



Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai kar
Személyiség- és Egészségpszichológiai
Tanszék

Személyiségpszichológia műhelymunka

Boldogság-averzió, félelem a boldogságtól

Bányai-Nagy Henriett

PhD Adjunktus

Bagaméri Fanni Gabriella

Pszichológia BA

Budapest, 2018

Tartalom

1	Bevezetés	2
2	Diszkusszió	3
2.1	Aversion to Happiness Across Cultures: A Review of Where and Why People are Averse to Happiness 1231212312	3
	References	4

1 Bevezetés

A 21. századi fejlett, nyugati társadalmakban szinte univerzálisan pozitív attitűd figyelhető meg a boldogsággal, mint érzéssel kapcsolatban. Korábbi kutatások szerint, a boldogság nem csak a szubjektív jóllétünkhöz járul hozzá, de befolyásolja a fizikai és pszichológiai egészségünket is, kihat társas kapcsolatainkra, mindezek mellett pedig az egyik legfontosabb motiváló erő az emberek életében. Sőt, egyes kutatók szerint a szubjektív jóllét, tulajdonképpen maga a pozitív hatások jelenléte, a negatív hatások hiánya és az élettel való elégedettség.(Diener et al., 1999) Arisztotelész, a nyugati filozófia atyja, ismert idézete szerint: *“Happiness is the meaning and the purpose of life, the whole aim and end of human existence.”*

Azonban egyre bővül azoknak a kultúrközi kutatásoknak a száma, melyek megkérdőjelezzik a boldogság egyoldalúan pozitív megítélését. Bizonyos, többnyire kollektivistá társadalmakon végzett kutatások megállapítottak egy, az individualista társadalmaktól némire eltérő tendenciát, a boldogságtól való félelem, averzió felé ((Joshanloo & Weijers, 2013); (Gruber, Mauss, & Tamir, 2011)). Ennek a tanulmánynak a célja, hogy megvizsgálja a boldogság-averzióval kapcsolatos szerteágazó kutatásokat és átfogó képet adjon a témával kapcsolatos jelenlegi, tudományos álláspontokról.

2 Diszkusszió

2.1 Aversion to Happiness Across Cultures: A Review of Where and Why People are Averse to Happiness (Joshanloo & Weijers, 2013)

Joshanloo és Weijers (2013) cikke volt az egyik első tudományos munka, ami a boldogság-averzió fogalmával és koncepciójával foglalkozott. Tanulmányuk célja az volt, hogy korábbi empirikus kutatásokon keresztül megvizsgálják, hogy más-más kultúrákban milyen eltérő indokok miatt alakul ki averzió az emberekben, a boldogság különféle változataival szemben. Hipotézisük, vagyis hogy létezik a boldogsággal szembeni averzió, beigazolódott, és bár a keleti kultúrákban kétségtelenül jobban megfigyelhető ez a jelenség, a nyugati kultúrákban is jelen van.

References

- Diener, et al. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. doi: 10.1037/0033-2909.125.2.276
- 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(3), 222–233. doi: 10.1177/1745691611406927
- Joshanloo, M., & Weijers, D. (2013). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 717–735. doi: 10.1007/s10902-013-9489-9