

Baksai Csilla – Ruzsonyi Csenge

## Mitől boldogabb egy dán, mint egy magyar?

*Mi teszi boldogabbá az embereket? Minden országban ugyanaz? Úgy tűnik, hogy egyáltalán nem, ugyanis létezik olyan magyarázó változó, mely eltérő módon befolyásolja az egyén boldogságát egy boldog és egy boldogtalan országban. Tanulmányunkban Dániát, Európa legboldogabb országát és Magyarországot, Európa második legboldogtalanabb országát hasonlítottuk össze. A nem és családi állapot boldogságra gyakorolt hatása például döntően eltér Dánia és Magyarország között. Míg Dániában a nők és a házasok jelentősen boldogabbak, mint a férfiak és az egyedülállók, addig Magyarországon ilyen különbség nem mutatható ki.*

„Csak boldog akarok lenni” – szoktuk mondani, de közben bele sem gondolunk, mi minden járul hozzá a boldogságunkhoz. Mindenki mástól érzi jól magát. Például egy kisgyerek a kánukban a fagyitól, egy szerelmes a párja közelségétől, egy vizsgázó pedig attól, ha „görbül” a jegy. Érdekes azonban megfigyelni, hogy nemcsak egyénenként, hanem nemzetekenként is eltérnek a boldogságszintek (Helliwell et al., 2016).

Arra voltunk kíváncsiak, hogy milyen boldogságot befolyásoló tényezők vannak és ezek hatása mennyiben külön-



## Így írd dolgozatot!

**A jó cím** figyelemfelkeltő, rövid.

Ha szükséges, az alcímben pontosítsd, tükrözze, hogy miről szól a dolgozat. Ha befejezted az írást, ellenőrizd, hogy a cím valóban fedi-e a témát, fogalmai, kulcsszavai egyeznek-e a dolgozatával.

**A bevezetés** célja, hogy bevonja az olvasót, képet adjon a dolgozat témájáról.

A frappáns **felütés** azonnal felkelti az érdeklődést. Legjobb, ha a felütés és a tételmondat (tézis) egybeesik.

Hangsúlyozd a dolgozat **relevanciáját!** A hétköznapi életből vett példákkal is illusztrálhatod a választott témád, ezzel leírod, érthetővé teszed azt.

bözik egy kifejezetten boldog és egy boldogtalan európai országban. Ehhez statisztikai elemzésünkbe kilenc magyar változót vontunk be, melyeket egy lineáris regressziós modellben teszteltünk. Először a két vizsgált országra, Magyarországra és Dániára külön-külön, majd egy együttes modellben futtatunk regressziót. Magyarzó változóink között szerepel az iskolázottság, a vallásosság, a szubjektív egészségügyi helyzet, a háztartás jövedelmével és a demokráciával való elégedettség, a szociális élet intenzitása valamint a nemre, a családi állapokra és a munkaviszonyra vonatkozó bináris (két, „1”: igen és „0”: nem lehetséges értéket felvevő) változók. A European Social Survey 2014-es adataiból kiindulva választottuk ki összehasonlító elemzésünkhöz Dániát és Magyarországot.

## Mi a boldogság?

Ha megkérdeznének minket, hogy mennyire vagyunk boldogok, rengeteg kérdés merülne fel bennünk. Jelen pillanatra vagy az egész életemre vetítem a válaszom? Mik, illetve kik tesznek engem boldoggá? Vajon *boldog* vagyok-e egy finom cukrászdai sütemény elfogyasztása után vagy a boldogság egy kevésbé hétköznapi dolog, mint például a szerelem?

A boldogságkutatások általában két fogalmat vizsgálnak, a boldogságot és a szubjektív jóllétet. Ezeket Gundelach és Krein (2004) megállapításai mentén különválasztjuk, és csak a boldogsággal foglalkozunk a következőkben. Az idézett szerzőpáros szerint a boldogság inkább egy élményre, hangulatra irányul, míg a szubjektív jóllét az elégedettséghez áll a legközelebb. A szubjektív jóllét a mi értelmezésünkben azt fejezi

Add meg a dolgozat **tézisét**, a tételmondatot.

