

# A GENOVA EMOTION RECOGNITION TEST RÖVID VÁLTOZATÁNAK (GERT-S) MAGYARORSZÁGI VALIDÁLÁSA

Kovács Dóra

Károli Református Egyetem, Pszichológiai intézet, kovacsdoracsilla@gmail.com

## Kivonat

---

A tanulmány egy új multimodális érzelem felismerő skála, a Geneve Emotion Recognition Test rövid változatának (GERT-S) validitásvizsgálatát mutatja be. A teszt több nonverbális csatornán keresztül, a verbális tartalmakat kiiktatva, 14 érzelmet megjelenítve működik. A hosszabb változatát, a GERT-t, 598 fős magyar mintán próbálták ki, ahol a francia ajkú és német ajkú svájci mintához képest rosszabb eredmény született. Különösen a szorongás és a félelem felismerése ment nagyon nehezen a magyar válaszadóknak. Jelen vizsgálat a rövid változatot 379 fős mintán, négy másik teszttel hasonlítja össze, az Ekman 60 Arcszettel, a Szemekből Olvasás Teszttel (SZOT), a Bar-On Érzelmi Intelligencia Teszttel, és a Toronto Alexitímia Skálával (TAS-20). A SZOT teszttel közepesen erős, az Ekman 60 Arcszettel gyenge, de biztos együttjárást tapasztaltunk. A TAS-20 összértékkel és az Érzelmek kifejezése alskálával gyenge negatív kapcsolatot fedeztünk fel, a Bar-On Érzelmi Intelligencia teszttel pedig semmilyen szignifikáns kapcsolatot nem találtunk.

---

**Kulcsszavak:** érzelemfelismerés ▪ multimodális érzelemfelismerő teszt ▪ érzelmi intelligencia ▪ alexitímia

---

## Abstract

---

This study introduces the validation project of the short version of the Geneva Emotion Recognition Test (GERT-S). The test works through various nonverbal channels, eliminating verbal content and portraying 14 emotions. The longer version of GERT was tested on a Hungarian sample of 598 people, where a worse result was found than the French and German speaking Swiss sample. Especially the recognition of anxiety and fear was challenging for the Hungarian respondents. This current research compares the short version with four other tests: the Ekman 60 Test, the Reading the Mind on the Eyes Test, the Bar-On Emotional Intelligence Test and the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) on a sample of 379 people. We found moderately strong correlation with the Reading the Mind on the Eyes Test and weak but certain correlation with the Ekman 60 Test. We found weak correlation with the TAS-20 and the correlation with the Bar-On emotional intelligence is not significant.

---

**Keywords:** emotion recognition ▪ multimodal emotion recognition test ▪ emotion intelligence ▪ alexithymia

---

## BEVEZETÉS

*Érzelemfelismerés*

Az érzelmek helyes felismerése fontos funkciót tölt be életünkben, hiszen az érzelmek helytelen felismerése problémákat okozhat társas kapcsolatainkban. A pontos érzelemfelismerés szoros együtt járást mutat a mentalizációs képességekkel, és számos vizsgálat igazolta, hogy az érzelmek nem megfelelő felismerése jellemző lehet pszichiátriai megbetegedésekre. Autizmusban (Baron-Cohen, 1997; Ashwin, Chapman, Colle, & Baron-Cohen, 2006; Uljarevic & Hamilton, 2013) depresszióban (Hale, 1998; Lepponen és mtsai 2004), szkizofréniában (Cutting, 1981; Kohler, Walker, Martin, Healey, & Moberg, 2010; Kohler et al., 2003; Foa, Gilboa-Schechtman, Amir, & Freshman, 2000; és Brune, 2005), evészavarokban (Kessler, Schwarze, Filipic, Traue, & von Wintersheim, 2006), antiszociális személyiségzavarban (Kosson, Suchy, Mayer, & Libby, 2002) és borderline személyiségzavarban (Wagner & Linehan, 1999) csökkent érzelemfelismerés figyelhető meg. Az érzelemfelismerés szoros kapcsolatban áll az érzelmi intelligenciával, és ezen képességek feltérképezésére is használják (Petrides & Furnham, 2003).

*Érzelemfelismerő tesztek*

Az érzelemfelismerés mérésére több módszer is rendelkezésünkre áll. Az egyik legkézenfekvőbb, ha azt vizsgáljuk, hogy az adott személy mennyire képes olvasni mások nonverbális jeleiből. Érzelmünk legfontosabb kifejezője az arc, így aki könnyebben le tudja olvasni a másik érzelmeit annak arcáról, jobban boldogul a szociális térben. Azonban, ha a személy téves felismerésre jut, az nem megfelelő társas viselkedéshez vezethet. Számos olyan érzelem felismerési tesztet használnak, melyek az arcon megjelenő érzelmek dekódolásának helyességét vizsgálják. A kutatásokban leginkább Ekman és Friesen (1976, 1978) által validált, ingeranyagokon alapuló tesztek terjedtek el. A legismertebb ilyen teszt az Ekman 60 Arcsteszt és az Érzelmi Hexagon Teszt. Az Ekman 60 Arcsteszt az alapérzelmeket kifejező arcképek gyűjteményét alkalmazza. Az alapérzelmelek a különböző kultúrákban azonosak, ez a 6 egyetemes alapérzelem az öröm, a harag, a szomorúság, a félelem, a meglepetés és az undor. Az Ekman 60 Arcstesztben 60 kép szerepel, melyeken tíz személy mutatja be a hat alapérzelmet, ezeket kell a vizsgált személynek felismernie.

Az Érzelmi Hexagon Teszt 120 grafikusán módosított arcképet tartalmaz, itt az érzelmek azonosítása nehezebb. Magyarországon kutatási céllal leginkább az Ekman 60 Arcstesztet használják, ennek hazai adaptációja, validálása Rózsa Sándor és munkatársai (2012) nevéhez fűződik.

Egy másik érzelem felismerő teszt a Baron-Cohen által kidolgozott Reading the Mind in the Eyes Test, (RMET) magyarul Szemekből Olvasás Teszt (SZOT). Ez 36 képet tartalmaz, melyek csak a szemeket és szem környéki izmokat mutatják. A teszt során minden képnél négy érzelem közül választhat a vizsgálati személy. A magyar fordítást és a magyarországi adaptációt Ivády Rozália Eszter végezte (Baron-Cohen, Wheelwright, & Hill, 2001; Baron-Cohen, 2006; Ivády és Takács, 2005).

Az eddig felsorolt tesztek csak vizuális ingerekkel és állóképekkel dolgoztak. Később megjelentek audio-vizuális ingereket használó érzelemfelismerő tesztek is. A leggyakrabban használt ilyen tesztek a Diagnostic Analysis of Non-verbal Accuracy (DANVA), az Emotional Recognition Index (ERI) és a Multimodal Emotion Recognition Test (MERT). A DANVA (Nowicki & Carton, 1993) teszt-csomag négy alap érzellel dolgozik (düh, félelem, öröm és szomorúság), melyeket 24 arckifejezésen és 24 hangfelvételen keresztül mutat be. Az ERI (Scherer & Scherer, 2011) tesztben a vizsgált személynek öt érzelem közül kell választani, 30 kép és 30 hangfelvétel bemutatása során. A MERT (Bänziger, Grandjean, & Scherer, 2009) teszt képeket, videókat, hanganyagot és audio-video felvételeket is tartalmaz, 30 portrén mutat be 10 érzelmet. Az itt felsorolt skálák közül a MERT skála az egyetlen, melyben audio-vizuális elemek is vannak.

### *GERT*

2014-ben Schlegel, Grandjean és Scherer fejlesztették ki a Genova Emotion Recognition Test (GERT) skálát, mely több újdonságot is hozott. A teszt azt méri, hogy ki mennyire képes felismerni egy videoklipben bemutatott személy arckifejezéséből, mimikáiból, gesztusaiból, hangjából, hangszínéből, hangletjtéséből a bemutatott személy érzelmeit. Az egyes érzelmeket színészek mutatják be egy-egy rövid videoklipben. A felvételeken a színészek a különböző érzelmeket úgy jelenítik meg, hogy a beszédet egyfajta érthetetlen, fiktív nyelvvel utánozzák. Ezen keresztül a teszt bár felhasználja a beszédet, mégis független marad a nyelvtől, azaz a vizsgált személyt a verbális információ elvileg nem befolyásolja. Mivel a teszt független a nyelvtől, bármelyik országban könnyedén felvehető és adaptálható. A teszt során 14 érzelmet mutatnak be, melyek a következők: büszkeség, öröm, vidámság, élvezet, megkönnyebbülés, érdeklődés, meglepődés, szorongás, félelem, kétségbeesés, szomorúság, ingerültség, düh és undor. A 14 kiválasztott érzelemből 12 lefedi az érzelmi kvadráns érzelmeit. Pozitív-magas arousallal jár az öröm, a vidámság és a büszkeség, míg pozitív-alacsony arousallal a megkönnyebbülés, az érdeklődés és az élvezet. A negatív érzelmek közül magas arousal szinttel jár a düh, a félelem és a kétségbeesés, míg alacsony arousallal a szorongás, az ingerültség és a szomorúság. Ezen kívül még az a két alapérzelem került be a 14 közé, melyek az érzelmi kvadránsszerinti csoporto-

sítás alapján kimaradtak volna: ezek az undor és a meglepődés (Schegel, Grandjean,&Scherer, 2014/a). A teszt kitöltése során minden bemutatott klip után az 1. ábrán bemutatott módon, egy körben elrendezve megjelenik a 14 érzelem neve, a vizsgált személy ezek közül választja ki, hogy szerinte a klip melyik érzelmeket mutatta be. A teszt belső konzisztencia mutatói és a teszt-reteszt reliabilitási mutatók megbízhatósága jó, a módszer a svájci mintában érvényes. A teszt különlegessége, hogy az érzelmek széles skáláját, a mikroérzelmeket is vizsgálja. Több tanulmány is rendelkezésünkre áll a teszttel kapcsolatos eredményekről (Schlegel, Grandjean,&Scherer, 2014a; 2014b). A GERT tesztet először német, majd francia anyanyelvű egészséges svájci személyekkel vették fel. A teszt jelenleg a következő nyelveken érhető el: francia, német, angol, holland, olasz, mandarin és magyar (Swiss center for Affective Sciences, n.d.).

1. ábra. A GERT és a GERT-S tesztben a választható érzelmek elrendezése



A teszt megalkotásához a Rasch-modellt használták, mely alapvetően egy képességeket mérő, modellező eljárás (Rasch, 1960). A modell lényege, hogy az elvégzendő feladatok nehézségét, valamint a feladatot elvégző vizsgálati alany képességét (melyet a feladat elvégzéséhez használnia kell) azonos skálán méri. A modell segítségével a vizsgálati alanyok képessége, valamint a vizsgálatban használt feladatok tulajdonságai egyszerre értékelhetők.

A teszt rövidített változatát, a GERT-S-t 2015-ös vizsgálatban közölték. Ez a teszt csak 42 klipet használ, minden érzelmét 3 klipben jelenít meg. Schlegel és Scherer (2016) összehasonlították a GERT-S-t más érzelemfelismerő tesztekkel és pozitív korrelációt találtak a Culture Fair Intelligence Test-el (CFIT), a Situational Test of Emotional Understanding-val (STEU), a Situational Test of Emotion Management-el (STEM), a Diagnostic Analysis of Nonverbal Accuracy (DANVA) arceszttel, és a DANVA hangteszttel.

A teszt hosszabb, 88 klipet tartalmazó változatát (GERT) 2014-ben egy 614 főből álló magyar mintán vették fel (Kovács, 2017). A kapott eredmények szerint a teszt összeredménye 56%-os találati arány volt. Ez elmaradt a német nyelvű svájci minta 67%-os és francia nyelvű svájci minta 70%-os eredményétől. A magyar mintán a megkönnyebbülést (0,75%) és az élvezetet (0,70%) ismerték fel a legtöbben, míg a legkevésbé felismert érzelmek a szorongás (0,33%) és a félelem (0,36%) voltak. A szorongás fel nem ismerése kapcsán a hibázások elemzése is megtörtént, a szorongást leggyakrabban félelemnek, érdeklődésnek, meglepődésnek vagy kétségbeesésnek gondolták. A félelmet az esetek több mint a felében kétségbeesésnek detektálták a magyar válaszadók, ezen kívül a düh, a szorongás és az ingerültség jelent meg válaszaikban. A vizsgálat második felében egy 58 fős mintán teszt-reteszt reliabilitás vizsgálat is történt, ahol a két különböző időpontban (a két időpont között 7-10 nap telt el) történt tesztfelvétel eredményei között szignifikáns együtt járás volt tapasztalható (Kovács, 2017).

## CÉLKITŰZÉSEK

Jelen vizsgálat elsődleges célja a GERT rövidített változatának (GERT-S, Schlegel&Scherer, 2016) magyarországi validitás vizsgálata. Összesen 379 egészséges magyar személy töltötte ki a tesztet, négy másik teszt mellett. A vizsgálat további célja volt a GERT-S két másik érzelemfelismerő tesztel, az Ekman-60 Arcstesztel és SZOT tesztel való összevetése, valamint a Toronto Alexitímia Skálával (TAS-20) és a Bar-On Érzelmi Intelligencia Skálákkal való együttjárások vizsgálata. Célunk volt még a hibázások eloszlásának elemzése, illetve a 2 évvel ezelőtti GERT vizsgálatban talált hibázások eloszlásával való összehasonlítása.

## MÓDSZEREK

A vizsgálatban 416 magyar személy vett részt, közülük 379 személy töltötte ki teljesen a GERT-S tesztet és végül az ő válaszaik kerültek elemzésre. A 379 személy (átlagéletkor: 33,6+ 12,13 év) közül 254 volt nő (átlagéletkor: 33,38+ 12,31) 125 pedig férfi (átlagéletkor: 33,61+ 11,84). Ahogy az eredeti teszt sem használt egyéb demográfiai adatokat, így jelen vizsgálatban sem vettünk fel egyéb adatokat a kitöltőkről (Schlegel & Scherer, 2016).

A vizsgálati személyek a teszteket 2016 szeptembere és 2017 májusa között töltötték ki. A vizsgálat a 295/2016/P intézeti etikai engedéllyel rendelkezik. A vizsgálati személyek minden esetben beleegyező nyilatkozat kitöltése után kezdték meg a tesztek kitöltését. A tesztek közül az Ekman 60 Arcsteszt minden esetben személyes tesztfelvétellel történt, a vizsgálati személyeknek egy képernyőn vetítettük le az arcokat, válaszaikat pedig egy papír alapú tesztlapon rögzítettük.

zítették. A többi négy tesztet a vizsgálati személyek személyes kódjuk beírása után két napon belül internetes felületen teljesítették. Válaszaikat a program elmentette és Excel file formájában tárolta.

## TESZTEK

**GERT-S** teszten kívül a vizsgálati személyek négy másik tesztet töltöttek ki. Ezek a következők voltak:

Az **Ekman 60 Arcsteszt** (Ekman & Friesen, 1976) a 6 alapérzelem (öröm, meglepődés, szomorúság, undor, düh és félelem) felismerési pontosságát méri. A vizsgálati személynek véletlenszerű sorrendben mutatják be a 60 arcképet, mind a 6 alapérzelemről 10 képet. Az egyes képek 5-5 másodpercig láthatók. A tesztsomag 10 színészből (6 nő és 4 férfi) készült fényképeket tartalmaz. A tesztkitöltő feladata, hogy a rövid ideig látott arcról eldöntse, hogy a 6 érzelem közül melyiket jeleníti meg. A következő arckép addig nem jelenik meg, míg a vizsgálati személy nem döntött az adott érzelméről. Hazai adaptációja során a Cronbach-alfa értéke megfelelőek voltak: 0,71 és 0,88 közé estek. A validálás során a Szemekből Olvasás Teszttel, a Toronto Alexitímia Skálával, a Big Five Inventory-val (BFI), a Bar-On EQ Skálával, Pozitív és Negatív Affektivitás Skálával, Beck Depresszió Kérdőívvel vetették össze és az összehasonlító eredmények a teszt érvényességét támasztották alá (Rózsa és mtsai, 2012).

A **Szemekből Olvasás Teszt** (SZOT) eredetileg a mentalizálás vizsgálatára készült (Baron-Cohen, Jolliffe, Mortimore & Robertson, 1997). Jelen változata 36 képet tartalmaz, melyek a szemről illetve annak környékéről készültek, s a vizsgálati személynek mindegyik képnél négy érzelem közül kell kiválasztani azt, amelyik szerinte legjobban leírja a képen szereplő személy érzését. A tesztnek nincsen időkorlátja, a kísérleti személynek lehetősége van alaposan átgondolnia döntését. A teszt gyakran alkalmazott módszer autisták és Asperger-szindrómában szenvedők körében, akiknél ugyan általában az átlagos övezetbe esik az intelligencia szintje, szociális és kommunikációs készségeik nagyon gyengék (Baron-Cohen et al., 2001). A teszt pozitívan korrelál a Bar-On EQ-i teszt Empátia alskálájával, a TAS-20 teszt által mért alexitímiával pedig negatív együttjárást mutat (Nagy, 2010). A magyar fordítás és a magyarországi adaptáció Ivády Rozália Eszter és Takács Boglárka munkája (2005).

A **Toronto Alexitímia Skála** (TAS-20) az érzelmi élet beszűkülésének, az alexitímiának mérésére szolgáló, önkitöltős teszt, melyet Bagby, Parker és Taylor fejlesztett ki 1994-ben. 3 alskálája van, melyek az érzelmek azonosításának nehézségét, az érzelmek kifejezésének nehézségét és a pragmatikus gondolko-

dást mérik. A teszt mindössze 20 kérdést tartalmaz, nemzetközileg elismert, gyakran használt skála. Megbízhatóságát és érvényességét számos vizsgálat alátámasztotta. Magyarországon is elterjedt mérőeszköz, Cserjés és munkatársai 2007-es vizsgálati eredményei a nemzetközi kutatási eredményekhez hasonlóak voltak. Az Ekman 60 Arceszt magyarországi validálás vizsgálatánál is ezt a tesztet használták (Rózsa és mtsai, 2012).

**A Bar-On Érzelmi Intelligencia Kérdőívet** (Bar-OnEQ-i) Bar-On dolgozta ki 1997-ben. A kérdőív 121 tételből áll, és széles körben alkalmazott önjellemző módszer, amely a társas kapcsolatok és az érzelmi működés 15 fontos összetevőjét méri fel. A 15 alszkála 5 dimenzióba szerveződik: intraperszonális érzékenység (pl. magabiztosság, önbecsülés), interperszonális érzékenység (pl. társasfelelősségtudat, empátia), alkalmazkodás (pl. problémamegoldás, rugalmasság), stressz kezelés (pl. stressz tűrés, impulzuskontroll) és általános hangulat (pl. boldogság, optimizmus). A teszt kitűnő pszichometriai mutatókkal rendelkezik, teszt-reteszt reliabilitása, konstruktumvaliditása és prediktív validitása is igen magas (Bar-On, 2007). Magyarországon a kutatási céllal alkalmazott teszt megbízhatósági mutatói 0,72 és 0,85 közé estek (Rózsa és mtsai, 2007).

## EREDMÉNYEK

### *A GERT-S általános jellemzői az alkalmazott mintán*

A tesztkitöltők helyesen válaszoltak a kérdések 63,85 %-a esetében. Ez az eredmény sokkal jobb, mint a GERT hosszabb változatában nyújtott eredmény (52,35%). Ugyanakkor mindkét tesztben az élvezetet és a megkönnyebbülést ismerték fel a legjobban a vizsgálati személyek, legkevésbé pedig a félelmet és a szorongást. A félelem és a szorongás felismerésének kivételével mindegyik érzelem felismerési aránya jobb a GERT-S-ben, mint a GERT-ben. Mivel ez a cikk nem a két verzió összehasonlítására, hanem a többi tesztrel való összehasonlításra fókuszál, így csak érintőlegesen említék meg néhány eredményt. A GERT-S-ben jobb az élvezet felismerése (84% szemben a 70%-kal), az undor felismerése (66% szemben az 55%-kal), az érdeklődés felismerése (78% szemben az 54%-kal), meglepődés felismerése (64% szemben az 54 %-kal) és az ingerültség felismerése (58% szemben a 45%-kal).

A 1. táblázatban látható, hogy egy adott érzelmet megjelenítő klipek között is vannak különbségek. Míg egyes érzelmeket, mint például a megkönnyebbülés, az öröm, a düh, az ingerültség vagy a félelem, mindhárom klipben hasonló arányban ismerték fel, akadnak olyan érzelmek, melyek esetében a klipek felismerési rátája igen nagy eltérést mutat. A legnagyobb eltérést az undor felisme-

rése mutatja, ugyanis az egyik klipet a válaszadók 98 százalékos pontossággal ismerték fel, míg a másikat csupán 29 százalékos pontossággal. Nagy különbséget mutatott még a szorongás és a meglepődés is.

**1. táblázat.** A vizsgált érzelmet bemutató klipek felismerési százalécai

Érzelem	A vizsgált érzelem első klipje	A vizsgált érzelem második klipje	A vizsgált érzelem harmadik klipje	Átlag	Szórás
Megkönnyebbülés	0,82	0,80	0,85	0,82	2,52
Élvezet	0,83	0,74	0,95	0,84	10,54
Szomorúság	0,74	0,75	0,83	0,77	4,93
Vidámság	0,50	0,74	0,79	0,68	15,50
Öröm	0,65	0,68	0,70	0,68	2,52
Düh	0,70	0,60	0,71	0,67	6,08
Büszkeség	0,50	0,81	0,61	0,64	15,72
Undor	0,72	0,29	0,98	0,66	34,85
Érdeklődés	0,63	0,92	0,78	0,78	14,50
Kétségbeesés	0,53	0,69	0,51	0,58	9,87
Meglepődés	0,41	0,70	0,80	0,64	20,26
Ingerültség	0,53	0,64	0,57	0,58	5,57
Félelem	0,31	0,27	0,27	0,28	2,31
Szorongás	0,20	0,56	0,21	0,32	20,50

Összehasonlítva a GERT hosszabb verziójával úgy tűnik, hogy a félelmet bemutató klipek közül a magyar válaszadók számára nehezebben felismerhetők kerültek bele a rövidített változatba, hiszen a hosszú változatban volt 61%-os és 51%-os felismerése arány is, ezek azonban a rövid változatban már nincsenek benne. A szorongás felismerése a hosszabb változatban összességében 33% volt, de volt olyan klip, amelyiket 85%-ban és volt olyan, amit csak 15%-ban ismertek fel a válaszadók.

A két legnehezebben felismert érzelem esetében a hibázásokat elemezve nagyon hasonló eredmények tapasztalhatók, mint a hosszabb változatban. A félelmet ebben a vizsgálatban is a legtöbb esetben kétségbeesésnek véleményezték a vizsgálati személyek (33,5%), de jellemző volt még a dühvel (17%) és az ingerültséggel (14,5%) való összekeverés is. A szorongást leggyakrabban félelemnek (24,7%) detektálták a válaszadók, kisebb hányaduk érdeklődésnek (13%) illetve meglepődésnek (9%) gondolta azt.



*Nemi és életkorbeli különbségek*

Az egész tesztre vonatkozóan a nők szignifikánsan jobban teljesítettek, azaz nagyobb százalékban ismerték fel helyesen az érzelmeket ( $t=-2,987$ ,  $p=0,0003$ ). Érzelmekre lebontva, az alábbi érzelmek felismerése esetében található szignifikáns nemi különbség: vidámság ( $t=-2.487$ ,  $p=0.0133$ ), élvezet ( $t=-2.007$ ,  $p=0.045$ ) valamint szomorúság ( $t=-3.075$ ,  $p=0.0023$ ). Az egész teszt eredményére jellemző, hogy emelkedő életkorral romlik a teljesítmény ( $r=-0,19$ ,  $p=0,0002$   $C95 = (-0,285; -0,091$ ). Az életkor növekedésével a következő érzelmek felismerése csökken: düh ( $r=-0,169$ ,  $p=0,001$ ), meglepődés ( $r=-0,158$ ,  $p=0,002$ ), undor ( $r=-0,111$ ,  $p=0,030$ ), félelem ( $r=-0,111$ ,  $p=0,030$ ) és szomorúság ( $r=-0,124$ ,  $p=0,016$ ).

