### Az episztemikus bizalom kapcsolata a demográfiai változókkal

Az episztemikus bizalom vizsgálata a nők esetében magasabb értéket jelez mindhárom dimenzióban, azaz a nők nagyobb fokú episztemikus bizalmat élnek meg, ugyanakkor a bizalmatlanság és a hiszékenység tekintetében veszélyeztetettebbek a férfiaknál.

A 3. táblázat eredményei alapján a különbségek az episztemikus bizalom és a hiszékenység esetén szignifikánsak (3. táblázat), ezért a hipotézisek vizsgálata során külön elemezzük a férfiak és a nők eredményeit. A demográfiai jellemzők vizsgálata során feltártuk az episztemikus bizalom mutatóinak kapcsolatát az életkorral, és várakozásainknak megfelelően elhanyagolható mértékű szignifikáns kapcsolatot találtunk az episztemikus bizalmatlanság ( $r = -0,09$ ;  $p = 0,025$ ) és az episztemikus hiszékenység ( $r = -0,132$ ;  $p < 0,001$ ) esetén, míg az episztemikus bizalom nem mutatott szignifikáns korrelációt az életkorral ( $r = -0,05$ ;  $p = 0,234$ ).

skálák	férfi (N=180)		nő (N=447)		t (df = 625)	p	Cohen-d
	átlag	szórás	átlag	szórás			
episztemikus bizalom	24,30	5,67	<b>27,21</b>	5,11	-6,24	<0,001	-0,55
episztemikus bizalmatlanság	19,50	4,96	20,24	5,43	-1,58	0,116	-0,14
episztemikus hiszékenység	13,72	5,61	<b>16,38</b>	6,56	-4,77	<0,001	0,09

3. táblázat: Az episztemikus bizalom mutatói a nemek mentén<sup>1</sup>

### Az episztemikus bizalom kapcsolata az önértékeléssel és az énhatékonysággal

Hipotéziseinkben feltételeztük, hogy az episztemikus bizalom, bizalmatlanság és hiszékenység pontszámai összefüggést mutatnak az énhatékonysággal (H1) és az önértékeléssel (H2). Mindkét változó esetén pozitív korrelációt vártunk a bizalommal, és negatív együtt járást a bizalmatlansággal és a hiszékenységgel. Eredményeinket a 4. táblázatban összegeztük, amelyből látható, hogy a teljes mintát tekintve az episztemikus bizalom esetén nem igazolódott a várt együtt járás, a nők almintáján is csupán elhanyagolható mértékű korreláció látható az episztemikus bizalom és az önértékelés között. A másik két dimenzió esetén azonban elvárásainknak megfelelő és irányú együtt járást tapasztaltunk az önértékeléssel és az énhatékonysággal is, ez utóbbinál azonban a bizalmatlanságnál csupán gyenge kapcsolat igazolódott, ami a férfiak almintáján már nem is látható. A szignifikáns együtt járásokat nemi bontásban is vizsgáltuk, eredményeink nem jeleznek szignifikáns különbséget az almintákon mérhető korrelációk erőssége között, ezért a további vizsgálatainkban a teljes minta eredményeit vettük figyelembe.

1 Saját szerkesztés. A félkövér kiemelések a szignifikánsan magasabb értékeket jelölik.



teljes minta	önértékelés		énhatékonyság	
episztemikus bizalom	0,03		0,01	
episztemikus bizalmatlanság	<b>-0,42</b>	***	-0,15	***
episztemikus hiszékenysé	<b>-0,38</b>	***	<b>-0,32</b>	***

nemi bontásban	önértékelés				énhatékonyság							
	férfiak		nők		z	p	férfiak		nők		z	p
e. bizalom	0,01		0,09	*			0,02		0,04			
e. bizalmatlanság	<b>-0,37</b>	***	<b>-0,43</b>	***	0,8	0,42	-0,09		-0,17	***		
e. hiszékenysé	<b>-0,42</b>	***	<b>-0,35</b>	***	-0,93	0,35	-0,29	***	<b>-0,32</b>	***	0,37	0,71

4. táblázat: Az episztemikus bizalom kapcsolata az önértékeléssel és az énhatékonysággal<sup>2</sup>