A bevezetőben ez a dolgozat egészére vonatkozik, de minden rész elejére kell tételmondatot írnod.

Jelezd az alkalmazott módszertant is, a dolgozat szerkezetére is utalj. Röviden a szakirodalomra is kitérhetsz, hogy az olvasó ebbe a környezetbe helyezhesse el a dolgozatod.

A **definíciókat**, fogalmakat a dolgozatban következetesen kell használnod. Törekedj az érthetőségre, mondandód az olvasó tudásszintjéhez igazodjon: add meg a számodra egyértelmű definíciókat is. Jó hír: a tudományos szövegben nem bűn a szóismétlés, támpontot jelent az olvasónak!

A **szakirodalmat** ne kronologikus sorrendben ismertesd.

Ütköztess a véleményeket, a művek gyengéseire, erősségeire koncentrálj.

ki, hogy az egyén hol tart az életében a kitűzött céljaihoz képest, a boldogság pedig azt, hogyan érzi magát. Mivel mi arra voltunk kíváncsiak, mitől érzik jobban magukat egy nemzet tagjai másoknál, nem pedig a céljaik teljesülésének tudatos értékelési folyamatának eredményére, ezért a boldogságot szerepeltettük elemzésünkben függő változóként, nem pedig a szubjektív jóllétet.

## Elméleti háttér: a boldogságot befolyásoló tényezők

Egy egyén boldogságát számos tényező befolyásolhatja, azonban a szakirodalom a leggyakrabban a következő, elemzésünkhöz is használt szempontokat említi. Fontos megjegyezni, hogy némely irodalom szinonimaként használja a szubjektív jóllét és a boldogság fogalmát, azonban a már kifejtett okok miatt, mi a boldogságra vonatkoztatva vizsgáltuk a következő változókat.

*Iskolázottság.* Az iskolázottság pozitívan hat a jövedelemre és az önbecsülésre, ezek pedig a boldogságszintre hatnak. A képzettségből fakadó nagyobb elvárások azonban negatívan is hathatnak a boldogság megítélésére (Dolan et al., 2008). Az iskolázottság és a boldogság közötti kapcsolat tehát nem egyértelmű. Véleményünk szerint az iskolázottság hatása inkább pozitív a jövedelemen és egészségügyi állapoton keresztül. A nagyobb elvárások pedig az étellel való elégedettségre vannak hatással.

*Vallásosság.* Bármely vallási közösségnek a tagja valaki, a vallásosság általában boldogabbá teszi őt. Eligazítást nyújt a mindennapokban, erőt ad a negatív érzelmekkel és történé-

**Kiemelést** (dőlt betű, vastagbetű) a folyószövegben ne alkalmaz, csak címeknél, szó szerinti idézetek beszúrásakor használd. Ne változtass a betűméreten, típuson sem írás közben.

Legyél **fókuszált**, ne ígérd, hogy minden szempontból megvizsgálod, összehasonlítod a jelenségeket. Pontosan állítsd fel a szempontrendszered! Ha csoportosítasz, azaz tipizálsz, úgy határozd meg a csoportokat, hogy a jelenségek egyértelműen besorolhatók legyenek egy és csakis egy csoportba.

sekkel való szembenézés során, valamint segít megküzdenni az olyan nehézségekkel is, mint a halálfélelem (Routledge, 2012). A vallásosok továbbá reménytelibbek, jobban hiszik, hogy célja van életüknek, jobban kezelik a stresszt és nagyobb önbizalommal rendelkeznek, és kevésbé hajlamosak a depresszióra, mint a nem vallásosak (Johnson, 2008).