A teszt reliabilitásértéke (Cronbach-alfa) 0,67 volt, mely elmarad a Schlegel és Scherer 2016-ban közölt 0,80 és 0,83-as értékektől (Schlegel & Scherer, 2016). A szerzőkazonban hangsúlyozzák, hogy egy 2016-os metaanalízis szerint az multimodális érzelmfelismerő tesztek reliabilitás értékei alacsonyabbak, a cikkben szereplő vizsgálatok Cronbach-alfa értékek átlaga 0,60 volt (Boone & Schlegel, 2016).

*A teszt összehasonlítása más érzelmfelismerő tesztekkel, valamint érzelmi intelligencia és alexitímia tesztekkel.*

A két érzelm felismerő teszt közül az Ekman 60 Arcesztel a GERT-S összeredménye nem magas, de szoros szignifikáns együtt járást eredményezett ( $r=0,298$ ). Az Ekman 60 Arcesztel összeredményével az élvezet felismerése mutatta a legszorosabb kapcsolatot. A SzOT teszttel közepesen erőskapcsolatot volt tapasztalható ( $r=0,323$ ). A Toronto Alexitímia Skála és a GERT-S közötti kapcsolat leginkább az érzelmek kifejezése terén mutatkozott meg ( $r=-0,220$ ). A Bar-On Érzelmi Intelligencia Kérdőív és a GERT-S között elhanyagolható az együttjárás. A 2. táblázat a GERT-S teszt és egyes alskáláinak a többi négy teszttel való korrelációs értékeit szemlélteti.

**2. táblázat.** A GERT-S és alszállainak a többi négy teszttel való korrelációs értékei. (szignifikancia értékek: \* p<0,05, \*\*p<0,01, \*\*\*p<0,005)  
(rövidítések: Megkönny.= megkönnyebbülés, Kétség.= kétségbeesés, intrapersz.=intrapersonális, interpersz.=interperszonális)

	Düh	Büszkeség	Öröm	Vidámság	Élvezet	Megkönny.	Érdeklődés	Meglepődés	Szorongás	Félelem	Kétség.	Szomoruság	Undor	Ingerültség	GERT
<b>Ekman</b> (N=330)	0,007	0,009	0,164**	0,127*	0,243***	0,008	0,009	0,007	0,110*	0,006	0,009	0,119*	0,084	0,142**	0,298***
<b>Szot</b> (N=383)	0,114*	0,09	0,09	0,09	0,165**	0,169**	0,09	0,120*	0,08	0,132*	0,08	0,198***	0,128*	0,179***	0,323***
<b>TAS 20</b> (N=349)															
Érzelmekek azonosítása	0,01	-0,1	-0,141**	-0,062	-0,093	-0,039	-0,027	-0,03	-0,002	-0,066	-0,004	0,003	-0,057	-0,082	-0,124*
Érzelmekek kifejezése	-0,045	-0,126*	-0,211**	-0,089	-0,118*	-0,082	-0,028	-0,084	-0,055	-0,125*	0,052	0,053	0,1	-0,138**	-0,220***
Pragmatikus gondolkodás	-0,046	-0,029	0,018	0,04	0,044	0,023	0,026	0,016	0,076	0,082	-0,063	0,026	0,047	0,032	0,053
Alexitimia	-0,03	-0,121*	-0,164**	-0,057	-0,088	-0,04	-0,03	-0,048	-0,061	-0,003	-0,013	-0,012	-0,058	-0,096	-0,146**
<b>Bar-On EQ</b> (N=373)															
Intrapersz. jellemzők	0,06	0,01	0,03	-0,03	0,04	0,05	-0,07	0,03	0,08	0,180***	-0,03	-0,08	0,06	0,09	0,08
Interpersz. jellemzők	0	0,07	0,01	0,04	0,04	0,06	0,01	0	0,01	0,114*	0	-0,02	0,05	0,08	0,09
Adaptáció	0,03	0,01	0,01	-0,02	0	0,04	-0,09	0,05	0,06	0,123*	-0,08	0,1	0,03	0,07	0,03
Stressz kezelés	0,02	0,11	-0,04	0	0,03	-0,01	-0,09	0,124*	0,05	0,06	-0,01	-0,169**	-0,07	-0,07	0,02
Általános hangulat	-0,01	-0,02	-0,03	-0,05	-0,03	0,03	-0,06	0,02	0,01	0,162**	-0,05	-0,1	0,04	0,04	-0,01

## DISZKUSSZIÓ

Jelen vizsgálat célja a GERT-S-nek (Schlegel és Scherer, 2016) magyarországi validitás vizsgálata volt, melynek során a GERT-S-t két másik érzelem felismerő teszttel, egy alexitímia skálával és egy érzelmi intelligencia mérő teszttel hasonlítottuk össze. A GERT-S magyarországi vizsgálata során a nagy elemszámú mintán felvett adatok számos érdekes eredménnyel szolgáltak. Először is, mint a GERT hosszabb verziójában, ebben a tesztben is a magyar nyelvű válaszadónak a szorongás és a félelem felismerése ment a legnehezebben. Mindenképpen említésre érdemes, hogy Rózsa 2012-es vizsgálatában, hasonlóan jelen vizsgálat eredményeihez, az Ekman 60 Arcesztben a félelmet ismerték fel legkevésbé a válaszadók, (Rózsa vizsgálatában 6,96 átlagértéket értek el a magyar 40 és 60 év közöttiek, az én mintámon pedig mindössze 6,48 volt az átlagértéke a félelem pontszámának). Ugyanakkor a GERT hosszabb változatában a külföldi mintákon nem a félelem volt a legrosszabbul felismert érzelem, hanem a kétségbeesés és a meglepődés. Felmerül a kérdés, hogy a vizsgálatban szereplő magyar anyanyelvű válaszadók nehezebben ismerik fel a félelmet és a szorongást, vagy inkább egyes klipekben bemutatott érzelmek nehezebben értelmezhetők a számunkra? Elképzelhető az is, hogy intenzívebb náluk a mindennapi szorongás, és éppen ezért már kevésbé ismerik fel, és más érzelmekkel összekeverik. A magyar mintán ebben a tesztben a félelmet az esetek egyharmadában kétségbeesésnek detektálták, kisebb arányban pedig dühnek vagy ingerültségnek. A szorongást általában félelemnek, érdeklődésnek vagy meglepődésnek gondolták. Ismert tény, hogy a meglepődés és a félelem a két leginkább összekeverhető alapérzelem, és már az Ekman tesztben is az egyik legtöbbször összekevert két érzelem volt (Rózsa, 2012). Jelen vizsgálatban a szorongást keverték olykor a félelemmel, olykor a meglepődéssel. A vizsgált személyek nálunk a szorongást többnyire egy intenzívebb érzelemnek gondolták, mint ahogy a félelmet is gyakran kétségbeesésnek detektálták. A vizsgálatból az derült ki, hogy a kisebb intenzitású érzelmek detektálása ment rosszabbul a válaszadóknak. Elképzelhető, hogy a kulturális különbségek leginkább itt tudtak megjeleníteni. Többen leírták, hogy a félelem érzésénél a legnagyobb az arc izommozgásainak a variabilitása (Ekman, Friesen, & Hager, 2002; Rózsa, 2012). Emiatt talán másképp mutatkozik meg a félelem itthon, mint ahogyan tesztben szereplő svájci színészek azt megjelenítik. Vajon mi lenne az eredmény, ha magyar színészekkel vennénk fel ezeket a klipeket? Ők talán másképpen fejeznék ki a félelmet és a szorongást, ezért jobb eredmény születne? Amint már az korábban is felvetődött (Kovács, 2017), az is lehetséges, hogy az „anxiety” szó és a szorongás szó nem pontosan ugyanazt jelenti. Lehetséges, hogy az angol „anxiety” szó erőteljesebb érzelmeket fejez ki, mint a magyar szorongás szó. Hasonlóan a „fear” szó is intenzívebb érzelmeket takarhat, mint a magyar félelem szó, és emiatt voksoltak a válaszadók intenzívebb érzelmekre. Kérdés, hogy ha aggodalom szerepelt volna a

szorongás helyett, és ha rémület szerepelt volna a félelem helyett, akkor vajon több jó eredmény született volna-e. Ugyanakkor az is lehetséges, hogy a magyar válaszadók szélsőségesebbnek vélték a megjelenített érzelmeket, és az apróbb jeleket kevésbé vették figyelembe. Ezen problémák kiküszöbölésére az egyik lehetséges út talán az lehetne, ha elkészítenénk a tesztmagyar változatát, magyar színeszkekkel. Ezzel persze a teszt egyik nagy értékét veszítenénk el, azaz, hogy bármely országban felvehető. Egy másik lehetőség az lehetne, hogy további vizsgálatokat kellene végezni a skála pontozásának változtatására, felvetődhet, hogy vajon nem elfogadható-e a magyar mintán a félelem detektálásánál a kétségbeesés is helyes válasznak, hiszen a válaszadók 61,5%-a a kettő közül valamelyiket választotta. Bár ez a felvetés is messze vezethet, kérdés, hogy vajon az-e a helyes, amit a többség annak tart.

A vizsgálat fő célja az volt, hogy a GERT-S eredményeit az Ekman 60 Arc-teszttel és a Szemekből Olvasás Tesztekkel hasonlítsuk össze. Az Ekman 60 Arc-tesztnél ugyan gyenge, de szoros együtt járás, a Szemekből Olvasás Tesztnél pedig közepesen erős együtt járás tapasztalható. Ezt a korrelációs együtthatót annak a fényében kell értékelnünk, hogy 2017-ben megjelent egy olyan metaanalízis, mely 103 érzelemfelismerő tesztről szóló vizsgálat tesztek közti korrelációs adatait elemezte, és 0,19-es átlag korrelációt talált (Schlegel és mtsai, 2017). Ezen eredményekből látszik, hogy az érzelemfelismerő tesztek közti kapcsolatoknál nem várható magas korrelációs érték. Egy másik 2017-es közlemény is ezt támasztja alá, ebben a tanulmányban Schlegel holland és francia mintákon végzett GERT eredmények más érzelemfelismerő skálákkal való korrelációs értékeit mutatja be. A korrelációs értékek 0,19 és 0,61 között helyezkednek el, a GERT és a MERT között 0,56-os korrelációt, a GERT és az ERI között 0,29-es korrelációt, a GERT és a MiniPons között holland mintán 0,19-es korrelációt, francia mintán 0,43-as korrelációt találtak a kutatók. (Schlegel, Boone, & Hall, 2017). Ezen eredményekkel összevetve a magyar minta 0,298-as és 0,323-es értéke jónak számít, ami azt jelenti, hogy a teszt a félelem és a szorongás terén mért gyenge teljesítmény ellenére a GERT-S jól méri az érzelem felismerést.

A GERT-S a Bar-On Érzelmi Intelligencia Kérdőívvel nem mutatott jelentős kapcsolatot, ez az eredmény is alátámaszthatja azt az elgondolást, hogy az érzelemfelismerés képességmérő tesztekkel más eredményt hoz, mint az önbevalló tesztekkel (Rózsa, 2012). A TAS skálát tekintve, mindössze az érzelmeik kifejezése és a GERT összértéke közt figyelhető meg egy biztos, de gyenge kapcsolat. Itt is Schlegel (2017) holland mintán felvett eredményeit említeném meg, ahol szintén mindössze  $r = -0,20$  korrelációs együtthatóról számol be.

Mivel a szorongás és a félelem felismerése ment a legnehezebben a válaszadóknak, ezért érdemes lenne a vizsgálati személyekkel valamilyen szorongás-szintet mérő tesztet is végezni (pl. STAI), elképzelhető ugyanis, hogy ez is torzította az eredményeket. Akár az is szóba jöhet, hogy a későbbi kutatásokban

az eleve magas szorongásszinttel jellemezhető személyeket nem válogatjuk be a vizsgálatba.

## KITEKINTÉS

A teszt egészséges magyar populáción igen nagy elemszámban került felvételre. Így létrejött egy olyan viszonyítási alapunk melynek segítségével pontosabban mérhetnénk a különféle pszichiátriai kórképekben szenvedő emberek érzelmefelismerő képességét. A szorongás és az érzelmefelismerés kapcsolata is további vizsgálatokat igényelne, különös tekintettel arra, hogy az állapot és vonásszorongás hogyan befolyásolja különböző érzelmek pontos felismerését. Mindenképpen érdekes lenne a vonás szintű empátiával, a szituatív empátiával és a Davis-féle empátia faktorokkal együtt vizsgálni.

Nemcsak diagnosztikus, de terápiás felhasználása is megfontolandó, a klinikumban a mentalizációs terápiák hatékonyságát lehet vizsgálni vele.

A szakemberképzésben az empátiafejlesztő tréningek hatásának vizsgálatára is alkalmas lehet.

## IRODALOMJEGYZÉK

- Ashwin, C., Chapman, E., Colle, L., & Baron-Cohen, S. (2006). Impaired recognition of negative basic emotions in autism: a test of the amygdala theory. *Social Neuroscience* (1), 349–363.
- Baron-Cohen, S. (2006). *Elemi különbség. Férfiak, nők és a szélsőséges férfiagy*. Budapest: Osiris Kiadó, 252–255. (Eredeti: *The Essential Difference*. Fordította Ivády Rozália Eszter)
- Baron-Cohen, S., Jolliffe, T., Mortimore, C., & Robertson, M. (1997). Another advanced test of theory of mind: evidence from very high functioning adults with autism or Asperger Syndrome. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38, 813–822.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A., & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale I. Itemselection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research* (38), 23–32.
- Bagby, R. M., Parker, J. D. A. & Taylor, G. J. (1994). The twenty-item Toronto Alexithymia Scale II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of Psychosomatic Research* (38), 33–40.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., & Hill, J. (2001). The „reading the mind in the eyes” test, revised version: a study with normal adults, and adults with Asperger Syndrome or high-functioning autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* (42), 241–252.
- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i)*: Technical manual. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema* (18), suppl., 13–25.

- Bänziger, T., Grandjean, D., & Scherer, K. R. (2009). Emotion recognition from expressions in face, voice, and body. The Multimodal Emotion Recognition Test (MERT). *Emotion*, 9(5), 691–704.
- Boone, R. T. & Schlegel, K. (2015). Is there a general skill in perceiving others accurately? In J. A. Hall, M. Schmid Mast, & T. V. West (Eds.). *The social psychology of perceiving others accurately*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Brune, M. (2005). Emotion recognition, 'theory of mind,' and social behavior in schizophrenia. *Psychiatry Research*, 133(2–3), 135–147.
- Cutting, J. (1981). Judgement of emotional expression in schizophrenics. *The British Journal of Psychiatry*, 1391–6.
- Cserjési R., Luminet, O. & Lénárd L. (2007). A Torontói Alexitimia Skála (TAS-20) magyar változata: megbízhatósága és faktorvaliditása egyetemista mintán. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 62(3), 301–314.
- Ekman, P. & Friesen, W. V. (1976). *Pictures of facial affect*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Ekman, P. & Friesen, W. V. (1978). *Facial action coding system: Investigator's guide*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press.
- Ekman, P., Friesen, W. V., & Hager, J. C. (2002). *The Facial Action Coding System*. Second Edition. Salt Lake City: Research Nexus eBook. London: Weidenfeld & Nicolson.
- Foa, E. B., Gilboa-Schechtman, E., Amir, N., & Freshman, M. (2000). Memory bias in generalized social phobia: remembering negative emotional expressions. *J Anxiety Disord*, 14(5), 501–519.
- Hale, W. W. (1998). Judgment of facial expressions and depression persistence. *Psychiatry Research*, 80(3), 265–274.
- Ivány R. E. & Takács B. (2005). *Tudatelmélet és idegen-nyelv elsajátítás: városi legenda vagy valódi kapcsolat?* Magyar Kognitív Tudományi Alapítvány Éves Konferenciája. Tihany, 2005. január 25–27.
- Kessler, H., Schwarze, M., Filipic, S., Traue, H. C. & von Wintersheim, J. (2006). Alexithymia and Facial Emotion Recognition in Patient with Eating Disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 39, 245–251.
- Kohler, C. G., Turner, T. H., Bilker, W. B., Brensinger, C. M., Siegel, S. J., Kanes, S. J., ... Gur, R. C. (2003). Facial emotion recognition in schizophrenia: intensity effects and error pattern. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1768–1774.
- Kohler, C. G., Walker, J. B., Martin, E. A., Healey, K. M., & Moberg, P. J. (2010). Facial emotion perception in schizophrenia: a meta-analytic review. *Schizophrenia Bulletin*, 36(5), 1009–1019.
- Kosson, D. S., Suchy, Y., Mayer, A. R., & Libby, J. (2002). Facial affect recognition in criminal psychopaths. *Emotion*, 2, 398–411.
- Kovács D. (2017). Az empátia és érzelem felismerés mérési lehetőségei – Tapasztalatok egy új multimodális érzelemfelismerő skálával, a Genova Emotion Recognition Test (GERT)-el. *Psychologia Hungarica*, IV/1. 1–18.
- Leppanen, J. M., Milders, M., Bell, J. S., Terriere, E., & Hietanen, J. K. (2004). Depression biases the recognition of emotionally neutral faces. *Psychiatry Res*, 128(2), 123–133.
- Nagy H. (2010): *A képesség-alapú érzelmi intelligencia modell érvényességének empirikus elemzése*. Bölcsészdoktori disszertáció. Személyiség- és Egészségpszichológiai Program.

- Nowicki, S. Jr. & Carton, J. (1993). The measurement of emotional intensity from facialexpressions: The DANVA FACES 2. *Journal of Social Psychology*, 133, 749–750.
- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2003). *Trait emotional intelligence: behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. European journal of Personality*, 17(1), 39–57.
- Rasch, G. (1960). Probabilistic models for some intelligence and achievement tests. *Danish Institute for Educational Research*, 56.
- Rózsa S., Kálmán R., Kő N., Nagy H., Fiáth T., Magi A., ... Oláh A. (2012). Az érzelmi arcfelismerés jelentősége és mérése a pszichológiai kutatásokban: Az Ekman-féle érzelmi detekció teszttel szerzett hazai tapasztalatok. *Pszichológia*, 32(3), 229–251.
- Rózsa S., Paksi B., Kun B., Vargáné Cs. L. & Demetrovics Zs. (2007). *Érzelmi intelligencia és pszichoaktív szerhasználat zalaegerszegi középiskolások reprezentatív mintájában*. Előadás a Magyar Addiktológiai Társaság VI. Országos kongresszusán. Siófok, 2007. november 22–24. Programfüzet, 12. oldal
- Schlegel, K., Boone, R., T., & Hall, J. A. (2017). Individual Differences in Interpersonal Accuracy: A Multi-Level Meta-Analysis to Assess Whether Judging Other People is One Skill or Many. *Journal of Nonverbal Behavior*, 41, 103–137.
- Scherer, K. R. & Scherer, U. (2011). Assessing the ability to recognize facial and vocal expressions of emotion: Construction and validation of the Emotion Recognition Index (ERI). *Journal of Nonverbal Behavior*, 35, 305–326.
- Schlegel, K., Fontaine, J. R. J. & Scherer, K. R. (2017). The nomological network of Emotion Recognition Ability. Evidence from the Geneva Emotion Recognition Test. *European Journal of Psychological Assessment*. in press
- Schlegel, K., Grandjean, D. & Scherer, K. R. (2014a). Introducing the Geneva Emotion Recognition Test: An example of Rasch-based test development. *Psychological Assessment*, 26(2), 666–672.
- Schlegel, K., Grandjean, D. & Scherer, K.R. (2014b). Validity of the Geneva Emotion Recognition Test (GERT). 5th Consortium of European Research on Emotion Conference (CERE). Berlin, Germany, March 27–28.
- Schlegel, K. & Scherer K. R. (2016). Introducing a short version of the Geneva Emotion Recognition Test (GERT-S): Psychometric properties and construct validation. *Behavior Research Methods*, 48(4), 1383–1392.
- Uljarevic, M. & Hamilton A. (2013). Recognition of Emotions in Autism: a Formal Meta-Analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(7), 1517–1526.
- Wagner, A. W. & Linehan, M. M. (1999). Facial expression recognition ability among women with borderline personality disorder: implications for emotion regulation? *Journal of Personality Disorders*, 13(4), 329–44.

# A BOLDOGSÁGTÓL VALÓ FÉLELEM SKÁLA VALIDÁLÁSA

dr. Szabó-Bartha Anett – Takács Liza – dr. Takács Szabolcs

Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Klinikai  
Pszichológiai Tanszék, e-mail: szabobartha@gmail.com

---

## Absztrakt

A Fear of Happiness Questionnaire (Boldogságtól való félelem skála) magyar változatával immár Magyarországon is lehetőség adódott a boldogságtól való félelem jelenségének feltérképezésére. A jelen cikkben ismertetett validitás vizsgálat során (vizsgálati személyek száma= 349) megnéztük a skála belső konzisztenciáját, ellenőriztük a skála faktorait és teszteltük a konvergens validitását a Pszichológiai Jólét és az Élettel Való Elégedettség kérdőívek segítségével. A skála belső konzisztenciája megbízható lett (=0,871), a faktoranalízis az eredeti validálási kutatásokhoz hasonlóan kétfaktorosnak bizonyult, de az egyfaktoros modell tűnt a legjobb megoldásnak, tekintve hogy az eredeti szerzők is hasonló eredmények alapján az egyfaktoros modellt tartották meg. A skála konvergens validitása is jól teljesített, az Élettel Való Elégedettség Skálával negatív korrelációt találtunk, a Pszichológiai Jólét Skálával pedig egy alszála kivételével negatív korrelációt. Összességében a Boldogságtól való félelem Skála megbízhatónak bizonyult a magyar mintán.

---

**Kulcsszavak:** Boldogságtól való félelem ▪ Pszichológiai Jólét ▪ Élettel Való Elégedettség, validitás

---

## Abstract

The Fear of happiness questionnaire's hungarian version has given us a chance to examine the phenomenon of fear of happiness in Hungary. Since this is the first hungarian version of the scale we had to do a validation test. For this we had to examine the (n=349) internal consistency, the scale's factors and the convergence validity with two questionnaires: The Satisfaction with Life Scale and the Psychological Well-Being scale. The internal consistency of the scale became reliable (=0,871), the factor analysis indicated two factors just like in the original research but we followed the original study's method so we kept the one factor model. The convergent validity turned out to be great because we found a negative correlation between both the Satisfaction with Life Scale and the Psychological Well-Being Scale (except one subscale). In total the Boldogság Avezzió Skála seems to be reliable on the hungarian sample.

---

**Keywords:** Fear of Happiness, validation ▪ Psychological Well-being ▪ Satisfaction with Life Scale

---



## BEVEZETÉS

Nyugati kutatások azt a feltevést osztják, hogy a boldogság egy értékes cél, amire aktívan törekedni kell (Eid & Dienes, 2001, Held, 2002, Lyubormirsky, 2001, Menon, 2012). Ahogy az ezredfordulón Martin Seligman és Csíkszentmihályi Mihály (Seligman és Csíkszentmihályi, 2000) megfogalmazta a pozitív pszichológia alap gondolatát, az is azt erősítette meg az emberekben, hogy koncentráljanak a jóra, a pozitív aspektusokra, és hogy hogyan élhetnének teljesebb életet. Azonban a kutatások (Gilbert és mtasai, 2012; Joshanloo, 2013a, 2013b, Joshanloo és mtasai, 2014; Joshanloo és Weijers, 2014) azt mutatják, hogy vannak olyan egyének, akik számára nehéz a pozitív érzelmek megélése, sőt azok megjelenése esetén feszültség, félelem keríti hatalmukba őket. Megfigyelték ezt a jelenséget többek között a boldogság, öröm, biztonságérzet (pl. Gilbert et al., 2011), a mások iránt mutatott együttérzés, az önegyüttérzés, vagy például a másoktól kapott együttérzés esetében is (pl. Gilbert, McEwan, Matos, Ravis, 2011). Jelen cikkünkben egy olyan kérdőívet mutatunk be, amely ezek közül a boldogságtól való félelmet vizsgálja.

