

Kiegészítés a papok körében

Egy pszichológiai és spirituális változókkal dolgozó prediktív modell

A katolikus papoknak számtalan igénnyel, irreális elvárással kell szembenéznük, ugyanakkor kevés kézzelfogható eredményre számíthatnak. Ráadásul a mai társadalomban kevesebb a pap és még nagyobbak a követelmények – egy olyan kultúrában, amely egyre szekulárisabb és nyilvánvalóan egyre kevésbé támogató. Ennélfogva az általános feltételezés szerint körükben gyakori a kiegészítés. E tanulmány célja az volt, hogy – túllépve a feltételezéseken – felmérje a római katolikus papok körében tapasztalható kiegészítés valós mértékét (szabványos vizsgálati módszerrel), majd megvizsgálja azokat a változókat, amelyek a statisztikák szerint összefüggnek a kiegészítéssel. Az Egyesült Államok egész területéről kiválasztott 2482 katolikus papból álló minta megkapta a Maslach-féle kiegészítést mérő kérdőívet. Az eredményük szignifikánsan kisebb mértékű kiegészítésre utalt, mint a Maslach-féle leltár referenciacsoportjai, melyekbe beletartozott egy általános, egy csak férfiakból álló és egy olyan minta is, melynek tagjai szociális területen vagy az egészségügyben dolgoznak. Amikor a kiegészítéssel társított változókat vizsgálták, azt találták, hogy a testmozgás és a szabadidő szignifikáns összefüggést mutat a kiegészítéssel, hatásuk mégis csekély. A fontosabb változók a munkahellyel való elégedettség, a belső béke, a gyermekkori pszichés problémák, az istenkapcsolat és a jó barátok. Ez utóbbi területeken a papok magasabb szintű egészségről és jóllétről számoltak be. Nagy többségük boldog papnak tartja magát, és beszámolójuk szerint vannak jó barátaik, istenkapcsolatukkal elégedettek, gyermekkoriukban kevés pszichés problémával kellett megküzdenniük, és mély belső békével rendelkeznek. Úgy tűnik, a katolikus papok körében – és ez valószínűleg minden emberre vonatkozik, de különösen a nagy igénybevétellel járó segítőszakmákban dolgozókra – a kiegészítés megelőzésében az erős lelki és spirituális támogató rendszerek a legfontosabbak.

Kulcsszavak: kiegészítés, papság, elégedettség a munkával, istenkapcsolat, belső béke.

Az általános feltételezés szerint a katolikus papok körében magas a kiegészítés szintje. Először is a papi életnek és szolgálatnak több olyan vevője is van, amely a papságot általában hajlamosítja a kiegészítésre.¹ Ahogy J. A. Sanford *Ministry Burnout* [Kiegészítés a szolgálatban] című könyvében megállapítja: „Sokféle munka vezethet kiegészítéshez, de a mások szolgálatában álló egyénnek különleges körülményekkel is meg kell küzdenie.”² A szerző idesorolja e munka soha véget nem érő természetét, a kézzelfogható eredmények hiányát,

1 Például J. DAVEY: *Burnout. Stress in Ministry*, Gracewing, Leominster, UK, 1995; W. N. GROSCHE – D. C. OLSEN: Clergy burnout. An integrative approach, *Psychotherapy in Practice*, 56 (2000), 619–632; G. KINMAN – M. OBRÉNE – J. RODRIGUEZ: The cost of caring? Emotional labour, wellbeing and the clergy, *Pastoral Psychology*, 60 (2011), 671–680. ■ 2 J. A. SANFORD: *Ministry Burnout*, Paulist Press, Mahwah, NJ, 1982, 5.

a mások elvárásaival való szembesülést, és a rászoruló folyamatos szolgálatának követelményét.

Az Egyesült Államok katolikus püspökeit már 1982-ben aggasztotta a papjaik életében jelen lévő stressz, és meg is jelentettek egy kiadványt *The Priest and Stress* [A pap és a stressz] címmel. Noha ez nem volt statisztikán alapuló tanulmány, a püspökök felismertek bizonyos egyedi stresszorokat a katolikus papok életében. Ilyen például az, hogy sokan igényt tartanak az idejükre, a környezetük gyakran irreális elvárásokat támaszt velük szemben, olykor pedig negatív kulturális változásokat is el kell viselniük azon a területen, ahol szolgálnak. A püspökök odáig mentek, hogy kijelentették: „A túlbuzgó papok körében sokaknál nagy a »kiégés« kockázata.”³

Az elmúlt évtizedben új tényezők is megjelentek, amelyek valószínűleg növelik a stressz és a kiégés szintjét a katolikus papság körében. Az Egyesült Államokban meredeken csökken a katolikus papok száma; önmegtartóztató, vallásos életük egyre inkább ellenkultúrát képvisel a növekvő szekularizációval szemben;⁴ munkaterhelésük egyre nagyobb; egy évtizede pedig negatív médiatörténetek főszereplői a kiskorúakkal szemben elkövetett egyházon belüli szexuális visszaélések kapcsán.⁵ Nem nehéz megérteni, miért feltételezik sokan, hogy a katolikus papok különösen csüggedtek, stresszesek, és nagymértékű kiégéstől szenvednek.

Mindazonáltal a konkrét statisztikai vizsgálatok arra utalnak, hogy a katolikus papok körében talán mégsem annyira súlyos a kiégés, mint általában feltételezik, különösen azoknál nem, akik kielégítő spirituális életet élnek. *J. H. Fichter*⁶ az elsők között volt, akik kijelentették, hogy az általános feltételezés túloz. Az általa 4660 – az Egyesült Államokban élő – pap körében végzett kutatás azokat a papokat határozza meg potenciálisan kiégettként, akik rendszeresen túlvállalják magukat, ugyanakkor nagymértékű érzelmi stressztől szenvednek. Egy kérdőíves felmérés során megkérték a résztvevőket, hogy nyilatkozzanak arról, jellemző-e rájuk a „nagymértékű érzelmi stressz” és a „rendszeres túlterheltség”. A megkérdezettek mindössze 6,2%-a felelt igennel mindkét állításra. Fichter – noha elismerte a papi élettel együtt járó nagyon is valós stressztényezőket – kijelentette, hogy nem szabad lekicsinyelnünk a papok megküzdési képességeit.