Az önértékelés és énhatékonyság forrásainak további feltárásához további elemzéseket végeztünk. A demográfiai adatok közül a teljesítménnyel való elégedettség mértékét és a teljesítmény észlelt színvonalának kapcsolatát vizsgálva szignifikáns, pozitív irányú, erős kapcsolatot találtunk ( $r=0,56$ ;  $p<0,001$ ). A Pearson-féle korrelációs vizsgálat alapján elmondhatjuk, hogy elvárásainknak megfelelően azok elégedettebbek a tanulmányi és a munkában végzett teljesítményükkel, akik magasabb színvonalúnak érzékelik azt. Várakozásainknak megfelelően mindkét változó közepes erősségű, pozitív irányú kapcsolatban áll az önértékeléssel (elégedettség:  $r=0,38$ ,  $p<0,001$ ; teljesítmény:  $r=0,36$ ,  $p<0,001$ ) és az énhatékonysággal is (elégedettség:  $r=0,34$ ,  $p<0,001$ ; teljesítmény:  $r=0,31$ ,  $p<0,001$ ).

Megvizsgáltuk azt is, hogy az önértékelés és énhatékonyság mértékét befolyásolja-e a fiatal felnőtt jelenlegi státusza, eredményeink az 5. táblázatban olvashatók. Az ANOVA módszerével végzett vizsgálat az önértékelés esetén szignifikáns különbséget talált a csoportok között, a Tukey-korrekcióval végzett post-hoc elemzés alapján a már dolgozó fiatalok önértékelése szignifikánsan magasabb a tanulmányaikat folytató fiatalokéhoz képest, függetlenül attól, hogy az adott fiatal tanulmányai mellett vállal-e munkát. Az énhatékonyság esetén nem találtunk ilyen irányú összefüggéseket.

<sup>2</sup> Saját szerkesztés. Megjegyzés: \*  $p < 0,05$ , \*\*  $p < 0,001$ , \*\*\*  $p < 0,001$ .

A félkövér kiemelések a legalább közepes erősségű ( $r > 0,3$ ) összefüggéseket jelzik.

	N	önértékelés		énhatékonyság	
		átlag	szórás	átlag	szórás
dolgozik	197	29,15	7,57	30,57	5,38
tanul és dolgozik	186	26,91	7,84	30,15	5,75
tanul	244	26,34	7,79	29,39	5,33

Az önértékelés és énhatékonyság vizsgálata ANOVA-elrendezésben				
	F	df	p	$\eta^2$
önértékelés	7,66	2	< ,001	0,024
énhatékonyság	2,68	2	0,069	0,009

Post-Hoc elemzés a jelenlegi státuszok mentén			
önértékelés		t	$P_{\text{tukey}}$
tanul -	dolgozik	-3,78	< ,001
tanul -	tanul és dolgozik	-0,76	0,73
dolgozik -	tanul és dolgozik	2,82	0,014
énhatékonyság		t	$P_{\text{tukey}}$
tanul -	dolgozik	-2,27	0,061
tanul -	tanul és dolgozik	-1,43	0,328
dolgozik -	tanul és dolgozik	0,77	0,724

5. táblázat: Az önértékelés és az énhatékonyság mértéke a jelenlegi státusz bontásában<sup>3</sup>

Hipotéziseink eddigi vizsgálata alapján megállapítottuk, hogy az episztemikus bizalom dimenziói erősebb kapcsolatban vannak az önértékeléssel, mint az énhatékonysággal, valamint a fiatal felnőtt jelenlegi státusza is az önértékelés mértékét befolyásolja, míg a teljesítmény és az azzal való elégedettség mind az önértékeléssel, mind az énhatékonysággal kapcsolatba hozható. A továbbiakban az önértékelést vizsgáltuk, abból a célból, hogy meghatározzuk az episztemikus bizalom és a jelenlegi státusz hatásának mértékét.

Az önértékelés forrásainak feltárásához regressziós modellt építettünk, hogy megvizsgáljuk, hogyan befolyásolja az önértékelést a fiatal felnőtt jelenlegi státusza (tanul, dolgozik, tanul és dolgozik) és az episztemikus bizalmatlanság és hiszékenység. Az elvégzett lineáris regresszió alapján a jelenlegi státusz 2 százalékban magyarázta az önértékelés változatosságát ( $R^2(2; 624) = 0,024; p < ,001$ ), az episztemikus bizalmatlanság és hiszékenység bevonásával kialakított modell szignifikánsan változtatott

3 Saját szerkesztés

a magyarázóerő nagyságán ( $R^2(2; 622) = 0,25$ ;  $R^2$  Change = 0,23,  $p < ,001$ ). A részletes eredményeket a 6. táblázatban tüntettük fel.