## FOGALMI MEGHATÁROZÁS

A jelenséggel kapcsolatban a legtöbb kutatás, és a boldogság averzió mérésére szolgáló eszköz kidolgozása Paul Gilbert és Mohsen *Joshanloo* nevéhez fűződik. Joshanloo (2013a, 2013b) meghatározásában a boldogságtól való félelem nem más, mint az az átfogó hiedelem, ami arra vonatkozik, hogy az egyén milyen mértékben tartja ésszerűnek keresni, illetve elkerülni a boldogságot. A boldogság averzióval jellemezhető egyénekre a boldogság megélése során egy erős bűntudat, szégyen, illetve az adott állapot elkerülése jellemző, többek között az azt követő negatív következményektől való félelem miatt.

Joshanloo és Weijers (2014) szerint a boldogságtól való félelemnek több típusát is elkülöníthetjük különböző szempontok alapján. Így az csoportosítható a következő pontok mentén:

- Indokok, amelyek miatt a boldogságtól félni kell (pl. túlvilági büntetés miatt; mások irigysége, versengése miatt; a boldogságot követő problémák, tragédiák bekövetkezése miatt).
- A boldogságtól való félelem nagysága, intenzitása alapján (például néhány ember csupán a túlzott boldogságtól fél).
- A boldogságtól való félelem típusa mentén (például a boldogság, mint élvezettől vagy az étellel való elégedettségtől, személyes boldogságtól való félelem).
- Ahogy a személy kapcsolatba kerülhet a boldogsággal (például boldognak lenni, kifejezni a boldogságot vagy aktívan törekedni rá).

## A BOLDOGSÁGTÓL VALÓ FÉLELEM KIALAKULÁSÁT MEGHATÁROZÓ TÉNYEZŐK

A jelenség vizsgálatakor számos olyan tényezőt kell figyelembe vennünk, melyek befolyásolják annak kialakulását: így lényegesek lehetnek a származási családban szerzett kora gyermekkori tapasztalatok, az érzelmek megélésére és kifejezésére vonatkozó intergenerációs családi minták, de figyelembe kell vennünk a különböző személyiségtényezők, illetve a kultúra hatásait is.

### *A kora gyermekkori tapasztalatok szerepe*

Vannak emberek, akik a pozitív érzelmeket - mint a biztonság, öröm, boldogság - nem kellemesnek élik meg, hanem éppen ellenkezőleg, az ijesztőnek hat számukra. Ennek egyik oka lehet, hogy az illető a múltban a kellemes élmények megélése után olyan következményeket tapasztalt, amik hatására a jövőben nem mer örülni a pozitív érzelmeknek. Ebben az esetben az illető kizár bizonyos pozitív érzelmeket a félelmei és averzív érzelmi emlékei miatt (Gilbert, 2010). Azoknál a gyerekeknél például, ahol büntetés követte, ha jól merték érezni magukat, olyan asszociációk vésődhetnek be, hogy az örömet valami rossz következmény terheli (Gilbert 2007). Ilyen esetben a pozitív érzelmek averzív kondicionálásáról beszélhetünk, amik az érzelmi memóriában tárolódnak tovább.

Depressziós személyek egy részénél leírták azt a jelenséget, amit úgy hívnak, hogy „*tabu örömök*”, vagyis félelem a boldogságtól (Arieti és Bemporad, 1980). Azt találták, hogy ezek az emberek általában nagyon erkölcsös vagy puritán családban nőttek fel, ahol a pozitív érzelmek nem voltak elfogadottak. Ez először hasonlíthat az anhedónia jelenségére - ami a depresszió egyik tünete-, viszont a kettő nem ugyanaz. Az anhedónia esetében ugyanis a személyek a pozitív érzelmek hiányát élik meg, miközben vágynak a pozitív érzelmek átélésére. A pozitív érzelmektől való félelemnél viszont a személyek elkerülik a pozitív érzelmeket, annak ellenére, hogy képesek lennének megtapasztalni, és átélni azokat.

És végül meg kell említenünk a boldogság megélésének a kötődéssel való összefüggéseit. Nem ritka, különösen, ha klinikai minták alanyait vizsgáljuk, hogy a pozitív érzéseket úgy, mint öröm, biztonságérzet, etc. bizonyos emberek fenyegetőként élik meg. (P. Gilbert et al., 2011). Például a „biztonság”, „biztos” és „meleg” érzések különösen erősen kapcsolódnak a szociális tapasztalatokhoz és hogy mennyire érezzük magunkat szociálisan biztonságban és milyen a kapcsolatunk a többiekkel. Gilbert és munkatársai (2008) úgy találták, hogy ezek a mutatók erős kapcsolatban állnak a biztosan kötődő típus kvalitásaival, és negatívan korreláltak a szorongóan kötődők esetében. Nem meglepő, hogy egy biztonságot átélő személy, aki úgy tud kíváncsi és érdeklődő lenni, hogy nem

kell félnie közben, sokkal jobban fel tudja fedezni a saját, valamint a másik érzelmi állapotait. A tudat, hogy egy veszélytelen helyre tudok visszatérni minden próbálkozásom után, magabiztosságot ad ehhez a felfedező úthoz. Így hát, azok a gyerekek, akik nem tapasztalják meg ezt a fajta támogatást és törődést, nehezen tudják csak kialakítani a veszélyérzetet szabályozó képességeiket, mindemellett gondjaik lehetnek azoknak a kognitív kompetenciáknak az érésével, amik az érzelmi feldolgozást és szabályozást végzik (Liotti és Gilbert, 2011).

### *A kultúra és a boldogság kapcsolata*

„Jobb félni, mint megijedni.”, „Sok nevetésnek sírás lesz a vége.”, „Ne igyunk előre, a medve bőrére.” Majd meglesz a böjtje.” „Az élet nem habos torta.” – csak néhány magyar szólás, mely az olyan pozitív érzelmi állapotokra vonatkozóan ad iránymutatást, mint az öröm, a siker, a boldogság. Az egyes érzelmeket tehát más értékkel ruházzák fel a különböző kultúrák, így többek között a boldogság megélését és kimutatását is kulturális és vallási előírások szabályozhatják (Eid, Diener, 2001; Kitayama és mtsai, 1997; Mesquita és Albert, 2007). Alapvető különbség van e tekintetben az individualista és kollektivisták társadalmak között. Ez utóbbinál a csoport érdeke áll előtérben, így az ahhoz való alkalmazkodás, illeszkedés határozza meg az egyén érzelmi megélését is. Ezzel szemben az individualista társadalmak az egyéni boldogságot, sikert, önmegvalósítást preferálják, így ezekben a társadalmakban a pozitív érzelmekek is könnyebben megélhetők és felvállalhatók.

Számos megfigyelés és tudományos kutatás azt igazolta, hogy bizonyos kultúrákban alapvetően negatív tulajdonságok, vagy hiedelmek kapcsolódnak a pozitív érzelmekekhez.

Így például Ázsiában nem minden helyzetben illedelmes kifejezni az örömet, így az egyének sokszor el is fojtják magukban ennek a kimutatását nyilvánosan. Miyamoto és munkatársainak (2010) vizsgálata kimutatta, hogy az Észak-Ázsiai emberek úgy vélik, ha kimutatják boldogságukat, azzal boldogtalanságot idéznek elő a körülöttük lévőkben (Miyamoto, Ma, 2011). A kínaiaknak mondása is van a jelenséggel kapcsolatban, mégpedig: „az extrém boldogság tragédiát szül.” Az ázsiai kultúrában sok helyen úgy gondolják, szükség van egy limitre a boldogsággal kapcsolatban (Bryant és Veroff, 2007). A japán kultúrában például a boldogság kockázatosnak tartott jelenség, ami akár szenvedést is okozhat (Minami, 1971). Létezik egy olyan kulturális mítosz is, hogy a boldogtalan emberek kreatívabbak, ami néhány feltörekvő művészt a boldogságtól való félelemre ösztönözhet, mert félnék a nagy boldogság által okozott írói válságtól (Fredrickson, Mancuso, Branigan, Tugade, 2000).

Az iszlám vallás szintén kritikus azokkal az emberekkel szemben, akik túlzottan boldognak látszanak. Náluk a boldog emberek azt a látszatot keltik, hogy

szórakozottak és emiatt nem tudnak koncentrálni Istenre, illetve morálisan és spirituálisan sérültek. Ellenben a szomorú embereket komolynak és mély érzésűnek tartják. A muszlimok azt vallják, hogy Mohammed próféta szerint a nevetés annak a jele, hogy valaki a világi boldogságban fürdőzik, pedig a sírás lenne az előnyben részesítendő (Joshanloo és mtsai, 2014).

Koreában él egy olyan kulturális hiedelem, hogyha most boldog vagy, akkor később kevésbé leszel az a jövőben (Koo és Suh, 2007).

Oroszországban a boldogság vagy a siker kimutatása irigységet, neheztelést, gyanút vált ki az emberekből, amiatt a hiedelem miatt, miszerint, ha valaki boldog vagy sikeres, azt biztosan erkölcstelen eszközökkel érte el (Lyubormirsky, 2001).

Íránban, az emberek kritikusan gondolkodnak a nevetésről (ami az egyik jele a boldogságnak) és előnyben részesítik a sírást. Szerintük a boldogság kéz a kézben jár a bűnnel, sekélyességgel, morális hanyatlással, amik rossz döntésekhez vezetnek, ezáltal számos okot adva a boldogságtól való félelemre (Joshanloo, 2013b).

Egyes Kelet-afrikai törzseknél az összetartozás és a konformitás a közösség mozgatórugója, így a szegény és a büntudat válik hangsúlyossá az egyéni boldogsággal kapcsolatban (Agbo, Ngwu, 2017). Versenyhelyzetben, nyereség esetén a nyertes nem repeshet az örömtől, hogy elérte a célját, és mások sem fogják őt túlzottan ünnepelni, hiszen úgy vélik, ez lealacsonyítja a vesztest és azokat, akiknek nem volt lehetősége versenyezni. Nézeteik szerint, aki *ünnepli* nyereségét az nem törődik a többiekkel, így antiszociálisnak és gonosznak tartják. Azonban erre nem csak Keleten találunk mintát. Pflug (2009) felmérésében azt találta, hogy német diákok az intenzív boldogság esetében gyakran tartottak attól, hogy az végül boldogtalansághoz vezet. Vannak továbbá olyan tradicionális keresztény hitvallású emberek is Nyugaton, akik hitükből eredően azt gondolják, a túlzott boldogság elsodorja Istentől a hívő embert, így óvatosan kell viszonyulni ezekhez az érzésekhez (Tatarkiewicz, 1976).

Tehát a boldogság nem univerzálisan előnyös és értékes elérendő célként jelenik meg az egyes kultúrákban és vallásokban, így ezek alapján az azok megélésére és kifejezésére vonatkozó elvárások és viszonyulások is változhatnak.

### *A személyiség és egyéb tényezők boldogság megélésre gyakorolt hatása*

Bizonyos vonásokkal rendelkező személyek (ilyenek az extravertió, egyetértés, lelkiismeretesség, érzelmi stabilitás) hosszútávon boldogabbak lehetnek, mint társaik (Soto, 2015). Agbo és Ngwu (2017) nigériai mintájukon azt vették észre, hogy az extravertió mind pozitív és negatív hatásban mérsékelte a boldogságtól való félelmet. Kettős szerepet játszik, mert a magas extravertió nem csak gyengíti a boldogság averzió pozitív hatását, de gátolják a negatívát is egy-

ben. Érdekes eredmény továbbá, hogy a lelkiismeretesség magas értéke aláásta a boldogságtól való félelem negatív hatását – bár elvárásaik alapján a lelkiismeretességet a konformitással, és a tradícióknak való engedelmességgel hozták összefüggésbe, melynek hatása azonban kevésbé érvényesült. Ennek oka lehet, hogy a lelkiismeretes emberek magatartása nem annyira a félelmen alapul, hanem azon, hogy óvatosak próbálnak lenni.

Gruber és munkatársai (2011) rámutattak, hogy helyzetfüggő, mikor lehetünk úgy boldogok, hogy annak jótékony hatása legyen. Az, hogy a boldogságot nagyra becsüli valaki, csak akkor fog boldogságot okozni, amikor a megélt szituáció valóban nagy eséllyel ezt az érzést okozza (Mauss, Tamir, Anderson, Savino, 2011). Ehhez viszont szükség van a megfelelő eszközökre, például rugalmas, adaptív érzelemszabályozási képességre (Gross, John, 2003, idézi Gruber, Mauss, Tamir, 2011), és a megfelelő önismeretre, hogy az illető tisztában legyen azzal, hogy mi teheti igazán boldoggá (Wilson, Gilbert, 2005, idézi Gruber, Mauss, Tamir, 2011).

A boldogság averzió pozitív korrelációt mutat az alexitímia és az önkritikusság bizonyos aspektusaival, továbbá a depresszióval (Gilbert és mtai, 2012; Vanderlind, Stanton, Weinbrecht, Velkoff, Joormann, 2017). Számos további kutatási eredmény mutat abba az irányba, hogy a pozitív érzelmektől való félelem és azoktól való távolságtartás kapcsolatban áll az önkritikussággal (pl.: Gilbert & Irons, 2005) és egy egész sor pszichopatológiával, habár az még nem tisztázott, hogyan is működik ez a kapcsolat. Feltételezhetően az önkritikusság belső folyamata megakadályozza a személyt abban, hogy nyitott legyen saját érzelmeinek felfedezésére (Gilbert és munkatársai, 2012). Kutatások igazolták, hogy az önkritikusság gyakran kapcsolatban áll az önegyüttértzés jelenségével, méghozzá azok, akik nagymértékben kritikusok önmagukkal szemben, nehezebben éreznek együtt önmagukkal, sőt fenyegetőnek találhatják azt. Így az önkritikusságnak kulcsszerepe lehet az önegyüttértzéstől és a boldogságtól való félelem kialakulásában egyaránt (Gilbert és munkatársai, 2012).

További kutatások alapján a magasabb boldogságtól való félelem összefüggést mutat az alacsonyabb étellel való elégedettséggel (Joshanloo, 2013b). A két tényező egymásra gyakorolt hatása részben azon alapszik, hogy akik félnek a pozitív érzelmek (például: öröm, elégedettség, jókedv) következményeitől, azok valószínűleg nem is merik kifejezni elégedettségüket az étellel, az esetleges negatív következmények miatt.

A szubjektív jóllét, kötődési stílusok és a boldogság averzió között is találtak kapcsolatot (Joshanloo, 2018b; Webster, 1988). A pszichológia jóllét hozzájárul ahhoz, hogy sikeresnek, kompetensnek és boldognak érezhessük magunkat az életben, így feltételezhető, hogy valamilyen formában a boldogságtól való félelemnek is van kapcsolata vele.

A legfrissebb kutatások összefüggést feltételeznek a boldogságtól való félelem és a „boldogság törekenysége” – esetleg jobban magyarosítva: a boldogság

sérülékenysége - között. Utóbbi egy olyan meggyőződés, hogy a boldogság múló és könnyen átfordulhat valamilyen kevésbé kellemes helyzetbe. Ez a felfogás a szubjektív jóllétre is kihatással van, mégpedig negatív irányba (Joshano, 2018a).

## VIZSGÁLAT CÉLJA

A vizsgálat célja a Paul Gilbert és munkatársai által 2012-ben kidolgozott Fear of Happiness Scale (Gilbert és mtsai, 2012) magyar változatának validitás- és reliabilitás vizsgálatának elvégzése. A 9 itemből álló skála esetében feltételeztük, hogy hazai mintán:

1. A Boldogság Averzio Skála belső konzisztenciája magasnak (Cronbach-alfa 0,7 feletti) bizonyul.
2. A skála, ugyanazt az egy faktort fogja vizsgálni, mint az eredeti kérdőív (Gilbert és mtsai, 2012).
3. A boldogságtól való félelem és az étellel való elégedettség szignifikánsan negatív kapcsolatban van egymással (Joshano, 2013b).
4. A Boldogságtól való félelem skála és a Pszichológia Jóllét *minden alskálája* szignifikánsan negatív kapcsolatban van egymással (Joshano, 2018b).

## VIZSGÁLATI MINTA

Kutatásunkban összesen 349 személy vett részt, ebből 89 férfi volt és 260 nő. Az átlag életkor 31 év volt (szórás 12,415). Kor szempontjából a legtöbb kitöltő a 20 és 28 év közötti korosztály soraiból kerültek ki. A legfiatalabb kitöltőnk 18 éves, a legidősebb 66 éves volt.

A résztvevők legmagasabb iskolai végzettségét tekintve az általános iskolától a doktori fokozatig terjedően adtuk meg a lehetőségeket. A legtöbb kitöltő a diplomások csoportjából érkezett, majdnem a felét, vagyis 49%-át adták a mintának (általános iskolai végzettség: 2%, szakképzettség: 3%, érettségi: 43%, diploma: 49%, Phd: 3% százalékát tette ki a mintának).

Családi állapotukat tekintve kitöltőink közül 43% egyedülálló, 22% párkapcsolatban él, 19% házas, 16% élettársi kapcsolatban él.

Vallási tekintetben a kitöltők 63 % tartja magát vallásosnak a maga módján, 23% ateistának jelölte meg magát és 14% vallásosnak gondolja magát.

A kérdőívet kitöltő személyek önként jelentkeztek a vizsgálatra és semmilyen ösztönző jutalmat nem kaptak a kitöltésért cserébe. A kitöltés előtt biztosítottuk őket az anonimitásról és az adatvédelemről.

## MÉRŐESZKÖZÖK

### a) Boldogságtól való félelem skála

A Paul Gilbert és munkatársai által 2012-ben kidolgozott Fear of Happiness Scale (Gilbert és mtsai, 2012 egy 9 itemes, 0–4-ig terjedő Likert-skálával rendelkező kérdőív. A skála nem tartalmaz fordított itemet, a pontszám az elért pontok összege. A skála kérdései:

1. Amikor jól érzem magam, attól félek, hogy valami rossz fog történni
2. Kényelmetlenül érzem magam, ha jó érzés fog el
3. Nehezemre esik megbízni a pozitív érzésekben
4. A jó érzés soha nem tart sokáig
5. Amikor boldog vagy, soha nem lehetsz biztos abban, hogy valami nem teszi azt váratlanul tönkre
6. Ha az ember jól érzi magát, gyakran hagyja az éberségét lankadni
7. Nem hagyom, hogy a jó dolgok és a sikerek túlságosan magukkal ragadjanak
8. Úgy érzem, nem érdemlem meg, hogy boldog legyek
9. Megrémülök attól, hogy túlságosan átadjam magam a boldogságnak

Első lépésben, miután a szerzők megadták az engedélyt a kérdőív használatára, megtörtént a kérdőív magyarra fordítása. Ezt követően független résztvevők visszafordították a kérdőív itemeit az eredeti nyelvre, melyet a mérőeszköz eredeti kidolgozói ellenőriztek. A velük való egyeztetés után nyerte el végleges formáját a kérdőív magyar változata.

A kérdőív kiküldése online formában történt, mert így tudtunk elég nagy kitöltési mintát generálni.

### b) Élettel való elégedettség skála

Az élettel való elégedettséget (Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985) egy 5 itemes, 7 fokú skálán (1–7) értékelhető kérdőív méri. A kérdések arra vonatkoznak, hogy a személy mennyire érzi elégedettnek magát az életével (például: „1. Életem szinte minden területen közel áll a tökéleteshez”).

### c) Pszichológiai Jólét Kérdőív

A Ryff és Singer (1998) által kidolgozott kérdőív egy 18 itemes skála, ahol szintén egy 7 fokú skálán lehet megjelölni a válaszokat. Összesen 6 alskála mentén

méri a pszichológiai jóllétet, ezek a következők: önfogadás, pozitív kapcsolatok, életcél, személyes növekedés, környezeti hatékonyság, autonómia.

## VIZSGÁLATI EREDMÉNYEK

A begyűjtött adatokat az SPSS (23-mas verzió) statisztikai programmal elemeztük és értékeltük ki.

### *Megbízhatóság*

A belső megbízhatóságot reliabilitás analízissel vizsgáltuk meg, hiszen így tudhatjuk meg, hogy a teszt mennyire konzisztensen méri, amit mérni szeretnénk vele. A teszt belső konzisztenciája megbízhatónak bizonyult, hiszen a Cronbach-alfa értéke 0,871 lett.

### *Faktorelemzés*

Miután a kérdőívnek vannak előzetes eredményei, ezért először ellenőrző (konfirmatív) faktorelemzéssel vizsgáltuk meg az adatainkat. Az ellenőrző faktorelemzés esetében arra vagyunk kíváncsiak, hogy egy adott változószett egy adott faktorstruktúrára rendezkedik-e be, vagy ettől lényegesen eltérő. A faktorelemzés esetében azt tapasztaltuk, hogy az eredeti faktorstruktúra is két faktoros modellel dolgozott, melyből a második faktort – annak elhanyagolható magyarázó ereje miatt – kihagyták.

Ennek okán ellenőriztük, hogy ha kizárólag egyetlen faktorról dolgozunk tovább, akkor annak illeszkedése megfelelőnek tekinthető-e? Megállapítható, hogy az RMSEA érték (négyzetes közeltés hibája 0,086) tehát magasabb, mint az elvárható 0,06-os küszöb érték. Azonban a standardizált hiba (SRMR) érték már alacsonyabb az elvárható 0,08-as értéknél (0,049 esetünkben). Az illeszkedési mutatók pedig elég magasak: a CFI (comparative fit index) 0,945, tehát meghaladja a minimális 0,9-es értéket, a Tucker-Lewis-index némiképpen pedig elmarad a kívánatos 0,95-ös értéktől (0,927). Így azt mondhatjuk, hogy összességében az 1 faktoros modell illeszkedése – figyelembe véve, hogy a modellünk lényegesen egyszerűsödik – nem okoz akkora eltérést, illetve olyan mértékű információ veszteséget, ami miatt a két faktoros modellhez kellene ragaszkodnunk.

Ezek után a feltáró faktorelemzés is hasonló eredményt hozott: a faktorok elkülönítésére és mérésére a főkomponens elemzést (Principal Component Analysis) választottuk. A Kaiser-Meyer-Olkin mutató értéke =0,908, ami na-



gyon jónak számít, ezáltal tudhatjuk, hogy a változók kapcsolatrendszere jó faktorelemzést biztosít.

A feltáró faktoranalízis során a Kaiser-kritériumból kiindulva, két faktort jelzett a program. Azonban az eredeti kérdőív készítői saját vizsgálatukban - amikor ugyanezt az eredményt kapták, mint mi-, egy faktorosnak nyilvánították a kérdőívet.

Ez azért is lehetséges, mert az első komponens kiugróan magas (50,48%) varianciához felelős. A második komponens sajátértéke alig haladja meg az 1-et ráadásul, az általa magyarázott variancia 11,30%, ami az első faktor varianciához viszonyítva lényegében elhanyagolható. Annak eldöntésére, hogy a validált kérdőívben az eredeti egyfaktoros modellt használjuk, vagy térjünk át egy kétfaktoros modellre, a már korábban bemutatott konformatív faktorelemzést használtunk.<sup>1</sup>

Komponensek	Sajátérték	Varianciarányad %	Összvariancia %
1	4,543	50,482	50,482
2	1,018	11,309	61,791
3	,726	8,064	69,855
4	,648	7,204	77,060
5	,527	5,851	82,911
6	,461	5,123	88,034
7	,429	4,771	92,805
8	,347	3,853	96,658
9	,301	3,342	100,000

1. táblázat. A faktoranalízis által feltárt faktorok sajátértéke és varianciarányada

### Validitás

Adataink eloszlásának megvizsgálására normalitásvizsgálatot végeztünk. A Kolmogorov-Smirnov próba jelezte, hogy sérül a normalitás ( $p < 0,001$ ). Mivel mintánk nem mutatott normális eloszlást, ezért a korrelációt vizsgáló statisztikai próbáknál mindenhol Spearman-próbát használtunk.

A Boldogságtól való félelem Skála és az Élettel Való Elégedettség skála között szignifikáns korrelációt kaptunk ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,476$ ). A kapcsolat negatív, tehát ha valaki magas értéket ér el a Boldogság Averzión Skálán, annak az élettel való elégedettsége kisebb lesz és ez fordítva is igaz.