Az 1988 és 2006 között 27 587 amerikai körében lefolytatott General Social Survey [Általános Társadalmi Felmérés] eredménye szerint a legtöbb megelégedést nyújtó szakmák a mások segítésére, védelmére és tanítására irányuló, illetve a kreatív munkával járó foglalkozások.⁷ Az Egyesült Államokban az összes foglalkozás közül a papság bizonyult

3 A PAPI ÉLETTEL ÉS SZOLGÁLATTAL FOGLALKOZÓ PÜSPÖKI TANÁCS: *The Priest and Stress* [Pamphlet]. United States Catholic Conference, Washington, DC, 1982, 9–10. ■ 4 M. H. MINER – M. DOWSON – S. STERLAND: Ministry orientation and ministry outcomes. Evaluation of a new multidimensional model of clergy burnout and job satisfaction, *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83 (2010), 167–188. ■ 5 M. L. GAUTIER – P. M. PERL – S. J. FICHTER: *Same Call, Different Men. The Evolution of the Priesthood since Vatican II*, Liturgical Press, Collegeville, MN, 2012. ■ 6 J. H. FICHTER: The myth of clergy burnout, *Sociological Analysis*, 45 (1984), 373–382. ■ 7 D. W. TURTON – L. J. FRANCIS: The relationship between attitude toward prayer and professional burnout among Anglican parochial clergy in England. Are praying clergy healthier clergy?, *Mental Health, Religion, & Culture*, 10 (2007), 61–74. University of Chicago News Office, 2007. *Looking for satisfaction and happiness in a career?* NORC/University of Chicago. Retrieved from <http://www-news.uchicago.edu/releases/07/070417.jobs.shtml>

a legelégedettebbnek: a megkérdezettek 87%-a vallotta magát nagyon elégedettnek.⁸ Talán nem meglepő, hogy a munkával való elégedettség a lakosság egészének körében szoros összefüggést mutatott az alacsony kiégési fokkal,⁹ és ugyanezzel az eredménnyel járt egy indiai katolikus papok körében végzett kutatás is.¹⁰ Noha megtapasztalhatunk kiégést úgy is, hogy elégedettek vagyunk a munkánkkal vagy a „hivatásunkkal”, vagy – éppen ellenkezőleg – elkerülhetjük a kiégést akkor is, ha elégedetlenek vagyunk a munkánkkal, úgy tűnik, hogy a két változó szorosan összefügg – ahogy az idézett kutatások is mutatják.

*Golden, Piedmont, Ciarrocchi és Rodgeron*¹¹ megállapítása szerint a spiritualitás lehetséges hozzájárulása a kiégés csökkenéséhez kevésbé kutatott terület. A szerzők 321 metodista lelkész körében végzett kutatásukat ezzel a következtetéssel zárták: „Minél kevésbé érzi valaki, hogy bensőséges kapcsolatban van Istennel, annál nagyobb a kiégés valószínűsége.”¹² Ennek megfelelően minél inkább rendben lévőnek élték meg imaéletüket a lelkészek, annál alacsonyabb volt körükben a kiégés szintje ($r = -.26, p < .005$).

Anglikán lelkészek körében végzett kutatása során *D. W. Turton és L. J. Francis*¹³ szintén arra az eredményre jutott, hogy az imaélethez való pozitív hozzáállás összefügg az alacsonyabb kiégési szinttel a Maslach-féle Kiégési Leltár (MBI) három alszála szerint: érzelmi kimerültség, $r = -.19, p < .001$; deperszonalizáció, $r = -.25, p < .001$; és személyes hatékonyság, $r = -.32, p < .001$. A *B. Doolittle*¹⁴ által egyházközségben dolgozó 358 metodista pap körében elvégzett kutatás hasonlóképpen kimutatta, hogy a spirituális élettel való elégedettség az MBI három alszála szerint szorosan összefügg a kiégéssel.¹⁵ Doolittle kutatásából az is kiderült, hogy a rendszeres testmozgás, a lelkeségi könyvek olvasása, a lelki gyakorlatok, a mentori/lelkiveetői kapcsolat és a bibliaórák hozzájárulnak a csökkent kiégési szinthez.¹⁶ A szerző megállapította, hogy a „gazdag kapcsolati háló” segíthet a kiégés megelőzésében.¹⁷

A katolikus papokra közvetlenül érvényesek *C. Cherniss és D. L. Krantz*¹⁸ eredményei, melyek szerint a kiégés mérsékeltebb az „ideológiai közösségekben”, ahol jelen van a megosztott társadalmi elkötelezettség, az értéktudat, a lelki közösség és a nagy egésszel való azonosulás. A szerzők arra a felismerésre jutottak, hogy viszonylag kevésbé volt tapasztalható kiégés a Montessori-iskolákban, az egyházi működtetésű idősothonokban és a kolostorokban, mert az itt dolgozók a szakmájukat nem pusztán munkának, hanem hivatásnak

8 Uo. és M. L. GAUTIER – P. M. PERL – S. J. FICHTER: *Same Call, Different Men*, i. m. ■ 9 G. KINMAN – M. OBRINE – J. RODRIGUEZ: The cost of caring?, i. m.; M. H. MINER – M. DOWSON – S. STERLAND: Ministry orientation and ministry outcomes, i. m. ■ 10 A. RAJ – K. E. DEAN: Burnout and depression among Catholic priests in India, *Pastoral Psychology*, 54 (2005), 157–171. ■ 11 J. GOLDEN – R. L. PIEDMONT – J. W. CIARROCCHI – T. RODGERSON: Spirituality and burnout. An incremental validity study, *Journal of Psychology and Theology*, 32 (2004), 115–125. ■ 12 Uo. 123. ■ 13 D. W. TURTON – L. J. FRANCIS: The relationship between attitude toward prayer and professional burnout..., i. m. ■ 14 B. DOOLITTLE: The impact of behaviors upon burnout among parishbased clergy, *Journal of Religion and Health*, 49 (2010), 88–95. ■ 15 Lásd még M. H. MINER – M. DOWSON – S. STERLAND: Ministry orientation and ministry outcomes..., i. m. ■ 16 Lásd még S. G. VIRGINIA: Burnout and depression among Roman Catholic secular, religious, and monastic clergy, *Pastoral Psychology*, 47 (1998), 49–67. ■ 17 Uo. 93. ■ 18 C. CHERNISS – D. L. KRANTZ: The ideological community as an antidote to burnout in the human services, in B. A. FARBER (szerk.): *Stress and Burnout in the Human Services Professions*, Pergamon Press, New York, 1983, 198–212.

tekintik.¹⁹ Csakugyan, a papokat arra nevelik, hogy elhiggyék (és nagyrészt ki is tartsanak amellet), hogy életük valóban egyfajta isteni elhívást képvisel, s képzésük mélyen a lelükbe vési a közösséggel mint nagy egésszel való bensőséges kapcsolatot és a közös értéktudatot.

