



BAGDY EMŐKE
A SZEMÉLYISÉG
titkai

CSALÁD, NEVELÉS, ÖNÉRTÉKELES

HELIKON

Bagdy Emőke

- [A SZEMÉLYISÉG TITKAI](#)
- [TARTALOM](#)
- [BEVEZETŐ GONDOLATOK](#)
- [1. KORSZELLEM, MENTALITÁS, A CSALÁDSZEMLELET ÉS AZ ÉLETGYAKORLAT VÁLTOZÁSA NAPJAINKBAN](#)
- [2. NEVELÉS, NÖVELÉS, A „SZOCIALIZÁCIÓ” ÚTJA](#)
- [3. AZ ANYA-GYERMEK KAPCSOLAT ZAVARAI](#)
- [4. A KÉTSZEMÉLYES SZOCIALIZÁCIÓS RENDSZER HATÁSAITÓL AZ ÖNKONTROLL KIALAKULÁSÁIG](#)
- [5. A FELNŐTTI LÉT KÜSZÖBÉN](#)
- [6. A VÁLTOZÁSBÓL EREDŐ KONFLIKTUSOK SZÍNTEREI](#)
- [7. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ALAKULÁSA A SERDÜLŐKORBAN: BARÁTSÁG, SZERELEM, KISCSOPORT-KÉPZŐDÉSEK](#)
- [8. AZ ÉRTÉKEK, ESZMÉNYEK ÉS MORÁL ALAKULÁSA: A PROSZOCIÁLIS VISELKEDÉS FEJLŐDÉSE A SERDÜLŐKORBAN](#)
- [9. A NEVELŐI ATTITÚDÖK ÖSSZEFÜGGÉSE A SZEMÉLYISÉG FEJLŐDÉSÉVEL](#)
- [10. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ZAVARAI](#)
- [11. NEUROTIKUS POTENCIÁL ÉS FEJLŐDÉS](#)
- [12. A SZOCIALIZÁCIÓ ÉS A DEVIANCIÁK](#)
- [ZÁRSZÓ](#)
- [IRODALOMJEGYZÉK](#)

A SZEMÉLYISÉG TITKAI

- Család, nevelés, önértékelés -

HELIKON

Borítóterv: *Café Design*

© Bagdy Emőke, 2014

© Helikon Kiadó, 2014

TARTALOM

BEVEZETŐ GONDOLATOK

1. KORSZELLEM, MENTALITÁS, A CSALÁDSZEMLÉLET ÉS AZ ÉLETGYAKORLAT VÁLTOZÁSA NAPJAINKBAN

1.1. Mi történik az életünkkel, avagy létminőség diagnózis

1.2. Mi történik napjaikban a családdal?

1.3. Tekintsünk az ifjúságra: generációk, fiatalok és idősek viszonyjellemzői

1.4. A család-intézmény fennmaradásának biztosítékai

1.5. Családi élet-egyensúly: illúzió vagy lehetőség?

2. NEVELÉS, NÖVELÉS, A „SZOCIALIZÁCIÓ” ÚTJA

2.1. Szocializáció: az emberi lényeg kimunkálása

2.2. A család mint elsődleges szocializációs kiscsoport

2.3. A társak szerepe az emberi fejlődésben 2. 4. Anya nélkül

2.5. Az anya-gyermek kapcsolat kezdetei: a méhen belüli világ

2.6. Szülés-születés: az anya-gyermek kapcsolat szenzitív periódusa

2. 7. A megkapaszkodás: oltalom és biztonság

2.8. A vitális kontaktuson alapuló, „kötődő” nevelés modellje

2.9. Érzelmi biztonság az emberi kapcsolatban: a „kötődési minta” kialakulása

2.10. A mentalizáció és a szociális tükrözés szerepe a fejlődésben

3. AZ ANYA-GYERMEK KAPCSOLAT ZAVARAI

3.1. Elutasítás, túlzott aggodalmaskodás

3.2. Az anyahiány-betegségek

4. A KÉTSZEMÉLYES SZOCIALIZÁCIÓS RENDSZER HATÁSAITÓL AZ ÖNKONTROLL KIALAKULÁSÁIG

4.1. A kritikus fejlődési szakaszok és bevésődések

4.2. Az egyedi lelki rendszer kialakulása

4.3. A belső tilalmi és szabályozó rendszer kialakulása

4.4. Az énegyensúly védelmi eszközei

4.5. Utánzás, mintakövetés, azonosulás

4.6. Az apa jelentősége az azonosulási folyamatban

4.7. A nevelésben felhasználható tanulságok

5. A FELNŐTTI LÉT KÜSZÖBÉN

5.1. Átmenet a gyermekkorból az ifjú felnőttkorba

5.2. A serdülés mint normatív életválság

5.2.1. Az identitás fogalma

5.3. A serdülés mint pszichoszociális krízis

5.3.1. Az identitásválság és identitásteremtés

5.3.2. Az identitásválság négyfajta szakasza, állapota és megjelenési formája

5.3.3. A serdülés testi-szervezeti változásai és ezek pszichoszociális integrációja

5. 3.3.1. Idegrendszeri változások

5.3.4. Testiség, szexualitás, nemi hovatartozás, a felnőtté válás elutasítása

5.3. 5. A tranzíció (átkelés) rítusainak szerepe 5. 3.6. Az identitás-válság megjelenése az önképben, önismeretben

6. A VÁLTOZÁSBÓL EREDŐ KONFLIKTUSOK SZÍNTEREI

6.1. A szülők gyermekükre vonatkozó kritikái

6. 2. A serdülőknek a szülőkre és/vagy pedagógusokra vonatkozó kritikája

6.3. Az önismereti zárlattól a hiteles önképig

6.4. A serdülők viszonya a felnőttekhez

6. 5. Fiúk és lányok interperszonális kapcsolati stílusának különbségei

6. 6. Metafizikai spekulációk: a létezésre, nemlétre, létidőre vonatkozó kérdések

7. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ALAKULÁSA

A SERDÜLŐKORBAN: BARÁTSÁG, SZERELEM, KISCSOPORT-KÉPZŐDÉSEK

7.1. A barátság

7.2. A serdülőkori szerelem

7.3. A serdülők kiscsoportjai és a referencia-csoportok

8. AZ ÉRTÉKEK, ESZMÉNYEK ÉS MORÁL ALAKULÁSA: A PROSZOCIÁLIS VISELKEDÉS FEJLŐDÉSE

A SERDÜLŐKORBAN

8.1. A proszociális, altruista viselkedés alapjai

8.2. Az erkölcsi tudat fejlődése

8.3. Példakép, eszmények, ideálválasztás

9. A NEVELŐI ATTITÚDOK ÖSSZEFÜGGÉSE A SZEMÉLYISÉG FEJLŐDÉSÉVEL

10. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ZAVARAI

10.1. A kommunikáció szintjei

10.2. A „kettős kötés” jelensége

10.3. Saját világuk foglyai

10.4. A „sündisznó dilemma”

10.5. „Játzmák” a társas kapcsolatokban

11. NEUROTIKUS POTENCIÁL ÉS FEJLŐDÉS

11.1. A neurózis jellemzői, potenciálok és hajlamosító tényezők

11.2. Neurotikus zavarok a gyermekkorban

12. A SZOCIALIZÁCIÓ ÉS A DEVIANCIÁK

12.1. A végzetes önbüntetés

12.2. Út a kriminalitás felé

12.3. Az iskolai erőszak és szülői bánásmód összefüggései

12.4. Menekülés a valóságból

12.5. A pubertáskori evészavarok és az anorexia nervosa háttérében álló családi jellegzetességek

ZÁRSZÓ

IRODALOMJEGYZÉK

BEVEZETŐ GONDOLATOK

Van-e titokzatosabb az embernél? Páratlanul egyedi lények vagyunk, az Univerzum csillagai. Embervoltunk hasonlósága mögött individuális arculat rejlik, ebben áll a nagy titok. Ez a könyv éppen abba a világba vezet be, amelyben ez a titokzatosan egyedi ember formálódik. Érdeklődésem azonban nem a magunkkal hozott, a génekben rejlő készletekre, mint kibontakozásra váró lehetőségekre irányul. Pszichológus vagyok, ekképp az örökletesen meghatározott temperamentum és alkatbeli jellegekkel szemben a karakter fejlődése és működése érdekel. A karakter szó bevésődést jelent. Mit ír a környezet belénk, hogyan nyitják ki a minket érő sajátos ingerek a génekben szunnyadó lehetőségeket? Milyen, különlegesen érzékeny, szenzitív fejlődési szakaszaink vannak, amikor a magukkal hozottak mintegy magukat kínálják kinyitásra, életbe hívásra. Milyen kulcsok nyitják a zárat, hiszen a tudomány is „kulcsingerekről” beszél, amelyek úgy illeszkednek a megvalósulásra váró genetikai készletekbe, mint zárba a kulcs.

Az a világ érdekel, amelybe beleszületik és amelyben formálódik a személyiség, a társas környezet, a család és a minket körülvevő szociális világ. Ahogyan van testi uterusz, amelynek bölcsőjében a magzat fejlődik, úgy van szociális is, ez pedig elsősorban a család. Minden életszakaszban más fontosságot nyer az anya és apa, de létezésük és szerepük elvitathatatlan. Úgy illenek és illeszkedhetnek egymáshoz, mint Nap és Hold, nappal és éjszaka, egymást kiegészítve és erősítve. A különbözőség, jin és jang, fény és árnyék, tökéletes egységet képes alkotni. Közös életükben, az otthon melegében tud a fejlődő személyiség kibontakozni, vagy éppen a diszfunkcionális családban károsodni.

A szociális uterusz a legfőbb egyéni boldogságforrás, áldás, amely szinte átokká is válhat, ha nem képes megvédeni, nevelni és növelni „magzatát”, a gyermeket. A családban felnövekedés és a köré gyűrűző társas hatások alkotják a *szocializáció* útját: beletanulunk abba, hogyan váljunk szociális mivoltunkban is „emberré”, hogyan tudjuk elérni, hogy fenn legyünk, / Áprily Lajos költői szavaival/ „az ember magasán”.

Amikor a Szerkesztőség felkérésével találkoztam, hogy a több évtizede megírt, több kiadást megért és különösen sikeres könyvecskémet, a „Családi szocializáció és személyiségzavarok” című munkát készítsem elő újra kiadásra, mert meg nem szűnő érdeklődés van iránta, nagy öröm töltött el. Ez a könyv sokak számára jól ismert, tanultak, vizsgáztak belőle. Kötelező volt megtanulniuk, mégsem kaptam soha panaszos visszajelzést. Annál inkább pozitívat, megerősítőt. Az iránta megnyilvánuló igény azt üzeni, szükség van ma is eligazításra, mit kell ahhoz tudnunk, hogy a családi szocializációban is „kiművelt emberfők” lehessünk, vagy legalább biztonságot nyerjünk, mit teszünk jól vagy rosszul.

Annyi mindent megtanulunk az életben, de talán a legfontosabbra, a párkapcsolatra, együttélésre, családi életre és gyermek-nevelésre nem készít fel ez az egyre ordasabbá és embertelenebbé váló világ. Mindenhez van „úti kalauz”, hogyan légy sikeres, hogy szerezz minél több pénzt, hogyan legyél te, egyedül csak te önmegvalósító és az élet királya, de arra nem tanítanak, hogyan legyél jó férj, feleség, anya, apa, szövetséges társa valakinek, akivel életet visztek tovább, gyermeket neveltek. Az volna a dolgunk, hogy mély lelki azonosulással, később szándékos azonosítással magunkba építsük a szüleinktől eltanult „hogyan”-okat, követve a családi mintát. Csakhogy a jelenünk már nem tudja betölteni eredeti rendeltetését. Megváltozott a család, mint rendszer és működése, mint felnevelő, megtartó erőforrás. Más jelentést kapott az otthon fogalma.

Az egykori könyv megírása és kiadása más korszakban történt, azóta nagyot fordult a világ. Posztmodem kultúrában élünk. Értékvilágunk megsebződött. Mi a legfőbb jó? Az életképes kultúrák arra tanítanak, hogy az egyetemes igazság talpköve az élet, ennek mindenekelőtti és -feletti védelme, szeretete, szolgálata. Ezt szentesítik a törvények, ezt tanítják a szent iratok. Alapvetően társas lények vagyunk, ekképp csak a kölcsönös egymásra utaltság törvényének felismerésében, szolgálatában, tehát együttműködő kapcsolatokban élhetünk. Mégsem ez érvényesül.

Megváltozott társas-társadalmi viszonyok között, egymást követő kríziseken át utazunk együtt a történelem hullámvasútján, és új követelményekkel áll eléink az élet. Igazodnunk kell, mert ha csak megállunk, már lemaradunk. „Pörgő” és sodró hatásokban, nyugtalan

földdel a lábunk alatt kell egyensúlyt keresnünk. Túlterhelnek az információk, elöntenek és nem hagynak időt a megemésztésre, feldolgozásra. Hajszoltan, állandó sietségben élünk, a globalizálódott világ és fogyasztói kultúra életkényszerek sorát állítja elénk, mi pedig „kénytelenek vagyunk” e kényszerrel együtt haladni. Személyes világunk, amelyből kicseperedik, felnő a gyermekünk, alig képes azokat az érzelmi muníciókat és életvezetési tudnivalókat közvetíteni, amik majd megsegítenék, megtartanák az életúton. Értékeink romjain magunk is keresőkké váltunk, mihez tartjuk magunkat, hiszen az etikai relativizmus már minden szabályt áthág, nincs „mihez tartás”, társadalmi szerződés, amelyhez a törvény szigora vagy a lelkiismeret belső parancsa hozzáigazítaná a magatartásunkat.

Az etikai relativizmus a privát, partikuláris és elsősorban materiális természetű érdeket /hatalom, pénzt, tulajdon/ állítja az egyetemes /élet/ értékek helyére. Ezáltal erkölcsileg szétesett, törvényerőben megrendült, anómiás világban élünk, amelyben nehéz életcélt találni és az életünk tervezésének, irányításának biztonságát megélni. Létünk valósága szinte Aldous Huxley „Szép új /munka/világ”-ának képét idézi: biztonságvesztetten küzdünk értelmetlenedő életünkkel.

A relativizmus kiterjed a létezés alapjaira is. Férfi és női szexuális és társadalmi szerep-hovatartozásunkról hovatovább magunknak kell döntenünk. Hódít a gender mainstreaming posztmodern elmélet, a gender tetszés szerint választhatónak van kikiáltva /Ékes I.⁵⁵/. A nők negyedik Pekingi Világkonferenciájának záró nyilatkozatában már 1995-ben közzétették, hogy „nemi egyenlőségről és igazságosságról csak akkor lehet szó, ha eltűnt a nem, mint rendező kategória”. Az 1995-ös ENSZ kiadvány szerint pedig a „A biológiai nem természeténél fogva adott, a gender pedig konstrukció”. Hovatovább feloldódik a nemi szerep-stabilitás, nincs megfelelő nemi szerepkultúra. Korunkban a férfiaknak meg kell tanulniuk „férfiasan”, a nőknek „nőiesen” viselkedni /lásd PUA=pick up artist mozgalom, /Strauss, N.¹⁶⁰/. Párkapcsolati „alapzavar” kibontakozásának tanúi lehetünk. Elköteleződési és felelősségvállalási képtelenséggel küzdő férfiak, biztonság- és bizalomhiányban szenvedő nők a jelen potenciális párjai. Megrendült az utódvállalás generatív főfeladata, helyét a fogyasztói mentalitás ál-értékei foglalták el, egoisztikus tartalmakkal /„legyen neked

jó!"/. A teljesítmény központúság elve /„tedd a dolgod, ne törődj senkivel, kell a pénz és csak így jutsz előre/ karrierépítési kényszerhelyzeteket teremt, kitolja a párválasztási és gyermekvállalási időt. Szomorú szinglik világában a férfiakat domináló nők és maszkulinitásukban, párkeresésükben sebzett férfiak a jövő szülői „ígéretei".

Kant maga választotta sírfelirata gyakorta jut az eszembe, mint reménységben tartó üzenet. Két dolog tölti el a lelkemet annál újabb és annál növekvőbb tisztelettel és csodálattal, minél többször és minél tartósabban foglalkozik vele gondolkodásom: „a csillagos ég felettem és az erkölcsi törvény bennem." Vajon van-e egyáltalán időnk az önreflexióra, a megállásra és eltűnődésre, mit tesz velünk az a kor, amelyben élünk? Meg tud-e szólalni bennünk a lelkiismeret szava? Ha pedig rátekintünk önnön életünkre, családunkra, vajon milyen szülőnek érezhetjük magunkat? Tudjuk-e életképességre, azaz öröme, életbátorságra és alkotó munkára nevelni gyermekeinket, vagy netán még saját felnőttégünkig sem jutottunk el? Tudunk-e elköteleződni, felelősséget vállalni és adni, hiszen e három a felnőttég mércéje! Képesek vagyunk-e gyermekeinket tisztelettel fogadni, szeretetben nevelni és szabadságban elengedni? /Vekerdy T.¹⁷⁷/

Mindezzel érdemes szembesülnünk, mielőtt a családi szocializációban kibontakozó személyiség jelenkori, megváltozott útját végigkísérnénk.

A családi szocializációról egykor megírt könyvemet olvasva egyfelől megnyugvással állapíthattam meg, hogy minden állítása ma is igaz, ami a személyiség alakulásáról és zavarainak, fejlődési kisiklásának veszélyeiről szól. Az emberi természet örök, a törvények nem felülírhatók, csak a kifejezési formák változnak. Más azonban már a befogadó világ és a személyiségformáló műhely: a család. Ezért a könyvet azzal a fejezettel nyitom, amelyben a család jelen helyzetét a korszellem és mentalitás tükrében látatom, megváltozott mivoltára és ma is fundamentális jelentőségére pedig a jelen kontextusában tekintünk rá.

Fontosnak tartottam azt is, hogy kiegészítsem a könyvet olyan egységekkel, amelyekben az eltelt idő tudományos és tudásbeli gyarapodását jeleníthetem meg, a teljesség igénye nélkül. Ezért - különösen a korai személyiségfejlődésről tudósító részbe - új egységeket építettem be.

Kibővítettem a serdülőkort elemző fejezetet, mivel ez az életidőszak az utolsó, amelyben a változások pozitív és negatív irányban egyaránt intenzívek, nagy a fejlődési kisiklás veszélye, de az alkotó kibontakozás esélye is.

A könyv megváltozott címe a Szerkesztőség kívánsága. Felhívó jellege talán több lélekhez is elér, és ha az érdeklődés felébred, remélhetőleg talál a tisztelt olvasó olyan ismeretet, amely számára eddig titok volt. Ekkor pedig a cím is betöltheti rendeltetését.

1. KORSZELLEM, MENTALITÁS, A CSALÁDSZEMLELET ÉS AZ ÉLETGYAKORLAT VÁLTOZÁSA NAPJAINKBAN

Vajon szükség van-e családra ahhoz, hogy az emberi lény felnövekedjék? Vállalja-e egy férfi az utódnemzést, kívánatos-e az apaszerep, és szüljön-e egy nő gyermeket, akinek nevelésében orozlánrészt kell vállalnia? Összekösse és szentesítse-e házassági köteléssel a kapcsolatot két, egymást szerető ember? Kikre vonatkozhat a házassági kötelék? Ezek a kérdések annak ellenére gyakorta közbeszéd tárgyai, hogy a róla szólók is nagyrészt családban vagy párkapcsolatban élnek. Ha mégsem, akkor többségük mégis arra törekszik, hogy kapcsolatba kerülhessen az érzelmi alapon választott társával, akitől szeretetet, elfogadást, megértést remél. „Nem jó az embernek egyedül lenni”, veleszületetten társas lények vagyunk. Mindnyájan szeretet-kapcsolatra, otthonra, odatartozásra vágyunk, saját kis világot szeretnénk felépíteni, mégis beleakadunk, néha bele is gabalyodunk a közvéleményi hálóba, amely gyakorta másfelé tereli az értékítéleteinket, gondolkodásunkat. Kételyessé válhat az, amit saját meggyőződésként vallunk, és nyugtalaníthat a kérdés, hol van az „igazság”, az érvényesség. A felmerülő kételyeket kétségkívül az a közös tapasztalat is megerősíti, hogy az értékrend alakulásával együtt a család, mint működő rendszer világszerte jelentősen változott, és ez a folyamat irányát tekintve nem a családi együtteség megerősítését tükrözi.

1.1. Mi történik az életünkkel, avagy létminőség diagnózis

Napjaink *életkultúrája* a valóságviszonyunkban, lelki életünkben, gondolkodásunkban és viselkedésünkben olyan elhajlásokat /devianciákat/

mutat, amelyeket érdemes, sőt szükséges tudatosítanunk, mielőtt a családra vonatkozó tudományos pszichológiai bizonyítékok felé vennénk irányt.

Korunkra *materiális értékközpontúság* jellemző, amely gyakran az identitás meghatározó tényezőjévé válik. Ki vagy? „Az vagyok, amim van, amit birtokolok”. Ez a tulajdonközpontú önmeghatározás veszedelme, hiszen nem képes kizárni a veszteség veszélyét. Ha az ember elveszti a vagyonát, amin keresztül magát „Valakinek” érzi és tudja, akkor összeroppan a megtartó erő, vele az élet értelme is, állította már a múlt század derekán Jean Paul Sartre, a filozófus. Ma ennek közvetlenül is megtapasztalhatjuk az igazságát.

Tapasztalati tény a „*társadalmi tőke*” *megfogyatkozása*. Élni annyi, mint kapcsolatban lenni. Ha erre már nincs erő, nincs idő, nincs motiváció, akkor a lélek elmagányosodik, magába fordul, kesereg. A szeretteinknek adott úgynevezett minőségi idő akkor az, ha azt teljes szívvel odaforduló jelenlét jellemzi. Vajon hogyan is állunk ezzel, ha „nincs idő semmire”, üzeni a sokszor hallott szlogen. Kapcsolati tőkénk lehetne a „*társas támasznak*” *nevezett embertársi segítő viszony is, amelynek jobbjára a hiányát észlelhetjük*. Nem tudunk egymással igazán törődni. Ennek egyik oka a saját terhekkal eltöltött tudatállapot, saját bajaink sokasága. Másik ok kétségkívül az *altruisztikus magatartás ritkulása*. Mindhiába van veleszületett segítőkészség az emberben, ha a családi és szociális minták nem szólítják életre a belső potenciálokat. Ezért növekedhet a magára maradottsági érzés, a „nincs emberem” állapot, és ennek nyomán a boldogtalanság érzés.

A társadalmi és gazdasági változások gyorsasága, az egzisztenciális bizonytalanság, a biztos támpontok hiánya az életvezetést kiszámíthatatlanná teszi, és tervezhetlenné válik a jövő. Az *anómiaként* leírt jelenség következményeire Kopp Mária és Skrabsky Árpád mutatott rá élesen a magyar lelkiállapotra és „betegségeire” vonatkozó kutatások során /Kopp M., Skrabsky A.⁹¹/, melyeket munkatársai, a kutatás továbbvivői is megerősítettek / Susánszky É., Szántó Zs. (Szerk)¹⁶²/. A szív és keringési zavarok terén, a daganatos betegségekben, az addikciók széles spektrumában és a depresszióban az élenjáró nemzetek között vagyunk. Nincs kétség, belebetegszünk az életünkbe.

Mi jellemzi legáltalánosabban az életminőségünket? *A létezés spirituális és érzelmi dimenziójának elcsökevényesedése*, az emberi hitnek, mint képességnek a gyengülése, a hit vallásosságban csak *individualizmus*, az emberi kapcsolatok gyérülése, a reménység erőinek, a jövőt tervező, bizakodó érzelmeknek a megcsappanása, melyek boldogtalansági létállapotként összegződnek.

A gondolkodásban és valóságviszonyban megtapasztalható, az elidegenedő és dologiasodó lélek a reménytelenség, *pesszimizmus* és a jövőkép hiánya révén a depresszió felé nyit utat.

A fertőzött *konzummentalitás* bizonyítéka, hogy a tárgyakhoz való értékviszonyt telepítjük át egymásra, ekképp nem javítjuk a kapcsolatot, ha az „elromlik”, felhasználjuk, kihasználjuk a másikat, kapni és nyerni akarunk, nem pedig adni, végül pedig a már „haszontalant” eldobjuk, kidobjuk. *Tárgyként bánunk egymással*, súlyos sebeket okozva és hordozva.

A globalizálódott és fogyasztói szemléletű, eldologiasodott létezésben az *önreflektív munkára sincs idő*, az önismereti és társismereti zárlatban pedig a belső kontrollt és védelmet szolgáló erők helyett a *külső befolyások hatalma* kap szabad érvényesülési utat. Észrevétlenül, öntudatlanul is *manipulálható lényekké válunk*.

Az érték-krízisből eredően a *kötődési zavarok*, a *kapcsolati elköteleződés képtelenségek*, a felelősségvállalás hiánya, a mohóság, élvezetvágy /„legyen nekem jó!"/, a késleltetési és kivárási képesség gyengesége, az azonnali vágyteljesítő mohóság jellemző a konzumkultúra emberére, aki olyan, mint egy óriás csecsemő, elvárja, hogy mindenki táplálja. Ez pedig a fejlődő személyiség *felnetté válásának késedelmévé*, akadályává válik.

1. 2. Mi történik napjaikban a családdal?

A család, amelynek - mint intézménynek - rendeltetése az élet továbbvitele, gyermek/ek/ nevelése, a társadalmi értékek közvetítése és a személyiség kibontakozásának szolgálata, napjainkra mind szerkezetében, mind működésében jelentősen megváltozott. Jelentőségének csökkenése történetileg szakrális és spirituális védelmének elvesztésével indult meg,

amikor II. József eltörölte az István király uralkodásától fogva érvényes „A család szentsége” törvényt („a család a szent család földi megvalósulása”), helyette a családot vagyoni jogi intézményként definiálta.

Az egyre inkább termelés- és teljesítményközpontú, versengő, kapitalizálódó világ erői kikezdték a családi egységet és szerepeket is. A patriarchális „családfő” nimbuszt és a hierarchizált családszerkezetet az egyenjogúsági /manapság esélyegyenlőségi/ támadások tették esékennyé, a női és férfi /anya-apa/ szerepeket pedig a gyakorta „kötelezővé váló” kétkeresős családmodellek elterjedése tépázta meg.

A családszerkezet nukleáris modellje, amelyben az egészséges családmagot az apa-anya-gyermek hármasság képviseli, egyre kevésbé tartható fenn. A házassági stabilitás gyengülésével a két-szülős jelenlét elvesztette követelmény-erejét. Szerepkrízisekhez vezet számos tényező, mint pl. a házasságkötések csökkenése, válások szaporodása, az *egyszülős /csonka/ családok* magas száma, az önkizsákmányoló és hajszás élet miatt korlátozó szülői szerep-magatartás. Az egzisztenciális fenyegetettség / állásvesztés/, a munkanélküliség vagy egyéb okból bekövetkező identitás sérülések családon belüli szituatív szerepkríziseket is indukálhatnak. Az „új típusúnak” nevezhető *rekombinált /mozaik/ családszerkezet* pedig az újraraházasodó felek hozott és közös gyermekeinek közössége és dinamikája jellemző /Karinthy szellemes megjelenítésében: „az én gyermekem és a Te gyermeked veri a mi gyermekünket”/.

Társadalmi és *nemi szerepbeli értékváltozást* hoztak a női emancipációs küzdelmek is. A félreértelmezett egyenjogúsági-egyenrangúsági küzdelemből a maszkulin értékvilágnak a nőre terhelődő követelményrendszere született meg. A női identitástudat és önértékelés részévé vált a férfi értékekkel mért „társadalmi hasznosság”, mivel az egyenlőség mércéjévé a férfi teljesítmény elérése lett. A női szerep elé került a hivatás-érték, többek között ezért késedelmet szenved a családalapítás és a gyermekvállalás is. A kitolódó szülési kor a termékenységi problémák sorát hozta napvilágra. A sokféle okból előálló meddőség aránya a nyugati kultúrában növekedőben van. „Kitermelődött” a szingli kultúra. Manapság pedig a „nagy kiegyenlítődé”-re törekvésben, az esélyegyenlőségi küzdelmek viharában a biológiai nemi

hovatartozást felülíró „szabad választás” felé halad a szélsőséges posztmodern elméletalkotás, amely rá sem hederít az ember nembeli lényegéből következő törvényekre. Elegendő, ha Kate Bomstein 1994-ben közzéadott írását idézem: „A gender fluiditás által képesek vagyunk szabadon és tudatosan választani egy vagy akárhány gender közül, bármennyi időre és az átváltozás bármilyen fokáig. A gender fluiditás nem ismer határt vagy szabályt” /In: Ékes I.⁵⁵/. A józan ész és a tudomány azonban ismer és szab is határt. Csak reménykedhetünk, hogy hazánkban nem ver gyökeret ez az ideológia és gyermeknevelési gyakorlat.

Az ép, kétszülős családok is működési hiányosságokkal küzdenek. Életvezetési sajátosságaik is jelentős szerepet kapnak a változásokban. A gazdasági helyzet, a szegénység, a családok pauperizálódása eleve megnehezíti a szocializációs követelmények szülői teljesítését és az életkor specifikus fejlődési feladatokkal való megküzdést. A nagycsaládok elszegényedéssel birkóznak, a kétszülős családokon belül is gyakori az érzelmi kiüresedés és az élő kapcsolatok gyengesége vagy hiánya.

A gyermekek 16%-át egy szülő neveli, 84%-ban az anya. A gyermekek biztonságérzetét és kötődését pedig jelentősen meghatározza a szülők kapcsolati stabilitása, a válás nyomán kialakuló életváltozás, a generációk különéléséből következő családi kapcsolat-beszűkülés, a szülői közvetlen és a nagyszülői közvetett gondoskodás gyérülése, a szeretet hiánya, a gyermekét egyedül nevelő szülő érzelmi túlkötése, a gyermeknek a hiányzó szülőszerepbe léptetése, a generációs feszültségek kifejezésre jutása, ellentétek nevelési kérdésekben az idősekkel, az idősekkel való szót értés, az őket meg nem értés, de legfőképp az apahiány, amely magát a férfienemzedékeket determinálja sajátos életútra. Vagy a fantom apa ideálképének erőszakos megvalósítására törekszenek, vagy feminin azonosítással kevésbé képesek a férfias életviteli követelmények teljesítésére.

Az önkizsákmányoló munkahajtsza és az emberi kapcsolatok elszemélytelenedése a gyermek/ek/ érzelmi elhanyagolását is maga után vonhatja. Ennek nyomán a kortárs csoportok hatása erőteljesebben érvényesülhet, következményeként pedig alkohol- és drogfüggőség, magára

maradottsági kétségbeesések, krízisek, magatartás zavarok, öngyilkosság és kriminális elsodródás veszélye alakulhat ki.

1. 3. Tekintsünk az ifjúságra: generációk, fiatalok és idősek viszonyjellemezői

Gyermekeink (a jövő szülők) már a digitális nemzedék szülöttei, az elsatnyuló szeretet és virtuális kapcsolatok preferált világában nőnek fel. Pörgés, felgyorsultság, felfokozottság, „nyomulás”, fokozott aktivitás jellemző az egymást követő generációkra. A 25 éves váltás helyett már 15 év alatt is nagyot fordul a generációs kerék, egyes generációk között olykor szakadékok tátonganak /Tari A.¹⁶⁷/.

A „veteránok” /50-60 évesek korosztálya/ kevésbé tudták sajátjukká tenni a computeromorf világ követelményeit, noha már hasznélvezői, fogyasztói e kultúrának. Érzelmileg a közvetlen emberi kapcsolatokba kötődő szükségletekkel jellemezhetők, nehezebben fogadják el a virtuális világ élményeit, nehézkesen vagy nem is tudnak bánni az eszközeivel. Korlátozott vagy erősen leszűkített mozgástérben élnek. Ápolják a kulturális tradíciókat, szeretik otthonukat, gyakorta lokálpatrióták. Kevesen beszélnek magas szinten idegen nyelveket. A többi generációval „párhuzamos világokban” élnek, a közös hang hiánya a megértés nehézségeiben jut kifejezésre. A veterán generáció értékei az X és Y generáció számára nem akceptálhatók, a férfi-nő kapcsolati elvárásaik is gyökeresen mások.

Az „X” generáció /az 1965-75 között születettek/, a ma negyvenesek már a konzumkultúra neveltjei. Félig-meddig az információs világba nőttek bele, olykor már foglyai is. Internethasználatuk már rutinos, életvezetésükben ugyanakkor nincs akkora súlya a digitális kultúra kínálatainak. Személyes kapcsolati világuk még megtartott, gyakran heti találkozások rítusaival erősítik. Nagy erőket képesek bevetni a munkába, de közülük kerül ki a legtöbb életközépi krízissel küzdő, újrakezdésre vágyó vagy a hajszába belefáradt és váltást kívánó személy. Közöttük a depressziósok aránya magas.

Az „Y” generációba a nyolcvanas évek szülöttei tartoznak. Ez a „Bumeráng generáció”. Értékrendjükben előkelő helyre kerülnek a fogyasztói kultúra „kincsei”, siker, tulajdonszerzés, pénz, karrier. Ők a digitális világ „mindenevő” használói, rajongói. Ipod, Ipad, számítógép, tablet, internet kedvelők. Nincs erős érzelmi elköteleződésük a munkához, kevésbé a hivatás szerelmesei. Közösséghez tartozásuk internetportálokon közlekedés, Facebook kapcsolatok, blogok írása, hálózat-szervezésű játékok útján jut kifejezésre. Kevésbé olvasnak, könyvtárak a Wikipédia, lexikonjuk a Google. Kapcsolati értékeikben fontos, hogy „nyomulni kell”, menni, nyitni, nyerni, nincs idő a lelkizésre. A nőket tanulható praktikákkal hódítják meg. Ezt teszi a PUA /Pick Up Artist/ mozgalom, amelyben kapcsolat-tanítás folyik élő gyakorlási helyzetben /Strauss, N.¹⁶⁰; Weber, E.¹⁸³/.

A „Z” generáció tagjai már az új évezred szülöttei. Nagy arányban internetfüggők. Ez a fő kommunikációs eszközük is. Felgyorsultak, pörgők, gyakorta figyelem- és magatartászavarokkal küzdenek. Fokozott mozgásigénnyel jellemezhetők. Erős énésség, autonómiaigény tükrözi, hogy úgy vélik, nekik jár az élet számos pozitívuma, szükségleteiket köteles a /szülői/ környezet kiszolgálni. Érzelmi kapcsolataik szegényesebbek, ők a jövő robotemberei. Felnőtté válásuk tempója lassult, gyakran követelőző „konzumcsecsemők”.

A generációs különbségek számos ponton idéznek elő kirívó ellentéteket. A már világlátott, vagy arra vágyó, nyelveket beszélő huszonéveseket „egy világ választja el” szüleiktől, még inkább nagyszüleiktől, akik ezáltal aligha tudják támogatni vagy kísérni gyermekeik, unokáik életútját. Az Y generációnak már nem jelent érzelmi tartalmú élményt a házasság templomi rítusa, a fiatalabbak gyakorta engedelmességből tesznek eleget a tradicionális elvárásoknak.

A fiatalok kevésbé fogadják el az idősebbek kinyilatkoztatási hajlamát és kijelentéseit, amelynek igazságához az idősek ragaszkodnak, a fiatalok kételkedők, ellenállók.

A fiatalok és idősek életviteli ritmuskülönbségei is feszültségforrások. / „Idegesítik egymást”./

A nagyszülői generációra még jellemző felhalmozás, gyűjtögetés /„soha nem lehet tudni, mire lesz jó"/ éles ellentétben áll a fiatalok eldobó, kidobó kultúrájával.

A jelen nagyszülői fiatalabbak, és még vagy munkaképesek, dolgoznak, vagy ifjú nyugdíjasként szeretnek saját életet élni. Ezért az unokák szolgálatában viszonylag kevesen tudnak részt venni. A szülőknek ez nagy gondot jelent, kevésbé számíthatnak szüleik segítségére.

Korszakos jellemző, hogy a nagyszülők nevelési elveivel és gyakorlatával a fiatal szülő nem ért egyet, „az öregek nem értenek a gyermekneveléshez”, ezért a jóindulatú nagyszülői segítség olykor zátonyra fut. Az idős nagyszülők nem tudják hasznossá tenni magukat a gyermekeik számára, és életük értelme ezáltal korlátozódhat.

Problémát jelent, hogy a pályaválasztásban a szülők hajlamosak nyomást gyakorolni gyermekeikre, akiknek jóval több időre és még néhány év személyiségi érésre volna szükségük az érett személyes döntéshez /Bagdy E.-Kövi Zs.-Mirnics Zs.⁹/. Szülői nyomásra gyakran éretlen, korai döntések születnek.

A szülővé válási kor mindkét nem esetében kitolódott. A szakmára készülés, tanulás, majd az egzisztencia megalapozása késlelteti a gyermekvállalást. Az együttélés házasságkötés nélküli előzetes próbaévei csaknem tipikusak. Gyakran akkor házasodnak a fiatalok, amikor már várják gyermeküket.

Meghosszabbodott az „identitás moratórium”, az adolescencia évei prolongálódtak /Buda B.³⁰/. A közismert „mama hotel” kifejezésben a szülőről való leválás nehézségeit ragadhatjuk meg.

A család szervezeti és működési változásait, valamint a jövő szülővé váló fiatalok helyzetét áttekintve felmerülhet bennünk a kérdés: hogyan lehetséges, hogy minden sebződés és viszontagság ellenére mégis él a család intézménye?

1. 4. A család-intézmény fennmaradásának biztosítékai

Vajon milyen rejtett és manifeszt erők tartják életben azt az intézményt, amelynek megrendülését számos vonatkozásban tapasztalhatjuk?

Elsőként a „lélek mélyének”, azaz a generációról generációra továbbélő érzelmi jelentéstudatnak az üzenetére nyithatunk rá. Ezt a fogalom *szimbolikájában* tudjuk közvetlenül tetten érni. Család-szimbolika vizsgálat /Csirszka J.⁴¹/ mutatott rá, hogy a család leggyakoribb szimbólumai: a ház, a tűzhely, a virágoskert, a gyümölcsfa és a törzs. Mindegyikhez mély érzelmi jelentések kötődnek. *A ház* szimbólumában az „én várom”, az otthon biztonsága, a védettség, a védelmezhető világ jelentése tűnik elő. *A tűzhely* jelentésében az otthon melege, a szeretet, a táplálás, az anyai oltalmazás érzéseit érzük tetten. Háztűznézőbe menni annyi volt egykor, mint szemügyre venni a nő szülőházát, otthonát, amely ígéret volt arra, hogy ő is hasonlót tud létrehozni. *A virágoskert* a család együttesének sokszínűségére, szépségeire, a gyermekek /virágszálak/ örömforrásaira utal. *A gyümölcsfa*, amelynek életlényege a tápláló termés, az élet továbbvitelének feladatával szembesít, a családnak is be kell érnie, termőre fordulnia, hogy megvalósuljon létezésének értelme. A családi termés, az anya méhének gyümölcse, a gyermek fontossága mellett a fa, mint helyhez kötött élet, újabb jelentést hordoz. Gyökérszete a valahová tartozás szilárdságát szimbolizálja, és szoros összefüggésben áll az „otthon” jelentésével.

„Miért is vagyunk a világban? Hogy valahol otthon legyünk benne”, mondja az *Ábel Amerikában* című regényében Tamási Áron Ábelének templomjáró, bölcs társa, amikor az élet értelméről filozofálnak. Otthon lenni, tartozni valahová, ahol a gyökerei vannak az életfának, tagjaként egy nemzetségnek, „*törzsnek*”, ez az élet biztonságát, a közösség szilárd megtartóerejét fejezi ki. A származási genogramm, amely az eredetet, törzset, ágakat a leszármazás rendjében szemlélteti, vizuális megjelenésében egy fa, amely akár az életfának is megfeleltethető.

Tonk István¹⁶⁹ a *gyűrű* szimbolikáját is jelentősnek tartja a felek kapcsolatában. Nem csupán az elköteleződés és összetartozás ismert kifejezője, hanem a *családi körre* utaló jelkép. Idézi Füle Lajos versét, amelyben a „*Gyűrű: családi kör, /életkeret, tükör. / A szívnek foglalát, /tolvaj előtt lakat./Egyszerű és csodás/ titok és vallomás, / tavasz és*

szerelem,/ meg nem szűnő varázs,/ nagy-nagy megoldatás." Maradt-e még jelentése a jeggyűrűnek? Ha az eljegyzési szokás meg is maradt, a szimbólum mély lelki lényege már kiüresedett, megkopott.

Az *otthon* jelentését sem hagyhatjuk figyelmen kívül. Mivel az élet minőségét mindig jelentések adják, nem pedig a mások által látható „valóság”, ezért az érzelmileg hordozott jelentések messzire vezetnek a megértésben. Otthon lenni annyi, mint biztonságban, megszokottságok között, szeretetben létezni. A tradíciók, ismerőségek, apró rítusok, a dolgok stabil helyei a rend érzetével töltenek el. Az otthonosság már-már maga a boldogság, mondta egy ízben egy honvágygal küzdő, idegenbe szakadt hazánkfia. Az anya (-föld, -nyelv) ad mély biztonságot, és aki „hazamegy”, annak már a haza jelentése sem idegen. Az érzelmi lélek röghöz kötött, ragaszkodó, kötődő, konzervatív, gyermeki. Annak ellenére, hogy a tudatos, racionális szint olykor elhallgattatja a gyermeki ént és kötődésmentes szabadságot hirdet. Bárhol otthon vagyok a világban, mondja a tudatos szint, miközben a tudat gyermeki mélységei ennek ellentmondanak és azt a zsigeri, testi, lelki komfortérzést csak akkor képes az egyén megélni, ha „otthon” van, szülőföldjén, szüleinél, vagy azok emlékénel. Anyátlanságról is akkor beszélünk, ha a lélek elárvul, nincs kihez-mihez kötődjön vagy tartozzon.

A család önkéntes érzelmi közösség, noha kettős identitásában egyszersmind a társadalmi szerkezetnek is része, legkisebb formális egysége. Pillére „két láb”, a férfi és a nő, az anya és apa, az ellentétek egységgé illeszkedni képes egységei. Két világ, két előtörténet, mindkét fél saját felnövekedésének tapasztalatait hozza magával, mint a közös élet munícióját. Együttélésük, összetartozásuk /élet/folyamat, olyan kapcsolati erőterben, amelyben az illeszkedésnek ára van. Művük közös alkotás, ember-mivoltuk minőségét az árulja el, miképpen tudnak úgy illeszkedést találni, hogy ne sebezzék meg egymást, miként Schopenhauer szép példázatában a fázós sünök. Addig-meddig keresik az illeszkedést, míg elég közel, egymást melegítve elérik, hogy nem sebzik meg egymást.

A pár szövetsége, szeretete mintegy a világerők megbékítésének modelljét tárja elénk. A *hatalom* képezi a világerők egyik oldalát, amely uralkodásra vágyik, érdekvezérelt, birtokol, elvesz, parancsol, bezár, elkülönít,

kirekeszt, önszempontú, manipulatív, önző, leigáz, dominanciára és kizárólagosságra tör, a másik erőoldal nélkül, potenciálisan romboló erő. Az erő-komponenst képviseli a szeretet oldallal szemben, amely szelídít, átszellemít, átlelkesít, „humanizál”, azaz emberiesít. Emberszolgálóvá teszi a hatalmat. Óv, védelmez, gyengéd, ad, kiárad, áraszt kinyit maga is nyitott, közössé tesz, egységesít, kér, kérdez, érdeklődő, önzetlen, másokra figyelő, közösségi, építő erő. A szelídített, emberiesített hatalom, azaz a szeretet által domesztikálható-, hatalmi erő, valamint az erősített szeretet, a puha és vulnérabilis érzelmeket megerősítő hatóképesség olyan kiegészítései egymásnak, amellyel harmónia, egység, béke születhet a világban.

A férfi és női princípiumok is ilyen eltérő erőrendszerű és szükségszerű kiegészítői egymásnak. Összetartozásukban ellentétes erők egyesülése és egymást áthatása valósul meg. A nemi különbözőség a genetikai, kromoszomális eltéréstől kezdve, a fejlődési ütemnek és az agyféltekei működéseknek a különbségén át a hormonális túlsúlyokig az egész életen át érvényesül. A férfi xy kromoszómája, lassabb és sebezhetőbb gyermeki érése, bal agyféltekei /racionális hangsúlyú/ elmeműködése és világszemlélete, tesztoszteron (harcis, maszkulin) hormonbeli dominanciája éppúgy evolúciós biológiai szükségszerűség, mint a nő xx kromoszómája, szívósabb és gyorsabb gyermeki érése, jobb agyféltekei elmeműködés-hangsúlya, érzelmi tudatának primátusa és ösztrogén nemi hormonoktól vezérelt szelídebb, érzelmesebb természete.

Carl Gustav Jung⁸⁰ svájci pszichológus a női és férfi *nukleáris /mag/funkciót* éppen az élet továbbvitelének, az utódnemzésnek és nevelésnek az apai és anyai feladataival összefüggésben magyarázta. Az emberi élet értelme az élet szolgálata, megélése és továbbvitele. A férfi nemz, teremt, ezért magfunkciója a felkutatás, meghódítás, új ingerek keresése, vetélkedés, behatolás, birtoklás, termékenyítés, valamint ereje által az otthon biztonságának védelme. A női magfunkció a kitárulkozás, bevonzás, csábítás, befogadás, megtermékenyülés, türelmes kihordás, a férfi által védett otthon „falai között” az érzelmi fészkek, az otthonosság megteremtése.

Csirszka János⁴⁰ tovább gazdagította a jungi maszkulin-feminin dichotómiát. Az élet-törvény értelmében a férfi és női princípium az élet

tovább vitelét szolgálja. Az anyaság szerepének betöltéséhez a női oldal adottságai és kibontakoztatásra váró készségei még felsorolásszerűen is jól követhetők, ha e képességeket mind fizikai valóságukban, mind átvitt, magasabb szellemi jelentésükben végiggondoljuk. A nő képes a fogamzásra, kihordásra, megszületésre, a nő képes várni-kivárni, feltárulkozni, készenlétben lenni. Fogékony, befogad, létrehoz, megtart, kibontakoztat, nevel-növel, kidolgoz, részletez, kiterjeszt, felépít, érlel, vonz és melegséget, érzelmeket ad szabad kiáramlással. Ha minden szóhoz hozzágondoljuk ennek működési megvalósulását, akkor az anyaság, a gyermek fogadása és léte köré rendezhető valamennyi. A férfi adottságai, készségei is hasonló elrendeződést tesznek lehetővé, csak hogy az apai oldalon. A férfi megkeres, felkutat, felfedez, utánajár, nyomoz, megújít, kezdeményez, újrakezd, meghódít, behatol, célra tör. Tanít, alapít, tervez, sugároz, egyszerűsít, lehatárol, ésszerűsít, ural, alkot. Noha a férfiben is benne rejlik a női potenciál és viszont, ezt fejezi ki Jung *animus és anima archetípusa*, a természetes elrendeződésben, vagyis a természet által rendelt nemiségben a biológiai nemiséghez van a lelki adottság, készség hozzárendelve. A két agyfélteke is mindkét nemre jellemző potenciálokat hordoz, mégis a női agyban az érzelmi oldal /jobb agyfélteke/, a férfiben a racionális vezérlés /bal agyfélteke/ működés-hangsúlya érvényesül.

Miért is él töretlenül, noha változó létformában ma is, és miért marad meg a család intézménye? Mert a két fél különbözősége a kiegészítés vágyával üzi a feleket egymás felé, hogy egységet alkotva megéljék a teljességet, az egyesülés mámorát, az egység boldogságát. Ennek terméke, eredménye lehet az új élet. A természeti törvény és evolúciós parancs ezt sugallja és kényszeríti. A szövetségre lépés, az összetartozás vállalása viszont már olyan humán /társas-társadalmi/ fejlődési eredmény, amely - szemben az állati ösztönprogramokkal, amelyek az utódnevelést hormonális kényszerítéssel parancsolják kiszolgálni - az ember önkéntes, tudatos vállalása az utód iránti felelősség jegyében, ez az elköteleződés.

A kultúra sajátos hatásai, a mentalitás változása ugyan módosíthat a magasabbrendű, önálló akarattal, felelősséggel, érzelmi szabályozás képességével rendelkező ember magatartásán, lazíthat vagy „szabaddá teheti”, az élettörvényt azonban nem semmisítheti meg. A törvényt

negligáló szabadság csak szabadosság, életellenesség lehet, a rendnek és szabályoknak a tagadása a káoszt hozza létre.

Nem kell féltünk a családot, amíg csak férfi és nő egymáshoz vonzódása a biológia és evolúció parancsa révén és az élettörvény hatalmának alárendelten létezik és fennmarad. Az együttlét, összetartozás elemi szükséglete és az együttélés boldogsága közös humán vágyunk, ami túléli a korszakok extrém támadásait is, mert az életről szól és a boldogság ígértét hordozza.

1.5. Családi élet-egyensúly: illúzió vagy lehetőség?

A családi béke és egyensúly létrehozása, fenntartása a legmagasabb rendű intellektuális és érzelmi tettünk. Rajtunk múlik. Felülmúlhatatlan értéket képvisel. Meglepő, hogy milyen egyszerű szabályokhoz köthető, amelyek mégis igen nehezen tudnak utat törni, mert individuumunk védelme és önállóságunk elvesztésének félelme, sőt számos külső-belső tényező akadályozza vagy nem engedi az egyensúlyhoz vezető lépés megtételét.

A könyvpiac hovatovább eláraszt bennünket boldogságreceptekkel, a családi életre vonatkozóan is. Chapman „öt szeretetnyelv”-ének tételei talán a legfontosabbak arra nézve, *mit tehetünk tudatosan*, hogy a „fészkünket” ne tépázzuk szét. Gary Chapman³⁴ azt javasolja, hogy törekedjünk elismerő, bátorító, megerősítő, kedves szavakkal kommunikálni, adjunk egymásnak „minőségi időt”, amelyet a szinte megszentelt jelenlét, figyelem, odaadás fejez ki. Legyenek együttlétek, beszélgetések, és tanuljuk meg egymás meghallgatásának művészetét. Élünk az ajándékozás szeretetnyelvével is, figyelmességeinkkel fejezzük ki magunk „odaadását”, melynek szimbóluma az ajándék. Tegyük apró szívességeket egymásnak és ne feledkezzünk meg a testi érintés szeretetnyelvéről, az ölelés, csók, simogatás szeretet-üzeneteiről.

Csak hogy a tudatos szándékot gyakorta aláaknázzák a *tudattalan*, mély érzelmi gyökerű *akadályok*, amelyek Chapman szinte minden javaslatával ellentétes magatartásra ösztönöznek. Ezért van jelentősége az önismeretre és párkapcsolati-családi megismerésre ösztönző pszichológiai üzeneteknek. Ha megértjük saját szerepünket abban a kapcsolatban, amit magunk

választottunk, s ha feladjuk a másikat okoló egyoldalú helyzet-értelmezésünket, akkor képessé válunk rátekinteni arra, milyen részünk van pár- vagy családi helyzetünk nehézségeinek előidézésében, mivel járulunk hozzá, hogy a nem kívánt vagy megszenvedett helyzet fennálljon. Győzelemre, igazságunk bizonyítására törekvő szócsatáink hiábavalóságát felfedezve versengés helyett a közelítő és egymáshoz közelebb hozó dolgok felfedezésére törekedhetnénk, ha elfogadnánk, hogy nem igazságok mérkőznek, hanem a két fél eltérő tudati térképei alapján látott különféle „tájak”. Ekképp szubjektív érvényességeink ütköznek meg egymással, ebben pedig pyrrhusi a győzelem, elvérzünk a kapcsolati csatatéren.

Folyvást tanuljuk egymást. A családi élet egyensúlytényezőit kutató Olsonnak¹³¹ az a javaslata, hogy foglaljunk állást a teljes elköteleződés mellett, vállaljuk az érzelmi őszinteséget, szüntessük be a kritizálást és vádaskodást, adjunk elegendő pozitív megerősítést egymásnak és törekedjünk gyakori kommunikációra, sok közös élmény teremtésére.

A pszichológiai javaslatok gyakorta összecsengenek, nincs új a nap alatt. Magam arra a felelősségre és valódi autonómiára hívhatom fel csupán a figyelmet, amelyben legalább a családon belül vállaljuk a cselekedeteink következményeit és kíséreljük meg a társ szempontjainak szemszögéből is látni az előállt szituációt, sőt saját szerepünket is. Ehhez viszont előnyös, ha szakértő segítővel való konzultációban járjuk végig a megértéshez vezető, ezáltal változást eredményező utat

A továbbiakban az elmúlt évtized során végzett párkapcsolati és családi kutatásainkból utalok néhány olyan eredményre, amely saját hazai helyzetünkből merítés. Rávilágít mit művelünk egymással és figyelemfelhívó lehet, mire érdemes nagyobb figyelmet fordítanunk. Rádöbbenhetünk, hogy az emberi természet, érzélemláték örök, csak a kifejezési formák különböznek. Az önismeret és társismeret olyan pszichológiai vagyton, amely minden más értéket felülmúlhat.

A nő ma is szeret felnézni a párjára. A férfi energikussága és barátságossága hatalmas megnyerő erő, a nőt spontán alárendelődésre készíti /Vetier A.-Vargha A.¹⁷⁹/.

Hogyan tehető „boldoggá”, de legalább elégedetté egy nő a hétköznapiakban? Ha a párja mérsékelten domináns, de az érzelmeit szabadon meri kifejezni. A férfi annál kevésbé elégedett a kapcsolattal, minél dominánsabb a párja. A nő uralkodó viselkedése mértékének arányában csökken a vonzereje a párja szemében. A nő azt a férfit kevésbé tudja becsülni, aki - bár kifejezi az érzelmeit -, de nem elég energikus /Csákvári Zs.-Bagdy E.-Vargha A.³⁹/.

A panaszkodó, testi bajaiba gabalyodó, azokról sokat beszélő nő kevesebb szeretet kifejezést kap a párjától, noha gyakran éppen az a rejtett célja. A vele foglalkozást sajnáltatás révén kívánja elérni, de ellenkező hatást vált ki magatartásával /Vetier A.-Vargha A.¹⁷⁹/.

Minél neurotikusabb egy nő, annál több zavar van a párkapcsolatában. Elégedetlenebb, kritikusabb, a problémákat felnagyítja, elégedetlen, panaszkodó. Ha a párja a panaszaira netán elfogadó módon reagál, akkor ez „olaj a tűzre”, még tovább fokozza a kedvezőtlen magatartást /Kiss D.-Bagdy E.-Vargha A.⁸⁴/.

A lelkiismeretesebb férjekre gyakrabban jellemző, hogy kritizálják feleségük külsejét öltözékét, amellyel elégedetlenek. A nők ilyenkor általában sértődéssel reagálnak. A férj kritikája mögött más természetű elégedetlenség nyer kerülő utas kifejezést, amelyet a nőnek célszerű volna felismernie /Csákvári Zs.-Bagdy E.-Varga A.³⁹/.

Ha a férj a feleségénél (férfi a nőnél) alacsonyabb iskolázottságú, akkor a nő hajlamosabb a párját kritizálni (pl. tapintatlannak, modortalannak, faragatlannak címkézni), holott ezt mások, pl. a férfi munkatársi környezete nem erősíti meg /Csákvári Zs.-Bagdy E.-Vargha A.³⁹/.

Az ilyen kifejezések, mint „torkig vagyok”, „tele van a hócipóm”, „ezt nem bírom lenyelni”, „ez az utolsó csepp a pohárban”, „ilyet többé nem veszek be” stb. sérelemgyűjtögető /ún. zsetongyűjtögető/ hajlamot jelez /Járó K.⁷⁸/.

Aki sérelmeit gyűjtögeti, az előbb-utóbb kuktafazék reakciónak teszi ki magát. Kirobbanásai akár ön- vagy közveszélyesek is lehetnek, a párkapcsolatot bizonyosan rombolják /Nábrádi M.¹²²/.

Minél elégedettebb a férfi a nő házastársi támogatásával, megerősítő, szeretet-kifejező viszonyulásával, annál kevésbé veszélyeztetett szív- és keringési zavarokra, infarktusra /Balog P.-Mészáros, E.¹²/. A rossznak ítélt kapcsolatban élő férfiak vérnyomása konfliktushelyzetben gyorsabban /30 mp-en belül/ felszökik és lassabban rendeződik /Balog P.-Dégi L.-Szabó G.¹¹/. Sajátos, hogy az életeseményekre adott vegetatív és viselkedési reakcióink között nagy különbség van, a férfiak inkább vegetatív, keringési rendszerrel válaszoló „szív reaktorok” /Szabó G.-Szántó G.-Balog P.¹⁶³/.

Megszívlelendő kutatási eredményekből idéztünk, többségük egybeesik tapasztalatainkkal is. A tudományos bizonyítottságnak azonban megvan a biztonságadó méltósága. Ha a pszichológia üzeneteire hallgatunk, és ezeket egybevetjük saját élményeinkkel, akkor nem kételkedhetünk abban, hogy vannak örök emberi szükségleteink. Abraham Maslow¹⁰⁹ sokat idézett szükséglet hierarchiája is azt tárja elénk, hogy a létfenntartási, fizikai szükségletek felett a lét- és kapcsolati biztonság, a szeretet, a tisztelet és az önaktualizáció /önmagunk talentumainak szabad kibontakoztatása/ a legfontosabb. A gyermeki fejlődésből és zavaraiából is láthatjuk majd, miképpen függenek össze e szükségletek sérülései a lelki zavarokkal.

Nem kétséges, hogy eldologiasodott életünkben vissza kell találnunk a legnagyobb érzelmi biztonságot és szeretetet adó forráshoz, a párkapcsolathoz és a családhoz.

Minden tudományos bizonyítékunk megvan arra nézve, hogy a *család egészségi védőfaktor*nak is tekinthető. A párjával elégedett férfi, a házastársi jó kapcsolat élettartam növelő. Szignifikáns őrzője a szív egészségi állapotának. Férfiaknál a jó házasság ötszörös, nőknél hétszeres súlyú egészségóvó tényező /Kopp M.⁹²/. Az apák kicsi gyermekükkel való jó kapcsolata négyszer magasabb túléléssel jár, állapította meg Kopp Mária⁹². Erre alapozva üzent a férfiaknak: „pelenkázz és tovább élsz!”. A boldogság-pszichológia pedig arra mutatott rá, hogy a gyermekünktől eredő örömnél nincs hedonikus alkalmazkodás, azaz nem lohad le olyan hamar az átélhető öröm (sőt, ennek biológiai bázisát alkotó „endorfin, oxitocin fürdő”) /Ljubomirsky S.¹⁰³/.

Ma már „Új apák”-nak nevezik az olyan férfiakat, akik már nem félnek az újszülöttektől, és nem hiszik, hogy elvesztik férfiasságukat, ha foglalkoznak gyermekeikkel, ha jelen vannak a tisztába tételnél, netán ezt ők maguk végzik, ha gondoskodnak a csecsemőről, kezdve a cumisüvegtől egészen a pelenkázásig, és aktívan részt vesznek gyermekeik nevelésében /Chiland, C.-Clouet, A., M.³⁵/

Hadd idézzem Illyés Gyula gyönyörű sorait mindnyájunk számára élő üzenetként: *„De jönnek új kapcsolatok, láncok,/Megtartóbbak, mint minden karolás,/S futnak arcodra, s arcomra a ráncok /S majd fonalai őszülő hajaknak /Tanítják, mi az összetartozás, /Amit ketté az Isten sem szakíthat!”*

2. NEVELÉS, NÖVELÉS, A „SZOCIALIZÁCIÓ” ÚTJA

Az „emberré nevelés” *társas meghatározottságú* folyamat, melynek megalapozó, legfontosabb szakasza a családon belül zajlik. A következőkben ennek a gyermekkori szocializációnak a családon belül zajló legfontosabb történéseivel, eredményeivel és következményeivel foglalkozunk.

Az emberformálás társas folyamatában nyomon kísérjük azokat a jelentősebb időszakokat, amelyekben a gyermek útravalót gyűjt a felnőtti élethez, megtanul szeretni, örülni, ragaszkodni, együttérezni, beletanul az emberi viselkedés következményeibe, szabályaiba és kitörölhetetlenül bevési szülei családjá és a személyes környezete által nyújtott viselkedési mintákat.

Hosszú és nehéz út vezet mindnyájunkat a felnőtté válásig, ebben kezdettől fogva társakra van szükségünk. *Létünk forrása, feltétele, szükséglete és katalizátora a társkapcsolat.* Hatásai az emberi személyiség biológiai, pszichés és szociális szintjeinek kialakulásában, egységgé integrálódásában egyaránt meghatározók. Az idegrendszeri érést, a szervi működések zavartalan kifejlődését ugyanazok a specifikusan emberi környezetből származó, személyes érintkezésem alapuló ingerek serkentik, amelyek egyszerre mind a lelki rendszer érését, a személyes én kialakulását, a lelki apparátus felépülését szolgálják. *Belső lelki rendszerünket külső, társas közvetítésű mintákból építjük fel, így benne mindaz, amely sajátosan emberi, társas meghatározottságú.*

A társ jelenléte, a vele való kapcsolat ingere és modellje a szociális *tanulás* folyamatának. A társkapcsolat működése és működtetése során alapvető emberi élmények és képességek birtokosaivá válunk. Együttes cselekvésekben kap tartalmat, indítékot és örömet a tevékenységünk, e folyamat tanít meg a munka igényére, képességére és pótolhatatlan

öröme, miközben egyaránt csiszolja készségeinket, és gazdagít az együttes cselekvés társas élménytöbbletével.

E szerteágazó és gazdag folyamatot sokféle szálon követhetjük. Megvizsgálhatjuk azt, milyenek azok a társadalmi alakulatok, intézmények és csoportok, amelyeknek hatásmezejében kifejlődik az egyedi személyiség (szociológiai megközelítés). Követhetjük azokat a jellegzetes, „kultúraspecifikus” történéseket, amelyek eltérő kultúrkörökben különféle értékeket és normákat közvetítenek a gyermekeknek, vizsgálhatjuk ezek lecsapódását és eredménykülönbségeit a személyiség társas viselkedésében (kultúrantropológiai irány) /Child, J. C.-Ziegler, E.³⁶/.

Megközelítésünk azonban más fonalon halad. Mindvégig a gyermeki személyiség fejlődésének útját, a szociális viselkedés kialakulásának geneziséjét követjük, *a személyiség egyedi rendszerének szerveződését meghatározó társas történésekkel és hatásokkal foglalkozunk* (személyiségpszichológiai megközelítés). Megvizsgálhatjuk azt, milyen szerepe van az egészséges, munka- és örömképes személyiség kialakulásában a gyermek közvetlen személyes környezetének, a családnak (szociálpszichológiai szempontok).

Az emberi lényegét kimunkáló szocializációs folyamatnak azt a gyermekkori szakaszt követjük, amely döntően a család kereteiben zajlik. A gyermeket alakító társas hatások sokaságából (szülők, gondozók, nevelők, testvérek, kortársak, lakókörnyezet stb.) azért emeljük ki a családot, mert ez a legelső, érzelmileg pedig mindvégig legjelentősebb közösség az életünkben, amely a társas viselkedés és tevékenység szokásrendjébe bevezet. Az életünket alakító, nagy erejű érzelmek és indítékok nagyrészt ennek a sajátos „kiscsoportnak” a világában bomlanak ki, itt tesszük meg az első lépéseket a „másik” felé. A szülő és gyermek kapcsolat minden későbbi emberi kontaktus alapmintája.

Az előző fejezetben már rátekinthettünk, milyen fontos a szociális uterus épsége, a szülők párkapcsolata, noha a fontossági hangsúly a gyermek felnövekedésének szakaszai szerint különböző.