*Jövedelem.* A jövedelem az egyik legalapvetőbb befolyásoló tényező a boldogság tekintetében, azonban hatása nem egyértelmű. Az egyén szubjektív jóllétének kapcsolata a keresetével pozitív, anyagi törekvéseivel azonban negatív. A jövedelem hatása emellett attól is nagymértékben függ, hogy az egyén életének mely szakaszában jár. Hiába nő ugyanis az elérhető javak mennyisége a nagyobb vagyon által, az idő előrehaladtával az emberek elvárásai is növekednek (Esterlin, 2001). A jövedelem és a boldogság kapcsolatát a csökkenő határhaszon elmélettel is lehet magyarázni: a két tényező közötti kapcsolat az alacsony jövedelemmel rendelkezőknél lesz a legszorosabb, hiszen ott kisebb mértékű többletjövedelem is jelentős változást eredményezhet az egyén boldogságában (Diener et al., 1995). Tella és munkatársai (2003) pedig a relativitást emelik ki: szerintük az emberek boldogságát a másokhoz viszonyított relatív jövedelmük befolyásolja. Ez értelmezhető egy társadalmon belül, illetve társadalmak között is.

*Egészségügyi állapot.* Az egyén egészségügyi állapota is meghatározó jelentőséggel bír boldogságának mértékére, ha az önbevallásos alapon került felmérésre (Anger et al., 2013). A betegségekben szenvedők logikus módon kevésbé elégedettek az életükkel, ám hosszú távon megtanulnak betegségükkel együtt élni (Dolan et al., 2008).

*Demokrácia.* Ha egy személy szabadnak érzi magát egy jól működő demokráciában és úgy érzi, számít a véleménye, akkor növekedni fog az élettel való elégedettsége. A politikai el-

**Hivatkozz:** a szöveg közben tüntesd fel a szerzőket, akiktől szó szerint, vagy parafrázisként idéztél. Így elkerülheted a plágiumot.

**Parafrázis** beszúrásakor a zárójelbe a szerző vezetékneve és a mű kiadási éve kerül, **szó szerinti idézés**nél az oldalszám is, ahonnan a szöveget másoltad.

A dolgozat végén a szövegközi hivatkozásokból készítsd el a hivatkozásjegyzéket.

**Lábjegyzetet** a dolgozat gondolatmenetét megtörő információ közlésére használj.

## A vizsgált adatokról

A European Social Survey (ESS) két évente végez szociológiai témájú kérdőíves felméréseket Európa-szerte, amelyek számos kutatás, vizsgálat és tanulmány alapjául szolgálnak 2002 óta. A rendszeres felmérés célja a stabilitás és a társadalmi átalakulás nyomon követése Európában. Minden résztvevő országban személyesen kell az adatgyűjtést elvégezni, így jó minőségű, összehasonlítható adatokat érhetőek el a kutatók számára. Az adatok reprezentatívak az egyes országokban szociodemográfiai változókra (nem, életkor) nézve (ESS Methodology, 2016).

A kutatásunkban felhasznált adatok a European Social Survey 2014-i évi lekérdezéséből származnak, mely 40185 válaszadó adatait tartalmazza (ESS, 2014). Azért választottuk ezt az adatbázist, mert az adatok egyéni szintűek, és sok esetben arra kérdeznék rá, hogy az egyén hogyan vélekedik egy adott dologról, hogyan észleli azt. Ezáltal az egyének attitűdjét és értékrendjét könnyen vizsgálhatjuk egy ilyen szubjektív és sokszor nehezen megfogható témánál is.