Modell		df	F	p
H <sub>0</sub>	regresszió	2	7,66	< ,001
H <sub>1</sub>	regresszió	4	52,43	< ,001

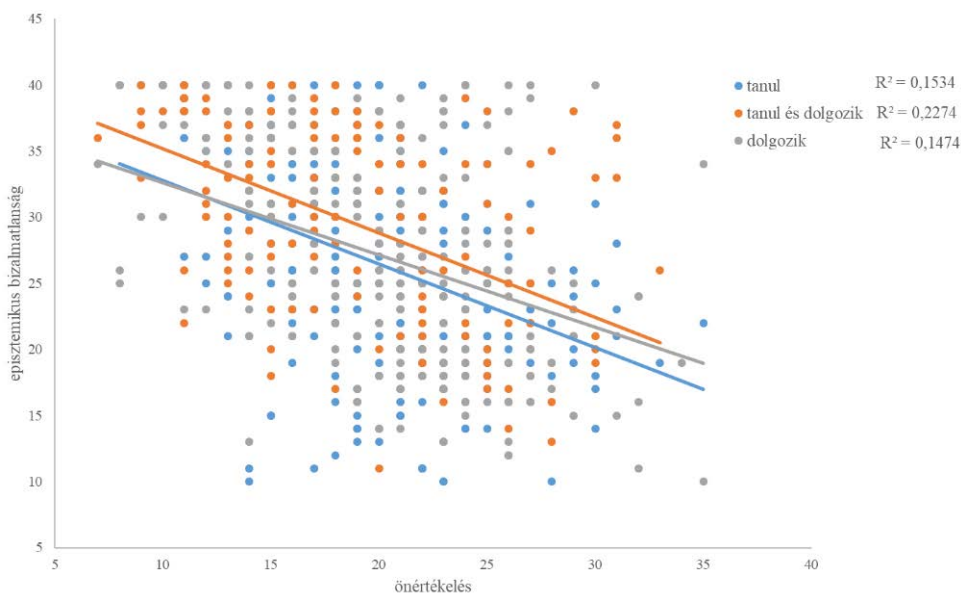
Megjegyzés: A H<sub>0</sub> modell tartalmazza a státuszváltozót.

Együtthatók vizsgálata				
Modell		érték	t	p
H <sub>0</sub>		26,34	53,20	< ,001
	jelenleg (dolgozik)	2,80	3,78	< ,001
	jelenleg (tanul és dolgozik)	0,57	0,76	0,45
H <sub>1</sub>		40,99	34,98	< ,001
	episztemikus bizalmatlanság	-0,48	-8,81	< ,001
	episztemikus hiszékenység	-0,32	-7,02	< ,001
	jelenleg (dolgozik)	2,15	3,29	0,001
	jelenleg (tanul és dolgozik)	0,93	1,41	0,161

6. táblázat: Az episztemikus bizalom és hiszékenység moderáló hatása a jelenlegi státusz és az önértékelés kapcsolatában<sup>4</sup>

Az eredmények alapján a dolgozó fiatalok csoportjában az episztemikus hiszékenység közel azonos mértékben befolyásolja az önértékelés mértékét ( $R^2 = 0,15$ ), mint azoknál a fiataloknál, akik csak a tanulmányaikkal vannak elfoglalva ( $R^2 = 0,15$ ), míg a tanulmányaik mellett munkát vállalók jobban ki vannak téve az episztemikus bizalmatlanság negatív hatásainak ( $R^2 = 0,12$ ). A moderációs eljárás grafikus megjelenítése az 1. ábrán látható.