Amikor a szülő-gyermek viszonyon belül *kiemelten foglalkozunk az anya-gyermek kapcsolat kialakulásával*, akkor részint a személyiség zavarait

kutató, gyógyító klinikai pszichológia újabb felismeréseire, részint e kapcsolatforma elsődleges és meghatározó jelentőségére szeretnénk rámutatni. Ez mindannyiunk első emberi köteléke; az anya szeretetének melegében bontakoznak ki érzelmi életünk kezdeményei, ez indítja el és alapozza meg a testi, lelki és társas kapcsolati fejlődésünket. Az anyai biztonság, szeretet, elfogadás és védelem hiánya vagy fogyatékoságai miatt *a kifejlődő lelki rendszer alapjai károsodhatnak*. Alapok nélkül a személyiségépítmény homokvár gyengeségű, törékeny és ingatag. Csekély teherbírása pedig veszélyezteti épségét, és ez kiindulópontja lehet a hibás, esetleg betegségig fokozódó kedvezőtlen pszichikus fejlődésnek.

Milyen segítséget nyújthat számunkra e folyamatok megismerése? Hogyan kamatoztathatjuk ezeket az ismereteket pedagógiai gyakorlatban?

Úgy vélem, a szülőszerepben lévőknek ismereti bázis, lehetőség arra, hogy spontán reakcióik kontrollálhatóvá váljanak a tudásuk tükrében. Felkészülhetnek bizonyos jellemző helyzetekre, amelyekkel minden szülőnek előbb-utóbb meg kell küzdenie. Nevelési kalauzul is szolgálhat, noha ma már tengernyi információ vezérelhet bennünket. Mégis, a tudomány hitelesíti az üzeneteket, jobban bízhatunk az érvényességében, beválási ígéreteiben. A pedagógusok számára is fontos lehet, hiszen alkotó munkájuk az emberformálás. Ebben pedig nemcsak a szakismereteket, tapasztalatokat, hanem ki-ki *saját személyiségét használja fel munkaeszközként*. Míg a szülők nevelési feladatai életük meghatározott szakaszára korlátozódnak, addig a pedagógus egy életen át hivatásos „másodszülei” funkciókat vállal, annak minden felelősségével és súlyával. Nevelői érték közvetítő munkáját kettős felelősség jegyében végzi. Személyiségesszüközének tudatos működtetéséhez egyrészt folyamatos és magas szintű önismeretre van szüksége, másrészt ugyanakkor ismernie is kell a gondjaira bízott gyermekek világát és egyedi személyiségét, hogy „eleven munkaeszközét” ne csak tudatosan, de hatékonyan is alkalmazhassa.

Míg az önismeret fejlesztésében törekvéseink nem ütközhetnek külső akadályokba, addig a gyermek megismerését több körülmény korlátozza vagy gátolja. Fejlődését ugyanis elsődlegesen teljesítményének és magatartásának alakulásában mérjük le, de nem ismerjük eléggé azt a

világot, amelyből a gyermek biológiai léte eredt, személyisége körvonalazódott. Felszínes képünk, néhány személyes tapasztalattal színezett, sommás ítéletünk van általában arról, milyen a gyermek családja, otthonának milliója, ez milyen értékeket közvetít felé, és milyen hatások szűrőjébe kerül mindaz, amit az iskolai nevelés keretében nyújtunk számára. Amikor a gyermekről kialakul egy többé-kevésbé határozott kép, megismerjük viselkedési szokásait, erényeit és gyengéit, úgy véljük, hogy már kiszámíthatjuk várható viselkedését. Ha váratlan fordulatokat, szokatlan vagy ijesztő magatartást, fejlődési visszaesést vagy ugrásokat tapasztalunk, sokszor nem értjük, mi történt, nem tudjuk megmagyarázni a változást. Hajlamosak vagyunk egy-egy konkrét okot keresni, amellyel az érthetetlen mégis magyarázatot nyerhet. Ítéleteinkben óhatatlanul sablonok jelennek meg: pl. azért ideges a gyermek, mert örökletesen gyengébb idegrendszerű; azért esett vissza a tanulásban, mert hanyag és lusta; ilyen a természete; azért dekoncentrált, mert mindig máson jár az esze; engedetlen, nem akar figyelni stb. Ha a gyermek viselkedészavara már nyugtalanító, akkor többnyire felmentő, néha megbélyegző ítéletként szánjuk a „biztosan örökölte” feltevést.

A megzavart, hibás, alkalmazkodni képtelen viselkedés okainak találgatásában sokszor szem előtt tévesztjük a legfontosabbat: *a gyermek adott magatartásának története van*, nem pedig egy vagy néhány oka. A magatartási zavarok, ideges panaszok, feszültségek, szorongás, teljesítmény-labilitás, dekoncentrálttság, érzelmi kiegyensúlyozatlanság éppúgy a személyiség egész fejlődéstörténete által meghatározott, mint az elért kedvező eredmények vagy nevelési sikerek. A szokatlan, érthetetlen magatartás csak a felszínen tűnik magyarázhatatlannak. Okait a gyermek egyedi élettörténete, családi világának sajátosságai, szüleihez, testvéreihez, személyes környezetéhez való viszonyának megismerése fedi fel számunkra. Ehhez pedig az szükséges, hogy sematikus, felületes ítéleteinket (örökölte a gyermek, rossz, nevelhetetlen, cinikus stb.) lépje át a gyermeket és környezetét megismerő, megértő és segítő szándék.

Szeretnénk képet adni arról, milyen buktatókat rejt magában a fejlődés, a gyermekkori szocializáció. Legfontosabb törekvésünk annak bemutatása, hogy a gyermekkori vagy később kialakuló személyiségzavarok nem egyoldalúan, örökletes tényezők eredményeként jönnek létre, hanem társas

fejlődésünk egyéni történetének folyamatában és *e történések következtében* alakulhatnak ki. „Amit megtehet az öröklés, azt megteheti a környezet is” állítja Zazzo, a francia genetikus szociálpszichológus. Ez nevelőmunkánk értékét és felelősségét megsokszorozza.

Ismereti és szemléleti alapokat szeretnénk nyújtani a szülőknek és a nevelőknek. Elsősorban azoknak, akik a csecsemők, kisdetek és gyermekek nevelését választották hivatásul, de mindazoknak is, akik szívükön viselik a gyermekek sorsát, a család egészségének és a lelki egészségvédelemnek szolgálatát.

2.1. Szocializáció: az emberi lényeg kimunkálása

Az ember bonyolult viselkedési „forgatókönyvének” megfejtésében az utóbbi évtizedek során a lélektan jelentős előrehaladást tett. Főként a szocializációs folyamatra vonatkozó ismereteink gyarapodása járult hozzá nagymértékben az emberi magatartásformák eredetének, fejlődésének megismeréséhez mind az alkalmazkodóképes, normális, mind a hibás fejlődésen alapuló rendellenes, kóros magatartásformák terén.

A *szocializáció* a társadalomba való beilleszkedés folyamata, amelynek során az egyén megtanulja megismerni önmagát és környezetét, elsajátítja az együttélés szabályait, a lehetséges és elvárt viselkedésmódokat. Ebben a folyamatban a társas együttélésre nevelő hatások és az egyéni befogadóképesség eleven kölcsönhatása érvényesülnek. Mások viselkedésének látott, átélt, tapasztalt élményei, a szülők által nyújtott viselkedési „minták”, a saját magatartásunkról nyert visszajelentések módosító hatásai és a tudatos nevelés útján közvetített törekvések egyaránt belejátszanak ebbe a fejlődésbe. Ennek során humanizálódunk; emberi viselkedésformákat tanulunk, indulatainkat megszelídítjük és közmegegyezéssé formákba zárjuk; megtanuljuk az érzelmi kifejezési formákat; elsajátítjuk a tárgyakkal való bánás módjait, az eszközös tevékenységet; kialakítjuk, fejlesztjük a gondolkodás, tervezés, önkifejtés, akarás lehetőségi formáit; megismerjük a másokkal való kapcsolat árnyalt lehetőségeit; a kontaktus legfőbb közvetítő eszközét, a beszédet. Összefoglalóan: megtanulunk emberi módon élni és viselkedni. A

szocializáció tehát lélektani szempontból a személyiségfejlődés társadalmi vetülete /Buda B.³¹/.

Az embergyerek szülői és társas környezet hiányában ugyanis legfeljebb anatómiájában felel meg embernek, míg viselkedése szinte alig emlékeztet az emberére. Nem rendelkezünk olyan ösztönapparátussal, amely lehetővé tenné a környezet társas hatásaitól független emberi kibontakozást. A vele született adottságok és tulajdonság lehetőségek kimunkálása társas feltételekhez kötött, ehhez pedig az emberi együttélés *mintái* szükségesek. Az emberré válás folyamat, a vele született adottságok *társas kialakítása*, amely az emberi együttélés sajátos egységeihez, a *kiscsoportokhoz* kötött /Mérei F.¹¹⁵/.

Az a közeg, amelyben az emberré és felnőtté válás zajlik, a *mikromillió*, elsődlegesen a családi, majd a munkahelyi, baráti, szórakozási stb. kiscsoportok színtere. Legtöbb hatás e közvetítő szférán át jut el az emberhez, a nagy társadalmi hatások éppúgy, mint az életvezetési szokások, a viselkedési normák és a szabályok. A *mikromillió* tehát az a társas mező, amelyet együtt élő, összetartozó személyek alkotnak. Az ebben kialakuló kapcsolataink jellegzetessége a *személyesség* és a *kölcsönösség*. A résztvevők kapcsolatait különféle szintű érzelmek és indulatok szövik át, és nincs közömbös történés. A hatások erejét az érzelmek hajtóereje adja. Éppen ezért a kiscsoport az egymásra hatásnak sokféle útját nyitja meg és tartja fenn. Ez egyben emberi fejlődésünk örök iskolája, ahol kialakítjuk és változtatjuk a korunknak, nemünknek, társadalmi helyzetünknek megfelelő viselkedési mintákat, értékeket és ítéletrendszerünket.

A *szocializáció* tágabb értelemben az *egész életet átszövő folyamat*, tehát a felnőttkorban is érvényesül. Szűkebb értelemben azonban e folyamatban legdöntőbb az a periódus, amikor társas viselkedésünk alapjait alakítjuk ki. Ez a történésekben, változásokban és érzelmekben is igen gazdag folyamat a gyermekkori szocializáció.

A *gyermekkori szocializáció* a személyes én kibontakozásának történéseivel veszi kezdetét. A társas hatások közvetítésének fő tényezője ekkor még a *család*, elsősorban az *anya*. A személyiség megalapozását és

differentiálódásának folyamatát a családi „közvetítő rendszer” kölcsönhatásai indítják meg, ezért a családot tekinthetjük a szocializáció elsődleges műhelyének.

A szociális tér növekedésével (óvoda, iskola stb.) a szocializáció mindinkább családon kívüli közvetítő rendszerek hatóterébe kerül át, elsősorban a *kortárs csoportok* jelentősége fokozódik. A gyermeki én felnőtté válását megindító serdülőkorban a kortárs csoportok szerepe még jelentősebb.

A kapcsolatokat megvalósító kommunikációs (közlési) eszközök között első helyen áll a *nyelv*, amely mint *objektíváló rendszer* nemcsak az elsődleges kommunikáció (a beszéd) eszköze, hanem kultúránk történetileg meghatározott szokásrendjének elsajátításában is alapvető. A másik ember megértése az alkalmazkodás előfeltétele, egyben a *tudatos* ön- és környezetszabályozás eszköze is.

Végül a közvetítő rendszerek szerves tartozéka az *anyagitechnikai kultúra* is. A képességkialakító, készségfejlesztő tárgy- és eszközhasználat lehetővé teszi az egyén és környezete közötti viszony differenciálódását, a tárgyi-gyakorlati tevékenység fejlődését. A tárgyi alakító- és cselekvőképességek fejlődése pedig nemcsak az intellektuális képességek kibontakozásának motorja, hanem az emberi életben alapvető *munka*, az ennek folyamatában megélt tevékenységi siker és szociális elismerés biztosítója.

A sajátosan emberi tanulásmódok és tevékenységi formák fejlődése éppoly fontos tényezője a szocializációnak, mint az interperszonális (személyek közötti) történések, sőt e két sík kölcsönhatásának fényében világítható meg leginkább az emberi, társadalmi lényé fejlődés /Váriné Szilágyi I.¹⁷⁴/.

A gyermek aktivitását, érdeklődését, kezdeményező-készségét a személyes kapcsolatok *indukálják*, serkentik, egyben *szabályozzák* is. A gyermek hozzámérvé viselkedését a számára jelentős személyekéhez, kezdetben a családtagok, szülők, testvérek, később pedig a kortársak „viszonyítási csoportjainak” mintáihoz. Ezért sem tekinthetjük a gyermeket passzívan alkalmazkodó lénynek, hanem léte kezdetétől aktív, környezetére alakítóan visszaható embernek, aki fokozatosan jut el addig a szintig, amikor már túlnyomóan ő képes tudatosan alakítani önmagát és környezetét.

A gyermeki aktivitás, az ön- és környezetalkító képességek olyan *interperszonális erőterben* bontakoznak ki, amely eleven keretét, feltételeit és mintáját szolgálja a gyermek társas, majd pedig társadalmi lénygé fejlődésének. Az ember „nembeli lényegének” kimunkálása nem azt jelenti, hogy eredendően biológiai lényből fokozatosan alakítunk társadalmat. Ez feltételezné a biológiai és egyedi embernek a szociálissal való szembeállítását, a veleszületett, ösztönös és a társas közvetítéssel tanult emberi magatartás elválasztását. Az ember azonban eredendően társas lény, az örökletes és környezeti, az egyedi és a szociális tényezők, hatások egységes fejlődési folyamatban olvadnak össze „emberivé”, és legfeljebb csak didaktikus okokból választhatók szét.

„Az egyén maga a társadalmi lény. Életmegnyilvánítása - ha nem is jelenik meg egy közösségi, másokkal együttesen véghezvitt életmegnyilvánítás közvetlen formájában - azért maga a társadalmi élet nyilvánítása és igazolása.”

2.2. A család mint elsődleges szocializációs kiscsoport

Az ember kultúrájának szokásait, szabályait és a viselkedés külső elvárásait jórészt az első szocializációs kötelékben, a családban tanulja meg. Noha a bevezetőben már foglalkoztunk jelen korunk változásokat parancsoló hatásaival, mégis célszerű végiggondolnunk, mit is jelent a család, ezúttal azonban a felnövekedő gyermek nézőpontjából.

A család ősi intézmény, amely évezredek óta valamennyi kultúrában létezik valamilyen formában. Olyan életkeret, amelyben biológiai létünk megvalósul, pszichés fejlődésünk pedig alapvető jegyeit, individuális arculatát bontja ki. A család az egyén és a társadalom közti *közvetítő kiscsoport*, éppen ezért „elsődleges közvetítő társadalmi egységnek” tarthatjuk. Ez azt jelenti pl., hogy a családtagok külső kapcsolatait a belső családi kötelékben átminősítjük, megváltoztatjuk, tehát sajátosan szabályozzuk. Ugyanez történik a társadalmi hatásokkal is /Hidas Gy.^{72/.}

A család elsődlegessége abban áll, hogy

1. a legkorábbi életszakasztól kezdve hat a fejlődő egyénre,

2. érzelmi kötelékei, kapcsolatainak erőssége, hosszan tartó hatása alapvető érzelmi és viselkedési modelleket vés be a személyiségbe, és ezeket mint *diszpozíciókat* (hajlamosító tényezőket) továbbvisszük az életbe,

3. közvetítő funkciója által megvalósítja a családi (személyes) és társadalmi értékrendszerek beépítését, és így optimális esetben *előkészíti* a felnövő egyént arra, hogy teljes értékűen vegyen részt a társadalom működésében.

A család szocializációs funkciója többszintű. Ellátja a gyermek biológiai gondozását, biztosítja azokat a feltételeket, amelyek az éréshez és a fejlődéshez szükségesek, ugyanakkor meghatározott magatartási és szerepmintákat is közvetít. Erre a primer szocializációs alapozásra épül aztán a tudatos nevelés, a családi szoktatás, ellenőrzés, tanítás, fegyelmezés, jutalmazás. Így teremődnek meg a családon kívüli nevelés alapjai a személyiségben.

A családban felnövő személyiség kétfajta, állandóan érvényesülő hatás jelenlétében fejlődik:

1. A család rejtett, spontán megnyilvánuló, szándéktalanul is közvetített, tehát természetes életviszonyaiban gyökerező hatásainak közegeiben,

2. a másodlagos, *tudatosan irányított* és közvetített nevelési ráhatások erőterében. Mindkettő egyaránt fontos. A tudatosan közvetített gyermeknevelési elképzelések, ideálok és módszerek alakítják ki a gyermek életprogramjait, megszilárdítják értékrendjét és magatartásmódjait. A primer, szándéktalanul érvényesülő hatások az együttélés során a gyermeket érő mindennapos benyomások és tapasztalatok. Ezek lenyomatát nyilvánvalóan tükrözi a gyermek magatartása, másokhoz való viszonya. A primer, tapasztalásos, *szociális tanulás* a gyermek szándéktalanul, „belenövés” elsajátított viselkedési mechanizmusait foglalja magába.

A családi közösséghez tartozás kialakítja az ún. *családi identitást* (a családhoz tartozás tudatos elfogadását, vállalását), amelyet kollektív szimbólumokkal is kifejezésre juttatunk. Ilyen pl. a családi név viselése. Az

identitást családi funkció és szerepmegosztások is tükrözik. Életünk különböző szakaszaiban megvalósulnak a gyermeki, házastársi, apai-anyai, nagyszülői stb. szerepeink, amelyeknek tartalma e közösségen belül bontakozik ki, de a szerep megvalósulása egyben befolyásolja a családon kívüli életvitelünk tartalmát és gazdagságát is. A család biológiailag természetes ciklusossága fejlődésének egyik mozgatórugója, a belső szerepek dinamikus alakítója.

A család „kettős vezetésű” *kiscsoport*. Hagyományosan az apa a családot „kifelé” képviselő, ún. *instrumentális* vezető. Intézi a család ügyeit, gondoskodik fenntartásáról stb. Az anya az *expresszív-emotív* (érzelmi) vezető, akinek fő feladata a családi harmónia, az érzelemteli kontaktusok fenntartása, megőrzése és gazdagítása /Buda B., Hajmai A.³²/. Napjainkban a kettős vezetés érvénye mellett sajátos változások, szerepkeveredések és -kiegyenlítődések figyelhetők meg a családban. Az apák mindinkább részt vállalnak a közvetlen gyermekellátási feladatokban („anyaszívű apák”), a nők pedig a férjükkel megosztott anyai funkciók mellé vállalják a létfenntartási feladatokban való részvételt is. A munkavállalás, a társadalmi munkamegosztásba való bekapcsolódás módosulása, a nők pálya- és hivatásválasztása csökkenti a család érzelmi összehangolására fordítható időt és lehetőségeket. Ez szükségképpen magával hozza a családi szerepek és funkciók „újraelosztását”, ami olyan változásokat indukál, hogy a férfi és női funkciót, szerepet a gyermek nem hierarchizálja, hanem *egyenrangúnak* minősíti, egymás mellé helyezi, és elősegíti a későbbi kapcsolataiban az egyenrangú szerepek elvállalásának képességét.

Mindannyiunkban élnek a családdal kapcsolatban olyan *ideálok*, amelyeknek értékösszetevőit egyaránt merítjük saját gyermekkorunk emlékeiből és a társadalmilag közvetített ideálokból. Ezek az eszmények olyan készletési sémákban testesülnek meg, amelyek befolyásolják részvételünket és viselkedésünket a családban. Azt tekintjük családi kötelezettségünknek, amelyet az erről kialakított belső kép, eszmény indukál. Az ideálépítést viszont külső hatások alakítják, és részt vesznek a viselkedés minősítésében is. Az férfi és női szerepekhez csatlakozó funkciókat magunk is tanuljuk, majd tanítjuk gyermekeinknek. Azt „való” tenni egy férfinak vagy egy nőnek, amire kialakul a társadalmi vagy csoportszintű közmegegyezés (norma). A család belső szerepeiben és

munkamegosztásában úgy tükröződnek a társadalmi viszonyok, mint cseppben a tenger.

A család mint rendszer megfelelően és hibásan egyaránt „működhet”. Hibás működésekor a belső diszharmónia a gyermeknek megmerevedett és célszerűtlen ítéleti-viselkedési mintákat közvetít, így azt fejlődésében megakadályozza. A hibásan működő családszisztéma mintegy önmagát lezárja és védelmezi kényes és törékeny belső egyensúlyát. Ennek megbomlása ellen (mintegy belső védekezésként) „kitermelheti” valamelyik családtag akár betegségig is fokozódó viselkedészavarát. Ez a többi családtag gyengeségeit és személyiséghibáit esetleg eltakarhatja vagy kiegyenlítheti /Kun M.-Füredi J.-Füzéky B.¹⁰⁰/. A családon belüli változások, az ún. szerepváltozások (amilyen pl. a pubertás, házasság, a szülők korosodása, nyugdíjba lépése stb.) krízishelyzetekig fokozódó átalakulási periódusokat hozhatnak létre. Ezek a család belső (esetleg kóros) egyensúlyát összeroppanthatják /Kun M.-Füredi, J.-Füzéky B.¹⁰⁰/.

A családnak nagy szerep jut a benne élők különböző problémáinak megoldásában. Ebben a kis közösségben a kívülről hozott feszültségek levezetésére tágabb lehetőség jut, a sérelem lereagálása kevesebb következménnyel jár, és nagyobb érzelmi elfogadásra talál. Ez előnyös az egyén szempontjából, de kedvezőtlen lehet a többi családtag számára. A család az a szociális tér, amelyben kevesebb alkalmazkodási erőfeszítésre van szükség, a családtag „jobban elengedheti magát”. Ha ez az elengedettség tekintetbe veszi a család közös normáit, akkor kevésbé veszélyes. Kialakulhat azonban olyan helyzet, amelyben kedvezőtlen mértékű vagy tartalmú feszültség családon belüli lereagálása már káros. Főként azért, mert az indulat a tapasztalat szerint a leggyengébb ellenállások irányába, tehát a gyermek felé irányul. Ez pedig nemcsak a gyermeket veszélyezteti, hanem elindíthatja a családi egyensúlyzavarból kibomló következményes láncreakciókat.

A családi légkör rejtett vagy nyílt zavarai indíthatják el azokat a hibás irányú személyiségfejlődéseket is, amelyek vagy már gyermekkorban manifesztálódó lelki zavarokban, vagy a későbbi, felnőttkori alkalmazkodás zökkenőiben és töréseiben mutatkoznak meg. A családnak azok a szerkezeti hibái, amelyek a gyermeki fejlődést gúzsba kötik vagy megzavarják,

csaknem mind a disszonáns, egyenlőtlen házastársi és szülői viszonyokban gyökereznek. Az ilyen feszültségektől, indulatoktól és konfliktusoktól terhes milióban a kapcsolati légkör elégtelen, a szülők védelmi és ellenőrző funkciója rapszodikus, esetleges. A fejlődő személyiség nem kapja meg a szükséges támogató-terelő hatásokat, érzelmileg bizonytalan helyzetben érzi magát. A családi kontaktusminták torzulása miatt azok beépítésére nincs elegendő indítéka, vagy azok átvételével hibás, kedvezőtlen viselkedési készségeket rögzít. Az a család, amelynek kapcsolati légköre elégtelen, a vonzás helyett taszítóerővel sodorhatja a gyermeket más közösségek, normaszegő kiscsoportok felé, amelyekben azután a másodlagos szocializációs folyamatok során átveheti a deviáns normákat és motivációkat.

A család egészsége a felnövő gyermek lelki egészségének döntő tényezője. Éppen ezért is fontos különös figyelemmel fordulni a család felé, ahol a gyermek e kiscsoport legsérülékenyebb tagja, mert a legnyitottabb minden hatás befogadására, a kedvezőkre éppúgy, mint a károsítókra. Az egyénnek „befelé” történő túlalkalmazkodása lelki zavarok árán valósul meg, míg „kifelé” létrehozott fokozott alkalmazkodása a feszültségekkel szembeni túlvédekező, merev magatartásformák kialakításával születhet meg. A lelki megbetegedések kulcsát elsődlegesen tehát nem az egyénben, hanem az egyén és környezete sajátos viszonyában kereshetjük.

Kiegyenlített kapcsolatok között nemcsak az egyén, hanem az őt körülvevő csoport is fejlődik /Ammon, G.³/. Stabil és biztonságot adó családi légkörben a személyiség az élet stresszhelyzeteivel szemben olyan védettséget szerezhet, amely lelki egészségvédelmének erőforrása és önmegvalósító életvezetésének biztosítója lehet.

2.3. A társak szerepe az emberi fejlődésben

A személyiségfejlődés során igen sokféle hatásra van szükségünk. Mindaz, ami a fejlődés korai fokán kimarad, később már nem vagy alig pótolható.

Az emberi közösségtől születésekor vagy kevéssel ezután elszakadó, és az állatok között vagy teljes izolációban növekedő, majd később az emberek

közé visszakerülő gyermekek alig tudnak meggyökerezni az emberi világban. Korábban 36 ilyen gyermeket ismertünk, napjainkban pontosabb statisztika alapján több mint ötven, vadon felnőtt embergyereket tart számon a tudomány. A múlt század néhány különös esetet /pl. Caspar Hauser/ ismert csupán, nevelhetőségük igényes tudományos megfigyelése és rögzítése azonban nem történt meg. Annál inkább témáivá váltak a szépirodalmi romantikának. Századunk ismertebb eseteiről már pontosabb pedagógiai és lélektani adataink vannak.

A hat és fél éves koráig állatok között növekedő, majd emberek közé kerülő *Kamala* híres esetében is bizonyossá vált, hogy csak száztíz szó megtanulására képes. A 12 éves koráig vadon élő aveironi ember azonban már egyáltalán nem volt nevelhető. A legfogékonyabb korszakukban az állatok között élő, emberi hatásoktól elzárt gyermekekből tehát nem válik teljes értékű ember. Szókincsük nehezen fejleszthető, beszédképességük pedig gyenge lesz, lassan és nehézkesen tanulnak. Magatartásuk csekély mértékben lesz formálható, és szocializációs kísérletük többnyire nem jár eredménnyel. A nyilvántartott, ismert ilyen gyermekek közül egy sem jutott a korosztályára jellemző társas beilleszkedés és képességek szintjéig, sőt a megszokhatatlan emberi környezetben többségük korán meghalt Truffau egyik híres filmje, *A vad kölyök* is azzal az izgalmas kérdéssel foglalkozik, vajon egy vadon felnőtt gyermeket az emberi hatások, az állhatatos nevelés, a rendíthetetlen bizalom, a pedagógiai következetesség emberré formálhat-e. Optimista megoldásának (a fiú megszelídül, végül nevelhetővé válik) azonban a valóság ellentmond. Gyermekkorunk közös élménye, *A dzsungel könyve* még romantikájában is érezteti a fejlődés megfordíthatatlanságának konfliktusát. Bár az állatok közt felnövő, farkas által táplált Maugli megpróbál visszatérni az emberi világba, de a régi és az új életforma iránti kettős vágy összeütközésének konfliktusa nem ígér megoldást. A befejezés a valóságot közelíti: visszatérni ugyan lehet, de a kihagyott fejlődést bepótolni, a többi emberhez hasonlóvá válni már nem lehetséges.

Nehéz az embernek szembenézni az emberformálási, nevelési folyamatban adott felelősségével. Könnyebb ugyanis elfogadnunk azt, hogy az elmulasztottak helyrehozhatók, és a gyermek nevelésében elkövetett hibák jóvátehetőek. Valóban van ilyenre is lehetőség, de számolnunk kell azzal,

hogy *minden* nem pótolható vagy nem korrigálható. Újabb ismereteink alapján nyilvánvalóvá vált, hogy a fejlődési folyamatban bekövetkezett hibák, hiányok kijavítási lehetősége attól függ, *mikor érte a károsító hatás* a fejlődő személyiséget. Minél korábban, annál kevésbé hozható ez helyre, minél később, annál nagyobb a kedvező beavatkozás esélye. A legkorábbi életszakaszokban (az újszülött-, csecsemő-, kisdédkorban) még igen nagy a lelki sérülékenység, ha a szocializációs hatások hiányoznak vagy azok kedvezőtlenek. Az elszenvedett traumák (károsodások) azután akadályozhatják a harmonikus fejlődést, vagy azt hibás vágányra vihetik. Ennek a felismerésnek a tudományos igazolására egy új és igen termékeny kutatási irány született a lélektanban: *a társas hatások biológiai, idegrendszeri közvetítő folyamataival és feltételeivel foglalkozó személyiség-lélektani kutatás.*

Korábban általában két fő megközelítési irány létezett az emberi viselkedést meghatározó tényezők felderítésében. Az egyik a viselkedés *biológiai* meghatározottságát, az örökletes tényezők szerepét és érvényesülésének jellegzetességeit vizsgálta, a másik a *társas*, illetve társadalmi hatások (közös néven „szociális környezet”) hatótényezőit és fejlődést befolyásoló szerepét tárta fel. A biológiai, örökletes tényezőket általában a szociális környezet ellentétpárjaként értelmezték. Ezt az ellentétet próbálja áthidalni a társas hatások biológiai közvetítő folyamatainak megismerése. Kiderült, hogy az egészséges lelki fejlődést biztosító emberi hatások egyben a harmonikus idegrendszeri érésnek is biológiai ingerei és serkentő faktorai. Az örökletes tényezők megvalósulásához *meghatározott fejlődési szakaszban* sajátos, nem helyettesíthető és nem pótolható szociális ingerekre is szükség van. *A társ a fejlődésben biológiai szükséglet*, az emberi viselkedésnek egyben *ingere* és *modellje* is. A másik embertől nemcsak a viselkedés mintáját vehetjük át, hanem annak jelenléte és hatása az idegrendszeri sejtek kapcsolatainak és működési köreinek kifejlődését is befolyásolja.

2. 4. Anya nélkül

A fajra jellemző viselkedés kialakulásában már a magasrendű emlősöknél is alapfeltétel a fajtárs, főként az *anya jelenléte*. Ma már igen sok kísérleti

eredmény is létezik, közülük a legdöntőbb bizonyítékokat szolgáltató, ma már világhírűvé vált kísérletek köréből idézünk fel néhányat.

1959 és 1965 között publikálták először a mára már általánosan ismertté váló majomkísérleteik megdöbbentő eredményeit Harry és Margaret *Harlow*, az USA-beli Wisconsin egyetem két tanára /Harlow, H. F.⁶⁶/. Rézusmajmokkal dolgoztak, a majmok érzelmi és indulati életét akarták tanulmányozni. Úgy vélték, hogy a kísérlethez kiválasztott majmokat legjobb fiatalon elválasztani anyjuktól, hogy izmos, erős kísérleti állatokat nyerjenek, egyben az „objektív” tanulmányozáshoz is ki akarták kapcsolni az anyai védelem érzelemformáló hatásait. A majomcsecsemőket kis ketrecekbe helyezték, melyekből azok láthatták egymást, testi kapcsolatba azonban nem léphettek, és anyjuk sem volt jelen. 56 ilyen módon nevelt majommal kapcsolatos tapasztalatról számoltak be.

A majmok fejlődésében e körülmények között sajátos zavarok mutatkoztak. A ketrecükben ülő állatok az aktivitás normális fokának még csekély jelét sem mutatták. Közönyösen üldögéltek vagy automatikusan körbe-körbejártak. Testüket esetleg ritmikusan himbálták. Órákon át gépiesen forgatták a fejüket. Bőrüket ugyanazon a helyen ismétlődően sebesre vakarták. Ha ketrecükhöz ápoló közeledett, akkor fejüket a ketrec falába verve, súlyos ütésekkel adták saját maguknak. Amíg a szabadon született majom idegen közeledésére támadt, addig ezek másokkal szemben az agresszióra képtelenné váltak. A normális (a fajra jellemző) viselkedésük tehát összeomlott, *és felnőve sem szexuális életre, sem utódápolásra nem váltak képessé.* Az anyátlanság és a majomtársak testi közelségének hiánya tehát súlyosan károsította fejlődésüket.

A Harlow-házaspár ma már általánosan ismert „műanya”-kísérleteire ezúttal csak eredményeik visszaidézésével utalunk. Azt bizonyították, hogy az állattársaktól való elkülönítés, az anya hiánya és a főemlősöknél ösztönként jelentkező „megkapaszkodási törekvés” kielégítetlensége a fejlődésben maradandó, jóvátehetetlen károsodást idéz elő. A fajtárral és az anyával való *testi kontaktus*, a megkapaszkodásban átélhető biztonság és védettség, veszélyhelyzetben a mással nem pótolható anyai oltalom, az anya jelenlétének érzése alapvető tényezői és szükséges feltételei a normális egyedfejlődésnek /Harlow, H. F.-Harlow, M. K.⁶⁷/.

További kísérleti eredmények még élesebben jelzik az *anya és társ biológiai szükségletértékét*. 1968-ban közölte Mason azt a meglepő eredményt, miszerint, ha a rézuszmajmok műanyán nevelkednek, de a műanya himbáló, ringató mozgást végez, akkor náluk a műanyán neveltekre jellemző kóros magatartási formák nem alakulnak ki. Ez azt valószínűsíti, hogy a mozgásos úton, a kicsinnyel való foglalkozásban közvetített szomatoszenzoros (testérzéseket adó) ingerek hiánya vált ki fejlődést károsító hatást. Ilyen mozgásos érzeteket közvetít a jellegzetes ápoló műveleteket végző anya, továbbá ezt nyújtja a társakhoz való bújás, az anyába kapaszkodás, az ölelkezés és különféle más testi kontaktus is. *Ezeket az ingereket az idegrendszer érésehez nélkülözhetetlen jelzéseként veszi fel*. Ilyen közvetítő hatásokon át fejlődik ép viszonyok között a viselkedés idegi bázisrendszere /Mason, W. A./

Prescott⁷ már 1970-ben, majd 1971-ben ismertette erre vonatkozó elméletét. Eszerint a kisagyi sejtek, valamint azoknak az agy többi részével (pl. az érzelmek átéléséhez szükséges limbikus rendszerrel és az elvont gondolkodás épségéhez hozzájáruló homlokagyi lebennyel) való kapcsolatai normálisan csak a korai életszakasz anyától eredő ingerei hatására fejlődnek ki. Ilyen ingerek az ölelés, a ringatás, a tisztasági művelete, a bőringerek és mozgási ingerek széles köre. Hazai kutatók, Nagy Emese és Molnár Péter ennek az elgondolásnak a biológiai (idegi) és szociális tényezőit, (anya, társak), és ezek hatásútját a kapcsolat *biológiai szintjén* magyarázzák, és az érintést, ölelést mint érzelmi élményeket a *biológiai szükséglet oldaláról* ragadja meg /Nagy E.-Molnár P.¹²³/.

Marton Magda hazai vizsgálatai, melyeket primátákkal végzett, rávilágítottak arra, hogy a szociális depriváció nyomán kísérhető biológiai közvetítő folyamatokkal is. A fajtársaktól való szeparáció is olyan szervezeti stresszreakciót indít, amelynek biológiai markerekben megragadható változásai jól mérhetők. A károsodás mértéke összefügg a szociális izoláció tartamával és módjával /Marton, L. ML¹⁰⁸/.

Az anya-gyermek szimbiózis szocializációs hatása már a méhen belül is érvényesül. A magzat az anyai szívhangokat és a testi folyamatokból eredő zörejeket a biztonság hangjaiként raktározza el, és születése után e hangok hatására megnyugszik. Ha a síró újszülöttnak a szíve nyugodt percenként

72-es ritmusában adnak hangingeret, a baba abbahagyja a sírást és gyorsabban elalszik. Ez a hanginger az anyai szervezetet, a védelmet jelenti számára. Ilyenként értékelhetjük annak a hanglemeznek a sikerét is, amelyet egy anya méhúri hangjairól készítettek. A lemez annak köszönheti óriási hatását, hogy e hangok a csecsemő számára a legbiztonságosabb élethelyzetet közvetítő ingerek, a biológiai együttlét és védettség jelzései, ezért igen nagy a megnyugtató értékük.

2.5. Az anya-gyermek kapcsolat kezdetei: a méhen belüli világ

A fogamzással meginduló magzati élet szerveződése kezdetektől szociális beágyazottságú. Az intrauterin, méhen belüli fejlődés pszichikus összetevőinek kutatása, az ún. prenatális pszichológia az elmúlt negyed században bontakozott ki, és megdöbbentő eredményekkel szolgált. Ma már ennek tükrében „kompetens magzat”-ról, szociális magzatról beszélhetünk /Domes, M.⁴⁸/. Az emberi fejlődésben minden más élőlényel szemben éretlenebbül születünk meg, agytérfogatunk csak 25%-a a későbbi, egyéves korra kifejlődő 80%-os aránynak. Az állat már ezzel a 80%-os fejlettséggel jön világra. Idegrendszerünk nem éri el a külvilági alkalmazkodáshoz szükséges érettséget, noha a várandósság utolsó hónapjában az agytérfogat növekedése is rendkívül felfokozódik, egészen addig, amíg a fej mérete eléri a kompatibilitás határát. Ami az emlősöknél méhen belül zajlik, azt az embergyereknek születés után kell pótolnia. Ezért beszélünk uterogesztációról és exterogesztációról /Piontelli, A.¹⁴³/. Utóbbival a születés utáni azon folyamatokat jelöljük meg, amelyeknek a méhen belül kellene végbemenniük, de a megszületőség anatómiai követelményei miatt extrauterin kell végbemenniük. A haptonómia /érintéstudomány/ számos bizonyítéka, hogy a magzat a víz közegében érintéseknek, nyomásoknak, mozgásoknak van kitéve. Vannak érintési hatásra indított és önmaga által indított mozgásai. Bőrét állandó ingerek érik. A bőr az ektodermális csiraplazmából alakul ki, amely befelé az idegrendszert, kifelé a kültakarót alakítja ki. Bőrünk kiterített idegrendszernek fogható fel. A bőrünk vetítívászna minden belső idegrendszeri eseménynek, érzelmi történésnek /elpirulás, kihülés, fájdalom, viszketés stb./. Érző burookban, „héjban”, az anyaméh „tojásában” növekedünk. A magzat jóval a hallószerv kifejlődése előtt is „hall”, füle csak a harmadik trimesztertől kezdve

kapcsolódik be. Az anya légző mozgásainak súrlódó hangjai, a szíve dobogása, a járásának himbáló ringatása megannyi kellemes inger a baba számára. A magzat érdeklődik a hangok iránt, amelyek kezdetben a bőrét elérő vibrációk, a magzatvíz közvetítésén át jutnak el hozzá. Bőre olyan, mint egy nagy fül. Mély hangokhoz különösen előszeretettel közelít, ezt születése után is tapasztalhatjuk. Egy hangot hallva kinyúl utána, mintha meg akarná fogni. Mintha nem tenne különbséget a hallási, látási és tapintási ingerek között. A hang tapintási minőségként lenyomatolódik, ezért beszélünk pl. érdes, durva, selymes, finom hangokról /Aronson, E.-Rosenblum, S.⁶/. A pocaklakó simogatása az anya hasán keresztül a baba ellazulását váltja ki, teste elengedetté válik. Reagál is, néhány mozdulattal vagy elmozdulással. Az anyai szervezet ilyenkor endorfint áraszt a kicsihez, amely benne kellemes érzéseket vált ki /Verny, T. R.¹⁷⁸/ A tapintás, érzékelés igen gyorsan fejlődik ki /Katona F.⁸¹/. Abortált hét és félhetes magzathoz igazolták, hogy az ajak, orca, száj fokozottan ingerérzékeny, a tizedik hétre a nemiszerv is becsatlakozik. A tizenegyedik hétre a tenyér és a láb, a tizenkettedikre a talp ingerérzékenysége is létrejön, a tizenhetedik héten pedig már az egész test bőrfelülete ingerérzékennyé válik. Ha amniocentézist /magzatvíz vizsgálatot/ végeznek, a baba „menekül”, szívverése felgyorsul, stresszhormon szintje megugrik, ez az izgalom nagyon lassan /egy teljes nap alatt/ csökken le. Már a magzat is képes sírni /Piontelli, A.¹⁴³/. Mivel a baba érzékszervei a harmadik trimeszterben már elegendően kifejlettek, képes az öt érő mindenfajta inger befogadására és reagálására, tapint, szagol, hall, lát, fájdalmat és jóllétet érez, tud egyensúlyozni és érez ízeket. A magzatvíz édeskés íze az édeshez vonzódás ősi élményalapja az emberben. A nyolcadik héttől piruettezik /Piontelli, A.¹⁴³/. A negyedik héttől már nyel /magzatvizet is/, pisil, szopó mozgást produkál, mosolyog, ujját szopja, az ötödik hónaptól kezdve pedig már álmodik is. Szinte magzatként többre képes, mint majd közvetlenül a megszületése után. Magzati játék is kezdeményezhető. Az anyai kéz rendszeres érintésére, simogatására egyre jobban reagál, mozdul, piruettezik, átbucskázik, hátat fordít, majd átveszi a kezdeményezést. Gyorsan megtanulja a játékszabályokat. Az interakciók pedig az anya indításával, majd a baba kezdeményezésére képesek egyre aktívabbá válni. Bizonyosan állíthatjuk, hogy a baba saját tapasztalatait el tudja választani az anyai behatásoktól és érzésektől, ez pedig az énjének, mint korai lelki képződménynek az

alapozását bizonyítja /Hidas Gy.-Raffai J.-Vollner J.⁷³/. Ha az anya énekel, lágyan, szelíden beszél hozzá, vagy csupán „odagondol” szeretettel, a baba ellenőrizhetően speciális reakciókat ad, saját interakciós készletét képes bemutatni. Az apa is bekapcsolódhat a korai megismerkedési folyamatba, rendszeres simogatással, a hasfalhoz közeli beszédével /Raffai J.¹⁴⁷/.

Az ikrekkel kapcsolatos kutatások újabb megfigyeléseket adtak hozzá az intrauterin magzati tudásról való ismereteinkhez. Piontelli¹⁴⁴ ikrek méhen belüli fejlődésének monitorozásával, és e folyamat bemutatásával először szemléltette a világgal, hogy az ikrek intenzíven kommunikálnak, egymással mintegy játszanak, kezdeményeznek és „válaszolnak”, mindezt túlnyomóan mozgásos úton teszik. Átkarolják egymást, összebújnak, „csatáznak”, intenzíven forgolódnak stb. A különlegesen érzékeny kapcsolatot olyannyira „kimunkálják” a méhen belül, hogy azt magukkal is hozzák, ez az egymásra irányuló extrém érzékenység az egész életen át fennmarad.

Mindezek ma már az erőteljesen kibontakozott anya-baba kapcsolat pszichológiai felkészítésében felhasznált ismeretek, az új évszázad nagy jelentőségű eredményei.

Mielőtt a várandósság a szülés idejének közelébe kerülne, érdekes megfigyeléseket tettek a baba „felkészülő” viselkedéséről. A feje a méh legszorosabb szegletébe húzódik, ezáltal majd a méh összehúzódásaiból eredő ingerlések az orca, ajak, orr területén a legerősebbek. Az összehúzódások a baba számára ekvivalensek a emlősök pofanyalogatási /archaikus/ hatásával, a gondozó magatartással, mely szenzoros kisüléseket indít a központi ideg-rendszerbe és aktiválja a légzőrendszert. Az arc és fej területe egyébként már a méhlepény iránti „vonzódásban” is kifejezésre jut /Montagu, A.¹²/. Megfigyelték, hogy a méhlepény párnájára fekvést preferáló baba születés után is ezt teszi kedvenc szőrös tárgyaival, kedvencét pl. párnaként használja.

Azt is feltárták a szülés-születésre vonatkozó vizsgálatok, hogy a vajúdás méhösszehúzódásainak természetes lezajlása megfeleltethető az újszülött nyalogatásának és lökdöső tisztogatásának, amely az állatvilágban az aktivitásra, életre „pofozó” szerepet tölt be a születés után. A „fájások”

olyan ingereket adagolnak, amelyek a magzat létfenntartó szerveinek optimális posztnatális működését készítik elő. Ezt ma már figyelembe veszi a modern szülészet, a fájásgyorsítás elkerülése mellett foglalva állást. A méhösszehúzóadások tehát az anyai gondozó magatartás első aktív üzenetei! /Montagu, A.¹²/.

A szülés folyamatából kimaradó bőringerlés hátránya mellett foglal állást számos szülész is, pl. Harald Barron /idézi Montagu, A.¹²⁰/ . Ikrek esetében tapasztalták, hogy ha az egyik újszülöttet azon nedvesen egy meleg szobában helyezik el, míg a másikat jól letisztogatják, szárazra törlik, ez utóbbi hamarabb ébred fel, mint a másik. A szárítás, törölgetés, tisztogatás az idegrendszeri aktivitást fokozva az életfunkciókat beindítja.

A születéskor szükséges légzés-beindulás nehézségeiben ősrégi szülési akció a baba megpaskolása, sőt hideg-meleg vízbe való váltakozó alámerítése. A légzőközpont és légzőrendszer ingerlésének ez a módja is amellettszól, hogy a bőringerlés aktiválja a vegetatív idegrendszert, az pedig hat a légzőrendszerre és a zsigerekre.

A császármetszéssel történő születés esetén elmarad a prenatális bőringerlések, nyomások átélése, amelyek a vitális funkciókat aktiválják. Hirtelen lezajló „Sturmgeburt” /viharosán gyors szülés/ is hátrányos szempontból. Minél kevesebb a születés során a babát érő bőringerlés, annál hátrányosabb feltételekkel indul biológiailag az élet. C. M. Drillen /idézi Nyitrai, E.¹³⁰/ több ezer hirtelen megindult szülés tanulmányozva azt találta, hogy a posztnatális időszakban, főként a korai életévekben a „császáros” gyermekeknél több volt az orr-garat és légzőszervi rendellenesség és betegség, mint a szokványos születésűeknél. A „megérkezésre való felkészülés, a szükséges idő hiánya”, állítja Drillen, számos hátrányt rejt magában. A császármetszéssel született babák halálzási aránya pl. két-háromszorosa a vaginális úton születettekénél. A nem vészhelyzetből fakadó császármetszésekben is 2%-kal nagyobb a halálzási arány. Az így születő babák - gyermekorvosi megfigyelés alapján — letargikusabbak, ritkábban sírnak, csökkentebb az aktivitásuk és reagáló készségük. A bőringerlés hiányát ma már a születés utáni fokozott haptonómias ellátással kompenzálják, simogatással, érintésbőséggel, testkontaktussal. A császármetszéssel a biokémiai viszonyok is

hátrányosabbak, pl. a cukor anyagcserében. A glükagon szintre válaszként termelődött cukor mennyisége kevesebb, ha elmaradt a vajúadás.

William Piper /In: Montagu, A.¹²⁰/ nyolcéves korukig követte császármetszéssel született gyermekek fejlődését. Megállapította, hogy a vaginális úton születettekkel szemben egyik hátrányuk az érzelmi-labilitás, EEG mintázatuk reagensebb, kevésbé stabil, több esetben fordult elő náluk meghatározatlan szomatikus panasz, jobban féltek az iskolától, gyakrabban mutattak „ideges tüneteket”, az ellenálló és küzdő képességük csökkentebbnek bizonyult.

Napjainkban gyakoribbá vált a programozott szülés, a császár-metszéssel történő (anyavédő) szülés, ugyanakkor a tudományos bizonyítékok ezek ellen szólnak. Meglehet, hogy az anyát megkíméli a „fájásoktól”, de a gyermek számára több hátrányt rejt magában. Érdeemes lenne megfontolni mindezt a jövőendő szülőknek!

2.6. Szülés-születés: az anya-gyermek kapcsolat szenzitív periódusa

Az anya és a magzat közvetett bio-pszichológiai kapcsolatát a szülés-születés egy csapásra valóságos érintkezéssé, társas kapcsolattá alakítja át. Noha a kompetens magzat már kapcsolati előtörténettel jön világra, kinn elindul annak a bonyolult viszonyoknak a szövődése, amelynek alakulásáról egyre több ismerettel rendelkezünk.

Napjainkban az anya-gyermek kapcsolat jellegzetességeinek kutatásában mindinkább előtérbe kerül a legkorábbi, közvetlenül a születés utáni időszak történéseinek elemzése, ezen belül is az anya-csecsemő reciprocitás (kölcsonhatás) vizsgálata. Az a leltevés, hogy a születést követő periódus az anya és gyermeke szempontjából egyaránt fontos, és történései meghatározók a kapcsolati minták korai bevéődésében, igen termékenyek bizonyult. Idézzünk fel néhányat a figyelemreméltó eredményekből.

Az anya és koraszülött gyermeke, valamint az érett csecsemő és anyja közötti kapcsolat tanulmányozása azt mutatta, hogy az interakciók (kapcsolatformák) terén korai, *közvetlenül születés utáni együttlét* határozza meg a kialakuló kapcsolatot, és tartósan rányomja bélyegét az édesanya

viselkedésére. Az anya számára ez az időszak olyan *szenzitív periódus*, amelynek *ingere a gyermek testi érintése*. Ennek hatására pedig sajátos anyai reakciók alakulnak ki benne szándéktalanul, mintegy az ösztönszerű viselkedés jelentkezéséhez hasonlóan. A sokat emlegetett „anyai ösztönről” a vizsgálatok azt mutatják, hogy ha a szülés után az anya nem érintheti meg gyermekét, nem foghatja meg és nem ölelheti át, és ha ez a szeparáció három hétig tart (mint pl. a koraszülött csecsemők esetében), akkor az anyaság „kompetenciaélménye” nem alakul ki megfelelően. Ez abban jut kifejezésre, hogy az ilyen anyák akaratuk ellenére, szándéktalanul is kevesebbet nyúlnak gyermekükhöz, a testi kontaktusok és tapintásos érintkezési formák mennyisége lecsökken, és minőségében is gyengül (pl. az anya máshogyan nyúl a gyermekéhez, rövidebb ideig tartja kézben stb.). Ez a hiányosság az anyai magatartásban a csecsemővel való közvetlen kapcsolat végén kezd rendeződni, de kiegyenlítődése lassan és tökéletlenül megy végbe /Papousek, H.¹³⁵/.

Követéses megfigyelések szerint a kórházi távozást követően 11, 12 és 15 hónappal még mindig jellegzetes különbségek tapasztalhatók az anyai viselkedésmódokban akkor, ha az anyák nem kaphatták meg a *kritikus időben* a kisbabájukat. Azok az anyák, akik közvetlenül szülés után megfoghatták gyermeküket, velük egy bizonyos időt együtt tölthettek, sokkal több és lágyabb szeretet-megnyilvánító ápolási akciót és érintéses együttlétet mutattak, mint a gyermeküktől szeparált társaik.

Az Egyesült Államokban, ahol a pszichológusok már ötven évvel ezelőtt a születés utáni azonnali csecsemő-anya kontaktus mellett foglaltak állást, számos bizonyító adatot találtak arra nézve, hogy a korai kontaktus megvalósítása mind a későbbi anyai magatartást, mind a gyermek érzelmi fejlődését befolyásolja.

Azok az anyák, akik a szülés után még meztelen magzatukkal egyórás szoros fizikai kontaktust alakíthattak ki, mert egy-két órán belül magukhoz vehették csecsemőjüket, vagy az első három napban 15 órán át együtt lehettek a kisbabával, gyakran megérinthették, karba vehették a kicsit jellemzően másként bántak gyermekükkel, mint a 24 órás időtartamra gyermeküktől elválasztott anyák. Másként nyúltak a kicsihez, melegebben és odaadóbban tudták gondolni, kevesebb félelmi és bizonytalansági

reakciót mutattak, anyai babusgató és gondozó magatartásuk elmélyültebb és tartósabb volt. Ez a viselkedés azonban a követéses vizsgálatok szerint *egy év múltán is* megtartotta minőségi sajátosságait, sőt *két év múlva is* megnyilvánult abban, hogy az anyák „másként” beszéltek gyermekükkel. Más hangszín, beszédgyakorlás és több testi érintkezéssel társuló szóbeli megnyilvánulás jellemezte beszédüket és ez a kisded beszédének gyors fejlődésében is lemérhető volt /Klaus, M A.-Kennel, J. H.⁸⁵/.

Ma már számos adat igazolja azt, hogy a születés utáni rövid, 24-36 órás időszak az anyaság kialakulása szempontjából olyan szenzitív időszak, amelynek létrejöttéhez a csecsemő fizikai-testi érintése és jelenléte pótolhatatlan fontosságú. Ez a mintegy ösztönnek tűnő viselkedésmód tartósan fennmarad, és mindvégig hatással van az anya viselkedésére.

A korai anya-gyermek viszony kölcsönössége szempontjából igen érdekes a Brazelton²⁴ és munkatársai által végzett képmagnón rögzített megfigyelések analízise. Eredményeik szerint a háromhetes csecsemőnél jelentkezik először az a tipikus viselkedés, amelyet a csecsemő fölé hajoló anya arca, közelsége, hangja vált ki. Amikor az anya közelíti az arcát a kicsiéhez, a csecsemő testmozgásának minden részlete megváltozik, lágy, cirkuláris, végtagjait ritmikusan közelítő majd távolító mozgással „figyel fel” anyjára. Ez a mozgás olyan periodicitást mutat, amely lezajlásában az emberi figyelem görbéjének mintázatával egyező. Ez a reakció a közelben levő anya hangjára is bekövetkezik, de ha a csecsemő várakozása meghiúsul, akkor a „figyelmi ciklust” egy csendes, mozgás szempontjából jellegtelen, „üres” időszak követi. A mozgások darabosabbá válnak, ritkulnak, végül a csecsemő arca elfordul. Később azonban ismét megindul a hívási ciklus ritmikus, lágy mozgásokkal. Ha az ismétlődő kísérlet is csődöt mond, akkor tartósan kialakul a „segélytelenségi periódus”, amelyet az arc elfordulása, majd pedig az egész testet begömbítő mozgás követ, végül a test ebben a tartásban marad mozdulatlanul. Ha ilyenkor az anya a kicsi fölé hajol, az *interaktív mozgás* azonnal visszatér.

A kutatók ezt az eredményt diagnosztikai értékűnek tartják, mivel vizsgálataik szerint a megzavart anya-gyermek kapcsolatokban nem

észlelhető. Ezért viszont „mérőeszköze” lehet a harmonikusan fejlődő anya-gyermek kapcsolatban.

2. 7. A megkapaszkodás: oltalom és biztonság

Az emberi fejlődés társas feltételeinek kutatásában hosszú út vezetett el addig, amíg nyilvánvalóvá vált az anya-gyermek kapcsolat valódi jelentősége. E témában a második világháborút követően fellendülő kutatások előfutáraként már 1946-ban leírta Hermann Imre magyar pszichiáter a megkapaszkodás ösztönét, amelyet majmok megfigyelése, majd csecsemők tanulmányozása és összehasonlító lélektani elemzés nyomán ismertetett. Kimutatta, hogy ez az emberszabású majmoknál még tisztán jelentkező, az embernél azonban már csak töredékeiben megragadható ösztön *biológiai meghatározottságú*. A kismajom élete első hónapjait azért tölti anyja szőrébe kapaszkodva, mert anélkül elpusztulna. A kapaszkodás mint lehetséges művelet az embernél is jelentős, és szerepe sokkal fontosabb, mint azt hinnénk /Hermann I.⁷¹/.

A megkapaszkodási ösztön az emberben is megvan. Ezt bizonyítja az ún. fogóreflex (ha a csecsemő kezéhez érünk, akkor ujjait fogó mozgással bezárja), az „átkarolási” reflex (a csecsemő párnájára ütve, az két kezével ölelő mozdulatot végez), a csecsemő és a kiseddel jellegzetes alvási helyzete (két karját könyökben behajlítva a fejéhez emeli, ujjait félig behajlítja mintha éppen megkapaszkodna valamiben), a szőrös holmihoz való erős vonzódás, a szőrmék, puha, bolyhos anyagok kedvelése (sok gyermeknél az alvás feltételévé válik a kiskendő vagy olyan puha anyag, amellyel az orrát simogathatja).

Winnicott nevéhez fűződik az „átmeneti tárgy” elnevezés, amellyel a csecsemő kedvenc tárgyát jelölte meg. Ez túlnyomóan puha, szőrös játék, maci, kendő, pléd, rongydarab stb., amellyel a baba meg tud békélni és mintegy vigasz és pótlék az oltalmazó édesanya hiányában /Winnicott, D. W.¹⁸⁴/.

A tárgy jellege is a megkapaszkodási szükséglet érvényesülését erősíti meg.

Az emberi biológiai adottságok (szőrhiány) nem teszik lehetővé a megkapaszkodási ösztön teljes érvényesülését, mégis az emberi feltételek

között a lehetséges módokon tovább élő ösztön megkeresi az érvényesülési formákat. Az embernél meghiúsuló közvetlen kapaszkodás az anya-gyermek kapcsolat szoros biológiai egységét bontja meg. Éppen ezért kell a csecsemőnek a kezét, sőt minden érzékszervét fokozottan mozgósítania, hogy anyjával a kapcsolatot szorosra fonja. A közvetettebb érzékelési formák (telereceptorok), mint pl. a hő-, hang-, szagorientáció sokkal nagyobb szerepet kapnak a csecsemőkorban, mint később, amikor a kisgyermek már látás és gondolkodás útján is egységesíteni tudja a külvilágból nyert tapasztalatait. A csecsemő elemi szükséglete az, hogy anyját mindig jelenlevőnek, meglévőnek érezhesse. Ez a duáluniós (a két ember egységén alapuló) igény hozza létre az emberben a *keresés törekvését*. Ez a forrása a később gyengédségben is kifejezésre jutó szeretetkapcsolatoknak. (Az emberi kapcsolatokban az érintkezési formák is a testi érintkezés különböző rítusain át valósulnak meg: kézfogással, átöleléssel, csókkal stb.) Az ember korai élet-megnyilatkozásai mind a *keresés* feszültségéből táplálkoznak. Később a gondolkodási képesség is a „keresési”, felkutatási műveletekből bontakozik ki.

Messzire vezetne Hermann nagy jelentőségű, javarészt napjainkban igazolt gondolatainak részletezése. Döntő az, hogy elsőként ismerte fel az ember lelki fejlődésében a megkapaszkodási szükséglet kielégítésének, a közvetlen anya-gyermek kapcsolatban kielégülő keresésvágynak a fontosságát. A jóltápláltság, az anyai ölelés, az anyatest melegének érzése, a bőr gyengéd ingerlése, az anyai hang, az ápolási helyzet sokféle illata mind az anya jelenlétének jelzése, a megkapaszkodási ösztön pótkielégülésének forrása. Ha nincs jelen az anya vagy a gyermeket szerető gondozó, az elhagyottság, az éhség, a gépies ápolási mozdulatok észlelése vagy betegség esetén a fájdalomérzetek, mind a kapaszkodási szükségletet növelik. Az anya elérhetetlensége mintájává válik minden kínérzésnek. Ezt helyettesíti a harapás, tépés, szakítás, karmolás, a fokozott ujjszopás, cumizás, esetleg az indokolatlan dühreakció is mint a kielégületlenség visszahatásai. A távoli következmények pedig különböző tokú személyiségi és viselkedési zavarok lehetnek.

A duáluniós törekvés felnőttkorban is megragadható igény. Ezt a társas helyzetekben a *párképződés* illusztrálja. A párkapcsolat az ember olyan biztonságos létezési módja, amelynek során egy respektált személlyel,

annak helyettesítőjével vagy egy ellenkező nemű partnerrel szoros kötelékbe lép. A párkapcsolat ősi modell a külső és belső fenyegetettség helyzeteiben. Védelmet ígér, kontaktust nyújt, feloldja a magány, az elszigeteltség feszültségeit és megvédi az egyént a vélt vagy tényleges külső veszélyekkel szemben, egyben az izolációtól is megóvjá /Brocher T.²⁶/.

Ezt látszik igazolni Morris elmélete is, aki a csecsemő első hat hónapját az „ölelj át szorosán” korszaknak nevezi. Ennek során az anyai test közelsége és hatásai mély bevéődéseket idéznek elő a gyermek idegrendszerében. *A harmonikus anya-gyermek kapcsolatban kialakuló szeretet minden későbbi érzelmi kontaktus ősi modellje.* A szeretet érzése a másik embert hozzánk kapcsolja. Ez úgy jelenik meg a szóhasználatunkban, mint „az én gyermekem, férjem” stb., mely az összetartozás birtokviszonyként való kifejezése. A gyermeki fejlődésben a szeretet által nyújtott *bizalmi talajon* hároméves kor körül már elegendő az anyai-szülői közelség biztonságának érzése, ez Morris szerint a „tegyél le” korszak. Az a kapcsolatfelvételi és viselkedési minta, amelyet a család nyújtott, most más emberek felé a gyermek önálló próbálkozásaiban ismétlődik meg. Amikor a felnőtté válást az egyén eléri, Morris az „ölelj át szorosán” igény ismételt fellépésével magyarázza a párkeresés, partnerválasztás és családteremtés folyamatát. Ennek részeként valósul meg szerelmi párhelyzetekben a hajdani intimboldog páros viszony újrateremtése /Morris, D.^m/.

2. 8. A vitális kontaktuson alapuló,

„kötődő” nevelés modellje

A testi kontaktus, érintés szerepének feltárulása számos változást hozott a csecsemőgondozás kultúrájába. Az ún. *kötődő nevelés* modellje /Domes, M.⁴⁸/ a hordozást, a babával együtt alvást és az igény szerinti szoptatást helyezi előtérbe, szemben az egykori Spock-féle szabályozott időrendű és „babakocsis” neveléssel. Saját vizsgálataink 764 anya internetes kérdőíves vizsgálata alapján is azt erősítik meg, hogy a testen hordozással (nem cipeléssel!) eltöltött órák a csecsemő számára a lelki fejlődés és a baba közérzete, nyugalma szempontjából előnyösek. Emellett szólnak

a közvetlen megfigyeléses tapasztalatok is /Ónodi Á.-Szabó V.¹³²/ A hordozott babák békésebbek, nyitottabbak a többi baba felé, a hordozásmentes időkben rendkívül mozgékonyak és jó szopók /Bagdy, E.⁸/ Az édesanyák is nyugodtabbak, a kölcsönhatás csodálatosan működik. A baba teste, légvételének ritmusa, illata, melegsége olyan ingerek az anya számára, amelyek a stressz-mechanizmus szempontjából csitító, nyugtató hatásúak. Ezt érzékeli az anya és ezt adja vissza, cirkulárisan egymást erősítő baba-mama reakcióként /Nyitrai, E.¹³⁰/ A hordozás az anyai magatartás kedvező kibontakoztatásában is segít. /Medveczné Atinay D.¹¹¹/

A három tényező, mint hordozás, együtt alvás és igény szerinti szoptatás a hazai ég alatt igen ritkán kerül együttes alkalmazásra. Az együtt alvással kapcsolatos archaikus félelmek igen erősek. Sok ellenérvet szoktak emlegetni az apák is, ha a családi ágyba akarja venni az anya a babát. Az intimitásnak jelentős akadályává válhat, ha hosszasan fenntartják ezt a kultúrát, azonban az egyéves korig történő együtt alvás elegendőnek tűnik a fejlődési mutatók szempontjából. Az átszoktatás a fokozatosságon alapul, a kiságyat a mama mellé helyezik, a baba érezheti anyja közelségét, megfoghatja a kezét, a testkontaktus a legfőbb szerv /kéz/ útján fennmaradhat. Később a távolság növelésével egy légtérben elegendő a megnyugtató hang. A babához történő felkelések száma nem gyakoribb, mint a szokványos esetekben. A saját szobába áthelyezésre e felfogásban csak egyéves kor elmúltával kerülhet sor. Az igény szerinti szoptatással kapcsolatban nagyobb a megengedő elfogadás, és a hordozó édesanyák többsége ezt az utat választja. Sajnos a jelenlegi védőnői rendszerben ennek sincs támogatottsága, így az anyák saját döntésén alapul a fenntartása. A tapasztalatok igen kedvezőek, mert a baba saját ritmust kínál az édesanyának, aki ezt elfogadva valóban a baba szükségletei szerint tudja kicsinyét táplálni.

Noha még mindig a szabályozott és babakocsis kultúra dominál, bízunk abban, hogy a tudományos érvek és bizonyítékok nyomán lassacskán a kötődő nevelés modellje /azaz a vitális kontaktuson alapuló nevelés/ elterjed, és az édesanyák személyes vállalási kapacitása szerint vagy mindhárom elem, vagy legalább az igény szerinti szoptatás és hordozás

csodálatos párosa a gyermeknevelés hivatalosan is megerősített, elfogadott kultúrájává válik.