Az ESS adatbázisban szerepel egy, az egyén boldogságára vonatkozó változó, amely a "How happy are you?" („Mennyire vagy boldog?") kérdésre adott válaszokat tartalmazza (ESS Integrated Data, 2014). A válaszadók egy 1-től 10-ig terjedő skálán helyezhetik el magukat, ahol „1” a „teljesen boldogtalan”, a „10” pedig a „teljesen boldog” állapotot jelzi. Összehasonlítva az átlagos boldogságszinteket az egyes országokban azt láthatjuk, hogy Dánia a legboldogabb európai ország a maga 8,24-es átlagával, míg Litvánia a legkevésbé boldog 6,26-os átlaggal. A felmérés eredményei szerint a második legkevésbé boldog ország Magyarország, 6,37-es átlaggal. Mivel érdeklődésünk és tudásunk saját országunkkal kapcsolatban jelentő-

**Tagold a dolgozatod**, a részeket behúzással, vagy sorkihagyással különítsd el.

A bevezetés és az összegzés a dolgozatnak maximum egy-egy tizede, a többi a kifejtés, a tárgyalás legyen.

Ha **"kapcsot"** teszel a részek közé, gördülékenyebb lesz a szöveg. Utalj egy kötő-, utalószóval- vagy mondattal a következő illetve az előző részre. Hasznos, ha egy előre jól átgondolt vázlatot követsz, hogy a dolgozat szerkezete logikus legyen.

**Figyelj a stílusra!**

Kerüld a szlenget.

Használd a fogalmakat következetesen.

Igyekezz egyszerűen, világosan fogalmazni.

Használj tömör, állító mondatokat.

A kulcsfogalmakat tedd a mondat elejére.

2. táblázat. Családi állapot, munkaerőpiaci aktivitás és szociális élet intenzitása Magyarországon és Dániában (2014)

	<b>Magyarország</b>	<b>Dánia</b>
Házias	49,3%	51,0%
Nem házas	50,7%	49,0%
Munkaerőpiacon aktív	54,0%	53,8%
Munkaerőpiacon inaktív	46,0%	46,2%
Gyakran él szociális életet	48,8%	91,1%
Nem él gyakran szociális életet	51,2%	8,9%

Forrás: saját szerkesztés az ESS (2014) adatai alapján

A két ország között jelentős különbség mutatkozik a *szociális élet* intenzitásában. Míg a dánok 91,1 százaléka havonta többször találkozik barátokkal és családtagokkal, addig a magyar válaszadóknak csak 48,8 százaléka nyilatkozott így. Ez egy olyan érdekes statisztika, amely erős összefüggésben lehet azal, hogy a dánok miért a legboldogabb európai nemzet.

A magyarok és a dánok átlagos boldogságszintje között kimutathatóan szignifikáns az eltérés, tehát az ország és boldogság változók között a kapcsolat szignifikáns. Ez praktikus azt jelenti, hogy a válaszadó országának ismeretével közelebbi becslést lehet adni a válaszadó boldogságára. Ez adott kiindulópontot további elemzésünknek, melyben összemértük az egyes tényezők hatását, a magyarázó változók együttműködését. Arra voltunk kíváncsiak, hogy ugyanazt a változó-szettet használva a két országra, lesznek-e olyan független változók, melyek az egyik nemzetnek szignifikánsan fontosabbak a boldogság alakulásában, mint a másiknak.

**Az ábra, táblázat, grafikon fölé írd a címet, alá a forrást.**

**Ha te szerkesztetted, jelöld ezt is.**

**Figyelj arra, hogy elsősorban az adatok a fontosak, nem a formázás. A számokat a tizedes vesszőhöz igazítsd!**

**Ha több táblázatot, grafikont, ábrát szeretnél bemutatni, gondold át, hogy a főszövegben, vagy mellékletben adod meg őket.**

nagyrészt más tényezők befolyásolják, mint a magyarokét, ezért a modell további változók bevonására érdemes (például: a politikai bal-jobb skálán való elhelyezkedés, mert a demokráciával való megelégedettség szignifikánsnak bizonyult, az országhoz tartozás érzése, mivel ez általában befolyásolhatja az egyén hangulatát; valamint a kreativitás fontossága, amely az önmegvalósítási motivációra utalhat).