E potenciálisan enyhítő tényezők ellenére a papság soraiban tapasztalható kiégésről szóló kutatások és viták nagy része magasabb fokú kiégés jelenlétét feltételezi körükben, mint az átlagpopulációban. Ezért a papok körében jelen lévő kiégés prevalenciájának megértéséhez fontos az objektív normákkal dolgozó standardizált eszközök használata. Vajon valóban olyan komoly probléma a kiégés a papok körében, mint azt feltételezik, vagy ez – ahogy Fichter állítja – csupán mítosz? Túlságosan is könnyen engedjük, hogy személyes feltételezések vagy anekdotaszerű bizonyítékok alakítsák véleményünket egy olyan populációról, amelyre sok negatív médiafigyelem irányul. A katolikus papság körében jelentkező kiégésről folytatott bármilyen vitát az szolgálná igazán, ha először is lefolytatnánk körükben egy nagymintás, közvetlen, standardizált eszközök használatával végzett kérdőíves felmérést, és az eredményeket összehasonlítanánk a más populációk soraiban végzett kutatásokon alapuló objektív normákkal. Ezekből az adatokból kellene kiindulnia minden komoly, tájékozott vitának, és jelen tanulmány ezeket az erőfeszítéseket kívánja előmozdítani.

E tanulmány legfőbb célja, hogy megvizsgálja a kiégés mértékét az Egyesült Államokban élő római katolikus papok körében, és felvázoljon néhány olyan pszichológiai és spirituális változót, amely összefügg a kiégéssel. Ezek az ismeretek segítségére lehetnek a papoknak és az egyháznak – sőt valószínűleg a laikusoknak is – a kiégés megelőzésében.

A MÓDSZER

1. Az eljárás

2008–2009-ben hatoldalalás kérdőívet postáztak ki az Egyesült Államok huszonhárom római katolikus egyházmegyéjében szolgáló papoknak. A címzettek körében voltak egyházmegyes papok és szerzetesrendekhez tartozó, egyházmegyéjükben szolgáló papok is (eredetileg az ország valamennyi egyházmegyéjének felkínálták a lehetőséget a felmérésben való részvételre, és végül ez a huszonhárom egyházmegye jelezte részvételi szándékát).²⁰ A vizsgált egyházmegyék az Egyesült Államok déli partjától a nyugati partig és az északi parttól a déli partig elszórtan találhatóak. Három egyházmegye jelentkezett az Egyesült Államok nyugati régiójából, nyolc középnyugatról, hat északkeletről és hat a délkeleti vidékről. Eltérő méretű egyházmegyék jelentkeztek: volt köztük öt nagy egyházmegye, négy kis, vidéki egyházmegye és tizennégy közepes méretű egyházmegye

19 Uo. és W. B. SCHAUFELI – M. P. LEITER – C. MASLACH: Burnout. 35 years of research and practice, *Career Development International*, 14 (2009), 204–220; G. B. STEVENS: *Ideology and burnout in a human service setting*. Paper presented at the 92nd Annual Convention of the American Psychological Association, Toronto, Ontario, Canada, 1984. August. ■ 20 A felmérésben részt vevő szerzetes papok azokban az egyházmegyékben szolgáltak, ahol a kutatás lezajlott.

az ország különböző államaiból. A válaszadó papokat és a felmérésben részt vevő egyházmegyét egyaránt biztosították az anonimitásról és a válaszadás titkosságáról. Az egyházmegyék többsége emlékeztetőt küldött a területükön szolgáló valamennyi papnak; a kérdőíveket végül postán, jelöletlen borítékokban küldték vissza. Az átlagos válaszadási arány 57% volt.

2. A résztvevők

2482 pap – közülük 2145 egyházmegyés és 337 szerzetes pap – küldött vissza használható kérdőívet. A résztvevők kora a következőképpen oszlott meg: 25–29 évesek: 24 (1,0%), 30–39 évesek: 169 (6,8%), 40–49 évesek: 352 (14,2%), 50–59 évesek: 522 (21,0%), 60–69 évesek: 680 (27,4%), 69 év fölöttiek: 726 (29,3 %); 9 résztvevő (0,4%) nem jelölte be a korát. Bár a mintában az idősebb populáció képviselteti magát hangsúlyosabban, a felmérés reprezentatív, tekintve, hogy az Egyesült Államokban élő papok átlagéletkora 63 év.²¹ Bőrszínüket/etnikumukat tekintve a résztvevők aránya a következő volt: 51 pap (2,1%) latin-amerikainak, 34 (1,4%) afrikainak, 14 afroamerikainak (0,6%), 2251 kaukázusinak (90,7%), 19 (0,8%) vietnaminak, 14 (0,6%) Fülöp-szigetekinek, 45 (1,8%) lengyelnek és 23 (0,9%) indiainak vallotta magát; 20 (0,8%) résztvevő jelölte be az „egyéb” kategóriát, 11 (0,4%) pedig nem válaszolt. Noha ez nem random minta volt, a résztvevők a korcsoportok és etnikumok széles skáláját képviselték.

3. A mérési eszközök

Az MBI olyan eszköz, melyet széles körben használnak a kiegészítés mérésére. Huszonkét pontból áll, melyek három tényezőt vizsgálnak: a személyes hatékonyságot (Personal Accomplishment, PS), a deperszonalizációt (Depersonalisation, DEP) és az érzelmi kimerültséget (Emotional Exhaustion, EE). Az MBI állítása szerint azok, akik kiegészítést élnek át, érzelmi-leg elhasználtnak érzik magukat, negatívvá és cinikussá válik a hozzáállásuk azok iránt, akiket szolgálnak, és nincs sikerélményük.²² C. Maslach és társai²³ a *kiegésítés* tehát nem pusztán a munkával való túlterheltség állapotaként határozták meg: hiszen nem kevesen vannak, akik túlvállalják magukat a munkahelyükön, és mégis sikerül elkerülniük a kiegészítést. Az inkább a csökkent hatékonyság, a cinizmus és az érzelmi kimerültség belső dinamikájának következménye.

Jelen tanulmányban az MBI humánszolgáltatókat vizsgáló változatát használtuk (MBI-Human Services Survey, a továbbiakban MBI-HSS). Ez alkalmazható leginkább a papok körében, hiszen azok számára dolgozták ki, akik humánszolgáltató intézményekben tevékenykednek, s így intenzíven foglalkoznak másokkal. A felmérésben a *munka* és *emberek* szavakat *szolgálattal* és *hívekkel* helyettesítették, hogy jobban alkalmazható legyen a papokra. Erre a fajta változtatásra volt már precedens, hiszen maga az MBI is a *diákok*

21 M. L. GAUTIER – P. M. PERL – S. J. FIGHTER: *Same Call, Different Men*, i. m. ■ 22 C. MASLACH – S. E. JACKSON – M. P. LEITER: *Maslach Burnout Inventory manual* (3rd ed.), Consulting Psychologists Press, Palo Alto, CA, 1996. ■ 23 Uo.

szóval helyettesíti az *embereket*, amikor tanárok körében alkalmazzák. Mivel az MBI-t gyakran kutatják, Maslach és társai megállapítottak bizonyos normákat az általános populáció, illetve annak bizonyos alcsoportjai számára. Emiatt különösen is hasznosnak bizonyult számunkra az MBI, amikor a papi minta eredményeit összehasonlítottuk az általános populáció és más konkrét populációk eredményeivel.