2. 9. Érzelmi biztonság az emberi kapcsolatban: a „kötődési minta” kialakulása

Már az eddigiekből is kitűnhetett a számunkra, hogy az emberi kapcsolatban az elegendő testkontaktus-muníció mintegy érzelmi és biztonsági feltöltést jelent a baba számára. A modern csecsemőkutatások azonban egyértelműen elénk tárják azt is, hogy mit jelent az édesanyának a csecsemőjével, kisdédével, kisgyermekével való kapcsolatában az egyértelműség, a szükségletekre irányuló gondozás és a biztonság nyújtása. Bowlby²³ angol pszichiáter nevéhez fűződik a kötődés /Attachment/ fogalmának és sajátos jelentés-értelmezésének bevezetése. Kötődés /1/, Szeparáció /2/, Veszteség, bánat és depresszió /3/ címmel írt, háromkötetes munkája forradalmi változásokat indukált a csecsemő lélektan szemléletében és gyakorlatában. Az ő legjelentősebb munkatársa Mary Ainsworth és mtsai² pedig egy általa kidolgozott „Idegen helyzet teszt” útján vizsgálta az anya-gyermek /apa-gyermek/ kapcsolat „élőben” mutatkozó kapcsolati jellemzőit. A gyermek érzelmi regulációja szempontjából a „biztonságos bázis” fogalmában jelölte meg az anya kitüntetett szerepét.

Valójában a kötődésre vonatkozó megfigyelések tették igazán érthetővé és követhetővé a kisgyermek érzelmi kapcsolatait és ennek zavarait. Az érzelmi depriváció központi szerepe is ezáltal vált bizonyíthatóvá valamennyi kötődési problémára vonatkozóan /Hédervári, 2008/.

Mary Ainsworth² „Idegen helyzet teszt”-jében a 12-18 hónapos kisgyermek magatartását helyezte nagyító alá. Megfigyelési módszerében a baba, a mama és egy harmadik idegen személy vesz részt. Nyolc epizódból áll, mindegyik három percig tart. Ha bármelyik során a baba intenzív sírását nem lehet megnyugtani, az édesanya azonnal közbelép. Az epizódok során a gyermek és az édesanya együtt van és a baba kedvére játszik, a mama nem avatkozik be. Ezután egy idegen lép be és a mamával beszélget. A kicsi játszik. Majd a mama megy ki a szobából, a baba pedig az idegennel marad három percig. /Ha nagyon nyugtalan, vagy sír, az anya visszatér./ Az

idegen távozása után a mama ismét a gyermekkel van együtt, majd újra elhagyja a szobát és visszatér az idegen, és megpróbálja a gyermek iránti érdeklődését kifejezni játékkal, közeledéssel, érintéssel vagy csupán a jelenlétével. Ezt követően ismét elhagyja a szobát, és az anya visszatérte után a gyermek kedvére folytathatja játékát, de az anya ekkor már aktívabban fejezheti ki interakciós szándékát.

A helyzet elemeiből is kitűnik, hogy próbatételről van szó, hogyan reagál a baba az idegenre, akivel két ízben is együtt lehet. Hogyan tűri vagy reagálja le a mama távozását. A gyermeki reakciók alapján négy fő kötődési típus bizonyult jellemzőnek:

1/ *Biztonságos kötődési minta*: a gyermek a gondozó /anya/ jelenlétében szabadon játszik, az idegennel tartózkodó, félénk. A szeparáció /anya távozása/ után keresi és kicsit sír/hat/ is, de hamar megnyugszik és tovább játszik. Nyíltan fejezi ki érzelmeit, viselkedése tükrözi belső biztonságérzetét, könnyen nyugtatható, hamar egyensúlyba kerül. Gondozója érzékenyen reagál rá, figyelmes és odaadó, „jelen van” a gyermekével való helyzetekben.

Az ilyen kötődési minta elősegíti az énkép és az autonómia kialakulását.

2/ *Bizonytalan elkerülő/elutasító kötődési minta*

A gyermek az anyával való együttlétben a játékra vagy dolgokra figyel inkább, semmint a mamára. Érdeklődése az idegen iránt élénkebb, mint a gondozó iránt. A szeparációt /anya távozását/ követően aktívan kerüli a gondozóval való kapcsolatot, közelséget, nem közeledik. Érzelmeit arca, mimikája kevésbé tükrözi, de vegetatív mutatói magas izgalmi szintet jeleznek. Az egyéves kori látszólagos függetlenség óvodás korra általában a gondozótól való függőségi viszonyhoz vezet. A bizonytalan elkerülő-elutasító kötődésű gyermek önképe hamissá válhat, és ez gátolhatja önállóvá válását. A gyermek gondozójára az ilyen kapcsolatban alul- vagy túlingerlés jellemző, de nagyjából érzéketlenül reagál a gyermek jelzéseire, olykor visszautasítja a baba közeledését.

A biztonság vágyának frusztrációja, a baba visszautasítása nem teszi lehetővé a feltétlen bizalom kialakulását, ekképp a

gyermek távolságtartással védekezik a frusztráció ellen.

3/A bizonytalan ellenálló/ambivalens kötődési mintát az jellemzi, hogy a gyermek nehezen vagy nem is hajlandó az új környezetet megismerő akciókra, anyja védelmébe ragadva dühös és elutasító az idegennel szemben. A szeparáció során intenzíven gyötrődik, majd amikor az anya visszatér, dühösen is reagál, egyidejűleg a közelséget is szorossá akarja tenni ismét. A vágyott testkontaktust elutasítja, makacskodik, ugyanakkor heveny módon igényli anyja szeretetének kifejezését. Ez az ellentmondó viselkedés a megfigyelések szerint együtt jár a gondozó /anya/ ambivalens, hol túl szorosan védő-kötődő, hol bosszús-haragot kifejező attitűdjével. Az inkonzekvens magatartás a gyermek számára kiszámíthatatlanná teszi az anyai biztonság helyzetét, és maga is ambivalensen reagál. Túlzott érzelmi reakciói a kevésbé érzékeny anyai magatartásnak is szólnak. Az ilyen kötődési mintára épülő önkép hamissá válhat, és a heves érzelmi reagálás szervülése nem kedvez az alkalmazkodásnak.

4/ Bizonytalan, dezorganizált/dezorientált kötődés: ezt a kötődési módot nem is tekinthetjük a negyedik típusnak, mert erre a kötődési rendszer felbomlása jellemző. A gyermek mind a gondozótól, mind az idegen személytől fél, zavar jeleit mutatja, rugalmatlanság, tájékozódási bizonytalanság jellemzi, sztereotípiák fellépése, hirtelen kapcsolat-megszakítás, testi megdermedés, üres tekintet jelenhet meg. A gyermek számára a felnőtt /bárki/ nem jelent biztonságos bázist, hanem félelem forrását.

Az elemzések nyomán feltárult, hogy a szülő vagy gondviselő személy bántalmazó, elhanyagoló, abuzáló, fizikálisan vagy szexuálisan a gyermekkel visszaélő magatartása húzódik meg a háttérben. A feldolgozatlan gyász, veszteség, trauma a szülő részéről szintén káros hatásokat indíthat a gyermek dezorganizált kötődésének kialakulása irányába.

A kötődési munkamodell, /minta/ mibenléte, milyensége a baba féléves kora után válik nyilvánvalóvá /Hédervári-Heller É.⁷/.

Bowlby a *minta kialakulásának négy szakaszát* vázolta fel:

1.0-3 hónapos kor: tájékozódási magatartás jellemzi a személyes megkülönböztetés nélkül. Szemmel követés, fogás, szociális mosoly tipikus.

2.3-6 hónapos kor: tájékozódó viselkedés, de már kezd ismerős és idegen személyek közt különbséget tenni. Kötődési jelzéseit anyjára és apjára irányítva fejezi ki.

3.6 hónaptól hároméves kor: anyjához egyértelmű kötődést, ragaszkodást fejez ki, és idegen-ismerős között is differenciált válaszban kifejezésre jutó viselkedésmódokat figyelhetünk meg.

4. A negyedik életévtől kezdve a gyermek már képes komplex kapcsolatok kiépítésére, amelyekben saját szándékait és céljait meghaladóan már tekintetbe veszi a szülők, anya, apa, gondviselő szándékait, terveit, céljait is. Ezt „célkorrigált partnerkapcsolat”-nak nevezi a lélektan. Ez a későbbi felnőtt kapcsolat alapmintája.

A kötődés állapotának neurobiológiai, endokrinológiai elemzése is világossá tette, hogy a primátáknál, emberszabású majmoknál és az embernél a kapcsolat testi-kötődési kifejeződése a baba lelki komfortállapotát elősegítő, nyugtató-csillapító hormon „koktél” keletkezését indukálja. Oxitocin /boldogsághormon/, endorfin /örömhormon/ és egyéb női nemi hormonok hatására a baba élettani funkciói normalizálódnak, ezért a „gondozó-oltalmazó anyai hormon” elnevezést kapta ez a biológiai reakció / Nagy, E.-Molnár, P.¹²³/.

*A kötődési zavarokat / melyek nem azonosak a kötődési mintákkal!/
Brisch²⁵/ nyomán hét csoportba sorolhatjuk:*

1. A kötődés hiánya;
2. Gátlástalan kötődés /bárkihez-bármikor/;
3. Gátolt kötődés;
4. Agresszív kötődés;

5. Szerepcserére épülő kötődés;
6. Eltúlzott, túlhangsúlyozott kötődési viselkedés;
7. Pszichoszomatikus tünetképzés.

A kötődési zavarok diagnosztikája a csecsemő nyolc hónapos korától kezdve végezhető. A klinikai osztályozás eltér a fentiekben ismertetett rendszerektől /csak a gátolt és gátolatlan kötődési zavarra van diagnosztikai kategória/. Abban azonban egyezség született, hogy ezek a zavarok az élet első öt évében mutatkoznak meg, és szoros összefüggésben állnak a csecsemő-kisded-kisgyermek testi-lelki elhanyagolásával, éheztetéssel, bántalmazással, szeparációval, abuzálásokkal vagy a gondozó személyek váltakozásával. *A kötődési zavarok esetében fontos kritérium, hogy a bizonytalan kötődési mintával szemben az e zavarokkal jellemezhető gyermek esetében egyetlen gondozóval sem alakított ki a gyermek kötődő kapcsolatot, míg a bizonytalan kötődésűeknél egy vagy több személyhez való kötődő kapcsolat létrejötte igazolható.*

Ehelyütt csak utalhatunk arra, hogy a legújabb vizsgálatok szerint a kötődési munkamodell nem csupán a gyermek felnőttkori kapcsolati magatartásában jut meghatározó szerephez, hanem ez transzgenerációsán át is örökítődik /Fónagy P.⁵⁷ és Fónagy P.-Target, M.⁵⁸/, sőt az anya saját kötődési mintájának minősége 70-75%-ban bejósolhatóvá teszi a gyermeke kötődési kapcsolatát egyéves korában. Ez az apával való kötődésre is ez érvényes /Vetier, A.-Vargha, A.¹⁷⁹/

Mielőtt a fátum réme megérintene bennünket, biztatólag mondhatjuk, hogy a kapcsolati önismeretre vonatkozó konzultációk és a pár- illetve családterápiák jelentősen megsegíthetik a kötődési mintáink felismerését, korrekcióját, a kapcsolati erők segítségével történő megváltoztatását. Bízhatunk az együttélés erejében is. Egy biztonságosan kötődő házaspár a szeretetkapcsolat erejével képes bizonytalanul kötődő párjának kapcsolati gyengeségeit megváltoztatni és életképes kötelékké erősíteni az egyik oldalról gyengébb, bizonytalanabb szálakat.

2.10. A mentalizáció és a szociális tükrözés szerepe a fejlődésben

Az elmúlt évtizedek forradalmian új felismeréseket eredményeztek a csecsemők és kisgyermekek fejlődési sajátosságaira vonatkozóan. Az *interakciós nézőpont* került előtérbe. Az a kapcsolati világ, amelyben a szülők, elsősorban az édesanya gyermekével való érzelmi kölcsönviszonya zajlik, új megvilágításba helyezte az olyan kérdéseket, mint: hogyan tanul a csecsemő? Hogyan gondolkodik és érez? Mit és hogyan befolyásol a felnőtt környezettel való kapcsolat? /Hédervári-Heller. É.⁷⁰/. A „*kompetens csecsemő*” fogalmának megjelenése a figyelem középpontjába állította a csecsemő saját, meglévő képességeit, észlelésének minőségét, mentális aktivitását. A vizsgálati technikák fejlődése lehetővé tette a film, videókövetés, vizuális rögzítések finom módszertanát. Ekképp derült ki, hogy már egy három hónapos csecsemő is hosszabban elidőzik édesanyja arcán, mint egy ismeretlenén, „látja a különbséget” /Domes, M.⁴⁸/. Fekete-fehér mintázatokat jól megkülönböztet, sőt az érzelem kifejezésekben is határozott különbséget tud tenni az arcok között. Szomorúságot, örömet, meglepetést már felismer /Barrera, M., Maurer, D.¹³/. Harmincnapos csecsemőnek mutatott beszélő arc, miközben a hang, amit hall, más, és oldalról érkezik, nyugtalanságot indukál benne, tehát a hang és látvány között már kapcsolatot tud teremteni. Ha az érzékszervi tapasztalatok nem összeillők, ez zavart kelt benne. /Aronson, E., Rosenblum, S.⁶/. Képes un. keresztmodális észlelésre, más elnevezés szerint interszenzoros koordinációra, azaz több érzékszerv észleletének összekapcsolására és összehangolására. Az érdeklődés, csodálkozás, undor, harag, szomorúság és félelem arckifejezéseit felismeri, reagál rájuk. Élete második hónapjában az öröm, harmadikban a düh és szomorúság, hetedikben a félelem, a második életévben pedig a szégyen és büntudat érzése már tetten érhető a viselkedésében. Az alapérzelmek /kategorikus affektusok/ a viselkedésének korai mozgatórugói. Nem ösztönök, hanem alapérzelmek irányítják a reakcióit /Kernberg, P. F.⁸²/. Ez a tudományos felismerés a korábbi ösztöntani feltételezéseknek ellentmond.

A Fónagy és munkatársai által feltárt *mentalizációs modell* az utóbbi évtizedek legjelentősebb elmélete, amelyből feltárul a csecsemőnek az a korai képessége, hogy önmagát mint pszichikummal, szelffel rendelkező önálló, kicsi lényt képes átélni. Fel tudja fedezni a viselkedések mögötti vágyakat, szándékokat, érzéseket, és ezekre tud reflektálni. /Fónagy, P.-Target, M.⁵⁸/.

A *mentalizációs képesség* lehetővé teszi, hogy ne csupán mások viselkedésére reagáljon, hanem saját magának a másikról (annak érzéseiről, szándékairól) alkotott elképzeléseire is. Ez a képesség az őt körülvevő emberi környezettel, elsősorban az anyával való érzelmi kölcsönhatásokból bontakozik ki. Ekképp mások „gondolatolvasására”, megértésére képessé válik.

A mentalizációs képesség az érzelmi fejlődésbe ágyazódik, megjelenése a csecsemő kilencedik hónapjára tehető, amikor a másik embert mint szándékosan cselekvőt ismeri fel, illetve értelmezi. („A mama kezébe veszi a kanalat, tehát”... a szándék és céltételezés megszületik.) Fiatalabb csecsemők csak a látható cselekedetet észlelik, utánozzák is, anélkül hogy a mögötte lévő szándékot felismernék. Ha a baba rámutat egy tárgyra, majd az anyjára tekint, ezzel az aktussal szándékot fejez ki, mire gondol, mit szeretne. Ez az *intencionalitás* mozzanata.

A *reflektív funkció* másfél és négyéves kor között érik be és bontakozik ki, differenciálódva, gazdagítva a mentális műveleteket. 18 hónapos korra képes a gyermek önmagát és másokat szellemilelki állapotokkal rendelkező lényként felismerni, tudatosítani. A *pszichés ekvivalencia* fejlődési jelenségében tetten érhetjük azt a tudatműködést, amellyel a gyermek saját vágyait, fantáziáit és érzelmeit valóságként éli át, ezért egy WC-ben rejtőző kígyó gondolata hasonló félelmi állapotot idézhet elő benne, mint a tényleges kígyó. Nem a fantáziát keveri össze a gyermek a valósággal, hanem azt éli át, hogy gondolatainak ugyanolyan hatalma van, mint egy valóságos eseménynek. Egy mesebeli gonoszról hallott történet éppolyan hatást fejt ki rá, mint egy valóságos gonosz ember. A „*mintha*” *gondolkodási mód* esetében viszont a belső képet, a fantáziát elválasztja a valóságtól, azaz játék közben úgy tesz, mintha valóságosan cselekedne, miközben tudja, hogy belső élménye nem azonos a valósággal. A kanálként használt botocska nem kanál, az ágyba fektetett kendő nem baba, de „úgy tesz, mintha”. Négyéves kora körül a pszichés ekvivalencia és a mintha mód már képes integrálódni. Ez azt jelenti, hogy a világot magába építő és önmegismerő mentalizációjában képessé válik „a gondolkodásról gondolkodni”, azaz már van világképe és szelfje, képe önmagáról és a külvilágról is, a két reprezentációs tartomány határai megerősödtek.

Nagy jelentőséget kapott *a fejlődéslélektanban a szociális tükrözés* új és igen hasznosnak bizonyuló elmélete is. Gergely György és munkatársa, Watson⁶³ nevéhez fűződik az a csecsemő megfigyeléseken és kísérleteken alapuló felfedezés, hogy a csecsemő érzelmi állapotainak anyai tekintet útján történő visszatükrözése alakítja ki a gyermek saját belső érzelmi állapotaira való érzékenységet. Ez pedig egy anya-gyermek kapcsolati folyamatba ágyazódik. Az „érzelmi tükrözés szociális feedback modellje” néven ismeretes jelenség minden szülő számára ismerős, az anyáknak a babával való játékában, együttléteiben jellegzetes. Ha a baba egy arcot vág, a mama úgy adja vissza a saját arcának hasonló mimikájával, hogy egy picit eltúlozza. Ha saját maga vág ilyen arcot, akkor nem túlozza el a mimikát. A babával való visszatükrözésben azonban mindig picit ráerősít, vagy a hangjával, vagy a mimikájával. Ez által tudja a babának azt jelezni, hogy „ez a te érzelmed, amit most visszatükrözök, nem az enyém”. Az így „megjelölt”, visszatükrözött érzelmet a baba meg tudja különböztetni a mama saját érzelmeinek kifejezésétől. Ezáltal különbséget tud tenni anyjától visszakapott sajátja és a mama (másként kifejeződő) érzelmei között. El is raktározza ezeket az érzelmeket, de külön reprezentációt épít fel ezekből, amelyek ettől kezdve „lekapcsolt” érzelmek, olyanok, amelyeket mindig magára fog vonatkoztatni, mint sajátját, melyet a mama tükrözése révén tudott felismerni, sajátként érezni. A saját zsigeri, testileg megélt öntudatlan érzelmi állapot jeltelen mindaddig, amíg az anyai tükrözéssel a baba sajátjává nem teszi. A kongruens tükrözés azt jelenti, hogy az anyai tükrözés jól illeszkedik a baba állapotához, a visszajelzés érvényes, pontos. A csecsemő által észlelt és a mama által tükrözött affektus érzelmi tartalma azonos. Ha ez a tükrözés hamis, nem illeszkedik, vagy az anyai állapotot adja vissza a gyermek sajátjaként, ez az érzélem felismerésének és az adekvát reagálásnak a torzulását, devianciáját idézheti elő /Gergely Gy.⁶²/.

Az érzélem szabályozás varázslatos tanulási folyamat, összjáték az édesanya és a baba között. Biológiai alapját az ún. tükör-neuronok képezik /Rizzolatti, G.-Fadiga, L.-Fogassi L.¹⁵²/.

Ezek az agy insula nevű sejtcsoportjában és még több más területen helyezkednek el és összehangoltan működnek. A látott, tapasztalt érzelmi állapotot úgy tükrözik le, hogy mintegy belső másolással „megingerlik” a hasonló összállapotot létrehozó aktivitásmintát. Tényleges mozgásutánczás azonban

nem történik. Neurobiológiai rendszerünkben tehát lejátszódik a kívül látott észlelt történés, valós akció nélkül. Ilyen „lemásoló” rendszerrel születünk. A belső átélést ez teszi lehetővé /mintha velünk történe, amit látunk/. A tudatos elmeműködést és megértést a frontális agykéreg biztosítja, ide futnak be a belső utánzás impulzusai, a leolvasás és értelmezés itt történik /Simon, M.-Herold, R.-Fekete S.—Tényi T.¹⁵⁴/. A kivitelező utánmozgás legátlása is itt valósul meg. Ez a biológiai rezonancia folyvást működik, noha az élet első időszakában még mozgásutánzással zajlik. A néhány óras újszülött a fölé hajló arc mimikáját követi, leutánozza /Papousek, H.¹³⁵⁻¹³⁶/. A baba a legkorábbi időszaktól kezdve képes az utánzásra. Körkörös visszacsatoló játékokban utánozza a baba a mamát, a mama a babát. A mama a visszatükrözésben bővítheti, hangsúlyozhatja, színezheti a visszaadott érzelmet. Azáltal képes a baba saját érzelmeinek felismerésére, hogy a környezete érzelmileg reagál rá. A saját érzelem felismerése és a másik érzelmeinek megértése ezzel veszi kezdetét.

Ha fejlődési felépülésében követjük e folyamatot, kezdetben az érzelmi „anyagcsere” testi érintések üzenetei útján zajlik, ölelés, ringatás, szoptatási rítusok, fürdetés stb. *Két hónapos korig* alvásébredés, tisztába tevés, szoptatás köré rendeződik. Már ekkor tapasztaljuk a baba összehangolódási igyekezetét a mamával. Finom hangok és érintések útján tudja a mama a nyugtalan, éhes babát csitítani, simogatásával megbékíteni, tejjével jóllakítani. A sírásra reagáló mama saját lelkiállapota „ömlik át” a babába, nincs határ. A baba úgy reagál, ahogyan azt a mamája megéli. Nyugodt anyának békés a kisbabája. *Két és fél-öt hónapos kor között az arc, tekintet és a kéz „érintései”, a babának az arcok látványa* iránti fogékonysága válik jelentőssé, a szemtől szembe játékokban, a mosoly-játékokban és az anyai érzelemüzenetek /„te vagy a szemem fénye”/ megtapasztalásában. Félévesen már a mozgássorok lefolyását és eredményeit is el tudja raktározni, épül a felismerések és „ráérzések” belső tára. Ezt egészen a kilencedik hónapig a közös játékok időszaka követi. Kéz és szem, kéz és kéz összehangolása fejlődik a legintenzívebben. *A kilencedik hónaptól* a mászás, járás elindulásával a kötődés próbatételi időszaka következik. A segítségbe vetett bizalom izmosodását szolgálja minden bizonytalansági helyzet, amelyet anyai segítséggel meg tud oldani. Az anyai vigaszok megerősítik abban, hogy bízhat a segítségben. Ekkortól eszmél rá a baba az anyjának övétől eltérő

szándékaira, érzéseire, fontossá válik ezek „leolvasása”, a figyelem összekapcsolása, az érzelmi illeszkedés, összehangolódás. *Egyévesen* már képes előre látni és megérteni a megfigyelt cselekvések célját. Világról kialakuló képe is a cselekvési lehetőségeiből formálódik ki. Saját maga elkülönítése is ezen alapul.

Nem csodálkozhatunk, hogy ebben a folyamatban a gyermek hosszú ideig anyjáról olvassa le a helyzetének, állapotának értékelését. Sír, ha anyja rémült arcát látja és örül, ha ezt a jelentést olvassa le a felnőttek arcáról, viselkedéséről. Az idegrendszeri lenyomatok pedig biztosítják, hogy „rend legyen” a belvilágban is, ki az én és a te. A magunkról és másokról alkotott belső reprezentációk ugyanis a jobb /érzelmi/ agyféltekében tárolódnak, a cselekvő, aktív „én” mozgósulásakor pedig a bal félteke lép működésbe. Az én mint lelki szerkezet nem más, mint élmény-kontextusú cselekvések, tapasztalatok sűrítménye /Stem, D. N.¹⁵⁸/.

A kapcsolati „interszubsjektivitás”¹⁵⁹, egymás érzelmi állapotának leolvasási képessége, mely nagyrészt a helyes anyai tükrözésnek köszönhető, egész életen át meghatározza az érzelmi élet minőségét, és a kapcsolati „boldogságot” /Meltzoff, A.-Borton, R.¹¹²; Stern, D. N.¹⁵⁹/.

Mindaz az ismeret, amelyet a szocializációs folyamat legkorábbi szakaszával kapcsolatban áttekintettünk, a társas hatások közül elsőként az *anyai* magatartásnak a személyiség fejlődésében játszott döntő szerepét világítja meg.

Szeretni, örülni, ragaszkodni, bízni és felelősséget vállalni csak az tud felnőtt életében, akit gyermekkorában az anyja vagy az anyját teljes értékűen pótolni törekvő gondozója elfogadott és szeretett. Kosztolányi Dezső *Énekek éneke c.* versében így ölt költői formát ez a felismerés:

„A te kegyed áldása megvert,

A te oldásod megkötött,

S libegve tartasz engem, embert

Az Isten és állat között.

*Titokzatos örök művésznő,
Ki ezt a sorsot róttá rám,
Boldogtalan játékra készítő,
Csodára nevelő anyám."*

3. AZ ANYA- GYERMEK KAPCSOLAT ZAVARAI

3.1. Elutasítás, túlzott aggodalmaskodás

Ma már egyre ritkábban fordul elő, hogy az anya *nyíltan és teljesen elutasítja* gyermekét. Ennek egyik oka valószínűleg abban rejlik, hogy a társadalmi megítélésben elfogadottá vált a lány, a szingli nő gyermekszülése, s - ha ritkán előfordul - a nem vállalt újszülöttek fogadásáról a kórházak szervezeten gondoskodnak. Néha azonban az anya súlyosabb lelki zavara miatt megtörténhet a gyermek nyílt, kendőzetlen elutasítása is. Egy ohioi (USA) kórház gyermekosztályán 1969-ben fordult elő ilyen különös eset /Meking, M., In: Bagdy E.^{7/}. Egy hat hónapos csecsemő súlyos ruminációs (öklendezési és hányási) tünetekkel került kórházba. A tünetek három és fél hónapos korában kezdtek kifejlődni. A csecsemő étvágytalanná vált, gyakran hányt, majd a hányások egyre erősödtek és sűrűbbé váltak. Mire kórházba került, már csak állandó mesterséges táplálással lehetett életben tartani. Minden szervi-betegségi eredetre vonatkozó vizsgálat eredménytelen volt, miközben a csecsemő minden emberi közeledésre sírással reagált, és az anyját is elutasította. Ha egyedül hagyták, megnyugodott. A gondozónője egyszer észrevette, hogy a csecsemő „szándékosan” hány. Könnyedén, élvezettel tette ezt. Ilyenkor fejét hátrafesztette, nyelvét meggömbíttette, majd kiadta táplálékát. Ekkor már a kicsinél ijesztő tünetek is mutatkoztak: fejét himbálta, végtagjait dobálta, ujját erősen szopta. Az ápolónő megfigyelése nyomán kezdték gondosan felderíteni a családi, főként az anyai bánásmód körülményeit. Ekkor vált ismertté, hogy az anyát terhessége előtt többször elmeosztályon kezelték, mert hasadásos elmezavarban szenvedett. Később bekövetkezett terhességét is közömbösen fogadta, majd megszülető gyermekét idegenként tekintette, és nem akarta megszoztatni sem. A csecsemővel

gépiesen bánt, soha nem ölelte vagy csókolta meg. Így derült ki, hogy a betegség eredete az érzelmi depriváció (megvonás).

A csecsemővel folytatott szeretetteljes foglalkozás csodákat művelt. Tünetei négy hét alatt rendeződtek. Gondozójához kezdett ragaszkodni, azt hívta és ölelte, majd érzelmileg is kinyílt. Később játékossá, élénkké vált, és egyéves korára állapota már minden téren a rendeződés jeleit mutatta. Az eset drámaisága önmagáért beszél. Az érzelem, a szeretet „létfenntartó táplálék”, amelynek hiányába a fejlődő szervezet elpusztulhat.

Sajnos, ma is elég nagy az olyan anyák száma, akik gyermekükkel szembeni elutasító magatartásukat *rejtetten*, önmaguk előtt sem tudatos módon fejezik ki.

Ez általában az *anya szerepére éretlen, fiatal vagy személyiségfejlődésükben megakadt nőkben alakul ki*, akik nem tudnak lelkileg megfelelően felkészülni a gyermek fogadására, vállalására, mert sokszor még bennük is a gyermeki igények élnek. Gyermekében az ilyen anya csak a *nehézségek okozóját*, megsokasodott feladatainak és gondjainak eleven bizonyítékát látja. Bár ezt az érzést nem fogalmazza meg s nem is beszél róla, magatartásával mégis ezt mondja. Például bőven van teje, de mégsem szoptatja gyermekét, mert a szoptatást fárasztónak véli. Az ilyen anya rezzenéstelen arccal látja el, szinte tárgyként kezeli csecsemőjét. Mozdulataiban nincs gyengédség, szeméből nem árad öröm. Az anya feszült, izgatott és kapkodó mozdulatai a csecsemőben is nyugtalanságot ébresztenek, hiszen még egybefolynak benne a saját testéből és a külső környezetiből fakadó ingerek. *Sírássá, nyűgössé válik*. A síró csecsemő pedig tovább szaporíthatja az anya „terheit”. Az ilyen csecsemő testi fejlődése is zavarttá, betegségekre fogékonyabbá válhat.

A rejtett elutasításnál gyakoribb anyai magatartás a *túlzott aggodalmaskodás*. Az anya csak bizonyos idő múltán jut el oda, hogy kialakítsa a csecsemő és saját maga összehangolt napirendjét, s ezért az anyai feladatok először jóformán minden mamában előidéznek - legalábbis átmenetileg - bizonyos szorongásos állapotot. A túlzottan aggodalmaskodó anya azonban később is szorongást érez, s gyermekének növekedését végigkíséri ez a magatartás. A gyermeklélektani tapasztalatok szerint a túlzott anyai aggodalmaskodás háttérében sokszor a gyermekkel szemben

érezett *ellenséges indulatok* húzódnak meg. A valóság ugyanis merőben másképp fest, mint ahogy azt az anya a terhesség előtt elképzelte! Megszületett csecsemője korántsem az a tündéri kisbaba, akit várt. Folyamatosan csak szoptatni, pelenkázni kell, állandóan sír, nem lehet rajta segíteni, mert nem tudja megmondani, hogy mi a baja stb. A gyermekével szemben, ellenséges érzései miatt, az anya büntudatot érez, s ez ölt testet oktan féltéseiben: „Csak el ne ejtsem egyszer!”, „Jaj, ha fejre esik!”, „Nem túlságosan forró a fürdővize? Meg ne égjen!” stb. Örökös aggodalom bújík meg az ilyen anya magatartásában. (S a tapasztalat szerint ilyenkor valóban könnyebben ejtik le stb. a gyermeket.)

Ez az anyai magatartás a csecsemő *testi* zavarait is okozhatja. A gyermekorvosok már régen fölfigyeltek arra, hogy azok a csecsemők, akik rendszeresen, naponta több órán át látszólag oktanul sírnak, azok gyakran kapnak kólikát (hasgörcsöt) rendes székletük ellenére, csaknem mindig hasfájósak. René Spitz¹⁵⁶ szerint ez két körülmény összefonódásából jön létre: az egyik az izomzat vele születetten fokozott *görcskészsége*, a másik az anya *szorongása*, amelyet túlzott gondoskodással próbál csökkenteni. Az anya ugyanis épp a szorongása miatt nem képes felismerni, hogy gyermekének mikor és mire van szüksége. Akkor ad enni vagy inni a csecsemőnek, amikor nem kellene! A túlterhelt emésztőrendszer azután hasgörcsöt, esetleg hányást idéz elő. A tapasztalat szerint három-négy hónapos korban a hasfájósság egyik napról a másikra megszűnik. Az izomzat görcskészsége ugyan nem változik, de mert a csecsemő ekkor már sokkal több mozgásra képes, könnyebben megszűnhetnek az emésztőrendszerében keletkező feszülések, és már az anya túlgondoskodásából eredő túltáplálás ellen is jobban tud „küzdeni”. Az anya magatartását kedvező irányba terelik a gyermekgondozás közben gyarapodó tapasztalatai is. Ezért van az, hogy a második és az utána következő gyermek ritkábban sírós, mint az első.

A gyermekorvosok szerint a csecsemőkori *ekcémák* olyan típusainak okai között is, ahol nem fedhető föl allergia, s a higiénés viszonyok is megfelelőek, sokszor szintén az előbbi anyai magatartás nyomait találhatjuk meg.

Egy csecsemőotthonban végzett megfigyelés szerint 220 csecsemőből 15 százalék volt ekcémás allergén ok nélkül. Ezeket a gyermekeket anyjukkal együtt hosszú ideig megfigyelték. Azt tapasztalták, hogy az anyák szorongva nyúltak gyermekükhöz, féltek, hogy elejtik őket, ügyetlenül bántak velük, kerülték a csecsemővel való testi érintkezést. „Az ilyen pici lények törékenyek, vigyázni kell rájuk!” - mondogatták.

Ez a magatartás azért ártalmas, mert *az anya a szorongással feszültséget sugároz gyermekébe*. Aggodalmas gondoskodásával állandóan akadályokat állít gyermeke elé (frusztrálja). Az ilyenkor keletkező feszültségek hatására következik be az ekcémát okozó bőrreakció a csecsemőben, s feszültségét még több más testi, szervi zavar is kísérheti. Ezek később könnyen rögzülhetnek is benne, mint a kellemetlen érzésekre adható egyedüli válaszok.

Az elkényeztető és büntető anyai magatartás *váltakoztatása* az egyik leggyakoribb hiba.

Ennek szélsőséges eseteit figyelhették meg a pszichológusok ott, ahol az anyák gyermekükkel együtt börtönben éltek. A gyermek volt az anya egyetlen „külső környezete”. Az ilyen anyák hol babusgatták és ölelgették, hol órákig magukra hagyták gyermeküket, s nem törődtek vele. Pillanatnyi hangulatuk szerint változtatták magatartásukat irányukban - a dühödt agresszió és a szélsőséges szeretet pólusai között. Ezek az anyák a vizsgálatok szerint erősen a környezettől függő, fokozottan társas igényű, de szalmaláng lelkesedésű emberek voltak, akik érzelmeiken és indulataikon nehezen tudtak uralkodni. (A börtön még fokozhatta is személyiségük kiegyensúlyozatlanságát.) Az ellenőrző vizsgálatok során azt tapasztalták, hogy a mindennapi életben is gyakori az ilyen anyai magatartás, vár jóval enyhébb megjelenési formákban.

Az ilyen légkörben élő gyermek nem mer bízni édesanyja segítségével, mert az esetleges. Nem éli át a szeretet biztonságot nyújtó élményét, mert az nem folytonos. Fokozatosan kialakulhat benne az a téves elképzelés, hogy minden érzelem múló, törékeny, szétfosló és ideiglenes. Emiatt görcsös kapaszkodással, de ambivalens módon kötődik környezetéhez, ellenindulatait nem meri kifejezésre juttatni. Félelem- és gyűlöletérzéseit megtagadja, nem vállalja. Fokozottan ragaszkodik anyjához, és nem mer

önállósulni, számára az önállóság az anya elvesztésével egyenértékű. Ellenindulatai erősítik kettős érzelmi tartalmú kapcsolódását, és ez a *függőségi konfliktus* később sokféle családi és társas kötődési problémát eredményezhet.

Ritkábban az is előfordul, hogy az anya a maga tudatosan felismert elutasító érzéseit *csökkenteni igyekszik*. Ez többnyire olyankor fordul elő, amikor az anya nem kívánta gyermeke születését, de a családi egyetértés kedvéért mégis elfogadta a terhességet. Az ilyen anyák csökkent szeretetérzésüket legtöbbször úgy igyekeznek *pótolni*, hogy játékokkal, ajándékokkal halmozzák el gyermeküket, akiben ezzel a tárgyakhoz való fokozott ragaszkodást alakítják ki. Jellemző az ilyen gyermekekre, hogy társaik iránt közönnyel vegyes elutasításra hajlamosak. Később viszont társas kapcsolataikban inkább nagyhangúnak, erőszakosnak mutatkoznak. Ez a magatartás felnőttkorukban is megmaradhat.

Az eddigiekben az anya *személye* által okozott károsodásokkal foglalkoztunk. Az anya *hiánya*, hosszabb távolléte másféle ártalmakat okozhat. Az eddig felsorolt esetekben az anya hatása inkább csak alapot teremthet a későbbi lelki zavarok kifejlődéséhez.

Az anya hiánya azonban közvetlenül is károsító hatású lehet, de csak akkor, *ha nincs megfelelő pótanya*, illetőleg nincs a gyermek környezetében anyai szeretetet nyújtani képes személy.

3.2. Az anyahiány-betegségek

Az *anya hiánya* következtében kialakuló állapotoknak két jellegzetes tünetük van: a *depresszió* (levert lelkiállapot, búskomorság) és a *hospitalizmus* (az elnevezés a kórházi ártalomra utal, mert először azokon a gyermekeken figyeltek meg, akik hosszabb ideig kórházban tartózkodtak, s ennek során beszűkült az érdeklődésük, elsivárodtak a kapcsolataik stb.). Az e téren legjelentősebb első lélektani felismerések csecsemőotthoni viszonyok között felnövő gyermekekkel kapcsolatosak.

Átfogó munkájában René Spitz¹⁵⁷ százhetven gyermeknek csecsemőotthoni körülmények között megfigyelt fejlődési jellegzetességeit ismertetve azt

írja, hogy az első életévben bekövetkező átmeneti „anyahiány” sajátos, a depressziós kedélybetegséghez hasonló tüneteket idézhet elő a gyermekekben. A 170 gyermek között tíz olyan csecsemő akadt, akik életük második felében visszahúzódóvá, érdeklődésükben szegényné s a külső hatásokra közönyössé váltak. Idejük nagyobb részét ágyban fekvéssel töltötték, fejüket elfordították társaiktól. Álmatlanná váltak, evésük romlott, lefogytak, arckifejezésük merevvé vált. Ha néha sikerült elutasító közönyüket feloldani, rémülten kapaszkodtak a felnőttbe, s nem akarták őt elengedni. Ezekről a gyermekektől hat és nyolc hónapos koruk között két-három hónapos időtartamra elszakadt az anyjuk. Ez idő alatt alakultak ki fokozatosan depressziós tüneteik.

Amikor az anya visszatért, e tünetek lassan megszűntek, de annál lassabban állt helyre az egyensúly, minél hosszabb ideig volt távol. A depresszió mélysége attól függött, hogy az anyának távozása előtt milyen volt az érzelmi kapcsolata a gyermekével.

Ha e kapcsolat jó és szeretetadó volt akkor *súlyosabb* tünetek léptek föl az anya távollétében. Ha az anya kevésbé tudott szeretettel, ragaszkodással közeledni a gyermekhez, a depresszió könnyű lefolyású volt s gyorsan rendeződött. (Ez persze nem előny, az ilyen gyermek valószínűleg egész életében nehezen fog tudni kapcsolatot teremteni, örömet adni és szeretetet kapni.) Az összefüggés nyilvánvaló: minél édesebb az anya nyújtotta érzelmi táplálék, annál nagyobb éhséget okoz a hiánya. Ez annak is bizonyítéka, hogy az érzelmi igényt az anya ébreszti bennünk, szeretetével tanít meg bennünket is szeretetre!

Spitz megfigyelései szerint azok a csecsemők, akik életük *első öt hónapjában* anya nélkül nőttek fel (és pótanyjuk sem volt), súlyos és helyrehozhatatlan károsodás jeleit mutatták. A kutató 91 olyan gyermek fejlődését követte nyomon, akik az első három élethónapot anyjukkal töltötték. Ezt követően pedig tökéletes higiénés intézeti viszonyok között fejlődtek tovább, de olyan körülmények között, ahol egy gondozóra nyolc csecsemőnek az ellátása jutott. Az elválasztás után eleinte depresszió jött létre. Három hónap múlva a fejlődésben fennakadás következett be. A gyermekek hospitalizálódtak. Közönyössé, mozgásukban meglassulttá váltak, egész nap üres arckifejezéssel feküdtek az ágyukban, szemüket

olykor mereven a mennyezetre szögezték, és senkivel, semmivel sem léptek kapcsolatba. Fejlődésük minden tekintetben zavarttá vált. Második életévükben még nem tudtak ülni, állni, járni és beszélni. Halálozási arányuk is megnőtt, a fertőzésekre való fogékonyságuk a jó higiénés viszonyok ellenére *növekedett*.

Az anyahiány betegsége tehát Spitz szerint súlyos és helyrehozhatatlan sérüléseket idéz elő a gyermekben. Torzító hatásai a felnőttkori elmebetegségekből, az élet ellen elkövetett bűncselekményekben, társadalomellenes életvitelben és bizonyos nehezen gyógyítható szervbetegségek kialakulásában meghatározó szerepet tölthetnek be.

Döntő tanulságunk az, hogy a *személyes kapcsolat az élet korai időszakában nélkülözhetetlen*. Az ilyen kontaktusban legfőbb a személyes, biztonságadó jelenlét, a gyermek iránti /testi-lelki-kapcsolati kifejezési formákban adott/ szeretet, amely a kapcsolatot hatékonyá és eredményessé teszi. Ezt kívánják szolgálni a családrendszerű nevelőotthoni ellátási viszonyok és a bölcsődei nevelésben alkalmazott, személyorientált pszichológiai gondozási módok. A szeretetteli gondozás a lehetséges károsodások legbiztosabb megelőzője.

4. A KÉTSZEMÉLYES SZOCIALIZÁCIÓS RENDSZER HATÁSAITÓL AZ ÖNKONTROLL KIALAKULÁSÁIG

4.1. A kritikus fejlődési szakaszok és bevésődések

A személyiség testi-lelki fejlődésének megalapozása az anyagyermek kapcsolatban történik. Ez az első társas (szociális) kontaktusforma. Az önmagában életképtelen újszülött első éve az életfenntartásért folyó alkalmazkodási módok kialakításának jegyében telik el. Ehhez az anya nyújt kezdetben minden lényegeset a gyermeknek. *Az anyakapcsolat történéseiben az emberi érzelem- és kontaktusszületés folyamatát ragadhatjuk meg.* Ez az emberformálás első „műhelye”. A csecsemő számára anyja a „külvilágot” képviseli. Így olyannak ismeri meg a világot, amilyenek az anyai közvetítéssel érkező benyomások és tapasztalatok. Az ember legplasztikusabb időszaka ez: soha többé nem tanulunk meg ennyi idő alatt olyan sokat, mint az első életévben.

A fejlődési folyamatot a külvilági hatások, az érést (idegrendszeri, testi differenciálódást) pedig a beprogramozott örökletes lehetőségek hatóereje mozgatja. Az éréshez azonban szociális hatások is szükségesek. Ezek egyben biológiai ingerül is szolgálnak. A funkció gyakorlása aztán egyre egyenletesebbé teszi az érési folyamatot.

E korszakban a biológiai és pszichikus fejlődés erővonalai *fejlődési csomópontokat képeznek.* Ezek ugrásszerű, minőségi változásokban tükröződnek és új viselkedési szintek megjelenését eredményezik; egyben különös érzékenységű, fogékony, de sérülékeny időszakok is.

E *kritikus fejlődési periódusok* létezését először az állatvilágban mutatták ki. Az állatok fejlődésében is vannak olyan időszakok, amikor *meghatározott behatásokra* (ingerekre) gyorsan és mélyen bevésődő válaszviselkedések jönnek létre. Ezek az állatfajra jellemző megnyilvánulásai. Ilyen pl. az énekesmadarak „énektanulása”, amely csak fajtárs jelenlétében alakul ki. Az énektanulás „kritikus időszakában” elkülönített madár képes ugyan a hangképzésre, de a fajra jellemző dallamokat csak társaitól tudja elsajátítani. Ha a kritikus fejlődési szakban nem kapja meg a hívó ingereket, később már tökéletlenül vagy egyáltalán nem lesz képes a fajra jellemző énekhang képzésére.

A fejlődési fázisokhoz kötött, „gyors és örökre szóló tanulást” Lorenz bevésődésnek, benyomatnak (Einprägung, Imprinting) nevezte el /Lorenz, K., 1965/. A madárfióka, a kiscsirke, kiskacsa pl. azt az első nagy, mozgó vagy hangot adó tárgyat követi, amellyel közvetlenül a kikelés után találkozik. Úgy követi azt, mintha az anyja volna.

A bevésődés jelenségének vizsgálata kutyáknál is érdekes eredményeket hozott. A születés utáni harmadiktól ötödik hétig tartó időszakban pl. két jellegzetes viselkedési bevésődés figyelhető meg: az egyik a *közelítő magatartás* kialakulása, a másik - főleg nyolchetes kor körül - a szokatlan ingerre fellépő *félelmi reakció*. Ha a kutyát emberek között tartják ebben az időszakban, akkor az később csak az emberhez kötődik, mert azt vési be, és veszélyben csak a gondozójához fut védelemért. Az ilyen állatok fajtársaik között idegenként viselkednek. Ha viszont a kiskutya az anyaállat mellett nő fel, akkor anyjához, társaihoz fut védelemért, és az embertől fél, azt fogja elkerülni. Ha a bevésődési időszak után az emberhez szoktatott kutya elektromos áramütést kap mindannyiszor, ahányszor csak gondozója megjelenik, ez a büntetés ragaszkodó magatartásán semmit sem változtat. Ha azonban nyolchetes korában, a félelmi reakció első jelentkezésekor kap büntetést az ember jelenlétére, akkor soha többet nem közeledik hozzá, még akkor sem, ha kiéheztetik és táplálékkal csalogatják. Valószínűnek látszik, hogy a „kritikus időszak” valamennyi káros vagy kedvező tapasztalata olyan mély és kitörölhetetlen bevésődéseket hoz létre az állatban, hogy az később a felnőtt állat viselkedésében maradandó formákat rögzít. A kritikus félelmi időszakban büntetett kutyák pl. állatorvosi tapasztalatok szerint is „szorongó”, félős állatokká válnak.

Az emberegyedeknél is megmutatkozó kritikus fejlődési csomópontokat René Spitz /1968/ megfigyelései nyomán az első életévben két jellegzetes reakció megszületése jelzi:

Az első ilyen kritikus történés az érzelmi interakciót indító és aktiváló *mosolyválasz* megjelenése. Bár már 2-3 hetes korban is létezik mosoly, ez az ún. „reflexmosoly” még általában csak a kielégítettség állapotához kötődő izomtevékenység. A veleszületett készség révén spontán mimikai utánzási képessége már kezdetől van a babának. Az igazi mosoly kezdetei 2-3 hónapos korra tehetők. Ekkor már a személy jelenléte, látása (sőt hangja) hívja elő a mosolyt, de még nem differenciálódott, mert minden más emberi arc látványa is előhívhatja, aki a csecsemővel szemkontaktust vesz fel vagy a csecsemő fölé hajol. Lényeges azonban az, hogy *csak emberi arc látványa váltja ki*. Ha a csecsemő látási fogyatékos, akkor az anya jelenlétének hangjelei hozzák létre. A jelenség hatására minden harmonikus anya-gyermek kapcsolatban bekövetkezik az anya örömteli válaszreakciója.

A csecsemő mosolya igen erős ingere az anyai viselkedésnek, odafordulásnak. A mosolyképesség gyakorlása, megszilárdulása és személynek szóló kifejeződése azonban még hosszú folyamatot igényel. A fejlődés akkor zavartalan, ha a megnyilvánulást a külvilág segítő hatásai támogatják. Ennek hiányában az érési folyamat, egyben az érzelmi élet fejlődése elakad. Az érés és a fejlődés között egyensúlyzavar támad, és ez megakadályozza az ének, az egyedi lelki rendszernek a szerveződését. Amikor a féléves csecsemő az édesanyjára ránevet, mosolya személyesen neki szóló, míg másokra fürkésző szemmel tekint, és alig vagy nem mosolyog vissza, az már a személyessé váló kapcsolat eleven bizonyítéka, mert a mosoly kiváltója az anyai jelenlét. Ez a mosoly annak a személynek szól, akit a gyermek felismer és megkülönböztet mindenki mástól, és akihez már képes ragaszkodni is. *Az anya képének mély bevésődését követően, 7-8 hónapos korra a gyermek minden más személyre, idegen arcok látására egyértelműen félelemmel, sírással reagál.*

Ehhez az időszakhoz kötődik a *második kritikus csomópont, az első szorongás* fellépése. (A szorongás diffúz fenyegetettségi érzés, kellemetlen közérzetet okozó nyugtalanság, tárgyaltalan félelem, míg a félelem konkrét

dologra, személyre vagy szituációra vonatkozik.) Ezt a szorongást az idézi elő, ha a gyermek kiáltó, hívó hangjára nem az anya, hanem helyette idegen közeledik hozzá. A várakozási csalódás keserűségét és a bizonytalanságérzetet tükröző szorongó arckifejezés, a sírás egyben jelzése annak, hogy már kialakult az anya személye iránti felcserélhetetlen ragaszkodás és bizalom.

Régi lélektani megfigyelés, hogy azok a gyermekek, akiknek gondozásában, majd nevelésében a személyek sűrűn váltakoznak (és így az egy személyre szóló bizalmi kapcsolatot a korai életszakaszban nem építhetik ki), későbbi felnőttkorukban nem lesznek képesek tartós, kétszemélyes, intim társas helyzeteket létrehozni, vagy azokat nem tudják fenntartani. A korai kötődésben, különösen a dezorganizált kötődési „munkamodell” bevéső gyermekek kapcsolati bizalma fundamentálisan sérült. Ezek a gyermekek kötődési szélsőségeket mutatnak, tartós kapcsolatra alig képesek. Kamaszkorukban a bandákat, a laza kötésű csoportokat helyezik inkább előtérbe a kötöttebb, érzelmileg árnyaltabb emberi kapcsolatokkal szemben.

Az idegentől való szorongás és a személynek szóló ragaszkodás létrejötte után felgyorsul a környezettel való kapcsolat más, változatos formáinak szerveződése is. A személyiség rendszere gyorsan gazdagodik. A gyermek fogékonysága megnő a követelmények és tilalmak átvételére. A mozgásosság differenciálódásával, az ülés, állás, járás megindulásával növekszik azonban a veszélyforrások köre is. Szaporodnak a korlátozások, a „nem lehet”-ek, egyben azonban tágul a megismerhető dolgoknak az a tartománya, amelybe a gyermek beléphet. Sok új öröm éri, és a szociális játékok megnyitják az utat a másik emberrel való cselekvés *együttes élményének* átélése felé is. Lassan eljut a beszéd előtti korszak végéhez. Ezzel véget ér a biológiai kontaktusformákon át megvalósuló közléscsere, a mimikával és gesztusokkal folyó, pantomimikus „élőbeszéd”. A gyermek lalázásait felváltja az első valódi, egyértelműen használt szó, a „nem”.

A tagadásnak mint első absztrakciónak a megjelenése a harmadik kritikus fejlődési csomópont. Bár már korábban is sikerült a mama szó kimondása és használata, de ennek jelentéstartalma általános, és mindig az aktuális szükségletet tükrözi. Jelentheti az anyát, személyes jelenlétének igényét, de

akár azt is: „etess meg, adj innom, tégy tisztába, játssz velem, altass el” stb. A tagadás megjelenése már nem pusztán az anyai tilalmak mechanikus ismétlése. Olyan helyzetben lép fel, *amikor a gyermeki szándék a szülői tilalmmal szembekerül*, és azoknak ellenáll. Ez az első erőpróba, a saját aktivitás akarása, az én (mint egyedi lelki rendszer) önállóvá válásának és elkülönülésének első fontosabb jelzése.

4. 2. Az egyedi lelki rendszer kialakulása

Az én születésének folyamatát a lélektan az éntudat (öneszmélés) kialakulásában határozza meg. Az önfelismerés, saját testünk és a környezet határainak megvonása, cselekvéseink sajátként való átélése adja önmagunk egységélményét. Az „én vagyok”, „létezem” megfogalmazódásának történései a szocializáció legizgalmasabb epizódjai. Hogyan jön létre az a belső lelki rendszer, amely összeköt másokkal, miközben elválaszt és függ is a környezettől, ugyanakkor megőrzi belső autonómiáját?

A csecsemő nézegeti a kezét és mosolyog. Önfeledten játszik a testrészeivel, amelyek számára játéktárgyak. A mama odalép, és megismétli a gyermek játékos, véletlen mozdulatát. A kicsi anyjára nevet, és ugyanazt a mozdulatot veszi át, amelyet anyja lejátszott. Ez a körben forgó (cirkuláris) reakció /Baldwin, J. M.¹⁰/ a gyermektől ered, aki saját mozgásmintáját külső mintaként ismétli meg. Viselkedése esetleges, játékaiban egybefolynak saját gesztusai és a környezeti történések. Az önmagukban célszerűtlen mozgásai - amelyek még egy-egy kényelmetlen helyzetből sem tudják kiszabadítani - egy szempontból mégis célszerűek, mert kiváltják a környezet hasznos beavatkozását. Sírása, indulatai jelzések az anyának. Így lassan megtermelődik az a kölcsönösségi kapcsolatrendszer, amely a kifejezést és megértést szolgálja. Az egyén első indulati reakciói, elcsitulásai, testi örömei és kielégülései adják első találkozását önmagával. Ekkor még minden külső környezeti és belső szervezeti inger egyetlen és oszthatatlan egység: *a gyermek és környezete bontatlan egész.*

Ebből a diffúz érzettömegeből lassan elkülönül a külvilág. Az „oda-vissza” játékokban, amikor ő és a felnőtt váltva teszik ugyanazt, a gyermek átéli a cselekvés és elszenvedés különbségét. A játékban már különválnak a partner, de csak ideiglenesen. A mama átadja a labdát, a gyermek visszaadja, ezt

ismétlik. E cselekvésben már megkülönbözteti magát anyjától, saját mozgását a másiktól. Az én és a másik még kiegészítői egymásnak, azonban egy ponton a gyermek már úgy tesz különbséget, hogy makacsul rögződni kezd a két tag egyikéhez. Kezdetben ez tárgyi szinten valósul meg, az „enyém” és „tiéd” elkülönítésében. A gyermek nem adja oda a másiknak a játékát, sőt igyekszik annak kezéből erőszakkal, csellel is elvenni azt, amivel az éppen foglalatostkodik. A „tiedet enyémmé tenni” törekvésű harcias viselkedésben, a tulajdon hangsúlyozásában, az „én egyedül”, „én akarom”, „én csinálom” dacos próbálkozásaiban a gyermek *úgy eszmél önmagára, hogy egyben szembefordul a másikkal*. Az eddigi egységletből úgy kell kiszakítania önálló önmagát, hogy abból kizár mindent, ami zavarná önazonossága élményét. Ez rövid, átmeneti időszakra a szülőkkel, a társakkal való szembefordulást hozza létre, és ebben kifejeződik a frissen szerzett önállóságával nyert öröme is. Így szilárdítja meg saját világát. Erre a gyermek azonban csak akkor lesz képes, ha ugyanakkor nem veszti el alapvető biztonságát, ha stabil marad érzelmi kapcsolata szüleivel, és ha már mélyen benne él a szeretet állandóságának érzése /Wallon, H.^{182/}.

Mérei Ferenc és V. Binét Ágnes¹¹⁷ mélyrehatóan elemzik a dackorszak sajátosságait. A dac olyan ellenszegülés, amelyben nem a szülőtől való elszakadásról van szó, hanem olyan időleges szembefordulásról, amelyben a gyermek belsőleg válik képessé elkülöníteni az én-te viszonylat két tagját. A gyermek azon az áron tanulja meg önmagát, éppen azért helyezkedik szembe a másikkal, hogy a *másik viszonylatában* élhesse meg önálló létét. Eközben azonban önmagába fogadja annak a képét, akitől elkülönült, s akihez önmagát méri. Így válik énünk szerves részévé, állandó titkos társává a másik, szinte magunkban hordjuk a másik ember „fantomját”. Létére tehát szükségünk van saját magunk mindenkorai tudatos megéléséhez, az önazonosság élményéhez.

Az éntudat szerveződését René Zazzo⁷ francia pszichológus a gyermek önfelismerési folyamatának megfigyelésével, a testkép (testtudat) kialakulásának történéseiben vizsgálta. Egy csecsemő saját tükörképére adott válaszreakcióit hetenként, később hónaponként kontrollálta. 25 hónapos koráig a kisgyermek nem vett tudomást tükörképéről. Két héttel később viszont már zavarttá vált tükörképe láttán: grimaszokat vágott,

izgatottan szemlélte mimikai mozgásait. Újabb öt hét múltán még bizonytalanul, de már kimondta: *gyermek*. Eközben már két hét óta keresztneven nevezte magát! 27 hónapos korában a tükörképére *keresztneve* kimondásával reagált, jóllehet anyját és családtagjait már rég könnyedén felismerte a tükörben. 33 hónapos volt, amikor tükörképére kimondta azt, hogy *én*. Ezt megelőzően 27 hónapos korában a családi fényképeken már minden családtagot felismert, de csak harminc hónapos korában nevezte meg a képen önmagát. Amikor kétéves korában egy róla készült filmet nézett végig, játszótársainak felismerésére érdeklődéssel és örömmel reagált, de saját személye láttán még közömbös volt. 33 hónapos korában azonban filmbeli képére is váratlanul kimondta saját keresztnevét. E film nézésekor soha nem lépett fel az a sajátos zavartság, amely tükörképe látványát oly hosszan kísérte.

A tükör, a fénykép és a film egyaránt a valóságot kettőzi meg: a tükör csak térben, a fénykép és film térben-időben egyaránt. A gyermek önmaga látványát kezdetben közönnnyel fogadja, mert még nem ismer magára. Amikor tükörképét már felismeri, akkor válik képessé saját magáról is személyesen beszélni, majd a keresztneve helyett kimondja: *én*. A fényképi és filmbeli önfelismerés viszont az *én-te* viszonylat biztonságos elkülönítésének idejével esik egybe. *A gyermek tehát előbb ismer fel másokat, mint önmagát.* Az *én* és a másik elhatárolásában a másiktól előbb van biztos képünk, mint magunkról. Az önfelismerés és önelhatárolás öt fokozatban jön létre: 1. A gyermek nem reagál önmaga látványára, 2. a másik már érdekli, de önfelismerésre még nem képes, 3. a tükörképben felfedezett, ismert arcnak megkeresi az „eredetijét”, tehát a valódi másik felé fordul, 4. elkezdi érdekelni saját tükörképe, de még nincs önfelismerés, 5. végül kínos, zavart és feszengő magatartás kíséretében kifejezésre juttatja, hogy felismerte önmagát.

Önmagunk felismerésének egy fázisa a keresztneven nevezés. A név mintegy külsődlegesen határol el és különböztet meg másoktól. Zazzo /In: Mérei F., V. Binét Á.¹¹⁷/ világosan feltárta azt a bonyolult lelki fejlődést, amelynek során a saját test tudatosodik, egyidejűleg kialakul az éntudat (öntudat) és az önfelismerés (önazonosítás) képessége. Az *én* első összetevője a testkép: „az *én* testem”; a második: az „*én* csinálom”; a harmadik: az „*én* tudom, *én* értékelem” (önértékelés). A testvázlati kép az

énrendszer szerves részeként kapcsolódik be a szocializációs folyamatba. A szülők megjegyzései a gyermek külsejéről, mozgásáról, magatartásáról mind beleépülnek a gyermek önértékelésébe, önmagáról alkotott ítéleteibe. A szülők viszonyulása kitörölhetetlen nyomot hagy a gyermekben: a szülői minősítésektől függ, hogy testünket vagy azok részeit kellemetlen vagy kedvelt, rejténivaló, esetleg szégyellt jelenségként éljük-e át. A kisebb-nagyobb deformitások, a rejtett, vélt vagy tényleges hibák éppen a szülői értékelés útján hangsúlyozódhatnak vagy törpülnek el. A szülői hatásokon túl számos egyéb tényező is beleszól testünk értékelésébe, így a kor szépségésménye, divatja, a közvélemény, a reklám stb.

Az „én vagyok”, az „én magam csinálom” megfogalmazásra a *cselekvésben* kerül sor. Az én tehát cselekvéses, tapasztalati bizonyosság /Mérei F.-V. Binét A.¹¹⁷/. E 2-3 éves korra tehető fejlődési szakaszban az önállóság hangsúlyozásával megjelenik az akarat első próbája. Az anya és apa tilalmi frusztrációt (akadályoztatás miatti kellemetlen kínérzést) okoznak a gyermeknek. Dühé most ugyanarra a személyre irányul, akit egyben minden ragaszkodásával szeret is. A szeretet és gyűlölet együttes átélése olyan elviselhetetlen feszültségeket kelt a gyermekben, olyan összeütközést (konfliktust) vált ki benne, hogy számára csak egyetlen megoldás létezhet: *saját akarataként élni tovább a szülői akaratot, és megmaradni a szülői szeretet biztonságában*. Ezzel indul el a szülői tilalmak beépítésének, átvitelének folyamata. Ennek során azonban a szülői viselkedés „mintáját” követő *utánozásokban* nemcsak a tilalmakat, hanem az érzelmi-indulati reagálást, az anyai-apai magatartásmódok sokféle változatát is beépíti a gyermek a viselkedésébe.

4. 3. A belső tilalmi és szabályozó rendszer kialakulása

Az utánzások szakadatlan láncolata nem szándékos folyamatban valósul meg, hanem spontán módon szövődik bele a gyermek játéktevékenységébe, mindennapjaiba. Ez idő alatt alakul ki a *belső kontroll* képessége, és megtörténik a külső követelmények, szabályok és viselkedési normák beépítése.

Amikor a kétéves gyermek eleget tesz az anyja tisztasági követelményének, megteszi az első lépést a külső kontroll belsővé építése felé. Ennek elemi szintje a késleltetési képesség mindennapos próbáin át épül fel. A gyermek megtanulja, hogy a megengedett helyen és módon ürítsen. Ebben nemcsak a biológiai funkció akarati szabályozása a követelmény, hanem valamennyi tisztasági szabály betartása (nem szabad hozzányúlni a széklethez, nem piszkálhatja testrészeit, nem tekintheti a helyzetet játéknak stb.). A külső elvárások azok a *normák*, amelyekhez a gyermeki veselkedésnek illeszkednie kell. E normák korlátozzák és késleltetésre készítetik a gyermek azonnali kielégülést kereső vágyait, kívánságait.

Ebben a korlátozások és tilalmak ugyan lényeges szerepet kapnak, de azok korántsem olyan meghatározók, mint azt gondolnánk. *A tiltás vagy a parancs végül a szabály megtanulását eredményezi, de az ilyen módon megismert szabály nem válik viselkedést meghatározó értékűvé. Az önkontrollfunkció ún. negatív (tilalmi) összetevőjét alkotja az életünk során. Nagyobb értéke nem marad, csak annyi, hogy a „kísértésekkel szemben”, csábítási helyzetekben képesek legyünk ellenállni a következményektől való félelem miatt (miközben a vágyról nem tudunk lemondani!).* Ha pl. egy gyermek a szülő szóbeli tiltására megtanulja, hogy ne mondjon csúnya szavakat, akkor már képes önmagát megakadályozni a szavak kimondásában, ha a büntetéstől, a következményektől tartania kell. Ahol azonban nem származhat ebből baj, ott (belső meggyőződés hiányában) esetleg a tiltott szavak kimondásának nem áll ellen. Ezért fordul elő az, hogy a gyermekek egymás közötti beszédében sokszor felbukkannak a felnőttek által tabunak minősített kifejezések. Erre annál nagyobb az esély, minél valószínűbb, hogy a gyermek éppen saját (őt korlátozó) szüleitől hallja ezeket a szavakat, amikor a szülők egymás közti beszélgetését véletlenül végighallgatja.