4 Saját szerkesztés.



1. ábra: Az episztemikus bizalmatlanság moderáló hatása (saját szerkesztés)

## Összegzés

Tanulmányunk célja az episztemikus bizalom jellemzőinek feltárása volt fiatal felnőttek körében, adatainkat egy nagyobb volumenű keresztmetszeti kutatás keretében gyűjtöttük, amely a kommunikált tudásba vetett bizalom, a mentalizáció és a reziliencia kapcsolatát vizsgálta. Jelen kutatás háttérét az episztemikus bizalom koncepciója adta, amely a társadalom működéséről és a világban való eligazodáshoz szükséges tudás relevanciájába és a tudást átadó személy hitelességébe vetett bizalmat jelenti, és meghatározó forrása az énkép alakulásának (Campbell és mtsai., 2021; Kampling és mtsai., 2022).

Vizsgálatunk úttörő jellegű, mivel egészséges mintán tártuk fel az episztemikus bizalom jellemzőit és kapcsolatát az önértékeléssel és az énhatékonysággal fiatal felnőttek körében. A fiatal felnőttek a serdülőkori identitáskrízis lezárultával már frissen megszilárdult énképpel rendelkeznek, az önmagunkra vonatkoztatott információ formálását azonban ebben az életkorban is meghatározza, hogy a személy mennyire képes megbízni mások véleményében, mennyire tud a társas tanulás lehetőségeivel élni (Fonagy és mtsai., 2017). Eredményeink alapján a fiatal felnőtt nők nagyobb episztemikus bizalommal jellemezhetők, mint a férfiak, ugyanakkor az episztemikus bizalom sérülése is jelentősebb az ő esetükben. Vizsgálataink az episztemikusbizalom- és a hiszékenységskálákon jeleztek szignifikáns különbséget. A nemzetközi vizsgálatok ellentmondásosak

az episztemikus bizalom nemi különbségeit tekintve, brit mintán végzett kutatásban mindhárom skálán a nők értek el magasabb pontszámokat (*Campbell és mtsai.*, 2021), olasz kutatók azonban nem találtak szignifikáns eltéréseket a nemek tekintetében (*Liotti, Milesi, Spitoni, Tanzilli, Speranza, Parolin, Campbell, Fonagy, Linguardi és Giovanardi*, 2023).

Tanulmányunk középpontjában az állt, hogy a fiatalok önértékelésének és énhatékonyságának változatosságát milyen mértékben magyarázza az episztemikus bizalom, bizalmatlanság vagy hiszékenység. Eredményeink alapján az episztemikus bizalmatlanság és hiszékenység nagyobb hatással van az énkép egyes aspektusaira, mint az egészséges episztemikus bizalom. Tanulmányunk rámutat arra, hogy a túlzott mértékű episztemikus vigilancia az önértékelésre és az énhatékonyságra negatívan hat. A kommunikált információ iránti fokozott bizalmatlanság következtében a másik személyt megbízhatatlannak és rosszindulatúnak értékelő egyének önmagukkal szemben is kritikusabbak, és minél kevésbé tudják hasznosítani a személyközi információt, annál alacsonyabb szintű önértékelésről számolnak be. Az éberség és diszkrimináció hiányával jellemezhető episztemikus hiszékenység – az önértékelés csökkenése mellett – alacsonyabb énhatékonysággal jellemezhető. Vizsgálati eredményeink egészséges fiatalok esetén is megfelelnek az episztemikus bizalom sérülésével kapcsolatos, pszichopatológiaiakkal érintett mintán végzett kutatások eredményeinek (*Campbell és mtsai.*, 2021; *Liotti és mtsai.*, 2023).

A demográfiai adatok feldolgozása során előtérbe került az az eredmény, miszerint a fiatal felnőttek önértékelését befolyásolja jelenlegi státuszuk is, a dolgozó fiatalok szignifikánsan magasabb önértékeléssel jellemezhetőek, mint a tanulmányokat folytató fiatalok. Lineáris regressziós modell alkalmazásával kívántuk feltárni, hogy a státuszok mentén elkülönített csoportokban milyen mértékben érvényesül az episztemikus bizalom és hiszékenység negatív hatása az önértékelésre. Eredményeink azt jelzik, hogy a tanulmányaik mellett munkát vállaló fiatalok vannak kitéve leginkább az episztemikus bizalmatlanság negatív következményeinek, míg ez a veszély a már dolgozó fiatalokat érinti a legkevésbé. Eredményeink kapcsolódnak azokhoz a vizsgálatokhoz, amelyek stresszhelyzetek negatív hatását vizsgálták az episztemikus bizalomra, és azt találták, hogy fokozott stresszhelyzetben, mint amilyen a COVID alatti lezárás is volt, jelentősen csökken az episztemikus bizalom mértéke (*Locati és mtsai.*, 2022). Vizsgálatunk rámutat arra, hogy a folyamatos kihívásokat jelentő hallgatói, tanulói státuszú egyének alacsonyabb önértékelése és énhatékonysága a stresszhelyzetben fokozottan aktíváló episztemikus bizalmatlansággal kapcsolható össze.