Felmérésünk során több kijelentés is szolgálta a papok spirituális gyakorlatainak és az életükben jelen lévő érzelmi és spirituális változóknak a mérését. E változókat annak fényében választottuk ki, hogy – korábbi kutatások és elméletek alapján – valószínűsíthetően hatással vannak a kiégésre. E nyilvánvaló látszatervényességgel rendelkező konkrét itemek számos olyan változót mértek, amelyek feltehetőleg összefüggnek a kiégéssel.

Mindezekre a kérdésekre az ötpontos Likert-skálán kellett bejelölni a választ – *egyáltalán nem ért egyet, nem ért egyet, semleges, egyetért, nagyon egyetért* –, kivéve a személyes imára vonatkozó kérdéseket, amelyek a napi imaidőt megjelölő öt lehetséges választ kínáltak (*nem naponta, 1–15 perc, 16–30 perc, 31–59 perc, és 60 perc vagy több*), illetve az éves lelkigyakorlatra vonatkozót, amely szintén öt lehetséges választ kínált (*szinte mindig, általában, néha, ritkán és soha*).

Főtengelyeljárással végzett faktorelemzéssel határoztuk meg, hogy „...hogyan ezek az itemek statisztikailag önálló faktorokra illeszkednek-e, azaz összefoglalhatók-e általánosabb változóba. E nagyobb változókat – illetve minden olyan itemet, amely nem illeszkedett a nagyobb változóba – ezután korreláltatni lehetett a három kiégési alskálával annak megállapítása érdekében, hogy valóban összefüggnek-e a kiégéssel. A faktoranalízisnek az 1-es táblázatban bemutatott eredményei alapján több itemet vontunk össze átfogóbb változókká. Minden faktorra vonatkozóan Cronbach alfa-számítást végeztünk a létrejött skálák statisztikai megbízhatóságának mérése érdekében. A „szabadnap” és az „éves szabadság” egyesítéséből létrehoztuk a *szabadidő* változót. A „közeli paptársak”, a „másoktól kapott érzelmi támasz”, a „nehézségek és érzések megosztása” és a „világi jó barátok” egyesítéséből született a *jó barátok* elnevezésű változó. Az „érzelmileg bántalmazott”, „a rosszul működő család”, a „gyermekkori depresszió” és a „gyermekkori szorongás” itemeket a *gyermekkori pszichés problémák* változóban egyesítettük. A „támogató püspöki vezetés” és a „jó kapcsolat a püspökkel” itemeket a *püspökkel való kapcsolat* elnevezésű változó egyesítette. A „belső béke” és a „pozitív énkép” egyesítéséből létrehoztuk a *belső béke* elnevezésű változót. Végül pedig az „Isten személyesen szeret engem”, az „Istenhez való közelség” és a „tápláló istenkapcsolat” egyesítéséből született meg az *istenkapcsolat* elnevezésű változó. Az új változók tömörsége elegendőnek bizonyult e tanulmány céljaira.

EREDMÉNYEK ÉS KIFEJTÉS

1. A papok MBI-eredményei

A 2482 válaszadó megkapta a kérdőívet. 2460 értékelhető válasz született. A 70 év alatti papok eredményeit külön is kiszámoltuk. A 70 éves és az annál idősebb papok közül sokan már nyugdíjasok lehetnek, ez pedig torzíthatja az eredményeket (a papok jellemzően 70 és

75 éves koruk között mennek nyugdíjba). Ezért külön statisztikát számoltunk a 70 év alatti papok eredményeiből.²⁴ Az eredmények a 2. táblázatban láthatók.

Figyelemre méltók a papok viszonylag pozitív eredményei, összehasonlítva az MBI-kézikönyv által leírt referenciacsoportokkal.²⁵ A papok az összes többi referenciacsoportnál szignifikánsan jobb eredményt értek el ($p < .001$) a három alskálán: feltűnően alacsonyabb szintű volt náluk az érzelmi kimerültség és a deperszonalizáció, miközben magasabb fokú személyeshatékony-ság-érzetet tapasztaltak. Mindhárom pozitív eredmény arra utal, hogy a papok – mint csoport – körében szignifikánsan kisebb a kiégés, mint laikus társaiknál.

Ezek az eredmények még figyelemreméltóbbak, ha hozzáteszünk azt a tényt, hogy a papok munkaterhelése igen magas, és tovább növekszik. Egy tanulmány beszámolója szerint, melyet a Center for Applied Research in the Apostolate (Apostoli Hivatás Alkalmazott Kutatási Központ) publikált 2002-ben, az Egyesült Államokban élő papok átlagosan 63 órát dolgoztak hetente.²⁶ Egy 2004-es, egyesült államokbeli felmérés során az 1242 katolikus papból álló minta 42,3%-a egyetértett vagy erősen egyetértett a következő kijelentéssel: „Úgy érzem, elborít a rám háruló munkamennyiség.” Mi több, jelen kutatásban a testmozgásra vonatkozó kérdésre csupán a papok 58,3%-a válaszolta, hogy erősen egyetért vagy egyetért a következő állítással: „Rendszeresen végzek testmozgást.” Bár ez egyszerű többség, nem valószínű, hogy magyarázattal szolgál a csoportnak a kiégési teszten elért feltűnően alacsony eredményeire.

1. táblázat
A kérdőív itemjeinek főfaktorelemzésen alapuló mintázatmátrixa

Kérdőívitem	Gyermekkori pszichés problémák ($\alpha = .78$)	Isten-kapcsolat ($\alpha = .80$)	Kapcsolat a püspökkel ($\alpha = .82$)	Jó barátok ($\alpha = .71$)	Belső béke ($\alpha = .77$)	Szabadidő ($\alpha = .69$)
Gyermekkoromban depresszióban szenvedtem	.67	-.08	-.13	-.08	-.13	.04
Rosszul működő családban nőttem fel	.70	-.08	-.04	-.01	-.01	-.06
Gyermekkoromban szorongtam	.67	-.06	-.10	-.06	-.15	.01

24 A hetvenéves és annál idősebb papok eredményei ($M = 8,83$, $SD = 7,81$) szignifikánsan alacsonyabb fokú érzelmi kimerültségről árulkodnak, mint a 69 éves vagy annál fiatalabb papok eredményei ($M = 15,53$, $SD = 9,80$), ahol $p < .001$. A hetvenéves és annál idősebb papok eredményei ($M = 2,60$, $SD = 2,98$) szignifikánsan alacsonyabb szintű deperszonalizációra utaltak, mint a 69 éves vagy annál fiatalabb papokéi ($M = 4,67$, $SD = 4,61$), ahol $p < .001$. És a hetvenéves és annál idősebb papok eredményei ($M = 36,94$, $SD = 8,97$) enyhén alacsonyabb személyes hatékonyságra utaltak, mint a 69 éves és annál fiatalabb papokéi ($M = 37,89$, $SD = 7,13$), ahol $p = .005$. Tehát az idősebb papoknak enyhén alacsonyabb a személyeshatékony-ság-érzetük, ugyanakkor szignifikánsan kevésbé jelentkezik náluk érzelmi kimerültség és deperszonalizáció – feltehetőleg azért, mert sokan közülük már nyugdíjasok. ■ 25 C. MASLACH – S. E. JACKSON – M. P. LEITER: *Maslach Burnout Inventory manual*, i. m. ■ 26 P. PERL – B. T. FROEHLE: *Priests in the United States. Satisfaction, Work Load, and Support Structures* [CARA Working Paper Series No. 5], Center for Applied Research in the Apostolate, Washington, DC, 2002.