<sup>1</sup> HIVATKOZÁS: <https://cran.r-project.org/web/packages/lavaan/citation.html>

A Pszichológiai Jólét 6 alskálája és a Boldogságtól való félelem Skála között a következő eredményeket kaptuk:

A boldogság averzió és a pszichológiai jólét önelfogadás alskálája között szignifikánsan negatív együttjárást találtunk ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,586$ ), tehát akinél magas a boldogság averzió mértéke, annak az önelfogadása valószínűleg alacsony lesz. A *pozitív kapcsolatok* skálával szignifikánsan negatív kapcsolatot találtunk, a kapcsolat mértéke a korábbiakkal megegyező szintű: ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,471$ ), ami azt jelenti, ha valaki magas értéket ér el a boldogság averzió skálán, akkor a pozitív minőségű kapcsolatai valószínűleg alacsonyak lesznek. Az életcél alskálával szignifikánsan negatív korrelációt találtunk ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,291$ ), azaz akinek magas a boldogság averzió értéke, annak kevesebb az életcél alskálán elért értéke. A *személyes növekedés* alskálával szignifikánsan negatív korreláció figyelhető meg ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,320$ ), azaz aki magas boldogság averzió pontszámot ér el, annak alacsony lesz a személyes növekedés értéke. A *környezeti hatékonyság* alskálával nem találtunk szignifikáns kapcsolatot. Az *autonómia* alskálával szignifikánsan negatív korrelációt találtunk ( $p < 0,001$ ;  $\rho(349) = -0,247$ ), tehát aki magas boldogság averzió pontszámot ér el, annak alacsony pontszáma lesz az autonómia alskálán.

	SWL		önelfogadás		pozitív kapcsolatok		
BA	$p < .001$	$\rho(349) = -0,476$	$p < .001$	$\rho(349) = -0,586$	$p < .001$	$\rho(349) = -0,471$	

	életcél		személyes növekedés		autonómia		személyes növekedés
BA	$p < .001$	$\rho(349) = -0,291$	$p < .001$	$\rho(349) = -0,320$	$p < .001$	$\rho(349) = -0,247$	x

**2. táblázat.** A Boldogságtól való félelem és a pszichológiai jólét összefüggései

## DISZKUSSZIÓ

Jelen kutatásunkban a Paul Gilbert és munkatársai (2012) által kidolgozott Fear of Happiness Questionnaire (magyarul: Boldogságtól való félelem skála) hazai mintán történő reliabilitás- és validitás vizsgálatát végeztük el.

A 349 főből álló mintán megnéztük a skála belső konzisztenciáját, ellenőriztük a skála faktorait és teszteltük a konvergens validitását a Pszichológiai Jólét és az Élettel Való Elégedettség kérdőívek segítségével.

A skála belső konzisztenciája megbízható lett ( $=0,871$ ).

A faktoranalízis az eredeti validálási kutatásokhoz hasonlóan kétfaktorosnak bizonyult, de az eredeti szerzőkhöz hasonlóan az egyfaktoros modellt választottuk, amit a konformatív faktorelemzés is alátámasztott.

A skála konvergens validitása is jól teljesített, az Élettel Való Elégedettség Skálával negatív korrelációt találtunk, a Pszichológiai Jólét Skálával pedig egy alskála kivételével negatív korrelációt. A fent kapott eredmények alátámasztják a feltételezett hipotéziseinket, és a korábbi kutatási eredményekkel is összhangban vannak (Gilbert és mtai, 2012, Joshanloo, 2013b). Egyedül a *környezeti hatékonyság* alskálával nem mutatott korrelációt a Boldogság Averzión Skála, azonban erre sem a szakirodalom, sem az előző kutatások nem utaltak, ezért ez az eredmény nem meglepő.

Összességében a Boldogság Averzión Skála megbízhatónak bizonyult a magyar mintán.

A megalkott skálák normalitás-vizsgálata alapján azt láttuk, hogy a skálák normalitása sérült, valamint a minta elemszáma (349 fő), illetve nemi megoszlása távolról sem biztosítja annak reprezentativitását. Így az eredményeink, bár megfelelő szignifikancia-szinteket mutattak és minden eredményünk a megfelelő irányú, a konvergens és divergens validitási kritériumoknak megfeleltek, valamint a skála belső konzisztenciája is erősnek bizonyult, nagyobb populációs érvényességéhez ennél nagyobb mintán való ellenőrzésre még szükség lehet.

## KITEKINTÉS

A pozitív érzelmektől való tartózkodás kutatása kiemelt jelentőségű, hiszen bizonyítottan köthető olyan pszichopatológiai állapotokhoz, mint például a depresszió, vagy az érzelmek regulációs zavara (Williams, Chambless és Ahrens, 1997; Vanderlind, Stanton, Weinbrecht, Velkoff, Joormann, 2017). A boldogságtól való félelem mellett egy másik pozitív érzelmek, és annak egy fajtája, az együttérzés és az önegyüttérzés is válhat ki egyesekből félelmet, és ennek bizonyítottan köze van az önkritikusság mértékéhez (Gilbert és munkatársai, 2012). Feltételezhető, hogy a legtöbb esetben, mikor az emberek ezektől a pozitív érzelmektől félnek, valójában az érzelmeik és cselekedeteik feletti kontroll elvesztésétől tartanak, ezért nem merik megélni azokat. Ezen összefüggések további vizsgálta újabb izgalmas kutatások alapját jelentheti.

## FELHASZNÁLT IRODALOM

- Agbo, A. A. & Ngwu, C. N. (2017). Aversion to happiness and the experience of happiness: The moderating roles of personality. *Personality and Individual Differences, 111*, 227–231.
- Arieti, S. & Bemporad, J. (1980). *Severe and mild depression: The psychotherapeutic approach*. London: Tavistock.
- Bryant, F. B. & Veroff, J. (2007). *Savoring: A new model of positive experience*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment, 49*(1), 71–75.
- Eid, M. & Diener, E. (2001). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter- and intranational differences. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 869–885.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C. & Tugade, M. M. (2000). The undoing effect of positive emotions. *Motivation and Emotion, 24*, 237–258.
- Gilbert, P. (2007). *Psychotherapy and counselling for depression* (3rd ed.). London: Sage.
- Gilbert, P. (2010). *Compassion focused therapy*. The CBT Distinctive Features: London: Routledge.
- Gilbert, P., Irons, C. (2005). Focused therapies and compassionate mind training for shame and self-attacking. In P. Gilbert (Ed.). *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (pp. 263–325). London: Routledge.
- Gilbert, P., McEwan, K., Mitra, R., Franks, L., Richter, A. & Rockliff, H. (2008). Feeling safe and content: A specific affect regulation system? Relationship to depression, anxiety, stress and self-criticism. *Journal of Positive Psychology, 3*, 182–191.
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M. & Rivis, A. (2011). Fears of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 84*(3), 239–255.
- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J. & Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 85*(4), 374–390.
- Gruber, J., Mauss, I.B., Tamir, M. (2011). A dark side of happiness? How, when, and why happiness is not always good. *Perspectives on Psychological Science, 6*, 222–233.
- Held, B. S. (2002). The tyranny of the positive attitude in America: Observation and speculation. *Journal of Clinical Psychology, 58*, 965–991.
- Joshanloo, M. (2013a). A comparison of western and Islamic conceptions of happiness. *Journal of Happiness Studies, 14*(6), 1857–1874.
- Joshanloo, M. (2013b). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences, 54*(5), 647–651.
- Joshanloo, M. (2018a). Fragility of happiness moderates the influence of negative predictors of subjective well-being. *Anxiety, Stress, & Coping, 1–6*.
- Joshanloo, M. (2018b). Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 123*, 115–118.

- Joshanloo, M., Lepshokova, Z. K., Panyusheva, T., Natalia, A., Poon, W. C., Yeung, V. W. L. & Tsukamoto, S. (2014). Cross-cultural validation of fear of happiness scale across 14 national groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 45*(2), 246–264.
- Joshanloo, M. & Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of Happiness Studies, 15*(3), 717–735.
- Koo, J. & Suh, E. (2007). Is happiness a zero-sum game? Belief in fixed amount of happiness (BIFAH) and subjective well-being. *Korean Journal of Social and Personality Psychology, 21*(4), 1–19.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H. & Norasakkunkit, V. (1997). Individual and collective processes in the construction of the self: Self-enhancement in the United States and self-criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*, 1245–1267.
- Liotti, G. & Gilbert, P. (2011). Mentalizing, motivation and social mentalities: Theoretical considerations and implications for psychotherapy. *Psychology and Psychotherapy, 84*, 9–25.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist, 56*/3, 239–249.
- Mauss, I.B., Tamir, M., Anderson, C.L., Savino, N.S. (2011): Can seeking happiness make people unhappy? Paradoxical effects of valuing happiness. *Emotion, 2011 Aug; 11*(4):807–15.
- Menon, U. (2012). Hinduism, happiness and wellbeing: a case study of adulthood in an Oriya Hindu Temple Town. In H. Selin & G. Davey (Eds.), *Happiness across cultures* (Vol. 6, pp. 417–434). Dordrecht, Netherlands: Springer.
- Minami, H. (1971). *Psychology of the Japanese people*. Tokyo: University of Tokyo press.
- Mesquita, B. & Albert, D. (2007). The cultural regulation of emotions. In J. J. Gross (Ed.), *The handbook of emotion regulation* (pp. 486–503). New York: Guilford Press.
- Miyamoto, Y., Uchida, Y. & Ellsworth, P. C. (2010). Culture and mixed emotions: Co-occurrence of positive and negative emotions in Japan and the United States. *Emotion, 10*(3), 404.
- Miyamoto, Y. & Ma, X. (2011). Dampening or savoring positive emotions: A dialectical cultural script guides emotion regulation. *Emotion, 11*(6), 1346.
- Pflug, J. (2009). Folk theories of happiness: A cross-cultural comparison of conceptions of happiness in Germany and South Africa. *Social Indicators Research, 92*(3), 551–563.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological inquiry, 9*(1), 1–28.
- Seligman, M. E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, Vol 55*(1), Jan 2000, 5–14.
- Soto, C. J. (2015). Is happiness good for your personality? Concurrent and prospective relations of the big five with subjective well-being. *Journal of Personality, 83*(1), 45–55.
- Tatarkiewicz, W. (1976). *Analysis of happiness*. Warsaw: Polish Scientific Publishers.
- Vanderlind, W. M., Stanton, C. H., Weinbrecht, A., Velkoff, E. A. & Joormann, J. (2017). Remembering the good ole days: Fear of positive emotion relates to affect repair using positive memories. *Cognitive Therapy and Research, 41*(3), 362–368.
- Webster, J. D. (1998). Attachment styles, reminiscence functions and happiness in young and elderly adults. *Journal of Aging studies, 12*(3), 315–330.
- Williams, K. E., Chambless, D. L. & Ahrens, A. (1997). Are emotions frightening? An extension of the fear of fear construct. *Behaviour Research and Therapy, 35*(3), 239–248.

# KRITIKAI FELVETÉSEK KEN WILBER INTEGRÁL PSZICHOLÓGIA CÍMŰ KÖTETE KAPCSÁN

Brys Zoltán

Multidiszciplináris Társaság a Pszichedelikumok Kutatásáért, 1025, Budapest, Tömörkény u. 15/d.,  
zoltan.brys@gmail.com

## Absztrakt

---

Ken Wilber 2000-ben publikált Integrál Pszichológia című kötete nem váltott ki jelentős szakmai érdeklődést, mégis a rendszere mentén folyik felnőttoktatás az US-ben és Magyarországon is. A jelenlegi írás ismerteti Wilber általános elméletével kapcsolatos kritikai felvetéseket majd speciálisan az Integrál Pszichológia című kötet alkotóelemeit helyezi kritikai reflexióba. A rendszer fejlődési modelljének, a spirál-dinamikának önkényes kategóriái, a kötet nem cáfolható módon felvetett állításai és a szociális hatások teljes kizárása nem teszi lehetővé, hogy felvetései tudományosan értékelhetőek legyenek. A kötet inkább egy sajátos, egyvonalú egyéni és kulturális evolúciót hirdető, idealizált fejlődést valló ideológiának tekinthető.

---

**Kulcsszavak:** Ken Wilber ▪ Integrál Pszichológia ▪ kritika ▪ egyvonalú kulturális evolúció ▪ ideológia

---

## Abstract

---

Ken Wilber's book, Integral Psychology (2000) has not received a serious professional attention, yet adult education is ongoing following his system in the United States and in Hungary too. The current paper briefly reviews criticism of Wilber's general theory, and then critically address basic elements of Integral Psychology. The arbitrary categories of spiral dynamics (developmental model of the system), the unfalsifiability of its statements, and the total exclusion of social effects do not allow its ideas to be scientifically evaluated. The book might be considered as an ideology of an idealized, unilineal evolution.

---

**Keywords:** Ken Wilber ▪ Integral Psychology ▪ critique ▪ unilineal evolution ▪ ideology

---

## SZEMÉLYES ELŐSZÓ

Egy koherens elméleti rendszer megalkotása lényegesebb nagyobb szellemi munka és teljesítmény, mint annak kritizálása. Ken Wilber lexikális ismerete

tiszteletet parancsoló és rendszere vitathatatlanul koherens. Habár kritikai álláspontom az évek során egyre radikálisabb lett, továbbra is hiszem, hogy a rendszerben és az Integrál Mozgalomban lehetnek értékek, amelyek további vitákban bonthatóak ki.

## HÁTTÉR

Az alábbi írás Ken Wilber 2000-ben publikált *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy* (továbbiakban: WIP; Wilber, 2000) című angol nyelvű kötetét helyezi kritikai reflexióba.<sup>1</sup> A 17 éves könyv kritikája két dolog miatt tekinthető aktuálisnak Magyarországon: egyrészt Budapesten több éve folyik a WIP oktatása 3 éves felnőttképzésben (Integrál Akadémia, Integrál Pszichológia Szak), másrészt pedig számos pszichoterápiás értelmezés is született (Ingersoll & Zeitler, 2010; Forman, 2010; Marquis, 2007; Witt, 2009). Jelen közlemény erősen támaszkodik egy 2013-as angol nyelvű kritikai közleményünkre (Brys & Bokor, 2013), ám több ponton kiegészíti azt.

## AZ ELŐZŐ KRITIKÁK RÖVID ÖSSZEFOGLALÁSA

A Ken Wilber tágabb rendszerét érő kritikák a spiritualitás westernizációját, a módszertanok tisztázatlanságát, a patológiásan értelmezett regressziót, és a validációs lehetőségek hiányát hangsúlyozzák. (Rothberg, 1998; Goddard, 2000; Ferrer, 2002; Reynolds, 2006; Heron, 2006; Walach, 2007; Bartha, 2009; Grof, 1996; Brys & Bokor, 2013). Az átfogó Wilber-kritikák közül még kettő emelhető ki: (1) míg Saiter (2009) meglátása szerint Wilber sajátos szintetizálási kísérlete a fenomenológia és a társadalomtudományok gazdag világának túlegyszerűsítésén és félreértésén alapszik addig (2) Grof (1996) Wilber lenyűgöző olvasottságát méltatja és egyes hipotéziseit érdekesnek látja, ám elengedhetetlennek tartja klinikai vizsgálatokkal történő ellenőrzésüket. Írásomban ezen ismert kritikai észrevételekre nem reagálok, azokat érvényesnek tekintem, és ezeket kiegészítve újabb kritikai szempontok alapján igyekszem megközelíteni Ken Wilber 2000-ben publikált *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy* (WIP, Wilber, 2000) című kötetét.

A könyv pozitívista értelemben nem tekinthető tudományos írásnak, mert állításait nem egy előre meghatározott módszertannal és nem falszifikálható módon fogalmazza meg, erre Wilber explicit (Wilber, 2000, p. 2) nem is törekszik. A kötet különféle szemléletű iskolák, irányzatok végső elméleti szintézisét cé-

<sup>1</sup> Még nem született magyar fordítása

lozza meg. Alapvetően két részre osztható: a 8–11-es fejezetek, amelyben egy individualista, elme-központú (*mind-centered*) szemléletű lélektani rendszert épít fel a szerző, míg a kötet többi része metateorikus írás, amely főleg ontológiai, episztemológiai, spirituális, tudománytörténeti és rendszerfilozófiai elmélet, univerzalista vonásokkal.

Mark Edwards szerint (Edwards, 2008) a WIP alapját is képező kvadránsok és szintek (AQAL) alapvetően egy metateóriának tekinthetők. Meglátásom szerint a WIP metateorikus részének értelmezését és fejlődését is megnehezíti, hogy nem válnak szét az axiomatikus felvetések és az arra épülő hipotézisek. Wilber a kötetben nem fordított figyelmet arra, hogy más integratív felvetésekre reflektáljon, a számos felvetésből talán Engels (1977) bio-pszicho-szociális modelljére való reakció hiányolható a leginkább.

A wilberi általános ideológia inherens része a kulturális relativizmus teljes hiánya. Ken Wilber egyvonalú evolucionista, aki szerint a világban minden egyén és nemzet számára egyetlen fejlődési út kínálkozik. A kulturális antropológia irodalmában jártas olvasó könnyen úgy érezheti, mintha Lewis Henry Morgan-t olvasna. Wilber ezen megközelítése mentén, később egyfajta világmozgalmat is hirdetett (Integral Movement), amelyet anyagiasság szemlélete miatt kritika is ért (Gefler, 2010).

#### A WIP KOZMOLÓGIÁJA

A WIP ontológiája és kozmológiája sajátosan újplatóni: a világ egymásra épülő holonrendszer, amelyben minden *hullám* és *áramlat* az „Egy Íz óceánja” (*One Taste*) felé tart, amely felé *Eros*, a *működő szellem* vonzza (Wilber, 2000, p. 128). Érdekes, hogy Wilber a holonokhoz konkrét jelenségeket rendel. Ez veszélyes vállalkozás, mert a fizikai, biokémiai entitásokról való tudásunk rohamosan változik. Például a kemoton-elmélet (Gánti, 2003) alapján elmosódik a wilberi rendszerben a molekula és elősejtmagos holonok közötti éles különbség. A modern tudatelméletek tükrében a racionális és „kentauri” szintek kérdőjelezhetőek meg, míg a politikaelmélet a „korai állam/birodalom” és „nemzet/állam” csoportosítás helyett egy jelentősen összetettebb fejlődést és csoportosítást talál elfogadhatónak.

A wilberi holonok négy *kvadráns* térfelein működnek, amely a WIP ismeretelméleti vagy értelmezési kerete. A négy kvadráns a (1) szubjektív egyéni, (2) objektív egyéni (3) szubjektív többes és (4) objektív többes. WIP szerint ez a „négy igazság” és minden emberi jelenség ebben a négy dimenzióban vizsgálható. Ez mindenképpen integratív vonás, ám a kvadránsok közötti kapcsolatokra nem tér ki a kötet, helyette a különböző filozófusok és elméletalkotók fogalmait sorolja a négy kvadránsba. A besorolás érdekes, ám inkább ismeretelméleti kategorizálásnak tekinthető és tudományfilozófiai kérdésnek tekinthető.



## A WIP FEJLŐDÉSI MODELLJE

WIP fontos építőeleme a spirál-dinamika, amely az emberi fejlődés diszkrét szakaszait határozza meg. Don Beck által fejlesztett spirál-dinamikát (Beck & Cowan, 2014) Wilber reflektálatlanul beemelte a WIP rendszerébe. A túlzó általánosításokat tartalmazó rendszer szemléltetésére egy szövegrészletet mutatok be, amely a „piros szintet” mutatja be:

*„Red: Power Gods. First emergence of a self distinct from the tribe; powerful, impulsive, egocentric, heroic. Magical-mythic spirits, dragons, beasts, and powerful people. Archetypal gods and goddesses, powerful beings, forces to be reckoned with, both good and bad. Feudal lords protect underlings in exchange for obedience and labor. The basis of feudal empires --power and glory. The world is a jungle full of threats and predators. Conquers, out-foxes, and dominates; enjoys self to the fullest without regret or remorse; be here now. Where seen: The „terrible twos,” rebellious youth, frontier mentalities, feudal kingdoms, epic heroes, James Bond villains, gang leaders, soldiers of fortune, New-Age narcissism, wild rock stars, Atilla the Hun, Lord of the Flies . 20% of the population, 5% of the power.”* (Wilber, 2000, p. 49)

A többi szint is hasonló módon kerül bemutatásra. Mint a legtöbb karaktertíplológia ez is rendkívül önkényes, morális, felsőbb szintjei pedig idealizáltak. A személyiség és a társadalom működéséről és fejlődéséről egyelőre nem rendelkezünk prediktív erővel bíró modellel. A lélektanban viszonylag még általánosan elfogadott, empirikus alapú *Big Five personality traits* (Goldberg, 1993) is számos korláttal rendelkezik és kritika tárgya (Block, 2010). A spirál-dinamika ellenőrizhetetlen állításaira jó példa a hatalom (e.g. „5% of power”) kifejezés használata. A hatalom megértésére Spinoza, Weber, Lukes, Foucault, Mann és számos más filozófus és társadalomtudós tett kísérletet, ám továbbra sincs széles körben elfogadott definíciója és mérésére nem létezik elfogadott módszertan. A spirál-dinamika veszélye, hogy azt a látszatot kelti, mintha a rendkívül komplex (és egyes gondolkodók szerint feltárhatatlan) emberi személyiséget és társadalmat végleg megfejtette volna és megrajzolta volna az ideális egyéni és társadalmi fejlődés útját, amely mindenkire érvényes.

Ez az egyvonalú evolucionista vonás könnyen alkalmat adhat egy tipikusan elnyomó hatalmi rendszer uralkodási logikájának ideologizálására is - ahogy ez történt is a gyarmatosítók szolgálatában a 19.század elején. Az értékhierarchiák adott kontextusokban (e.g. sebészeti műtét, mérnöki tervezés stb.) még az ökofeminista eszmeáramlatban (Warren, 1990) is elfogadhatóak, ám abszolutizálásuk megteremti azt az értékdualizmust, amit az elnyomás logikájának kulcseleme (példámban: a sebész abszolút értelemben többé válik). A spirál-dinamikában a felsőbb szintek (*second-tier*) kontextustól függetlenül és abszolút értelemben többek az alsó szinteknél (*first-tier*), így a spirál-dinamika alapve-

tően egy normatív és elnyomó konceptuális rendszer (*oppressive conceptual framework*) és ezt a WIP is örökölte.

### KOGNITÍV MODELLEK SAJÁTOS ÖSSZEVETÉSE

Szintén különös a WIP kognitív fejlődési modellje, amely nagyszámú kognitív modellek összehasonlításán keresztül alakult ki. WIP ismeretelméleti álláspontja szerint az ember végső kognitív térképe megrajzolható előző kognitív modelleink hasonlóságából. A tudományszociológiai szempontból érdekes módszertan tudományos értéke azonban vitatható, hiszen így az univerzális tévedéseket is rendszerbe foglalta és dogmatizálta. Az új kutatásokkal az előző koncepciónk egy része cáfolásra kerül. A modern kognitív fejlődéslélektani kutatások például felismerték, hogy hét hónapos csecsemők már rendelkeznek reprezentációs képességgel (Kovacs, 2010), amelyet az előző kognitív modellek körül belül 4 éves kor köré datáltak. Ez az eredmény, illetve általában az elmúlt néhány év tudatelméleti kutatási eredményeinek egy része (amely cáfolja az előző modelleket) integrálhatatlanok a WIP-be.

A WIP emberi tudatállapotokra vonatkozóan négy kategóriát (*gross, subtle, causal, nondual state*) határoz meg, ám a modern alváskutatás egy sokrétegű (Dang-Vu et al., 2010), számos átmeneti állapottal rendelkező rendszert tárt fel elénk, amely szintén nem integrálható vagy állítható párbeszédbe a WIP meglehetősen leegyszerűsítő tudatmodelljébe. Wilber tudatmodelljébe például a hipnagógia/ hipnopompika állapota is nehezen illeszthető be.