A vizsgálat limitációi alapján az eredmények értékelésekor figyelembe kell venni, hogy bár a minta nagysága statisztikai szempontból elfogadható volt, azonban a minta nem reprezentatív a hozzáférés-alapú mintavétel következtében. Kutatásunkban egészséges fiatalokat vizsgáltunk az énkép pozitív aspektusai mentén, a továbbiakban érdemes lenne az episztemikus bizalom kapcsolatát kutatni a tanulmányi reziliencia és a stresszhelyzetek hatásával is.

A kutatás további limitációjának tekinthető a keresztmetszeti elrendezés. A fejlődési görbe kialakításához hosszmetzeti vizsgálat megfelelőbb választás lenne, hiszen azzal lehet valóban nyomon követni ugyanazon minta változását, így a jelen vizsgálat alapján nem lehet biztos következtetéseket levonni az episztemikus bizalom fejlődési ívének sajátosságairól.

A limitációkat is figyelembe véve kutatásunk jelentősége úttörő szemléletében ragadható meg. Kevés azon vizsgálatok száma, amelyek az egészséges populáció körében vizsgálják az episztemikus bizalom sajátosságait. Eredményeink alapján ezek a jellegzetességek nemcsak a pszichés zavarokban érintett betegeknél érvényesülnek, hanem az elmélet az egészséges populációra is általánosítható.

## Irodalom

- Allison, Elisabeth és Fonagy Peter (2016): When Is Truth Relevant? *The Psychoanalytic Quarterly*, **85**. 2. sz. 275–303. <https://doi.org/10.1002/psaq.12074> (2023.06.03.)
- Arnett, Jeffrey Jensen (2000): Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, **55**. 5. sz. 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469> (2023.06.03.)
- Bowlby, John (2009): *A biztos bázis*. Animula Kiadó, Budapest.
- Campbell, Chloe, Tanzer, Michal, Saunders, Rob, Booker, Thomas, Allison, Elisabeth, Li, Elisabeth, O'Dowda, Claire, Luyten, Patrick és Fonagy, Peter (2021): Development and validation of a self-report measure of epistemic trust. *PloS One*, **16**. 4. sz. e0250264. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250264> (2023.06.03.)
- Csibra Gergely és Gergely György (2007): Társas tanulás és társas megismerés: A pedagógia szerepe. *Magyar Pszichológiai Szemle*, **62**. 1. sz. 5–30. <https://doi.org/10.1556/mpszle.62.2007.1.2> (2023.06.03.)
- Erikson, Erick (1991): Az életciklus: Az identitás epigenezise. In: Erikson, Erick (szerk.): *A fiatal Luther és más írások*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- Fonagy Peter, Luyten Patrick és Allison, Elisabeth (2015): Epistemic petrification and the restoration of epistemic trust: A new conceptualization of borderline personality disorder and its psychosocial treatment. *J Pers Disord*, **29**. 5. sz. 575–609. <https://doi.org/10.1521/pedi.2015.29.5.575> (2023.06.03.)
- Fonagy Peter és Campbell Chloe (2017): Mentalizing, attachment and epistemic trust: How psychotherapy can promote resilience. *Psychiatria Hungarica*, **32**. 3. sz. 283–287.
- Fonagy Peter, Luyten, Patrick, Allison, Elisabeth és Campbell, Chloe (2017): What we have changed our minds about: Part 2. Borderline personality disorder, epistemic trust and the developmental significance of social communication. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, **4**. 9. sz. <https://doi.org/10.1186/s40479-017-0062-8> (2023.06.03.)
- Fonagy Peter, Luyten, Patrick, Allison, Elisabeth és Campbell, Chloe (2019): Mentalizing, Epistemic Trust and the Phenomenology of Psychotherapy. *Psychopathology*, **52**. 2. sz. 94–103. <https://doi.org/10.1159/000501526> (2023.06.03.)