A pozitív önkontroll alakulásának folyamatában a büntudat meghatározó szerepet tölt be. A büntudat jele a büntetés keresése, az önbüntetésre törekvés. Amikor a gyermek belenyúl a vendégeknek elkészített díszálba és ezért szidást kap, akkor ez még csak negatív önkontrollra teszi képessé. Legközelebb nem nyúl a tálba, de a vágyakozás éppen úgy jelentkezik, mert a csábítás erős. Ekkor azonban már van ellenállási képessége. Amikor legközelebb a gyermek hasonló helyzetben a tál közelébe kerül, és átéli a

finom falatok csábítását, de kezét tiltásra emelve önmagának azt mondja: nono, nem szabad!, akkor a tilalom már erős. Ha ilyenkor mégis a csábítás győz, és a gyermek a tálhoz közelítve ijedten kapja vissza kezét (mintha rászólt volna valaki), és esetleg saját kezére üt rá, akkor a tilalom már a belsővé válás útján van. A gyermek önmagát bünteti úgy, mint ha ezt külső korlátozó személy tenné. Innen már csak egy lépés szükséges a pozitív önkontrollig. Ha ugyanis már a vágyott dologra való rá gondolás nyomán fellép a „nem szabad” tilalma, ha ez a kísértés erejével szemben már *belső fékező erőként* hat, és ha a következmény képzeleti előrevetítése kiváltja a büntetés szégyen- és kínélményének feszültségét, akkor már kialakulhatnak vehető a lelki tilalmi rendszer, amelyet *lelkiismeretnek* is nevezhetünk. /Freud, S.⁶¹/.

Mi a célja a büntudatnak? Milyen szerepet kap önszabályozásunkban? E kérdésekre akkor válaszolhatunk, ha a büntudatérzést hasznossága felől közelítjük meg. Az önbüntetés feszültségérzése ugyanis lehetővé teszi azt, hogy a gyermek egy (esetleg nagyobb!) külső büntetéstől óvja meg magát. A normákkal való szembekerülés igen nagy feszültséget okoz olyan gyermekekben, akikben már kialakult a belső tilalmi rendszer. Ilyenkor az éniideállal, vagyis cselekedeteink belső mércéjének képzetével ütközik össze, és ez önértékelését kedvezőtlené teszi. Ez indítja el a jóvátételi törekvéseket, amelyek létrehozzák a *belátás* nyomán kialakuló, tudatosan szabályozott viselkedést. Ennek megjelenése pedig már az önszabályozási szint magas fokát bizonyítja.

4.4. Az énegyensúly védelmi eszközei

Az énefejlődés folyamata nemcsak a lelki autonómia, a másoktól való elhatároló megkülönböztetés képességének kialakulását jelenti, hanem olyan technikák megtanulását is, amelyek védik az önállóuló énszerkezet integrálódását és egyensúlyát.

Az én kialakulásáig nincs olyan belső rendszerünk, amely hatékonyan segítené a kínállapotok, félelmek és fájdalmak leküzdését. Ekkor is védekezünk az ártó hatások ellen, önvédelmi eszközeink azonban éppolyan differenciálatlanok, mint a külvilággal való kapcsolataink. A traumatikus helyzetek, a túl erős ingerek és a fájdalmas hiányállapotok ellen ilyenkor

még *egész szervezetünk totális reakciójával* védekezünk. Ebben az idegrendszer egésze és egyes szerveink is nagy és felesleges energiáfordítással vesznek részt /Delius, L.-Fahrenberg, J.⁷/.

Figyeljük meg a síró csecsemőt. Teste görcsbe feszül, egész valója a kényelmetlenség-érzést tükrözi. Érzelmi kezdeményeink szervezeti és szervi érzékenységben mutatkoznak meg. A jót vagy a rosszat testérzések, szervezeti reakciók fejezik ki. Nincs a feszültségnek ekkor még más útja, mint a *közvetlen, direkt szervi és motoros áttevődés*.

Abban a diffúz, elhatárolhatatlan világban, amelyben a kised és környezete egybefolyik, nincs még belső és külső, lelki vagy környezeti történet. Éppen ezért a viszonylatok felcserélése természetes. Az anya feszültségét a gyermek úgy éli át, mintha a sajátja volna. Ez a létállapot az én elhatárolódása során lassan szerveződik külső-belső viszonylatokká, melyek még hosszú ideig megfordíthatók. Az én-te, magam-más, enyém-tiéd könnyen átbillen. Ezt példázza, amikor a kisgyermek így szól: „papa álmos”, jóllehet szeretne aludni már, vagy pl. „mama, ne egyél, már jóllaktam”.

A szubjektív és objektív felcserélése teszi lehetővé az ún. *primer projekció* készségét, a „kivetítés” hajlamát, amikor saját lelkiállapotainkat a környezetnek tulajdonítjuk, ill. abban véljük felismerni Saját belső tendenciáinkat. Minél nyomasztóbb egy érzélem vagy indulat szorítása, annál nagyobb a késztetés az adott állapot kivetítésére. Mást látunk dühösnek, holott magunk vagyunk azok, haragot tételezünk fel arról az emberről, akire haragszunk. A korai projekció még természetes fejlődési velejárója létezésünknek, és ez ad mintát a később már *érvédő funkciót betöltő projekciós elhárító technika* kialakítására, amely azonban végső formájáig többlépcsős átalakuláson megy át /Mitscherlich, A.¹¹⁹/.

Az elhárító mechanizmusok részletes kidolgozása Anna Freud⁶⁰ munkája.

Az én fokozatos kibontakozása már lehetővé teszi, hogy *a belső feszültségek az énrendszer szűrő és alakító megmunkálásán át* jussanak kifejezésre. Az a lelki apparátus, amely funkcionális egysége alapján alkot önálló egységet, nemcsak kiszakítja önmagát a világgal való egybefolyt állapotából, hanem saját működési és védelmi eszközeit is

kidolgozza. Az alakuló én tagadás terméke, kizárjuk belőle azt, ami „nem én”. Ez a folyamat tanít meg arra, hogy képesek legyünk életünk során mindvégig az énvédelmi okból létrehozott *tagadásra*, vagyis minden, énünkkel (tehát a realitással) összeférhetetlen tendencia kizárására, amelyet a „nem én” és „nem enyém” megfogalmazások fejeznek ki. Megerősödik tehát az a készségünk, hogy elfogadhatatlan vagy elítélt tendenciáinkat megtagadjuk, és úgy zárjuk ki magunkból, mint hajdan, az én kialakulásakor a nem hozzá tartozó környezetet. Ez a lelki tehermentesítő eszköz igen hasznosnak bizonyul, és minden énvédő, lelki egyensúlymegőrző törekvésünk központi eszközévé válik. A korábbi fejlődési szakaszunkból származó projekciót is átalakítja. Eszerint mindazt, ami szorongást vagy feszültséget okoz, úgy zárjuk ki magunkból, hogy először megtagadjuk, azután kivetítjük, és egyszerre csak másokban, a környezetünkben fedezzük fel.

A gyermeknek a külső tilalmak szorításában hasznos dolog azt éreznie, hogy nem ő, hanem a másik (például testvére) teszi azt, amit nem szabad. A testvérvádaskodásokban mindennaposan tapasztalható projekció készséges eszközzé erősödik az énhez, és így lehetővé válik, hogy később is alkalmazzuk életünk megoldhatatlannak érzett helyzeteiben.

A külső, közvetített realitás és az énrendszerben belsővé épülő realitásfunkció akaratlanul is cselekvéseinek ellenőrzésére készíti a gyermeket. Amikor a valóságelv még nem szilárd, a fantázia és a realitás átfolyik egymásba. A gyermek mágikus világában minden lehetséges. Például szembehunyással meg lehet szüntetni a világot, egy mozdulattal el lehet törölni a félelmetes dolgokat vagy visszájára lehet fordítani az eseményeket. Ebből az életszakaszunkból nő át az énrendszer védelmi eszközévé a *meg nem történtté tevés* (annulláció), az *áttolás* technikája és az *elszigetelés* (izoláció) /Freud, A.⁶⁰/.

Az időfogalom a realitásfunkció fontos eleme. A tegnap, ma, holnap stb. időviszonylatok a gyermek számára hatéves korig még labilisak. A kisebb-nagyobb időtávok és tartamok megértése tökéletlen. Ezért az események oda-visszapergetése, amely a játékokban is központi helyet kap, a gyermek számára még éppúgy természetes, ahogyan a gondolatoknak is egyenlő értéket tulajdonít a megvalósító cselekvéssel. A „csiribí-csiribá” varázslatok

mintájára azt hiszi, hogy ha valami rosszat tesz, azt érvényteleníteni lehet, elegendő hozzá egy mozdulat, egy szemhunyorítás, egy varázslat. A kínos feszültség megszüntethető, ha az egész történet mintegy visszájára fordítjuk, egy kézlegyintéssel *meg nem történtté* varázsoljuk. Az „úgy tenni, mintha semmi sem történt volna” tipikus gyermekkori játékfordulat, egyben a hibásnak minősülő és büntetés veszélyével járó cselekedetek jóvátételének lelki technikája is. A mechanizmus átnő felnőttkorba is, és fellelhető babonák, mágiák, megbocsátási ceremóniák jellemző szociális rítusain is. (Például a vallási rítusban „le mosni a bűnt”, testi eszközökkel lelkileg megtisztulni, a vétket cselekvéssel annullálni.)

Amikor a gyermeket anyja megfeddi, és az mérgében a macskára üt akkor ezzel eredetileg anyjának szóló indulatát *tolja át*, és ott reagálja le, ahol ez nem jár veszélyes következményekkel. Az érzelmek, vágyak és indulatok áttolásában két jellemző vonás nyilvánul meg:

1. Ilyenkor előnyben részesítjük a *hasonló* érzelmi-indulati jelentésű tárgyakat vagy személyeket (pl. a cumizó csecsemő anyamellként szopogatja cumiját, a póttárgyat; a kedvenc cica babusgatása hasonló öröm a gyermeknek, mint az ölben ülés.). 2. Az áttolás fontos mozzanata a *beválás*. Ez abban jut kifejezésre, hogy az indulatot a pótcselekvés elvezeti, az érzelmet pedig mintegy pótolja, ugyanakkor a tettet nem követi büntetés. Az áttolás később is szabályozó eszköz marad az emberi életben, hiszen sokszor hazavisszük munkahelyi feszültségeinket, vagy fordítva, és az indulatok olyan helyzetben is robbanhatnak, ahol a szenvedő fél ártatlan.

Erre az eredményre vezethet az *izoláció* alkalmazása is. Ha egy élményt megfosztunk érzelmi-indulati jelentésétől, valójában a lényegét vesszük el, és ezzel mintegy közömbösítjük, érdektelenné tesszük magunkban. Az így felszabaduló feszültség azonban könnyen elillan apró vagy nagyobb indulati kitörésekben, számunkra sokszor érthetetlen dühökben.

Az elszigetelés ára abban juthat kifejezésre, hogy rákényszerít a már létrehozott *indulattalanítás* fenntartására. Ami azonban egyszer jelentős volt, nehéz közömbösként átélni. Ezért olyan apró ceremóniákat kapcsolunk az élmény tartalma és a rá vonatkozó érzelmi-indulati feszültség közé, amelyek akadályozzák a rá gondolást kísérő kínos érzés átélését. Ez hozza azután létre azokat a kényszeresen ismétlődő kisebb-nagyobb mértékű

viselkedési rituálékat; amelyek nemegyszer kínosakká is válnak, mert nehezen érthető, pl., hogy miért kell a gyermeknek éppen háromszor végigsimítania az iskolatáskát elalvás előtt, miért kell minden kockakőre rálépni a járdán, miért kell kézfogás után azonnal kezet mosni stb. Az izoláció olyan életkorból származó önvédelmi eszközünk, amelyben még a valóságélmények illékony, illúziószerű, a képzelettel összemosódó történések, amelyek szétfolyhatnak, valamint elemeikre válhatnak szét. A gyermekkorban alkalmazott primitív mechanizmusok azonban eredetileg hasznosak, mert segítik az alkalmazkodás fejlődését. Így azután ezeket bevált technikákként őrizzük meg.

Az izolációs folyamat teszi lehetővé azt is, hogy két egyidejűleg bennünk élő ellentétes késztetést megtűrjünk magunkban konfliktusok nélkül. Szétválaszthatjuk ugyanis ezeket úgy, hogy egymástól mintegy távol tartjuk, és egyszerre csak az egyikről veszünk tudomást. Ilyen az, aki „bort iszik és vizet prédikál”, akinek „nem tudja a jobbjá, hogy mit cselekszik a bal”, tehát az olyan ember, aki másként beszél, mint ahogyan érez vagy gondolkodik. Az ún. *disszociáció* (két lelki tendencia szétválasztása) szociális tanulás eredménye. Amikor másfajta elveket tanítunk, mint ahogyan cselekszünk, akkor mintát nyújtunk gyermekeinknek a disszociációra. Ilyen eredményre vezet a kettős nevelés, a szülők vagy nevelők álszent magatartása, az életelvekkel ellenkező gyakorlat. Ezt eredményezi az is, ha a szolidaritást hirdetjük, de jutalmazzuk az árulkodást, ha tilalmaink olyan dolgokra vonatkoznak, amelyeket a gyermek előtt azonban mi magunk megteszünk (pl. alkoholfogyasztás, dohányzás stb.).

Az énvédő technikák kialakítására a gyermeket nagy erővel ösztönzik a kezdetben külső, később pedig már interiorizálódó, beépülő és belsővé váló tilalmak, szabályok. Amikor az énrendszer már a lelkiismereti kontrollal segíti az önszabályozást, akkorra tehető egy sajátos védelmi mód kialakulása, ez a *részleges felejtés*, más néven *elfojtás*.

Az elfojtás szelektív, amennyiben olyan dolgokat felejtünk el, amelyekhez szégyen, szorongás, megalázottsági vagy büntudati érzések tapadnak. Felejtés sorsára juthat mindaz, amire még a rá gondolás is kínos, mert ellentétben áll a szociális elvárásokkal, illetve a belső értékrendszerünk által

elfogadható viselkedésmódokkal. A szeletív felejtéssel mintegy kizárjuk tudatos világunkból mindazt, ami önbecsülésünket megzavarná vagy lelkiállapotunkat szorongással nehezítené.

Az elfojtás azonban már a környezetünkben levő dolgok észlelését is befolyásolhatja, mint ún. *perceptuális (észlelési) elhárítás*. A szorongást keltő vagy tabu dolgokat mintegy „nem vesszük észre”, pusztán azért nem látjuk meg, mert rájuk szociális tilalom vonatkozik. Persze az ilyen dolgokat is észleljük, de nem tudatosan, ezért olyan, mintha sohasem észleltük volna.

Éppen a tilalmak és a szabályok beépítése és belső, önálló működése mozgatja a veszélyelhárító énvédő technikákat is, amelyek a belső konfliktusok elkerülését szolgálják. Így alakul ki a *racionalizálás*, a *reakcióképzés* és a *kompensáció*. A racionalizálással „megmagyarázzuk a bizonyítványunkat”, értelmesen megokoljuk a meghiusult, elérhetetlen vagy kudarcjal járó helyzeteket. Mottóját az aesopusi mese kínálja: a róka a vágyott és elérhetetlen szőlő láttán így szól: „Még nem érett, nem akarok savanyút enni.” A Karinthy diákja módjára történő magyarázkodással elvesszük a dolgok valódi jelentőségét, és magyarázó maszk kerül a valós események és szándékok fölé. Később ez *intellektualizálásként* is megjelenhet, amikor okoskodó elméletekkel próbáljuk elfogadhatóvá tenni a kudarcos, szégyellt, sikertelen helyzeteinket.

A *reakcióképzés* alapját a függési helyzet, a szülők iránti szeretet és a büntetéstől való félelem alakítja ki. A korlátozó szülő akadályokat állít a gyermek elé, akiben a frusztráció agressziót ébreszt. Az ellenszegüléssel járó veszélyeket a gyermek azzal hidalja át, hogy a vágy (agresszívnak lenni) ellentétes irányú reakciójával szorítja ki tudatából a veszélyes impulzust. Ezért szokatlanul engedelmessé és szolgálatkészsé válik, az eddig vadóc egyszerre csak kezesbáránnyá szelídül. A fordulat meglepetésszerű, az átalakulás tartós. A gyermek a „rosszaságából” fakadó veszélyeket, büntetési félelmeket azzal csökkenti le, hogy indulatait az irányulásban változtatja meg, így a dac engedelmességgé, a harag szeretetté fordul át. Az „érzelmi tárgy jelentése”, tehát a szülő jelentősége megmarad, csak az irányulásmód változik meg. Ez a változás azonban nagy haszonnal jár, mert a környezet elismerő minősítését váltja ki.

A reakcióképzés eredményével rokon hatékonyságú a *kompensáció* is. A kompensáció olyan kiegyenlítésre törekvés, amelynek alkalmazása a szociális elismerésért, az önértékelési egyensúly megvalósításáért történik. A fizikai vagy szellemi képességek terén átélt, vélt vagy tényleges hiányosságokat a kompensáció fokozott erőfeszítéssel egyenlíti ki, tehát „megdolgozunk” az eredményekért még akkor is, ha az erőfeszítéses kiegyenlítés szociális hatékonysága szempontjából túllő a célon, és a vélt eredményekkel ellentétes következményekhez vezet (pl. a félős, gyenge gyermekből erőszakos verekedő, a társas helyzetben szorongóból erőszakos zsarnok, a kis termetűből hatalmaskodó ember válik).

Az énvédő technikák a szorongás és veszélyérzet csökkentésének, a magatartás szociális elvárásokhoz igazodó szervezésének, a reális életvezetés elősegítésének fontos eszközei. Jellemzőjük azonban, hogy csak akkor kerülnek „bevetésre”, amikor más, jobb és elsődleges alkalmazkodási eszközeink (pl. a feszültségek teljesítménybe fordítása, feldolgozása /elaboráció/, a hasznos és közvetlen megoldásmódok) nem hatékonyak vagy nem alkalmazhatók. Potenciálisan mindegyik elhárításmód megtanulható a szocializáció folyamán, azonban az egyes önvédelmi módok előnyben részesítése *nem a helyzettől függ* (alkalmazását tehát nem a konfliktus természete vagy a szorongást kiváltó inger határozza meg), hanem a személyiség korai szociális tanulása által kibontakozó *elhárító típusától*.

Aszerint, hogy az egyén a szociális veszélyhelyzeteket milyen módon képes észlelni, felfogni és tudatosítani, valamint aszerint, hogy milyen védekezésmóddal (és ennek megfelelően szervezett magatartással) oldja meg ezeket, két típus különíthető el: a *represszor* és a *szenzitizátor* típus /Byrne, D.³³/.

A *represszor hajlam* azt jelenti, hogy a személyiség az elfojtásos elhárításmódokat részesíti előnyben, mintegy nem észleli, illetve észlelése során nem tudatosítja a veszélyt. A stresszhatásokra azonban fokozott vegetatív reakciókkal, gondolkodási, képzettségzövési zárlattal, leblokkolással, gátlással és felejtéssel reagál.

A *szenzitizátor* viszont könnyen észreveszi és tudatosítja a szorongáskiváltó veszélyeket, az ilyenekre jobban emlékezik is, mint a kellemes élményekre. Énvédő eszközeiben a *kivetítő elhárításformák* uralkodnak, ilyenek a

projekció, a racionalizáció és az izoláció, valamint az izolációval felszabadított indulatok környezettel szembeni érvényesítése. (Az ilyen, sokszor nem a kiváltó helyzetekben lereagált, hanem a kisebb ellenállás irányába áttolt indulati reakciókat nevezi a szakirodalom acting out-nak.) Éppen ezért a szenzitizátorok nehezebben alkalmazkodnak, ingerlékenyek és elégedetlenkedők. Nemcsak fokozottan átélik, de ki is élezi a konfliktusokat, tüskésebbek, keresik a rosszat, a hibákat könnyen felismerik, érzelmi hatásokra pedig kevésbé hozzáférhetőek. Ezért kevésbé képesek a másik ember elfogadó megértésére, és nehezebben tudnak együttműködni másokkal.

A represszorok viszont inkább a bevetítő, *internalizáló elhárításmódokat* preferálják. A veszélyeket nehezebben ismerik fel, konfliktusaikat elfojtják, annullálják, megtagadják, vagy reakcióképzéssel szelídítik meg kínos indulataikat. Ezért jobban igazodnak a személyi világ követelményeihez, alkalmazkodóbbak, jobban terelhetőek, érzelmileg elfogadó klímában képességeiknek megfelelően teljesítenek. A represszor típusú személyiség fokozottan igyekszik megfelelni a külső elvárásoknak, éppen ennek eszközéül használja a negatív indulatok és érzelmek, szándékok és akarati megnyilvánulások elfojtását. Arra törekszik, hogy konfliktusmentesen éljen, egyben fokozottan igényli a szeretetet, elfogadást és a kedvező minősítést a környezetétől.

Hogyan alakul ki a két személyiségtípus? Az ilyen típusba sorolható gyermekek családvizsgálata, a szülők nevelési attitűdjeinek elemzése tárta fel, hogy a represszorra váló gyermekek szülei türelmesebbek, elfogadóbbak, engedékenyebbek, a szülők egymáshoz való viszonya harmonikusabb. A szenzitizátorok szülei sokszor büntetnek, intoleránsabbak, önmagukat is alulértékelik, házastársi kapcsolatuk kiegyenlítetlen. Érthető, hogy az ilyen légkörben felnövő gyermekek bizalmatlanok, gyanakvók, „nyomkereső veszélysejtők” az életben. Ha a gyermek az otthonában nem érez védelmet és biztonságot, akkor idejében meg kell tanulnia a védekezést, fel kell ismernie a veszélyt, az ilyen helyzetekre jobban kell emlékeznie, és meg kell tanulnia önvédelemből támadni.

A szeretetteli családi milió viszont belső védettséget ad, segít a szorongás csökkentésében, elfelejthetővé teszi a sérelmeket, nem tanít rá a veszélyszimatolásra, engedékenyebbé tesz mások iránt, és lehetővé teszi, hogy veszélyben az egyén a mások iránt elővételezett bizalommal éljen. Ez a kedvező szociális együttműködés lehetőségeit nyitja meg a személyiségben /Kulcsár Zs.⁹⁷/.

4.5. Utánzás, mintakövetés, azonosulás

A gyermeki személyiség gazdagodásának fontos eszköze az *utánzásos tanulás*. Azt gondolhatnánk, hogy ez szándékos törekvéssel jön létre a gyermekben, aki a környezet viselkedésének és életének megfigyelése alapján lejátssza mindazt, amit lát. Ez azonban többnyire más módon zajlik a fejlődésben. Az utánzás feltételezné a minta (modell) és az utánzó tudatos megkülönböztetését, a gyermekkorban kibontakozó utánzásban azonban ez a megkülönböztetés még nem tudatos, és a korai utánzásos műveleteket nem is jellemzi.

Figyeljük meg magunkat, amikor teljes átéléssel követjük egy-egy film vagy futballmeccs történéseit. Szinte ugyanolyan testtartásba és lelkiállapotba kerülünk, mint a látott alakok. Ha egy számunkra kedves személlyel beszélünk, akaratlanul is felvesszük az ő testtartását, szinte tükörképesen mozgunk ugyanúgy, mint a másik (pl. azonos ritmusban lépünk, kezünket ugyanúgy összefonjuk stb.). Mindez szándéktalanul jön létre, és a beleélés, átélés útján születik meg. Ehhez hasonlóan idomul érzelmileg a gyermek is a környezetéhez. Érzelmi labilitása és szélsőségei könnyen létrehozzák azt a feszültségi szintet, amellyel a környezetében látott és szeretett személyek magatartását szinte a mintára fonódó utánmozgással, mintakövető hasonulással utánozza.

Ez a folyamat nem szándékos, nem tudatos. Idegrendszeri alapját a tükörneuronok működése képezi. A még labilis működésű idegi szabályozás mozgásgátló rendszerének éretlensége biztosítja. Amikor a felnőtt ember a környezetét mozogni és tevékenykedni látja, a látás útján is megérti azt, ami történik, jóllehet idegrendszerében ingerületi állapotba kerülnek azok a pályák, amelyek a látott mozgás pontos utánválasztásának beindítására képesítenék. A frontális szabályozó és gátló agykéreg azonban

megakadályozza a felesleges utáncselekvést, és csak idegi károsodás állapotában jön létre az állandó mozgásutánczás (echopraxia). Az utánmozgás gátlása emberben egyszerre mind a megértő tudatosítás folyamatait is biztosítja. Az ember elhagyja a felesleges próbacselekvéseket, és a másik megértését elemi szinten (pl. állatoknál) biztosító utánmozgás helyett képzetekkel dolgozik, gondolkodik. Extrém lelkiállapotokban (félelem, szerelem, anyaság stb.) az utánmozgási gátlás fellazulhat, és a felnőtt is „utánmozog”. A beleélés, átélés magas hőfokú folyamataiban ez szinte mindig megjelenik (pl. a szurkolók mozgásviharaiban).

Az említett folyamatok bonyolult szerveződése gyermeknél még labilis, éretlen. Felfogása és gondolkodásmódja még képszerű, szemléletes. Sokat mozog és cselekszik, mert gondolkodása még differenciálatlan. Éppen ezért mások megértésében a beleélésnek szinte feltétele az utánmozgás, azt csinálja akaratlanul is, mint a környezete. Mozcsgátlása csak később és egyidejűleg épül ki gondolkodási fejlődésével, ezért az utánmozgásra, mindenfajta mozgás utánczására, tevékenységi formák lekopírozására is még könnyen képes.

Ebben a sajátos gyermek helyzetben bontakozik ki a szülőkkel való azonosulás folyamata. Az azonosulás kettős szálon halad a fejlődésben. *Az első, korábban meginduló ún. introjekciót az anya indukálja.* Mozgatóereje az anya távolléte által kiváltott bizonytalansági feszültség, a *szeparációs félelem*. A gyermek időfogalom, elővételezési és elképzelési képesség hiányában az anyai távollétet örökkévalónak, a kínérzéseket pedig feloldhatatlannak éli át. Az utánczásos fonalon haladó azonosulás azonban eszközévé válik a félelem feloldásának. A gyermek az anyai szeretet átélésének belső mintájára átviszi közbülső tárgyra, az anyát szimbolizáló dologra a szeretet és ragaszkodás kifejezését, és önvigasztaló rítusokat alakít ki. A Winnicott által „átmeneti tárgynak” nevezett (általában szőrös, puha, sima, lágy tapintású tárggyal, néha macival, babával) úgy kezd viselkedni, mint anyja, szeretgeti, ragaszkodik hozzá. Később, három-öt éves korban már a belsővé tett anyai érzés fölé építi az anyai magatartást is, mintegy önkéntelen utánczásos játékok formájában. Ez az *identifikációnak* nevezett mechanizmus, azonosulás a szeretett személlyel. „Ő a mama”, és ezzel mintegy saját magatartásával személyesíti meg

anyját. Ezzel oldja fel a távoliét elviselhetetlenségét. Az anyjával történő azonosulás a függési helyzet szeretetvesztési félelmét csökkenti le, egyben a gyermek anyai mintázatú viselkedése lehetővé teszi számára a ragaszkodás, szeretet, vonzódás, valakihez tartozás érzéseinek differenciált kifejezését. Sajátjává válik az a sokféle gesztus, hang, tartás, érzelem, amely eredendően anyjáé.

A viselkedés utánzásos elemei mégsem azt jelentik, hogy mintakövető magatartással épül be *egy-egy* viselkedésmód. A folyamat *hasonulással* zajlik, mintegy a *szülőre fonódó idomulással*, az érzelmileg vezérelt együttmozgásoktól a szülőnél megfigyelt és játékfolyamatban megismételt reakciókon át a szülő teljes *inkorporációjáig*. A szándéktalanul, spontán szövődő és megvalósuló történést pedig nagy erejű érzelmek mozgatják.

Amikor a kislány belép anyja papucsába, attól a pillanattól ő a mama, és úgy is viselkedik, mint édesanyja. Ha pedig ő a mama, akkor már nem szenved úgy a hiányérettől. Anyaként bánik babáival, és azokkal játssza le mindazt, amit édesanyjától látott, spontán tapasztalt vagy megfigyelt. Az utánzás sajátos érzelmiindulati töltése és szándéktalan jellege teszi lehetővé, hogy már ne csak utánzásról, hanem a szülővel való azonosulásról beszéljünk. Minél gazdagabb érzelmek szövik át e folyamatot, annál eredményesebb. Egyben a gyermek *beleélő, átérző* készsége is ennek folyamatában fejlődik ki, ezt a képességet nevezzük *empátiának*.

Az empátia a viselkedés társas szabályozásának egyik fontos eszköze. Egyben az emocionális jelentéstanulás tényezője is. A szülők és a társas környezet minden rezdülését leolvasó gyermek korán megtanulja, hogy mikor tükröz a szülői arc, a mimika és a testtartás jóváhagyást, örömet, rosszallást vagy bánatot. Ezért a szülők egész valójukkal értékközvetítőként szerepelnek a gyermek életében, magatartásukkal szociális értékeket minősítenek. Ehhez a lét korai időszakaiban még nem társul a szavakkal kifejezett minősítés és annak megértése a gyermekben, de ezáltal értékközvetítő jelentőségük még nagyobb. A beszédkorszak kezdetétől pedig a mimikai és gesztusokkal történő minősítés még mindig jelentősen megváltoztathatja a szóbeli közlés jelentését, ha az a közléssel ellentétes értékelést tükröz és közvetít.

Az utánzás (mintakövető viselkedés) és az empátia tehát lehetővé teszi a gyermek számára 1. *újabb magatartásmódok* megtanulását, 2. *a jelentéstanulás* gazdagodását, a szociális értékek átvételét és érzelmi minősítését. Ezért a szocializáció döntő tényezőiként értékelhetjük /Kulcsár Zs.⁹⁷/.

Az empátia a másik ember mély, árnyalt, érzelmileg azonos hullámhosszon, értelmileg pedig világosan átélt megértését jelenti. Ennek hiányában nem képes az ember a decentrációra (a másik szempontjának belátására), és nem tud életvezetésben eléggé tekintettel lenni a környezetére.

Az identifikáció második szálát a környezet szabályozó törekvéseinek tapasztalása bontja ki. A hagyományos családmodellben még mindig leginkább az apa a fegyelmező erő, a követelmények közvetítésének „óriása”. Az apai tilalom és büntetés azért elviselhetetlen a gyermek számára, mert attól ered, akit csodál és szeret. Az apa azonban a gyermeki fantáziaéletben sajátos riválisként jelenik meg a fiúgyermek szemében, aki elvonja tőle az anyai szeretetet, és megakadályozza, hogy a mama csak őt szeresse. Ez a *féltékenység*, amelyet a gyermek az azonos nemű szülővel szemben érez, a lélektani tapasztalatok szerint szexuális feszültségeket és félelmeket is tartalmaz, amely a tiltó apát fenyegetővé teszi a gyermek szemében. Az apától való félelem és a vele szembeni érzelmi kettőség megoldódását éppen az azonosulás folyamata szolgálja, amelyet az apai szerep miatt Freud nyomán az „agresszorral való azonosulásnak” nevez a lélektan.

Példa: Egy kisgyermek hatalmas bernáthegyi kutyát lát a játszótéren, és megijed tőle. Hazaérve azonnal négykézlábra áll, és napokig kutyaként ijesztgeti szüleit, akik a gyermek kedvéért belemennek a játékba. A gyermek számára azonban ez nemcsak játék, hanem a félelem azonosításos megoldása, amelyben ő válhatott támadóvá és félelmetessé, egyben saját szorongásait és ijedelmét is beledolgozhatta a folyamatba. Hasonló módon szövődik az apával való azonosulás is, amikor olyanná válik, mint az a személy, akitől retteg, s közben átveszi annak követelményeit, elvárásait.

Ez az identifikációs folyamat a gyermekben megoldja a szocializáció egyik legnagyobb dilemmáját: a vágyak korlátozását és magatartásának a társas elvárásokhoz való igazítását anélkül, hogy a lemondás gyötrelmét átélné.

Sőt, ugyanakkor igen nagy szociális haszonnal járó történés részesévé is lesz. Ha sajátjává teszi a követelményeket, akkor a szülői tilalmak által benne keltett agressziók megoldásához is eljut. Így megmaradhat a szülők iránti csorbíthatatlan szeretet, ugyanakkor elkerüli a büntetést, és a jutalom örömeivel élheti át szülei dicséretét, illetve annak a szeretetben is megnyilvánuló kifejezését. Mindez azt is világossá teszi, hogy a pozitív önkontroll csakis e folyamat részeként alakulhat ki. Így válik az „én” részévé a „másik”, és így épül be egyedi érzelmi közvetítésen át az emberbe a társadalom szabályrendszere.

Az *azonosulás* során akaratlanul, szándéktalanul, spontán, mintakövető folyamatokon keresztül veszi át a gyermek az érzelmileg jelentős személyek (főként az anya és az apa) viselkedésmódját, elvárásait, tulajdonságait. De tudatosan is igyekszik olyanná válni, mint az „óriás, mindentudó felnőtt”, akit szeret, akitől fél és akire minden csodálatával tekint fel. Az e folyamatot mozgó szándék („olyanná válni, mint ő és amilyennek látni szeretne”) elősegíti az *énideál* felépítését is. Így alakul ki belsővé váló korlátozásokon át az a lelki rendszer, amely az embert a valóság követelményeinek felmérésére, a szabályok megtartására, a normák és viselkedési lehetőségek felfogására és alkalmazására képesíti. Ez a „beépítő módszer” az élet során később is eszköze lesz a kisebb-nagyobb azonosulási epizódoknak a respektált és szeretett személyekkel. Így történik később a serdülő felnőtté válásában is a pedagógusok, felnőttek bizonyos vonzó és csodált tulajdonságainak az átvétele.

A későbbi azonosulásban azonban már döntő a tudatos mozzanat és a szándékvezéreltség (ezért ezt inkább azonosításnak nevezhetjük).

Az identifikáció az énvédő és veszélyelhárító eszköztárnak is tartozékává válik. A szükséges életszerepek megtanulásában nagy hatékonysága van, de segít a félelmi helyzetek csökkentésében is (pl. a tanártól szorongó gyermek, a főnökétől féltő felnőtt úgy viselkedik, mint az, akitől fél, és ezzel megoldja a szituációhoz kapcsolódó feszültséget). A szerelmi érzések kibontakozását is azonosító történések kísérik, elhagyáskor pedig az elvesztett partnerrel való lelki azonosítás segíti a csalódás átélését.

Az identifikációs folyamat teszi lehetővé a nemi szerepviselkedés árnyalt formáinak elsajátítását is, sőt a megfelelő nemi viselkedés, az örömképes és normális szerelmi életre való képesség kifejlődésében különös a jelentősége. Amikor a négy-öt éves fiú anyját úgy öleli át, ahogy az apjától látja, amikor „kis lovagként” védelmezi anyját, és azt mondja: „anyu, ha nagy leszek, téged veszek feleségül”, akkor egy döntő lélektani történésnek lehetünk tanúi. Ilyenkor a fiú az apa helyébe képzei magát, tehát az apai mintát követi, és természetesen ugyanazt szereti, akit az apa. Ha „ő az apa”, akkor csakis „anyu” lehet a felesége. Ez a játékos, de nagy érzelmekkel lezajló nemi viselkedéstanulás a későbbi, megfelelő nemi szerepvállalás egyik feltétele. Ugyanezt képviseli a lánygyermeknek apja iránti, sajátos érzelmi légkörű vonzalma is. „Apa, legyen gyerekünk, egy fiú és egy lány” mondja pl. a kislány apjának. Ebben a közlésben benne van az is, hogy ő a papa felesége, tehát ő az anyuka. Sokszor kíséri ezt a mama elleni dühös szembefordulás vagy indulatos reakció, különösen a szülők egymás iránti gyengédségének tapasztalásakor.

Ezt a gazdag érzelmi színekű folyamatot nevezte Freud a századfordulón ödipális helyzetnek a görög tragédia nyomán, amelyben a hős tudtán kívül saját anyját vette feleségül, ezért bűnhődni kellett. Ma már tudjuk, hogy ez a szülőkre vonatkozó sajátos gyermekérzelem egy átmeneti időszak során éppen a későbbi, megfelelő nemi irányulást alapozza meg. Ennek kapcsán a gyermek mintegy „kipróbálja” a később tudatosan is vállalt nemi szerepét. Mivel ezt a viselkedést a legtöbb szülő mosolyogva és leplezett vagy nyílt tetszéssel fogadja, ezért a „szociális jóváhagyás” nagy engedélyével szilárdítja meg a gyermekben nemi hovatartozásának viselkedési hangsúlyát.

A nemi nevelés valamennyi pszichológiai bizonyítéka amellel szól, hogy a nemi szerep, nemi identitás /gender role, gender identity/kialakulásában a családi, óvodai, közösségi hatások, minták döntő szerepet játszanak. Tágabban számításba vehető minden médiahatás is, a gyermeket érő információk érzékeny, fogékony, nyitott lelki periódusban érik el a felnövekvő gyermeket. A Bem-házaspár /Bem, S. L.¹⁶/ kutatásaira alapozva állíthatjuk, hogy a sok tényezős hatásmezőben az ún. identitás kellékek /ruházat, külső, hajviselet stb./ különösen „szembetűnő” jelzései és modelljei a nemi hovatartozásnak. A kutató pszichológus apa

megkérdezte óvodás, ötéves kislányát, miről ismeri fel azt, hogy valaki lány vagy fiú. Azt hihetnénk, hogy a testi, nemi jelleg a válasz. Mégsem! A lány csodálkozó tekintettel válaszolta apjának: „De papa, a lányoknak hajpántjuk van.” Akkoriban minden kislány ezt viselte, ez a nőiség felségjelvényévé, megkülönböztető jegyévé válhatott. Ma is léteznek megkülönböztető külső kellékek, azonban a szülők kevésbé helyeznek hangsúlyt a fiús és lányos öltöztetésre, noha ennek nagy jelentősége volna az önazonosság mély lelki beépítésében. Az uniszex öltözködés divatja, a női nadrágviselés, mint az emancipáció kezdetének egykor polgárpukkasztó jelképe, ma már a nők körében is általános, gyakoribb, mint a „kevésbé praktikus” szoknya. Az ékszerviselés sem differenciáló jegy, noha a kislányok nyaklánc és gyűrű iránti vonzódása különösen érdekes, közös vonás. Ha felelős szülők vagyunk, tudatosan hangsúlyt kell helyeznünk a saját gyermekünk által fontosnak tartott, saját nemére jellemző, azt erősítő jelképek megismerésére. Legyen a kislánynak „tündérr királynős” szoknyácskája, piros cipője, mint a *Piroska és a farkas* mesében, legyen hosszú haja, ha azt szeretné, ne vágassuk le a haját „praktikus szempontból”. Erősítsük a kislányos játékait, főzésünkbe vonjuk be, minden otthoni női feladatban lehessen résztvevő. A fiút az édesapja vagy nevelője /ennek hiányában a nagypapa/ vigye olyan múzeumokba, játszóhelyekre, közösségekbe, ahol a fiús érdeklődésre ráerősíthetnek. Fegyver kiállítástól kezdve a fizikai virtust kívánó ugráló parkig. Az édesanya segítsen, hogy a gyermek maga választotta fiús „szerelésében” járhasson óvodába, és ne riogassa, ha már másfél évesen a kezébe kerülő pálcával püfölni kezdi a tárgyakat. Vigyázzon rá, szelíden terelje, de hagyja fiúsan viselkedni. Hiszen tudja, hogy ha lány volna, már rég kavargató mozdulatokkal „főzné az ebédet” ugyanazzal a bottal, amivel a fiú harciasan reagál. Nem attól lesz a gyermek agresszív, hogy fakardja van, modern géppisztoly hangjaival rémíti a környezetét, hanem a szeretet és odafigyelés hiányától, a bánásmód durvaságától, az elhanyagolás okozta szenvedéstől. A végső „rossz” a közöny, a rideg, kegyetlen, szenvtelen, érzelem nélküli, életellenes, agresszív, sivár lelkiség, amely a meggyötört és megkérgesedett lélek utolsó védekezési lehetősége.

4. 6. Az apa jelentősége az azonosulási folyamatban

A társadalmi értékek közvetítésében, a kötelező (jogi következményekkel járó) és ajánlatos (közvéleményi normák által megszabott) viselkedésmódok és értékek elsajátításában az apai minta, példa szerepe többnyire elsődleges /Wurzbacher, H.^{187/}.

Az apának demonstratív, normatív és irányító funkciója van. Hordozza, és viselkedésével, attitűdjeivel közvetíti a normákat, gyermekét ezek megtartására készíti, így tereli értékorientációs fejlődését. A hatékony apakép (megfelelő érzelmi hatóerejű tekintélyfunkció mellett) tehát a fejlődés optimális normabeépítő folyamatait eredményezi, és ezek a később, pl. serdülőkori behatásoknak vagy csábításoknak is ellenállnak. Ha az apa a kötelező vagy elvárható viselkedés normáitól eltérő értékeket közvetít gyermekének, tehát ha a modell kedvezőtlen, miközben az azonosulási folyamat zavartalan, akkor e negatív minta a gyermekben antiszociális (társadalomellenes) értékrendszert hoz létre.

Ha az anya dominál a családban, és háttérbe szorítja vagy személyiségértékeiben lefokozza az apai tekintélyt, akkor egyesek szerint zavart szenved a közsocializáció, a kollektív társas értékek elsajátítása. A gyermek a családhoz tapad, és társadalmi hatékonyság szempontjából alacsony vivő erejű, önállótlanabb személyiséggé formálódhat. Szélsőséges „nőuralom” esetében bekövetkezett fejlődési zavar pedig súlyos önállótlanági és életképtelenségi állapotokat eredményezhet. Jelenünk „apahiányos” világában közvetlenül észlelhetjük e jelenséget, a „mama hotel” gyakoriságát a „posztadoleszcenciát”, az elhúzódó önazonosságépítő és felnőtté válási folyamatot /Buda B.³⁰).

Itt csak utalunk arra, hogy feltárták a hasadásos elmezavarra hajlamosító családi tényezők között az ún. ferde házasságok gyakori előfordulását is /Buda B.^{27/}. Az ilyen kapcsolatokban az apa háttérbe szorított, vele szemben az anya megvető vagy alulértékelő. Az ilyen apa családjától fokozottan igényelné a csodálatot és elismerést, ezt azonban nem kapja meg. A házasságában csalódottá, feleségéből kiábrándulttá, alacsony önbizalmúvá és férfiaságában elbizonytalanodottá lesz. A család belső szakadásába és meghasonlásába a szülők gyermekeiket is bevonják. Ezek többnyire egyik szülő mellé állnak. Ilyen légkörben a szülők szinte direkt módon adják át irracionálisukat és szorongásaikat a gyermekeknek, akik

ezért állandó bizonytalanságban élnek és meg inkább szoronganak /Kun M.⁹⁹/.

4. 7. A nevelésben felhasználható tanulságok

A gyermeknek bizonyos fokú korlátozást és akadályt el kell viselnie ahhoz, hogy kifejlődjék a realitásérzéke. Meg kell tanulnia az azonnali élvezetről való lemondást egy későbbi öröm kedvéért, a lemondás elviselését és a másik ember igényeinek tekintetbevételét. A kivárás, korlátozás, türelem elsajátítása éppoly fontos, mint az örömképesség kifejlesztése. Az öröm és a kín a lelki rendszer harmonikus fejlődése szempontjából egyaránt nélkülözhetetlen élmény. Bármelyiket kapcsoljuk ki, az megzavarja a fejlődés egyensúlyát.

Ezért tekinthetjük elhibázottnak a mindent megengedő nevelést. A várni tudást maga a természet kényszeríti ránk. A gyermektől e tekintetben fokról fokra kell annyit követelnünk, amennyinek teljesítésére már szervezetileg képes, érett, alkalmas /Nemes L.¹²⁵/. *Pl. nem várhatunk el szobatisztaságot egyéves korban, amikor a gyermek idegi szabályozása még éretlen a korlátozásra, és így ennek biológiai feltételei nem biztosítottak. Nem taníthatunk várakozásra egy időérzet nélküli, csupán „biológiai órája” szerint élő és testi szükségleteit sírással jelző csecsemőt. A fejlődésben a korlátozásokat mérsékelten, szeretettel, megértően, de következetesen kell nyújtanunk - mindenkor a gyermek érettsége és teherbírása szerint /Ranschburg J.¹⁴⁸/.*

Mindennek megvan a maga ideje. Saint-Exupéry szép példázata szívhez szólóan érzékelteti ezt. Egy napon az ablakából kitekintve egy bábujából vergődéssel bontakozó pillangóra lett figyelmes. Megsajnálta. Odament és kezével segítette a bábból kiszabadulást. Csakhogy a pillangó nedves szárnyacskái erőtlenül rogytak össze, csakhamar vergődve pusztult el. Exupéry megértette, hogy a pillangó születéséhez az a küzdelem és idő hozzátartozik, amit ő le akart rövidíteni. Bízunk tehát a fejlődés természetes ütemére a történéseket, ne siettessük, de minden szükséges támogatást adjunk meg ahhoz, amire valóban szüksége lehet a gyermeknek. Ezek között pedig a két legerősebb segítség: a határok védelme és a szeretet.

Kétségtelen, hogy a szülők vagy gondozók feladata nem könnyű. A gyermeket a veszélyek elkerülése (és ennek megtanítása) érdekében korlátoznunk, testi épsége érdekében pedig óvnunk kell mozgásos szertelenségének sodrától anélkül, hogy átélje az agyonkorlátozás, a kiszolgáltatottság érzését. Az anyai jelenlétnek és távollétnek, a biztonságot adó kielégítésnek és feszültséget keltő elvárásoknak, az apai és szülői engedékenységnek, valamint tilalomnak olyan középarányát kell kialakítani, hogy közben ne sérüljön a gyermeki akarat, az önállósági törekvés és az öntevékeny kezdeményezőkészség kibontakozása.

*A jutalmazás és büntetés formái igen eltérőek az egyes családokban. Ezeket a szülők személyiségének érettsége, türelmének mértéke, ingerlékenysége, aktuális közérzete határozza meg. Az alapvető nevelési eszközök megválasztásában nagy szerepet játszik a szülő saját gyermekkorában átélt családmintája is. A józan belátások ellenére így fennmaradhat pl. a testi fenyítés szokása. „Nekem is jót tett hajdan egy-egy nyakleves” - mondják a szülők, vagy mintegy önigazolásként a nagy pedagógiai erejű makarencói pofon emlegetéséhez folyamodnak. Sok anya számol be arról: „Nem tehetek róla, előbb jár el a kezem, mintsem akarnám!” A büntudattal társuló testi fenyítés a szülőben típusos következetlenségek forrásává válhat: megsajnálja a megvert gyermeket, és a verés után elérékenyülten dédelgeti, elnézőbbé válik iránta. A gyermek *nem érti* az ilyen helyzeteket, elbizonytalanodik, vagy szembefordul a szülővel. Ha ez ismétlődik, előbb-utóbb rájön, milyen előnyei származhatnak szülői fenyítés utáni engedékenységből. Elég tehát valami rosszat tennie, hogy feldühítse szüleit, majd az eltűrhető verés után a gyengédségi időszakban kicsalhatja szüleitől azt, amit eredendően elérni, megkapni kívánt. A későbbi partnerkapcsolati viselkedésében, a felnőttkori intimitás helyzeteiben is tovább élhet ez a hátrányos minta, vagyis csak akkor tud majd örülni a gyengédségnek, ha az civódással, esetleg tettlegességgel kapcsolódik össze vagy veszekedés előzi meg. Később tehát előnyben részesítheti a kibékülés teátrális formáit.*

A testi fenyítéssel történő nevelésről sokszor és sok helyütt esik szó. Mégis szükséges ezzel foglalkoznunk, hogy néhány következményére utalhassunk. A felnőttek ítéletrendszerében sokszor felfedezhetünk gyermekkorból fennmaradó, hamis nézeteket. Ezek a gyermekkori tapasztalások és

élmények sűrített lecsapódásai. Meghatározók a felnőttkori viselkedésben és annak esetleges agresszív megnyilvánulásaiban. Ilyen nézet pl., hogy „az asszony verve jó” (ebben a gyermekkori szülői házban látott hasonló jelenetek emléke és ennek elfogadása sűrűsödhet).

A gyermek hosszú ideig tehetetlen a szülő haragjával szemben. Ha azt tapasztalja, hogy kiszámíthatatlan, miért kap verést, akkor titkolózni kezd, kibúvókat keres, és zárkózottá, őszintétlenné válhat.

Egy, a *Meggyötört gyermekek szüleiről* szóló tanulmányban Smith S. és mtsai a gyermeküket bántalmazó szülők jellemvonásait vizsgálták meg. 134, a bántalmazás miatt kórházi ellátásra kerülő, 5 évnél fiatalabb gyermek és 214, a gyermekét bántalmazó szülő összetett vizsgálatából a következőkre derült fény:

1. A gyermeküket súlyosan bántalmazó szülők átlagosan 19-20 éves korban alapítottak családot, és 21-23 éves kor közötti szülőknél fordult elő a legtöbb tettlegesség;
2. a bántalmazók igen rossz anyagi és egzisztenciális helyzetben éltek, és saját gyermekükre is a bántalmazó és agresszív szülői hatásokat tartották a legjellemzőbbnek;
3. a megvizsgált anyák 76, az apák 65%-ánál valamilyen személyiségzavar állt fenn, az apák csaknem 30%-a alkoholista volt;
4. az anyák 34%-a neurotikus állapotának hátterében boldogtalan, a szeretetet nélkülöző gyermekkor húzódott meg;
5. néhány (5) szülő hosszan tartó elmebetegségéhez társultak a brutális kegyetlenségű tettlegességek;
6. a megvizsgált apák egynegyede, az anyák egytizede büntetett előéletű volt tettlegesség, garázdaság miatt. 19%-uknál már az előzményekben is előfordult a gyermekükkel szembeni kegyetlenség.

Tehát a szülői feladatokra éretlen, túl fiatal emberek, a kedvezőtlen családminták, a szülők meggyötört gyermekkora, a bizalom, a szeretet és a

türellem teljes hiánya, a különböző fokú és jellegű személyiségzavarok, az alkoholizmus mind lehetlenné teszik a megfelelő családi légkör kialakítását, egyben esélyeket teremtenek az agresszív szülői magatartásra.

Napjainkban a büntetésformák között gyakran fordul elő a *szeretetmegvonással való fegyelmezés*. Mivel erről az eszköztől hamar kiderül hatékonysága, sokan és sokszor élnek vele. Ha a gyermek a családban a gondoskodás és szeretet melegét tapasztalja, ha az anyagyermek kapcsolat jó, ha az apa is képes megvalósítani a nevelésben a korlátozás és erő megfelelő arányát, akkor a gyermek fejlődése kedvezően alakul. Mégis, éppen az ilyen kedvező légkörben látjuk gyakorinak a szeretetmegvonással történő fegyelmezést. „Nem szeretlek, menj, rossz voltál” - mondják a kisgyermeknek, aki kétségbeesve futna vigaszért, a szülők azonban több-kevesebb következetlenséggel elhárítják, vagy éppen meghatódva elfogadják a gyermeki engesztelést.

Kétségtelen, hogy szükség van korlátozásokra, akadályozásra. A frusztráció (akadályozás miatti kínos érzés) pozitív szerepet kap az emberi életben, mert alkalmazkodási erőfeszítésre készítet, és változatos adaptációs technikák elsajátítására ösztönöz. A korlátozás veszélyt elővételező féltés, amelynek csak a gyermek korai életszakaszában van hatékonysága. A nevelésben azonban az a döntő, hogy az adott nevelőeszköz alkalmazásának milyenek az előfeltételei. Ilyenek pl. a jó érzelmi klíma, az elfogadó és biztonságot nyújtó családi légkör. Ha ilyen már létezik, akkor eleve nem szükségesek a hangsúlyozott nevelési „fogások”, elég a szép szó, a magyarázat, a tilalom okainak elmondása, a tekintet fegyelmező szigorának hatalma.

Egyenletes hangvételi családban az emeltebb hangszín is jelzőértéket nyer, és nagyobb a hatása, mint a gyermeket megrémítő, de később közönyösen hagyó kiabálásnak vagy a lélekre beszélő szóáradatnak. *A röviden megfogalmazott tiltások hatásosabbak*, mint a túlmagyarázottak. Ha elegendő a türelmünk, akkor megtehetjük, hogy *csak akkor szóljunk, ha a gyermek magatartása elegendő okot ad erre*. A dackorszaknak nevezett önállósági periódusban ez különösen fontos. Sok szülő nehezményezi pl., hogy gyermeke tönkreteszi a játékait. „Ne ciháid a babát”, „Ne szedd szét a dobozt” - ilyen és hasonló korlátozások akadályozzák a gyermek

cselekvéseit, tárgymegismerő, kutató (exploratív) kíváncsiságát. Pedig ebből épül ki a világ dolgai iránti nyitott érdeklődés és befogadás hajlama /Ranschburg J.¹⁵⁰/.

Kimutatták, hogy a tárgyak szétszedését megakadályozó szülők gyermekei között nagyobb számban fordul elő kényszeresség, aggályosság, döntési képtelenség és ritualizálódó viselkedési szokások ismétlése. Az ilyen gyermekbe beleépül a hamis ítélet, hogy a tárgyak és dolgok felbontása, megismerése egyenértékű a rombolással (destrukcióval), ezért kényesen vigyáz mindennek az épségére. Ezzel szemben a tárgyak szétszedésében utat találó és így levezetődő agresszív feszültségeket nem tanulja meg megfelelően lereagálni: a feszültség fennmarad, és ez a gyermek belső nyugtalanságát, szorongási és önbüntetési hajlamát alakítja ki /Dührssen, A.⁴⁹/.

A jutalmazási formák terén úgy tűnik, mintha kevesebb lenne az ártalmi lehetőség. A valóságban viszont *nehéz a jutalmazás helyes arányát megtalálni*. A túlvédő és túljutalmazó szülő a gyermek minden megnyilvánulását olyanná fokozza, amelyben a cselekvések értéktudata nagyobb a szükségesnél. Így a gyermek részint csak akkor hajlandó tenni valamit, ha a család megtapsolja vagy valami ellenszolgáltatást nyújt érte, részint pedig torzulhat az önértékelése. Ha az önmagáról kialakított és a szülői túlértékelések nyomán beépített vélemény a családon kívüli közösségekben nem kap hasonló megerősítést, akkor ez összeütközések forrásává válik a gyermek világában. Így agresszív, követelőző magatartás vagy félnk és a család védelmébe visszavonuló viselkedés alakulhat ki, és ez különböző fokban károsíthatja a gyermek önértéktudatának fejlődését. A túlvédő család veszélye az ún. „gumiketrec” jelenségben mutatkozhat meg /Pertorini, R.-Horváth Sz.-Juhász E.¹⁴⁰/.

A gyermek minden más közösségben kudarcélményeket él át, csak a család védelmében és annak frusztrációmentes légkörében képes feloldódni. Így a családhoz tapad, nem tud felnőtté válni, gyengül az önálló életre való képessége, és sérülhet alkalmazkodási törekvése.

A szülői szeretet folytonossága egyenletes, elfogadó, a magatartást megfelelően minősítő érzelmi légkört jelent, amelyben egyaránt helye van elvárásnak, jutalmazásnak, korlátozásnak és büntetésnek is. A túlságosan

engedékeny nevelés, amely meg akarja takarítani a tilalmakat és korlátozásokat, sokkal inkább szolgálja a nevelők nyugodt lelkiismeretét, mintsem a gyermek érdekét.

Az eddigiekből még egy nyilvánvaló tanulságot vonhatunk le: a gyermeki személyiség, a gyermeki karakter kialakításában (a tartós, állandósuló viselkedésformák létrehozásában) meghatározó és döntő szerepe van a *gyermek számára nyújtott példának*. Ez jelentősebb, mint a szóbeli követelmények (azokkal legfeljebb negatív önkontrollt tudunk kialakítani). A példa azonban eleven emberformáló erő. Deák Ferenc ezt így fogalmazta meg Eötvös Károlynak, amikor az elmondta, milyen embert szeretne faragni a fiából: „*Magad légy olyan, mint amilyené fiadat tenni szeretnéd!*” A gyermeknevelésben nem a szándék, nem a tudatos szóbeli ráhatás manőverei határozzák meg elsődlegesen a karakterfejlődést, hanem szülők viselkedésének (később a „tekintélyszemélyek” magatartásának) eleven folyamata, a látható és bevésethető minták, a példa önmaga.

A gyermek nemcsak a szülőhöz válik hasonlónak, hanem ahhoz a gyermekideálhoz is, amilyenek őt szülei látni szeretnék.

5. A FELNŐTTI LÉT KÜSZÖBÉN

Míg kezdetben a család az életesemények fő színhelye és a viselkedési mintavétel bázisa, addig a kapcsolati mezők kitágulásával egyre több külső, környezeti élmény köti magához és alakítja a gyermek karakterét. A szülőkkel való azonosulás folyamatát követik a példaadó, érzelmileg vonzó személyekkel, azok egyes megnyilvánulásaival vagy szokásaival történő kisebb-nagyobb mértékű azonosítások.

A családi védelem, biztonság és hátvéd funkció igénye mellett már a hatodik életév körül bekövetkezik a társas kapcsolatok fejlődésének nagy fordulata, amelyet *átpártolásnak* nevezünk /Mérei F.¹¹⁴/. A társas érdeklődés a felnőttekről áttolódik a gyermektársakra, az egykorú gyermekek közösségére. Az indulati és érzelmi meghatározottságú gyermek-szülő viszonylatból *kibontakozik, és beérik a kötődési fordulat*, a helyzeti eredetű, körülmény vezérelt, kifelé irányuló társas kapcsolódások igénye és képessége.

A családi szocializáció kereteit szétfeszíti a külső vonzalmak és kapcsolatok hívóereje, az egykorú társakkal átélhető *közös élmények* csábítása. E könyv keretei azonban nem teszik lehetővé e szerteágazó folyamat követését. A családban folyó szocializáció történéseit követve, még egy döntő fontosságú életszakasszal kell foglalkoznunk, amelynek konfliktusai érzelmi-indulati szempontból ismét inkább a családi térben zajlanak, és a család segítheti elő békés feloldódásukat. Ez a pubertáskori identitás-váltás periódusa, amely a gyermeki személyiség felnőtté válási folyamatának bevezető történéssora. A család - mint legszemélyesebb megnyilvánulásaink életközege - egyaránt lehet béklyója és segítő ereje a gyermek felnőtté szányp próbálgatásainak. A csalárendszer működés módja játszik bele abba, hogy a gyermek személyiségérése megreked-e infantilis szinten, fejlődése korán lezárul, vagy szabadon és nyitottan bontakozik ki a gyermekből az ifjú ember.

5.1. Átmenet a gyermekkorból az ifjú felnőttkorba

A serdülőkori (pubertás vagy adolescencia) a gyermekkorból a felnőtté váló „átnövés” folyamata, testi, lelki és szociális szempontból egyaránt. Az ismert kifejezések, mint pubertás és adolescencia a latin „fejlődni” (pubescere, adulescere) igékből származnak. (A pubescere: „szőrösödni” fogalma a korai nemi érési szakaszt, míg az adulescere: érni, növekedni, inkább az ifjúkort jelöli.)

A *serdülőkori* az emberi lét legígéretesebb, változásokban és fordulatokban gazdag, válságosan bonyolult, forradalmian nehéz szakasza.

A *biológiai nemi* változások szoros értelemben vett pubertásfázisa (11-12-től 14-16 éves korig) néhány év alatt végbemegy, a *szociális és pszichikus serdülés* azonban 20-21 éves korig is kitolódhat. A fejlődés, növekedés tartalma a felnőtté váláshoz hozzárendelt társas-társadalmi funkciók és szerepek differenciálódásával és az elérhetőség feltételeinek nehezülésével ma mintegy tízéves időszakra terjed ki. Míg a testi, nemi érés - főként a lányoknál - már 10-11 éves korban megindulhat, és ezt az akceleráció nemcsak előbbre hozta, hanem fel is gyorsította, addig a felnőtté váló szociális átnövés lelassult. Egyre szaporodnak a felnőtté váló társas-társadalmi követelményei, a gazdasági függetlenség korhatárai pedig erősen kitolódnak. Egzisztenciálisan is kényszerűen benn tart a függésben a napjainkban kitolódott tanulmányi idő. A fiatal az önállóság feltételeit nem tudja megteremteni, párkapcsolati intimitás-igényeihez képest is messze elmaradnak a saját otthon megvalósítási lehetőségei. A serdülés évtizedének a fejlődő személyiségre háruló terhei és feladatai igen nehezek; megoldásuk a személyiség nagy teljesítményeként értékelhető. Még a legbékésebben végbemenő serdülés is három elkerülhetetlen próbatétel elé állítja a gyermeket:

1. *Ki kell bontakoznia a szülővel való kapcsolat gyermeki szerephelyzetéből*, el kell oldania az érzelmi függés és alárendelődés fonalát, egyenrangú partnerkapcsolattá kell alakítania a családjához fűződő viszonyát. Ehhez önállósulni kell, anélkül, hogy sérülne, másokat sértene vagy a családi egyensúlyt krízisbe vinné.
2. A nemi éréssel biológiailag felnőtté váló fiatalnak *bele kell tanulnia a nemének megfelelő szerepekbe*, azonosulnia kell a nemisége által társadalmilag determinált törekvésekkel és feladatokkal, de legalább- is el

kell jutnia a másik nemmel való zavartalan és örömteli kapcsolat kialakítási, ill. fenntartási képességéhez. Pszichoszexuálisan tehát éretté, bensőséges párkapcsolatra alkalmassá kell válnia.

3. Végül el kell sajátítani a *felnöttséggel járó teljesítmények* (pályaválasztás, majd pályahivatás, foglalkozás-gyakorlat) *szerepkövetelményeit*, sőt e feladatok ellátására való alkalmasságát is bizonyítania kell.

Kérdések sora feszül a serdülőben: Kivé legyek? Mivé váljak? Merre tartsak az életben? Ki(k)hez tartozom? Kivel vállaljak barátságot, eszmei azonosságot, életszövetséget és társkapcsolatot? A válaszok fellelése és a három fő feladat megoldása időbeli folyamat. A nemileg, biológiai szempontból érett fiatal a szociális helyzeteiben még hosszú ideig gyermek. A serdülő meghiúsulások és konfliktusok és konfliktusok feszültségében él, hiszen meg kell küzdenie a család, barátok, iskolai közösségek sokféle hatásával, sőt önmagával is küzdelmet kell folytatnia új identitásának kiformalásáért, felnőtt önmaga megtalálásáért. A felnőtt szerepek gyakorlása, próbahelyzetei, tanulása során lassan formálódik ki az „új ember”, kétségtelenné téve azt, hogy *a serdülés pszichés jelenségei nem függnnek közvetlenül a biológiai fejlődéstől, jóllehet abban gyökereznek. A serdülés sokkal inkább a testi átalakuláson alapuló sajátos közösségi szerephelyzet, pszichoszociális átnövés a felnöttségbe.* Mibenlétét és végbementét azok a társadalmi normák és élethelyzetek határozzák meg, amelyek egy-egy korosztály felnövekedését övezik. A család, a kiscsoportok, baráti, iskolai egyéb közösségek közvetítik a fiatal felé a szerepeket, normákat, elvárásokat. Tapasztalatok, hagyományok, belenövással „természetesként” elfogadott szokások alakítják ki végül is a viselkedés korjellegzetes arculatát. Az életkori normák legmélyebb forrásai viszont a társadalmi szükségletekben rejlenek, ezek döntenek el, hogy adott időszakban mit várunk el, mit helyeslünk vagy utasítunk el, mit követelünk meg a teljesítmény, alkalmazkodás, morál, életértékek és viselkedés terén. Minél egységesebbek a társadalmi normák, annál hatékonyabb viselkedésformáló erejük. Minél inkább meggyőződésen alapuló az érték és mintaközvetítés, annál nagyobb az átvételi ingere és serdülőre tett hatása, annál erélyesebb a személyiségben ivódása.