### PSZICHOTERÁPIÁS FELVETÉSEK

A pszichoterápiás fejezet rendkívül rövid és általános, szintén nem tér ki más pszichoterápiás rendszerekkel és fogalmakkal való viszonyára. A WIP pszichoterápiás modellje a wilberi AQAL-ra épít (minden kvadráns, minden szint). A pszichoterápia kritikus elemeit még nem sikerült feltárni (Buda, 2004, 2006, 2009) és módszertani akadályok miatt nem is biztos, hogy megragadható. Ugyanakkor már kezd kibontakozni, hogy adott pszichoterápiák milyen esetekben megfelelőek és kontraindikáltak (Korszerűsített pszichoterápiás szakmai protokoll, 2006). Mindezek mellett többek által elfogadott álláspont, hogy nem a pszichoterápia mögött álló elmélet (Wampold, 1997, Duncan & Miller, 2000) a legfontosabb faktor a hatásában, hanem a lassan tisztázódó közös, nem-specifikus-faktorok, és az egyes módszerekre speciálisan jellemző kommunikációs módszerek.

A modern szemléletben egy integratív pszichoterápiás irányzattól elvárható, hogy az elszámoltathatóság elvének eleget tegyen, használja a különböző

pszichoterápiás irányzatok közötti hasonlóságok és különbségeket, hidalja át a kutatás és a gyakorlat közötti szakadékot (Goldfried, 2010). WIP pszichoterápiás fejezete e kritériumoknak nem felel meg. Általában elmondható, hogy a Grof (1996) által is javasolt gyakorlati és tudományos szemlélet nem jellemzi Wilber munkásságát és az a WIP-re is jellemző. Fontos kiemelni ugyanakkor, hogy Marquis (2007, 2008, 2009, 2010) kísérletet tett a WIP kurrens pszichoterápiás fogalmakra történő „lefordítására” és a WIP szemléletének felhasználásával szerteágazó pszichoterápiás taxonómiai egységesítést is megkísérelte (2009).

### SZOCIÁLIS VISZONYOK TAGADÁSA

Jelentős hiátus, hogy a WIP operatív fejezeteinek emberképe a szociális viszonyok hatását implicit tagadja. A WIP az emberi pszichét 6 komponensre bontja (*waves, streams, states, ego, soul, spirit*) és mindezeket kizárólag az egyén világában működő elemeknek látja. A modern szemlélet a személyiséget mindenképpen, mint szociális viszonyokban formálódó, azokban aktív szereplőként működő lélektani rendszert képzei el (Buda, 2004), és ezt egyre több szociálpszichológiai, fejlődéslelektani és biológiai vizsgálat is alátámasztja. A mai fel fogás szerint az ember kulturális intelligenciával rendelkező, ultratársas lény (Herrmann, 2007).

Számos misztikus szerint a lélek (*soul*) komponens egy része határtalan, végtelen és kifejezhetetlen. Különös módon a WIP spiritualitásról alkotott képe is kizárja a közösségi spiritualitás, illetve általában a szociális hatások fontosságát, annak ellenére, hogy ezt több spirituális gondolkodó is határozottan képviseli (Ervin, 2003). A spiritualitásról szóló fejezetben a WIP nem tárgyalja a spiritualitás árnyoldalát, a pseudospiritualitást, a *spiritual bypass*-t, a nárcisztikus, vagy kényszeres spiritualitást, és nem említi a spiritualitás részleges, pszichoterápiát helyettesítő szerepét, a spiritualitást, mint szekuláris válást, és a spiritualitás még megannyi dimenzióját sem (Buda, 2009; Cobb, Puchalski & Rumbold, 2012; Cook, Powell & Sims, 2009; Delaney & Miller, 2013).

### TERMÉKENY FELVETÉSEK

Wilber két felvetése viszont fontos lehet más lélektani irányzatok számára is. Az egyik az *előtte/utána összekeverésének csapdája*, amely szerint a preperszonális és transzperszonális tapasztalatok lényegesen különböznek egymástól, miközben a lélektani iskolák és a spirituális gyakorlók is sűrűn összekeverik a kettőt. A két tapasztalat csak abban hasonlít, hogy eltér a perszonális tapasztalattól. Wilber (1982) szerint Jung és Freud is összekeverte műveiben a két tapasztalat-

típust és ez öröklődött tovább a pszichológiában. Számos gondolkodó szerint ez Wilber fő hozzájárulása a pszichológia fogalmihoz.

A másik már marginálisabbnak tartott, de számomra érdekes felvetés az volt, hogy a psziché több egymástól eltérő vonalon, áramlatban (*lines/stream*) fejlődik, és ezek jelentősen eltérhetnek egymástól. A WIP szerint a morális, kognitív, interperszonális, pszichoszexuális, etikai és érzelmi és egyéb fejlettség meglepően nagy mértékben elválhat egymástól (Wilber, 2012). Ezen felvetés, jobban specifikálva kísérletileg is vizsgálható is lenne.

## ÖSSZEFOGLALÓ

Murray (2006) meglátása szerint a nyugati ember tisztában van a „biztos tudást” körülvevő bizonytalanságokkal, belső ellentmondásokkal, paradoxonokkal, ám nem rendelkezik eszközökkel a bizonytalanság kezelésére. Úgy vélem a WIP kísérletet tett minden társadalomtudományi bizonytalanság, kétely végső elsöprésével és egy integrált – és nem integratív – rendszer megalkotásával. Ám az emberképe, a spirál-dinamika elfogadhatatlanul reduktív, az ontológiai egységei önkényesek, a kognitív modelljének megalkotása során megkérdőjelezhető módszertant használt. A WIP rendszerébe nem integrálhatóak cáfolt állítások, és így a modern neurobiológiai, kognitív fejlődéslélektani és a pszichoterápiás kutatások eredményeinek jelentős része. Emberképe végtelenül individualista és egyfajta idealizált, egyvonalú fejlődést hirdet.

A kiemelt elméleti hiányosságai ellenére az US és a magyar képzés sikere azt mutatja, hogy a WIP fontos támasz és segítség számos ember számára. Feltelezhetjük, hogy a WIP-ből levezett módszerek és gyakorlatok bizonyos esetekben hasznosak is lehetnek egyesek önkiteljesedési törekvéseiben. Meglátásom szerint ugyanakkor éppen a WIP elméletében tagadott közösségi-spirituális és humanisztikus elemek lehetnek a felhasználók segítségére. Az Anonim Alkoholisták és a Hanghallók Mozgalma (Romme & Escher, 1989, 2009, 2012; Coleman, 2011) is azt sejteti, hogy a felépülésnek és az önkiteljesedésnek egyik fontos színtere lehet az empatikus, sortárs alapú, kisközösség, amely a profeszionális segítőkkel is támogató kapcsolatban áll. Elképzelhető, hogy az Integrál Mozgalom körül szerveződött közösségek esetében is nem a mögöttes ideológia, hanem a használt módszerek, technikák szerencsések lehetnek, amennyiben az elnyomó jelleg nem jelenik meg bennük.

## IRODALOMJEGYZÉK

- Bartha, P. D. (2009). The most influential approaches in the present development of transpersonal psychology. *Pszichoterapia, 18* (4), 251–260.
- Beck, D. E. & Cowan, C. (2014). *Spiral dynamics: Mastering values, leadership and change*. John Wiley & Sons.
- Block, J. (2010). The five-factor framing of personality and beyond: Someruminations. *Psychological Inquiry, 21*(1), 2–25.
- Brys Z. & Bokor P. (2013). Evaluation of Ken Wilber's Integral Psychology From a Scientific Perspective. *Journal of Spirituality in Mental Health, 15*(1), 19–33.
- Buda B. (2004). *Psychotherapy*. Budapest: Akademia.
- Buda B. (2006). *Empathy, psychology of empathy. 5th edition*. Budapest: Urbis.
- Buda B. (2009). Addressing challanges in drug-addiction. *Lege Artis Medicinae, 19*(6–7), 415–417.
- Buda B. (2009). Spirituality and psychotherapy. *Pszichoterapia, 2009*(4), 240–250.
- Cobb, M., Puchalski, C. M. & Rumbold, B. (2012). *The future of spirituality and healthcare*. Oxford University Press.
- Coleman, R. (2011) *Recovery: an alien concept?* UK: P&P Press.
- Cook, C., Powell, A. S. & Sims, A. C. P. (2009). *Spirituality and psychiatry*. RCPsych Publications.
- Dang-Vu, T. T., Schabus, M., Desseilles, M., Sterpenich, V., Bonjean, M. & Maquet, P. (2010). Functional Neuroimaging Insights into the Physiology of Human Sleep. *Sleep, 33*(12), 1589–1603.
- Delaney, H. D. & Miller W. R. (2013). Spiritual disciplines, spiritual community, and spiritual growth in a sample of U.S. college students. *Psychologia Hungarica Caroliensis, 1*(1), 116–137.
- Duncan, B. L. & Miller, S. D. (2000). *The heroic client: Doing client-directed, outcome-informed therapy*. San Fransisco: Jossey-Bass.
- Edwards, M. (2009). Evaluating Integral Metatheory: An Exemplar Case and a Defense of Wilber's Social Quadrant. *Journal of Integral Theory and Practice, 3* (4), 61–83.
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A Challenge for Biomedicine. *Science, 196* (4286), 129–136.
- Ervin, L. (2003). *The Connectivity Hypothesis: Foundations of an Integral Science of Quantum, Cosmos, Life, and Consciousness*. State University of New York Press. Albany, New York.
- Ferrer, J. N. (2002). *Revisioning Transpersonal Theory: A Participatory Vision of Human Spirituality*. Albany: State University of New York Press. Albany, New York.
- Forman, M. D. (2010). *A Guide to Integral Psychotherapy: Complexity, Integration, and Spirituality in Practice*. State University of New York Press. Albany, New York.
- Ganti, T. (2003). *The Principles of Life*. Oxford University Press. Oxford, England.
- Gefler, J. (2010). LOHAS and the Indigo Dollar: Growing the Spiritual Economy. *Journal of Marxism and Interdisciplinary Inquiry, 4* (1), 48–60.
- Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist, 48*(1), 26.
- Goddard, G. (2000). *Perspectives in transpersonal theory*. Retrieved from <http://mars.ark.com/~gero/persp-tt.html>

- Goldfried, R. M. (2010). The Future of Psychotherapy Integration: Closing the Gap Between Research and Practice. *Journal of Psychotherapy Integration*, 20 (4), 386–396.
- Grof, S. (1996). *Ken Wilber's spectrum psychology*. Retrieved from <http://www.primal-page.com/grofken.htm>
- Heron, J. (2006) *Participatory spirituality: A farewell to authoritarian religion*. Morrisville, NC: Lulu Press.
- Herrmann, E., Call, J., Hernández-Lloreda, M. V., Hare, B. & Tomasello, M. (2007). Humans have evolved specialized skills of social cognition: the cultural intelligence hypothesis. *Science*, 317(5843), 1360–1366.
- Ingersoll, R. E. & Zeidler, M. D. (2010). *Integral Psychotherapy: Inside Out/ Outside In*. State University of New York Press. Albany, New York.
- Kovacs, A. M. (2010). The Social Sense: Susceptibility to Others' Beliefs in Human Infants and Adults. *Science*, 330 (6012), 1830–1834.
- Marquis, A. (2007). *The Integral Intake: A Guide to Comprehensive Idiographic Assessment in Integral Psychotherapy*. Routledge. Abingdon, Oxon.
- Marquis, A. (2009). An integral taxonomy of therapeutic interventions. *Journal of Psychotherapy Integration. Journal of Integral Theory and Practice*, 4 (2), 13–42.
- Marquis, A. (2010). *What Defines an Integral Psychotherapist? An Integral Taxonomy of Therapeutic Interventions and the Role of "Technique" in Integral Psychotherapy*. The 2nd Biennial Integral Theory Conference: Enacting an Integral Future. Pleasant Hill.
- Marquis, A. & Wilber, K. (2008). Unification beyond eclecticism and integration: Integral psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 18 (3), 350–358.
- Murray, T. (2006). Collaborative knowledge building and integral theory: On perspectives, uncertainty, and mutual regard. *Integral Review: A Transdisciplinary and Transcultural Journal for New Thought, Research and Praxis*, 2, 210–268.
- Reynolds, B. (2006). *Where's Wilber at? Ken Wilber's integral vision in the new millennium*. St. Paul, MN: Paragon House.
- Romme, M. A. & Escher, A. D. (1989). Hearing voices. *Schizopr Bull*, 15(2), 209–16.
- Romme, M. A. & Escher A. D. (2012). *Jung People Hearing Voices!* UK: PCC.
- Romme, M. A. & Escher, A. D., Dillon, J., Corstens, D., & Morris, M. (2009). *Living with Voices-50 Stories of Recovery*. UK: PCC.
- Rothberg, D. (1998). *Ken Wilber and the future of transpersonal inquiry: An introduction to the conversation*. in Rothberg & S. Kelly (Ed.). *Ken Wilber in dialogue: Conversations with leading transpersonal thinkers*, p1-27, Quest Books, Wheaton, Illinois.
- Saiter, S. M. (2009). Universal Integralism: Ken Wilber's Integral Method in Context. *The Humanistic Psychologist*, 37 (4),307–325.
- Walach, H. (2011). *Transpersonal psychology brief history and some critical philosophical reflections*. Bagdy Z., Mirnics Zs. & E. Nyitrai E. (Ed.). *Transpersonal psychology-selected studies*. Budapest: Kalvin. 95–125.
- Wampold, B. E. (1997). A Meta-Analysis of Outcome Studies Comparing Bona Fide Psychotherapies: Empirically, 'All Must Have Prizes'. *Psychological Bulletin*, 122, 203–215.

- Warren, K. J. (1990). The power and the promise of ecological feminism. *Environmental Ethics*, 12(2), 125–146.
- Wilber, K. (1982). The pre/trans fallacy. *Journal of Humanistic Psychology*, 22 (2), 5–43.
- Wilber, K. (1997). An integral theory of consciousness. *Journal of Consciousness Studies*, 4 (1), 71–92.
- Wilber, K. (2000). *Integral Psychology: Consciousness, Spirit, Psychology, Therapy*. Boston: Shambhala.
- Wilber, K. (2012). *The The Integral Operating System. Part III: Lines of Development*, <https://www.integrallife.com/member/ken-wilber/blog/integral-operating-system-part-iii-lines-development> (letöltve 2015. október 1.)
- Witt, K. (2009). Developmental Engagement Field Theory: A Speculative Framework for the Practical Application of Integrally Informed Psychotherapy. *Journal of Integral Theory and Practice*, 4 (2), 23–36.

# PSYCHOLOGICAL THEORY IN THE LIFE AND WORK OF ANTAL SZERB: FREUD, ADLER AND A PREVIOUSLY UNKNOWN AUTOGRAPH MANUSCRIPT

Peter V. Czipott

Independent scholar, San Diego, CA 92126

## Abstract

---

Antal Szerb was one of the foremost literary scholars and novelists of interwar Hungary. He became interested in Freudian psychology in his adolescence; his views evolved to grant predominance to Adlerian individual psychology. In the 1929-30 academic year, he obtained a state stipend for literary study in England. While there, he was accepted into the London section of the International Association for Individual Psychology (IAIP) on the strength of a letter of introduction from the Hungarian writer and Adlerian psychologist, Oliver Brachfeld. This paper presents a brief review of Szerb's psychological interests and their effect on his scholarly and literary prose; it also presents a newly discovered manuscript page in his hand, tied to Brachfeld's letter of introduction. While Szerb's association with the London IAIP section was brief and perhaps superficial, Adlerian psychology left important traces in his oeuvre.

---

**Keywords:** Antal Szerb ▪ Sigmund Freud ▪ Alfred Adler ▪ Ferenc Olivér Brachfeld ▪ individual psychology

---

## INTRODUCTION

Antal Szerb (1901-45) is widely respected in Hungary to this day as a literary scholar and widely beloved as a writer of prose fiction. His scholarly works effortlessly bridge the chasm between professional and popular interest; his *History of Hungarian Literature* [*Magyar irodalomtörténet*] (Szerb, 1934a) became one of the greatest – and most unexpected – bestsellers in Hungarian publishing history, and his *History of World Literature* [*A világirodalom története*] (Szerb, 1941) was also widely read by scholars and the general public. Both remain available today. His novels, particularly his debut work, *The Pendragon Legend* [*A Pendragon legenda*] (Szerb, 1934b) and his masterpiece, *Journey by Moonlight* [*Utazás holdvilág*] (Szerb, 1937), have never lost their



place in readers' affections. Translations into several languages continue to sell in highly respectable quantities.

Like most of his modernist contemporaries, Szerb was interested in and influenced by the emergence of contemporary psychological theory. Szerb's private and public writings reveal his interest, from his first encounter with the works of Freud in his adolescence through his encounter with the individual psychology of Alfred Adler in his early adulthood. József Havasréti's monumental monograph on Antal Szerb discusses the influence of Freud and Carl Jung on Szerb with great insight (Havasréti, 2013); the present paper sheds new light on the influence of Adler.

The present author's relationship to Antal Szerb springs from his translation of *Journey by Moonlight* (Szerb, 1937/2016). He has subsequently been engaged in scholarly study of literary and other influences on the novel. This led him to investigate Szerb's months spent in London in 1929-30, where Szerb encountered figures who inspired aspects of the novel's characters. In the course of this research, he learned about Szerb's membership in the London branch of the International Association for Individual Psychology (IAIP), informally called the Adler Society. Reference to a letter of introduction enabling his access to the society sparked a search that ultimately yielded not only the original letter of introduction, which was written in German, but also Antal Szerb's own handwritten translation of it into English. The manuscript thus has philological and biographical interest – which is the author's primary competence – but it ties into the relationship between Szerb's work and contemporary thinking in psychology, which may be of interest in cross-disciplinary studies of psychology and literature.

#### SZERB'S EARLY INTEREST IN FREUDIAN PSYCHOLOGY

Antal Szerb became interested in Freudian psychology early in his life, as attested in his diaries. It is no surprise that he found Freud's theories of infantile sexual memory as the source of neuroses persuasive at a time when he himself was undergoing the sexual vicissitudes of adolescence. At the age of seventeen, at a time when he was nearing the end of a brief but intense friendship-cum-love affair with a schoolmate from his all-male Piarist elite high school [*gimnázium*, equivalent to, for example, the French *lycée*], he wrote:

It's an odd thing. I couldn't fall asleep at BT's; at the time, I thought it was because of the sexual aspect, love or what the hell. And I thought that it was love that's able to upset one so much. But now, sexuality plays such an abstracted role: it's been refined out of existence to the point that it plays no role at all. I'll tell you what I was thinking about last night: I thought through in great detail a class [I taught] on first aid to the

new Boy Scout recruits... Well, I needn't say that it would be exceedingly easy to reveal the sexuality in it via Freudianism. (For example, the fact that I thought about how I was going to pollinate my little saplings myself...) (Szerb, 2001, pp. 38-39).

It is beyond the scope of this paper to delve into the degree to which Szerb is deluding himself about the degree of sexual attraction he might still have felt for his schoolmate, "BT." What is known is that in 1924, when he finds the woman who completely fulfills him sexually (and who would become his first wife), his diary entry glorying in their physical compatibility reads:

Today... much became expressible and some feeling of limitless liberation seized us... the flood of our kisses and couplings flowed freely, like never before; there was hardness and flawless *Anpacken*<sup>1</sup> in our every movement, and I have never felt a degree of pleasure to compare to this (Since BT) (Szerb, 2001, p. 254).

One hardly needs to call attention to that striking parenthetical qualification. Freudianism in a very different, and ultimately more significant, aspect appears in one of his diary entries as a nineteen-year-old:

The dream of the ghetto.

Back alleys, ancient houses, cramped quarters, courtyard passages, railings, endless hallways – every intelligent Jew recognizes this dream.

It's the atavistic vision of the ghetto. This is the origin of the anxiety: the feeling that overwhelms our dreaming selves at such times – indeed, even while awake, when we seek out such locales with an incomprehensible, tingling craving.

Freudians state that this is a typical and universal dream with its origin in the emergence from the maternal womb.

It's not true. The Freudians were all Jews, and therefore they all knew this dream.

I have made inquiries of many people. The Jews all knew the dream, while I have yet to find a Christian [i.e., gentile] who knows of it (Szerb, 2001, p. 78).

We shall see that this "ghetto dream" recurs as a significant feature in Szerb's prose. He rejects the Freudian explanation, yet the recurrence of this theme can be considered a Freudian thread in his oeuvre, both fictional and nonfictional. It should be noted that Szerb, born Jewish but baptized a Catholic in early childhood, eventually outgrew his ardent Catholicism, while retaining immense respect for what he saw as the essential cultural benefits Catholicism brought to European civilization and art.

Just as Szerb was becoming more deeply involved with his future first wife, a diary entry reviews his relations with his parents in clearly Freudian terms, though skirting explicit mention of, for instance, the Oedipus complex. At the time, he finds his father unbearably irritating:

My father irritates me immeasurably: his depressions, his clumsiness, his superfluous and poorly expressed speech, and in particular, his disorganization and his bits of advice. ... I now see that the conflict between fathers and sons also obtains between us, and most sharply. ... It's interesting that in my childhood, it was my mother who irritated me more, and I got along fine with my father. According to \*<sup>2</sup>, this is so because you get along with a parent only when you've outgrown them. And, after all, you "outgrow" your mother first. I lean toward some Freudian explanation, myself. It reinforces my homosexual tendency and my indifference toward women, which persists to this day (Szerb, 2001, p. 247).

It is not without reason that Freud interested Antal Szerb. Later in life – in an undated entry after he had returned from London, under the influence of Adlerian psychology, in fact – he confided a growing disillusionment with Freudianism to his diary:

Freudianism made life even more complicated; that is, it even made the problems themselves (e.g., is the woman allowed to...) problematic (Szerb, 2001, p. 273).

He never returns to Freud in his diaries. Admittedly, his diaries become ever more intermittent and laconic, eventually consisting of little more than the occasional, often impersonal, aphorism. This makes the evolution of Alfred Adler's influence harder to trace, since Szerb's diaries thin out just as he begins to explore Adlerian psychology, before he embarks on his sabbatical. Nevertheless, evidence for Adlerian influence can be discerned not only in his (often flippant) correspondence but also in his works of scholarship and fiction.

#### ANTAL SZERB AND ADLERIAN PSYCHOLOGY

By 1929, Szerb's scope of interest in psychology had expanded to include other approaches, and that year, his attention apparently centered on the school of Individual Psychology as developed by Alfred Adler (1870–1937). Adler began his career as a member of Freud's Vienna circle; however, he soon demonstrated an independence of thought that rankled his mentor. Eventually, Freud ostracized him from the circle, although he continued to write respectfully about Adler's work.

Whereas Freud explained much in terms of infantile sexuality, Adler also focused on social forces on the maturing individual. He is best known for explicating the concept of inferiority feelings or complexes, and the means by which people compensate for them – or, in pathological cases, overcompensate. Adler's thinking took hold in Hungary, where the German term for a feeling of inferiority, *Minderwertigkeitsgefühl*, practically became an everyday term in

Hungarian conversation among the educated classes.<sup>3</sup> Adler's school was promulgated via the International Association for Individual Psychology (IAIP, no date), of which Adler was President during his lifetime, which operated branches in major world cities, and which still functions today. Adler's concept of inferiority feelings remains prominent in contemporary psychology; for example, the theme of the 27<sup>th</sup> IAIP Congress in 2017 was "Inferiority Feelings: New Manifestations and New Approaches."

Szerb's study of world literature also led him to consider the psychological impact of social forces on individuals and their works. Szerb, passionately devoted to the literature of the early Romantic period, was deeply influenced by the pioneer of Romanticism in France, François-René de Chateaubriand (1768-1848). As Tim Parks observes, Chateaubriand understood "personality as something constructed within a community and tradition," (Parks, 2018), which anticipates Adler's insights into the importance of social environment on personality formation.

#### SZERB IN FRANCE

Antal Szerb, who received his Ph.D. in literature in 1924, did not obtain the university appointment he longed for; rather, he joined the faculty at the István Széchenyi Business Vocational Secondary School [*kereskedelmi szakközépiskola*] on Vas Street in Budapest. Such secondary schools stood one rank below the *gimnázium*, the elite academic high schools. Nevertheless, Szerb was building a reputation as a scholar, and he obtained a Hungarian state postdoctoral stipend to spend the academic year 1929–1930 on sabbatical in London.