KIÉGÉS A PAPOK KÖRÉBEN

Kérdőívitem	Gyermekkori pszichés problémák (α = .78)	Isten-kapcsolat (α = .80)	Kapcsolat a püspökkel (α = .82)	Jó barátok (α = .71)	Belső béke (α = .77)	Szabadidő (α = .69)
18 éves korom alatt érzelmi bántalmazásnak voltam kitéve	.68	-.04	-.07	-.05	.01	-.05
Érzem Isten személyes és közvetlen szeretetét	-.18	.57	.14	.22	.16	-.07
Olyan kapcsolatom van Istennel (vagy Jézussal), amely táplál engem	-.12	.70	.08	.23	.10	.02
Közel érzem magam Istenhez	-.10	.74	.08	.19	.16	-.04
Támogatom a püspököm vezetését	-.07	.14	.76	.05	.04	.01
Jó a kapcsolatom a püspökömmel	-.12	.08	.85	.11	.05	.01
Jelenleg vannak közeli pap barátaim	-.09	.08	.15	.53	.02	-.10
Vannak laikus jó barátaim, akik érzelmi támaszt jelentenek nekem	-.06	.24	.04	.52	.12	-.03
Kapok érzelmi támogatást másoktól	-.06	.12	.07	.71	.12	-.06
Problémáimat és érzéseimet megosztom a közeli barátaimmal	.02	.13	.05	.59	.09	-.13
Belső békét érzek	-.25	.33	.16	.19	.64	.00
Jó az énképem	-.30	.24	.13	.25	.60	-.06
Hetente tartok pihenőnapot	-.05	-.03	.00	-.09	-.03	.54
Évente egyszer szabadságra megyek	-.02	-.01	-.03	-.13	-.02	.77
Az én egyházmegyém/rendem papjai támogatják egymást	-.15	-.02	.36	.13	.16	-.01
Amilyen gyakran csak tudok, részt veszek egyházmegyém/rendem papi összejövetelein	-.14	.10	.35	.10	.08	-.15
Kamaszkoromban nehezemre esett kezelni a szexualitásomat	.44	-.11	-.04	-.01	-.13	-.02



Kérdőívitem	Gyermekkori pszichés problémák ($\alpha = .78$)	Isten-kapcsolat ($\alpha = .80$)	Kapcsolat a püspökkel ($\alpha = .82$)	Jó barátok ($\alpha = .71$)	Belső béke ($\alpha = .77$)	Szabadidő ($\alpha = .69$)
Rendszeresen végzek testmozgást	.05	-.07	-.04	-.11	-.17	.09
Rendszeresen olvasok teológiai vagy lelkeségi könyveket/folyóiratokat	-.02	.12	.01	.17	.10	.00
Évente végzek lelkigyakorlatot	.01	.02	.18	.04	-.04	-.27
Minden nap imádkozom egyedül	-.07	.16	.07	.01	.05	.11
Általában véve boldog vagyok papként	-.30	.32	.26	.20	.32	-.01

Megjegyzés: A .50 vagy nagyobb abszolút értékeket kiemelten jelöltük.

Mivel az eredmények cáfolták az általános feltételezéseket, úgy döntöttünk, még egy mintát begyűjtünk a papoktól. Ezúttal a *munkahely* és *emberek* szavakat nem módosítottuk *szolgálatra* és *hívekre*, tehát eredeti formájában hagytuk az MBI-HSS-t. A kérdőívnek ezt a változatát azután osztottuk ki, miután egy kutató (S. J. Rossetti) felkérésünkre 2010–2011-ben ellátogatott négy egyházmegyébe, és workshopot tartott az ott szolgáló valamennyi papnak. A workshop legelején, az előadás előtt a résztvevők megkapták az MBI-HSS kérdőívet, és arra kértük őket, hogy „őszintén” válaszoljanak a kérdésekre. Kétszázötvenhét válaszadó gyűlt össze ezeken a kötelező alkalmakon (gyakorlatilag az összes pap kitöltötte a kérdőívet).²⁷ Ezúttal a három MBI-alskálán a következő átlagpontszámok jelentek meg: EE = 16,11, DEP = 5,67 és PA = 37,21. Ezek az eredmények nagyjából azonosak voltak az eredeti felmérés eredményeivel, és arra utalnak, hogy a vizsgált papoknak ennél az alcsoportjánál még alacsonyabb fokú volt a kiégés, mint az összehasonlítási mintákban.

Az MBI összesített viszonyítási minta alapján ebből a 2460 papot számláló mintából mindössze 36 (1,5%) volt – mindhárom alskálán – a viszonyítási minta felső harmadában, s így náluk megállapítható a kiégés magas szintje. A szociális területen dolgozók mintájával összehasonlítva 57 (2,3%) pap pontszámai utaltak magas fokú kiégésre.

2. Paptípusok és pontszámbeli eltérések

Amikor összehasonlítottuk a szerzetes papok és egyházmegyes papok pontszámainak középértékeit a három MBI-alskálán, nem találtunk szignifikáns különbségeket a PA-alskálán

²⁷ Általában a papok 80%-a szokott megjelenni e „kötelező” összejöveteleken. Ezúttal azonban az egyik egyházmegyében egy kivétellel valamennyi pap megjelent. Így a válaszadás aránya bőven meghaladta az 50%-ot.

($p = .23$). Ugyanakkor szignifikáns eltérések voltak az EE-alskálán ($p = .027$) és a DEP-alskálán ($p = .007$). Az MBI-EE alskálán az egyházmegyes papok pontszámainak középértéke 13,74 (SD = 9,88) volt, a szerzetes papoknál ennél némileg alacsonyabb, 12,48 (SD = 8,78). Az MBI-DEP alskálán az egyházmegyes papok pontszámainak középértéke 4,16 (SD = 4,37) volt, a szerzetes papoknál pedig kevéssel alacsonyabb, 3,48 (SD = 3,83). Ezek az eredmények alátámasztják A. Raj és K. E. Dean,²⁸ illetve S. G. Virginia²⁹ hasonló következtetéseit, akik szintén az MBI-t használták az Indiában és az Egyesült Államokban élő katolikus papok körében. Ők is azt találták, hogy az egyházmegyes papok körében az MBI súlyosabb fokú kiégésre utalt, mint a szerzetes papoknál. Virginia azt a következtetést vonta le, hogy ennek okai valószínűleg a szolgálattal járó magasabb szintű elvárások és az egyházmegyes papság körében tapasztalt alacsonyabb szintű kölcsönös támogatás.