Mivel a serdülés az emberi fejlődés biológiai szükségszerűsége által életkorilag determinált, lezajlásában azonban lényegileg lelki és társashelyzeti változásokból formálódó folyamat, ezért a *pszichoszociális jellegzetességeket* alapvetőnek kell tekintenünk. A gyermekségből a fiatal felnőtti létbe, a család által támogatott életreménységekből a társas és társadalmi realitás tudomásulvételébe, az otthonok intimitás melegéből a személytelenebb, ridegebb és ellentmondásokkal teli szociális valóságra vezető út hosszadalmas és kritikus. A serdülés tipikus létfeszültségéből fakadó „Hogyan tudhatom? Mit remélhetek? Mit kell tennem?” kérdések válaszainak megtalálásához, a serdülőnek a már *Kant* által is létezési alapkérdésnek tartott életdilemmák megnyugtató feloldásához társas, közösségi emberi kapcsolatból nyerhető segítségre van szüksége, hogy ráleljen azokra az értékekre, eszményekre, amelyekbe énjé folytonosságra, személyisége egyensúlyra, perspektívára és alkotó kibontakozásra talál.

5. 2. A serdülés mint normatív életválság

5.2.1. Az identitás fogalma

Az ember alapvetően társas, szociális lény. A „társadalom” mint legtagabb szociális létfeltétel és élettér mindannyiunk számára a *mikromilióben*, közvetlen személyi kapcsolataink valóságos környezetében nyer realitást a családban és a számunkra érzelmileg fontos (baráti) vagy jelentős hatású (referencia) személyek világában. Az emberi egzisztencia egyéni sorskereteiben és élménytüköröződésében az identitás a „*pszichoszociális nukleusz*”, (*mag*), amelyben individuális, páratlanul egyszeri egyedi és társadalmi közösségi mivoltunk egységesül. E fogalmat Eric Erikson vezette be az ötvenes években /Erikson, E.⁵²/. Az identitás önazonosságot, ennek *tudatát, élményét* és általa meghatározott *viselkedést* jelent.

Az identitás, mint a szocializáció „ikertémája” holisztikus fogalom. Míg a szocializáció a társas követelmények világába belenövő gyermek „társadalmasodási” útja, addig az identitás az ezzel való közösség, azonosság vállalása; azonosulások és elhatárolódások, hovátartozás, gyökerek, életút, orientáció és jövő, célok és értékek rendszere: mind

tudatos elkötelezettségek vállalásaként, mind nagy erejű érzelmi kötelékek gyanánt. /Pataki F.¹³⁸/.

Az identitás-érzés, élmény, de a megragadható pszichikus tartalmak egysége is, mely az önképben (szelfben) sűrűsödik. Pataki Ferenc /1986/ szerint az identitás a társadalom leképeződése, a társadalmi tapasztalatok szintetizálása az énben az érzelmi közösségvállalás és azonosságtudat szubjektív élményével. Míg a személyes identitás fejlődésünk történetében, az életútban követhető és ragadható meg, addig a társadalmi identitás azt a komplex beágyazottságot tükrözi, ahogyan és ahová (haza, anyaföld, nemzet, anyanyelv, lakóhely, társadalmi réteg, kultúra, közösség, vallás stb.) tartozunk az emberi közösség rendszereiben. Az identitásnak antropológiai, pozicionális, ideologikus, közvéleményi minősítő és embléma jellegű elemei vannak. Antropológiai a nemünk, az életkor, a családi, etnikai hovatartozás és a külsődleges, fizikai jellemzőnk. Pozicionális elemek a szerep vagy csoport hovatartozások, társadalmi, munkahelyi stb. szerepünk. Ideologikusak azok az erkölcsi, filozófiai és vallási eszmerendszerek, amelyekkel azonosságot vállalunk (amelyekben hiszünk). Közvéleményi minősítők a rólunk kialakított nézetek, vélekedések, ezek „azonosítanak” és különböztetnek meg másoktól a közösségi ítéletekben. Az emblémajellegű elemeket az identitáskellékek, jelképek, ruházat, jelvények, divatkellékek hordozzák. Az identitás megvalósuló, magatartásban is kifejezésre jutó formája az „aktualizált vagy operatív identitás”. A serdülőkor legfontosabb feladata az identitás kiformalása: egységes (fiatal felnőtt) önvalónk (széliünk) megszületésének szolgálata.

5. 3. A serdülés mint pszichoszociális krízis 5. 3. 1. Az identitásválság és identitásteremtés

Erik Erikson⁵³ dán származású, Amerikában élő pszichoanalitikus mutatott rá arra az ötvenes években, hogy a személyiség szociális fejlődését *folyamatosság* (kontinuitás), *állandóság* (stabilitás) és *azonosság* (identitás) jellemzi, miközben egyszersmind fejlődése *szakaszos*. *Epigenetikus*: azaz egyfajta belső alapterv szerint halad. Ez a terv megszabja a részek fejlődését, mígnem ezek a részek működő, integrált egységgé szerveződnek. Az egyes fejlődési szakaszok (ciklusok): 1. *szomatikus (testi)*

rendszerben; 2. a személyes (belső lelki, tudati, érzelmi); és 3. a társas rendszerben (az adott földrajzi) történelmi, gazdasági-társadalmi viszonyok függvényében zajlanak. E szintek összefonódnak és közös identitást formálnak. Minden fejlődési szakasznak megvan a maga sajátos feladata, amelyhez a biológiai (testi) érés alapot ad, a szociális világ pedig kihívásokat teremt. Ebből konfliktusok, krízisek születnek, melyeket meg kell oldani. Így épül be a kultúra az emberbe, és ebből formálódik ki az életstílusunk. Minden ciklus az előzőre épül és vele integrálódik. Ehhez azonban az egyes szakaszok feladatait meg kell oldani, a válságot, krízist le kell küzdeni. Az életciklusok saját alapkonfliktusai és krízisei az ún. fejlődési vagy normatív krízisek, amelyekkel való megbirkózás továbblandíti a fejlődést (lásd 1. táblázat).

Megoldásképtelenség vagy fázis-szükségleteinek kielégítetlensége esetén a fejlődés elakad, a személyiség regresszióba kerül, saját - már elért - alkalmazkodási és viselkedési színvonalra hanyatlak. „Az egészséges identitás az egyén folyamatos és gyarapodó, szubjektív érzése, felgyülemelő bizakodása, hogy belső létének egysége és folyamatossága mások szemével is megfelel az egység és folyamatosság fogalmának, ahogy ezt életpályája kilátásai is tanúsítják” - tanítja Erikson⁵¹ /i.m. 437. old./.

Az ember élete beágyazott kultúrájába, szervesen tartozik családjának és közösségének világához. Rendelkezik önmagával, „rendben lévőnek” érzi magát és megfelel környezetének elvárásainak, bizalmának.

Az egyén nyolc alapvető életcikluson halad át születésétől haláláig, melyek az ösbizalom, autonómia, kezdeményezés és teljesítő képesség megvalósításán át vezetnek el a serdülőkori főfeladatig: a korábbi fejlődési szakaszok hozományát egységes identitásba kell foglalni.

Az 1. táblázatban tesszük áttekinthetővé a nyolc szakasz jellemzőit is.

1. táblázat. Alapszükségletek-alapkonfliktusok, fejlődési feladatok

Fejlődési szakaszok		Alapszükségletek-alapkonfliktusok, fejlődési feladatok							
1	Csecsemőkor Orális-szenzoros	bizalom v. bizalmatlanság							
2	Kisdedkor anális-muszkuláris		autonómia vagy szégyenérzet és kétely						
3	Óvodáskor fallikus-lokomóciós			kezdeményezés vagy büntudat					
4	Kisiskoláskor latencia				teljesítmény vagy csökkentértékűség				
5	Pubertáskor adoleszcencia integrált genitália	időperspektíva vagy ennek zavara	magabiztosság vagy féltékenység	szuperkísérletezés vagy szerepfixáció	teljesítőképeség vagy a munkára alkalmatlanság	identitás vagy szerepdiffúziós zavar	nemi polarizáció vagy biszexuális bizonytalanság	vezető egyéniségek és követők differenciálása vagy az autoritás hiánya	
6	Fiatal felnőttkor					intimitás vagy izoláció			
7	Érett felnőttkor						alkotóképesség vagy stagnálás		
8	Öregkor								én-integritás megőrzése vagy kétségbeesés

„A serdülőkorra jut el az egyén testi növekedésébe, szellemi érettségében, társadalmi felelősségérzetében odáig, hogy átélje és megoldja az identitásválságot, melyet tulajdonképpen a serdülés pszichoszociális oldalának tarthatunk" /Erikson⁵¹ i.m. 437. old./ Túljutni is csak úgy lehet ezen az életcikluson, ha kialakul az identitás, amely döntően meghatározza az egyén későbbi életét. Az identitás kiformálása (ötödik szakasz) után az intimitás (párkapcsolat, generativitás, utódfelnevelés), az alkotó élet kibontakozása és az időskori integritás (sértetlen teljesség) megőrzése a felnőttkori életszakaszok 6.,7. és 8. fázisának feladata. Ezáltal az egyén az élet egyes szakaszaiból eredő vonásokat - sorrendben mint hit; akaraterő; célirányosság; hozzáértés; hűség és szeretet; gondoskodás; alkotás és végül bölcsesség - átáramoltassa az utódokhoz, így a nemzedékek szellemi vérkeringésének részévé tegye. Ez a pszichoszociális erő élteti a társadalmak (egyedeinek) generációs egymásutánját.

Erikson fejlődésmodelljében a serdülőkori identitásépítés mérföldkő funkciót tölt be: sikerén áll vagy bukik az egészséges, alkotóképes felnőttkor és önmegőrző, harmonikus öregség.

A serdülőkorban kiküzdött önmeghatározások saját ítéletek és állásfoglalások az identitástudat stabilizáló horgonypontjaivá válnak. Ezek híján az identitás - *Váriné Szilágyi Ibolya /1989/* kifejezésével „kvázi-identitássá” torzul: töredezett, gyenge, kopírozott (másolt), idegen vagy

tömeghatásra (médiahatásra) született, kívülről erőszakosan „behatoló” ítéleti sémákból formálódott, sztereotip tudatelemekből tagolódott, szervesetlen, „homlokzati” szerepviselkedésben kifejeződő *hamis önazonosság*, amelyből hiányoznak a saját belső kötődések és elkötelezettség.

5. 3. 2. Az identitásválság négyfajta szakasza, állapota és megjelenési formája

Erikson krízismodelljét a spanyol pszichológus Marcia¹⁰⁶ fejlesztette tovább a hatvanas években. Az identitásválság négy formáját különböztette meg a serdülő önmeghatározásának jellegzetességeitől függően: *a diffúz identitást, a korai zárást, a moratóriumot (haladékot) és az érett identitást*. Ezek *a formák szakaszokat* is jelölhetnek, egyszersmind *sajátos állapotoknak felelnek meg*.

A diffúz identitás a fejlődésnek azt a szakaszát jelöli meg, amikor a válság küszöbén az egyén még előtte áll a felelős választásoknak és a szerepek sokféleségét elkötelezettség nélkül próbálgatja (játssza), nem integrálta önmagába. *Az identitás diffúzióban* az egyén kaméleonként váltogathatja szerepeit belső azonosságvállalás, elkötelezettség nélkül, „összemosódó” önkép-tartalmakkal, a „ki vagyok én” kérdés megnyugtató megválaszolásának képtelenségével.

Korai zárásról akkor beszélhetünk, ha az egyén már bekapcsolódott ugyan a felnőtt viszonylat- és kapcsolattrendszerbe, de azt nem saját, válságos belső „forradalma” árán tette, nem küzdött meg érte önállóan, hanem készen kapott szerepsémákat épített gyermeki énje köré, amely őt „kipárnázottan védi” az alkalmazkodás előnyeit biztosító magatartással, miközben belsőleg éretlen marad. Ezen a szakaszon azonban a serdülő túljuthat.

A moratórium azt a folyamatot jelöli, ameddig az önmeghatározási válság szakasz zajlik. Ez esetleg időben kitolódik, „haladékot kap”, a történések elhúzódhatnak (amint ez korunkban oly jellegzetes).

Az érett identitás az út végét jelzi. Ekkora krízisfolyamat lenyugodott, befejeződött és az önkereséstől az egyén az önmegvalósítás felé fordul.

E szakaszokat, mint identitás-állapotokat sajátos személyiség-jegyek, mintegy „tünetek” és ismérvek jellemzik. A moratórium erőteljes szorongással, bizonytalansági feszültséggel jár. A korai zárást inkább lelki szélcsend és minimális szorongás kíséri. Ugyanakkor, mind a korai zárásban, mind az identitás-diffúzióban gyenge a stresszekkel való küzdési, birkózási képesség és az intellektuális önállóság. A korai zárásban a serdülők inkább igyekeznek „kilépni a helyzetből”, a diffúz identításban viszont a cselekvési tehetetlenség és belső káosz-érzés bénulttá teszi őket. A korai zárást erőteljes tekintélyelvűség, dependenciakészség és gyengébb önállóság jellemzi. A moratórium és az érett identitás állapotait fokozott társas és kulturális érdeklődés, valamint érzékeny reflexiós készség tükrözi.

5. 3. 3. *A serdülés testi-szervezeti változásai és ezek pszichoszociális integrációja*

5. 3. 3.1. Idegrendszeri változások

A serdülés első hírnökei testi jelek, ezt mindenekelőtt a másodlagos nemi jellegek kifejlődésének szembetűnő történései tükrözik. Az első menstruáció illetve az éjszakai pollúciók megindulása a nemi ivarérettség bizonyítéka. E feltűnő testi változás mögött azonban különös, *rejtett neuroanatómiai* átalakulások is zajlanak, amelyek az agyi információ feldolgozó rendszer - szinte teljes -átrendeződését vonják maguk után. *Kulcsár Zsuzsanna*⁹⁶ e rejtett biológiai változásokat az idegrendszeri ökonómia (gazdaságos működés) jegyében szemlélteti.

Miben áll a neuroanatómiai „krízis”?

Feinberg /1982, idézi *Kulcsár*⁹⁶/ *programozott sejthalálnak* nevezte el az agyi idegsejtekben a mozgásvezérlő, az érző és az interneuronális (sejtek közötti) állományban bekövetkező drasztikus csökkenést. Az agy idegsejt-szünapsziszai (kapcsolódási és átviteli pályái) jelentősen megkevesbednek, feltehetően a túléléshez szükséges idegsejt-táplálás gazdaságossága miatt. Programozott szünapszisz-szelekció zajlik, a „kevesebbnek több jut” elvén ez a neuroanatómiai változás teszi lehetővé a speciális kapcsolatok neuronális láncainak könnyű, gyors, eredményesebb működését.

Az *agyai anyagcsere* (cerebral metabolic rate=CMR) is jelentősen csökken. Az agy oxigénfogyasztása a gyerekkorra jellemző átlagértékhez képest 13 éves korra 20%-kal, 19 éve korra 30%-kal kevesebb.

Az *alvási szakaszok* (az alvásmélység grafikonján mérhetően) is jellegzetesen módosulnak. A negyedik (mély, delta) alvási szakaszban töltött idő a felére esik vissza, emellett az össz-alvásidő is kevesebb, átlag két órával rövidül meg. Ez a felnőttkorban megmarad.

Az *agyai információfeldolgozó rendszer biológiai alapjául szolgáló folyamatok* (un. agyi eseményfüggő potenciálok (event related potential - ERP) gyors komponenseinek látenciacsökkenése évén az agyi információfeldolgozás hatékonyabbá válik.

A sajátos változások (sejthalál, agyi idegsejt-kapcsolatok számának csökkenése, az oxigénfelvétel és alvástartam, valamint alvásminőség változása) következtében kétségkívül csökken az agyi (anatómiai) *plaszticitás*, viszont növekszik az agy funkcionális ereje: az *analitikus gondolkodás* az adolescenciakor végére éri el teljesítőképességének maximumát.

Az agyi változások felbontják a korábbi automatizálódott és stabilizálódott működéseket. A mozgáskoordináció átalakulása a serdülő „idétlen” mozgásában szemmel láthatóan nyomon kísérhető. A dezautomatizációval együtt jár az újraszerveződés is. A fokozott mozgásigény és a szélsőséges „lustaság” pólusai közt vergődő kamasz ugyanakkor kedveli az extrapiramidális vezérlésű, ballisztikus ritmikus szakadozott-töredezett mozgásformákat (Id. shake tánc, régebben twist stb), ezek segítenek a mozgásvezérlés újraszervezésében. Egyszersmind e mozgások szorongáscsökkentő hatásuk révén oldják a magasabb pszichikus feszültség szintet.

A serdülőkorban olyan új neurohormonális csúcsvezérlés alakul ki az idegrendszeri és hormonális szabályozó rendszerben, mely során szinte rekapitulálódnak a régi működésmódok. Ehhez kapcsolódik, ebbe ágyazódik a korai énefejlődési minták ismétlődése is, hogy a gyermeki identitások egységbe foglalhatók - integrálhatók - legyenek /Kulcsár Zs.⁹⁶/. Az „orális” fejlődési fázis felújulása a csillapíthatatlan étvágyrohamokban,

a fokozott evési szükségletekben tűnik fel. Az „anális” ösztönperiódust jellemző „rend-rendetlenség” dilemma minden kamasznál szülői ütközőpontként jelenik meg. Nem tud, nem akar rendet tartani a tárgyaiban. A kamasz fiú nem szívesen tisztálkodik, ha mégis, akkor hosszasan és sokféle testápolóval. A lányok tisztasági ceremóniákkal fokozott kozmetikai gondoskodással törődnek testükkel. A „fallikus” fejlődési szakasz ismétlődésének szembeűnő jele a nemiséggel való centrális foglalkozás, a nemi szerepviselkedés próbáira való kereső fogékonyság, legfeljebb itt az egykori papás-mamás” játékokat a kamasz pettingek helyettesítik. A „látencia-periódus” felűjűtását a kisebbrendűségi és inkompetencia érzések idűszakos eluralkodása tükrűzi. A testiség centrális szerepe a nemiséggel kapcsolatos, ambivalens viszonyt alakűtja ki, melybűl a testen át történű önelfogadás szűlethet meg.

A kamasz fiűt pl. zavarja, ha anyja testileg érinti, átűleli. Tűbbsűgűk nem hagyja magát simogatni. A korábban kedvelt meleg helyett, most a hideg kerül első helyre, a sál-, kesztyű-, sapkaviseletet minden kamasz elutasűtja. Nemes Lívia¹²⁶ ezt a szűlűi fűszekmeleg, az anyai melegség szimbolikus elutasűtásaként értelmezi.

A test parancsolű műdon észrevéteti magát, akár nyugtalanűtű ingereivel, akár jól láthatű nemi jellegeivel. Olyan űzenettű vűlik, amelynek jelzűsűvel parancsolűan foglalkozni kell.

5.3.4. Testiség, szexualitás, nemi hovatarozás, a felnűttsűg testi elutasűtása

Testűnkben lakozunk, a test és őrűnk egy. „Megtettesűlűsűnk” alaki hordozűjűhoz, testűnkhez is űgy viszonyulunk, mint őrzelmi tűrgyhoz: szerethetűjuk, elutasűthetűjuk, de kűzűmbűsek is lehetűnk irűnyűban.

A serdűlűknek nincs lehetűsűge a kűzűnyre, a figyelmen kűvűl hagyűsra. Vagy elutasűtja az „űj testet” mely felnűttsűgének (feszűltsűget kivűltű) hűrnűke, vagy megelűgedűssel, sűt őrűmmel fogadja jűvendű nűi, asszonyi, anyai ill. fűrfű, apai szerepének nemi hordozűit.

Kamasz testűnk „testisűge” erűszakosan kűzvetűti a „hűs űzenetűt”. Aki elutasűtja a felnűttsűget, fűl tűle, akit megrűműt a jűvű, az akarata ellenere vűltűzű teste, a rűtűrű felnűttsűg erűszak-szimbűluma ellen sajátos „testi

utakon" védekezhet. A tiltakozás leggyakoribb eszköze a táplál(koz)ás elutasítása. Ez napjainkban gyakori, főleg lányoknál.

A táplálás nem pusztán etetés, hanem az (anyai) együttlét és szeretet kifejezése is. („szeretlek, etetlek”, szól a tréfás pszicho-rigmus). A természeti mivoltból a kultúrába való beletalálás az evéstől, a táplálástól a szeretésen át vezet a világban való „bennlét” (szerető elfogadás) érzéséhez. A nőiségben, anyaságban való bennlét tagadásának drasztikus eszköze a táplálkozás visszautasítása. A „húsában jelölt” leány tagadja a feminitást, szexualitást, anyaságot. Nem akar változni, nemi jeleket hordozó lényé válni. Visszautasítása az egyenlőtlenségnek szól, ami a nőt más szerepekbe (esetleg alávetésre) kényszeríti. Női érettségét nem engedi meg a testének, a húshoz mocskos, szennyes képzeteket társít (pl. menstruáció elutasítása, undorérzés). Testének női nemi jellegei a test rabságának üzeneteivé válnak. Azt fantáziálja, hogy nem fog férjhez menni, nem szül gyermeket, esetleg retteg a szüléstől, a testét deformáló terhességtől, és azt kívánja, hogy ne legyen köze a „húshoz”, a testiséghez. Légiességhez való vonzódását a mozgás mámorában (pl. futásban) képes átélni.

Az anyaghoz kötöttség - maga a test - ilyenkor undor tárgya. Féken tartja (sanyargatja), megőrzi „nem nélkülinek”, szinte „testetlennek”, elutasítja, nem táplálja. Paradox módon szállja meg testét figyelmével, érzéseivel: kalóriamegvonással, kínnal, hányással, „kiszáritással”. Küzd, hogy a felfüggesztett állapotot” (se gyerek, se felnőtt) fenntarthassa. Szeretne tiszta szabad lenni, nem akar növekedni, gyarapodni (fejlődni). Ez a testi önkárosításban kifejezésre jutó lelki fejlődési zavar a kóros lesoványodás (anorexia nervosa), mellyel a test ad hírt a felnőtté válás lelki krízisééről /Túry F.¹⁷¹/ Nem véletlen, hogy az emberi kultúrákban tradicionális helye volt a felnőtté avatási szertartásoknak, ezáltal az új nemi és társadalmi szerep vállalásához felkészítéssel és ún. csúcserővel, katarzison át segítették hozzá a fiatalokat.

5. 3.5. *A tranzíció (átkelés) rítusainak szerepe*

A tranzíció az az a folyamat, melynek során az egyén (vagy közösség) egyik szerep- és létformából, életfázisból a másikba átvált, „átlép”. Az átkelés szabályozásának jelentősége abban áll, hogy az új szerepbe (létformába) beavatott személyt megerősítik (konfirmáció) új, tőle elvárt

szerepében. A már nem gyermektől a „még nem felnőtt” átmenet bizonytalanságát enyhítő rítusok *szeparációval* szimbolizálják a váltási küszöböt, *izolációval* (elkülönítéssel) és az új szerepre felkészítő próbatételekkel vezetik (gyakran üzik) át a felnőttek világába. Az új szerepbe „új emberként” való visszafogadás az „inkorporáció” /Péley B.¹⁴²/. Egy afrikai törzsben pl. az ivarérettség testi jelének megjelenésekor a lány gyermeket anyja „kiseprűzi”, kiűzi a házból, mint egy idegent. „Nem ismer rá” gyermekére, akinek rituális tisztálkodási szertartás után szabad beköltöznie az asszonyok házába. A fiúgyereknek a kiűzetés után a törzs férfitagjai által előírt próbákat kell kiállnia. Ha ezt teljesíti, már mint felnőtt férfi vehet részt a férfiak szertartásain. Az ausztráliai Wirdjuri törzsben a serdülő fiúkat „elrabolják” a szülőktől bizonyos „szent helyről érkező férfiak”, és az erdőben egy évig különféle próbatételeket kell elszenvedniük, végül szimbolikus „meghalás”-sal temetik el gyermeki mivoltukat. Átlépve a felnőtt férfiak közösségének küszöbét, a törzs férfitársadalmában folytatják „újjászületett” életüket. Többé nem nevezhetik őket gyermeki nevükön. Származási családjuk is csupán rituális látogatással jelezheti a vérségi hovatartozást. Lányok esetében az anya termékenységfokozó szerekkel kedveskedhet lánygyermekének az „asszonyházban”, jelezve, hogy lánya fogamzóképeségének elismerésével az asszonytársadalom tagjává fogadta.

Mivel a beavatási, tranzíciós szertartások a testi, nemi éréshez kapcsolódnak, szerepük igen fontos mind az új identitás, a felnőtt szerepkövetelmények elfogadtatásában, mind a nemi szerepek testi vonatkozásainak zökkenő mentesebb integrálásában. Jogosnak látszik az a feltevés, hogy a beavatási és átkelési rítusok elmaradása, az átvezetési segítség társadalmi szintű kiesése a civilizáció veszteségének tekinthető, megnehezíti ugyanis a „küszöbökön” való átlépést, magára hagyva az egyént a krízis elszenvedésében /Péley B.¹⁴²/.

A mai amerikai transzcendentális életmód-mozgalom olyan „selyemgubószövősi periódust” tükröz, amelyben a felnőttkorba való átmenet (moratórium) késleltetése jelenik meg a küszöbhelyzet és köztes lét megteremtésével. Ez a fiatalok küzdelme a felnövekedéssel járó életfeladatok vállalásával szemben. A „mama hotel” jelenségben saját kultúránkban is találkozunk ezzel. A „terápiás” segítség beavatáspótló

szertartásokat kreáló kultikus élet-ritualizációkkal történik, amelyek a fiatalok saját „transzcendentalista” életmód választási kísérleteit felülírják.

5. 3. 6. *Az identitás-válság megjelentése az önképben, önismeretben*

A gyermek legnagyobb vágya, hogy túljusson a gyermekkoron - ahogyan kinövi ruháit, úgy hagyja el gyermekszerepeit is. Az ifjúság érzésének göggyével akar a felnőttek fölé nőni. *Túl akar nőni azokon, akik eddig fölé magasodtak.* Mégis, előbb tudja azt, hogy mit nem akar, mint azt, hogy mit szeretne. A tagadás feszültségében él, nemet mond a gyermekségére. („Már nem vagyok gyerek!”) *Mindaz, amit nem akar többnyire éppen az, amit a felnőttek akarnak tőle. Így az ellentétesség, a kontraszthatás feszültsége, olykor kiélezettsége átszövi a serdülés éveit.* Cocteau-nál ez megkapó fogalmazást nyer: *„A fiatalok... többre tanítanak, mint az éveim. Pimaszságuk és szigorúságuk hideg zuhany... Sokszor fárasztanak, mert állandó harcban vannak, s közben sejtelmük sincs arról, hogy mit akarnak, miért forgatják a csatabárdot. A hátunk mögött lecsepülnek, kibeszélnek, a ha netán rossz utat választanak, ránk verik a felelősséget.”* A serdülésnek ez a „kardforgató” és látszólag felnőtt-ellenes attitűdje azonban a Janus arcnak csak az egyik fele, a másik oldalról a bizonytalan, töprengő, változékony hangulatú, érzékeny, olykor világfájdalmas, az életben helyét kereső magát magányosnak és boldogtalannak érző, gátolt, félszeg, esetlen viselkedésű kamaszt láthatjuk, aki önmagát akarja megváltani miközben a lét filozofikus kérdésein spekulál. Amikor a *testi átalakulását* érzékeny figyelemmel és várakozással kísérő serdülő a változásokat nyugtalansággal konstatálja, és ennek nyomán megfogalmazódik benne a „már nem vagyok gyerek” élménye, kezdetét veszi az identitás-szervező folyamat. „Ki vagyok én? Mit érek, mire vagyok képes? Hol a helyem a világban? - születnek meg a nyugtalanító kérdések. Az identitásváltozást önmegismerési és ön-meghatározási-készletetések, *introverzió* (befelé fordulás), a változások megértési igyekezete, *introspekció* (önmegfigyelés) és az érdeklődés sajátosan önös (önmagára vonatkozó) mélyülése teszi nyilvánvalóvá. A tevékenységgel és külső aktivitással szemben a belső, spekulatív és gondolati aktivitás válik meghatározóvá. A játék szinte már méltatlan és lekicsinyelt tevékenységként szorul ki a serdülő mindennapjaiból. Elérkezik - *Balázs Béla* megfogalmazásával - az „*Álmodozások kora*”. Ez a megismerési éhség

és érdeklődési szomjúság jellegzetesen kamaszmintájú feszültsége, melyet Vitányi Iván „generatív fantáziamunkának” nevez. A fiatal úgy érzi, hogy az önmegismeréshez elegendő a spekuláció, arcának „önmagában fürösztése”, a környezettől való érzelmi távolság hangsúlyozása, az elzárkózás. Amikor az embernek válaszolnia kell arra a kérdésre, „Ki vagy Te? Milyen vagy?”, mindenekelőtt ki kell zárnia mindazt, aki „nem ő, aki más”, azért, hogy az azonosságot („én ez és ez, ilyen és ilyen vagyok”) ellentmondásmentesen megfogalmazhassa. Ehhez egy *kizárási és különbség-hangsúlyozási lépés* szükséges. Valójában ez a szükségszerű folyamat indul el a serdülő identitáskereső nyugtalansága nyomán. Az *első fázis* az ellentét, különbség hangsúlyozása (a felnőttekkel szemben), ez pedig az *önállóság igényében* jut leginkább kifejezésre. Bár az önismereti vágy már kinyílik, az önállóság szükséglete kifejezésre jut, az ellentmondás mégis abban élesedik ki, hogy az önállóság és az egyedül-döntések felelősségét még nem képes elvállalni. A vágyak nincsenek összhangban a reális lehetőségekkel. Nem tudja még, mire képes, mit várhat el magától, *nem ismeri hitelesen magát*. A 11-14 éves fiatal csupán egy elvont ideálképet dédelget önmagáról, amelyhez képest lehetőségei, adottságai, tűrőképessége általában alatta maradnak a képzelt és vágyott szintnek.

Amikor a serdülő az önállóságáért küzd, önmaga ellen küzd, Visszavonja érzelmeit a családtól, szinte olyan, mintha nem tartozna már szüleihez. Ezzel éppen saját, a családjába visszahúzódó gyermeki érzései ellen küzd. Az ilyenkor oly tipikus vakmerőségek, csavargások, kimaradozások, esetleg a kisebb-nagyobb szabálytalanságok is arra valók, hogy kipróbálhassa erejét, ügyességét, felnőttiségre való alkalmasságát. Erikson⁵¹ *szerepkísérletezésnek* nevezi azt a törekvést, hogy különféle élethelyzeteket és viselkedési módokat próbáljanak ki, mielőtt eldöntik milyenek is valójában. Természetesen a szerepekhez szükség van mintára, segítségre, elismerésre. A gyermek ezt ugyanabból a forrásból meríti, amelytől látszólag érzelmileg eltávolodott.

Az önállósági konfliktus a serdülés első, szociális kifejeződése. Fontos, hogy megjelenjék, hiszen ez ad késztetést arra, hogy a gyermek valóban megismerje képességeit és lehetőségeit, és bizonyítsa is önállósági alkalmasságát az élet dolgaiban.

Az identitás-változás három fontos történést foglal magába: a serdülő először képzeletben alakítja ki a vágyott énképet és tulajdonságokat (ezt szolgálja az álmodozás). Az énképet alakító éntudat elemeit („milyen legyen?-et”) az irodalom, televízió, rádió és a környezeti tapasztalatok számtalan élménye, benyomása munkálja ki, igen részletes, vágyelemekből hemzsegő, színes, nosztalgikus, olykor érzelgős fantáziák képleteiből. A fantázia túlzásaiból, sűrűjéből tisztulnak ki a megvalósulásra kerülő törekvések. Miként Karinthy diákjánál, a serdülőkori fantázia abban segít, hogy a megvalósultság ábrándjával kecsegtesse a gyermeket, elhitesse, hogy birtokolja azt a képességét, ami számára nincs, vagy nem érhető el.

A gondolkodást, realitást, a közvetlen célokat. A világmegváltó Nagy Sándor-, Einstein-, Joliot Curie-típusú fantáziákból közeli és valós tervek formálódnak.

Ekkor veheti kezdetét az *identitás-változás második eseménye*: az új énképéhez, viselkedéshez illő, sőt szükségesnek ítélt „külső kellékek” (pl. ruházat, hajviselet, egyénöltözék, divat- és korosztályi szabályok által megkövetelt elemek) *beszerzése, kipróbálása*. Minél bizonytalanabb még a belső, szubjektív azonosságélmény, annál jobban szükséges ezt identitás-kellékekkel hangsúlyozni. Eközben a *szerepnek megfelelő magatartás próbája* számtalan formában valósulhat meg; otthon, tükör előtt gyakorolva, iskolában és kortárs csoportokban kipróbálva a megváltozott viselkedés „hatását” a környezetre stb. E *szereppróbák* során dől el a beválás, amely végül a *harmadik lépésben, a begyakorlás és megszilárdítás útján* a személyiség sajátjává, lényegi vonásává teszi a szociálisan „jutalmazott” magatartást. A serdülő identitás elemeiből a felnőtt már csak azt veszi át, tehát az élhet tovább, ami megfelel az adott időszak társas követelményeinek. Ezért a korosztályi identitás szociális meghatározottságú, történelmileg is változó. Buda Béla³⁰ arra hívja fel a figyelmet, hogy a mai serdülő-identitás a „kortalan és örökkévaló ifjúság” arcát hordozza, hangsúlyozzák az adolescencia „értékeit”.

A mai serdülő nem a felnőttiség felelősségére és életformájára vágyik, hanem az ifjúság prolongálására, minél tovább fenn akarja tartani szubkultúrájának életmódját és normáit. Életstílusa, értékrendje, ízlése, modora, öltözködése, attitűdje stb., mind ezt juttatják kifejezésre, Az

ifjúkort az élet csúcspontjának tekintik. Az ifjúsági szubkultúra értékrendjével viszont rendkívül nehéz egyensúlyba hozni azt a szülők és tekintélyek által képviselt értékrendet, mely a gyermekkori azonosulásokban, gyermeki értékekben és hitekben tükröződik. Ezért bizonyul hiteltelennek a zászlóként lobogtatott gátlástalanság és felszabadultság. A torzonborz külső és a szabadosság mögötti az örök kamaszlélek szégyenlőssége, gátoltság rejtezik, amit a túljátszott ellenkező pólus igyekszik eltitkolni és a korosztályi identitás-kellékek (szakáll stb.) mögé bújtatni /Vikár Gy.¹⁸¹/.

A „Ki vagyok én” kérdése a „Mivé válhatok” feszültségét hordozza: kíváncsiság, tudásvágy, a világban való tájékozódás óhaja, az önmagára és a világra rácsodálkozás felfedező öröme teszi az önismereti folyamatot teremtő nyugtalansággá, kreatív történéssé. Amikor a kamasz érdeklődése saját érzéseiből és tapasztalataiból fakad, *személyes indítású*, nem külső elvárások gerjesztik, az ifjú lélek akkor kezdi megteremteni az *én-eszméjének állandóságát* és az ún. *önéletrajzi emlékezetet* /Schachtel/. Ez pedig már *az én folytonosságának és tudatosságának* kifejezője. A nyugtalan kamasz állandóan „újrafogalmazza” magát. Mindig új, egyre több azonosítási próba (sikere vagy sikertelensége) útján megy végbe, a szerepek felvételének és kipróbálásának sorozatából jön létre, míg végül ezek egységessé és egyéni arculatúvá formálódnak a személyiségben.

6. A VÁLTOZÁSBÓL EREDŐ KONFLIKTUSOK SZÍNTEREI

6.1. A szülők gyermekükre vonatkozó kritikái

A serdülő önismereti fejlődéséhez nélkülözhetetlenek a változásból eredő konfliktusok. Ezek az összeütközések eltérő módon fogalmazódnak meg (1) *a szülők ítéleteiben, a nevelők állásfoglalásaiban és (2) a serdülők életérzésében, véleményeiben.*

A szülők gyermekekre vonatkozó kritikája a magatartás serdülő jellegzetességeire irányul leginkább. Amint azt Komlósi Sándor⁸⁸ vizsgálatai igazolták, a kritika tipikus területei: a fiúk és lányok kapcsolatának lezsersége, a felelőtlenség, a könnyelműség a kapcsolatokban; a tanulás elhanyagolása, lustaság, nemtörődömség, feladat-közöny a túlságosan éles kritika mindenféle szülői megnyilvánulással szemben, a türelmetlenség, tiszteletlenség, befolyásolhatatlanság és önzés. A szülők kifogásolják a szélsőségességet a hangulati életben és tevékenységben: kritizálják gyermekeikben, hogy a tétlenség és munkaláz, letörtség és szárnyaló kedv, rendetlenség és precizitási rohamok, kicsiségek miatti háborgás és nagyvonalú könnyelműségek váltják egymást szertelenül viselkedésükben. Rossz néven veszik gyermekeik „engedetlenségét”, a dacos és lázadó magatartást. Mindez pedig nyilvánvalóan tükrözi, hogy többségük nehezen áll át a gyermek felnőtté válásának tudomásulvételére. Olykor úgy kezelik a serdülőt, mint személyes tulajdonukat, rendelkeznek vele és autokratikusan megszabják a feladatait, felróják mindazt, amit gyermekükért „áldoztak”, ellenszolgáltatást várnak szülői „áldozataikért”, esetleg érzelmileg is terrorizálják, „megértő szülőt” játszva kényszerítik rá elvárásaik teljesítésére gyermeküket. A szülők kritikája és a gyermekükkel való elégedetlenség a családi egyensúly megrendülésének egyik oldala. A szerepek változása, az új elvárások egyeztetése nagy rugalmasságot, nyitottságot és őszinteséget igényelne minden családtagtól, ez azonban gyakorta hiányzik. A szülői

megítélés és viszonyulás számtalan fajtájában viszont közös *a serdülőt illető kritika tartalma: ebben mindig a család érzelmi helyzete és nevelési problémái tükröződnek.*

Nagy Katalin /In: Havas, O.⁶⁹/ gimnáziumi tanulókra vonatkozó vizsgálata szerint a szülők érzelmi szférába tartozó tulajdonságokkal jellemzik adolescens gyermekeiket, pl. makacs, pökhendi, szemtelen, gátlásos, indulatos, lobbanékony, sértődékeny, zárkózottként írják le őket. A negyedik legjellemzőbb tulajdonság lányok és fiúk jellemzésében egyaránt a gátlásosság. Ezt sajnálatosan „rossz tulajdonságnak”, jellemhibának” tartják a szülők, nem pedig életkori sajátosságnak vagy nevelés útján feloldható, átmeneti viselkedési nehézségnek. A szülők hajlamosak arra, hogy számukra „rossz, helytelen” magatartást örökletesnek, magával hozott és állandó jellemvonásnak tekintsék gyermekükben. Forrását pedig szinte mindig olyan családtagban, felmenőági rokonban nevezik meg, akit nem szeretnek vagy akivel konfliktusba kerültek. Amikor meg kell jelölniük gyermekük jó tulajdonságait, akkor önmagukhoz hasonló vonásként tartják rendkívül pozitívnak fiaik jószívűségét, vagy pl. lányaik szorgalmát, kötelességtudását és lelkiismeretességét. A serdülő gyermekekre vonatkozó szülői állásfoglalások *egyöntetűen nevelési nehézséget és viszonyulási-kapcsolati problémákat tükröznek. Ugyanennek másik oldalát láthatjuk kifejeződni a serdülők által feltárt korosztályi problémákban, szüleikre vonatkozó dilemmáikban.*

6. 2. A serdülőknek a szülőkre és/vagy pedagógusokra vonatkozó kritikája

Az önismereti folyamat szerves része a környezet felmérése és megítélése is. A „milyennek kellene lennem?” és „milyen szeretnék lenni” kérdés nyomán kereső-kritikus folyamatban választja ki a serdülő a követendő magatartás rokonszenves mintáit, eközben sorra lelepleződnek az ún. családi mítoszok. „Jó-e, ahogyan a szüleim élnek?” - merül fel a kérdés a fiatalban, és a szülőkre vonatkozó kritika csupán e kérdés érzelmileg sarkított, túlhangsúlyozott válasza. Lelepleződnek az álszent, a „lihegő”, törtető szülők, a konformisták, az „áldozatok” stb., azaz a *szülői szerepek kerülnek elbíráló megmértésre.* A prédikáló nevelés, az elvek és gyakorlat ellentétei, a belső hamisságok, a rejtett családi konfliktusok, szülői egyet-

nem-értések nyilvánvalóvá válnak és elítélő állásfoglalást, esetleg támadást vagy nyílt ellenállást váltanak ki a „legjobbat” kereső fiatalból.

Nem kíméli ez a kritikai folyamat a pedagógusokat sem, akik annál nagyobb mértékben kerülnek az ellenszenv és kritika középpontjába, a gúny, „hátmögötti” kibeszélés, sőt elítélés sorsára, minél jobban ragaszkodnak nevelői tekintélyük hagyományos sablonjaihoz. Pl. ahhoz, hogy „a nevelőknek mindig igaza van”; „a gyermek kritikája vagy humora szemtelenség”; „Az iskola nem felvilágosító intézet”; „Aki a tanmenetet eltéríti, aki nem az órához illő témát vet fel, azt meg kell büntetni” stb. A beidegzett nevelői gyakorlat hiedelmeiből és ártalmaiból származó néhány példa idézése is világossá teszi, hogy *a pedagógusokat érő kritika többnyire következmény: akkor detronizálják a tanári tekintélyeket a serdülők, ha nem találhatnak megértésre és együttérzésre nevelőikben, ha a tanár merev és elavult sablonokkal védelmezi tekintélyét, pozícióját és nem az eleven kapcsolatban teremti meg rangját, helyzetét a serdülők között.*

Problematikus az is, hogy a tanulókkal kizárólag a tanulásitanítási szituációban foglalkoznak, és megítélésükben, a róluk alkotott kép megteremtésében csak a tanítási szituáció tapasztalatait összegzik. Így állhat elő az, hogy tanítványaikat „lusta, figyelmetlen, hanyag felületes, fegyelmezetlen” jelzőkkel illetik, amikor minősíteniük kell a serdülő személyiségét, tulajdonságait. A minősítés oktatáscentrikus és teljesítményelvű egysíkúságát tükrözi az is, hogy a közismerten szorgalmasabb lányokat jellemzik a tanárok „segítőkész, szerény, rendes, pontos”-nak. A feladatokat teljesítő, engedelmes attitűd tehát a minősítésben pozitív értéként jelenik meg. Nyilvánvaló, hogy a sablonos jellemzés nyomán visszatükrözött, egysíkú kép kevésbé lehet *hasznára és önismereti segítségére a serdülőnek, akinek a legfőbb törekvése önmaga egyensúlyának, a külső elvárások és belső igények kiegyenlítésének valamely megtalálása. Ennek során pedig nagy szüksége van árnyalt és hiteles visszajelentésre arról, hogy milyen ő, mit tud elérni és mire képes. Az énkép ugyanis csak hosszas önismereti folyamat eredményeképp válhat hitelessé.*

6.3. Az önismereti zárlattól a hiteles önképig

Az *önismereti kép* (amilyennek véli és tartja magát az ember), a *tulajdonított kép* (amilyennek elgondolása szerint mások tartják) és a *visszatükrözött kép* (amilyennek mások ténylegesen látják és ezt jelzik az egyén számára) viszonylagos egyensúlyának elérése alkotja a megfelelő *önismereti mértéket*. E három összetevő közti feszültségek csak lassan tudnak feloldódni és kiegyenlítődni a serdülés során. Amint arra Mérei Ferenc¹¹⁶ rámutatott, az adollescensek énképében még számos naiv, sémaszerű vagy infantilis-mágikus elem figyelhető meg, önismeretük gyakorta „zárlatos”, hiányos, sekélyes, felületes. Önismereti igényük intenzitásával szemben önjellemzésük kezdetben hamis, szélsőséges, labilis vagy túlságosan merev. Önmagukról kialakított képükben előítéletek, sztereotípiák, a szülők családi mítoszainak maradványai dominálnak. Pl. „Te mindig nagyon jó gyerek voltál”; „Ez a fiú csupa szív”; „Minden komisszágot az apjától örökölt”; „Neki nincs nyelvérzéke” stb. Az önismereti sekélyességet többféle hamis álláspont fejezheti ki, pl.: „Én már csak ilyen maradok, úgyis mindig ilyen voltam” - és ebben belekapaszkodnak abba a hiedelembé, hogy az ember olyan, amilyenek született, nem fog soha lényegesen megváltozni, minden tulajdonságát „örökölte”. Vagy pl. felfedezik hibáikat és viselkedési problémáikat, de „csodaváró” módon ráhagyatkoznak arra, hogy a változások automatikusan történnek, egyszerre csak előállnak. Azt hiszik, hogy a rejtett programok az ember akaratától függetlenül megteszik a magukét, a genetikai törvénynek nem állhat ellen az ember, „úgysem bújhatnak ki a bőrükből”, tehát „kár az erőfeszítésért”. Egyesek viszont úgy érzik, hogy már jól ismerik magukat és társaikat. Így „címkézik” fel pl. osztálytársaikat a serdülők „a jópofa”, a „cinikus”, a „kedves”, a veszekedős” jelzőivel és szerepeivel beskatulyázva őket egyféle szerepbe, mintha csak az ember mindig egyféle és egyforma, tehát állandó és változatlan lenne. Az ilyen antidialektikus, naiv hiedelmek nehezen tudnak feloldódni a serdülés során. Felszámolásukat még inkább akadályozza, ha a tanárok és a környezet megítélése (a visszatükrözött én képe) is sablonos, történetietlen, mechanikus, ha „tulajdonságlistával”, „címkézéssel” ítéel, vagy elmaradott szemléletet tükröz. Amikor a serdülő önmaga változásainak tapasztalása során már eljut oda, hogy elkülönítse magát a többiektől és megkülönböztesse saját milyenségét a mások tulajdonságaitól, magatartásától, akkor még mindig sok a sablonizálási veszély. A felnőttektől pl. s szenvedélyes nonkonformizmussal, a fiúkat a lányoktól a

vélt intellektuális fölényben, a lányokat a fiúktól a nagyobb érzelmesség és emocionális többlet alapján különböztetik meg és határolják el.

Lassan és többnyire a társas környezet, pedagógusok, barátok stb. segítségével jut el végül a serdülő ahhoz, hogy a „*milyen vagyok*” kérdését azzal váltsa fel: „*hogyan váltam ilyenné?*” Akkor vesz irányt az igazi önismeret felé a fiatal, amikor azt kutatja, *mi miért történik az adott módon?; hogyan alakult olyanná, aki „így és így” viselkedik? Tehát, amikor magatartása történetét és mozgatórugóit igyekszik megismerni.* Nem véletlen, hogy ez hosszasan formálódik ki, hiszen a serdülés előtti korban az énkép még harmonikus, azt hiszik a gyermekek, hogy mindenki olyannak látja őket, amilyenek önmagukat ismerik. Nincs tehát a nyomozást, ok-keresést elindító feszültség. Később a serdülés kezdetén - a visszavonulási és introspektív fázisban - önmagát, saját véleményét tartja mindenhatónak a fiatal, és kevésbé fogadja el mások - rá vonatkozó ítéleteit (főleg, ha azok sablonosak!). Ez a jellegzetes dacos „*Vagyok, mint minden ember, fenség / Észak-fok, titok, idegenség*” mindenhatósági állapot váltódik fel főleg a kortárs környezettel folytatott párbeszéddel. Ekkor vált át az önismeret valódi megismerési terepekre. Motívuma az Ady-költeményben folytatható és kifejeződő érzés: „*De jaj, nem tudok így maradni / Szeretném magam megmutatni / Hogy látva lássanak.*” A minden serdülőnél átmenetileg megfigyelhető - exhibidós, önmutogatási, színpadias, olykor bohóckodó attitűd ennek a kihívásnak a következménye: a figyelemfelhívó viselkedés a „látva-láttatás” és mindenáron véleménymondás eszköze. Karinthy *Cirkuszának* csodálatos melódiáit komponáló kisfiúját idézi az ilyen „bohóckodó önmegmutatás”, aki a szív igazának dallamával csak úgy juthatott a porondra, hogy előbb légtornásznak adta ki magát, és akrobata mutatványa vitte fel a magasba, ahol eljátszhatta az igazi melódiákat.

Hegedűs Imre /In: Havas O.⁶⁹/ vizsgálata is megerősíti azt a tényt, hogy a serdülők pszichoszociális konfliktusainak középpontjában az *önmegmutatás* és önelfogadás kudarca, a biztonság- és szeretet-nélküli, magányossági érzések dominálnak. Akkor érzi magát krízisben a fiatal, ha „nincs kinek” és „nincs kivel” megosztani gondjait; ha a szülővel annyira nincs kapcsolat, hogy még konfliktusba sem kerülhet velük; *ha nincs visszatükröző és elfogadó társas környezet.* A károsító krízishelyzetek tanulmányozása egyértelműen első helyen jelzi az elmagányosodási és

társtalansági érzéseket. Úgy látszik tehát, hogy az én-fejlődés és az önismeret alakulása csak ellenerők közegében, megütközések és ütköztetések, érzelmek és indulatok dinamikájában tud eredményesen végbemenni. A konfliktusok a családdal, iskolával, nevelőkkel, társakkal nem kóros, hanem egészséges csaták az önértékelés és énkép kimunkálásáért, a „visszatükröződés” eléréséért; az önismeret megszerzéséért, a lehetőségek, keretek és magatartás szabad terepeinek behatárolásáért történnek még akkor is, ha olykor túlméretezetté vagy aránytalanná sikerülnek.

6.4. A serdülők viszonya a felnőttekhez

Tévesnek tekinthetjük azt az álláspontot, mely szerint a serdülők *már nem is igénylik a felnőtteket* és a szülőket. Nincs szó ugyanis arról, hogy a tekintély-tépázás egyenlő lenne a tekintélyek egyszer s mindenkorra való lerombolásával. Sőt, inkább egyféle megújult, megszüntetve-megőrzési folyamat tanúi lehetünk az ilyen történésekben. Megvizsgálták ugyanis azt, hogy a középiskolásoknál milyen arányban játszanak szerepet az élet-ideálok és célok kialakításában a szülők, nevelők, barátok, iskolai közösségek, illetve milyen szerepet játszanak a példakép választásában. A megkérdezett 15 éves adollescensek *a család hatását tartották a legmeghatározóbbnak*, 16 éveseknél a család és az iskola (nevelők) hatásaránya kiegyenlítődött, a 17 és 18 éveseknél pedig az iskolai közösség vette át a vezető hatószeret. A példaképválasztásban fiúknál 50%-ban, lányoknál 71%-ban az azonos nemű szülő szolgált példaképkül. Hasonló, jelentőségmegőrző viszonyulást jeleznek a vizsgálatok a pályaaorientációban szerepet játszó hatások felmérése kapcsán. A legjelentősebb indítékokat és irányító hatásokat a szülők adják. 7000 szakmunkástanuló esetében a megkérdezettek 49,9%-ánál a közvetlen környezet, ezen belül 25,9%-uknál pedig maguk a szülők is hasonló szakmában dolgoztak. A pályakezdők között pedig a fiatalok 23%-nak apja ugyanabban a szakmacsoportban tevékenykedett, amit gyermeke választott. Sarlós Katalin¹⁵³ vizsgálata mutatott rá arra, hogy a pályaválasztás sikere és a családi, ill. iskola közösséggel való egyensúly szorosán összefügg. A pályaválasztási elképzelések tisztázottságához a felnőtt környezet segítsége, az önismeret világossága és megfelelése egyaránt döntő tényezők.

Saját, a tehetséges fiatalokkal végzett vizsgálatunkban 102 fiatal /50 lány és 52 fiú/ esetében azt találtuk, hogy a szülői házhoz kötődés 16-17 éves korban is szoros, főként a lányoknál. A fiúk szavakban lázadók, valóságosan maguk is kötődnek a szüleikhez, noha a jellegzetes kritikusságot, a szülők viselkedésének elmarasztalását valamilyen „elégedetlenségi kifejezésben” minden fiatalnál megtaláltuk. A szülőktől függés gyakori magyarázata a pénzhiány, a programok költségessége és a szüleikre rászorulás. A pályaorientációs döntés szempontjából magasnak találtuk a szülői késztetés elfogadását, vagy a döntési képtelenséget. Merre tartsak, mit tanuljak majd, milyen szakterületet válasszak? Ebben magas fokú bizonytalanság mutatkozott. A szülői példaképválasztás azon esetekben volt jellegzetes, ahol a fiatalok rábízták a döntést a szüleikre. Egyedi esetekben találkoztunk az éles szembefordulás érzelmi állapotaival, ahol azonban már jelei mutatkoztak a deviáns magatartásnak is (alkohol, csekélyebb mértékben a drog, rendszeresítetten a dohányzás) /Bagdy E. - Mimics Zs.-Kövi Zs.⁹/.

A serdülők döntéseinek és énképének összefüggéseit vizsgálva úgy tűnik, hogy *a felnőtt környezet szabja meg az énkép elvárási módszerének külső oldalát, a serdülő saját identitásnormái a belső oldalt.* Az elvárásoknak megfelelő viselkedés és döntés elégedettségi érzésben kifejezésre jutó (átmeneti) egyensúlyt teremt, és ez önbecsülés-növekedési érzésekben is megnyilvánul.

A környezet visszajelentései nyomán megszülető sikerérzések erősítik az önértékelést és kedvezőbbé teszik az énképet. Ily módon a felnőtt környezet hatásait mindenképpen súlypontinak kell tartanunk, még akkor is, ha az adolescens élményeiben ez másként vagy éppen ellenkezőképp tükröződik. Ezt támasztja alá Királyné Dévai Margit⁸³ vizsgálatának eredménye is. 200 (11 és 14 közötti felsőtagozatos) tanulót kért arra, hogy írják le, milyenek szeretnének lenni. Az *ideális én* vizsgálatra irányuló 45, előre megadott kategória-választék alapján hétféle típus rajzolódott ki az önelvárások mintázatából. Ezek a típusok feltűnő egyezést mutattak a szülői és nevelői elvárásokban foglalt ideáltípusokkal. Míg a 11 éveseknél a jó tanuló szerepkörének elérése került előtérbe, a 12 éveseknél már az interperszonális kapcsolatok gazdagságára, barátságokra való igény, sőt az életkorral növekvő arányban az életcélok kitartó megvalósítása, az

önelfogadtatás igénye, az én-gazdagítás vágya, az erkölcsi normák betartása és a megfelelő önkontroll alkották az ideális én vezető tartalmait.

Ugyanakkor tipikus *hiányérzetként* tüntették fel azt, hogy a szüleik túlságosan magukra hagyják őket érzelmileg és életvezetési támogatás szempontjából. Nevelőik is kevésbé érnek rá meghallgatni személyes gondjaikat, szubjektíve pedig általában nyomasztónak élik meg, hogy magukra vannak hagyva problémáikkal és nehézségeik vannak a társas kapcsolatokban, illetve kevésbé tudják a viselkedésüket az elképzeléseik szerint szabályozni.

Mindezek kétségtelenné teszik, hogy a felnőtteknek, szülőknek nemcsak helye, hanem felelős szerepe van és kell legyen a serdülők érzelmi-indulati, viszonyulási és önismereti zűrzavarának feloldásában, személyiségfejlődésük elősegítésében, az érzelmi stabilitás biztonsági oldalának (ezt inkább a család képviselheti) és bizalmat adó (ezt az iskolai közösségek nyújtják inkább) mivoltának teljesítésében, az önkép hitelesítésében és az önbecsülés megteremtési folyamatában.

6.5. Fiúk és lányok interperszonális kapcsolati stílusának különbségei

A társas kapcsolatok terén a kölcsönösségi, elmélyültségi és intim (bensőségességi) vonások szempontjából Kon, I. Sz.⁹⁰ nyomán három stílusmintázatot különíthetünk el: 1) *bensőséges*, 2) *sztereotipizált* és 3) *elszigetelődő* kapcsolatformát. A bensőséges leginkább a moratóriumot és az érett identitást jellemzi. A korai zárás vagy identitás-diffúzió állapotában lévők inkább sztereotipizált kapcsolatformákat részesítenek előnyben, melyek szerep és viselkedési előírásaikkal (sőt ezek betartásával) nagyobb biztonságérzetet adnak. Az identitás-diffúziót viszont gyakorta kíséri elszigetelődés, olyannyira, hogy az ún. társas magány érzése kínozhatja a fiatalot a korosztályi kapcsolati helyzetekben is. Független attól, hogy körülveszi-e a fiatalot a kortársi környezet, vagy sem.

Az életkori szintekkel is korrelálnak a kapcsolati stílusmintázatok: fiúknál a 12-14 évesek inkább a diffúz identitásból vagy korai zárásból „bújnak ki” a moratórium folyamata felé. Tizennyolc és huszonegy éves kor közt olykor szinte „ugrásszerűen” haladnak az érett identitás felé, míg a megelőző

éveket lassú moratórium jellemzi. A korán munkába lépő fiúknál ez a folyamat felgyorsul, mivel a felnőtt szereppel és tevékenységgel való szembesülés intenzívebbé teszi a szerep-integrációs történéseket.

A nemi különbségek hangsúlyozottak az identitásban jelentős szerepek és élet-területek szempontjából is. A serdülő fiúk szelf-tudatának középpontjában inkább a választott pálya, foglalkozás által elérhető társadalmi szerep áll, a *szakmán* át történő önmeghatározás döntőbb. A *serdülő lányoknál* (még továbbtanulási szándékok esetén is) nagy hangsúlyt kapnak a *nőiesség* normatívái, és jelentősebb szerephez jut a család, mint a foglalkozás. A fiúk az elért teljesítményen át értékelik inkább magukat. A lányok számára a személyközi kapcsolatok fontosabbak (milyennek látják őket a számukra fontos barátok, fiúk). A felnőtt mivolt kritériumai is eltérőek; a lányokat „érettebbeknek” tartják általában pusztán azért is, mert közelebb állnak a családalapítás lehetőségéhez, mint a velük egykorú fiúk /Kon, I. Sz.⁸⁹/.

A nemi különbségek a moratórium jellegzetességeiben is kitűnnek. Noha a fiúk és lányok egyaránt átélik, hogy fokozott önmegfigyeléssel, szégyenlős visszahúzódással reagálnak magukra és a környezetre; sőt szenvednek az önbecsülés ingadozásaitól, a belső kételyektől, gyakorta feltételezve, hogy a róluk kialakított felnőtt értékelés negatív, mégis különböznek ezek átélési mértékében. A lányokat „depressziósabbá” teszi a vélt vagy tényleges negatív ítélet, többet foglalkoznak magukkal (41%) és ingadozóbb az önbecsülésük (36%). A fiúk egocentrikusabbak, és kevésbé foglalkoznak önmagukkal (26%).

174 fiúra és 156 lányra kiterjedő, három éven át folytatott amerikai vizsgálat 11 és 18 éves kor közötti fiatalokat mért fel változásukban, az önmagukról és viselkedésükről kialakított kép alapján.

Amikor ugyanezt a vizsgálatot kétezer (11 és 17 éves kor közötti) amerikai iskolai tanulónál megismételték, markánsabban mutatkoztak meg a nemi különbségekből kialakuló önmegélési eltérések /Monge R. H., 1983/. Az *önképre* vonatkozó legdöntőbb fejlődési mutatónak mégis a „belső világ felfedezése” bizonyult. Fokozatosan egyre nagyobb hangsúlyt kap az átélésekben a *szubjektív tapasztalás, az élmény*, szemben a cselekménnyel vagy történésekkel. Ez a *gazdagodó belső világot* tükröző változás,

amelyben már a 14-15 éves serdülő is saját lelkiállapotként éli át az eseményekre való érzelmi rezonálást (nem pedig a külső történéseknek ad jelentősebb szerepet), a belső Én és külső viselkedés disszociációját, sőt szembekerülését is potenciálja. „Két lény van bennem - élik át a serdülők - az egyik mást akar, mást szeretne, mást kíván tőlem, mint a másik". Az egyik az „életben" való részvételre vágyik, a másik az elbújásra és elmélkedésre, miközben szenved a magány és ürrézetektől.

6. 6. Metafizikai spekulációk: a létezésre, nemlétre, létidőre vonatkozó kérdések

A serdülőben egyre erősödő szubjektív élmény-központúság az idő-átélést is megváltoztatja. Az események sodrásában élő gyermekből, aki az „itt és most"-ban, a pillanatban él, a történésektől önmagát megkülönböztető, eltávolító (távolságtartó) megfigyelő fiatal válik, aki reflektál mindarra, ami vele történik. A múlt annyiban válik érdekessé, hogy az hordozója, konténer az egyéni élettörténetnek, a „gyökerekből" eredő „életfa" felnövekedésének. Ezt ragadtuk meg az „önéletrajzi emlékezet" *Schachtel-féle* fogalmában: *a folytonosság-tudathoz szükséges a személyes élettörténet újra-konstruálása*. Az idő átélésében azonban sem a múlt, sem a jelen (események) nem olyan döntő, mint a vágyott, sejtett, fantáziáit jövő. Ez az előretétező attitűd az időképzetek elmosódott érzésébe nő bele, az ismeretlen jövő rettegéssel tölt(het)i el a fiatal, szembeállítja az idő *visszafordíthatatlanságának* tudatával, ennek során pedig a végességgel, a halállal.

A serdülő tudatában a halál egyrészt mint egykori, gyermeki félelmének „irracionális érzése" jelenik meg, másrészt mint intellektuális spekuláció tárgya. Nem a halál ténye a fontos ebben, hanem a „halhatatlanság" kérdése. Mitől „marad fenn" az ember: milyen jelet, nyomot tud hagyni magáról az időben, hogy értelmesnek, „önmagát túlélő"-nek hihesse az életét. A kibontakozó, olykor drámai kérdésfelvetések az egyéni halhatatlanság eszméjével való viaskodást tükrözik. Csak a halál elkerülhetetlenségének elfogadása dimenzionálhatja a serdülőt arra, hogy elgondolkodjék az élet (a végesség) értelméről, „feladatairól" és céljairól. A végtelen életnek nem volna értéke, nem volna hová sietni, hiszen „örökké tarthat", mindenre van idő. Csak a behatárolt idő tudata készíthet a

jövő elgondolására, a róla szóló fantáziálásra. A halhatatlanság érzése azonban még hosszan ellentmond a racionális elfogadás parancsának. Az élet kockáztatható, kritikus *élethelyzetekkel* kísérhető meg a halál. A sors vakmerő megkísérlése az önkezű halál kísérleteiben is szerepet kaphat, ezért az e korban nagyszámú *öngyilkossági kísérlet* a lelki veszélyeztetettségre hívja fel a figyelmünket. A nehézségekből, feszültségekből, konfliktusokból *menekülő*, nem küzdő viselkedés-mód különösen veszélyeztet a „kilépési törekvésekre” (drop-out), amelyhez a drogok, pszichoaktív szerek, pszichostimulánsok által keltett révületi állapotok is hozzásegítenek. A kábítószer-szenvedély (és kialakuló függési betegség) oka gyakorta olyan menekülő stratégia, amely szembenézés és megküzdés helyett a nem tudomásulvételt, a tagadást, a megfutamodást és az illúziókeltő, hamis valóságba menekülést „*lassú öngyilkosság*”-ként alkalmazza. Anélkül, hogy a fiatal ennek tudatában volna vagy megkísérelt volna egyéb megküzdési módokat.

A magas belső feszültségi szinttel járó, szorongással kísért metafizikai spekulációk és félelem-ébresztő, bizonytalan jövőkép elaborációjához (megmunkálásához) a fiatalnak bizalmi partnerre, barátira, társra, kortársakra van szüksége.

7. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ALAKULÁSA A SERDÜLŐKORBAN: BARÁTSÁ G, SZERELEM, KISCSOPORT- KÉPZŐDÉSEK

Amint ez a szülőkhöz és felnőttekhez való viszony elemzéséből is kitűnt, a serdülő átmenetileg *visszavonhatja az érzelmeit* a családtól, és egy időre inkább önmagára koncentrálja. Azt teszi, mint hajdan az önmagát csodáló Nácisszus, a görög legenda hőse. Ezért is nevezik nárcisztikus állapotnak a begubózó és befelé forduló, „senkit nem szerető”, önmagával törődő attitűdöt, a kifelé tuskés viszonyulást. Ez minden serdülőnél megfigyelhető rövidebb-hosszabb ideig. Jellemzőbb azonban az, hogy a gyermek mindinkább „átcsoportosítja” érzelmeit, pl. elkezd rajongani egy-egy korosztályi vagy kissé idősebb társáért, elvágódik otthonról, szeretne minél többet együtt lenni „barátjával”, idealizálja azt, akit megszeret. Jellemző az is, hogy a választott és körülrajongott barát éppen ellentétes attitűddel és ízléssel viszonyul a világhoz, mint a szülők. A rejtett hasonlóság mégis mindig kiderül.

7.1. A barátság

A *barátság* a serdülőkor rendkívüli érzelmi forrása. Ez a családon túlmerészkedő kapcsolatok első, igazi emocionális értékű formája, a szerelem előkészítő kontaktus-gyakorlata, a *serdülőkori társas-éhség, a biztonságigény, a valakihez tartozási vágy legtisztább bizonyítéka*.

A kiscsoportokba, kisebb-nagyobb együttesekbe verődő 10-12 évesek közt nyílnak meg először a serdülőkori barátságok kapui.

A fiúk és lányok ekkor még relatív elkülönültségben alkotnak csoportokat. Egymás megítélésében is sematikus polarizációt tapasztalunk. A fiúk a lányokat pl. butának, ők pedig a fiúkat verekedősnek, gorombának címkézik. Az azonos nemű barátságok kifejezetten fordított arányban vannak a heteroszexuális érdeklődés megjelenésével, a szerelem és párkapcsolatok kialakulásával. A két nem közötti közeledés is sajátos mintázatú. A 13 évesek csupán 4%-a választ másnemű barátot, de a 15 éveseknél már 50%-os arányú partnerkapcsolati, szerelmi kezdeményezés jellemző. Így tehát hosszú ideig a barátság uralja a kapcsolati terepeket, miközben már a szerelmi élet is kibontakozik.

Évezredünk „terméke” a korai szexuális kapcsolatkezdés, amely a kezdeményezések terén felborult fiú-lány szerepekben jut kifejezésre. „Nyomulós”-nak nevezett lányok és a lány közeledését természetesnek tartó fiúk viselkedése tükrözi a szinte szerepcserét, a fiúnak elsatnyul a férfias kezdeményező aktivitása, míg a lány domináns szerepe taszítólag hathat a fiúra, és a kapcsolat elől menekülésre készítheti.

A PUA /Pick Up Artist/ mozgalom /Weber, E.¹⁸³/, amely eredetileg „macho”-s magatartásra ösztönző és tanító mozgalom volt, és az ún. „felszedő” /csábító/ viselkedést gyakorolta, mára a társkeresés szociálpozitív módszerévé alakult. A szükséglet tette ilyenné. A fiúkat készíti fel a megfelelően férfias viselkedésmódra és a lány megtartását elősegítő „kapcsolati fogásokra”. Hasonlóképpen a lányok viselkedését is in vivo helyzetekben csiszolják, gyakoroltatva a fiúk szemében vonzó magatartásformákat.

Ha a kultúra nem elég segítő, ha az apai minta hiányzik vagy foghíjas, akkor az önsegítés révén a hiányosságok áthidalhatók.

A serdülőkori barátság és barátválasztás különös összefüggésben áll az énefejlődéssel, az énídeál-képzéssel. Általában véve jellemző a baráti érzésekre, hogy a kedvelt személyeket magunkhoz hasonlóbbnak jellemezzük. A kölcsönös hasonlóság feltételezése a barátságképződés egyik vezérmotívuma. A *barátválasztás* serdülőkori formájában azonban az *eszményképzés és ideál-választás* dominál. Olyan barátot választ a serdülő, aki közelebb áll ahhoz a vágyott képhez, amivé a serdülő válni, változni szeretne. Átala jut közelebb saját ideáljához, mely természetesen a

korosztályi kollektív ideálképből is számos vonást hordoz. Amíg a serdülőnek nincsenek igazi érzelmi gyökerei a családon kívül, addig szinte a barátság köldökzsinórja köti össze a többi emberrel. Fokozottan igényli tehát a megértést, elfogadást, meghallgatást, a hosszú beszélgetések intim óráit, a lelki közelség érzését, a bizalmas, meghitt együttléteket, a barát mint társ pszichológiai tükörfunkcióját: tekintete, amelyben visszatükrözni látja azt, aki ő. A mély és meghitt barátság szükséglete a serdülőkorban az énegyensúly megteremtésének feltétele, hiszen a szociális énkép (a tükrözött és a tulajdonított kép egysége a tudatban) a másik embernek *szociális énkép*, ill. a másik ránk vonatkozó ítéletének a saját véleményével való egyeztetése útján jön létre. A serdülők barátságának döntő célja a *baráti együttlét*, az élettervek, álmok, titkok, remények megosztása. Egyéb érdektartalom ritkán befolyásolja, ezért tarthatjuk a legtisztább baráti társulásnak. Ez a barátság önkéntes, érzelemmenteli, intim: nyíltság, őszinteség és kölcsönös szeretet jellemzi, miként Exupéry *A kis hercegében* megtestesülő idealizált barátságélményt. A rendszeres együttlétek, közös életgondok és létérzések, a másikhöz hasonlóvá válás vágya teszi költőien széppé e korai érzelmi rezdüléseket, ahogyan Tonio Kroger és Hans Hansen eszményi kapcsolatában is kifejezésre jut az ideálkeresés és egymásra csodálás vágytartalma: „Ha olyan lehetnék, mint Te...”

A barátságokban tanulja meg az ember az új, már nem alárendeltségi, hanem egyenrangú, kölcsönösségi kapcsolatok kialakításának és fenntartásának módját. Elsajátítjuk a szimmetrikus kapcsolatok kezelését, az intimitási és bizalmi határok kölcsönösen igazodó betartását, az önálló, a szülői hatásoktól független választások felelősségének és következményeinek vállalását. Ily módon a barátság a szerelem iskolájává is válik. A baráti páros együttlétek jelentik a szerelmi párhelyzetekre való lelki, gondolati, vágytartamú és érzés-előgyakorlatot. Felpuhítják az érzelmeket, és készenlétre, befogadásra nyitják a „kapcsolati antennákat”. A szexuális feszültségeket hordozó testi átalakulás által felszított érzékek és az érdeklődés szexualizáltsága pedig kedvező talajt képeznek a szerelmi jelzések vételéhez és viszonzásához.

7.2. A serdülőkori szerelem

A szerelem a serdülőkor érzelmi csúcspontja. Az első szerelem a nemek találkozásának, a szenvedélyteli vonzalom születésének, az egymással és egymásért való lét érzésviharokban való felfedezésének „történelmi pillanata” az emberi életben. Változások meglepetésszerű zuhatagát nyitja meg, örömök, szenvedések és sóvárgások elemi vonzalmainak szélsőségeit oldja ki. Látszólag észrevétlenül szállja meg a fiatal a nyugtalanító vonzások érzése, valójában azonban ez hosszú lappangási és felkészülési idő törvényszerűen bekövetkező eseménye, és szükségszerű tapasztalat minden fiatal életében. A „másik” felfedezése általában nem szóbeli kapcsolat útján történik meg, hanem rejtett közlések hordozó mozdulatok (metakommunikatív, nonverbális közlések) és tekintet-váltások útján. Ezek a szimpátia és a közeledésvágy üzenetét hordozzák. Minden szerelemben felfedezhető ez az indító élmény, akár hirtelen fordulatként éli át a fiatal a rázúduló érzéseket, akár lassan és fokozatosan születik a vonzalom. Minden serdülő saját érzelmi fejlődéstörténetét mutatja fel abban, amiképp az első szerelmet átéli.

Különbséget kell tennünk szerelmi érzések és kapcsolat között, ahogyan különbséget jelent a testiségi szexualitás és az érett, szerelmi érzésből bontakozó, vágy által létrejövő pszichoszexualitás. Noha korunkban a pszichoszexuális forradalom erőteljesen elmosta az érzések kibontakozásának és a szerelem beérésének útját, átszakította a késleltető viselkedési gátakat és a szexuális együttlét (mint „aktus”) megelőzi a szerelmi érzések beérését, mégis érvényes a lélek számára az a vágy, hogy a bontakozási folyamatot átélje.

Nem valósulhat meg manapság a felkészülés, az az út, amíg fokozatosan bele nem tanulunk, hogyan is kell jól szeretni.

Mindenknek megvan a maga ideje, ha a fejlődés törvényét követjük. Optimálisan ki kellene bontanunk a vonzalom, ragaszkodás, a másik iránti érzések képességét magunkban. Ehhez szinte „történelmi rétegekben” rögzített, tanult képességek segítenek hozzá, a családból, az anyai-apai kapcsolatból, szülői mintákból merített tudásként. Ha a természetes/ ritmust követhetnénk, akkor a szexuális élet megkezdése nem előzné meg a kibontakozott szerelem állapotát. Ma azonban az elsietés és eldologiasítás uralkodik. „Használjuk” egymás testét, fizikai örömforrás az, ami

elsősorban lelki örömforrás lehetne. A kapcsolati gyakorlat elsekélyesedő érzelmi töltéseket és felfokozott testi-szerelmi „gyakorlatot” tükröz. Az Y generációhoz tartozó fiatalok a párkapcsolatot szexuális illeszkedésre építik, a házasság nem szerepel a terveik között, a jövőt korszakokban tervezik, ha az együttélés korszakában nem sikerül a kapcsolati intenzitást fenntartani, akkor elválnak útjaik. A gyermekvállalás késői terv, a rangsorban nincs preferenciája. Mindez arra enged következtetni, hogy egymás tárgyként használása, kihasználása, majd pedig /a kapcsolat javításának szándéka nélkül/ a „kidobása” a párkapcsolat eldologiasodásának jövőjével fenyeget

Milyen az érzelmi fejlődés természete, ha azt a ritmust követhetné, ami a testi-lelki változást összhangba hozza? Kövessük ezt az utat és vessük össze azzal, ahogyan ma mindennek az elsietettséget, a szerelmi fázisok felcserélődését megtapasztalhatjuk. Nyilvánvalóvá válik, hogy a korai és éretlen tapasztalatokból rendkívül sok, az egész életre kiható kapcsolati-érzésbeli sérülés következhet be.

Mindnyájan édesanyánk karjában tanuljuk meg csecsemőként és kisdedként azt, hogy a biztonság a szeretetben gyökerezik, a másik ember nélkül nincs öröm és nincs teljes értékű élet. A kisiskolás időszakban már kezd a gyermek átpártolni az iskolatársakhoz, haverokhoz. A kortársi vonzás erősödésének időszakába tör be a biológiai serdülés. 13-14 éves korban nyílik meg a „nő” szeme, a fiúban pedig ekkor ébrednek a „férfi”. Ezt testi és lelki értelemben egyaránt számos változás teszi kétségtelenné. A test szembetűnő átalakulásai nem engedik békés mederben folyni a serdülést. A születő „férfi” és „nő” először fantáziában válik felnőtté. A testi-lelki izgalmak és szexuális gerjedelmek növelik a másik nemre irányuló érdeklődést. A látottak befogadási intenzitása megnő, a serdülő „ráfeledkezik” a másokra, szenvedélyes beleéléssel követi a filmek, TV-műsorok szerelmi sztorijait. Ellesi a szerelmi viselkedés mozdulatait, lekopírozza, utánozza a látott ideálokat, sőt figyeli, követi a mindennapok ilyen eseményeit is, a szerelmesek viselkedését, kortársai normáit, a másik nemre vonatkozó minősítő véleményeket stb. A tetszés normáit éppúgy megtanulja, mint a tetszést kifejező viselkedést. A partnerkapcsolati magatartást is csak lassan, sok csalódás és próbálkozás során sajátítjuk el. Nem könnyű magunkévá tenni a nemi hovatartozás szerinti férfias vagy

nőies viselkedés összetett és bonyolult magatartási rítusait. Úgy tűnik, hogy legkönnyebb inkább lemondani róla, semmint kifinomítani.

Az első szerelemben még csak az érzés intenzív. A szerelmi vágy vonzása ellenére a személyiség még éretlen a megfelelő párkapcsolatra. A szerelmi viselkedés és partnerszerep vállalása fantáziában jobban sikerül, mint a valóságban. Gyakorlatlanság, gátlások, félelmek, a partnerrel kapcsolatos túlértékelések miatti kisebbségi érzések, gyakorta ezt kiegyenlíteni akaró „megjátások” jellemzik a szerelmes fiatalot. Ilyenkor az érzések és vágyak hevesek, a viselkedés viszont mégis csiszolatlan, gátolt. Bár lehet ennek ellenkezőjeként hivalkodóan túljátszott is, mégis éretlen a szexuális megvalósulás. Önző, mert saját vágyainak kiszolgálására koncentrálna, kevésbé tud a másikkal igazodni. Az első szerelem - párkapcsolati viselkedés tudásának híján - mindig igen sok bizonytalanságot, feszültséget és szélsőséget foglal magába. A szerelmes idealizálja szerelmét. Nem azt látja benne, aki valójában, hanem a vágyképét. A szubjektív túlzások és torzítások szinte előkészítik a félreértéseket és csalódásokat. Gyötrelem, bizonytalanság, kétely, egyoldalúság, a másik vonzalmának megismerési vágya, egyszersmind félelme, taktikázás, szebben mutatás, a partner alávétésének és leigázásának vagy kisajátító birtoklásának a vágya, a többiek előtti hivalkodás, dicsekvés, ugyanakkor valóságos párhelyzetben viselkedési csődök, vagy éppen ezt takargató kivagyiság magatartás jellemzi leginkább az első szerelmet, amelyben ritkább a pszichoszexuális beteljesülés, mint a későbbi kapcsolatokban. Az a korszellem üzenete, hogy a „Rómeók és Júliák ideje lejárt”. A valóságban azonban az első szerelem érzésvilága, szenvedélye ma is a „régiség”. Nem születünk ma sem párkapcsolatra éretten, nem hozzuk magunkkal a kész viselkedési sémákat a szerelemben, legfeljebb ma könnyebb megtanulni a nemünk szerinti szerepeket és viselkedési mintákat.

A serdülő ábrándoktól, a szerelmi idealizációtól a tényleges kapcsolatig vezető út talán lerövidült, az érzések belső fejlődési folyamata azonban az örök emberi utakat követi ma is. Az érzelem és az érzés örök, a korszellem csupán a kifejeződési formáit szabja meg. Ma sem kevesebb az első szerelemben érzett kín, fájdalom, ambivalencia, bizonytalanság, vágy, csalódás. Az együttlétekben, napjainkban több a viselkedési engedelmény, a testi játékokban nagyobb a szabadság, mindez mégsem módosít jelentősen

az első szerelem élményein. Ebben ugyanis a viselkedést rendkívüli intenzitással uralják a kétarcú érzések: az önmegmutatás és rejtőzés, a másik „tökéletességéhez” képest érzett tökéletlenség, bizonytalanság.

A fiatalok kortársi csoportjaiban a követendő mintákat mindig a „menők”, a merészek adják meg. Annak van nagyobb presztízse, aki többet próbált. Azt követik és utánozzák, aki már átélte mindazt, amire egyesek csak sóvárogva vágnak. Éppen ezért sajnálatosan sok az elhíttető megtévesztés. Sok fiatal szégyelli beismerni, hogy még nem élt át testi együttlétet. Fél, hogy ezért lebecsülik, kigúnyolják, megvetik, kiközösítik. Emiatt inkább túljátssza a „normát”, és valóság gyanánt meséli fantáziáit. Így olyan viselkedést állít a többiek elé követendő és irigyelt példaként, amelyre ő sem képes, csak fantáziában. Olyan norma követése, amelynek elérésére a személyiség még nem érett, igen nagy veszélyeket teremt. Az a fiatal ugyanis, aki a „sokat tapasztalt” ideálhoz méri saját magát, miközben nem tudja követni, sérülhet az önbecsülésében, és az ilyen élmények a párkapcsolati és szerelmi érését károsan befolyásolhatják. Az elhíttett szexuális élmények ingere provokálja a bizonyítás próbáját. A szerelem szeizmográf-érzékenységgű állapotában nincs helye a mindenáron erőszakolt szexualitásnak, csak a természetes, spontán és őszinte testi-lelki odaadásnak.

Az első szerelemben a nemek közötti különbség abban jellegzetes, hogy a lányok hamarabb, 13-15 éves korban jutnak el az első szerelemre alkalmas testi-lelki állapotba, és többnyire már ekkor találkoznak a „nagy élménnyel”. A fiúknál az első szexuális együttlét a 15-16 éves korra tehető, ami megfelel a nemi érésben is jellegzetes fáziskésésnek.

Az a szerelmi élmény, amelyben az ember először éli át érzelmi lehetőségeinek szélsőségeit, a határtalant és a végtelent, az az érzés, amelyben az érzéki vágy még nem találta meg kifejezési formáit, a másik vonzása már mégis lenyűgöző és elemi erejű, élménygazdagságával megteremti a személyiségben a tartós emlék-lenyomatát. Az érzés túlzó, szertelen és intenzív, a szerelmi képesség viszont még éretlen, a viselkedés nem közvetíti hitelesen az érzéseket. Az első szerelem a próba és a minta. Ebben az élményanyagban gyökerezik minden későbbi szerelem. Rövid életű, hiszen még nem tud eléggé igazodni a későbbi valósághoz, nem adni

akar, hanem kapni és nyerni. Nem az őszinteségre, hanem a megszépítésekre és álcázásokra épül. Nem a valóságos másik, hanem a vágyakkal felruházott bálvány iránti érzés, emiatt csalódásra, kudarcra ítél. Mégis elemi iskolája párkapcsolat-tanulásunknak. Megtanít arra, hogy a szerelem nem bálványképzés vagy a másikban önmagunk szeretése, nem a megjátszás, taktikázás, az őszinteség hiánya. Elindít azon az úton, amely /hacsak a szociokulturális normák nem szólnak bele torzító módon/ az érett, kölcsönösségen alapuló, a másik örömeire figyelő, őszinte és taktikázásmentes, felelősségvállaló, érett szerelemhez vezethet.

7. 3. A serdülők kiscsoportjai és a referencia-csoportok

A serdülőkor két jelentős kapcsolatformája, a barátság és a szerelem, diádikus (kétszemélyes) kontaktus. Mégis mindig feltételezi és igényli a többszemélyes, kiscsoportos társulásokat is. Már a prepubertásban lévő, még inkább a pubertáló fiatalok telítettek olyan egyéni és közösségi kérdésekkel, amelyek megbeszélésére a kiscsoportforma ad leginkább módot. Más azonban a funkciója a serdülésben tipikus, önkéntes csoportképzéssel, rokonszenvi alapon születő informális kiscsoportnak, mint a formális, iskolai közösségeknek. A kamaszodó és már adoleszcens fiatalok önkéntes társulása négy-hat főből álló kiscsoportok, *baráti közösségek*. Ezek kötik le a serdülők szabadon lebegő kapcsolati feszültségeinek egy részét. E csoportokban találnak rá baráti és vitapartnereikre, társra és társaságra, ezért feltűnően ragaszkodnak közösségi együttléteikhez. Olyannyira, hogy még a felnőttekhez is csoportban fordulnak inkább eligazításért négy-ötödmagukkal keresik meg pl. a tanáraikat vagy osztályfőnököket, hogy vitás ügyekben a segítségét kérjék. Csak azt tekinthetjük hatékony csoportnak, és csak azon a csoporton belül alakul ki intenzív együttmozgás, utánzás, egymás követése, amelyet *a hasonlóság tudata kapcsol össze*. Ízlést, vágyakat, szükségleteket leginkább a „magunkfajtáktól” tanulunk. Ez a gyermekkori hasonlóságérzések, az „*organikus szimpátia*” felől a *hasonlóság észlelésén* át a tudatos együttérzésig, a „*reflektív szimpátia*”-ig vezet. Végül így születik meg a hasonlóság tudata. Mindez alapulhat vérségi kötelék indukálta családi hasonlóságon, de az erkölcs, intelligencia, ízlés hasonlóságán, sőt e hasonlóság lehetőségén és hasonlóvá válás esélyének híján is. A *közösséghez való alkalmazkodás motorja a hasonlóvá válás érzése*. A

viselkedésváltozás legjobb műhelyei a baráti szolidáris, önkéntességen alapuló kiscsoportos társulások. A többiekkel való együttérzést, az összetartozás és ennek felelős vállalását, az együttműködést, közös célok kiűzését, szervezőkészséget, toleranciát, a másokhoz való igazodást, figyelmességet, hitelességet, az önálló állásfoglalás bátorságát, a csoportnyomás leküzdésének vagy elfogadásának helyzeteit ilyen közösségekben tanulja meg és edzi minden fiatal. Ezért e közösségeket a szekunder szocializádó legfontosabb szociális területeinek és formáinak tarthatják. Amíg a primer, családi-szocializádóban a személyiség bázisát, a kapcsolatok alapjait építjük meg, addig a kiscsoportokban társastársadalmi egzisztenciánk legfontosabb képességeit gyakoroljuk. Ezekben a csoportokban tanulja meg a serdülő a közösségi hatások kezelését. Itt fogadja be az érzelmi csatornákon beáramló „minősített” információk felvételét. Itt veszi át a társadalmi normákat és elvárásokat, amelyek korosztályi kiscsoportjának szűrőjén és módosító hatásain át érkeznek hozzá. A kiscsoport alkotja a *viszonyítási közösséget*, az énkép mintáját és a viselkedés meghatározó „példatárát”. A serdülő igyekszik olyan lenni és aszerint viszonyulni a világhoz, ahogyan ezt viszonyítási csoportjának belső normái (önkéntes, baráti) adják; társulási szerkezetüknek, hatásaik erejének különös jelentősége van a serdülő magatartás-mintáinak értékrendjében, társas-viselkedési szokásainak, életvezetési ideáljainak és modelljeinek kialakításában /Mérei F.¹¹⁵/.

8. AZ ÉRTÉKEK, ESZMÉNYEK ÉS MORÁL ALAKULÁSA: A PROSZOCIÁLIS VISELKEDÉS FEJLŐDÉSE A SERDÜLŐKORBAN

8.1. A proszociális, altruista viselkedés alapjai

A serdülők kritikai szellemének éle nemcsak a felnőttek viselkedése, attitűdje és véleményei ellen irányul, hanem elvontabb, egzisztenciális-filozófikus keretekben, eszmeileg is kifinomultan nyilvánul meg. Ez párhuzamos folyamat a gondolkodás logikai struktúráinak ugrásszerű fejlődésével. Amint *Cocteau* írja, a serdülők a felnőttek által szerkesztett világ elvi kritikáján élesítik oroszlánkörmeiket és fenik hegyesre fogaikat. Igazságérzetük és morális kényességük a szépre, jóra és igazságra való fogékonyság, nyitottság és a világmegváltási hajlam tükröi. Meg akarják változtatni a világot, holott valójában önmaguk akarnak megváltozni, önálló véleménnyel rendelkező, kapcsolataikban hatékony, nagyhatású, sikeres, boldog emberré válni. Az altruista, másokért tenni kész, humánus viselkedés, az egészséges morál, a megfelelő belső szabályozó és tilalmi rendszer, a lelkiismeret és önellenőrzés kifejlődése *szociális és szocializációs tanulás következménye*, működése a társak hatékony lélekformáló hatásának eleven lenyomata. *Proszociálisnak* nevezzük a nemes, humanisztikus, másokat tekintetbe vevő és másokért áldozatvállaló viselkedést, mintegy ellentétként a társadalom- és emberellenes, antiszociális viselkedésnek. A pro- és antiszociális viselkedés mögötti belső értékvilág és indítékhálózat alapjait egyaránt a korai életidőszakban építi ki a személyiség. Az elemi szintű elfogadás és

biztonság a proszociális, a magány, szeretethiány és bizonytalanság viszont antiszociális viselkedés hajlamát nyitja meg. A társ, a másik jelenléte iránti szükséglettel együtt fejlődik az emberben a másokkal való együttérzés és együttműködés vágya is. Amíg a szülővel való kapcsolatban és családban a bizalmat és hinni tudást tanuljuk meg, addig a családon túli közösségekben és kapcsolatokban a „többszemponútú beleélő gondolkodásra”, az együttesség értékére, örömeire, igénylésére és az ehhez szükséges magatartás nyújtásának módjára tanul rá a személyiség. Az együttműködés és segítség indítékait ugyanis a beleélés, a többiek helyzetének megértése gyűjtja be, de csak akkor, ha az ehhez szükséges elfogadást, megértési érzéseket a családi közösségben már kellőképpen megtanuljuk, belsővé, sajátunkká interiorizáltuk.

Az altruista viselkedés keletkezésének elemzése arra mutat rá, hogy az ilyen viselkedés hajtóereje minden emberben kettős: egyrészt az *önbecsülés növelése* („ilyen rendes ember vagyok”), másrészt a közösségi vagy *referenciacsoport jutalmának elérése* érdekében, az erkölcsi siker által megengedett csoportminősítési érték birtoklásáért. Ha „többek” vagyunk mások szemében, ugyanakkor saját mércéink (lelkiismeretünk) szerint is helyesen jártunk el, akkor szubjektíve harmonikus önértékelési egyensúlyállapotba jutunk, amely megerősíti a hasonló viselkedés indítékait. Az altruizmus kétféle indítékáttérre különös módon függ össze azzal, hogy az egyén milyen korai érzelmi hatásoknak volt kitéve a családban, ill. kisgyerekkori közösségekben. Amikor az indítékok hangsúlyja inkább a belső értéknövelésen van - ezt nevezi Reikowsky /In: Bagdy E.⁷/ *endocentrikus mechanizmusnak* -, akkor a korai érzelmi hatásokban jellemzőbb volt, hogy a *gyermek figyelmét önmagára terelték*. Pl. a szülők és nevelők szeretetmegvonási feszültségben tartották gyermeket, veszélyeztették a biztonságát stb. Az inkább környezeti elismerést váró altruista, ún. *exocentrikus mechanizmus* mögött viszont azt a szülői és nevelői magatartást találták jellemzőnek, amely a gyermek *figyelmét a környezetre* irányította, a helyeselt viselkedés elérését előre beígért jutalomhoz, annak állandó észlelhetőségéhez kötötte. Pl. az illedelmesség kívánalmát a gyermek kedvenc édességének közvetlen felkínálásával kapcsolták össze stb. Az endo- és exocentrikus mechanizmusok ideális aránya jellemzi a legmegfelelőbb altruista viselkedésmódot: ez a magatartás egyaránt alapul egyéni és

közösségi motívumokon. A szélsőségesen endocentrikus mechanizmusú személyiség számára a nem realizálható altruista viselkedés, pl. a megakadályozott segítség állapota a lelki egyensúlyt fenyegetheti, és ez - mai tudásunk szerint - önpusztító, önbüntető késztetésekbe fordulhat át. A szélsőséges exocentrikus ember viszont csak akkor segít, ha a várt siker és jutalom elérése biztos.

8. 2. Az erkölcsi tudat fejlődése

Az *erkölcsösség* fogalma a cselekvő morált jelöli, az elvek és értékek szerinti, azzal egyező magatartásra utal. Ehhez azonban olyan érési folyamat szükséges, amelyben az *erkölcsiség* (az átvett etikai és morális tudattartalmak beépítése, sajátta tételei *kognitív struktúrává* rendeződik és viselkedés-meghatározóvá válik. Sem maguk a tudattartalmak nem garantálják az etikus magatartást, sem magában a lelkiismereti parancs - e tudattartalmak nélkül. A bűnöző pl. ismerheti a társas-társadalmi követelményeket, mégsem eszerint él. Akit viszont nem szocializálnak a társas élet morális, etikai területén, nem rendelkezik az erkölcsösséghez szükséges erkölcsiséggel. Az erkölcsi tudat terén megkülönböztetünk: 1/ konvencionális (előírással) és 2/ autonóm erkölcsöt.

Az erkölcsi tudat fejlődését a kognitív pszichológus Kohlberg⁸⁷ nyomán hat szakaszra bonthatjuk. A kiinduló szint: „ami nekem jó, azt kívánom, akarom.” Ez az „erkölcs előtti” kis-gyermeki tudatszint, amelynek két fázisa van: 1) a gyermek azért engedelmes, hogy elkerülje a büntetést; 2) engedelmisségének hasznát, jutalmát kívánja élvezni (instrumentális hedonizmus).

A *konvencionális erkölcs* kifejlődésének első szakasza a „jó gyermek”, az, ahogy a gyermek a számára jelentős személyek elismeréséért helyesléséért, illetve a rosszallásuk elkerülése érdekében viselkedik a kívánt módon (konformizmus). Ez segíti elő a szabályoknak megfelelő, a normakövető viselkedést előíró követelmények tudatosítását (jó az, ami megfelel az elvárásoknak). Ez a stádium az utilitarista konformizmus szakasza. A konvencionális erkölcs két szintje megfelel az exocentrikus mechanizmusnak.

Az *autonóm erkölcs* kognitív rendszere átvezet az endocentrikus mechanizmusok működéséhez. Ez a serdülőkorban érlelődhet (optimális esetben) egyértelmű viselkedésvezérlő struktúrává. A serdülő felismeri az erkölcsi szabályok viszonylagos és formális jellegét, követelményeket támaszt a logikai és realiztikus megalapozottságokkal szemben (pl. „ne lopj”, mert..., a törvénynek árnyalt indoklására képes, és ezt igényli is!).

Mégis, az erkölcsi parancsok elfogadásában relativizmus jellemzi. „Kategorikus imperatívuszokat” nem alkot. (A fogalom *Kant*, német filozófustól származik, aki az embert erkölcsiségében e magasabb - szellemi — parancsok által vezérelt lénynek írta le). A fiatal felnőttkorra alakulnak ki végül azok a szilárd erkölcsi elvek, melyekhez nem férhet relativizáló tényező, az erkölcsi értékek általánosabb létfilozófiai elgondolásokban gyökereznek. Kohlberg szerint e faktorok - optimális szocializáció esetén - elvezetnek az autonóm erkölcs egyetemes etikai elvekké és személyes morállá épüléséig. Sok esetben azonban valamely korábbi fejlődési szakaszban elakadhatnak, főleg akkor, ha a környezet személyes példái nem erősítik meg a felnőtt követeléseket. Kohlberg rendszerét a 2. táblázaton tekinthetjük át.

2. táblázat. Az erkölcsi tudat fejlődése Kohlberg nyomán

és tartalmuk
), azt akarom; az jó, amit én akarok
elem miatt engedelmes a gyerekek
vizmus-nedonizmus: a szolgálatok cseréje
élményéhez való igazodás, konformizmus
s a formális rend megőrzése: utilitarista konformizmus
tudatosítása, hogy az erkölcs társadalmi megegyezés
ények, kategorikus imperatívuszok elfogadása, ssel – az egyetemes etikai elvekhez való igazodás

Szintek		Fejlődési szakaszok
ERKÖLCS ELŐTTI SZINT (az erkölcsi értéket a gyermek külsődlegesnek gondolja)	0	kiinduló szint: ami j
	1	a büntetéstől való fél
KONVENCIONÁLIS ERKÖLCS (a „jó és helyes” szerepek teljesítése felel meg az erkölcsösségnek, mely viselkedési feladat, elváráshoz igazodás)	2	instrumentális relati
	3	jelentős személyek v
	4	az előírt szabályok é
AUTONÓM ERKÖLCS Az erkölcsi értékek a személyiség saját belső világába épülnek be, a saját maga „parancsolta” elvek szerint kell gondolkodni, élni, cselekedni (ill. magasabbrendű elvek szerint)	5	relativizmus: annak produktuma
	6	magasabbrendű törv lelkiismereti vezérlés

8.3. Példakép, eszmények, ideálválasztás

A példakép, eszmény, ideálválasztás, amely az értékek, normák átvétele szempontjából is döntő jelentőségű, a kisiskoláskor végén mutat minőségi fordulatot. A tízévesek még egy-egy *szituatív példaképben*, a környezetükben élő, irántuk érdeklődő, „szép és kedves” felnőttben találnak csodálatuk és rajongásuk tárgyára. Hajlanak a megfontolás nélküli követésre, majmolják mindazt, ami tetszik a bálványukban. Feltétlen engedelmességgel követik az ideál parancsait kiknek „mindig igaza van”. Ez a naiv és differenciálatlan ideálképzés az 5. és 6. osztályosoknál átvált még mindig reálisan létező, ill. irodalmi forrásokból, tömegkommunikációs információk útján megismert, ill. megismerhető rendkívüli személyé (*idealizált példakép*), aki szinte emberfeletti képességekkel, tulajdonságokkal rendelkezik, és mindenki fölé helyezhető. Ez a választás

összefügg a serdülő kiemelkedési, másoktól elkülönülési és megkülönböztetési vágyával, az önállósági konfliktust kísérő identitásváltási történésekkel. Az ideálok kompenzációs funkcióval is rendelkeznek. A gátolt kamasz pl. a sima modorú diplomata világfit, a gyenge alkatú fiatal a bokszt világbajnokot választja (átmenetileg) példaképül. Ezek az ideálképzések azonban - egészséges fejlődés esetén - mülékony, eszményítő, idealizáló törekvések. A pszichés önszabályozás részeként csak addig élnek, amíg kibontanak „olyanná válási” indítékokat, azután eltűnnek: Ezért *aktivizáló példakép-funkciót* töltenek be. Ha viszont nem segítik elő a hasonlóná válás erőfeszítéseinek felébresztését, akkor kártékony, ún. leszerelő példakép funkciójukkal az egészséges önkibontakozás gátjává és patogén (megbetegítő, a személyiséget károsító) tényezőkké válhatnak.

A tudatos eszménykép-keresés feszültsége a 17-18 éves ifjú korosztály jellemzője. A vizsgálatok szerint 13 éves korban alig 10, 18 éves korban az ifjúság 100%-át jellemzi ilyen törekvés /Kon, I. Sz.⁹⁰/. A korábbi, még *idealizált példaképek* szétfoszlanak. Már a 15-17 évesek is inkább hiteles, valós, a közvetlen tapasztalataikban létező, de kiváló tulajdonságokkal vagy jellemvonásokkal rendelkező ideálok felé fordulnak. Ebből bontakozik ki végül az „*általánosított eszményképzés*”, vagyis az eszménykép *szintetikus formája*. Ez a „rendszer” már nem, vagy csak laza kapcsolati szálakon kötődik konkrét személyekhez, az erkölcsi követelmények szimbolikus rendszereként egzisztál. Ily módon az élet során igen változatos a fejlődés a példakép és eszményképzésben is: az anya, apa és családi minták szándéktalan beépítése felől a szándékos, de még idealizált választások közt jut el végül az ifjú a konkrét mintákról való leválás és leválasztódás felé és teremti meg a lelki rendszerében sajátként működő erkölcsi és értékrendjét, az egyedi morált. Ennek azonban minden eleme társas közvetítésű származék, az elvont eszmény gyökere tehát maga a valóság.

9. A NEVELŐI ATTITÚDOK ÖSSZEFÜGGÉSE A SZEMÉLYISÉG FEJLŐDÉSÉVE L

A gyermek egészséges fejlődése szempontjából négy feltétel együttléte optimális: 1. a szülők kiegyensúlyozott, kongruens kapcsolata, összehangolt és egyetértő nevelésmódja; 2. a gyermek iránti szeretet és bizalom; 3. a biztonságnyújtó, követelményeket, erőt és oltalmat egyaránt képviselő szülői magatartás; 4. a nevelésmód rugalmassága, nyitottsága, a nevelői ráhatásoknak a gyermek személyiségéhez igazodó plaszticitása.

Könnyű belátnunk, hogy az optimális követelmények eléréséhez a szülők harmonikus, érett, felelősségvállaló és szeretetképes személyisége az előfeltétel /Vekerdy T.¹⁷⁷/. A neveléslélektan egyik kulcsproblémája éppen az, milyen következményekkel számolhatunk akkor, ha az említett feltételek valamely összetevője (tehát a szülők személyisége) eltér az optimálistól.

Ranschburg¹⁴⁸ nyomán ismeretes, hogy a nevelői attitűdök terén az *emocionalitás* és a *nevelési folyamat vezetése* szempontjából négy alapvető nevelési forma különíthető el: 1. az optimális lelki szabadságot és kedvező kibontakozást ígérő *meleg-engedékeny* attitűd; 2. a modellkövető azonosulásra alkalmatlan *hideg-engedékeny* magatartás, amely a gyermeket a kriminális, antiszociális fejlődés felé viheti; 3. a *meleg, korlátozó* attitűd, amely a konformista és önállótlán magatartás kialakulásának kedvez és 4. a *hideg, korlátozó* nevelés, amely a hibás, neurotikus személyiség-fejlődés veszélyét rejti magában.

Amint az identifikáció történéseiben is megmutatkozott, igen jelentős funkciója van a gyermek normarendszerének kialakulásában a nevelés ún.

erőfaktorának, amely a szülői határozottságból és az állhatatos, következetes magatartásból szövődik össze.

A nevelőerő motorja a gyermek iránti szeretet, amely megszabja a szülői akaratnak a gyermek személyiségébe való „behatolási képességét” (penetranciáját). Ha az „erőtényezőt” megfelelően értékeljük, akkor elkerüljük azt a buktatót, hogy az engedékenységet nevelői erőtlenségnek vagy passzivitásnak véljük.

Ha a nevelői magatartásmódokat, légközt és hatásokat 1. a család emocionális klímája, 2. a nevelési rugalmasság, valamint 3. a követelményekre vonatkozó határozottság és erő szempontjából értékeljük, akkor e tényezők vegyüléke szerint 8 olyan nevelésmód modellje áll előttünk, amelynek a következményeiről is képet alkothatunk. A szülői érzelmek (melegség, hidegség), a nevelés ereje, a közvetített értékek penetranciája (erős-gyenge) és a korlátozásvédelem plaszticitásának pólusai (nyíltság-zártság) szerint Kozéki Béla⁹⁵ nyomán a következő nevelői modellek körvonalazhatók:

1. *Harmonikus* a nevelés akkor, ha a gyermeket meleg családi légkör és szülői bizalom fogja körül, ha nem korlátozzák mereven, ha a szülői követelmények nyíltan és rugalmasan igazodnak a gyermek képességeihez és lehetőségeihez. Az elvárások következetessége erőt és oltalmat sugároz a gyermek felé, aki megérzi, majd pedig megérti, hogy a szülői terelés, szoktatás és vezetés érte történik, a szülő olykor „érte haragszik, nem ellene” (meleg, nyílt, erős nevelés). Az ilyen légkör kedvez leginkább a szociális, belátó és decentráloképes, aktív, jó önkontrollal rendelkező felelősségvállaló és etikus személyiség kibontakozásának.

2. *A liberális* nevelés érzelmi légköre hiánytalan, a gyermekszülő kapcsolat bizalomteli és kölcsönös elfogadáson alapul. A nevelési folyamat vezetésének ereje, a szükséges terelés, korlátozás azonban nem éri el azt a szintet, amelyben a gyermek (szabad és önálló viselkedés útjában) megfelelő időben átélhetné azokat az akadályokat, melyekkel később felnőtt életében találkozhat. Mivel saját indítékai szerint cselekedhet, önálló és kreatív személyiséggé fejlődhet.

Elegendő szeretetet kap, így képes is elkötelezett és érzelmileg vállaló kötődésekre (meleg, nyílt, gyenge nevelés).

A külső kontroll gyengesége azonban nem kedvez a belső kontroll kimunkálásának, és a gyermek könnyebben válhat önérvényesítésében nehezen korlátozható személyiséggé. Korai akadályok átélése hiányában nehezebben tanuljuk meg az önérvényesítő tendenciák korlátozását. Ezért az ilyen nevelési mód könnyen kialakíthatja a sztártörekvéseket ebben áll fő veszélye.

3. Más tényezőben mutat hiányokat az *ambiciózus* nevelésmód. Az ilyen meleg családi légkörben elegendő terelő és személyiség-stabilizáló támaszt kap a gyermek. Biztonságos és kedvező klímában fejlődhet. Problémát jelent azonban a nevelői rugalmasság hiánya, a zárt és áthághatatlan korlátozások szorítása, amelyben a szülői autokratizmus a drill gúzsába köti a gyermeket. A nevelésmód merevsége és az elvárások szigora nagy erővel viszi a gyermeket új és új teljesítmények elérése felé, azonban *csak a szülői vagy nevelői követelményeknek megfelelő területeken*. A családi szeretet viszont elegendő biztonságot ad számára vállalásaihoz (meleg, zárt, erős nevelés). Ezért az ilyen hatások között felnövő gyermek szorgalmas, kötelességtudó, lelkiismereti kontrollja erős. Nagy veszély rejlik azonban a szigorú követelmények és szankciók drilljében. A gyermek teljesítménykeresését nem a siker, sem pedig az eredmények örömeinek átélése mozgatja, hanem a következményektől való szorongás és a kudarc elkerülésének vágya. Ezért csak azt vállalja, amit teljesítenie kell, de fő gondja az, nehogy alulmaradjon és kudarcot szenvedjen. Ebből ered önkéntes és szabad vállalásainak beszűkítése, a védekező óvatosság, a spontaneitás korlátozódása, amely csökkenti kreativitását.

4. A *túlvédő nevelésben* egyoldalúan dominál a gyermek iránti szeretet, amely a szülői aggodalom „gumiketrecébe” zárja őt (meleg, zárt, gyenge nevelés). A biztonság, támasz és védelem egyoldalúsága fixálja a gyermeket szülőkapcsolatában, nem mer vállalkozni új és ismeretlen célok elérésére, mert a szülők helyette tesznek meg mindent, nem pedig érte. Az ilyen gyermek a családi biztonság kötelékéből alig mer kilépni, minden törekvése a vállalások elkerülése és a szeretet, oltalom megőrzése. A külső hatásokra érzékeny, ez sebezhetővé teszi, hajlamos a „sündisznó” reakcióra,

a védekező visszavonulásra. Így előnytelen feltételekkel kerül ki a családon kívüli közösségekbe. Önállótlán és függő gyermeki helyzetében konzerválódik, indulatait elfojtja, passzív és engedelmes, jó gyermek, akik felkészületlenül lép át a számára sokféle konfliktust rejtő és nehezen vállalható felnőttkorba.

Az eddig tárgyalt négyféle nevelésmódban közös sajátosságként emelhetjük ki a családi klíma melegét, a szülők gyermeküket elfogadó és szerető attitűdjét. Ahogyan a gyermek mindig számíthat szüleine, ugyanúgy ő is képes másokat elfogadni és szeretni. A nevelőerő jellege és a nevelésmód rugalmassága szerint azonban eltérően fejlődhet érték- és normarendszere, valamint teljesítménymotivációinak köre. A zárt nevelés kudarckerülővé, a gyenge nevelésmód pedig nehezen alkalmazkodóvá teheti magatartását. Mindez természetesen csak lehetőség, amely a gyermek belső feltételein át valósulhat meg kisebb-nagyobb mértékben.

Másként alakul a gyermeki fejlődés az érzelmileg visszafogottabb, hidegebb, mintegy rejtett érzelmi elutasítást magába foglaló családi miliőben.

5. Ezt testesíti meg az ún. *hideg, demokratikus* nevelésmód. Az ilyen nevelésben a szülők egyenrangú partnerként kezelik gyermeküket, elvárásaikkal igazodnak a gyermek képességeihez, támaszt és terelőerőt nyújtó magatartásukban következetesség nyilvánul meg. A gyermek iránti szeretet megcsappant szintje azonban nagy hiányosság, amely a gyermekben gyakran nyugtalanságot és hiányérzetet indukál. A fejlődés elkerülhetetlen konfliktusai nyomán támadt agresszióit nem szelídíti meg a szülők szeretete, viszont a korlátozás és tilalom erejének átélése, majd pedig beépítése szigorú normarendszert érlel a gyermekben, aki agresszív feszültségeit szociálisan tolerált vagy jóváhagyott formákban valósítja meg. Pl. ő a rendfenntartó, az osztályőr, fegyelmezi környezetét stb. (Hideg, nyílt, erős nevelés.)

Az ilyen gyermek törekvő és szociális, azonban empátias (beleérző) készsége kevésbé fejlett, és gyengébb a belátó, decentrációs képessége. Bár könnyen vállal feladatokat és jól teljesít, vállalásaiból hiányzik az a belső motiváltság, amelyet csak a szeretetteli elismerés és a siker elővételezésének érzése képes kialakítani. Az ilyen szabálytudó és

megbízható gyermekek hajlamosak közösségük bíráivá válni, arra viszont kevésbé képesek, hogy megértő együttérzéssel viszonyuljanak másokhoz.

6. Az *elhanyagoló nevelésről* már sok helyütt esett szó, mivel az egyik legveszélyesebb nevelési forma. Szülői támasz nélkül a gyermek magárahagyottan küzd a frusztrációkkal. Szeretet, védelem és biztonság hiányában nem tudnak kibontakozni kontaktusainak érzelmi szálai. Nem ismer korlátozást és erőt, nem kap támogató vezetést szüleitől, ezért belső érték- és normavilága csökevényesen fejlődik. Bizonytalanságából fakadó félelmeit megelőző-támadó védekezésmóddá alakítja. Agresszióit pedig a korlátozás hiányában hajlamos szabadon és kontrollálhatatlanul megnyilvánítani (hideg, nyílt, gyenge nevelésmód). Az ilyen nevelési légkörben felnövő gyermeket gyenge fékrendszere, etikai kontrollhiánya és fokozott agressziós hajlama miatt ún. prekriminális személyiségnek tartjuk, tehát nagyobbak az esélyei a bűnözővé válásra, a sodródó, kallódó, „törvényen kívüli” életvezetésre.

7. Míg az elhanyagoló nevelést a nevelői hatások hiánya, addig az ún. *drilles nevelést* éppen az ellenkezője, a vasfegyelem jellemzi. A szülők érzelmileg rideg parancsuralmában rugalmasság helyett a merevség, a nevelési elvekhez való ragaszkodás dominál (hideg, zárt, erős nevelés). Az ilyen nevelést a megfélemlítés, a parancs és a büntetés jellemzi. A büntetés kilátásba helyezése a gyermeket fokozottan szorongóvá teszi. Az ilyen nevelésben a gyermek nem meri kifejezni a korlátozás miatt keletkezett agresszióit. Azonosulási késztetéseit a rettegés és a félelem olyan erővel irányítja, hogy többnyire éppolyan hideg, kemény, merev elvekkel élő, zárt személyiséggé válik, mint őt büntető, szigorú szülei. Agresszióit viszont hajlamos önmaga ellen fordítani. Szigorú lelkiismerete súlyos konfliktusokba szorítja. Korlátozásra szorongással reagál, büntetéstől való félelmében a parancsokat habozás nélkül teljesíti. Az ilyen gyermek hajlamos leginkább arra, hogy ún. „parancsra tettem” személyiséggé váljon.

8. Az érzelmileg elhanyagoló miliőben még egy veszélyes nevelésmód létezik, ez az ún. *diszharmonikus nevelés*. Az ilyen nevelést a csekély szeretet, a biztonságnyújtás képtelensége, a terelő, szoktató és támogatóerő hiánya, illetve rapszodikus hullámozása jellemzi. A gyermeket mindez állandó bizonytalanságban tartja. A szülők nevelési tehetetlenségéből

fakadó büntudata bűnbakká változtatja a családban a gyermeket, aki vétlenül bűnhődik és krónikusan szorong. Az ilyen légkör neurotizál leginkább, mintegy előkészíti a gyermeket a hibás személyiségfejlődésre.

A vázolt családi modellhelyzetek természetesen ilyen tiszta formában a valóságban alig léteznek. Ennek egyik nyilvánvaló oka az, hogy a szülők személyisége nem teljesen azonos, így szándékos és szándéktalan nevelési hatásaik különféle konstellációkban egészíthetik ki vagy ellensúlyozhatják házastársuk nevelésmódját. Másik oka a gyermek egyedisége, belső feltételrendszere, amelyen át a szülői hatások sajátosan érvényesülnek.

Meghatározó szerepet játszik a nevelésmód kibontakozásában a gyermek neme is, amely jellegzetes szociális szerepelvárásokat vált ki. Az látszik a legfontosabbnak, hogy a gyermek számára az azonos nemű szülő valóban alkalmas minta legyen a modellkövető azonosuláshoz. Éppen ezért a lányok esetében leghátrányosabb a hideg, korlátozó és merev anyai magatartás, fiúknál pedig a gyenge és vezetéképtelen apai viselkedésmód.

Az előnyös karaktertulajdonságok kialakulásában mindkét nembeli gyermekeknél döntő szerepe van a kedvező szülői magatartásnak. A jó vezetőképességgel rendelkező, szociálisan alkalmazkodó és felelősségvállaló serdülők családvizsgálatából derült fény arra, hogy az ilyen gyermekek szüleire kongruens és egyetértő nevelésmód jellemző. Az ilyen családok többségében az anya inkább védelmező és gondoskodó, az apa pedig erős és határozott volt /Bronfenbrenner U., In: Bagdy E.^{7/}. A várakozó bizalom készítőerő a gyermek számára, ha megfelelő szeretettel társul. A „tudom, hogy meg fogod tudni tenni” hite lendületet ad a gyermek bátorságának.

A *nyílt, rugalmas nevelés* utánaengedő, de nem elengedő. Kevesebbet és indokoltan alkalmaz korlátozó szabályozást, de határozottan vezeti a gyermeket, ha az szükséges. Az érzelmi támasz azt jelenti, hogy együttérzünk a gyermekkel, értékeljük sikereit, de nem nagyítjuk fel kudarcait, hanem azok leküzdésére buzdítjuk, kifejezzük bizalmunkat iránta, teljesítményét pedig képességei arányában értékeljük. Ez ad számára visszajelentést arról, mire vállalkozhat és mire képes. Mindez pedig kedvez az ún. *kompetenciamotívum* erősítésének: a próbálkozások és vállalások során a gyermek fokról fokra mérheti fel, hogy mire képes, meddig

terjednek cselekvési és teljesítési lehetőségei. Csak ennek ismeretében alakulhat ki a realitással egyező énképe és önértékelése.

A belső lehetőségek cselekvéses kipróbálásával ellenőrzött kompetenciát a szabálytudó viselkedés tartja a szociális realitásban. A norma- és értéktudat azonban csak akkor életképes, ha indítékává válik a magatartás megfelelő szervezésének. Ez azt jelenti, hogy a gyermek ne csak tudja a szabályokat, hanem magáévá is tegye azt a törekvést, hogy viselkedése és a normák között megfelelés legyen. Ez a *kongruencia-motívum*.

A rugalmatlan, zárt nevelés egyoldalúan korlátoz, és ezzel károsíthatja a gyermek teljesítmény orientációját. Arra tanítja, hogy erőit a kudarc kerülésére fordítsa. A gyermek eredményeinek alábecsülése kudarcérzést, elégedetlenségélményt és önértékcsökkenést okozhat. A kudarc előhívja a büntetéstől való félelmeket, ezek pedig korlátozzák a további vállalási kedvet. A félelem az újabb kudarc (és büntetés) elkerülésére készíti, ugyanakkor tovább rontja a teljesítményét. Ez a kóros kör végül szorongásai foglyává teheti a gyermeket.

Míg az egyoldalúan korlátozó nevelés a kompetenciatörekvés kibontakozását gátolja, addig az erőtlen, a követelményeket csökkentő és gyenge modellként szolgáló szülői magatartás a kongruencia-motívum erősödését akadályozza meg. Mindezeket átfogja az alapvető motívum: a szeretet, amelynek hiánya eltorzítja, arányos léte azonban katalizálja a gyermek jellemfejlődésének teljes folyamatát.

10. A TÁRSAS KAPCSOLATOK ZAVARAI

10.1. A kommunikáció szintjei

Az emberi kapcsolatok bonyolult rendszerében a kommunikáció eszközeivel teremtjük meg és tartjuk fenn a kontaktust másokkal. A kommunikáció legáltalánosabban: *információtovábbítás emberi jelrendszerben*. Az *információ* az észlelő ember oldaláról a *kifejezés jeleinek* felfogása és ennek *értelmezése* /Buda B.²⁸/- Kommunikáción érthetjük mindazt, amit a másik ember jelenléte vagy megjelenése meghatározott utakon át bennünk kivált, mindazt, ami a másik emberre és szituációra vonatkozik. Az *interakció* a megvalósult kommunikáció fogalma: jelentések cseréje két vagy több ember között. Mivel minden ember külön világ, sőt „más a térkép és más a táj”, a megértés pontosságát a jelentés értelmezésének helyességéhez kell kötnünk. Vajon ugyanazt értjük-e egy-egy mondaton, mint a többiek? Nyilvánvaló, hogy a jelentések eltérései félreértéseket, félreértelmezéseket eredményezhetnek. A kommunikáció fejlődése, a jelentések cseréjének tanulási folyamata a lelki egészség szempontjából is igen fontos.

Ha elfogadjuk, hogy a szocializáció a személyiségfejlődés társas, illetve társadalmi vetülete, akkor természetessé válik számunkra az is, hogy e folyamat döntő fejleménye a *beszédtanulás*. A beszéd tesz képessé a magas szintű emberi kommunikációra (információátadásra), ez tesz alkalmassá a tartalmas, árnyalt, sokszínű és gazdag emberi kapcsolatokra, az önkifejezésre és a másik ember megértésére. Ez a döntő jelentőségű kapcsolati eszköz azonban már azon a szinten is félreértések forrása lehet, amikor még alig tudjuk használni.

Amíg a csecsemő és a kisdéd nem tud beszélni, addig az emberi környezettel az *önkifejező mozgások* (gesztusok, taglejtések, mimika és a jelentésnélküli hangok, szótöredékek) *érzelmi jelentés mintázata* útján tart fenn kapcsolatot. A jobb agyféltekei „leolvasó tükörneuron rendszer” ebben

döntő szerepet kap /Rizzolatti, G. és mtsai¹⁵²/. A beszéd elsajátításával egyidejűleg ez az önkifejezési forma a közlési eszköztár második helyére kerül, noha *metakommunikáció* (meta=valamin túl, metakommunikáció=a szavakon túli, de a szavak fölötti közlés) formájában fennmarad. Bár a szó veszi át a közlés első helyét, a metanyelv jelentőségét ez nem csökkenti, csupán módosítja a közlésben való helyét és jelentéseket meghatározó részvételi arányát. Mégis nagy hatalma marad a jelentések létrejöttében, hiszen 38%-ban a hangszín, dallam, intonáció, hangszín, hangsúly felelős a jelentésért, 55%-ban a nem verbális közlések /mimika, gesztusok, testtartás, közelség-távolság/ határozzák meg *azt*, s csupán 7% marad a szavakon át történő jelentés-megértés számára.

Olyan helyzetekben, amikor a közérzetünk labilisabbá válik, amikor lelkiállapotunk egyensúlya érezhetően megváltozik, könnyebben tudunk „olvasni” a beszédet kísérő közlésekben, mint a beszéd jelentésében. Mi az oka annak, hogy ezt a (metakommunikációs) közlési szintet nem tudatosan, hanem szándéktalanul, spontán, önkéntelenül értelmezzük? Mai ismereteink szerint a tükörneuronális leolvasó rendszer, amely akkor tölti fel magát élménytartalommal /a látás, hallás, szaglás, tapintás, ízézés konkrét, érzékletes tapasztalási tartományain át/, amikor még a történésekre nincsenek szavaink. Ezért beszélhetünk „tudattalan” rendszerről, hiszen az egykori névtelen átéléseknek már csak a ráérzéses, újra átélési lehetőségei adottak a /már beszédképes/ emberi lény számára. Névtelen tartalmai becsatlakoznak a friss, új élményvilágba, és azok jelentését a múlt átéléseinek kontextusába helyezve határozzák meg.

A valóság, a környezet felfogása elképzelhetetlen a metajelzések nélkül. Ez adja meg a *közlések érzelmi-indulati tartalmát, színét, hangulatát. Jelzi a közlés valódiságát, módosítja a közlés jelentését, sőt meg is cáfolhatja azt*: Ha pl. azt mondom ölbe kérezkodó gyermekemnek: „No gyere!” - eközben kezemmel a türelmetlen elutasítás mozdulatát teszem, arcomon pedig bosszúság tükröződik, akkor ez a hívás egyben elutasítás is, benne feszül a valódi érzelmi tartalom, az elhallgatott, de őszinte közlés: „Zavarsz, most menj!” Ily módon történhet az, hogy *tudatos szándékaink ellenére* mást közlünk, mint amit akarunk közölni. Ezt tapasztalhatja pl. az a gyermek, aki a napköziben feladata megoldásához segítséget kér a tanártól. Ha a tanárt tudatosan a kötelességteljesítés vezérli, tulajdonképpen

azonban bosszantja, hogy megzavarta a gyermek, akkor elegendő, ha türelmetlenül dobol ujjaival az asztalon vagy szórakozottan kinéz az ablakon. Ez a gyermek számára már elég „metaközlést” nyújt ahhoz, hogy megérezze és felfogja a mélyben elrejtett és szavakban nem tükröződő elutasítást.

Előfordulhat az is, hogy fel nem ismert és *szándéktalan „tereléssel”* a szavak útján közölt elvárásunknak ellentmondó, azt gyengítő vagy módosító metaközléseinkkel a gyermek nevelését szándékunkkal ellentétes irányba visszük. Ez a metaközlési sík ad módot arra, hogy a gyermek érzékenyen felismerje valódi, de elrejtett és csak gesztusainkban felbukkanó szándékainkat. Így lepleződik le a valódi érzés és a mély szándék. Valószínűbb, hogy gyermekünk inkább a lényeges, eredeti, de eltitkolt és kifelé csak töredékesen jelzett szándékaink szerint fog viselkedni.

10.2. A „kettős kötés” jelensége

Az amerikai, Palo-Alto-i egyetemen az ötvenes évek derekán egy azóta világhírűvé vált kutatócsoport vizsgálta azt, milyen következményei vannak a lelki fejlődésben, ha az igen korai életszakaszban és attól kezdődően gyakran érik a gyermeket „kettős információk”, vagyis a szavakban rejlő jelentéssel ellentétes metainformációk, illetve a viselkedéses közlésben is feltűnően ellentétes elemek (pl. gyengédnek szánt indulatos ölelés).

Bateson, Weakland, Haley¹⁴ és még sokan mások kimutatták, hogy a későbbi, felnőttkori lelki zavarok súlyosabb formáira, főként a hasadásos elmezavar kialakulására hajlamosító tényezők egy része a közléstanulás folyamatának hibáival és zavaraival függ össze. Bateson¹⁴ írta le az ún. „*kettős kötés*” (double bind) jelenségét. Ez abban áll, hogy a szülő egy időben ellentétes közléseket ad a szóbeli és a gesztikus közlési síkon át a gyermekének. Az információ kettős tartalma egymással ellentétes igényeket tükröz, így a szülő ugyanarra a helyzetre vagy dologra vonatkozóan ellentmondóan tájékoztatja gyermekét. A helyzet kettős szorításában *a gyermek bárhogyan reagál, rosszat tesz, és ezt az anya bünteti.*

Pl. amikor a kisgyermek éjszaka sír és anyját hívja, az odafut, és átöleli a gyermeket, de azzal a haraggal, ahogyan felébresztésére reagál: dühösen, elutasítóan. Eközben békítő szavakat mond, ezeket azonban a haragot és

türelmetlenséget tükröző gesztusok teszik mintegy érvénytelenné. Melyiknek higgyen a gyermek? Anyja ölelése egyrészt azt közli: „Gyere, nyugodj meg”. A szavak ezt jelzik, de a gesztusokba sűrűsödő indulat ellentétes tartalmat fejez ki: „Belátástalan gyerek, felébresztettél!”

Amikor a gyermek már érti a beszédet, egyeztetni kezdi az egyes helyzetekre vonatkozó (érzésekben már egységes élménnyé alakult) értékeléseit a fogalmi (szavak útján kifejezett) jelentésértékekkel. Ha a két jelentés nem ad egységes információt, akkor a gyermek számára a szó a kevésbé jelentős. Ilyenkor nehezebben sajátítja el a szavakat és tovább használja a korai életszint közlésmódját: jelekkel érintkezik a környezetével.

A „kettős kötés” a gyermek számára igen veszedelmes és fájdalmas játék. Ekkor benne nem tudnak a szülő (szándéktalanul!) többsikű elvárásai egyjelentésűvé és így egyértelműen teljesíthetővé válni. Bárhogyan tesz, mindig büntetést várhat.

Ilyen történik akkor is, ha pl. a gyermekét csecsemőként ajnározó, dajkáló anya szavakban azt a közlést hangsúlyozza: „Bár már minél hamarabb felnőnél”, „Bár már tudnál egyedül óvodába járni” stb. Ugyanekkor a gesztusok, a babusgató ölelés azt közli: „Ne nőj meg, maradj az én kicsi csecsemőm!” A gyermek akár egyik, akár másik információnak igyekszik viselkedésével megfelelni, egyaránt másként tesz, mint az anyja szeretné, így súlyos konfliktushelyzetbe kerülhet: nem tudja sem eldönteni, sem megtanulni *azt*, hogy egy helyzetben miként cselekedjék.

Lehetséges, hogy a gyermek rászokik a metaközlések árnyalt és aprólékos megfigyelésére, és minden apró mozdulatot és gesztust azonnal észrevesz. Reakcióit arra építi, amit a testi kifejezési formák közvetítenek felé, és közben a szavakkal, a beszéd tartalmával és jelentésével kevésbé törődik. Ilyen esetben felnőttkorban nagyobb az esélye, hogy gyanakvó, „készenlétben álló”, mindenkit fokozottan megfigyelő, bizalmatlan emberré váljék. Ha a gyermek a szavakat kísérő gesztusok értelmezéséről lemond, akkor világát érzelmi, indulati és hangulati téren súlyosan csonkítja, beszűkíti, egyben nem fogja tudni megfelelően értelmezni mások közléseit. Ha csak a szavak lesznek viselkedésének iránytűi, akkor sok tévedés, csalódás, kudarc érheti. Ez végül is kirekesztheti az emberi

örömeiből és kapcsolatokból, sőt később a teljes elzárkózás és befelé fordulás veszélyét alakíthatja ki.

A korai életszakaszban sok fájdalmat és csalódást eredményező kettős kötés jelensége még egy kedvezőtlen fejlődési irányt nyithat meg. Ez abban áll, hogy a gyermek nem képes szavak (fogalmak) jelentését (tartalmát) megfelelően elsajátítani. A szavak jelentéstartomány szempontjából fellazulnak, és extrém esetben kialakulhat a „minden mindent jelent” vagy a „semmi nem jelent semmit” értékelésmód. Ekkor az egyén számára a közlések verbális útja értékét és értelmét veszti. Bekövetkezik a valósággal való meghasonlás, elfordulás, bezárulás és közlésképtelenség állapota.

Ez a Bleuler által *autizmusnak* nevezett jelenség, amelyben a beteg bezárul saját világába, és „nem érinthető meg” semmiféle kapcsolati vagy közeledési úton. A testi és szociális érinthetőség sajátos összefüggését a gyermekkorban kialakuló autizmus példázza leginkább.

10.3. Saját világuk foglyai

A *gyermekkori autizmus* az énefejlődés zavarainak egyik korai formája. Az autisztikus gyermek képtelen a kapcsolatfelvételre, bezárul, befelé fordul saját világába. Nem tud a realitás követelményeihez alkalmazkodni, nem tud a másik emberre tekintettel lenni, sőt a szó szoros értelmében nem tud ránézni az emberekre (szemkontaktus kerülése). Megszólításra alig reagál, beszédében nem használja a személyes névmást, tehát nem mondja azt, hogy én. Főként önmagával beszélget, mint a kétéves gyermek. Saját szavakat gyárt, alacsony szinten és keveset beszél, másokkal szinte semmit. Környezetváltozásokra igen rosszul reagál, szorong, nyugtalaná vagy agresszívvé válik, mozgásossága néha bizarr szintig fokozódik, ugyanakkor nincsenek mimikai megnyilvánulásai.