The stipend existed ostensibly to fund Szerb's research into the traces of Hungarian influence in English literature – a topic that clearly failed to excite him, as letters to his family and friends bear out (Szerb, 2001). He cast about for other topics, briefly becoming infatuated with the figure of Mary Stuart and planning to write what "will become our century's most beautiful book" about her (Szerb, 2001).<sup>4</sup> This work never materialized, either; during 1929, he compiled his brief *Outline of English Literature* [*Az angol irodalom kis tükré*] (Szerb, 1929), and later literary fruits of his sojourn included *The Pendragon Legend*, set in England and Wales, and aspects of his chef d'oeuvre, *Journey by Moonlight*.

Szerb preceded his London stay by spending the summer and fall of 1929 in Paris, studying at the Bibliothèque Nationale. While there, he met his fellow Hungarian, Oliver Brachfeld (1908–67), who was then studying at the Sorbonne towards his Ph.D. It was Brachfeld who would write the letter of introduction that gained Antal Szerb admission to the London branch of the IAIP. Brachfeld is a significant figure in the history of Adlerian psychology, and it is worth recalling him in more detail.

## OLIVER BRACHFELD: WRITER, ADLERIAN PSYCHOLOGIST, AND ANTAL SZERB'S FRIEND

Born Ferenc Olivér Brachfeld (Horváth, 2008) in Budapest and a graduate of its famed Lutheran *gimnázium*, he went to the University of Vienna to study philosophy but also took life-changing courses in psychology from Alfred Adler. He spent two years studying psychology at the Sorbonne in Paris (quite probably overlapping Szerb's stay there) before completing his doctorate in Budapest. He then completed a lecture tour of Spain before becoming a *Dozent* (roughly, assistant professor) at the University of Barcelona. A year later, the Spanish Civil War drove him back to Paris until 1942, when he made a narrow escape to South America, obtaining successive professorships at universities in Venezuela, Colombia, and finally, in Quito, Ecuador, where he passed away. He published extensively as a psychologist, with several works translated into numerous languages, pre-eminent among them his *Inferiority Feelings* (1935, revised and updated in 1950) (Brachfeld, 2014).

Brachfeld also found the time to translate several works of Hungarian, English, French, German and Russian literature into both Spanish and Catalan, as well as writing ten articles, mainly on Catalan and Spanish literature and theatre, in the leading modernist Hungarian literary journal, *Nyugat* [*Occident*] from 1931 to 1937. He also wrote a novel, *Violante de Hungría* [*Violant of Hungary*], in 1942 and a history of his native land, *Historia de Hungría*, in 1957 (Brachfeld).

At the time of Szerb's Paris sojourn in 1929, Brachfeld was Director of the Paris section of the IAIP. It is unknown whether Szerb had known Brachfeld, seven years his junior, in Budapest, or whether they became acquainted in Paris.

To better illuminate his personality, let us note that Oliver Brachfeld seemed to be a sort of social nexus, host and guide for visitors from his homeland, out of his home on rue Cujas in the Latin Quarter. That street name rings a sentimental chord in many Hungarians, who recall it from the opening lines of the poet Miklós Radnóti's (1909–44) beloved 1943 poem, "Paris":

A Boulevard St Michel s a Rue  
Cujas sarkán egy kissé lejt a járda.  
(Radnóti, 1943/2013, p. 110/p.111).

Where Boulevard St. Michel crosses la Rue  
Cujas, the sidewalk slopes a little bit

The poet and his wife, Fanni Gyarmati (1912–2014), spent several weeks in Paris during June and July 1937, where they socialized with Brachfeld frequently. He introduced them to Chinese food and the local branch of PEN International; he accompanied them on day-trips to sites including Chartres; and he even performed palmistry for the couple. In her diary, Fanni characterizes the budding

psychologist: “Oliver talks and talks, most entertainingly—and nonstop” (Radnóti Miklósné Gyarmati F., 1935–1946).

### SZERB AND THE ADLER SOCIETY

Antal Szerb must have become involved with the IAIP during his summer in Paris, because in a letter written from London to the Hungarian schoolteacher Magda Tanay, he writes:

...I’ve stumbled into a most interesting society: with the help of a Parisian letter of introduction, I looked up the local branch of the International Association for Individual Psychology (Adlerian), where they received me with great pleasure... (Szerb, 2001, p. 45).

The London section of the IAIP, informally known as the Adler Society, had been founded in 1927 by the Serbian political activist, theorist of art, social critic, philosopher and pacifist Dimitrije Mitrinović (1887–1953) (Passerini, 1999). Mitrinović must have been a charismatic character with a flair for organization. Among his many other activities, he founded and led the New Europe Group, which advocated for a European Union as a means to maintain the peace after World War I. The nature of Mitrinović’s relationship with Alfred Adler and individual psychology appears to be unexplored territory, as far as the present author can determine.

The author and nature of Szerb’s letter of introduction has remained unknown until the present report. An internet search on the names of both Mitrinović and Szerb points to the New Atlantis Foundation Dimitrije Mitrinović Archive in the Special Collections of the University of Bradford Library in the UK. The archive’s catalog was completed and posted online in late 2015 (Burgham, 2015). Section 4 of the catalog deals with the Adler Society. There, it lists the following item under catalog number NAF 4/3/1/5:

Letter to Dimitrije Mitrinović from Dr Oliver Brachfeld. Date: 29 December 1929. Scope and content: Typescript letter sent from Paris from Brachfeld, attached to a manuscript, unsigned note sent from Paris, both introducing Dr Antal Szerb to Mitrinović. Language of material: English; German (Burgham, 2015, p. 358).

Figure 1 shows the typescript letter by Brachfeld on the letterhead of the Paris section of the IAIP. As a curiosity, one may note the letterhead’s use of the French form of Brachfeld’s given name: Olivier. His signature uses the German (and English) form: Oliver. He apparently dropped his other given name, Ferenc [Francis], after emigrating from Hungary. A literal English rendering of the text is provided in Appendix 1.

Note that in the letter, Brachfeld does not identify himself as “Dr,” in contradiction to its archival description. In fact, he obtained his doctorate – in literature – from the Pázmány Péter University of Budapest (today Eötvös Loránd University) the following year, with a 1930 dissertation entitled “Hungarian References in Ancient Catalan Literature and Catalan Folk Ballads” [*Magyar vonatkozások a régi katalán irodalomban és a katalán népballadában*] (Brachfeld).

Before getting to an English translation of the letter, let us note a few interesting details. First: the headquarters and meeting rooms of the London branch of the Adler Society were located at 55 Gower Street, in the Bloomsbury quarter of London and within a couple of blocks of both the University of London, where Szerb was studying, and the British Library, where he spent most of his time. Second, by late January 1930, Szerb had moved into a university student hotel just a two-minute stroll away, at 111 Gower Street.

Attached to Brachfeld’s letter of introduction in the archive is a handwritten English translation, shown in Figure 2. The text is as follows, save for the header and date.

Dear Dr Mitrinovic,

Please permit me to introduce the bearer of this letter, my friend and colleague, Dr. Antal Szerb.

Dr. Szerb is professor at a grammar school, author of several excellent works,  
(more or less)

and is one of the most meritorious of the younger Hungarian aesthetic generation. He is travelling to London to study there on a grant from the State of Hungary; he wishes to include Individual Psychology in his studies. I shall be most grateful for any support you can give him.

I would like to use this opportunity to send best wishes for the New Year on behalf of our young group to the London group. Yrs etc etc

The author of this report is no expert in handwriting identification, so he cannot state with certainty that the note is in Antal Szerb’s hand, although the assertion seems more than plausible, based on authenticated handwriting samples he has seen. However, two aspects of the note reinforce the hypothesis that Szerb is, indeed, the letter’s translator. The first piece of evidence is circumstantial. Contrary to the archive catalog’s description, the letter was not “sent” from Paris – that is, it had not been posted. The letter explicitly states that Antal Szerb (“the bearer of this letter”) hand-delivered it to Mitrinović – presumably, with the translation attached (although it could have been stapled to the letter later, by someone in the Society’s offices).

The second piece of evidence is embedded in the text of the translation. The German term, “*Mittelschul*” – which is rendered in English today as “secondary

school” – is here rendered “grammar school,” but with the interlinear, parenthetical annotation, “more or less”. Why is this so? The answer, of course, is that Szerb taught not at a Hungarian *gimnázium*, but at a *kereskedelmi szakközépiskola*, which fails to slot neatly into the English secondary education system of the time, being less than a grammar school but more than a trade school.

The wry humor of that “more or less” is typical of Antal Szerb’s writing, and the fact that he could not let a possible exaggeration of his status stand without qualification is characteristic of his ingratiating personal modesty. The looseness of the translation, exchanging highly formal German salutations for laconic English idiom and rephrasing some of the sentences, is also typical of Szerb, the literary translator who was generally willing to sacrifice precision for idiom and atmosphere.

Once Szerb was accepted into the Adler Society, what did he find? In his letter to Magda Tanay, the same one quoted earlier, he writes:

...straightaway I befriended a whole bunch of very odd people—artists, philosophers, their female followers, and primarily *Berufsneurotiker*,<sup>5</sup> whom I’ve always preferred above all others. Already on Saturday night, I participated in their costume ball: I donned the Russian velvet shirt I use as a housecoat, and a female artist of my acquaintance lent me her yellow boots, so I became a most passable little *muzhik*.<sup>6</sup> I was there until three in the morning; a Serbian woman asked my advice as to which of her two gallants she should take as a lover; I drank four glasses of whisky with an Irish woman; and I made friends with a little gymnastics teacher who goes by the enchanting given name of Gwynneth [*sic*]. Isn’t it beautiful! I don’t know whether you’re as strongly under the spell of names as I am. The men, naturally, were a good deal more interesting than even the women, but it’s hard to occupy oneself with the men at a ball. So, in other words, I enjoyed myself immensely and totally forgot that I’m in London; I shed that invisible steel helmet that I always feel on my head. This is Bloomsbury, the English *Quartier Latin*, and I feel *I shall have a damned good time*,<sup>7</sup> as they say. On Friday, I’m moving into a student hotel where many young people live, and I’ll feel better there than here.<sup>8</sup> I’ll await your next dear letter there: University Hotel, 111 Gower Street, London W. C. 1 (Szerb, 2001, pp. 45–46).

His letter betrays a lingering trace of that “indifference to women” which he had mentioned in his diary entry of May 1924 – even though he eagerly and entertainingly tells Ms Tanay about his time spent with newfound female acquaintances. A little later, he wrote to his cousin, János Faludi (Tóbiás, 2015):<sup>9</sup>

I’m doing very well in social matters as well as in other respects: I looked up the local branch of the International Association for Individual Psychology, where they celebrated me eagerly because, given that I speak German and have a PhD, they think I’m a famous philosopher in my homeland. From time to time, I let fall a witticism from the treasury



of Tivi and Mr. Hász,<sup>10</sup> and thus maintain the illusion. I am to give a lecture on pragmatism in two weeks.<sup>11</sup>

I'm with them virtually every evening; within a week I've already been to a costume ball, a party at an artist's studio, and a philosophical seminar. It's an indescribably amusing and mixed group. Many of them are foreigners, especially Russians and Serbs; their leader is also a Serb, a most intelligent and peculiar man.<sup>12</sup> But the majority are English, Scots and Irish – of all sorts of professions. To this point I've already befriended a Scottish major; a socialist member of parliament; Svanholm – with his daughter, a poetess; a Hindi gentleman; and a very sweet little English gymnastics teacher whose given name is Gwynneth (as if I'd invented the name for a character in a Celtic novel) with whom I'm going to have dinner today, if true; and, furthermore, with one or two *Berufsneurotiker* and, naturally, with a great many artists.

The intellectual content of the Society is a unique mixture of psychoanalysis, Russian mania, and Dalcroze (Lenkei, 2009),<sup>13</sup> which is what makes the atmosphere of the Sönza family, Mrs. Páczai<sup>14</sup> or Évi Stricker<sup>15</sup> so attractive. But just imagine how godawful these good Jewish things sound in English! Imagine a gorgeous blond English *goyta*,<sup>16</sup> wife of a Russian artist, who says things like: *I am afraid I am an extrovert*.<sup>17</sup> Utterly grotesque: I think you'd disdain it even more than I.

The English didn't gain their Empire thanks to intelligence, and even the intelligent ones seem like blockheads when measured according to the grand Parisian scale. But the many Slavs or Easterners variegate the tone pleasantly (Szerb, 2001, pp. 46–47)

Writing to his friend, Dionisie Pippidi, he describes his active social life in London, which he senses must come as a surprise:

You must be wondering how I've been able to acquaint myself with so many people. Well, in England even you would become a sociable man. I'm lodging in a students' hotel, but here they've built the lodgings in such a way that everybody spends time in the public spaces. The English smoke their pipes and read newspapers, with hugely vacant expressions. The foreigners converse. Then the English let themselves be drawn into the conversation, too. Furthermore, I also have a club: I'm a member of the International Association for Individual Psychology (Adlerian), and I spend many evenings there. I'm among adults here, and it's most entertaining: mainly because the English never attain the degree of individual development that we continentals term adulthood. God be with you, my friend. Take care to avoid toothaches and Serbian poetesses writing French sonnets (Szerb, 2001, p. 50).

Antal Szerb was famously unmusical, yet one of his friends from the Adler Society was the musician, dancer and eurhythmics teacher Valerie Cooper (1884-1965), who played a significant role not only in the Adler Society but also in Mitrinović's New Europe Group.<sup>18</sup> In a letter to Magda Tanay, Szerb bemoans the difficulty of being linked to musicians:

When I arrived home, there in the hall was a letter awaiting me, in which they're inviting me this evening to the studio of Miss Cooper, where I've often spent time; tonight, there will be a big party in honor of Béla Bartók. It's most uncomfortable that Bartók will likely have given a concert beforehand, at which I shan't be present because I cannot abide concerts. In any event, I'll tell everyone that I'd been there.

The same letter also reveals a growing, nagging sense of isolation amid the polyglot community of the University and Adler Society:

O if you could only see into my heart... to see how alone I am among the fifty nationalities, and how horribly unsatiated. Except that I don't like to talk about such things. Maria Theresa<sup>19</sup> was once asked by a lady-in-waiting what she should do, since she didn't love her husband. "Behave as if you loved him, and with time you'll come to love him," the queen replied. This is what I do with London. *And how do you like London? Oh, marvelously* (Szerb, 2001, p. 51).

Szerb's feeling of social alienation became predominant a few weeks later; writing to Dionisie Pippidi, he describes his return to a monastic lifestyle:

...I'm in no mood for social life. I no longer go to my club [*i.e.*, the Adler Society], nor do I go to pubs where I've drunk vast quantities of bad British beer in the company of young Englishmen more or less worthy of affection (Szerb, 2001, p. 52).

These letters are, aside from the newly discovered page of Figure 2, the only first-hand documentation we have of Antal Szerb's stay in London. His diary contains no entries at all between April 1929, before he left for Paris, and November 1930, when he had long since returned to Budapest. The letters suggest that his main motivation to join the Adler Society was social, and that as he began to feel alienated from English society, so his participation in the Adler Society waned (despite its large proportion of non-English members). It raises the question: did Adler's individual psychology exert a substantive influence on Szerb and his work?

#### FREUD'S AND ADLER'S INFLUENCE ON THE MATURE ANTAL SZERB

Antal Szerb burst onto the Hungarian literary scene in a big way in 1934, which saw the publication of his seminal *History of Hungarian Literature* and his debut novel, *The Pendragon Legend*. Two years later saw a similar spurt of productivity. He wrote another scholarly work, *Weekdays and Wonders* [*Hét-köznapok és csodák*] (Szerb, 1936a), which presented and analyzed post-World War I novels from France, England, the United States, and Germany. He also

took a trip through Italy in the company of his friend, the historian of classical mythology and religion – and later the associate of Carl Jung – Károly [Karl] Kerényi (1897–1973). That trip yielded his philosophical travelogue, *The Third Tower* [*A harmadik torony*] (Szerb, 1936b). Both works would influence his great novel of the following year, *Journey by Moonlight*.

*Weekdays and Wonders* presents the novel as essentially a vehicle of rebellion, where the object of the rebellion is an ossified aspect of the author's own society and national culture. This gives even international literary and aesthetic movements different characters in different nations. Szerb describes vitalism in the novels of D.H. Lawrence (1885–1930) as his battering ram against the gates of British conventionalism and sexual repression. Perhaps surprisingly, he finds Thomas Mann (1875–1955), in his novel *The Magic Mountain* [*Der Zauberberg*] (Mann, 1924), the supreme exponent of vitalism, precisely because Mann – unlike Lawrence, who regarded death as the enemy of life, to be implacably resisted – understood death to be perhaps *the* essential component of life, so that Mann's vitalism is more comprehensive than Lawrence's could ever be. This conclusion is presented via a comparison to Freudian theorizing about the role of the death instinct:

Art is recognition. Thomas Mann, just like Proust, did not learn from the sciences when it came to the important things, but using artistic intuition and mercilessly honest self-inspection, he discovered new territories before the sciences got there. To our own day—and thus, principally in Freud's latest works—psychology seeks the role of the death instincts in the individual and the collective only by feeling its way in the dark. But the entire territory of the soul still remains spine-tinglingly mysterious today. It is likely that we still do not understand Mann's book completely today, because in it we are made aware, for the first time, of such things as are still covered by the veil of our own unconsciousness. In this respect, the prophetic nature and message of *Der Zauberberg* will only reveal itself completely to a future humanity having reached a higher degree of understanding (Szerb, 1936a, pp. 194–95).

Szerb makes the connection to Freud's investigation of the death wish but finds it inadequate compared to the insights of an artist of superior intuitive powers.

Alfred Adler turns up in Szerb's discussion of the other contemporary German author he esteems most highly, Franz Werfel (1890–1945):

He is a purposeful writer: he writes each novel based on a different program, and he introduces a new side of himself in every novel. He has written novels based on Freudian and Adlerian psychological theory: *Nicht der Mörder, der Ermordete ist schuldig* (Werfel, 1920), and *Der Abituriententag* (Werfel, 1928). Both novels find their seed in a memory from youth, since grown hazy but revealed in the adult's deeds. Their true territory comprises those feelings—self-esteem, superiority, inferiority—that, in general,

are grouped around the individual's self-evaluation, which Freud groups together under the name of ego-feelings, and which stand at the center of Adlerian individual psychology's interests (Szerb, 1936a, p. 208).

***The Third Tower*** revives the theme found in the young Szerb's diary: the dangerous attraction of narrow back alleys, his "dream of the ghetto." The theme appears immediately, in the first installment of the travelogue, in its own tiny chapter.

I walk the back alleys of Venice again, with unceasing greediness. These streets are amazingly narrow. There are some where two fat men can't squeeze past each other, and even the wide streets are only just wide enough...

If I were forced to speak in entirely concrete terms, I'd say that I love Italy for its back alleys. The alley is, to me, what the garden was to Goethe's age, and what "nature" was to the Romantics. ... My dreams and nostalgias lead me here: I experienced the greatest ecstasy of my life when I first beheld a small Italian hill town and its back alleys.

I don't know what it is within me. The emotion the alleys produce is so deep that I can't regard it as merely the response of a historically inclined man; it's much more intense and instinctive. I'm familiar with the Freudian explanation and bored with it; it's so plausible that I no longer even believe it (Szerb, 1936c).

The "Freudian explanation" is, of course, the infantile memory of emergence from the womb, which Szerb had considered and dismissed as a nineteen-year-old. The mature Szerb has developed a fine sense of irony and a penchant for antiphrasis to dispense with it: "it's so plausible that I no longer even believe it."

Adlerian feelings of inferiority arose to afflict Szerb personally in Verona, where he was forced by a huge influx of holiday travelers to take an inferior hotel room, where the only window with a view was at floor level, and the door wouldn't stay shut:

My bourgeois and snobbish instincts made use of this tormenting night to torture me. "Only you can wind up taking a room like this, you teacher!" said my bourgeois and snobbish instincts. "A proper man would have left in disgust. Neither your father nor your extended family would have set foot in such a room! Where the window is down below!" I was ashamed of myself. I was intensely ashamed of myself until morning.

It was neither inferiority nor superiority feelings, however, that Szerb experienced most acutely during his travels through Mussolini's Italy. What he experienced was the oppressive effect of a collective, a hive, on a thinking individual. Only when he ascended to the third tower of the city walls of San Marino, beyond the stamina of the other tourists, did he attain an understanding of and release from his sense of oppression:

There, at the foot of the Third Tower, I understood everything: my uneasiness on the trains, in the hotels, in the restaurants, amongst the tourists, everywhere on the entire trip, where I, as a solitary man, had to interact with collectivism, the happy Italian collectivism. I feared for my solitude from them, and from the European future that they symbolized to me. I feared for my solitary happiness in the face of their herd-happiness, because they are the stronger.

This happiness that I feel here at the foot of the Third Tower, I cannot hand over to anyone. Just as I cannot hand myself over to anyone or anything, to any State or any Ideal.

This conclusion seems to be that of a reasonably well-adjusted individual.

***Journey by Moonlight*** begins straightaway with a resurrection of the dream of the ghetto. The opening lines read:

There had been no trouble at all on the train. It began in the back alleys of Venice (Szerb 1937/2016, p. 5).

The protagonist, Mihály, and his bride Erzsi are on their honeymoon. Their very first night in Italy gets off to a bad start when Mihály excuses himself to go in search of a particular wine he's craving. But that's not his actual craving:

Impossibly narrow streets branched into impossibly narrow streets, and wherever they led, every one of these streets became still narrower and darker. If he extended both arms, he could simultaneously touch the opposing rows of buildings, those silent houses with large windows behind which, so he thought, mysteriously intense Italian lives must be slumbering. They were so near that it felt, indeed, like an intrusion to be walking these streets at night.

What was this strange spell and ecstasy that seized him here in the alleyways? Why did he feel like someone who had come home at last? Maybe a child might have dreamt of such things – the child, Mihály, who lived in a detached garden villa but was afraid of open spaces. Perhaps this adolescent wanted to live in such narrow confines that every half a square metre has separate significance, ten paces already mean a border violation, decades pass next to a rickety table and human lifespans in an armchair; but we can't be certain about this.

He meandered along the alleys this way until he realized that dawn was already breaking and he was on the far side of Venice...(Szerb, 1937/2016, p. 7).

Indeed, back alleys and ancient houses would continue to lure Mihály irresistibly elsewhere in Italy, especially in several quarters of Rome (including its ancient ghetto):

Streets and houses had awakened far-reaching presentiments before, but never to the extent that Rome's streets, palaces, ruins and gardens did. Meandering among the immense walls of the Teatro Marcello, or gazing at the way little baroque churches sprout among the antique columns in the Forum, or looking down at the star-shaped Regina Coeli prison from one of the hills, or wandering the alleys in the ghetto, or crossing peculiar courtyards from Santa Maria sopra Minerva to the Pantheon, through whose huge oculus, big as a millwheel, the dark blue summer evening's sky looks down – these are what filled his days (Szerb 1937/2016, p. 151).

The alleys of the seedy Trastevere quarter develop an ominous aspect, as Mihály becomes convinced that someone is following him. And not for the first time: a similar experience in a dark Spoleto alley had terrified him until his imagined pursuer turned out to be perfectly harmless. In Trastevere, however, the situation would be more consequential.

When he reached the bank of the Tiber, he became aware of the sensation that someone was following him. But he suppressed the feeling, convinced that it was just a fleeting delusion. As he wandered through the alleyways of the Trastevere quarter, however, this inner sensation grew continually stronger (Szerb 1937/2016, p. 198).

His Trastevere tracker turns out to be a former classmate, and the encounter sets in motion the decisive train of events in Mihály's odyssey. What, aside from the dissolution of his brand-new marriage, does that journey entail? Nothing less than Mihály's struggle between the desire to rebel against the expectations of his bourgeois milieu and the existential pressure to conform to them – and, as part of that struggle, the conflict between his life instinct and his death wish. It is an echo, somewhat modified, of Szerb's own experience of Italy that the visit to San Marino's third tower raised to his consciousness.