2. táblázat
A Maslach Kiégési Leltár alskáláinak leíró statisztikája

Minta	Érzelmi kimerültség (0–54)		Deperszonalizáció (0–30)		Személyes hatékonyság (0–48)	
	Középérték	SD	Középérték	SD	Középérték	SD
Papok (n = 2,460)	13.57	9.7	4.07	4.3	37.62	7.7
70 év alatti papok (n = 1,747)	15.53	9.8	4.67	4.6	37.89	7.1
Teljes MBI minta (n = 11,067)	20.99*	10.8	8.73*	5.9	34.58*	7.1
Szociális területen dolgozók (n = 1,538)	21.35*	10.5	7.46*	5.1	32.75*	7.7
Egészségügy (n = 1,104)	22.19*	9.5	7.12*	5.2	36.53*	7.3
Férfiak (n = 2,247)	19.86*	10.5	7.43*	6.0	36.29*	6.8

* Szignifikáns eltérés mindkét papi minta között: teljes csoport (n = 2460) és 70 év alatti papok (n = 1747), $p < .001$.³⁰

28 A. RAJ – K. E. DEAN: Burnout and depression among Catholic priests in India, i. m. ■ 29 S. G. VIRGINIA: Burnout and depression among Roman Catholic..., i. m. ■ 30 Forrás: S. ROSETTI: *Why Priests are Happy*, i. m.

3. táblázat
A kiegészi skálák interkorrelációs mátrixa és lehetséges prediktor változók

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1. Kiegész, EE	-	.62	-.14	-.05*	NS	-.11	-.12	-.13	.36	-.19	-.12	-.20	-.39	-.10	-.20	.23	-.43
2. Kiegész, DEP		-	-.21	-.04*	-.05*	-.10	-.14	-.10	.24	-.18	-.12	-.18	-.32	-.10	-.22	.15	-.33
3. Kiegész, PA			-	.11	.10	.10	.30	.14	-.15	.10	.16	.09	.35	.16	.32	-.12	.29
4. Szabadság				-	.21	-.05*	.20	.12	NS	NS	NS	NS	.08	.10	.10	NS	.06
5. Éves lelkigyakorlat					-	.17	.14	.09	NS	.17	.17	.12	.10	.31	.14	-.06	.15
6. Személyes ima						-	.09	.14	-.10	.13	.21	.11	.18	.08	.23	-.13	.20
7. Jóbarátok							-	.16	-.15	.20	.22	.19	.39	.20	.42	-.09	.33
8. Rendszeres testmozgás								-	-.09	.08	.15	.14	.22	.09	.17	-.05	.14
9. Gyermekkori pszichés problémák									-	-.21	-.07	-.20	-.39	-.19	-.25	.42	-.36
10. Kapcsolat a püspökkel										-	.07	.35	.27	.33	.25	-.12	.34
11. Lelkiségi olvasmányok											-	.10	.21	.12	.23	-.06	.17
12. Papok közötti kölcsönös támogatás												-	.27	.27	.15	-.09	.26
13. Belső béke													-	.26	.53	-.28	.55
14. Részvétel papi összejöveteleken														-	.25	-.10	.25
15. Istenkapcsolat															-	-.19	.47
16. Kamaszként nehézségeim voltak a sexualitásom kezelésével																-	-.23
17. Boldog papként																	-

Megjegyzés: Valamennyi korreláció szignifikáns a .01-es szinten (kétoldali), kivéve a csillaggal (*) jelöltek, melyek a .05-ös szinten szignifikánsak (kétoldali). EE = Emotional Exhaustion (érzelmi kimerültség) alskála; DEP = Depersonalisation (deperszonalizáció) alskála; PA = Personal Accomplishment (személyes hatékonyság) alskála. (A 4-től 17-ig terjedő változók százalékos megoszlásai kérésre az első szerzőnél érhetőek el.)

3. A kiégéssel összefüggő változók

A népszerű cikkek, sőt még a szakmai workshopok is legtöbbször egyszerűen csak a túlterheltségnek és a mozgáshiánynak tulajdonítják a kiégést. Nemrégiben egy kutató (S. J. Rossetti) részt vett egy pszichológusoknak tartott workshopon az önsegítésről, ahol a kiégés kivédésére elsődlegesen azt ajánlották a résztvevőknek, hogy időnként vegyenek ki szabadságot, és mozogjanak többet. Az efféle ajánlások valamennyire biztosan hasznosak, ám a legújabb kutatások arra utalnak, hogy a kiégés okai és dinamikája sokkal összetettebbek ennél. Az általunk vizsgált papi minta is ezt bizonyítja. Annak ellenére, hogy többségük nem végzett rendszeres testmozgást és sokat túlóráztak, a kérdőíven elért pontszámaik alapján nem volt szignifikáns a kiégés a körükben. Miért nem? És mi az oka annak, hogy a papságról és a kiégésről alkotott népszerű feltételezések közül számos láthatóan helytelen?

Valamennyi item alapján kiszámoltunk egy Pearson-féle r korrelációkat tartalmazó interkorrelációs mátrixot. Ezeket az új összetett változókat és a megmaradt egyedi itemeket korreláltattuk a három MBI-alskálával; az eredmények a 3. táblázatban láthatók.

A három MBI-alskálán végzett valamennyi korreláció erőssége alapján három többszörös regressziós (MR) egyenletet számoltunk, és az összes változót (azok kivételével, amelyeknek korrelációi alacsonyabbak voltak, mint .15, vagy nem voltak szignifikánsak) lépésenként vontuk be a lineáris regressziós függvénybe. Ennek eredményei a 4. táblázatban láthatók. Számos független változó szignifikánsan, olykor pedig erősen korrelált egymással. A multikollinearitás jelenléte hatással volt a többszörös regressziós egyenletre, csökkentve a statisztikailag szignifikáns változók számát.

Noha számos független változó szignifikánsan korrelált a három MBI-alskálával, a multikollinearitás jelenléte miatt csupán néhány szerepelt a többszörös regressziós (MR) egyenletben. Mindazonáltal egyértelmű, hogy a hivatásbeli boldogság (például az, hogy valaki papként boldog-e), a belső béke, illetve a gyermekkori pszichés problémák erőteljesen összefüggtek az EE- és a DEP-alskálákkal.

Hogy az MBI-PA alskála alkalmas-e a kiégés mérésére, az vita tárgya.³¹ Az eredmények arra utalnak, hogy tulajdonképpen különbözik a másik két alskálától. A jelen tanulmányban szereplő és ezzel az alskálával szoros összefüggést mutató változók némileg eltérnek a többitől: a *belső béke* maradt, de hozzá társult még a *jó barátok* és az *istenkapcsolat*. Annak megértése érdekében, hogy mely változók függenek össze a katolikus papok kiégésével, a számításokba bevontuk a többszörös regressziós (MR) egyenletet és a korrelációs mátrixot is.