## Összefoglalás

Tanulmányunkban azt vizsgáltuk, hogy léteznek-e olyan tényezők, melyeknek a boldogságra kifejtett hatása szignifikánsan eltérő egy kifejezetten boldog és egy boldogtalan európai országban. Ennek vizsgálatát statisztikai eszközökkel végeztük el az ESS 2014-as adatain. Összehasonlításunkhoz boldog országnak Dániát, boldogtalanak pedig Magyarországot választottuk.

Vizsgálatunkban először leíró statisztikákkal jellemeztük változóinkat (átlag, szórás és eloszlás alakja), amely során már lényeges különbségeket fedeztünk fel Dánia és Magyarország között. A dánok szignifikánsan boldogabbak, iskolázottabbak, vallásosabbak, elégedettebbek a Dániában megvalósuló demokráciával és a jövedelmükkel, illetve az egészségüket is jobbnak ítélik, mint a magyarok. Ezután lineáris regressziós modellt állítottunk fel a két országra ugyanazokat a független változókat bevonva mindkét modellbe. Ezek között több hasonlóság, mint különbség mutatkozott, s kiemelendő, hogy mindkét országban az egészség és jövedelem változók bírtak a legnagyobb magyarázóerővel. Érdekes továbbá, hogy a nem és a házasság változók csak a dán adatokon bizonyultak szignifikánsnak.

**Az összefoglalásban írd le eredményeid, következtetéseid, a meglátásaid újszerűségét. Mutass rá, hogy sikerült-e hipotéziseidet bizonyítani.**

**Helyezd a dolgozatot perspektívába, hogyan lehetne tovább folytatni a témát.**

**Ellenőrizd az írásod tartalmilag, formailag és stílus szerint is.**

**Kérd meg egy barátodat is, hogy olvassa át, mennyire logikus, érthető az írásod.**

Hipotézisünket egy kibővített, mindkét országra vonatkozó lineáris regressziós modellben teszteltük, és kiszűrtük az országok hatását. Ebben megmutatkozott, hogy két változó esetében létezik szignifikáns különbség a két ország között: az előbb is különbséggént kiemelt nem és házasság változóiban. Ezekből az derül ki, hogy egy dán nőt a női mivolta jobban boldogít, mint egy magyar nőt, illetve egy házas dán jobban boldoggá tesz a házassága, mint egy magyart. Az a két eredményünk, hogy 1) a modellek magyarázó ereje eltérő a két országon, illetve hogy 2) találtunk két olyan változót, melyek hatása szignifikánsan különbözik a két országban, megerősít minket abban, hogy a két országban különböző tényezők és különböző mértékben fejtik ki hatásukat az emberek boldogságára. További változók bevonása szükséges ahhoz, hogy a dán adatokon futtatott lineáris regresszió is a magyar regresszióhoz hasonló magyarázó erővel bírjon.

## Felhasznált források

Anger, E. – Ghandhi, J. – Purvis, W. K. – Amante D. – Allison, J. (2013): Daily Functioning, Health Status, and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, Vol. 14 No. 5, 1563–1574.

Clark, A. E. – Oswald, A. J. (1994): Unhappiness and Unemployment. *The Economic Journal*, Vol. 104 No. 424, 648–659.

Diener, E. – Seligman, M. E. (2002): Very happy people. *Psychological Science*, Vol. 13 No. 1, 81–84.

Diener, E. – Diener, M. – Diener, C. (1995): Factors predicting subjective well-being of nations. *Journal of personality and social psychology*, Vol. 69 No. 5, 851–864.

Dolan, P. – Peasgood, T. – White, M. (2008): Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors as-

**A hivatkozásjegyzékből az oktató megtudja ítélni, mennyi munkát fektetett a dolgozat megírásába, megtaláltad-e a téma neves szerzőit, műveit. A szakirodalom összegyűjtésére hagyj elég időt!**

**Vesd össze a hivatkozásjegyzéket a szövegbe szúrt művekkel: feltüntettél-e mindet művet, amiből a szövegben idéztél.**