In *Weekdays and Wonders*, Szerb had noted how Thomas Mann's artistic insight led deeper than Freud's still embryonic scientific efforts toward an understanding of the complementary and mutually necessary roles of life and death and their respective drives. In the denouement of *Journey by Moonlight*, it is social pressures, as expressed both in classical mythology and by present-day forces, that determine the nature of Mihály's outcome. This realization of cultural and historical influence on the evolution of the individual's psychology is an essentially Adlerian position (and one with literary roots, for Szerb, in Cha-teaubriand). Mihály's struggle is not (mostly) about inferiority feelings and their compensation, but about the conflicting drives to conform to, or rebel against, social forces.

Mihály's Italian odyssey began as a typical bourgeois honeymoon but became a frantic attempt to escape back into his rebellious adolescence. By journey's end, he appears grudgingly to have accepted his role in bourgeois society, to give

up rebelling via an active retreat to adolescence, allowing it rather to persist as a nostalgic memory. But does he, really? Szerb ends the novel on a note of perfectly judged ambiguity:

He was going home. Once again, he'd attempt what he had failed to do for fifteen years: to conform. Perhaps this time he would succeed. This was his destiny. He'd surrender. The facts were stronger than him. Escape was impossible. They'd always be stronger ...  
 ... He must stay alive. And he too would live: like rats amidst the ruins. But he'd live, nonetheless. And as long as one lives, something might yet happen (Szerb 1937/2016, p. 261).

Szerb frames his novel with classical symmetry: Mihály departs, as he had entered, on a train. The hint of ambiguity in its conclusion that is not quite a resolution makes the novel thoroughly modern. Note also the strong echo of *The Third Tower* in this conclusion: "The facts were stronger than [Mihály]," whereas in the travelogue's conclusion, Szerb feared for his "solitary happiness in the face of their herd-happiness, because they [the collective] are the stronger."

## CONCLUSION

Antal Szerb was fascinated by modern psychology from his adolescence on. At a time when he was trying to work out his own sexuality, he found Freudian psychology both plausible and helpful; but even before he had entered his twenties, he glimpsed shortcomings in its attempt to relate most neuroses to issues of infantile sexuality. This is revealed most strikingly in Szerb's preoccupation with the dream of the ghetto, which begins in his diary, resumes in his philosophical travelogue, and finds its fullest treatment in his fictional masterpiece nearly two decades later; and all in implicit refutation of the dream's Freudian explication. Both Szerb's biography and his scholarly and literary oeuvre indicate that his views evolved to accord with Adler's theories of the importance of social forces on personal development.

The London section of the International Association for Individual Psychology receives no further mention in Szerb's published correspondence after his letter of March 30, 1930 to Dionisie Pippidi. It may have been merely a passing phase, and it may even have been of more social than intellectual significance to Szerb at the time, but his interest in psychology persisted throughout his life and revealed itself in his writing, both scholarly and creative, as it began under Freud's influence but developed toward an Adlerian viewpoint. And the Dimitrije Mitrović Archives have bequeathed us a long-lost, newly found memento of Antal Szerb, professor at a grammar school (more or less).

**ACKNOWLEDGMENTS:** the author thanks the University of Bradford Library Special Collections and the New Atlantis Foundation for their permissions to reproduce the document images. He also thanks Dr. Győző Ferencz for pointing out the mentions of Olivér Brachfeld in Fanni Gyarmati Radnóti's diary. He is grateful to an anonymous reviewer of this manuscript for suggesting the very likely identity of the "Mrs. Páczai" to whom Antal Szerb refers in his correspondence. Except as otherwise noted, translations of original Hungarian and German source materials are by the present author.



Figure 1. Oliver Brachfeld's letter of introduction for Antal Szerb.

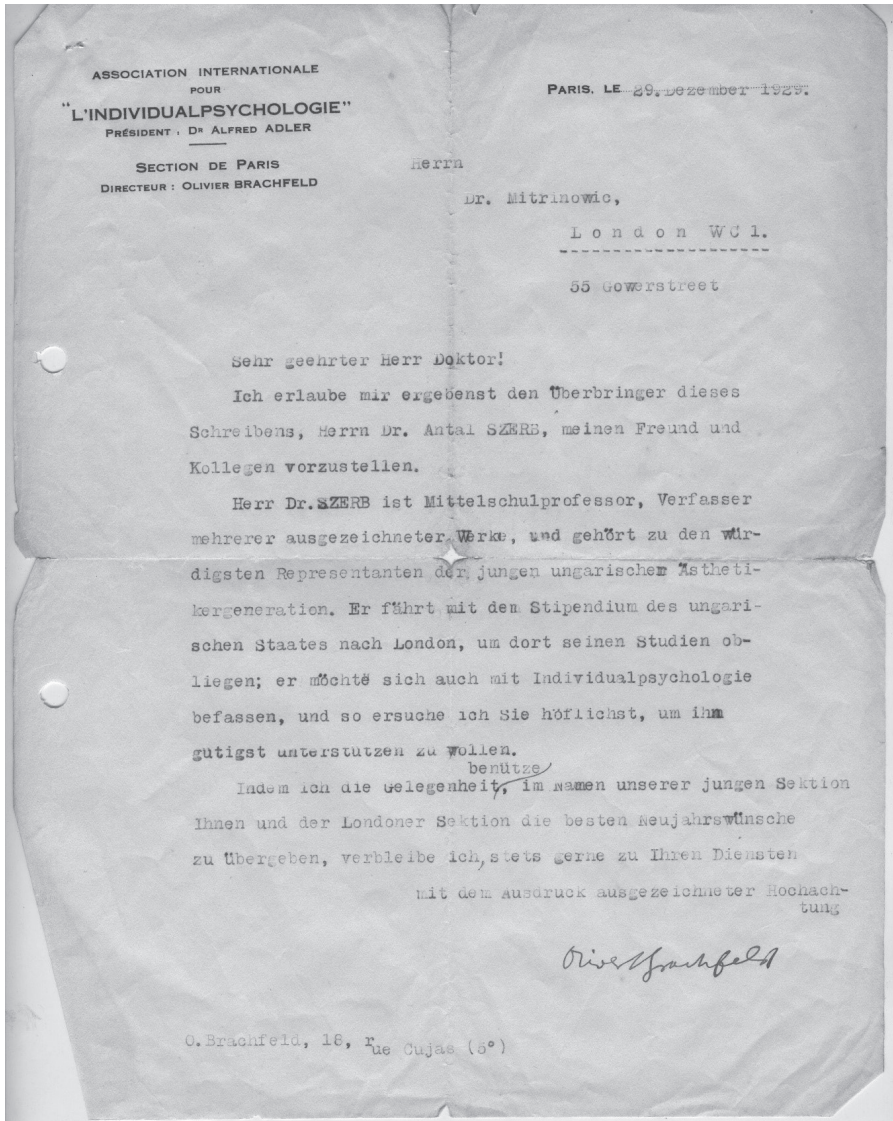


Figure 2. Manuscript translation of the letter of Figure 1, likely in Antal Szerb's hand.

~~Verein für~~ Internat.  
Association Internationale  
pour

Paris, 29th Dec. 1927

Dear Dr Kitchinoric,

Please permit me to present  
the bearer of this letter, Dr  
Antal Szerb, ~~as~~ my friend  
and colleague.

Dr Szerb is professor at a  
grammar school, author of  
(more or less)  
several excellent works and  
is one of the most meritorious of the  
younger Hungarian aesthetic generation.  
He is travelling to London <sup>to study there</sup> on a  
grant from the State of Hungary;  
he ~~is~~ wishes to ~~study~~ <sup>include</sup> Individual Psychology  
in his studies. I shall be most  
grateful for any support you  
can give him.

I would like to use this opportunity  
to send best wishes for the New Year  
on behalf of our young groups to  
the London groups. Trs etc etc

APPENDIX 1

A literal (insofar as possible) English rendering of the German text of Figure 1.

International Association  
for "Individual Psychology"  
President: Dr. Alfred Adler

Paris, 29 December 1929.

-----

Paris Section  
Director: Olivier [sic] Brachfeld

To Mister

Dr. Mitrinowic [sic]  
London W C 1.  
55 Gowerstreet [sic]

Most esteemed Doctor!

Allow me humbly to introduce the bearer of this letter, my friend and colleague,  
Dr. Antal SZERB.

Dr. SZERB is a secondary school professor, the author of several excellent works,  
and one of the worthiest representatives of the young generation of Hungarian  
aesthetes. He is traveling to London under a scholarship from the Hungarian  
state to study there. He would also like to deal with Individual Psychology, and  
so I politely ask that you support him graciously.

Taking this opportunity on behalf of our young Section to deliver best wishes  
for the New Year to you and the London Section, I remain ever at your service,

expressing my greatest respect,

Oliver Brachfeld

O. Brachfeld, 18, rue Cujas (5<sup>e</sup>)

## REFERENCE LIST

- Author index for *Nyugat*, under “B”. (2003, December 8). Retrieved from [http://epa.oszk.hu/00000/00022/sz\\_b.htm](http://epa.oszk.hu/00000/00022/sz_b.htm).
- Brachfeld, F. O. (2014). *Inferiority Feelings: In the Individual and the Group*. New York, NY: Routledge. This is its most recent English reprint (of the translation from the French edition, first published in 1951). Originally published in Spanish (1935). *Los sentimientos de inferioridad*. Barcelona: Luis Miracle.
- Brachfeld, F. O. (No date). Retrieved from [https://ca.wikipedia.org/wiki/Ferenc\\_Oliver\\_Brachfeld](https://ca.wikipedia.org/wiki/Ferenc_Oliver_Brachfeld) (in Catalan) and [https://de.wikipedia.org/wiki/Oliver\\_Brachfeld](https://de.wikipedia.org/wiki/Oliver_Brachfeld) (in German).
- Brachfeld, F. O. (No date). Retrieved from [https://ca.wikipedia.org/wiki/Ferenc\\_Oliver\\_Brachfeld](https://ca.wikipedia.org/wiki/Ferenc_Oliver_Brachfeld). See also: Könyvek Szemléje [Review of Books]. (1931, May 8). *Irodalomtörténet [Literary History]*, 20(5-8), 269. Retrieved from [http://epa.oszk.hu/02500/02518/00075/pdf/EPA02518\\_irodalom\\_tortenet\\_1931\\_05\\_08\\_252\\_277.pdf](http://epa.oszk.hu/02500/02518/00075/pdf/EPA02518_irodalom_tortenet_1931_05_08_252_277.pdf).
- Burgham, E. (2015, November). New Atlantis Foundation Dimitrije Mitrinović Archive Catalogue. Retrieved from <https://www.bradford.ac.uk/library/special-collections/collections/mitrinovic-library-and-archive/>. Archive reference: GB 0532 NAF.
- Havasréti, J. (2013). *Szerb Antal*. Budapest: Magvető.
- Horváth, P. (2008). Brachfeld F. Olivér (1908–1967): Egy magyar individuálpaszichológus a spanyol pszichológia történetében [F. Olivér Brachfeld (1908–1967): A Hungarian Individual Psychologist in the History of Spanish Psychology]. *Thalassa* 19(1), 59–83.
- International Association of Individual Psychology (IAIP). Retrieved from <http://www.iaipwebsite.org/>.
- Lenkei, J. (2009). Egy analitikus a mozdulatművészek között [An Analyst Among Movement Artists]. *Thalassa* 20(1), 92–99.
- Mann, T. (1924). *Der Zauberberg [The Magic Mountain]*. Berlin: S. Fischer Verlag.
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter from London, dated January 13, 1930, to Magda Tanay (1901-?)*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter dated January 17, 1930, to János Faludi*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter from London, dated January 20, 1930, to Dionisie M. Pippidi (1905-92)*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).

- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter dated January 30, 1930, to Dionisie M. Pippidi*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter dated February 14, 1930, to Magda Tanay (Italicized passage in English in the original)*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Nagy, Cs. (2001). *Szerb Antal válogatott levelei [Selected Letters of Antal Szerb]: Letter dated March 10, 1930, to Dionisie M. Pippidi*. Budapest: Petőfi Irodalmi Múzeum. Retrieved from [https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ\\_PIMU\\_Kmiklk\\_05\\_Szerb/?pg=0&layout=s](https://library.hungaricana.hu/hu/view/ORSZ_PIMU_Kmiklk_05_Szerb/?pg=0&layout=s).
- Parks, T. (2018). My Hermit's Life. *London Review of Books* 40(18), 24–26.
- Passerini, L. (1999). *Europe in Love, Love in Europe: Imagination and Politics in Britain Between the Wars*. London: I.B. Tauris & Co., Ltd.
- Radnóti, M., tr. J. M. Ridland and P. V. Czipott. (2013). *All That Still Matters at All*. Milwaukee, WI: New American Press.
- Radnóti Miklósné Gyarmati, F., ed. Gy. Ferencz and Zs. Nagy. (2014). *Napló [Diary] 1935-1946*. Vol. I: 1935-1940. Budapest: Jaffa Kiadó, 200.
- Szerb, A. (1929). *Az angol irodalom kis tükre [An Outline of English Literature]*. Budapest: Magyar Szemle.
- Szerb, A. (1934a). *Magyar irodalomtörténet [History of Hungarian Literature]*. Cluj-Kolozsvár, Romania: Erdélyi Szépművészeti Céh.
- Szerb, A. (1934b). *A Pendragon legenda [The Pendragon Legend]*. Budapest: Franklin Társulat.
- Szerb, A. (1936a). *Hétköznapi és csodák [Weekdays and Wonders]*. Budapest: Révai.
- Szerb, A. (1936b). A harmadik torony (Utinaapló) [The Third Tower (Travel Diary)]. *Nyugat*, 29(10), 242–59.
- Szerb, A. (1936c). A harmadik torony (Utinaapló), [The Third Tower (Travel Diary)]. Retrieved from <http://epa.oszk.hu/00000/00022/nyugat.htm> (The site lacks pagination).
- Szerb, A. (1937). *Utas és holdvilág [Traveler and Moonlight]*. Budapest: Révai.
- Szerb, A. (1941). *A világirodalom története [The History of World Literature]*. Budapest: Révai.
- Szerb, A., ed. M. Tompa and I. Petrányi. (2001). *Naplójegyzetek (1914–1943) [Journal Entries, 1914–1943]*. Budapest: Magvető. Entry for 28 March 1918.
- Szerb, A., ed. M. Tompa and I. Petrányi. (2001). *Naplójegyzetek (1914–1943) [Journal Entries, 1914–1943]*. Budapest: Magvető. Entry of September 1920.
- Szerb, A., ed. M. Tompa and I. Petrányi. (2001). *Naplójegyzetek (1914–1943) [Journal Entries, 1914–1943]*. Budapest: Magvető. Entry of 10 June 1924.
- Szerb, A., ed. M. Tompa and I. Petrányi. (2001). *Naplójegyzetek (1914–1943) [Journal Entries, 1914–1943]*. Budapest: Magvető. Entry of 24 May 1924.
- Szerb, A., ed. M. Tompa and I. Petrányi. (2001). *Naplójegyzetek (1914–1943) [Journal Entries, 1914–1943]*. Budapest: Magvető. No earlier than 12 November 1930. Ellipsis in the original.
- Szerb, A., tr. P.V. Czipott. (2016). *Journey by Moonlight*. Richmond, UK: Alma Classics (Original work published 1937).

- Tóbiás, Á. (2015, March). A Magvető III. Forradalom előtt [The Seed-sower III. Before the Revolution]. *Kortárs* [Contemporary]. Retrieved from <http://www.kortaronline.hu/archivum/2015/03/arch-a-magveto.html>.
- Werfel, F. (1920). *Nicht der Mörder, der Ermordete ist schuldig* [Not the Murderer, but the Victim is Guilty]. Munich: Wolff.
- Werfel, F. (1928). *Der Abituriententag* [Graduation Day]. Vienna: Paul Zsolnay Verlag.

## ENDNOTES

- <sup>1</sup> Anpacken (German): wrestling holds.
- <sup>2</sup> “\*” denotes an intimate female friend who remains unidentified.
- <sup>3</sup> The author’s personal *observation, as a first-generation American growing up* in the social setting of the Hungarian émigré community in the United States.
- <sup>4</sup> A Romanian classical philologist whom Szerb had met in Paris the preceding summer, and who became one of his closest lifelong friends. Note that Szerb wrote to Pippidi in French; the letters were published in Hungarian translation by Pál Réz, and the present English is based on the Hungarian translation.
- <sup>5</sup> *Berufsneurotiker* (German): professional neurotics.
- <sup>6</sup> *Muzhik* (Russian): a Russian peasant.
- <sup>7</sup> In English, in the original.
- <sup>8</sup> “Here” meaning Szerb’s lodgings at the time of writing, at 44 Tavistock Square, also in Bloomsbury.
- <sup>9</sup> János Faludi (1903-56): published as a poet in the journal *Nyugat* in 1921-22, after World War II he became a Communist Party functionary in the publishing industry during the Stalinist Rákosi era; while attempting to defect following Soviet suppression of the revolution of 1956, he froze to death near the Austrian border.
- <sup>10</sup> *Tivi and Mr. Hász*: nicknames of mutual literary friends Tivadar Aczél (1902-?) and Vilmos Juhász (1899-1967).
- <sup>11</sup> The Mitrinović Archive records many guest lectures at the Adler Society; Szerb’s lecture is not among them, so he may never have presented it.
- <sup>12</sup> That is, Dimitrije Mitrinović.
- <sup>13</sup> According to Lenkei, the reference is to Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950), an influential developer of eurhythmic pedagogy.
- <sup>14</sup> According to an anonymous reviewer of this manuscript, “Mrs. Páczai” was most probably Mrs. Pál Pátzay (misspelled in the source), née Lucy Liebermann, who was a psychoanalyst and therapy instructor, as well as a student of the noted eurhythmic artist Olga Szentpál. See Lenkei, *op. cit.*
- <sup>15</sup> Neither Lenkei nor I have been able to trace the references to Svanholm or the Sönza family. Éva (diminutive: Évi) Stricker (1906-2011), the daughter of Laura Polányi, was an artist, avant-garde dancer and scenic designer in Budapest; later, having emigrated to the U.S. and under her married name of Eva Zeisel, she became a famed industrial designer and ceramic artist.
- <sup>16</sup> *Goyta* (Yiddish): a female gentile.
- <sup>17</sup> In English, in the original.

- <sup>18</sup> For more on the New Europe Group, including Valerie Cooper's activities, see Passerini, *Op. cit.*, pp. 126–137. The Mitrinović Archive contains many items by or addressed to Valerie Cooper.
- <sup>19</sup> Maria Theresa of Habsburg (1717–1780), Empress of Austria and Queen of Hungary and Croatia (1740–1780).

# CAN ACTIVE VIDEO GAMES MAKE A DIFFERENCE? DIFFERENCES AND SIMILARITIES BETWEEN ACTIVE AND PASSIVE VIDEO GAMERS REGARDING MOTIVATIONS, PROBLEMATIC GAMING, AND MENTAL HEALTH AMONG HUNGARIAN SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Máté Smohai, Levente Nyikus, Éva Puskás, Tamás Hodozsán  
Károli Gáspár University of the Reformed Church

## Abstract

---

**Objective:** This study explored the perceptions of video game players on the potential benefits of these games and on the factors associated with these perceptions.

**Materials and Methods:** a sample of 2346 video game user secondary school students were surveyed ( $15.3 \pm 1.1$  years old,  $n = 187$  females) and separated in two groups: passive ( $n=2222$ ) and active-mixed video game players ( $n=124$ ). The passive group consists of gamers using classic, sedentary video games, and for the active-mixed group members where real life motions needed during gameplay (e. g. Xbox Kinect). Extended sociodemographic data (e. g. questions regarding amount of friends and their video-game usage), video game usage habits (e. g. time, type of games), Problematic Online Gaming Questionnaire (Demetrovics et al., 2012), General Health Questionnaire (Goldberg, 1972) were assessed.

**Results:** Through the group comparison analyses, the overall differences between the active-mixed and the passive gamers are not as great as we supposed. Despite, in case of a few special aspects, such as life aspirations, extracurricular activities, being involved in sports, we found significant differences between the two groups.

**Conclusion:** Our study shows slight but significant psychosocial differences between the use of these two kinds of gameplay. These information can be used by parents, educators and other professionals for promoting active video games instead of the passive ones.

---

## INTRODUCTION

Video game playing may have negative impact on youngsters. The potential negative effects of gaming have raised concerns in the scientific community and in the public life as well. Gaming is often related to aggressive thoughts, hostility and decreased pro-social helping (Anderson & Bushman, 2001), violent behavior (Anderson & Dill, 2000; Gentile, Lynch, Linder & Walsh, 2004). It also can be associated with negative social consequences, such as decreased interest in offline relationships (Young, 2007), poor performance in school because of the



gaming time (Anderson & Dill, 2000; Gentile et al., 2004), attention problems (Chan & Rabinowitz, 2006; Swing, Gentile, Anderson, & Walsh, 2010) and various negative health effects, including addiction (Grüsser, Thalemann & Griffiths, 2007; Ng & Weimer-Hastings, 2005; Wan & Chiou, 2006).

However, the consequences related to video game usage widely vary according to the type and content of the certain game. Recently, a new generation of video games has become popular that require interactive physical activity (active games) beyond those where the player operates traditional handheld controller video games (passive games). These games can help children and young people increase their physical activity by integrating play and exercise. Playing an active video game, for example a dancing game can help youth lose weight (Epstein, Beecher, Graf, & Roemmich, 2007; O'Hanlon, 2007) by increasing heart rate, oxygen usage and energy expenditure. It can considered as light to moderate physical activity (Biddis & Irwin, 2010).

Can active video games contribute to improve people's mental health and emotional, social and psychological well-being through their exercise-like effects? The present study focuses on the differences and similarities between passive gamers and gamers who regularly play with active video games. In order to gain a better understanding of the pattern of gaming habits and motivations of active and passive gamers, the current study explored the following:

### *(1) Aspiration*

The relationship between motivation style and gaming behavior is subject of extensive research in the context of problematic gaming and video game addiction (Grusser et al., 2007; Kuss, Louws & Wiers, 2012; Wan & Chiou, 2006). A study identified 10 motivation factors for playing online games, that author grouped into 3 main components by an additional factor analysis: achievement (advancement, mechanics and competition), social motivations (socializing, relationships, and teamwork), and immersion (discovery, role-playing, customization, and escapism) (Yee, 2006).

Certain motivation factors appear to be in connection with problematic gaming behaviors. Kuss et al. (2012) found that two of Yee's motivational factors, escapism (a sub-factor of immersion) and mechanics (a sub-factor of achievement, i. e. using imminent game structure) are significant predictors of gaming-related problems such as overuse, social isolation, interpersonal conflicts, and neglect of offline activities.

Self-Determination Theory (Deci & Ryan, 1985) distinguishes several types of motivations. The two broad types that have been studied extensively are intrinsic and extrinsic motivations. Intrinsic motivation refers to motivation to engage in an activity merely for its own sake, regardless to external pressures

and rewards. While extrinsic motivation comes from external sources and involves motivations to perform an activity in order to obtain a reward or a desired outcome, even if that activity is not motivated by intrinsic desire. High intrinsic motivation style plays a crucial role in gaming addiction, opposed to extrinsic motivation. Wan and Chiou (2007) found that players who were classified as online game addicts show high level of intrinsic motivation, while non-addicts' extrinsic motivation was significantly higher than their intrinsic motivation. Intrinsic motivations imply a great driving force for engaging in a certain activity and such as represent a risk factor for the development of obsessive behaviors, but also mean the road to successful and enjoyable engagement in any activity, such as learning or doing sports.

The different types of video games might provide different motivations for the gamers due to their different structural characteristics. Although a number of studies have assessed the motivational factors of online gamers, the underlying motivations of engaging in active video games are still need to be explored. Osorio, Moffet, and Sykes (2012) in their study investigated the motivations that encourage participation in exercise, computer games, and exergaming. Exergaming means the use of video games that involve physical exertion and are thought of as a form of exercise. They found that computer games and exergaming share similar motivations, notably intrinsic motivation is the most important factor to play both types of game. Speaking of active-games, we should not forget about augmented reality (AR), of which its essence is to make a digital interface to the real world, for example filters, via cell-phones figures; and virtual reality (VR) which creates an entirely different reality (Mohn, 2017). To be more specific, both AR and VR technology can be mentioned of its entertainment factor, especially the AR which is nowadays used, to make games or applications for smart-phones like Pokemon-Go. The point of Pokemon-Go is used to be a hunt for pokemons on the streets. In a 2017 study published by a Hungarian group, despite the motivational factor of gaming, found 3 specific factors of playing Pokemon-Go. The factors were outdoor-activity, nostalgia and boredom (Zsila et al., 2018). A Polish group found that Pokemon-Go users actually spent more time outdoor (Kaczmarek, Misiak, Behnke, Dziekan & Przemysław, 2017). Although it might have a positive effect on health conditions, but even this is the case the fact that competition refers to problematic use, cannot be negligible (Zsila et al., 2018).