Az autizmus korai formája már csecsemőkorban megnyilvánulhat. A testi fejlődés harmonikus, de hiányoznak a csecsemő érzelmi reakciói, a primer mosoly, a hangadás, gögicsélés, az anya megfogása és a testi ragaszkodás egyéb jelei. A csecsemő elfoglalja magát játéktárgyaival, és a környezetében levő személyek iránt semmi érdeklődést sem mutat.

Anyjával az elemi szokások kialakítása szintjén sajátos szimbiózist (együttélést) hoz létre. Ebben az anya szinte gyermekének rabszolgája, és ez az egyetlen személyes jellegű kapcsolata. A gyermekben *nem alakul ki az érzés*, a saját test érzése. Nem tesz különbséget enyém és tiéd között. Beszéde primitív szintű, tartalmilag üres és személytelen jellegű. Cselekvéseit főnévi igenév formájában jelöli meg. Nem fogalmaz személyesen. Kívánságaiban általános alanyt használ, pl. „kérek reggelit” helyett azt mondja: „enni”.

Hasonlóan szólítja fel anyját is kéréseinek teljesítésére. Hiányzik belőle a cselekvési irányultság, a beszéd jelzőfunkciójának kifejlődése. Soha nem kérdez, nem érdeklődik, így nincs kérdező, ún. miért-korszaka sem. Ha néha helymeghatározást kér a „hol” kérdőszóval, akkor nem vár rá választ. A személyek neveit nem jegyzi meg. Nem ismeri fel azt, akit korábban látott, legfeljebb annak ruházatát vagy tárgyait. Ha eljut az iskolába, ott közönyösen viselkedik. Nem védekezik, ha megverik. A bántalmazások után még jobban elkülönítik társaitól. Zavarok mutatkoznak nála a nemi szerep kialakulásában is. Kisgyermekként él, akit serdülőkorában is a mama fésül, öltöztet és lát el. A tárgyi környezethez való sajátos kapcsolata miatt néha a számfogalmak fejlettek, és matematikai készsége egy szintig izoláltan jól fejlődhet, azonban gépiesen számol, és rajzai is merevek, sablonosak. Személyeket a rajzain soha nem ábrázol.

Ez a különös állapot, amely a gyermekben a korábban vázolt énefejlődési folyamat típusos megrekedésére utal, okilag mindmáig kevésbé tisztázott. Az oknyomozó vizsgálatok leginkább a *családszerkezetben* tártak fel jellegzetességeket. Intelligens, de érzelemszegény és humortalan szülők gyermekeinél fordult elő leginkább ilyen állapot /Bosch, G.²¹/ *Biológiai hajlamosító talajként* az idegrendszer ingervédő barrierjének (gátjának) túl erős szintjét tételezik fel, amelyhez hozzájárulnak a hátrányos nevelési hatások is. Bettelheim¹⁹ kutatásai alapján az érzelemszegény családi miliő meghatározónak látszik. Ilyenkor olyan kedvezőtlenek a korai érzelmi hatások, hogy a gyermek ezeket később már nem tudja kiheverni. Az idegrendszeri alaptípushoz járuló „ingermegvonási helyzet” autizmust kiváltó hatásával Bettelheim egy olyan gyermek esetét állítja párhuzamba, akit szülei a koncentrációs táborba hurcolás előtt egy konyhaszekrénybe

bújtatva rejtettek el, és ott a hozzátartozók titokban nevelték fel. A gyermek autisztikussá vált, és állapotát később sem sikerült rendezni.

Tinbergen, a Nobel-díjas állatviselkedés-kutató és felesége etológiai tapasztalatok alapján közelítettek az autista gyermeki viselkedéshez, és egy új gyógyító eljárást próbáltak kidolgozni /Tinbergen, N.¹⁶⁸/. Megfigyelték, hogy a normális gyermeki viselkedésmódokban is fellelhetők az autista reakciók elemei. Pl. ha egy lakásba belépő idegen azonnal a gyermekek felé fordul, és gyors barátkozással akarja megnyerni azokat, akkor az ép gyermekek is mintegy támadásként élik át a gyors közeledést, legalábbis olyan módon viselkednek. Tekintetüket elfordítják, félrevonulnak, nem közelednek, nem beszélnek (ezt nevezzük mi zavarnak).

Tinbergen szerint a gyermekkori autizmus olyan körülmény kiváltotta állapot, amelyben a gyermek a másik ember (a szülő) közeledését ijesztő és támadási szándékot magába foglaló viselkedésként éli át. Ennek hátterében valószínűleg a legkorábbi „bevésődési” időszakban bekövetkezett kedvezőtlen hatások lehetnek. Ezek a csecsemőben, a kisdobban a rossz tapasztalatok nyomán minden emberi közeledést ártalmasnak minősítenek. A gyermek védekezésnek menekül saját „védőburkába”. Visszavonul, és érdektelenek lesznek számára az emberek. Tinbergen erre az elgondolásra alapozta az általa „szelídítésnek” nevezett terápiáját. Ennek célja a gyermek kibontása burkából.

A gyógy mód a fokozatos és lassú érintéses közeledés olyan formáit tartalmazza, amelyben a szemkontaktust elkerülik. Ezt ismétlődési játék (kukucska) követi. Ebben fokról fokra alakítják ki az egymásra nézésnek és rátekintésnek elviselését. A madarak hangérintkezésének analógiájára épülő hívásoktól (pl. huhu!) kezdve a tagolatlan hangokon át a beszédkapcsolat kialakításáig halad a közlések fokozása. Ez egy ponton már a szülők bekapcsolásával is tovább folyhat. A „tapogató játék” lassan feloldja a tartós rémület miatt izolálódott gyermek külön világának burkait, és utat nyit az érzelmi hatásoknak, egyben teret ad a további gyógyító munkának.

10.4. A „sündisznó dilemma”

A gyermeki és felnőttkori autizmus állapotainak közös szociális gyökértényezőire épül S. Bellak szkizofrénia- (hasadásos elmezavar) elmélete is. Bellak, S. /In: Ammon, G.³/ a betegséget a „sündisznó dilemmával” magyarázza. Az elnevezés ötletét Schopenhauer paradigmája adta: „Egy hideg, téli napon egy csoport sündisznó összebújt, hogy melegükkel védjék egymást a megfagyástól. Hamarosan azonban érezni kezdték egymás tüskéit, ezért ismét eltávolodtak egymástól. Amikor meleget kívánva újból egymáshoz húzódtak, megisméltődött az előző kellemetlenség, ezért kétfajta kín között ide-oda vándoroltak addig, amíg meg nem találták egymás között azt a távolságot, amely a legjobban megfelelt nekik.”

Ezt az egyensúlyt Bellak szerint a beteg képtelen megtalálni. E betegség alapvető problémája az egyidejű törekvés a társas kapcsolati közelségre (érintésre, érintkezésre) és a teljes autonómiájú távolságtartásra. Egy betegnek a naplójából idézett részlet ezt érthetőbbé teszi talán: „Mindig arra vágyom, hogy megérthető legyen minden. Nem lehet megérteni az embereket. Magyarázd meg az életet. Utálom, ha hozzám érnek. El az emberektől! Valakit szeretni, az kéne. Segíts rajtam!” A szociális érintés éppúgy sebez, mint a sündisznó tüskéinek szúrása, a távolság pedig az izolációval egyenértékű fagyos magány. Ez a súlyos dilemma a beteg számára feloldhatatlan és pusztító erejű.

10. 5. „Játszmák” a társas kapcsolatokban

„Szociális érintések” és érintkezések melegében tanuljuk meg értékelni és lényegi szükségletté alakítani a „másik ember”, a társ és a társak jelenlétét életünkben. A társak hatása át- meg átszövi viselkedésünket. Szerepük még akkor is meghatározó, amikor nincsenek jelen, és gondolatainkban is számolunk a minket minősítő véleményekkel. Míg kezdetben a csecsemő számára az ingeréhségben (stimuluséhségben), *fizikai érintések* fontosságában testesül meg a másik ember iránti igény, addig később a *szociális érintés* szükséglete, az *elismerés és gyengédségnyerés* vágya sarkallja, irányítja magatartásunkat (simogatás-szükséglet).

Az utóbbi évtized egyik jelentős elmélete, Eric Beme /1964/ *tranzakcionális analízise* szerint a lelki rendellenességek ott keletkeznek,

ahol az embernek nincs spontán és természetes lehetősége a másik ember elismerésének és gyengédségének megszerzésére, ahol nem a kölcsönösség és egyenrangúság alkotja a társas kapcsolatok alapszabályát, ahol az egyén a kontaktusok örömet manőverekkel, játszmákkal, kierőszakolt helyettesítő tevékenységekkel rontja el. Az ember legnagyobb szükséglete - tanítja Berne - mások elismerésének és gyengédségének elnyerése. Ebben benne van a társ szükséglete, hiszen a másik ember lehet magatartásukkal érzelmi minősítésének külső támpontja. Az elismerésért és gyengédségért alakítjuk-szöjük kapcsolatainkat a társas mezőben. E kapcsolatok elemi egységét *tranzakciónak* nevezzük. Azért beszélhetünk tranzakcióról, mert miként a nyereségért és haszonért folyó üzleti kapcsolatokban, itt is előnyszerzésre törekszünk. A nyereség a partnertől kapott öröm, a tőle nyert elismerés /Beme, E.¹⁸/.

Az ember tudatosodásának és felnőtté válásának folyamatát még egy lényeges szükséglet kialakulása kíséri. Ez az ún. „*struktúraéhség*”, mely az idő megfelelő beosztásának, a tevékenység és pihenés arányos váltakozásának szükséglete. A tervezés keretekbe szorítja a múltó időt, egyben „szerkezetet” ad elfutó napjaink történéseinek. Az ember kötött és szabad aktivitása (munka, hobbi) egyaránt szociális meghatározottságú. *Alapvető alkotó tevékenységünk a munka.* Az aktivitás állandó és változó formáin túl azonban számos olyan helyzet létezik, amelyben kielégíthetjük elismerésigényünket. Beme szerint ezt szolgálják a formális társas érintkezések, ez előírt viselkedési elemeket követelő rítusok (pl. köszönés, mosoly, kézfogás stb.) a tipikus „időtöltések” (passtime-ok), pl. a családi összejövetelek, a baráti találkozók stb. Utóbbiak összetettebb, kevésbé rituális viselkedési elemekből állnak.

Az idő „strukturálása” és az „elismerés-, gyengédség-szükséglet kielégítése” szempontjából legnagyobb jelentőségűek az *intimitás helyzetei*. Ezek a szokványosnál nagyobb érzelmi összetartozáson alapuló, örömszerző kapcsolatformák. Intimitáshelyzetet képvisel pl. a partnerkapcsolat, a barátság, a család, a gyermekekhez való érzelmi viszony stb

A munka, a társas rítusok, az időtöltések és az intimitás helyzetei időstrukturálásunk legfőbb tartalmai, a „simogatásszerzés” forrásai. Ha az ember ezekben a helyzetekben nem tud elegendő (az igényeinek,

szükségletének megfelelő) elismeréshez, gyengédséghez jutni, akkor esetleg bizonyos helyettesítő *játszmákhoz* (game) folyamodik, amelyek ilyen igényeinek vérszegény, pótlék jellegű kielégítését célozzák. A játszma lényege, hogy egyéni haszonért játsszák. Segítségükkel az egyén elkerülhet valamilyen, egyébként kellemetlen szituációt. A játszmában részt vevők száma kötött. A történéseket egy játékos manőverei kormányozzák. Ez azonban többnyire csak játszma végén derül ki. A játszma pótolja az intimitást annak a „játékosnak”, aki egyéb módon nem tudja megvalósítani kontaktusait és magasabb értékű társas kapcsolatformáit. A játszma *manőverjellegéről* ismerhető fel. Mégsem azonos a tudatos manőverezéssel, mert háttérben olyan egyéni viselkedés meghatározó indítékok állnak, amelyek az egyén viselkedését tudattalanul határozzák meg. A játszma „forgatókönyvét” olyan - mélyen az egyénben rejlő - életvezetési ítélet (terv, mottó) alkotja, amely az egyénben az élettörténet tanulságaként alakul ki. Ezt nevezi Beme „*script*”-nek (életmottónak). Éppen az ilyen életmottók az okai a hibás viselkedésnek, a valódi értékű társas kapcsolatokból nyerhető örömeket csak helyettesítő, de pótolni nem képes játszmáknak /Járó K.⁷⁸/.

Mindebből az is kiderül, hogy a játszmák merevségük miatt inkább a hibás, célszerűtlenül, rosszul alkalmazkodó (neurotikus) viselkedésformákhoz sorolhatók. A játszma menetét meghatározó, manőverező játékos az egészséges örömszerző kapcsolatok hiányában és azok helyett keres ilyen hibás megoldásmódot. Kézenfekvő a kérdés: miért nem képes spontán, örömteli intim kapcsolatokra az ilyen ember? Ezt két tényezőben kereshetjük: *az életmottó kialakulási folyamatában és az egyén „hic et nun” (itt és most) állapotában.*

Beme véleménye szerint az egyén jelenét, pillanatnyi állapotát három tényező sajátos vegyülete határozza meg:

1. Mindnyájan felismerhetjük magunkban, gondolkodásmódunkban, ítéletrendszerünkben a szülői hatásokat. Ezt nevezhetjük *szülői énnék*. Egyrészt aktívan befolyásolja az ember cselekvéseit (pl. azt tesszük, amit a szüleink cselekednének ilyen helyzetekben), másrészt passzívan avatkozhat bele a viselkedésbe (pl. számolunk azzal, mit várnának tőlünk adott helyzetben szüleink vagy az őket helyettesítő tekintélyszemélyek).

2. Bennünk él és adott helyzetben eleven hatóerő a lázadó, spontán örömkereső, szabályokat nem tekintő *gyermeki énünk*. A vágyak és a kívánságok sokszor nehezen leküzdhető, sodró ereje a meggyőző bizonyíték ennek létezésére.

3. Végül felnőttkorra kialakul az a képességünk, hogy a realitást önállóan mérlegelni tudjuk, a valóság követelményeivel számoljunk. Optimális esetben ez az ún. *felnőttkori énünk* dönti el, miként cselekedjünk, viselkedjünk.

E három énállapot lehetséges hatásai szabják meg viselkedésünket. A hibás magatartás úgy jöhet létre, hogy pl. gyermeki énünk rosszkor, olyan helyzetekben kerül előtérbe bennünk, amikor az érett, állásfoglaló felnőttnek kellene „megszólalnia”. Ha egyaránt uralkodnak bennünk a szülői és a felnőtti megfontolások, akkor viselkedésünket az *előítéletek* vezérlik. Ha a gyermeki vágyak hatása belefolyik a felnőtti realitásmérlegelésbe, akkor *illúzióképzés* jön létre: ilyenkor a vágy az ígéretes és elérhető valóság köntösében jelenik meg. A lelki zavarokban az a sajátos helyzet áll elő, hogy viselkedésünket egyaránt befolyásolják az előítéletek és az illúziók. Így születnek meg a *hamis tudati elemek*, a *torz valóságmagyarázatok*. Ezek akadályozzák a tiszta, kritikus és valósághű helyzetmegítélést és viselkedést. Az érett, lelkileg egészséges emberben sem a szülőktől eredő ítéletek, sem a gyermeki illúziók nem zavarják meg túlságosan a magatartást, sőt segítik annak optimális szervezését. Amikor pl. a gyermeki önfeledtség felszabadulása hozzájárul a kapott vagy adott öröm átélésének mélységéhez, akkor bennünk természetesen és akadálymentesen ébred fel gyermeki énünk.

Optimális esetben a tranzakciók *komplementer* (kiegészítő) jellegűek, vagyis a kontaktusban a két fél azonos társas pozícióba lép. Így pl. vagy kölcsönösen egyenrangú felnőttként viszonyulnak egymáshoz, vagy mindkettő játékos gyerekként viselkedik, tehát énállapotuk szinte kiegészíti egymást. Léteznek azonban, „keresztezett” tranzakciók is. Itt az egyik fél mintegy szülői tekintélyhelyzetből lép kontaktusba a másik személlyel, akit „gyermeki” reakcióra készítet. Ilyen pl. az autokrata főnök reakciója elbocsátástól rettegő, kezes beosztottjaival, de ilyen a „kivagyí módra” viselkedő emberek attitűdje is. A tranzakciók lehetnek még

kettős jellegűek is. Ekkor a látszat szintjén kölcsönösen felnőtt kapcsolat lényegét tekintve mégis szülő-gyermek sémára zajlik.

A játzsmák többnyire kettős jellegű tranzakciók. *A gyermek és a felnőtt közti játzsmák* annyira mindennaposak, hogy ezért sokszor nehezen ismerhetők fel a szokványos családi történések sorában. Ritkán gondolunk arra, hogy a játzsmákba magunk sodorjuk bele gyermekeinket. Megtanítjuk őket arra, hogy hibás kapcsolati sémákat rögzítsenek. Megerősítjük pl. a kommunikációt bénító keresztezett vagy kettős, leplezett tranzakciókat /Járó K.⁷⁷/.

A keresztezett tranzakciók sokszor olyankor jönnek létre, amikor az emberek mást mondanak, mint amit gondolnak. Társas fedőszintjük a szóbeli, valódi szintjük a leplezett közlés. Pl. az apa a takarításban kellenetlenül segít a feleségének, a gyermekük pedig ül és tanul. Az apa: „Hagyd már azt a sok tanulást!” A fiú: „Jó ötlet!” Eddig tart a felszíni kommunikáció. A valódi, de leplezett szint így szólna: „Elég bajom, hogy takarítok, neked jó, mert tanulsz, de jöhetnél segíteni.” A fiú: „Na jó csel, azt akarja, hogy én is takarítsak, elege van már!” Ha a kommunikációkban csak a felszínt követjük, kevésbé értjük meg a pszichológiai szintet, amely pedig a közlések mögötti valódi tartalmat közvetíti.

Beme szerint a szülői én olyan, mint egy magnetofon, gyűjteménye az előre felvett életszabályoknak. A szülő vita nélkül eldönti, mit kell vagy tanácsos adott esetben tenni. A szülőben azonban a szülői énállapot kizárólagossá is válhat, ilyenkor képtelen a gyermeki és felnőtti énjét működtetni, ezért nem tud hatékonyan nevelni.

Ilyen kizárólagos és megrögzött szülőszerepet példáz Mr. Frum, a történelemtanár. Ezt vallja magáról: „Jó tanár vagyok, szívesen beszélek tanítványaimnak arról, ami a tárgyamhoz tartozik. Rendes, jól szervezett osztályom van, a gyerekek ezért tisztelnek. Kedvelem a kölykeimet, és nem látok okot arra, hogy személyes kis ügyeikbe belekeveredjem. Azért vagyok tanár, hogy tanítsak, a tanítványaim pedig azért vannak, hogy tanuljanak. Nem hívnak sehová, nem hívnak, hogy vegyek részt az iskolai szervezéseken. Jó tanár vagyok, és nem is értem, hogy miért mellőznek.” Az idézet Beme¹⁸ gyűjteményéből való, de a jellemzés akár

hazai eredetű is lehetne. Azt a tanárt példázza akinek örömtelen élete a gyermeki játékoság és a felnőtti belátóképesség hiányában egysíkúan zajlik, a hivatással való egybeolvadás merevségével, ezért személyisége torzó, csak „egyharmad ember”.

Ha a mintaadó személyek szegényes, egysíkú vagy merev példával szolgálnak, a gyermek választéka is csökken a mintakövetésben. A szülői játszmákba pedig óhatatlanul bevonódik a gyermek is, és részesévé, majd követőjévé válik a beprogramozott hibás kapcsolatformáknak. A család alakítja ki káros életmódot. A gyermekek között folyó játszmák pedig olyanok, amelyekben a szülői háznak és a gyermek környezetének kapcsolati sémái szinte filmszerűen peregnek előttünk /Járó K.⁷⁷/.

A már gyermekkorban is jelentkező játszmákba a szülő szorítja bele gyermekét. Előzményeit többnyire a „kettős kötés” jelenséghez közel álló, egyidejűleg nehezen teljesíthető követelmények alkotják. Például az anya arra buzdítja kislányát, hogy segítsen neki a konyhában. Elvárásaiban kimondatlanul is benne rejlik, hogy a gyermek mindent úgy tegyen, mint ő, a gyakorlott felnőtt. Amikor a gyermek boldog arccal hozza „süteményét”, a lisztbe kevert feltört tojásokat, az anya indulattal feddi meg a kicsit: „Milyen ügyetlen vagy! Mit csináltál?” stb.

Az ilyen helyzetek ítéleti lecsapódásait tükrözik azok a *gyermeki játszmák*, amelyekben a gyermek tovább viszi a szülői „szkriptet”, a viselkedés rejtett, de előírással forgatókönyvét. Ezt példázza az a játszma, amelyben a játszótérre érkező kislány azt kéri társától: „Süss nekem homoksüteményt!” Amikor a másik örömmel hozza sáros kezében az elkészített homoktortát, megvetéssel elfordul tőle, és azt monda: „fúj, de piszkos vagy!” A „szülői én” szólalt meg a kislányban, aki kívül maradt a vágyott játékon, hogy elérje a szülői elismerést; a megkívánt módon tiszta maradt, ugyanakkor a szülői pozíció fölényhelyzetéből ítélheti el besározott, de igazi gyermekként játszó társát.

Ezzel rokon az ún. *eminens stréber* játszmája. A gyermek célja a csodálat és irigység felébresztése társaiban, amellyel (tévesen) elfogadást és szeretetet remél tőlük. A játszma előzményében olyan családi konfliktusminták jelennek, amelyek a szülők egymás közti viszonyában gyökereznek. Egymás iránt megcsappant szeretetüket a családi feladatok hiánytalan

ellátására vonatkozó kölcsönös elvárásokkal fedik el. A gyermektől is azt várják, hogy teljesítsen minél jobban és bármi áron. Ahogyan egymással szembeni rejtett elégedetlenségüket feladati számonkérésbe fojtják, és egymással a szülő-gyermek viszonylat hangnemében tárgyalnak (pl. „Fiacskám, hol van a kávé?” vagy „Apukám, mikor óhajtod már rendbe tenni az íróasztalodat?”), éppúgy települ át gyermekükbe is a minta: biztonságot az a viselkedés ad, ha fölényben lehet másokkal szemben, és az „okos felnőtt” pozíciójából közeledik társaihoz. Az erőltetett teljesítményekkel kivívott csodálat szeretetpótlékot jelent a számára. A felnőtt szerephelyzet (énállapot) korai hangsúlyozásával viszont elszigetelődik társaitól, és nem érti, hogy azok miért rekesztik őt ki játékaikból és együttes örömeikből. Ha kilép abból a helyzetből, amelyre rátanult, akkor elveszni érzi biztonságát és a számára szeretetet helyettesítő csodálatot. A játszma szervülésével viszont koravén attitűd alakul ki, és a későbbiekben is fennmaradhat a fölényhelyzet keresésének hajlama.

A gyermekek egymás közti játszmáiban különösen gyakori a *hízalgó* játszmája. Mint minden kapcsolatpótlék, ez is a családi környezet hibás sablonjaiból merít, azokra rímel rá. Eredete olyan szülői attitűd, amelyben a követendő mintákat szavakban túlhangsúlyozzák: „Nézd meg apádat...”, „bezzeg a bátyád...”, „amíg én..., addig te...” stb. Az ilyen jól ismert kijelentések megingatják a gyermek önbecsülését, gátolják szabad kibontakozását. Ilyenkor egyetlen lehetősége, hogy gyermeki énjének hangsúlyozásával simuljon bele a kényszerítő helyzetibe, és ellenkezésre csábító indulatait a szülőt vagy testvért elismerő kijelentésbe szelídítse bele. Megtanulja, hogy a saját gyengeségeivel való szembeállítást a fölötte álló (és elé példaként állított) személyre vonatkozó elismerő, hízalgó közlésekkel előzheti meg. Ezt telepíti át gyermektársaira is, és a számára előnytelen összehasonlításokat a maga fölént érzett gyermek iránti hízalgóval előzi meg. A társak ezt a magatartást könnyen elfogadják, és a gyermek a közösségben előnyös helyzetibe kerülhet. Viszont belekényszerül gyermeki énállapotának állandó újrajátszásába. Nem teszi próbára erejét, nem meri kockáztatni, hogy megtudja, vajon önmagáért hízalgói nélkül is elfogadnák-e a társai.

Hasonló eredetű, de ellenkező formában zajló a *rassz gyermek vagyok* játszma. „Nézzétek, mit merek csinálni”, „Akadályozzátok meg, ha

tudjátok!", közli kihívóan a nevelőkkel, szülőkkel a gyermek renitens magatartása. Ez a többszemélyes játszma a gyermek teljes életterét behálózza, minden résztvevő szerepeket kap benne. Alapélménye a szülői elégedetlenség. Bármit tesz a gyermek, nem talál *egyértelmű* elfogadásra. Magatartása kezdetiben segélykiáltás: „Szelídítsetek meg, tehát szeressetek engem!” a játszma Exupéry *A kis hercegének* megejtő jelenetét idézi: „*Légy szíves szelídíts meg, ha azt akarod, hogy a barátod legyek, szelídíts meg - mondta a róka. Jó, jó, de hogyan? - kérdezte a kis herceg. Sok-sok türelem kell hozzá... De ha megszelídítesz, megfényesedik tőle az életem.*” Az elfogadottságot nyugtázó bizalom hiányában a gyermek kihívással fordul szülei felé: „Nézzétek, milyen vagyok! Most legalább jogos az elégedetlenségetek!” Az ebben megbúvó, elfogadásra váró vágyakat elfedi a dac és a szembeszegülés.

Az ellenkezés a gyermeki erő bizonyításaként indul el, és többnyire megértő jutalmazásra talál a gyermektársak reakcióiban. A cinkosi együttérzés főként azokban a gyermekekben születik meg, akik ugyanezt szeretnék tenni, de nem merik vállalni a következményeket. Ebben a helyzetben a szülők, esetleg a nevelők is „üldözővé” válhatnak, és immár jogos szemrehányásaikat vádként szegeznek szembe a gyermekkel: „Látod, milyen vagy? Hát lehet téged szeretni?” Gyermeükre irányuló ambivalenciájuk felmentést és jogcímet nyer. A gyermek kihívó magatartásában nem veszik észre a segítségvárást, büntetéseikkel viszont eleget tesznek a gyermek bűnhődési igényének, aki szenved azért, mert titkon vétkesnek érzi magát, hiszen semmi módon nem tud megfelelni a szülei által állított mércéknek. Ez a „rossz magatartás” lelki előnye, míg szociális haszna: a gyermekek között olyan pozíciót vív ki, amelyben több felől övezi lelkes elismerés. A játszma mottója: „Büntessetek, mert megérdemlem, de tudjátok megbocsátani, és tudjátok végre elfogadni engem!”

Serdülőkorban különösen éles a felnőttekkel folyó harc. A piedesztáljától megfosztott tekintélyekről be kell bizonyítani, hogy ugyanolyan emberek, mint a felnőtti identitását kereső fiatal. Ilyenkor élesednek ki azok a jászmák, amelyek egyenlő erővel folynak a szülők és a tanárok ellen.

Az „*ügyis rajtakaplak*” mottójú játszma kétszemélyes, a serdülő és valamelyik érzelmileg jelentős tekintélyszemély között folyik. Az agresszor és az áldozat szerepéért folyó összeütközésben mindkét fél nyomoz a másik leleplezhető gyengeségei után. A felnőtt szereplő részéről tehát előfeltétel, hogy dominanciaigényét fokozottan érvényesítse a környezetben. Az agresszori szerepet a bizalmatlanság táplálja és a gyanakvás erősíti fel. A felnőttek előnyösebb státusa (pl. tanári funkció, apai hatalom) kedvez az agresszori szerepbe kerülésnek. A „Tudom, hogy hibázni fogsz, és figyellek, hogy mikor követed el” mottójú leshelyzetből könnyű lecsapni a kisebb-nagyobb hibákra és hatalmi helyzetből bizonyítani azt, hogy az erő és igazság a felnőtt oldalán van. A hasonló attitűdre törekvő serdülő viszont mindezt csak azért teszi, hogy a felnőttől bebizonyítsa emberi gyengeségeit, és csökkentse a szakadékot, amely elválasztja őt a felnőttektől.

Ha azonban a felnőtt a leleplező játékos, a serdülő visszafogott agressziója most már jogos kereteket nyer, és a „miért nem tudsz megbízni bennem” szemrehányásával fordulhat agresszora felé. A gyengeségében (ti. bizalmatlanságában) rajtakapott felnőttet ekkor az önmaga számára is magyarázható dühvei ítélheti el, és rajta csapolhatja le (más forrásokból is táplálkozó) haragját. Ha a tanár vagy szülő idejében felismeri az önérzeti háttérü egyenlőségi harc beindulását, és nem megy lépre, akkor idejében elkerülheti a játszma sodródását. Ha azonban gyenge pontjai vannak az önértékelés területén, akkor könnyen belép az ilyen provokációba, bebizonyítja erejét a játékban, és kivívhatja környezete, kollégái elismerését (pl. „erőskező vagy” stb.) Kockáztatja azonban az alulmaradást, ha mégis ő a leleplezett (pl. a tanár nem tudja megoldani a csalétkül bedobott feladatot stb.). Ez viszont a későbbiekben szinte taszítja a kisebb ellenállás irányába haladó bizonyítások felé, tehát a hasonló játszmák újrapergetésére.

A gyermekkorban kialakuló családi mintájú játszmák azért veszélyesek, mert beépülhetnek a gyermeki viselkedés kelléktárába, és akadályozzák a későbbi életszakaszok zavartalan, kongruens és örömteli kapcsolatainak szervezését. Berne így vall erről: „Az emberek hercegnek születnek és szüleik változtatják őket békává. De a tökéletességre való képesség mindenkinél addig várat magára, amíg készen nem áll arra, hogy

felszabaduljon az óriás utasításai alól." Ez pedig a hibás gyermekkori beprogramozások kiirtását, a játszmák kerülését jelenti.

Mi a titka a játszmamentes létnek? Hogyan kerülhetők el, miként mellőzhetők? Beme szerint tudatos, független, spontaneitásra és intimitásra kész személyiséggel, amelyben adott minden feltétel a játszmamentességhez. A *tudatosság* kettős jelentőségű. Egyrészt az értelmileg is kontrollált élményeket jelenti, másrészt megjelöli az ember élménybefogadási nyitottságát, készségét. Mindezek arra képesítik az ember, hogy a jelen *itt és most* élményei betölthessék, és teljes értékű lehessen a helyzetekben való részvétele és azok átélése. A tudatosan élő ember értelmi és érzelmi vonatkozásban egyaránt képes átadni magát annak a történésnek, amelynek részese. A *spontaneitás* lehetőséget nyújt a szabad és önkéntes választásokra, az *intimitás* készsége pedig módot ad arra, hogy meghatározott körülmények között felszabaduljon a bennünk lévő játékos, gyermeki örömkészség. Így mások életében is maradandó érzelmi értékeket hozhatunk létre. Ez pedig elegendő elismerést és gyengédséget ad számunkra ahhoz, hogy feleslegessé váljanak a játszmák.

11. NEUROTİKUS POTENCIÁL ÉS FEJLŐDÉS

11.1. A neurózis jellemzői, potenciálok és hajlamosító tényezők

A gyermekkori szocializáció egyik legizgalmasabb kérdése az, hogyan zajlanak le azok az ártalmas történések amelyek a személyiség fejlődési folyamatát megzavarják, esetleg tartósan blokkolják vagy tévútra terelik. Milyen környezeti (külső) és személyes (belső) feltételek összecsengése esetén alakulhat ki károsodás a személyiség rendszerében és funkcióiban? Különösen fontos annak megismerése, hogy a felnőtté válásig vezető úton melyek azok a disszonanciák amelyek az ún. neurotikus állapotokat előidéznek.

Az neurózisról a köztudatban különféle ismeretek élnek, az „ideggyengeségtől” az összeférhetetlen magatartásig terjedő tág jelentéstartalommal, többnyire betegség értelemben használják /Höck, K.⁷⁵/.

Mi a neurózis? Átmeneti vagy tartós állapot? Betegség vagy csupán olyan helyzetekre kialakuló reakció, amelyet az egyén nem képes elviselni.

A legáltalánosabban elfogadott megfogalmazás szerint a *neurózis* a lelki élet, szűkebben az érzelmi élet különböző súlyossági fokú zavara, amely viselkedési szinten az interperszonális (személyközi) kapcsolatok hibáiban és zavaraiiban tükröződik tüneti (betegségjelzési) szempontból pedig sokféle és változatos testi, szervezeti, szervi, idegi és ún. vegetatív idegrendszeri rendellenességben nyilvánulhat meg /Ammon, G.³; Höck, K.⁷⁵/.

A neurózis lehet *betegség* (ha a tünetek a betegségkritériumoknak megfelelnek), lehet *állapot* (ha tartósan fennáll, és az egyén megtanul „együtt élni” a tüneteivel), lehet *reakció* (ha egy megoldatlannak látszó

élethelyzet váltja ki, de a probléma megoldódása nyomán az átmeneti tünetek maguktól rendeződnek).

Igen fontos továbbá világosan elhatárolni egymástól a „neurotikus potenciált”, a neurotikus fejlődést és állapotot. A *neurotikus potenciál* (másként a neurózis kialakulására való egyéni lehetőség és hajlam) a gyermekkor során alakul ki a szocializációs folyamat történéseiben. A hajlamnak azonban két oldala van. Az egyik oldal *biológiai*, ezt az elemi idegrendszeri folyamatok típusa alkotja: meghatározza, hogy az egyén egy külső hatást az idegrendszerében miként képes feldolgozni, de megszabja az ún. egyedi tanulási befogadóképességet és határokat is. Idegrendszerileg meghatározza tehát mindazt, amit az ember egyéni élete során képes megtanulni. Mivel az öröklés csak tulajdonság-lehetőségeket nyújt, ezért minden tipikusan emberi reakciót az egyedi életben tanulunk meg. Idegrendszerünk működési jellegétől függ, *mennyit és hogyan* tanulunk meg a környezeti mintákból. Amennyit és ahogyan tanulunk, az megszabja, milyen gazdag és változatos lesz az egyéni viselkedési kelléktárunk. Azt azonban, hogy mit tanulunk meg, döntő módon befolyásolja a „kínálat” is. Ez képezi a másik oldalt, a *szociálist*. A környezet sokféle ingere és hatása, érzelmi ereje és vonzása ugyanis mind *személyi közvetítéseken át* jut el hozzánk életünk fogékony korszakaiban, gyermekkorunkban.

A *neurózispotenciálban* a környezeti tényezők provokatív szerepe régen ismeretes. Az ún. pszichotraumák (lelki megrázkódtatások) ugyanis környezeti eredetűek. Az ember alapvető feladata, hogy alkalmazkodjon a társas valóság követelményeihez. Ezt a valóságot és követelményrendszerét legelőször a család közvetíti a gyermeknek. Már foglalkoztunk azokkal a fontos életszakaszokkal, amelyeknek családi körülmények között és megfelelő légkörben zajlása az ép személyiség megalapozását szolgálja. Ezúttal Richter /1963/ nyomán kiemelten foglaljuk össze a neurózisra hajlamosító, családi tényezőket.

1. A „*csonka*” (manapság *egyszülősnek* nevezett) család” helyzet.

A családi szerepek jól körülírható feladatokat adnak a szülőknek, amelyekben a férfi-nő, anya-apa szerep szerinti magatartásformák élesen szétválnak. Nem nyújthatja azt az anya, amit az apa teljesíthet. Amennyire fontos az anya léte és gyermekhez való viszonya a fejlődés korai fokán,

olyan *kulcsfontosságú az apa* a gyermekkor további szakaszaiban, pl. az ún. „késleltetési-kivárási képesség” kialakításának időszakában, mely a gyermeknél a szabálytudat, a szociális értékek, normák és önkontroll elsajátításának folyamata. Vagy pl. a serdülőkorban az apaideállal való válság során alakul ki az új, már felnőtt szintet közelítő identitás. Az apakép mély bevéődése egy életen át erőtartaléka lehet a személyiségnek, egyben viszonyítási támpont is: az apa tetteihez, szempont- és gondolatrendszeréhez mérheti az egyén önmagát.

Egy szülő egyedül nem tud a gyermek számára megfelelő férfi-nő mintát nyújtani, s bár ezt pótolja a családon kívüli közösség, azt az érzelmi miliőt soha nem tudja kínálni, amelyet e kétoldalú viszony (az anyai védelem, szeretet, az apai erő és korlátozás) biztosít a családban. Nem könnyű feladat, ha az egyedül maradó szülő a másik fél helyett is adni akar.

Azt a reakciót, amely a szülői minta ellenére a lázadó ellenkezés nyomán más utakat követ, *negatív identitásválasztásnak* nevezzük. Ilyen jön létre akkor, ha a minta nem nyújt örömet a gyermeknek, ha túlkorlátozó és túlkövetelő szülők nyújtják az ideálképet. Így megnehezül a „mintavétel”.

2. *Neurózisra hajlamosítja a gyermeket, ha a családi miliő rejtetten vagy nyíltan, diszharmonikus, feszült.*

A kedvezőtlen családi légkör egyik formája az, amikor a szülők gondosan ügyelnek arra, hogy a gyermekek ne vegyék észre a hibákat, feszültségeket. Összetűzéseiket elrejtik, de azt a gyermekek mégis „felfedezik” a nyugtalan és rideg, a gyermekre figyelni képtelen vagy túlszabályozó szülői magatartásból. A gyermek igen érzékenyen reagál arra, *ahogyan mondunk valamit*. Könnyen elcsípi a megfogalmazásban levő ellentmondást, ha a magatartás, a gesztusok, a mozdulatok mást közölnek. Ha pl. azt mondjuk: Na, menj már!, ezt a közlés jellege százarcúvá teheti. A szocializáció során megtanuljuk „megérezni” a közlések érzelmi és hangulati (pl. visszafogott indulatokat tükröző) tartalmát, és sokkal inkább reagálunk a közlés ilyen árnyalásban felfogott egészére, mint magukra a szavakra.

Gyakori az is, amikor a szülők már lemondtak a házassági egyensúly helyreállításáról. Ilyenkor nemritkán a *gyermeküket tekintik vigasznak*. Tőle

várnak kárpótlást, benne kívánnak minden örömet fellelni. A fejlődő, önállóságra törekvő gyermek nem képes pótolni egy elhibázott felnőtt élet igényeit, ez nem is várható tőle. A szülő-gyermek összeütközés ilyen helyzetekben némi lappangás után feltör, és szétfoszlatja a szülői elvárás illúzióit. A nyomában kialakuló kölcsönös csalódás azután tovább erősíti a feszült, diszharmonikus, neurotizáló légkört.

Ezért lényeges, hogy *a gyermek ne helyettesítse valamelyik szülőfél számára az érzelmileg hiányzó (vagy elfogadhatatlan) másikat*. Az anya ne a fia iránti túlzott szeretet útján kárpótolja elrontott házasságát, és az apa ne a lányára vetítse a nők elleni haragját azért, mert feleségében nem találta meg az igazi társat. Minden felnőtt ember megtanulja azt az idők során, hogy többé-kevésbé számoljon cselekedete következményeivel. A gyermekkel szemben azonban az a tévhit, hogy a szülő mindent megtehet vele, a kicsi nem üt vissza. Gyakran a gyengébb felé fut minden feldolgozatlan indulat, lebegő érzelem, aktuális düh stb. Ha a gyermek azonnal nem üt is vissza, a felelőtlen tett később sokszorosan megbosszulja magát. A gyermek önálló személyiség: nem pótolhatja az elvesztett házastársat, nem teheti életét pontosan olyanná, mint azt szülei szeretnék, nem lehet bűnbak a szülők közti feszültségekben.

3. Neurózisra hajlamosít a szülő személyiségének rejtett zavara.

Ha valamelyik szülő a saját gyermekkorából egy számára fontos személlyel kapcsolatban (anya, apa, testvére, nagyszülők) elintézetlenül hagyott konfliktusokat visz be saját családi életébe, nagyon gyakori, hogy gyermekére tolja át szándékai ellenére (tudattalanul) ezeket a problémákat. Így felújít olyan sérelmi helyzeteket, amelyeket annak idején nem zárt le, és összeütközéseit most gyermekével folytatja. Ezért viselkedése érthetetlen gyermeke számára, megzavarja a kapcsolatukat és beleszól a gyermek lelki fejlődésébe is.

Veszélyforrás az a szülői szándék is, amely *mindenáron a maga képére és hasonlatosságára akarja formálni a gyermeket*. Ez olyan agyonkorlátozó és domináló szülői viselkedéssel jár, amely csak lázadást provokálhat a gyermekben. Ezt váltja ki legtöbbször a saját gyermekkorra hivatkozó példálózás is. A gyermek „csak azért sem” tesz úgy, mint apja vagy anyja, és saját életét kívánja élni a saját lehetőségei szerint.

Komoly hiba, ha szülő azt várja el gyermekétől, amit hajdan hiába várt önmagától, mert nem sikerült teljesítenie. Előfordul, hogy pl. a szülő saját gyermekében kívánja jóvátenni saját hajdani engedetlenségét, és olyan élet felé terelné gyermekét, mint őt terelték (eredménytelenül) régen a szülei. Tudnunk kell, hogy ez csak újabb vétek lenne - a gyermekkel szemben!

Richter¹⁵¹ szerint még súlyosabb a helyzet, *ha a szülő hajdan önmagától elutasított és esetleg elítélt, de elintézetlenül maradt vágyait és törekvéseit vetíti ki a gyermekére. Így egyrészt azt várja tőle, amit önmagától megtagadott. Ha másrészt viszont felfedezi a gyermekében ezeket a törekvéseket, akkor ugyanolyan elutasító módon reagál rá, ahogyan annak idején önmagából is kizárta e törekvéseket, mert azokat már akkor is elítélte és rosszalta. Ilyenkor a gyermek hamar észreveszi a szülő tiltó magatartásában a benne megbúvó helyeslést, és a tilalom ellenére azt fogja tenni, amit titokban a szülő is „mintha helyeselne”.*

Pl. egy családban az apa erősen antialkoholista. Fiatalkorában ugyan ivott, sokszor többet is a kelleténél. Menyasszonya azonban elhagyással fenyegette, ha italozását nem hagyja abba. Ettől kezdve egy kortyot sem nyelt le, sőt sokszor indulatosan „kirohant”, ha italos embert látott. Serdülő fia néhányszor iskolatársaival heccből ivott. Ezt észrevéve, az apja első reakciója egy alig elnyomható mosoly volt (háttérben azzal a gondolattal: lám, apjára ütött ez a gyerek, ezt tettem én is ilyen koromban). Ezt követte második reakciója, az indulatos feddés, de ezt már hiába tette, mert a félig elnyomott helyeslő mosoly fia számára az apai egyetértés titkos beleegyezését közvetítette. Ilyen példa igen gyakori a nevelésben. „Ne mondj csúnya szavakat!” - kéri a szülő, de ha kimond egy tabu szót a gyerek, a szülő sokszor akaratlanul is elmosolyodik rajta, esetleg egy „nocsak” megjegyzés kíséretében. Így a tilalom pusztába kiáltott szó marad, mert a helyeslést rejtő mosollyal szemben már nincs hatóereje.

Sokan vizsgálták *a neurotikusok gyermekkori családi és társas viszonyainak jellegzetességeit* azzal a céllal, hogy a „specifikus konfliktusszituációk” /Höck, K.⁷⁵/ eredetét, okait feltárják. Specifikus az a konfliktus, amelynek megoldására az egyén nem képes, mert életelőzményei során erre nem tanult hasznos módokat, ugyanakkor viszont különös érzékenység fejlődött ki benne az ilyen helyzetek iránt. Az interperszonális kapcsolatok zavarát

ugyanis főként a társas helyzetek átélésének feszültségei váltják ki, tehát nem annyira az objektív történések, sokkal inkább a *szubjektív élménytranszformációk*. Ezek elviselhetetlenné teszik azokat a kontaktusokat, amelyeket az egyén azután kerülni is igyekszik, mert így próbál védekezni a kellemetlen érzésektől.

Pertorini és munkatársai¹⁴⁰ feldolgozták 280 neurotikus és 180 egészséges férfi irányított kikérdezéséből nyert adatait, hogy felmérjék *a gyermekkori család felbomlásának következményeit* a neurózis kialakulásában. Eredményeik szerint sem a szülők korai (a gyermek 18, 7, illetve 4 éves kora előtti) halála, sem a család felbomlásának ténye (és a szülőket helyettesítő nevelés) nem döntőek a neurózispotenciálban. Annál meghatározóbb azonban, milyen *nevelési módszereket* alkalmaznak a meghalt vagy távollévő szülőket helyettesítő pótszülők és gondozók. A hányattatott gyermekkor, a különböző családi környezetek váltogatása, az állandó és egyenletes légkör hiánya, a negatív emocionális kapcsolatok, a zaklatott, érzelmileg közömbös vagy elutasító családi milió megannyi hajlamosító tényezője a neurózisnak. Az ilyen kedvezőtlen hatások zavarokat és elakadást idéznek elő az identifikációs folyamatokban és a további személyiségfejlődésben. A házasságon kívül született gyermekek közül főként azok veszélyeztetettek, akiket elválasztottak anyjuktól, és hányattott körülmények között nőttek fel.

Másik vizsgálatukban *a szülők deviáns magatartásának és egyes gyermekkori szociális tényezőknek* a jelentőségét mérték fel a későbbi neurózisok kialakulásában. A szülők enyhébb vagy súlyosabb devianciája, az egyik szülő személyiségzavara, a nehéz anyagi körülmények közötti nevelkedés és a rendszeres testi fenyítés szempontjaiból végzett elemzés azt mutatta, hogy a neurózispotenciálban *nem egyes izolált hátrányos tényezők, hanem ezek egybeesése, halmozódása és tartós fennállása vezet a fejlődő személyiség harmóniájának felbomlásához, később pedig neurózis kialakulásához*. Ha csupán az egyik szülő szenved valamilyen személyiségzavarban, ennek ártó hatásait a másik szülő kiegyenlítő nevelési törekvései még semlegesíteni képesek. Viszont ha az egyik neurózisához a másik szülő testi fenyítéssel társuló, következetlen nevelésmódja is hozzájárul, vagy a család emellett még anyagi, egzisztenciális nehézségekkel is küzd, akkor a

gyermek fejlődése károsodik. Legsúlyosabbnak bizonyult az a konstelláció, amikor a csonka családhelyzethez az egyedül maradt szülő vagy nevelőszülők személyiségzavara társult. Az ilyen *többtényezős, hátrányos családi helyzet* a szocializációs ártalmak „beépítésével” a hányatott gyermekkor során mintegy kitermeli a károsodás alapjait /Pertorini, R.¹⁴¹/. Kialakulnak azok a „specifikus” helyzetek, amelyekhez az egyén nem képes alkalmazkodni, és megoldani sem tudja ezek követelményeit. Fokozódik viszont e helyzetre vonatkozó érzékenysége mindaddig, amíg egy szinten a szenvedésektől már betegségével: neurózisával „váltja meg” magát.

Az eddigiekben a neurotikus magatartás kialakítására hajlamosító családi hatásokat foglaltuk össze. A neurotikus potenciál teremt alapot arra, hogy a személyiség fejlődése bizonyos vonatkozásban megrekedjen. Emiatt hibás vágányra csúszhat fejlődése, és ebben a személyiség már sérült, hibás védekezésmódokat vihet tovább. Nem kétséges, hogy az emberekkel való kontaktus megfelelő módjainak és életképes formáinak kialakítása igen nehéz feladatot ró a fejlődő egyénre, akinek a társas lét kettős parancsát kell teljesítenie: autonómiára törekedni, ugyanakkor megtanulni a másokhoz való alkalmazkodás és kapcsolatkézség útjainak kialakítását is. A lelkiileg sérült egyén nem tudja a középutat megtalálni az autonómia és a biztonság szükséglete között. Ugyanakkor egyrészt az önállóság bizonytalansági feszültségét, másrészt a társas biztonságkórálóító hatását sem képes elviselni. Mindez számos konfliktust ébreszt az egyénben. Nem mer szembenézni törekvéseivel, fél a felelősségtől, a mások véleményétől. Ezért elfojtja mély kívánságait, elnyomja magában azokat a szándékokat, amelyeknek megvalósítása a környezet kedvezőtlen ítéletét, esetleg megtorló reakcióját hozná létre. Így alakul ki az a *túlkorlátozó önvédelem*, amely alig tűr el külső behatást. A gyenge védelmi erőknél nyugvó, sérülékeny és ingatag lelki egyensúly aztán viszonylag kis külső behatásra is könnyen kritikus helyzetbe, krízisbe sodródik. Létrejönnek a neurotikus egyén elégtelen védekezésének jelei, a tünetek, amelyek a *beteghelyzet megteremtésével* visznek ismét időleges egyensúlyt az egyén lelki helyzetébe.

Az ember szubjektív egészségérzete statisztikailag jellemzően összefügg *családi szerepe betöltésének szubjektív sikerélményével is*. Aki örömet nyer és sikerérzést kap családjától, az inkább egészségesnek érzi magát. Akinek

viszont privát életében nincs egyensúly és tartós örömforrás, az inkább hajlamos betegnek érezni magát. A betegségérzet legkevésbé az objektív (meghatározó, tényleges) egészségállapottal függ össze, ugyanakkor kimutatható (fennálló) betegséggel sem áll szoros kapcsolatban. Ez arra utal, hogy *az ember az élete sikertelenségeiért a betegségével mintegy „igazolja magát”* /Mitscherlich, A.¹¹⁹; Cole, M.³⁸/.

A betegszerep vállalása nagy kompromisszum, súlyos ár a kényes és törekeny egyensúlyért. A tünetek már csak egy hosszú folyamat betetőzései, melynek előtörténetében a felnőttkorra való felkészülés sokféle hibája és elégtelensége rejlik. A személyiség hibás fejlődése megnöveli a neurotikus megbetegedés kialakulásának esélyét. Ép lelki struktúra esetében azonban a külső megterhelések vagy konfliktusok nem tudnak ilyen patogén (megbetegítő) tényezőkké válni.

11.2. Neurotikus zavarok a gyermekkorban

A gyermek nyitott, gyorsan fejlődő és éppen a gyors változások miatt labilisabb személyiségében a *változékonyság* és a *fejlődőképesség* a két alaptendencia. Ezért könnyebben jönnek létre olyan lelki egyensúlyzavarok, amelyeket átmeneti vagy tartóssá váló magatartás-változások, illetve tünetek jeleznek /Eysenck, H. J., Rachman, S.⁵⁴/.

Az egyensúly megingását tükröző tünetek igen széles skálán mozoghatnak, néha súlyos zavar képét keltik, vagy ijesztő formában jutnak kifejezésre. Sajátosságuk azonban az, hogy a *gyermeki fejlődés adott szakaszára jellemző és kritikus testi-lelki átalakulásokhoz kötődnek*, és olyan kifejezési formákban nyilvánulnak meg, melyekre a gyermek az adott életszakaszban képes. A csecsemőknél pl. főként táplálkozási és mozgási zavarokban, a kisgyermeknél a beszéd, mozgás, tisztasági szokások és az önállóság kialakulásának nehézségeiben, az iskolásnál a beilleszkedési és teljesítményzavarokban, a serdülőnél pedig önértékelési és identitáskrizisekben.

Ilyenkor ugyanis a korábbi életszint bevált magatartásmódjai felbomlanak, újrászerveződnek. A szülő sem jutalmazza fennmaradásukat, elvárásaival már az újabb viselkedésmódok elérésére ösztönzi a gyermeket.

Az egyes fejlődési szakaszok *tipikus konfliktusai* pszichoszociális meghatározottságúak /Erikson, E.⁵³/. A továbbfejlődés feltétele az, hogy a gyermek biológiai, pszichés és szociális vonatkozásban egyaránt változóképes legyen. A változások eléréséért szüntelenül *tanulnia* kell. Konfliktus akkor jön létre, ha a szociális tanulásához és éréshez nincsenek meg a belső (idegrendszeri) és külső (szociális) feltételek, illetve a *külső hatások ártalmasak* a gyermek számára. Ilyenkor nem képes károsodás- és zavarmentesen túljutni az adott életszinten, mert nem oldja meg eredményesen azokat a követelményeket, amelyeket szocializációja érdekében a családja és környezete szükségképpen megkíván.

A testi, biológiai fejlődés viszonylag egyenletes kibontakozásával szemben *a lelki fejlődés egyenlőtlenebbül halad előre*. Ebben szerepe van annak is, hogy az egyes életszakaszokban megtanult viselkedésmódokat és az ezzel járó örömeiket nem szívesen adjuk fel az új követelményeknek megfelelő magatartásformákért. Ezt fejezi ki a *tanulás effektustörvénye* is. Az egyszer bevált, sikeres és eredményes magatartásmódok készséggé válnak a személyiségben, és hasonló helyzetekben könnyen „visszajárnak” akkor is, amikor már magasabb szintű (érettebb) viselkedésre lenne szükség. Új alkalmazkodási formák tanulásakor a régi, bevált és örömnövelő viselkedési formák vetélkednek a még nehézkes újabbakkal. Ez *a fejlődés belső természetétől meghatározott konfliktus*, amely miatt megtorpanásokon, visszaeséseken át halad előre a lelki rendszer fejlődése /Dührssen, A.⁴⁹/.

A már meghaladott viselkedési szintek vonzereje különösen akkor nagy, ha az új követelmények még szinte ijesztőek, a gyermek gyakorlatlan és eszköztelen, szenved a követelmények és elvárások szorításában, amelyeket a kívánt módon még nem tud teljesíteni. Ha ilyenkor nem kap elegendő támaszt, biztonságot és segítséget a környezetétől, könnyen *visszacsúszik alacsonyabb viselkedési szintre (regresszió)*. Így pl. az elválasztott csecsemő nem akar kanálból enni, a kisdud nem bilizik, hanem pelenkát igényel, az óvodába lépő gyermek rövid ideig ismét ágyba vizel, iskolába kerülésekor felújul az ujjszopása, éjszakánként felriad, rosszat álmodik, kiabál, felsír stb. A magatartás színvonalcsökkenését, regresszióját tükrözi, amikor egy új környezetben a már jól tájékozódó gyermek szülei távozásakor ismét elbizonytalanodik és rendezetlenül viselkedik. Ilyen

jelenség az is, amikor pl. a kollégium zárt életrendjébe illeszkedő gimnazista kezdetben a „bezárt helyzetekből” állandó távozásra kényszerül, WC-re kell járnia, folyton szomjas vagy éhes, „mehetnék-érzések” törnek rá.

A fejlődés minden szintjén előadódik ilyen, a régi szokások és az új követelmények vetélkedéséből fakadó konfliktus. A korábbi szint győzelme azért veszélyes, mert meggátolhatja az új alkalmazkodási módok megtanulása iránti fogékony nyitottságot, a gyors tanulást (alkalmazkodást), és így késlelteti a fejlődést. Kudarchelyzetekben pedig megerősítheti a régebben bevált, de már célszerűtlen viselkedést. Ez alakítja ki azután a változásoktól való félelmet, a megszokotthoz tapadást. Az *időszakos regresszió* a személyiség kibontakozásának jellemző kísérője. Fáradtság, betegség és váratlan, új életesemények időszakában különösen gyakori jelenség. A regresszív viselkedés azonban csak akkor betegségértékű, ha tartósan fennmarad, és a segítség hatására sem javul, esetleg rosszabbodik.

A fejlődés belső dinamizmusát példázza az is, *hogy folyamata váratlan előrehaladásokkal, ugrásszerű változásokkal tarkított.* Ilyenek pl. a hosszú nevelési harc nyomán bekövetkező fordulatok, pl. agresszív viselkedés szelídségbe fordulása, a magatartás megkomolyodása, engedelmessé válás stb. Ezekben az átalakulásokban kevésbé láthatjuk át, mi idézte elő inkább a fordulatot: a külső tilalmak fékező és félelemkeltő szorítása vagy a gyermek kontrollképességének beérése, normarendszerének megerősödése és az alkalmazkodó viselkedés beválásának szociális jutalma. Az átmeneti zavarok tükrözik azt, hogy a fejlődés magasabb szintjeinek elérése milyen nagy erőpróbát jelent a gyermeknek, akit szükségletei a felnőttekhez kötnek, miközben e kényszerű függésben saját, önálló személyiségét kell megteremtenie.

A kezdetben önállótlán gyermek kiszolgáltatottsága csak lassan oldódik. Amíg kénytelen e függésben maradni, sőt ez szükséglete, mert a biztonságot és oltalmat jelenti számára, addig a szülői gondoskodás elégtelenségét és belső hiányérzeteit sokszor csak a *tünetek „vészcsengője”* útján tudja közölni szüleivel. A tünet pedig azon a közlési szinten fogalmazódik meg, amelyre a gyermek képes. Így pl. az óvodáskori ágyba

vizeléssel egyaránt kifejezheti az új helyzettől való félelmét, visszavágódását a pelenkás korszakba, amikor még fokozott egyszemélyes gondoskodást és szeretetet kapott, az otthon biztonsága iránti igényét, tehát a vele való bánásmód elégtelenségét és emiatti kényelmetlen érzéseit, szorongását.

Joggal vetődhet fel a kérdés, *miért nem mondja ezt el* a gyermek, hiszen már tud beszélni. Azért, mert ezeket a diffúz, körvonalazatlan élményeket csak kínzó feszültségként éli át, melyek nem tudatosulnak benne. *Nem érti a benne zajló változásokat*, csak a kiszolgáltatottságot és a szorongást éli át. A tünetképződés legfőbb oka azonban az, hogy a tünetek segítik a feszültség megoldását, megszabadítják a gyermeket a gyötrő nyugtalanságtól, a szorongástól. A tünet kialakulásával a környezetnek szóló üzenet megjelent, és a gyermek várja a segítő beavatkozást. A tünet felhívó üzenet: „Valami baj van, segítsetek.” Nem jár érte büntetés, inkább aggodalmas odafordulás és védelmező *személyi foglalkozás*. A jelzés (optimális esetben) eléri célját, közben a gyermek megmaradhat szülei szeretetének biztonságában, és nem kell büntetéstől tartania.

Ha pl. a beiskolázásra kerülő gyermeket folyton leintik, gátolják és büntetik az új helyzetben fellépő izgága magatartásáért (amely belső nyugtalanságának és elbizonytalanodásának jele) akkor engedelmessé és kezessé szelídülni, miközben ellenkezését és belső szorongását a táplálék elutasításával juttatja kifejezésre. Rossz evése miatt azonban szülei kezdenek aggodalmaskodni. Ellenőrzik és erőltetik evését. Ez fokozza a gyermek ellenállását, viszont ezért nem kap büntetést, mert szülei egy idő után megijednek, orvoshoz viszik, betegnek vélik. A gyermek tehát részint engedett, behódolt az iskolai követelményeknek, és elkerülte a rossz magatartásért járó megszégyenítő feddést, részint viszont a tünet (étvágytalanság) útján közli szüleivel a korlátozás miatti elégedetlenségét. Ezért a „betegségért” nem jár büntetés, sőt indirekt módon eléri célját, a családi környezet aggodalmaskodó gondoskodását.

A tünetek tehát a környezetnek szóló jelzések azon a nyelven, ahogyan a (gyermek számára sem érthető) kényelmetlenségi és félelemérzések közölhetők. A tünetek egyben lehetnek a szülői-nevelői tilalmak és elvárások elleni rejtett lázadás kerülőutas kifejeződései is. *A zavarokban*

azonban mindig a gyermeknek szüleivel, nevelőivel és közvetlen környezetével való konfliktusa testesül meg (Nemes L.¹²⁷).

A fejlődés kezdetein, az én kialakulás előtt a gyermek még nem rendelkezik olyan belső szabályozó és tehermentesítő lelki eszközökkel, amelyekkel kínállapotát, feszültségeit feloldhatná. Később, a fejlődés rákényszeríti, hogy kialakítsa ezt a belső szabályozó rendszert (az ént és védelmi mechanizmusait). Ezt kívánja meg környezete is, amelytől függ és amelyet szeret. Ekkor a gyermeki törekvések és vágyak már *kettős akadállyal* kerülnek szembe: a *külső* korlátozással és a *belső* normák lelkiismereti szorításával. Mindaddig, amíg a szülőtől való függés erős, a gyermek igazi konfliktusa sokkal inkább a számára eleven lelkiismeretet jelentő szülővel alakul ki, aki korlátozza őt vágyaiban és szándékaiban. Ehhez a meghatározó erejű konfliktushoz képest kezdetben kisebb mértékű a saját normarendszerével és lelkiismeretével való szembekerülés. A külső és belső lelkiismeret tartalma azonban voltaképpen azonos, hiszen a gyermeki szabályvilág abból épül fel, amit a szociális elvárások, a szülői és nevelői normák közvetítenek.

Az összeütközést okozó behatások igen sokfélék lehetnek. A károsítók köre már szűkebb. Ilyenek pl. a szégyen, megalázás, tartós kín- és szorongásokozó félelmi helyzetek, valamint az érzelmi zaklatottságot kiváltó események, ha eléri azt a fokot vagy tartamot, amelyben a gyermek védtelenné, védekezésképtelenné válik, és nem tud saját erejéből úrrá lenni a helyzeten. Az ilyen helyzetek károsító (traumatizáló) esélyéhez igen erősen hozzájárulhat a gyermek idegrendszeri érzékenysége, reakciótípusa (biológiai oldal). Erről viszont már tudjuk, hogy az idegi épséghez a korai anya-gyermek kapcsolat szociális ingereiből származó, de biológiai hatékonyságú ingerek is feltételül szolgálnak.

A megoldhatatlannak látszó kínhelyzeteket megszüntető viselkedés (akár hasznos, akár káros a gyermek fejlődésére nézve) igen könnyen rögzül. A későbbi hasonló helyzetekben hajlamos azt a gyermek egyetlen lehetséges megoldásmódként kezelni. Az ilyen kíneloldozó viselkedést bámulatosan gyorsan, szinte egyszer s mindenkorra megtanulja, és úgy alkalmazza, mintha nem volna képes érettebb viselkedésre. Ez az ún. neurotikus paradoxon.

Fontos kérdés a gyermekkori neurotikus zavarok megítélésében, hogy ez mennyire azonos a felnőttek lelki eredetű (pszichogén) zavaaraival.

Amint a gyermek személyiség sem azonos a felnőtt kevésbé változó, zártabb, már kialakult személyiségével, éppolyan mértékben tér el a gyermeki tünetképződés is a felnőttitől. A gyermek magatartászavara és tünetei nem épülnek be olyan tartósan és mélyen a személyiségébe és nem szervülnek úgy, mint a felnőttkori tünetek. Sok esetben olyan elszigetelt életpizódok maradnak, amelyek lezajlását nem követi az egész személyiségfejlődés hibás vágányra kerülése. Az átmeneti zavar tehát nem határozza meg feltétlenül a továbbfejlődést, és nem alkotja mindig a későbbi, felnőttkori lelki betegség alapját vagy előzményét.

A gyermekkori kibontakozó zavarok és az ezeket kifejező tünetek azonos megjelenési formája (pl. ágyba vizelés, nyugtalan magatartás, agresszivitás, éjszakai felriadás, kóros hazudozás, beteges fantáziálás stb.) mögött különféle súlyosságú személyiségzavarok húzódnak meg. *A tünet jellege és a fejlődési zavar súlyossága között nincs közvetlen összefüggés.* Amikor a konfliktust kifejező tünet megjelenik, a gyermek és a felnőtti környezet összeütközése nyilvánvalóvá válik. A tünet nemcsak kifejezője a konfliktusnak, hanem mintegy hordozója a gyermek szükségszerű kompromisszumának, amellyel védelmet vív ki magának a külső környezetében is.

A tünet jellegéből nem jósolhatjuk meg a megoldás jellemezőit, tehát, hogy „kinövi-e” a gyermek, a természetes fejlődés erői segítik-e a konfliktus megfelelő megoldódását, vagy megmarad a személyiségben a zavar tartós lenyomata. A tünet jelentkezése sem esik mindig egybe a gyermeket túlterhelő, traumatizáló és védekezésre kényszerítő külső behatásokkal, hanem sokszor eltolódottan, a káros behatásokat követő rövidebb-hosszabb idő múltán alakul ki. *A tünet valódi súlyosságát azon mérhetjük le leginkább, hogy az mennyire akadályozza a gyermeki személyiség továbbfejlődését* /Nemes L.¹²⁵/.