4. A papok válaszai a kulcsváltozókra

A papok átlagosan 63 órát dolgoznak egy héten,³² és 42,3%-uk túlterheltnak érzi magát. Ugyanakkor korábban említettük, hogy – az általános várakozásokkal ellentétben – az MBI által mért kiégési szint viszonylag alacsony a papok körében. Több olyan kulcsváltozó is

31 W. B. SCHAUFELI – M. P. LEITER – C. MASLACH: Burnout. 35 years of research and practice, i. m. ■ 32 P. PERL – B. T. FROEHLE: *Priests in the United States*, i. m.

4. táblázat
A Maslach-féle Kiegészi Leltár alapján készült regressziós analízis összefoglalója
Alskálák

Változó	B	SE B	β
Kiegész – Érzelmi kimerültség ($R^2 = .25^{***}$)			
Boldog papként	-3.64	0.29	-.26***
Belső béke	-1.30	0.16	-.17***
Gyermekkori pszichés problémák	0.55	0.06	.20***
Kiegész – Deperszonalizáció ($R^2 = .15^{***}$)			
Boldog papként	-1.17	0.14	-.19***
Belső béke	-0.61	0.08	-.18***
Gyermekkori pszichés problémák	0.13	0.03	.10***
Kiegész – Személyes hatékonyság ($R^2 = .17^{***}$)			
Belső béke	1.29	0.13	.22***
Jóbarátok	0.55	0.07	.16***
Istenkapcsolat	0.71	0.11	.14***

Megjegyzés: Csak a .1 fölötti vagy -.1 alatti β -val rendelkező változók szerepelnek benne.

*** $p < .001$.

volt ebben a kutatásban (lásd a 3. és 4. táblázatot), amelyek korreláltak a kiegészssel. Hozzásegíthet a papok körében jelen lévő kiegész viszonylag alacsony szintjének magyarázatához, ha megvizsgáljuk, milyen válaszokat adtak e kulcsváltozókra.

Könnyű megállapítani, hogy a kiegészssel legszorosabb összefüggést mutató két változó a papi boldogság (vagy a munkával kapcsolatos elégedettség) és a belső béke. A 3. táblázatban a papi boldogság és a belső béke korrelációja a három MBI-alskálával az $r = .29$ és az $r = .43$ abszolút értékek között van. E két változó szignifikánsan összefügg a kiegészssel, ugyanakkor nem egyenlők azzal, tehát a kiegészztől eltérő konstrukciók. Valaki lehet elégedett a munkájával vagy a hivatásával, vagyis lehet boldog papként, és belső békét élhet meg, mégis megtapasztalhat kiegészést. Ebben a felmérésben az „Általában véve boldog vagyok papként” állításra a résztvevők nagyon nagy százaléka (92,4%) jelölte be azt, hogy egyetért vagy erősen egyetért. Ami a belső békével kapcsolatos két állítást illeti, hasonló volt a helyzet: a vizsgált papok 87,4%-a egyetértett vagy erősen egyetértett a „Belső békét érzek” állítással, illetve 86%-uk egyetértett vagy erősen egyetértett a „Jó az énképem” állítással. Vagyis a papok stabil belső békéről és a munkájukkal kapcsolatos magas szintű elégedettségéről számoltak be.

A gyermekkori pszichés problémák szintén erőteljes összefüggést mutattak a kiégéssel. Ez a változó magában foglalta azt, hogy valaki diszfunkcionális családban nőtt-e fel, gyermekként szenvedett-e depresszióban és szorongott-e, valamint érte-e érzelmi bántalmazás gyermekkorában. Ismét csak az mondható el, hogy a papok pontszámai ezen a téren viszonylag alacsonyok voltak, 22,1%-uk szorongott, és 9,2%-uk szenvedett depresszióban gyermekként. Arra a kérdésre, hogy ki voltak-e téve érzelmi bántalmazásnak gyermekkorukban, a résztvevőknek csupán 9,7%-a jelölte be, hogy egyetért vagy erősen egyetért, és mindössze 18,0%-uk számolt be arról, hogy rosszul működő családban nőtt fel. Mellesleg pedig a résztvevőknek csak 4,8%-a mondta azt, hogy elváltak a szülei.

Az istenkapcsolat szintén szoros összefüggést mutatott a kiégéssel. A papoknak több mint 90,0%-a egyetértett vagy erősen egyetértett az ehhez a változóhoz tartozó mindhárom állítással. Azt mondták, hogy közel érzik magukat Istenhez, és úgy érzik, hogy Isten „személyesen és közvetlenül” szereti őket; arról is beszámoltak, hogy olyan istenkapcsolatuk van, amelyből sok erőt merítenek. Hasonlóképpen a papok nagy százaléka állította, hogy vannak jó barátai, amely változó szintén szignifikánsan és negatívan korrelált a kiégéssel. Arra a kérdésre, hogy vannak-e közeli laikus barátai, 93,0%-uk azt jelölte be, hogy egyetért vagy erősen egyetért. Hasonlóképpen 87,6%-uk mondta, hogy vannak jó barátai a papok körében; 83,2%-uk vallott úgy, hogy problémáit és érzéseit megosztja a közeli barátaival, és 90,9%-uk számolt be arról, hogy kap érzelmi támogatást másoktól.

Amikor megvizsgáljuk a kiégés kivédését segítő legfontosabb változókat, azt látjuk, hogy a papok e változók erős jelenlétéről számolnak be: boldognak érzik magukat hivatásukban, sok személyes támogatást kapnak, erős a kapcsolatuk másokkal és Istennel, viszonylag alacsony szintű pszichopatológia volt jellemző a gyermekkorukra, jó az énképük és stabil a belső békéjük.

5. Korlátok és jövőbeni kutatások

E tanulmánynak vannak bizonyos korlátai. Például a felhasznált minta, bár széles körű, nem volt random. Továbbá az MBI-t mindeddig nem használták kifejezetten a papság körében. Noha a válaszadási arány nagyon jó volt (57%), feltételezhető, hogy kiégett papok kevésbé vesznek részt egy felmérésben. Mi több, lehetséges, hogy a papok különösen hajlamosak arra, hogy meg akarjanak felelni bizonyos elvárásoknak egy kérdőíves kutatás során. Esetleg papként megpróbálják a lehető legjobb fényben feltüntetni magukat és hivatásukat. Meglehet, hogy aránytalanul nagy mennyiségű szégyen tartja vissza a papokat attól, hogy beismerjék, ha kiégtek, különösen, hogy általában Istentől való elhívásként élik meg életállapotukat. A jövőbeni kutatások esetleg random módon kiválasztott papokkal készített személyes interjúkra is kiterjedhetnek, hogy az MBI kérdéseire adott válaszok megerősítést nyerjenek. Ha a méréseket kiterjesztenék a kiégés lehetséges fizikai következményeire is, ez szintén lehetővé tenne egy objektívebb mérést.