## *(2) Problematic gaming*

Although a large number of studies have been published about video gaming addiction, their results, regarding to the prevalence of obsessive or problematic gaming behavior, are fairly inconsistent, varying from 0.5% to 10% (Batthyany,

Müller, Benker & Wölfling, 2009; Choo, Sim, Gentile, Li & Khoo, 2010; Grusser et al., 2007; Yang, Choe, Baity, Lee & Cho, 2005; Yoo, et al., 2004). This is due to the fact that neither standard practice of measuring pathological video game usage, nor clearly defined, official diagnostic criteria of video game addiction exist. Yet, studies have consistently shown that certain players do show symptoms of pathological behavior such as withdrawal, preoccupation, loss of control, and interpersonal or intrapersonal conflicts (Gentile, 2009; Grusser et al., 2007). The addictive potential of video games is closely linked to their types. Online game users are found to be more likely to develop addictive gaming behaviors than offline players, because online games generally require a higher degree of commitment and time investment from the players. It often implies neglect of occupational, social, and other recreational activities and offline relationships (Kuss & Griffiths, 2011).

According to the displacement hypothesis (Ogletree & Drake, 2007), which proposes that young people who practice any offline activity regularly are less susceptible to develop pathological video gaming habits than those who don't take part in such activities. So extracurricular activities presumably mean a protective factor against obsessive gaming.

The current study aims to explore if playing with active games exclusively or next to online games makes significant difference in the development of problematic gaming. For the assessment we used the Problematic Online Gaming Questionnaire (Demetrovics et al., 2012).

### *(3) Mental health*

Numerous researches have proved that regular physical activity is part of a healthy lifestyle and linked to better health out-comes in all age groups (Bouchard, Shephard & Stephens, 1994; Haskell et al., 2007). Physical activity appears to be an effective alternative to traditional forms of treatment for mild-to-moderate mental health diseases, especially unipolar depression, chronic fatigue syndrome and anxiety (Paluska & Schwenk, 2000). In addition, an adequate level of physical activity, which for young people means about 60 minutes of moderate-to-vigorous physical activity every day (Simons, Bernaards, & Slinger, 2012), seems to be in positive association with cognition (assessed primarily by reaction time tests), school performance (Sibley & Etnier, 2003), improvement of physical self-perceptions, self-esteem, general psychological well-being (Fox, 1999) and lack of drug addiction problems (Greza & Surányi, 2014). These facts can be confirmed via gamification. It seems cognitive skills, such as the forementioned reaction time is developed among those players who usually play FPS games (First-Person-Shooter) (Deleuze, Christiaens, Nuyens & Billieux, 2017). Furthermore, as it was mentioned among the motivational

factors (Zsila et al., 2018), gamers who used the first geo-located AR game, actually spent more time outside, and also were physically more active (Kaczmarek et al., 2017). According to a Spanish study (Ruiz-Ariza, Casuso, Suarez-Manzano & Martínez-López, 2018), in 8 weeks people walked 54 km on average while playing. During the measured period, their social interactions had also increased (Ruiz-Ariza et al., 2018). While children and youngsters spend a considerable amount of their free-time on sedentary activities, such as watching television and playing video games, active gamers spend an important amount of time on playing active games which they otherwise would have spent with less active pursuits (Simons et al., 2012). Beside, not only younger ones, but also elderly people tend to like the new technology of active video gaming, which can inspire them to stand up from the couch and play again (Witherspoon & Manning, 2012). In the present study we assessed the potential difference between young people who only play with passive games and who regularly play with active games in terms of the relationship with mental health.

## SUBJECTS AND METHODS

### *Participants*

The data was collected during a broader research by Smohai and Vargha (2014). The participants were comprised of Hungarian secondary school students. Although the research team received 3652 correctly completed questionnaires, for the present study we have only used those 2346 questionnaires that came from students who claimed to play with video games at least occasionally.

The video game players were divided into different groups. Those players who play video games on all kinds of PCs, XBOXs (except Kinect), Play Stations, Nintendos (except Wii), Tablets, Smart phones, Handhelders were coded as Passive gamers. Those players who play video games on XBOX Kinect, Nintendo Wii, and play Guitar Hero (In spite of the fact that Guitar Hero has more or less static movements) games were coded as Active gamers. Those players who play games that were classified as active and passive as well were coded as Mixed gamers. We constructed 2 categories. The first one contains Passive gamers and the second one contains Active and Mixed gamers. The research team received questionnaires from 33 Hungarian cities: 25% from Budapest, 75% from various country towns. Table 1 shows the participants' characteristics.

**Table 1.** Participants' characteristics

	<b>Number of participants</b>	<b>Gender</b>	<b>Mean age (SD)</b>	<b>Average daily game time (hours/day) (SD)</b>
Active-mixed gamers	124	65 males, 59 females	15,32 (1,10)	3,34 (2,99)
Passive gamers	2222	1583 males, 636 females 3 missing data	16,04 (1,55)	3,79 (3,08)

### *Procedure*

Secondary school students were invited to participate through their computer science teachers. The research team recruited computer science teachers through social networking sites and the homepages of schools. The teachers first distributed research information sheets and informed consent forms to the students. For the students willing to participate, the process took place during the next computer science class. The participants filled the research questionnaire online.

### *Measures*

In this study we used data gained from the following questionnaires:

1. Sociodemographic characteristics (gender, age, regular activities, gaming habits, friend indexes)

2. Shortened Aspiration Index

This 14-item questionnaire was developed to assess people's general aspirations. It distinguishes between extrinsic (wealth, fame, image), intrinsic (meaningful relationships, personal growth, community contributions) and health-related goals. The original 35-item questionnaire was developed by Kasser and Ryan (1996). The shortened version of it has been used in our research (Martos, Szabó & Rózsa, 2006). The internal consistency of the Shortened Aspiration Index reached an acceptable level (Cronbach alpha = [0,44; 0,71]) if the low number of items (2) for each subscale taken into account (Nagybányai Nagy, 2006).

### 3. Gaming habits

The research questionnaire contained 16 questions on general gaming habits concerning video games. The „General Media Habits Questionnaire – Child Version” was used (Gentile et al., 2004) for this research, translated by the first author and a regular video game user. As this questionnaire is rather an inventory containing separate questions (no scales and factors), psychometrically sound adaptation was not necessary as this measure doesn't have factor structure, reliability and validity.

### 4. Problematic Online Gaming Questionnaire (POGQ)

This 18-item questionnaire (Demetrovics et al., 2012) aims to measure gaming related problems on 6 subscales: preoccupation, overuse, immersion, social isolation, interpersonal conflicts, and withdrawal. Demetrovics defined a gaming behavior problematic from 66-67 overall scores. The reliability level of the POGQ on this sample was acceptable (Cronbach alpha = [0,74; 0,87]).

### 5. General Health Questionnaire (GHQ-12)

The 12-item General Health Questionnaire was developed to screen for non-specific psychiatric morbidity (Goldberg, 1972). In the current research we used it as an indicator of mental health. The 12 questions concern affective and behavioral symptoms. The Hungarian translation is published by the National Center for Epidemiology (Örkény, 2005). On the present video game user sample, the internal consistency of the GHQ-12 (Goldberg, 1972) proved to be solid (Cronbach alpha = 0,80).

## *Statistical Analysis*

For the statistical analyses we used IBM SPSS 20 programme.

Normality test (Kolmogorov-Smirnov) was used on the following questionnaires and indexes: The scales of Aspiration Index, the Problematic Online Gaming Questionnaire, the General Mental Health Questionnaire, the average daily game time, the gamer friend index, the non-gamer friend index. Normality could not be assumed on these questionnaires and indexes. That is the reason why we considered it appropriate to analyse the mean ranks by Mann-Whitney U test. In special cases T-tests' means are demonstrated in order to get a better understanding. Chi-square test was used to analyse the relationship between two discrete variables (see: Takács, 2012; 2015).

### *Hypotheses*

- o Hypothesis 1: Active-mixed gamers will show higher levels of intrinsic motivations than passive gamers.
- o Hypothesis 2: Passive gamers will have a higher score on the Problematic Online Gaming Questionnaire than active-mixed gamers.
- o Hypothesis 3: Active-mixed gamers will have better results on General Health Questionnaire than passive gamers.
- o Hypothesis 4a: Passive gamers will have a higher score on the gamer friend index than active-mixed gamers.
- o Hypothesis 4b: Active-mixed gamers will have a higher score on the non-gamer friend index than passive gamers.
- o Hypothesis 5: Active-mixed gamers' average daily game time will be lower than the passive gamers'.
- o Hypothesis 6: There will be a relationship between the categories of gamers and the fact that the gamer regularly takes part in any extracurricular activities or not.

## RESULTS

Hypothesis 1 predicted that the active-mixed gamers would show higher levels of intrinsic motivations than the passive gamers. 2178 passive and 124 active-mixed gamers responded to the Aspiration Index questionnaire items. Man-Whitney U tests were conducted. The difference in levels of intrinsic motivations were found to be significant between the two groups ( $z=-2,296$ ,  $p=0,022$ ). The results of the levels of intrinsic and extrinsic motivations and of Aspiration Index are shown in table 2.

**Table 2.** The levels of intrinsic and extrinsic motivation subscales (Aspiration Index).

	<b>Means of passive gamers (SD)</b>	<b>Means of active-mixed gamers (SD)</b>	<b>Z score</b>	<b>P value</b>
Wealth	3,81 (0,81)	3,83 (0,84)	-0,399	0,690
Fame	2,80 (0,91)	2,90 (0,95)	-1,096	0,273
Image	3,55 (0,88)	3,66 (0,95)	-1,719	0,086
Extrinsic goals	3,39 (0,69)	3,46 (0,74)	-1,311	0,190
Meaningful relationships	4,35 (0,74)	4,48 (0,70)	-2,235	0,025
Personal growth	4,21 (0,65)	4,25 (0,74)	-1,136	0,245

Community contributions	3,58 (0,86)	3,70 (0,86)	-1,487	0,137
Good health	4,16 (0,79)	4,24 (0,75)	-1,089	0,276
Intrinsic goals	4,05 (0,57)	4,14 (0,61)	-2,296	0,022
Aspiration Index	0,66 (0,81)	0,68 (0,93)	-0,611	0,541

Hypothesis 2 predicted that passive gamers would have higher score on the POGQ scale than active-mixed gamers. 2102 passive and 119 active-mixed gamers answered. Man-Whitney U test was performed ( $z=-0,142$ ,  $p=0,887$ ) and revealed no significant difference between passive (1,91) and active-mixed (1,95) gamers regarding problematic video game usage.

Hypothesis 3 predicted that active-mixed gamers would have better General Mental Health. 1819 passive and 109 active-mixed gamers responded. Mann-Whitney U test was used ( $z=-0,399$ ,  $p=0,690$ ) and it showed no significant difference in General Mental Health scores between the two groups (1,11 vs. 1,16).

Hypothesis 4a predicted that passive gamers would get higher score on the gamer friend index than active-mixed gamers. This gamer friend index was constructed by us. One can easily calculate this index by dividing the number of your gamer friends with the number of your friends. 1892 passive and 99 active-mixed gamers answered this question. Mann-Whitney U test was conducted ( $z=-0,797$ ,  $p=0,425$ ). It shows that there is no significant difference in the score of the gamer friend index between the two groups (0,693 vs 0,675).

Hypothesis 4b predicted that active-mixed gamers would get higher score on the non-gamer friend index. This non-gamer friend index was constructed by us. One can count it by dividing the number of non-gamer friends with the number of friends. 1945 passive and 104 active-mixed gamers responded. Mann-Whitney U test was conducted ( $z=-2,097$ ,  $p=0,036$ ). The result indicates that passive gamers (0,32) relatively have less non-gamer friends than active-gamers (0,38).

Hypothesis 5 predicted that the active-mixed gamers' average daily game time (hour/day) would be lower than the passive gamers'. Mann-Whitney U test was conducted. 2087 passive gamers and 113 active-mixed players responded. We found no significant difference between the average daily game time and the categories of gamers ( $z=-1,847$ ,  $p=0,065$ , 3,79 vs. 3,34).



Hypothesis 6 predicted that there would be a relationship between the categories of gamers and the fact that the gamer regularly takes part in any extracurricular activities. 2213 passive and 123 active-mixed gamers answered. The result does not indicate significant relationship (Pearson Chi-Square=0,063,  $p=0,802$ ).

Although we found no significant relationship in Hypothesis 6 we performed more cross-tabulational analyses. 213 passive, and 123 active-mixed gamers responded. The results showed significant relationships when we paired the categories of gamers with:

- o The fact that the gamer regularly takes part in any activities (which are not related to school) or not. 17,1% (active-mixed) vs. 8,1% (passive gamers) (Pearson Chi-Square=12,157,  $p=0,002$ ). The relationship is weak (Cramer's  $V=0,072$ ).
- o The fact that the gamer regularly does any sports activities or not. 76,4 percent of the active-mixed gamers regularly do sport activities while 64,9 percent of the passive gamers do the same (Pearson Chi-Square=7,329,  $p=0,026$ ). The relationship is weak (Cramer's  $V=0,056$ ).

## DISCUSSION

On the whole, the differences between active-mixed and the passive gamers are not as outstanding as we supposed, but in particular aspects we found significant differences between the two groups.

The results, which support hypothesis 1, revealed a significant difference in the levels of intrinsic motivations between the two groups. This result appears to contradict to a previous study suggesting that the underlying motivations to play computer games and exergaming are similar (Osorio et al., 2012). This inconsistency can be explained by the fact that the only motivational factor that showed significant difference between active-mixed and passive gamers was the motivation to have meaningful relationships. This result suggests that relationships mean more to active-mixed gamers than to passive ones. This finding is familiar with a previous study that suggests that exergamers engage in this type of activities in social context (Osorio et al., 2012). The importance of social interactions is justified by our other result, which indicates that active-mixed gamers significantly have more non-gamer friends than passive gamers (hypothesis 4b).

On the other hand, the results show that passive gamers' average daily game time is higher than active-mixed gamers, but the difference is not significant which means that hypothesis 5 is not supported by the results. However, passive gamers have more gamer friends than the active-mixed ones but the difference is not significant, which do not support hypothesis 4a. Although these findings

might indicate that passive gamers are more immersed in gaming activity which could lead to problematic gaming, results show no difference in POGQ's scores. This finding does not support hypothesis 2 and the suggestion of a previous study (Kuss & Griffiths, 2011) indicating that online gamers who are mostly passive gamers are more susceptible to problematic gaming than active gamers.

In line with these results no significant connection was found between the general mental health of the active-mixed and passive gamer groups, which does not support hypothesis 3. This outcome might indicate that the tested active-mixed gamers daily physical activity does not attain the adequate level neither in intensity nor in terms of duration despite regularly playing with an active game. Although our result significantly shows that more active-mixed gamers take part in regular sport activities than passive gamers, the relationship is very weak.

Limitations of the study are that we do not have any information about the proportion of playing active and passive video games in the group of the mixed gamers, that might have affected the outcomes. We rejected the idea of assessing separately the mixed, active and passive groups since the number of active gamers in the sample was too small. We neither have assessed the popularity of the used active video games. Moreover, POGQ questionnaire was used on both online and offline gamers, although it was originally developed and validated with online gamers. At this point we should mention that the questionnaire POGQ (Demetrovics et al., 2012) is created for assessing purely passive video game usage. For active gamers, the problematic level of usage almost cannot be reached due to the limitations of the human body (e. g. jumping and moving fast for an excessive time period and with high frequency).

In conclusion, our research tried to assess the effects of active gaming by exploring the differences and similarities between active-mixed and passive gamers. In reference to the question raised in the title (Can active games make a difference?) according to the present study our answer is: No or only by small means. Very few psychological difference has been found between active-mixed and passive gamers. It appears that active video game players do not have appreciably better mental health, and healthier lifestyle than passive players. In order to obtain a better understanding of the question, further large sample research would be necessary, e.g. assessing active and mixed gamers as separate groups. Furthermore, for clearer understanding it would be helpful to widen the group of the available games (active game-types such as AR, for example: Pokemon-GO or the VR-machines) which are getting more and more realistic and wide-spread among people. It means the number of the active gamers might have positively changed data. Secondly, nowadays not only the youngsters are involved using new technologies, so now on the age should not be a limit to the studies of this topic.

## REFERENCES

- Anderson, C. A. & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of personality and social psychology*, 78(4), 772.
- Anderson, C. A. & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological science*, 12(5), 353–359.
- Batthyany, D., Müller, K. W., Benker, F. & Woelfling, K. (2009). Computer game playing: clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 121(15-16), 502–509.
- Biddiss, E. & Irwin, J. (2010). Active video games to promote physical activity in children and youth: a systematic review. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 164(7), 664–672.
- Bouchard, C., Shephard, R. J. & Stephens, T. (1993). *Physical activity, fitness, and health*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- Chan, P. A. & Rabinowitz, T. (2006). A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents. *Annals of General Psychiatry*, 5(1), 16.
- Chin-Sheng, W. & Chiou, W. B. (2007). The motivations of adolescents who are addicted to online games: A cognitive perspective. *Adolescence*, 42(165), 179.
- Choo, H., Gentile, D., Sim, T., Li, D. D., Khoo, A. & Liau, A. (2010). Pathological video-gaming among Singaporean youth. *Annals of Academy of Medicine Singapore*, 39(11), 822–829.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109–134.
- Deleuze, J., Christiaens, M., Nuyens, F. & Billieux, J. (2017). Shoot at first sight! First person shooter players display reduced reaction time and compromised inhibitory control in comparison to other video game players. *Computers in Human Behavior*, 72, 570–576.
- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K., Farkas, J., Griffiths, M. D., Pápay, O., Kökönyei, Gy., Felvinczi, K. & Oláh, A. (2012). The Development of the Problematic Online Gaming Questionnaire (POGQ). *PLoS ONE*, 7(5), e36417.
- Epstein, L. H., Beecher, M. D., Graf, J. L. & Roemmich, J. N. (2007). Choice of interactive dance and bicycle games in overweight and non-overweight youth. *Annals of Behavioral Medicine*, 33(2), 124–131.
- Fox, K. R. (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public health nutrition*, 2(3a), 411–418.
- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R. & Walsh, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of adolescence*, 27(1), 5–22.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychological science*, 20(5), 594–602.
- Goldberg, D. P. (1972). *The detection of psychiatric illness by questionnaire; a technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness*. London, New York: Oxford University Press.

- Greza, F. & Surányi, Zs. (2014). *Fiatalok szerhasználata*. Kiadvány Szülőknek és Pedagógusoknak. Nemzeti Család és Szociálpolitikai Intézet, Budapest. 1–91.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R. & Griffiths, M. D. (2006). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression? *CyberPsychology & Behavior*, *10*(2), 290–292.
- Haskell, W. L., Lee, I. M., Pate, R. R., Powell, K. E., Blair, S. N., Franklin, B. A., Macera, C. A., Heath, G. W., Thompson, P. D. & Bauman, A. (2007). Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*, *116*(9), 1081.
- Kaczmarek, L. D., Misiak, M., Behnke, M., Dziekan, M. & Guzik, P. (2017). The Pikachu effect: Social and health gaming motivations lead to greater benefits of Pokémon GO use. *Computers in Human Behavior*.
- Kasser, T. & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and social psychology bulletin*, *22*(3), 280–287.
- Kuss, D. J., Louws, J. & Wiers, R. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *15*(9), 480–485.
- Martos, T., Szabó, G. & Rózsa S. (2006). Az Aspirációs Index rövidített változatának pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Mentálhigiéne és Pszichoszomatika*, *7*(3), 171–191.
- Mohn, E. (2017). Augmented Reality. *Salem Press Encyclopedia Of Science*.
- Nagybányai Nagy O. (2006). A pszichológiai tesztek reliabilitása. In Rózsa, S., Nagybányai Nagy O., Oláh A. (Eds.). *A pszichológiai mérés alapjai. Szöveggyűjtemény* (103–115). Bölcsész Konzorcium, Budapest.
- Ng, B. D. & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & behavior*, *8*(2), 110–113.
- O’Hanlon, C. (2007). Eat Breakfast, Drink Milk, Play Xbox: The Daily Recipe for Students’ Health and Fitness Is Taking on a New Ingredient Long Thought to Be a Poison: Video Games. *THE Journal (Technological Horizons In Education)*, *34*(4), 34.
- Ogletree, S. M. & Drake, R. (2007). College students’ video game participation and perceptions: Gender differences and implications. *Sex Roles*, *56*(7–8), 537–542.
- Osorio, G., Moffat, D. C. & Sykes, J. (2012). Exergaming, exercise, and gaming: Sharing motivations. *Games for health: research, development, and clinical applications*, *1*(3), 205–210.
- Örkényi Á. (2005). *Országos lakossági egészségfelmérés - Kutatási jelentés*. Budapest: Országos Epidemiológiai központ.
- Paluska, S. A. & Schwenk, T. L. (2000). Physical activity and mental health. *Sports medicine*, *29*(3), 167–180.
- Ruiz-Ariza, A., Casuso, R. A., Suarez-Manzano, S. & Martínez-López, E. J. (2018). Effect of augmented reality game Pokémon GO on cognitive performance and emotional intelligence in adolescent young. *Computers & Education*, *116*, 49–63.
- Sibley, B. A. & Etnier, J. L. (2003). The relationship between physical activity and cognition in children: a meta-analysis. *Pediatric exercise science*, *15*(3), 243–256.
- Simons, M., Bernaards, C. & Slinger, J. (2012). Active gaming in Dutch adolescents: a descriptive study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *9*(1), 118.

- Smohai, M. & Vargha, A. (2014). A problémás videojáték-használat lehetséges prediktorainak vizsgálata, feltárása – játsszási motivációk, aspirációk, kötődés, korai szülői nevelési stílus, társas támogatás. *Alkalmazott Pszichológia, 14*(1), 25–45.
- Swing, E. L., Gentile, D. A., Anderson, C. A. & Walsh, D. A. (2010). Television and video game exposure and the development of attention problems. *Pediatrics, 126*(2), 214–221.
- Takács, Sz. (2015). *Bevezetés a matematikai statisztikába, elmélet és gyakorlat*. Budapest: Antaresz Kiadó.
- Takács, Sz. (2012). Érzékenységvizsgálatok a statisztikai eljárásokban. *Alkalmazott Matematikai Lapok, 29*, 67–100.
- Wan, C. S. & Chiou, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior, 9*(6), 762–766.
- Witherspoon, L. & Manning, J. P. (2012). Active gaming: The future of play?. *American Journal of Play, 4*(4), 464.
- Yang, C. K., Choe, B. M., Baity, M., Lee, J. H. & Cho, J. S. (2005). SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive internet use. *The Canadian Journal of Psychiatry, 50*(7), 407–414.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & Behavior, 9*(6), 772–775.
- Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J., Yune, S. K., Kim, S. J., Hwang, J., Chung, A. I. N., Sung, Y. H. & Lyoo, I. K. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction. *Psychiatry and clinical neurosciences, 58*(5), 487–494.
- Young, K. S. (2007). Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. *CyberPsychology & Behavior, 10*(5), 671–679.
- Zsila, Á., Orosz, G., Bóthe, B., Tóth-Király, I., Király, O., Griffiths, M. & Demetrovics, Z. (2018). An empirical study on the motivations underlying augmented reality games: The case of Pokémon Go during and after Pokémon fever. *Personality and Individual Differences, 133*, 56–66.

#### AUTHOR DISCLOSURE STATEMENT

No competing financial interest exists.

Address correspondence to:

Levente Nyikus  
E-mail: levente.nyikus@gmail.com

Máté Smohai Phd  
Department of Psychology  
Károli Gáspár University of the Reformed Church.  
Building V. Bécsi road 324,  
1037 Budapest, Hungary  
E-mail: smohabasketball@gmail.com