- Fonagy Peter, Allison, Elisabeth és Campbell, Chloe (2020): Mentalizáció, reziliencia és episztemikus bizalom. In: Bateman, A. és Peter Fonagy: *A mentalizáció alap terápia kézikönyve*. Oriold és Társai, Budapest. 83–104.
- Hauser, Stuart T., Allen, Joseph P. és Golden, Eve (2006): Narrative in the Study of Resilience. *The Psychoanalytic Study of the Child*, **61**. 1. sz. 205–227. <https://doi.org/10.1080/00797308.2006.11800771> (2023.06.03.)
- Kampling, Hanna, Kruse, Johannes, Lampe, Astrid, Nolte, Tobias, Hettich, Nora, Brähler, Elmar, Sachser, Cedric, Fegert, Jorg M., Gingelmaier, Stephan, Fonagy Peter, Krakau, Lina, Zara, Sandra és Riedl, David (2022): Epistemic trust and personality functioning mediate the association between adverse childhood experiences and posttraumatic stress disorder and complex posttraumatic stress disorder in adulthood. *Frontiers in Psychiatry*, **13**. sz. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsy.2022.919191> (2023.06.03.)
- Kim, Hae-Young (2013): Statistical notes for clinical researchers: Understanding standard deviations and standard errors. *Restorative dentistry and endodontics*, **38**. 4. sz. 263–265. <https://doi.org/10.5395/rde.2013.38.4.263> (2023.06.03.)
- Kopp, Mária, Schwarzer, Ralph és Jerusalem, Matthias (1993): Hungarian questionnaire in psychometric scales for cross-cultural self-efficacy research. *Zentrale Universitäts Druckerei der FU Berlin*.
- Liotti, Marianna, Milesi, Alberto, Spitoni, Grazia Fernanda, Tanzilli, Annalisa, Speranza, Anna Maria, Parolin, Laura, Campbell, Chloe, Fonagy, Peter, Lingiardi, Vittorio és Giovanardi, Guido (2023): Unpacking trust: The Italian validation of the Epistemic Trust, Mistrust, and Credulity Questionnaire (ETMCQ). *PLOS ONE*, **18**. 1. sz. e0280328. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280328> (2023.06.03.)
- Locati, Francesca, Milesi, Aéberto, Conte, Federica, Campbell, Chloe, Fonagy Peter, Ensink, Karin és Parolin, Laura (2022): Adolescence in lockdown: The protective role of mentalizing and epistemic trust. *Journal of Clinical Psychology*, **79**. 4. sz. 1–16. <https://doi.org/10.1002/jclp.23453> (2023.06.03.)
- Luyten, Patrick és Fonagy Peter (2022): Integrating and differentiating personality and psychopathology: A psychodynamic perspective. *Journal of Personality*, **90**. 1. sz. 75–88. <https://doi.org/10.1111/jopy.12656> (2023.06.03.)
- Rosenberg, Morris (1965): Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, **61**. 52. sz. 18.
- Sallay Viola, Martos Tamás, Földvári Mónika, Szabó Tünde és Itzész András (2014): A Rosenberg Önértékelés Skála (RSES-H): Alternatív fordítás, strukturális invariancia és validitás= Hungarian version of the Rosenberg self-esteem scale (RSES-H): An alternative translation, structural invariance, and validity. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, **15**. 3. sz. 259–275. <https://doi.org/10.1556/Mental.15.2014.3.7> (2023.06.03.)
- Schröder-Pfeifer, Paul, Talia, Alessandro, Volkert, Jama és Taubner, Svenja. (2018): Developing an assessment of epistemic trust: A research protocol. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, **21**. 3. sz. 121–131. DOI: 10.4081/ripppo.2018.330 (2023.06.03.)
- Sperber, Dan, Clément, Fabrice, Heintz, Christophe, Mascaro, Olivier, Mercier, Hugo, Origg, Gloria és Wilson, Deidre (2010): Epistemic Vigilance. *Mind and Language*, **25**. 4. sz. 359–393. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0017.2010.01394.x> (2023.06.03.)