E kutatás eredményei talán más populációkra is vonatkoztathatók, de ezzel kapcsolatban vannak bizonyos fenntartások. Például az istenkapcsolat vitathatóan fontos sok ember számára, nem csak a papok körében. Mindazonáltal valószínű, hogy különösen is fontos egy olyan ember számára, aki Isten és az egyház szolgálatának szentelte magát. Meglehet tehát, hogy e változó fontossága – melyet ez a kutatás bebizonyított – nem annyira vonatkoztatható

közvetlenül a laikus populációra. A lelki élet – vagyis az istenkapcsolat – jelentősége a kiégés megelőzésében (amint e kutatás kimutatta) arra utal, hogy a laikus populációban is szükség volna e felfedezés tesztelésére, esetleg összehasonlítva az istenkapcsolat fontosságát a hit és hitetlenség különböző fokozatai között.

6. Befejezés

Úgy tűnik, Fichternek³³ igaza volt, amikor megkérdőjelezte azt a feltételezést, hogy az Egyesült Államokban élő katolikus papok közül nagyon sokan kiégtek. Bizonyosan vannak kiégett papok, a felmérésünk által vizsgált papok 1,5–2,3%-a szenved súlyos kiégéstől az MBI kérdőívén elért pontszámuk szerint. Mindazonáltal ebből a kutatásból, amely mindeddig a legnagyobb olyan felmérés, amely az Egyesült Államokban élő katolikus papokat vizsgált az MBI használatával, az derült ki, hogy a papok csoportjában feltűnően alacsonyabb szintű a kiégés, mint a laikus populációban.

Ezzel nem azt állítjuk, hogy a papok nincsenek túlterhelve, ami a munkát illeti. Sőt, nagyon is valószínű, hogy így van. Egy pap munkája soha nem ér véget. A katolikusok egyre növekvő számával és a papok csökkenő számával arányosan növekszik a munkaterhelés. A papok jelentős hányada érthetően túlterheltnak érzi magát. Ez komoly probléma, amellyel azonnal és közvetlenül kell foglalkozni. De a munkamennyiség és a munkaórák száma nem azonos a kiégéssel. A kutatók egyike (S. J. Rossetti) számos olyan papot ismer, aki roppant sokat dolgozik, mégis minden reggel lelkesedéssel vág neki a napnak. Ugyanez a kutató ismer olyan papokat is, akik e munkamennyiségnek csupán a töredékére képesek, mégis a kiégés szélén egyensúlyoznak.

Ez a kutatás néhány fontosabb változóra összpontosít, melyek megmutathatják, hogy egy papot – vagy talán bárkit – kiégés fenyeget-e. Lényegében arra a felismerésre jutottunk, hogy az a pap, aki szereti, amit csinál, stabil a belső békéje, a múltban kevés pszichés problémával került szembe, erős a baráti támogató hálójá és az istenkapcsolata, nagyon valószínű, hogy nem fog kiégni. Ez alátámasztja Gautier és társai eredményeit, akik egyik válaszadójuk megjegyzését idézték, amely jól összefoglalja következtetéseiket: „túlterhelt, de boldog”³⁴

Volt még néhány változó, amely összefüggést mutatott a kiégés alacsonyabb szintjével. Ezek között szerepelt a püspökkel való jó kapcsolat, a papi összejöveteleken való részvétel és az, ha a papok támogatják egymást az egyházmegyében vagy a szerzetesrendben. A személyes ima vagy az évi lelkigyakorlat szignifikánsan, ugyanakkor nagyon szerényen korrelált a kiégéssel. A szabadidő és a testmozgás gyakran idézett szükséglete szintén hozzájárult a kiégés elkerüléséhez, de a korrelációk alacsonyak voltak. Ezek hasznosak ugyan, mindazonáltal a kiégésnek vannak sokkal hathatósabb ellenszerei. Bármely öngyógyító workshopnak, amelyet papoknak – vagy bárkiknek – tartanak, először is a fontosabb tényezőkre kellene összpontosítania a kiégés megelőzése érdekében.

33 J. H. FICHTER: The myth of clergy burnout, i. m. ■ 34 M. L. GAUTIER – P. M. PERL – S. J. FICHTER: *Same Call, Different Men*. 49.

A köztudatban elterjedt mítoszokkal ellentétben úgy tűnik, hogy a katolikus papok nagyon elégedettek hivatásukban, sőt e tekintetben listavezetők az Egyesült Államokban. Mi több, úgy tűnik, a papoknak jó az énképük, erős az istenkapcsolatuk, s vannak közeli barátaik. Beszámolójuk szerint stabil személyes és spirituális támogató hálával rendelkeznek, ez pedig – megerőltető munkarendjük ellenére is – valószínűleg védelmet jelent a kiégéssel szemben.

Fordította: Szigeti-Cseke Zsuzsa

A tanulmány eredetileg a Psychology of Religion and Spirituality című folyóirat 2013/4. számában jelent meg (335–341).

Stephen J. Rossetti katolikus pap, pszichológus, egyetemi docens (Catholic University of America, Washington, D.C.)

Colin J. Rhoades pszichoterapeuta, klinikai szupervizor (Loyola Egyetem, Maryland)

Stephen J. Rossetti – Colin J. Rhoades: Burnout in Catholic Clergy. A Predictive Model Using Psychological and Spiritual Variables. *Catholic priests are faced with innumerable demands, unrealistic expectations, and few tangible results. Moreover, in today's society, there are fewer priests, even greater demands, and a surrounding culture that is increasingly secular and apparently less supportive. Thus, burnout in Catholic clergy is commonly presumed to be high. The purpose of this study was to move beyond assumptions and explore the real extent of burnout among Roman Catholic clergy (using a standardized test of burnout) and then to explore those variables that were statistically related to burnout. A sample of 2,482 Catholic priests across the United States was given the Maslach Burnout Inventory. They scored significantly less burned out than Maslach Burnout Inventory norm groups that included a general sample and that also included those who were male or who worked in social services or medicine. When investigating those variables that were associated with burnout, exercise and taking time off were significantly correlated to lower levels of burnout; however, the effect was small. The more important variables associated with burnout were job satisfaction, inner peace, childhood psychological problems, relationship to God, and good friends. On these more important variables, priests reported high levels of health and well-being. A large majority indicated being happy as priests and reported having good friendships, satisfaction with their relationship to God, a limited history of childhood psychological problems, and a strong sense of inner peace. For Catholic priests, and likely for all people, strong psychological and spiritual support systems seem to be most important in preventing burnout, especially for those engaged in the demanding positions of caring for others.*

Keywords: *burnout, clergy, job satisfaction, relationship to God, inner peace.*