A gyermek pszichés zavarának felismerésére általában akkor kerül sor, amikor magatartása az eddig megszokottól eltérővé válik, magyarázhatatlannak és érthetetlennek tűnik környezete számára. Akkor figyelnek fel rá, amikor nem úgy viselkedik, mint a hasonló korú

gyermek, és akkor értékelik a változást betegségként, ha már a család és az iskolai környezet sem tűri tovább az állapotot. Ilyenkor soha nem a gyermek, hanem a felnőtt környezet, többnyire a szülők kémei segítséget. A mindeddig betegségtudat nélküli gyermek pedig a környezete által közvetített és kínált *betegszerep* elfogadásával megtalálja helyzete megoldásának szociális kereteit (nem büntetik tovább, betegnek tartják, kímélik stb.) Spontán betegségtudat ritkán alakul ki a gyermekben. Olyankor fordul elő, ha azonosításos mechanizmussal szüleitől vagy nevelőitől átveszi azok betegszerepi sémáit, pl. folyton fáj a feje, mert édesanyja is ezt mondogatja. Ennek azonban még nincs lelkibetegség-értéke. A gyermek többnyire még akkor sem tartja betegnek magát, amikor már szenved a szorongásaitól /Székács J.¹⁶⁵/-

Minél nyugtalanítóbb a szülők számára az észlelt zavar, annál valószínűbb, hogy sokat foglalkoznak a gyermekkel. Orvoshoz viszik, pszichológustól kémei segítséget, nevelési tanácsért folyamodnak. Mindenképpen jellemző azonban az, hogy a bajok idején átmenetileg fokozott törődéssel fogják körül a gyermeket.

Mindeddig azt hangsúlyoztuk, hogy a gyermekkori pszichogén zavarokban *a személyi környezet és a gyerek közti konfliktus* jut kifejezésre. Amint a fejlődés előrehaladásának fordulatai is tükrözik, a megizmosodó kontrollfunkciók és a gazdagodó értékrendszer lehetővé teszik azt, hogy a gyermek már kettős szorításba, saját normáinak és a külső igényeknek a harapófogójába kerüljön. Az így kialakuló *konfliktus egyaránt belső, lelki és külső, környezeti. Ereje annál nagyobb, minél labilisabb és diszharmonikusabb az a miliő*, amelyben a gyermek saját biztonsága, elfogadottsága érdekében is igyekszik átvenni, beépíteni a szülők rá vonatkozó elvárásait. A szülővel való kapcsolat azonban nem egyoldalú, a hatásokat elszennvedő passzivitás, hanem kölcsönösségi viszony /Nemes L.¹²⁸/.

A szülők már gyermekük születése előtt akaratlanul is *hordoznak magukban egy képet az ideális gyermekről*. Ehhez mérik gyermekük minden megnyilvánulását. Ezt a belső képet (imágót) vetítik vissza rá, ennek tükrében törekszenek elérni, hogy gyermekük olyanná váljék, amilyenek őt látni szeretnék. A tudatos nevelői attitűdök mögötti, mélyen rejlő

tudattalan fantáziakép sokszor eredményez torzító projekciókat (kivetüléseket). Aszerint látják és ítélik meg gyermeküket, hogy milyen mértékben tér el e belső képtől a gyermek valós magatartása. Eszerint tarthatják őt jobbnak vagy rosszabbnak a valóságosnál. Ha elvárásaik túl magasak, merevek vagy egysíkúak, akkor ezzel mintegy gúzsba kötik a gyermek szabad kibontakozását. Belekényszerítik olyan elvárások hálójába, amelyek teljesíthetetlenek, és így eredménytelen, vergődő próbálkozásokra készítetik a gyermeket. Ugyanakkor nem értik, miért nem válik olyanná, mint azt szeretnék.

Amikor a szülők számára betegségjelzés-értékű tünetek jelentkeznek a gyermeknél, fordulat áll be. A betegség minden más kérdést háttérbe szorít, és a gyermekkel kapcsolatos elégedetlenségük magyarázatra lel a betegségben. Sokszor tapasztaljuk, hogy a gyermek személyiségzavara, neurotikus tünete teljesen elfoglalja a családot, felszippantja a családban rejlő konfliktusokat, és a gyermek betegsége egyetlen problémaként jelenik meg /Mitscherlich, A.¹¹⁹/.

Ez azért lehetséges, mert *a gyermek pszichés problémái többnyire a csalárendszer egyensúlyának zavarait is tükrözik. A kedvezőtlen, megbetegítő hatású családi helyzetekben többnyire a gyermek az agressziót elszenvedő szereplő. Vagy rajta csattannak a szülők összeütközésének indulatai, vagy a szülők sérült, zavart és célszerűtlen kapcsolatai mintáinak átvétele útján válik hibássá és alkalmazkodásképtelenné a magatartása. Ha viselkedése olyan, amelyet az apa és az anya egymásban elítél, akkor még inkább bekerül a rosszallások, büntetések veszélyébe. Rajta futhat le a szülők egymásnak szóló vagy a környezetből hazavitt indulata. Szándéktalanul is benne büntethetik meg házastársuk elviselhetetlennek érzett tulajdonságait, viselkedését. Így a családi viszályokban mindig a gyermek az, aki a legrosszabbul jár.*

A családi „gumiketrec” bezárhatja a gyermeket az infantilizmus fogságába, a belső problémák bűnbakjává teheti, személyiségzavara pedig elfedheti annak a milliónek a hibáit, amelyben a gyermek - mint leggyengébb - sérültté vált /Richter, H.¹⁵¹/.

Az eddigiek alapján összefoglalhatjuk, hogy a gyermekkori *neurotikus zavarok talaját* a személyiség társas környezetének, főként *a családnak a diszharmóniái alkotják*. A gyermek visszatükrözi azokat a konfliktusokat, amelyeket élettere, családja hordoz. A személyiségrendszer egyensúlybomlását kifejező tünetek tulajdonképpen vészjelzések. A gyermek belső (pszichikus) és a családi környezettel való külső (interperszonális) *konfliktusainak* közlése. E jelzések nem azonosak a betegséggel. Nem minden tünet betegség, de minden tünet az időlegesen vagy tartósan megzavart fejlődés jele.

A zavarok egyaránt létrejöhetnek a fejlődés kritikus időszakaiban és az egyes szakaszok váltásainál is. Ezek a specifikus fejlődési konfliktusok, amelyek rendezett és harmonikus családmiliőben kedvezően oldódnak. A tartósan diszharmonikus családi légkörben viszont a szintváltási konfliktusok és a közvetlen, miliőeredetű hatások együttes, egymást erősítő traumatizáló tényezőkké válnak, és megakasztják, késleltetik a továbbfejlődést. A korai zavarok veszélye éppen abban rejlik, hogy meggátolják és hibás vágányra vihetik a személyiség fejlődését. Kedvezőtlen esetben pedig előfutárai lehetnek a későbbi, felnőttkori neurózisnak.

A gyermeki plaszticitás, a belső változásra való nyitottság azonban magában rejti a traumákon való túljutás, az önfejlődés ígérését is. Ha idejében megtörténik a zavar felismerése, ha gyermek a szorongás állapotában megfelelő segítséget kap, akkor a zavarok többnyire kedvezően feloldhatók és rendezhetők. Ne bízunk abban, hogy a gyermek „kinövi” a baját, ne hagyjuk súlyossá válni az állapotát! Ennek érdekében a gyermeknek elsődlegesen pszichés segítségnyújtásra van szüksége. A neurotikus kontaktuszavar és érzelmi krízis éppolyan úton szüntethető meg, ahogyan kialakult: *emberi kapcsolatokon át*. Ez *a speciális gyógyító kapcsolat a pszichoterápia*. Ez nemcsak a szorongást és a tüneteket szünteti meg, hanem a gyermeki fejlődés szocializációs folyamatában bekövetkezett töréseket, hibákat és konfliktusokat is feltárja. Segít ezek feldolgozásában, és új adaptív, örömszerző kapcsolatformákra teszi képessé a gyermeket (reszocializáció).

A hibás, célszerűtlen viselkedés, a betegségértékű tünetek, amelyek átmenetileg, súlyos áron egy kártékony és törékeny egyensúlyt hoztak létre a gyermekben, egyszersmind a kontaktusaiban beteg család tünetei is. Ezért a gyermeki neurotikus állapot rendezése mindig szükségesség teszi annak a milliónek a rendezését is, amelyben a gyermek él és ahol megbetegedett. Ennek pedig nemcsak a gyermek gyógyulása szempontjából van jelentősége. A családi kapcsolatok megbetegítő formáinak felismerése, korrigálása, a család érzelmi újrannevelése, összhangjának kialakítása az egész család lelki egészségvédelmét is szolgálja.

A *családterápia* feloldja a családi kapcsolatok kóros és zárt rendszerét. Nyitott, fejlődőképes, tehát egészséges egységgé alakítja a családot, növeli a családtagok egymás iránti türelmét, konfliktustűrését és empátiáját. Az így megújult családstruktúra teherbíróbb, teljesítőképesebb, és betöltheti hivatását: egyaránt szolgálja a gyermek és a családtagok biztonságát, jó közérzetét, együttes élményeit és egymást segítő fejlődését.

12. A SZOCIALIZÁCIÓ ÉS A DEVIANCIÁK

A társas lét követelményeitől és normáitól eltérő viselkedésformákat deviáns magatartásnak nevezzük. A társadalom jogilag meghatározott és szankcionált normáin túl sokféle normarendszer létezik, amely egy-egy népességcsoportra (szubkultúrára) érvényes. Aki vét a normák ellen, azt kiközösítés, megvetés, megszégyenítés eszközeivel sújtja a közvélemény ereje.

Vannak a deviáns magatartásnak olyan formái, amelyek különböző normarendszerekben egyaránt előfordulnak. Ilyenek: a bűnözés, az alkoholizmus, a kábítószer fogyasztás az öngyilkosság és a különféle mentális betegségek. Mindezek közös jellemzője, hogy károsak a társadalom és az egyén egészségére és biztonságára.

A devianciák valamennyi formája összetett szocializációs zavarokra vezethető vissza. Kialakulásában *az egyén egész múltja, fejlődéstörténete* játszik szerepet. Nem egyszeri ártalmas hatás, hanem az egyéni életelözmények teszik fogékonyá a személyiséget a devianciára.

12.1. A végzetes önbüntetés

Különösnek látszik, hogy a deviancia olyan formájában, mint pl. az *öngyilkosság*, valamilyen modell nyújthat kedvezőtlen mintát az egyénnek. Az önpusztítás mint problémamegoldás józan mérték szerint elfogadhatatlan. Az okok megértése csupán érzelmi felmentést adhat.

Az öngyilkosság előzményeiben szerepet játszik a *szubjektíve kilátástalannak ítélt csődhelyzet*, amelyben az egyén *úgy érzi*, hogy számára nincs lehetőség a továbbélés vállalására. A tettig vezető út és az elkövető személyiség jellegzetességei adnak választ arra, hogy miért kísérli meg az élet feladását.

Az öngyilkosságra veszélyeztetett személyiség jellemző vonásainak feltárását sokféle vizsgálattal kísérelték meg. Főként azért, hogy a túlélőknek hathatós segítséget tudjunk nyújtani, illetve már a szándék szintjén megelőzhetővé válják az önpusztító tett. A szerteágazó és sokirányú vizsgálatok eredményeit tekintve főleg abban van közmegegyezés, hogy az ilyen személyiségre sajátos *infantilizmtis*, gyermekség jellemző. Ez nem értelmi szinten mutatkozik meg, hanem a társas kapcsolatok formáiban, a kontaktusok éretlenségében. Jellemzője *a függő, alárendelő magatartás*, amelyben az egyén fokozott támaszt, védelmet és segítséget vár a környezetétől, emellett *nem képes megfelelően értésére adni* a partnereknek ezeket a kívánságokat. Kerülő úton, szinte hangulataival és viselkedésének apró rezdüléseivel jelzi ezt a környezetnek, de nem teszi eléggé nyilvánvalóvá. Az ilyen személyiség nem tud önálló (autonóm) felnőttként viselkedni. Valószínűleg azért nem, mert korai szülőkapcsolatában valamilyen sérelem érte, amelynek lenyomatát hordozza. A gyermekkori kapcsolatigény kielégítetlensége mintegy szervíti, megmerevíti a gyermeki alárendelő kapcsolat sémáját, és így a személyiség minden új kontaktusába ezt az elégtelen mintát viszi tovább. A kölcsönösség és egyenrangúság hiánya miatt azután mintegy előre bebiztosítja magának a frusztrációkat, csalódást, ezek pedig tovább növelik kontaktuszavarait /Ranschburg J.¹⁴⁹/.

A gyermeki viszonyulási séma mind az *ambivalenciát*, mind az ellenséges rezdülések legátlását, megtagadását magában foglalja. Az öngyilkosjelölt *nem tud a vágyai szerinti módokon agresszív lenni másokkal szemben*, helyettesítő eszközöket sem fogad el, kifelé irányuló ellenindulatait a következményektől, büntetéstől való félelem leblokkolja. Ez a feszültség fordul szembe később az egyénnel. Az ilyen ember fokozott belső igényei miatt szinte *teljesíthetetlen célok elérésére törekszik*. Kudarcai pedig alapot adnak arra, hogy *elégedetlen legyen magával*, és haragját önmagára zúdítsa. Énideáljának magas mércéi a szülői aspirációk közvetlen elfogadásából és beépítéséből erednek. Nem a teljesíthető, reális, hanem a vágyott ideális törekvések képezik teljesítményének mércéjét. Úgy is fogalmazhatunk, hogy nem az énje, hanem az énideálja vezérli, ez pedig összeütközést szül a reális és az ideális törekvések között. Szorongása és önvádlása egyre fokozódik, amíg az ördögi kör kezd bezárulni. Egyre kevesebbet teljesít, mert szorong, közben egyre nő az elégedetlensége

és reménytelensége. Még van ereje segélykiáltásra (cry for help), a létben való megkapaszkodás utolsó erőpróbájára. Mivel azonban kontaktusaiban eddig sem tudta megfelelően értésére adni másoknak a szükségleteit és igényeit, így segélykérése bátortalan és halvány jelzés marad csupán, amelyet csak különös érzékenységgel és nehezen lehet felderíteni. Ebben a stádiumban az öngyilkosjelölt általában megkeres valakit, hogy belefogódzzék, elmondja problémáit, de szándékát nem képes meggyőzően közölni, nem tud hatékony segítséget kiváltani másokból. Végül bezárul a kör, a teljes kilátástalanság és támasznélküliség, az önmagával szemben érzett harag, a kétségbeesés a tett kísérletéig sodorja az egyént /Buda B.²⁹/.

Régi megfigyelés, hogy a családi érzelmi krízisek által provokált ún. kiterjesztett öngyilkosságokban a tettes előbb azt öli meg, akivel a legszorosabb érzelmi kapcsolatban van (anya gyermekét, férj feleségét stb.), majd bevárva annak halálát, végez magával is. A pszichoterápiás tapasztalatok hasonló adatokat nyújtanak arról, mintha az öngyilkos *valójában mást akarna megölni*, egy olyan személyt, akit azonban már mintegy beépített magába, a saját énjébe, akinek törekvéseivel és értékrendjével már azonosult, aki azonban elhagyta, vagy nem tudta elegendő szeretettel elfogadni. Ez a személy lehet az a szülő, akivel a gyermek hajdan azonosult és identitásába olvasztotta annak aspirációit, elvárásait, lehet az a gyermek, akit a szülő „testének részeként” érez magához tartozónak.

Mindeddig az öngyilkosjelölt személyiségének jellegzetességeit foglaltuk össze. Nem adtunk azonban választ arra, honnan ered a *tett mintája*. E tekintetben a látott vagy hallott példák játszanak igen nagy szerepet. Goethe ifjú Wertherének hatása pl. valóságos öngyilkossági járványt indított el a kor német ifjúságában. Ugyanígy nyilvánult meg a benzines önégetés hatása, vagy akár a kamikáze akciók járványa is szerte a világon. Úgy látszik, hogy az öngyilkosságban sem tud az egyén magára maradni, végső azonosulásában sorstársát mintázza. A személyiség konfliktusainak végzetes megoldási lehetősége a példa erejével sodorhatja az elkövetés felé a *hajlamosított egyéneket*.

A járványszerű öngyilkossági minta iránt a testi-lelki átalakulásban levő serdülők „fogékonysága” éppen azért olyan nagy, mert belső labilitásuk

gyenge ellenállást képez a végzetes kaland vonzásával szemben. A serdülőkori öngyilkosságok olyan személyiségkrízis végső termékei, amelyben a fiatal már prolongált és elviselhetetlen feszültségeket él át és más, adekvát megoldásra nem érez belső lehetőséget. A kibontakozó elmebetegségeket jelző szuicid kísérleteken kívül (ezekben szinte nem lelhető fel indíték) előforduló öngyilkosságokban jellegzetesnek látszik az a családi dinamika, amelyben a kegyetlennek átélt, maximalista, túlkövetelő szülő (főleg apa) állandóan érezteti elégedetlenségét gyermekével szemben. Ennek krónikus átélése végül az önfeladásba kergeti a tehetetlenül szorongó fiataalt. A tapasztalatok szerint azonban a gyermek vagy a serdülő többnyire *nem akar meghalni*, a felnőttek is gyakran „csak aludni” szeretnének. Nem a halál vonzása, hanem a megmentés reménye és a rádöbbenés vágya mozgatja a serdülőt, tette felhívás: „Figyeljete rám és segítsetek!” Nem számol a veszéllyel, sőt többségük előre átéli fantáziában a szülők, kortársak és tanárok megdöbbenését, gyászát, megrendülését, mindegy vágyik ennek valóságos látványára. Éppen ezért fontos az ún. teátrális öngyilkossági kísérleteket is valóságos veszélyként értékelni, és a gyermeknél vagy ifjúnál felfedezett szándékot, sőt a magatartás szokatlan változását is prodróma- (veszélyhírnök-) jelként kezelni.

Az öngyilkossági példa követésére csak az hajlamosított, akiben a személyiségzavarok már elegendő talajt képeznek e hatás befogadására. Úgy látszik azonban, hogy a családon belül előforduló öngyilkosság nagyobb esélyt teremt a példa követésére, mint egyéb, külső környezeti öngyilkossági példák. Lehetséges az is, hogy a család belső patológiája alakít ki olyan rejtett zavarokat, amelyek adott krízisfeltételek között elvezethetik az önfeladásig. *A példa tekintetében inkább az öngyilkosság módjának megválasztása látszik döntőnek, mindehhez azonban az egyén lelki zavarai adják meg az alapot.*

Az eddigiekben követett, öngyilkossághoz vezető személyiségkrízis folyamata és a tett megválasztásának módja azonban nem érvényes minden öngyilkosságra, csupán azokra, amelyekben a tett elkövetése előtt nem vált nyilvánvalóvá a testi vagy lelki betegség, és csak az elkövetett kísérlet, illetve a túlélés derít fényt a személyiség rejtett patológiájára.

12. 2. Út a kriminalitás felé

Napjaink sokat hangoztatott világjelensége a fiatalkorúak bűnözési arányának megnövekedése. Bár e területen - szemben az öngyilkossági statisztikával - nem tartozunk a világelsőkhöz, mégis mind fontosabb annak elemzése, *miért és hogyan* alakul ki a fiatalokban a gyakran már nemcsak szabálysértő, hanem törvényellenes magatartás.

A magyarázatok összetűzésében könnyű és tetszetős megoldást kínál számos - ma már közhelyszerű - megállapítás: a civilizáció fokozott alkalmazkodási és teljesítménykövetelményei, a fejlődés belső konfliktusainak nehézségei között vergődő fiatalok elmagányosodása, a tudományos-technikai fejlődés áttekinthetlensége, az embertől elidegenülő, misztifikált technikai kultúra, az urbanizáció, a napi életritmus felgyorsulása, az értékek és életmód forradalmi változásai stb. Nem ritka az a nézet, amely a hagyományos családi életforma felbomlását teszi felelőssé a bűnöző személyiség „kitermeléséért”, és a nevelési elhanyagolásban látja minden deviancia okát.

A spekulatív magyarázatok aligha tudnak arra válaszolni, mi okozza azt, hogy az azonos követelmények, életforma és feszültségek között élő fiatalok közül *miért válnak csupán egyesek* normaszegővé, amíg mások megtalálják a helyüket a közösségekben, és értékes alkotó célokban, harmonikus emberi kapcsolatokban valósítják meg önmagukat. Mindenesetre a tapasztalatok szerint a rendhagyó viselkedésformák jelentkezésének fő időszaka a serdülő- és ifjúkor, az identitásváltozás nagy fordulata.

A személyiségrendszer sérültségét kifejező kriminális, antiszociális viselkedés sokféle bűntényben realizálódhat. A szökés, csavargás, lopás, bandákba sodródás és csoportbűnözés, az erőszak különféle formái, a közvagyon és életellenes cselekmények stb. széles sorát azonban egy közös tényező egységesíti: *a személyiségfejlődés kétségtelen zavara*, amely miatt a fiatal szembekerül a társadalmi követelményekkel, végül pedig a társadalmi szabályozás hivatalos rendszerével. Amikor a fiatal a bűncselekményt elköveti, már csak a végeredményét látjuk annak a folyamatnak, amely a tettig elvezette. Az előzménykutatásban sokféle magyarázat és megközelítés ismeretes napjainkig. Ezek szerint *a gyermek* azért hajlamosított a bűnözésre, mert 1. értelmi fejlődése nem megfelelő; 2.

érzelmi életének fejlődése sérült; 3. gyenge és elégtelen az én-rendszerének szervezettsége, differenciálatlanok a szorongáscsökkentő és énvédő technikái; 4. nincs megfelelő érték- és normarendszere, gyenge a lelkiismereti kontrollja; 5. alacsony a feszültségtűrése, nem tudja késleltetni vágyainak megvalósítását, infantilisán mohó, a frusztrációkra azonnali agresszióval tanult meg válaszolni; 6. kevés érzelmet kapott a családjában, ezt pótolja kerülő úton, egyben antiszociális magatartásával bosszút áll környezetén.

A családi szocializáció oldaláról hasonlóan gazdag a hajlamosító hatások köre. Ilyenek tekinthető: 1. az anyakapcsolat hiánya, megszakadása, a gondozó személyének váltakozása a korai életszakaszban; 2. az anya személyiségzavara, amely lehet rejtett vagy nyílt, mindkettő egyaránt akadályozza az érzelmi élet és motivációs rendszer alapjainak megteremtését; 3. a családi értékek labilitása és eltérése a közértékektől; 4. az azonosulási folyamat törései, zavarai: a példaadó személyek hiánya, váltakozása és eltérő értékrendje, a minta elérhetetlensége („tökéletességi” elvárások a szülők részéről, amelyek nem a gyermek képességeihez és lehetőségeihez simulnak), a kedvezőtlen minta (pl. antiszociális, alkoholisták, bűnöző szülők), az identifikáció negatívvá válása, amely főként a serdülőkorai negatív identitásválasztásban realizálódhat; 5. a nevelésmód brutalitása, ridegsége, elhanyagoló attitűd vagy túl szigorú, de következetlen nevelésmód; 6. a jutalmazási módok torzulása (pl. a szülők a gyermek hibás cselekedeteit akkor büntetik, ha nem sikerült annak eltitkolása a „világ” előtt); 7. a család belső patológiája, amelyben a gyermek válik bűnbakjává a szülői összeütközéseknek, és ez kialakítja a gyermek családból kiválási és menekülési késztetéseit.

A tágabb környezeti hatások felől is számos hajlamosító tényező erősítheti a deviáns fejlődést. Ilyenek: 1. az iskolai teljesítmény- és magatartáskudarok, amelyek megoldásában a gyermek nem kap érzelmi támogatást, védelmet és segítséget a nevelőktől; 2. a családi diszharmóniából elvagyódó, magára hagyott gyermek találkozása a korcsoport vagy idősebb gyermekekből szerveződő galerikkal, bandákkal; 3. a gyermeket érő csábítások, amelyek többnyire a segélytelen, magányos, más közösségbe vágyódó gyermekek számára jelentenek valódi veszélyt; 4.

a deviáns kortárs csoportok által nyújtott kedvezőtlen minták, amelyek a kriminális identitás kialakulásának kedveznek (ennek kulturális szignáljai pl. a tetoválás, egyenöltözet, hajviselet stb.).

Mindezek a *tényezők azonban csak a gyermek sajátos, egyedi feltételrendszerén át válhatnak tényleges ártalommá. A gyermek-család-környezet kapcsolatának valamennyi ártó hatásában döntő az, ahogyan e hatásokat a gyermek belsőleg feldolgozza. Éppen ezért fontosak azok a korai ártalmak, amelyeknek leküzdésében a gyermek még idegrendszeri, lelki és szociális szinten egyaránt eszköztelen.*

A kriminális személyiség alakulás nem vezethető le a meghatározott kórlélektani állapotokból, jóllehet a mentális betegségek számos rendellenes és törvénysértő magatartás háttértényezői lehetnek. A bűnözővé válás nem magyarázható egyértelműen egy bizonyos lelki betegséggel, míg viszont minden kriminális fejlődés háttérében rendellenes, megzavart személyiség szerveződést feltételezhetünk.

Mi ennek a személyiségtorzulásnak az *alapvonása*? Elsődleges-e a gyermek érzelmi sérültsége, norma- és értékrendszerének hiányossága, vagy megfelelő értéktudat ellenére sem képes normakövető magatartásra, mert realitásmérlegelő énrendszere szervezetlen?

A joggyakorlatban jól ismert, hogy a bűnöző sokszor kiválóan ismeri a büntető törvénykönyvet, de *nem érzi magára kötelezőnek* a társadalmi elvárásokat és szabályokat. Ezt a jelenséget az antiszociális viselkedést tanulmányozó Clecley H.³⁷ ún. *szemantikai debilitásnak* nevezte el. Az ilyen érzelmi jelentésátélési fogyatékoság abban áll, hogy az értékek és normák tudását nem kíséri érzelmileg elfogadott meggyőződés, a tilalmak nem váltak a személyiség saját belső szabályozó eszközeivé. Ezért nem éli át azt a szorongást, amelyet a belső normarendszerrel rendelkező ember mindig érez, ha szándékai ütköznek erkölcsi értékeivel. A bűnöző lelkiismerete gyenge, nem szorong, csupán utólag fél, amikor szembeállítják tette következményeivel, a büntetéssel. Nincs megfelelő előre elképzelési képessége, ezért a szándékai megvalósításának nincs belső akadálya, viszont tettéért a felelősséget nem képes vállalni. Éppen ezért ritkább fiatal korban a magányos bűnözés. A csoportos bűnelkövetés cinkosi azonosulásban oldja fel a felelősséget, a számonkéréskor viszont a tettesek

bűnöző szolidaritását könnyen áttöri a következmények megismerése. Ilyenkor könnyen feladják társaikat saját helyzetük javításáért.

A szemantikai debilitást egyértelműen igazolják a bűnözők erkölcsi fogalmainak fejlettségére vonatkozó vizsgálatok is. A bűnöző fiatalok ugyanúgy ismerik a kötelező szabályokat és az erkölcsi követelményeket, mint alkalmazkodó életvitelű társaik. Ezek azonban élettelen és funkciótlan ismeretek, érzelem nélküli fogalmak, mert hiányzik a jelentések meggyőződéses elfogadása.

A morális fogyatékoság kialakulásában egyaránt szerepet játszik az azonosulási folyamat tökéletlensége, zavara és a személyiségrendszer érzelmi alapjainak hiányossága. A sokféle hajlamosító tényező közül alapvetőnek látszik az anya érzelmileg elhanyagoló magatartása, az anyától való korai (többnyire hároméves kor alatti) ideiglenes vagy tartós elszakadás, a szülők részéről pedig a gyermek valamilyen formájú elutasítása. Vikár Györgyöt¹⁸⁰ idézve állíthatjuk: „Akitől megvonták az érzelmi táplálékot, annak egyetlen segítsége az erőszak. A szeretetében megcsalt gyermeknek felnőttkorra már csak a gyűlölet marad.”

A nevelői segítségnyújtás szempontjából különös figyelmet érdemel az az esetkövetéses vizsgálat, amely 53 visszaeső, törvénytörő fiatalkorú bűnöző személyiségfejlődési folyamatát és réteghelyzeti szociokulturális miliőhatásait elemezte /Puruczky E.¹⁴⁵/. Eszerint mielőtt a fiatalok a bűnözésig eljutottak, *első nyilvánvaló konfliktusaik és kudarcaik az iskolában jelentkeztek.* (Hasonló eredményt mutatnak Popper Péter korábbi hazai vizsgálatai is.) Az iskolai kudarccokat dac, szembefordulás, ellenállás, elzárkózás és renitens magatartás követi, majd pedig menekülésszerű csavargással próbálják enyhíteni a frusztrációikat. Az iskola ilyenkor „a növendék érdekében” igyekszik a tanulótól megszabadulni (más iskolába helyezés, felmentés stb.). 53 fiatal bűnöző közül 37 esetben mutatkozott több ilyen iskolai törés, alacsony és formális iskolai végzettség (bizonyítvány, amelyet nem fedeztek ismeretek). Egyidejűleg ezeknél a fiataloknál az erőszakos bűncselekmények felé tolódott el a bűnelkövetés jellege. A fiatalokat nem érdekelte szüleik élete, kiszakadtak a családból, a

szülők sem törődtek gyermekeikkel. Az apák több mint fele alkoholizált, a gyermekek 94%-a számolt be rendszeres, csoportos italozásról.

A deviáns magatartású fiatalok inkább a kisebb gyermeklétszámú családokból kerültek ki, többségük egyke. Ez rávilágít arra, hogy a *testvéri szolidaritás és a testvérhelyzeti alkalmazkodás jelentős szocializációs tényező*. A mélyen személyiségbe ivódó, életképes etikai és morális motívumok kialakulásához előnyösebb a többgyermekes családhelyzet, a testvérvizonyban korán átélhető kollektivitás.

A deviáns viselkedés első kriminális cselekményének fő időszaka a serdülőkor, amelyben az önállósági törekvések megerősödésével a frusztráló vagy közömbössé vált szülőktől és a fiataalt segélytelenül magára hagyó közösségektől könnyebb az elszakadás. A fiatal magányosságát feloldja a galérik közössége, amelyekben elfogadásra és társakra talál, ugyanakkor antiszociális identitást tehet magáévá.

Mindez fontos gyakorlati-pedagógiai feladatokat jelent a család-, gyermekvédelmi és kriminalisztikai munkában. A megelőzés kulcskérdése a családi életre nevelés, a mentálhigiénés ismeretek színvonalának általános növelése. A segítségnyújtásban pedig minden pedagógiai teendő alapja a személyes, elfogadón és bizalom előlegezésen alapuló emberi kapcsolat /Zulliger H.¹⁸⁹/, amely a társadalmi értékek felé vezető visszatérés *járható útján* tudja tartani a mélyen magányos és kapcsolatra vágyó fiataalt.

12. 3. Az iskolai erőszak és szülői bánásmód összefüggései

Az utóbbi évtizedekben az erőszak általános, az emberi élet szinte minden területére kiterjedő burjánzásában az iskola is célponttá vált. Mind a pedagógusok elleni, mind a gyermekek egymás közötti durva, a társakat indokolatlanul bántalmazó viselkedés kártékonyan elharapózott. A bullying, mint az iskolai erőszakot, terrort megjelölő angol szakkifejezés már általánosan ismert fogalom. A magyar valóságban sajnálatosan gyakori, aktuális jelenség. A cselekmény több szereplős, hiszen a támadó és áldozat mellett a csatlakozó beavatkozó/k/, a segítő beavatkozó/k/, és

a szemlélődő/k/ csoportja, ezek magatartása is szerepet kap a történés lezajlásában. Erőszakról akkor beszélhetünk, ha a támadás indokolatlan, okatlan, ha a megtámadott vértlen, s ha a támadásnak a következményei a személy /áldozat/ valamilyen testi-lelki-kapcsolati károsodását eredményezik.

Hazai vizsgálatok szerint /Figula Erika, Margitics Ferenc, Pawlik Zsuzsa és mtsai⁵⁶/ az általános iskolai korosztálynál (11-14 évesek) az iskolai erőszakra adott, leggyakrabban előforduló magatartásminta a segítségnyújtás volt, ez a nemektől függetlennek bizonyult. A békítő típusú beavatkozás vezetett. Az általános iskolás fiúknál a támadóhoz való csatlakozás dominált, de már a középiskolás fiúk esetében a segítő beavatkozás került vezető helyre. A támadó típusú reagálás azonban minden korosztályban magasabb előfordulási értéket mutatott, mint a lányoknál. A fizikai és verbális erőszak alkalmazása, valamint a támadásból szerezhető előny preferálása maskulin jellemzőként jelent meg. Az áldozat magatartásforma volt a legkisebb gyakoriságú. A 11-12 éves korban lányok és fiúk azonos szinten váltak erőszak áldozataivá, de 13-14 éves kortól elsősorban a 13-14 éves, már kiserdült, nőies lányok váltak céltáblákká.

A szülők szerepe, bánásmódja sajátos összefüggést mutatott az egyes szerepekkel. 647 általános iskolás fiú és lány /301 lány, 346 fiú/ esetében az erőszak szereplőinek magatartásmintái és a szülői bánásmód dimenziói között jellegzetes összefüggések mutatkoztak.

Nemi hovatartozástól függetlenül támadóvá válásra hajlamosít a szülői gondoskodás hiánya vagy alacsony szintje. Az anyai túlvédés a fiúkra erősebb hatást gyakorol, mint a lányokra. A túlvédő anya gyermekei iskolai erőszak során nemüktől függetlenül hajlamosak támadóvá válni, a túlvédő anyák fiai előszeretettel csatlakoznak a támadóhoz. A túlvédő apa gyermekei viszont ugyancsak nemüktől függetlenül hajlamosak áldozattá válni, vagy fiúk esetén fizikai agressziót alkalmazni. Az anyai vagy apai korlátozó magatartással való összefüggés volt a legkisebb. Lányok esetében sem az apai, sem az anyai korlátozás nem hozható összefüggésbe az agressziós szcénában mutatott magatartás mintával, fiúknál azonban az

apai és anyai korlátozás egyaránt az osztályközösségben való el nem fogadottsági érzéssel mutatott együttjárást.

Ha tehát az apa túlvédő, a gyermekei hajlamosabbak lesznek támadóvá, vagy fiúk esetében az agresszorhoz csatlakozó személlyé válni. Ha a szülők korlátozók, akkor a gyermekük a közösségben el nem fogadottsági /kirekesztettségi/ érzést hajlamos átélni.

Legjellemzőbb azonban a már eddigiekben is több irányból megerősíthető következtetés: akit nem gondolnak, szeretnek a szülei, az a gyűlölet felé halad, könnyen válik ellenségessé, agresszorrá. Akit az apai „keménység” nem edz meg, az nem tudja magát megvédeni, ezért előre támad vagy az agresszorral azonosulva maga is azzá válik.

12.4. Menekülés a valóságból

Ha jól érezzük magunkat abban a világban, amelyben élünk, ha kis közösségeink, családunk körében elfogadásra találunk, akkor nincs bennünk elvagyódás, hiányérzet vagy menekülési törekvés. Világszerte mind gyakoribb azonban az a jelenségkör, amelyet leginkább „menekülés a valóságból” mottóval láthatnánk el: ez a *kábítószer-fogyasztás*. Hazai viszonylatban ez kevésbé súlyos probléma a felnőttek között, azonban az utóbbi években rangos helyre kerültek a gyermekek és fiatalok körében is az addikciók, függési - és szenvedélybetegségek. Sokkal többről van szó ezekben a függési zavarokban, semmint csak egyedül a drogfogyasztásról. Összefoglalóan *addiktív viselkedésmódokról* beszélhetünk, amelyeknek sajnálatosan nagy a tartománya. Az addiktív, függő viselkedés két nagy egység-területe a kémiai, szer- és a viselkedési addikciók köre. A szerfogyasztásban az alkohol és drogok, a gyógyszerek, valamint ezek kombinációja jelent hatalmas veszélyt az egészségre, sőt az életre is. A dohányzás elterjedése a fiatalok körében kedvezőtlenül magas, már függési betegségként tarthatjuk számon. Az informatikai és digitális kultúra elterjedése hozta magával a komputerfüggést, az elektronikus játékoktól való függést és a játékszenvedélyt is. Ekképp beszélhetünk problémás internet-használatról /Koronczai B.-Demetrovics Zs.-Kun B.⁹³/, online /számítógépes vagy video/ játékszenvedélyről /Nagygyörgy K. és mtsai¹²⁴/

és szerencsejáték függésről is /Demetrovics Zs.⁴⁷/ A testedzés függőség is új kreatúrája az életmódunknak /Bérezik és mtsai,¹⁷/- Létezik azonban kényszeres vásárlás /Demetrovics és Kurimay⁴⁶/, de a munkafüggőség is új addikcióként kezd elhatalmasodni /Kun B. és Demetrovics Zs.⁹⁸/- Addikció az obesitásért /elhízásért/ felelős csokoládé-függés és evési szenvedély is. Az evési függés ellentéte a „nem evés”, mint betegség, az anorexia nervosa, a kóros lesoványodás. Ebben a vonatkozásban valamennyi táplálkozási deviancia az evés-zavarok fogalmában összesíthető.

Valójában azt állíthatjuk, hogy minden emberi dolog függésbe mehet át, evés, ivás, sexualitás, a testi önkarbantartás, a társhoz való érzelmi viszony /társfüggés/, a fogyasztás minden területe, mint ételek, italok, drogok, gyógyszerek, a modern informatikai eszközök, stb.

Fogyasztói kultúrában élünk. Parancsa rejtetten kényszerítő: tedd, vedd és edd /fogyaszd/. Tenni kell a dolgunkat hajszolt életmódban, amikor „nincs idő semmire”, meg kell vennünk, amit a reklámok belénk beszélnek manifeszt vagy rejtett erőszakos útjaikon. Meg kell ennünk, amit agyon vásárlással beszereztünk, mert el kell fogyasztani, ha már megvettük. A partikon, a közösségi alkalmakon kötelező a fogyasztás, esetenként a szeré is, a „partidrog” fogalma ma már vészcsengőként használatos. Öröme van szükség, lehetőleg gyorsan, intenzív élmények kellenek, mert az élet ingerszegény, monoton.

Noha a tudomány már elének állította azt a biológiai modellt, amely szerint az agyi jutalmazó /dopaminerg/ rendszer genetikai hibája tehető felelőssé a jutalomhiányos állapot miatt kialakult fokozottan izgalom és ingerkereső, „örömökre vágyó” és ezért kockázatvállaló magatartásért mégis bizonyos, hogy a kultúra és a mentalitás, a környezeti tényezők bejátszása is jelentős mértékben felelős a sok-okú és sok ágú addikciókért /Blum és mtsai²⁰/.

A viselkedési addikciók hat olyan jellegzetességet hordoznak, amelyek ismerete felfedhetővé és követhetővé teszi a függő magatartást. Ennek azért van jelentősége, mert számos esetben figyelhető meg a jószándékú és tapintatos szülők „vaksága”, amellyel nem tudják/akarják a fiatal viselkedési addikcióját „betegségnek” felfogni, mígnem az már súlyos

következményekhez vezet /pl. megvonási tünetként regresszív-agresszív ön- és közveszélyes magatartás/.

Griffith, M. D.⁶⁵ a testedzés-függőség, a szexuális addikciók, a szerencsejáték függőség, a video- és internetfüggőség eseteiben tudta közös vonásként igazolni a következőket:

1. A személy életének legfontosabb részévé, gondolatainak központi tényezőjévé válik az adott viselkedés, érzelmileg ez vezérli leginkább */Szaliencia/*;
2. Egyre gyakoribb és egyre nagyobb kockázatot jelentő viselkedésre van szüksége az elvonási tünetek elkerülése és a jó érzés kiváltása érdekében */Tolerancia/*;
- 3 *Megvonás*: a viselkedés megakadályozása esetén jellegzetes */jobbára agresszív/* viselkedés, ún. megvonásos tünetegyüttes alakul ki;
4. *Konfliktus*: Az addiktív viselkedés az egyén és környezete között egyre gyakoribb és intenzívebb szociális összeütközésekhez vezet. Ehhez járul a személy belső, lelki meghasonlása és sóvárgása, tehetetlenség érzésből */is/* fakadó lelki konfliktusa;
5. *Hangulatmódosítás*: Az adott viselkedés következményeképp az egyén kezdetben pozitív, majd a hatás elmúltával negatív hangulati állapotba kerül, ez utóbbit igyekszik az ismétlődő magatartással eliminálni;
6. *Visszaesés*: a mentalitást és közgondolkodást átható fogyasztói szellemiségben könnyebben fordulnak a deviáns lelki utak is a fogyasztó-függő irányok felé.

A hiányérzeteket orvosolni képes, örömforrást jelentő, megtartó család és szeretet-táp csökkenésének mértékében van kitéve a fiatal a csábító, elsodró hatásoknak, főként a kortárs csoport részéről.

Ha a család nem tud elegendő vonzerőt kisugározni, ha nem alakította ki a gyermek odatartozási érzéseit, akkor könnyebben elsodorják a külső hatások. Nem csoda, hogy a fiatakorúak körében a többnyire egykorú,

azonos vagy nagyobb közösséghez (iskola, munkahely) tartozó kiscsoportok a legkritikusabb helyei a veszélyeztető történéseknek. A magyar fiatalok szerhasználatáról Grezsa Ferenc és Surányi Zsuzsanna vizsgálatai adnak hiteles képet /Grezsa F.-Surányi Zs.⁶⁴/.

Hazánkban a hetvenes években az iskolai „pálmázás”, a szerves oldószer szívás indította el a nemzetközi „trendhez” kapcsolódást a szerfogyasztás terén. Egyik pálmázó kiscsoporttal történt hazai vizsgálat /Juhász E.⁷⁹/ már akkor jellemzőnek találta a pálmázásra készítő indítékok között a fiatalok *magányosságérzetét, örömkeresési igényét, menekülésvágyát* a család elviselhetetlennek érzett légköréből. A családok többsége zilált, széteső, érzelmileg elhanyagoló volt, más részük viszont kifelé „tökéletes” családképet nyújtott. Gyermeküknek mindent megadtak a szülők, és nem vették észre, hogy a pénz, ajándékok, kívánságok teljesítése mellett a legfontosabbat nem tudják nyújtani: a gyermek felé forduló őszinte érdeklődést, törődést és szeretetet. A gyermeknek nem volt hátországa, kijátszhatta mindent megengedő szüleit. Beszámoltak pl. arról, hogy amit nem adott meg az egyik szülő, azt azonnal teljesítette a másik. Az egymásnak ellentmondó nevelés érzelmileg jóvátehetetlenül lerombolta mindkét szülő tekintélyét a családban. A gyermek azt tett, amit akart, így végső fokon magányossá vált. Ma sem állunk messze ettől a családi háttérvilágtól, de a helyzet az elmúlt évtizedek során egyre kritikusabbá vált hazánkban.

Amit nem tud megadni a család, azt megkeresi a gyermek másutt. Így alakulhatnak ki olyan gáncok, amelyek az összetartozás érzését tudják nyújtani a fiatalnak. A mai drogfogyasztó fiatalok közül többen magányuk elviselésére, kapcsolataik elégtelenségére, „gátlásaik” oldására, a félelmek megszüntetésére, „balhék” következményeitől való félelem csökkentésére folyamodnak az egyre életveszélyesebbé, gyógyszerészeti, vegyszerészeti szempontból egyre kevésbé ellenőrizhető drogok, pszichoaktív szerek, trankvillánsok, révületkeltő szerek, opiátok gyönyöréhez. Ilyenkor kusza álmokképekben valósulnak meg vágyaik, ábrándképeikkel találkoznak, gyönyörű nővel, világhírű bokszolóval, nagylelkű mecénással, aki pénzt, lakást, kocsit ajándékozik nekik stb. Vágyaik és a valóság leküzdhetetlen távolságát mesterségesen

hidalják át, az időszakos öröm kedvéért lemondanak a hosszú távú erőfeszítésről.

A szerfogyasztó fiatalok kiscsoportját mint deviáns csoportot az „ügy” köti össze. Nincsenek hasznos együttes programjaik, sem egyéb terveik vagy vágyaik a jövőre nézve. Ezek a fiatalok többszörösen veszélyeztetettek, mert az étellel szembeni elközömbösödés, minden érték elvesztése, megtagadása és az új értékek kialakításának hiánya üressé, érdektelenné, labilissá teszi a személyiséget, és ez egyaránt viheti őket az öngyilkosság, kriminalitás, agressziókiélés vagy egyéb devianciák irányába.

Hazánkban Demetrovics Zsolt⁴⁴ átfogó vizsgálata alapján nyilvánvalóvá vált, hogy a különféle addiktív viselkedésformák közös vonásokra vezethetők vissza. Ezek: a *kényszeresség és az impulzivitás*. Legintenzívebb impulzivitásfok a szerencsejáték függőséget jellemzi, míg a „problémás online játszásban” jelenik meg a legmagasabb fokú kényszeresség. Az egyes addikciók esetében a közös biopszichológiai gyökérezet mellett szól az a tény, hogy az egyes viselkedési addikciók esetében ugyanazon agyi területek aktivitása mutatható ki.

Megválaszolatlan kérdés, vajon az ifjúság körében veszedelmesen terjedő addikciók, a drogkereső magatartás, a viselkedéses addikciók terjedése és a mögötte meghúzódó agyi jutalomhiányos állapot milyen összetett okhálózatra vezethető vissza. Az elmúlt ötven év alatt epidémiává vált, járványa destruktív hatásokat zúdított a felnövekvő ifjúságra. Az egyén esetében az összefüggések, okok keresése az intrauterin fejlődéstől kezdve a gyermekkori szocializáció határáig és az identitásépítés mikéntjéig terjedő folyamat hibáinak mintázatát feltételezi. A társastársadalmi viszonyok tekintetében pedig mindazon hatásokat, amelyek „felülről”, magasabb rendszerszinről kényszerednek rá a társas mezőre, a családokra és az életünkre. Meg kell védenünk gyermekeinket ettől a destruktív folyamattól. Ehhez azonban szükség van a család épségének védelmére, funkcióinak minden-oldalú megerősítésére, hogy minden manipulációnak tudatosan ellenálló személyiségek kerülhessenek ki a családi szocializáció védett, a személyiségeket megedző világából.

12. 5. A pubertáskori evészavarok és az

anorexia nervosa háttérben álló családi jellegzetességek

A serdülőkori evészavarok, elsősorban a súlykontroll állandósítása és az evési korlátozás életkor specifikus jellemzővé vált napjainkban. Ez sajnálatos, és közvetlen összefüggés ismerhető fel a média és információs világ szépségideálja, a táplálkozásra vonatkozó egészségszabályok szaporodása valamint ennek személyes követési igyekezete között. Mindazáltal az evészavaroknak összetett okhálózata van, mint minden pszichoszomatikus zavarnak /Treasure, J. és mtsai¹⁷⁰/. Bennük a szociokulturális és biológiai oki tényezők keverednek, összefonódva a személyiség szocializációs háttérű sérülékenységgel.

Evészavarban első szembetűnő vonás, hogy a nők minimalizálják testük nőies jellegét, gyakorta visszataszítónak és tökéletlennek élik meg testüket. Az anorexia nervosa, mint életveszélyessé is fordulható kóros lesoványodás a normális testsúly15%-nál nagyobb veszteségével, étel korlátozással, fogyasztók és purgálók alkalmazásával, esetenként ön hánytatással járó kóros lesoványodás. Jellemzője a testséma zavar, a kövérségtől rettegés. A lányoknál jóval gyakoribb, sokszor jár együtt hormonális változásokkal, a menstruáció elmaradásával, a szexuális késztetések csökkenésével. Ha a pubertás előtt indul meg, akkor a serdülés biopszichikai folyamatai elakadnak. Jellemzője a légiesség vágya mellett a fokozott mozgáshajlam, futás, testedzés, fizikai mozgásterhelés. Az evési önszabályozás kényszeres színezetű, gyakran ritualizált a táplálkozás módja is. Az anorex egyén erősen konform magatartású, a kortárs csoportokhoz igazodik, a külső befolyásokra /tömegkommunikáció/ érzékeny, a többséget követi. Divat-érzékeny.

A személyiségfejlődésben az ősbizalom és korai kötődés zavarai fedezhetők fel, a három éves kor előtti időre tehető anya gyermek kapcsolati sérülések látszanak jellemzőnek. Az érintett fiatal az édesanyjával erős, parazita szimbiózisra hajlamos, kötődési mintája gyakran szorongó-bizonytalan, olykor dezorganizált. A társak között és a családban teljesítménye révén jó pozíciót tud szerezni, rivalizálási hajlam jellemzi. Testsúlyának csökkentését is teljesítményként éli meg, sikernek könyveli el. 10-14 éves kora között hajlamos a szülők részéről korán rá kerülő felelősséget átvenni, megbízhatóan teljesít, de hangulatilag depresszív,

esékeny. Női érését tehernek éli át, a gyermekkori létállapot megőrzésére vágyik, undorodik a „hústól”, a test nedveitől, a menstruációtól. Túlállaló, jól teljesítő koravén felnőtt lélek lakik egy gyermeki létre vágyó, a női szereptől irtózó, légiesedő testben.

A családi háttérre vonatkozó vizsgálatok közös nevezője, hogy az anorexiát generáló családokat szerkezetileg „összemosott”-nak, egymás határait folyvást átjárónak, egymással túlságosan foglalkozónak és merevnek írják le /Minuchin, S.¹¹⁸/. Konfliktuskerülő magatartás jellemzi a családot, szőnyeg alá söpri a problémákat. Az anya hajlamos a dolgok megszépítésére, az apa „mintha nem is ebben a családban élne”, erélytelen /Túry F.¹⁷¹/.

A szülők nehezen állapítják meg a kornak megfelelő önállóság és kontroll helyes arányát /Túry F.-Szabó P.¹⁷²/. Az anorexiás lányok édesanyja a felszínen adakozó, önfeláldozó, de a mélyben sebezhető és nehezen viseli el a negatív érzéseket. Az anyai perfekcionizmus és önfeláldozó élet elrettentő példának tűnhet a lány szemében, aki gyermeki állapotban szeretné magát hibernálni /Szabó P.—Túry F.¹⁶⁴Az apákra leginkább a családjuktól való jelentős érzelmi távolság jellemző, önértékelésük alacsony /Túry F.¹⁷¹/.

Az anorexia a lány függetlenségi háborújaként fogható fel. A szülői kontroll és a függetlenedés feszültségében szeretne „jó kislány” is maradni és önállóvá is válni. Az anya segítőkész, túlóvó, a testvér/ek/ visszautasító/k/. Az anyai attitűdben is tabusított a szexualitás és agresszió témája. A lány lázadása a nem evés fegyverével zajlik, családi kontrolláló erejét ezzel bizonyítja önmaga számára is. A túlaggódó anya és a család köré zárul, az evés-nem evés az élet központi problémájává válik. A lány serdülési ösztönélete azonban lakat alá kerül, az aszkézis „nem nélkülivé” teszi. A központba kerülő evési probléma a család minden más baját beszippantja és elfedi. A negatív érzések kifejezése a családban tilos.

A gyakorta mártír és áldozat anya büntudatot kelt a családjában, és a lány evését személyes felelősségeként tekinti. Gondoskodó magatartása végső soron dominánsnak és erőszakosnak tünteti fel őt a családtagok szemében.

A korai etetési mintákra vonatkozó vizsgálatok /Sztanó F.-Ress K.- Pászthy B.¹⁶⁶/ szerint ha az anyák az etetés során a gyermek jelzéseit nem veszik figyelembe, a gyerek nehezen fog tudni különbséget tenni a fiziológiai szükséglete, éhsége és érzelmi szükségletei között. Ha az anya nem engedi a gyermek önállósági törekvéseit az evésben, és esetleg ragaszkodik ahhoz, hogy ő etessen, akkor a gyermek visszautasíthatja az ételt. Ekkor az evését harag és önérvényesítési igény hatja át, és nem a belső éhsége vagy jóllakottsága lesz a szabályozó. Ha az anya tovább etetné, akkor a gyermek azt tanulja meg, hogy anyja szeretetét vagy haragját a nem evéssel tudja előidézni. Mindkét esetben érzelemvezéreltté válik a táplálék felvétel és nem testi, fiziológiai szükségletek szabályozzák.

Felderítették azt is, hogy a későbbi evészavart prediszponálja, ha az anya gyermekének minden diszkomfort érzését éhségnek érzékeli és azonnal etetéssel akarja megnyugtatni

A családtörténetek szerint gyakori, hogy az anorexiás lánynak evészavaros volt az édesanyja, faló-purgáló, vagy éppen bulimiás tünetekkel küzdő gyermek.

Az eddigiekből is kitűnik, hogy a betegséghez vezető út hosszú, gyakorta több generációs, és szinte átfogja a felnövekedéstől a betegségig terjedő életidőszakot. Szoptatástól, babaetetésen át a családi élet minden jellemzőéig, az anya-gyermek kapcsolat viszontagságaival kísérve, amelyben egy dolog világos: senki nem hibás, de mindenki felelős az előállt állapotért: részük van benne. Része van annak a kultúrának is, amely előhívja a sajátos, életellenes magatartási mintát, hiszen az evés életfenntartó.

A segítő utak a személyes, egyéni terápiás formától a családterápián át sokfelé ágaznak, egyéni szükséglet és családi helyzet szerint kerülhet egyik vagy másik lelki gyógyítási mód előtérbe.

Végezetül az evés, táplálás, etetés mélyebb jelentésére gondolva a tiszta szeretet szükségessége bukkan fel ismét panaceaként, hiszen az „etelkeszeretlek” összefüggés nyilvánvaló. Akit szeretünk, azt etetjük. Aki nem szeret /senkit, önmagát sem, enni sem/ az nem szereti magát az életet.

Tanítsuk meg gyermekeinket az étel és az élet szeretetére, az állandó és egyenletes ellátmány adására és kapására, az egészséges testi-lelki „anyagcserére”, amelynek eredménye az „egészség”, rend és harmónia egyaránt benn, a szervezetben és kinn, abban a szerveződésben, amit családnak nevezünk.

ZÁRSZÓ

A személyiségfejlődés bonyolult útjának, veszélyeinek, hibáinak, a következmények lehetőségeinek feltárásában egyre előbbre jut a tudományos megismerés. Ez növeli felelősségérzetünket, erősíti tudatos állásfoglalásainkat, egyben nevelési elveink és gyakorlatunk rugalmas változtatására ösztönöz.

Ugyanakkor, ha szétnézünk „saját kis világunkban”, napról napra szembekerülünk a hibás gyakorlattal: meggyökeresedett, vaskalapos doktrínákkal, hamis előítéletekkel, merev sablonokkal találkozunk. Ezek tehetetlenségi nyomatékként nehezednek rá a nevelőmunkára, ellenállnak az újnak, vagy akadályozzák a kezdeményezéseket. Ezzel számot kell vetnünk, ha változást akarunk elérni a szemléletben és a gyakorlatban.

Még fontosabb azonban tudnunk, *mit kell tenni adott lehetőségeink között*. Hogyan segíthetünk önmagunk és környezetünk szülői, nevelői munkájában, hogy elkerülhessük az ártó hatásokat. Úgy véljük, hogy az orvoslás „nil nocere” (nem szabad ártani) elve általános érvényű. Ehhez azonban olyan mentálhigiénés kultúra szükséges, amelyről hazánkban ma még alig beszélhetünk.

Olyan egységes, leszűrt és ellentmondásmentes, tapasztalatokkal is ellenőrzött lelki egészségvédelmi ismeretanyag sem áll még rendelkezésre, amellyel a kötelező és általános felvilágosító munka missziója megvalósulhatna. Bár egyre több ismeretterjesztő kiadvány törekszik az egészséges életre nevelés ismereteinek átadására, nem létezik erre vonatkozó receptkönyv. Az ismeretek pedig többnyire éppen oda nem jutnak el, ahol a legnagyobb szükség volna rájuk.

Az egészséges életmódra és a családi életre nevelés éppolyan követelményeket foglal magába, mint az „életre nevelés” általában. Hatásait a szülői, nevelői attitűdök, környezeti magatartásformák, bánásmódok és eszközök határozzák meg, főként a *példa* önmaga.

Ehhez azonban a *mentálhigiénés kultúrát* kellene átfogóan érvényre juttatni a társadalmi tudatban. Optimista viszonyulással szemlélve helyzetünket, ez mégis bizakodásra ad alapot. Az egészségpszichológia üzeneteinek és a prevenció eszméjének terjedése, az általános érdeklődés fokozódása a pszichológia iránt, az önismereti igény ébredése, a család- és pár konzultációk igénybevételének fokozódása már jelzi azt a tendenciát, amely nemcsak a lelki kultúra igényét, hanem a gyakorlati mentálhigiénét is közelebb hozza az emberekhez.

A hatékony egészségvédelmi gyakorlat nem csupán szervezési kérdés. Ott dől el, ahol valamennyi társadalmi hatás átkapcsolódása, közvetítése megfelelő érzelmi hőfokon és indítékerővel zajlik: a családban és a kiscsoportokban. Azt a törekvést kell önmagunkban, családjunkban, baráti és munkahelyi közösségeinkben felkelteni, amely az *elmélyültebb önismeretre, az egymás közti kapcsolataink tartalmának, minőségének megismerésére sarkall*; erősíti vagy kialakítja az *egyenrangú, kölcsönösségen alapuló* kontaktusokat, és növeli a felelősségvállalást. Önmagunknál és környezetünkönél kell kezdenünk e kultúra kimunkálását, hogy az a példa erejével hasson mindazokra, akikkel együtt élünk, dolgozunk.

A kétirányú, részint társadalmi szintről, részint az egyén és a kisközösségek felől indított törekvések idővel a gyakorlatba ültetik át a mentálhigiénés kultúrát. Addig azonban sokféle tennivaló vár ránk. Mindenekelőtt a gyermeki világnak és saját személyiségi hatótényezőinknek mind teljesebb megismerése. Ezt kívánta elősegíteni ez a könyv is. Részvállalásunk felelőssége nem csekély.

Tudatos emberformáló munkánk önmagunk alakításán, ismereteink állandó fejlesztésén át érheti el azt.

„Míg megvilágosul gyönyörű képességünk, a rend mellyel az elme tudomásul veszi a véges végtelent a termelési erőket odakint, s az ösztönöket idebent...”

(József Attila: A város peremén)

IRODALOMJEGYZÉK

- 1. ALLEN, J. G.-FÓNAGY P.-BATEMAN, A. U. (2011): Mentalizáció a klinikai gyakorlatban. Lélekben otthon könyvek, Oriold Kiadó, Budapest**
- 2. AINSWORTH, M. D. S.BLEHAR, M. C.-WATERS, E.-WALL, S. (1978): Patterns of Attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, New Jersey**
- 3. AMMON,G. (1973): Dynamische Psychiatrie. Verlag für medizinische Psychologie. Gottingen.**
- 4. ANTOINE, C. (2010): A terhesség és az anyaság pszichológiája. Saxum Kiadó Kft, Budapest**
- 5. ARGYLE, R. (1975): Bodily Communication. Methuen, London**
- 6. ARONSON, E.-ROSENBLUM, S. (1971): Space perception in early infancy: Perception within a common auditory - visual space. Science, 172.1161-1163.**
- 7. BAGDY E. (1977): Családi szocializáció és személyiségzavarok. Tan-könyvkiadó, Budapest (Negyedik kiadás, 1995)**
- 8. BAGDY E. (2012): Hordozás, együtt alvás, igény szerinti szoptatás és átmeneti tárgyhasználat. Magyar Pszichológiai Társaság XXVII. Kongresszusa, Debrecen**
- 9. BAGDY E.-MIRNICS ZS.-KÖVI ZS. (2013): A tehetség kibontakozása. Helikon Kiadó, Budapest**
- 10. BALDWIN, J. M. (1959) (1989): Sodal and Ethical Interpretations in Mental Development. University Cambridge, /MA/**

11. **BALOG P.-DÉGI L.-SZABÓ G. és mtsai (2010): Magas vérnyomás vagy depresszió? Rossz házasságban másképp betegek a férfiak és másképp a nők. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika 11 (4). 313-333.**
12. **BALOG P.-MÉSZÁROS E. (2005): A házastársi stressz, a depressziós tünetek és a cardiovascularis vulnerabilitás összefüggései nőknél. LÁM (Lege Artis Medicináé) 15. évf. (8-9). 685-692.**
13. **BARRERA, M.-MAURER, D. (1981): The perception of facial expressions by three-month-old. Child Development. 52.203-206.**
14. **BATESON, G. (1972): Steps to Ecology of Mind. Ballantine Books**
15. **BAUER, J. (2011): A testünk nem felejt. Ursus Libris Kiadó, Budapest**
16. **BEM, S. L. (1989): Genital knowledge and gender constancy in preschool Children. Child Development. 60.649-662.**
17. **BERCZIK K.-SZABÓ A.-GRIFFITHS, M. D.-KURIMAY T.-KUN B.-URBÁN R.-DEMETROVICS ZS. (2012): Exercise addiction: symptoms, diagnosis, epidemiology, and aetiology. Substance Use and Misuse, 47(4). 403-417.**
18. **BERNE, E. (1964): Transactional Analysis in Psychoteraphy. Grove Press, New York**
19. **BETTELHEIM, B. (2014): Az elég jó szülő. Könyv a gyermeknevelésről. Fark Kiadó, Budapest**
20. **BLUM, K.-CHEN, A. L.-BRAVEMANN, E.R.-COMINGS, D. E.-CHEN, T. J.-ARCURI, V.-BLUM, S. H.-DOWNS, B. V.-WAITE, R. L.-NOTARO, A-LUBAR, J.-WILLIAMS, L.-PRIHODA, T. J.-PALOMO, T.-OSC AR-B., M. (2008): Attention-deficit hyperactivity disorder and reward deficiency syndrome. Neuropsychiatric disease and treatment 4.893-918.**

- 21. BOSCH, G: (1970): Das infantile Autismus. Springer Verlag, Berlin**
- 22. BOWLBY, J. (2009): A biztos bázis. A kötődésemélet klinikai alkalmazásai. Animula, Budapest**
- 23. BOWLBY, J. (1953): Child Care and the Growth of Love Harmsworth, Penguin, London**
- 24. BRAZELTON, T. B. (1989): The Earliest Relationship - Parents, Infants, and the Drame of Early Attachment Realing. Adison-Wesley, New York. New Jersey**
- 25. BRISCH, K.H. 1999 (2002): Teaching Attachment Disorders. From Theory to Therapy. Guilford, New York**
- 26. BROCHER T. (1975): Csoportdinamika és felnőttoktatás, („pszichológianevelőknek" sorozat) Tankönyvkiadó, Budapest**
- 27. BUDA BÉLA (1965): „Double Bind". Kommunikációs szociálpszichológiai elmélet a schizophrenia keletkezéséről. Magyar Pszichológiai Szemle. 22540.**
- 28. BUDA BÉIA (2010): A közvetlen emberi kommunikáció szabályszerűségei. L'Harmattan Kiadó, Budapest**
- 29. BUDA BÉLA (1972): A pszichiátriai szociológia. Problématerületek, dilemmák, fejlődési perspektívák az amerikai kutatások tükrében. Szociológia. 3.355.**
- 30. BUDA BÉLA (1970): A serdülőkor szociálpszichológiája. Irc Serdülőkor. (Szerk.): Havas Ottóné, Tankönyvkiadó, Budapest**
- 31. BUDA B. (2003): Az iskolai nevelés a lélek védelmében. Az iskolai mentálhigiéné alapelve. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest**
- 32. BUDA BÉLA-HAJNAL A (1973): A család természetéről. Egy rendszer-elméleti modell körvonalai. Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Módszertani Közlemények, Budapest**

33. **BYRNE. A (1964): Repression-senzitisation as a dimension of personality research. In: Maher, B.A. (Ed.): Progress in experimental personality research. Vol. I. Academic Press, New York. 169.**
34. **CHAPMAN, G. (2011): Egymásra hangolva. Az öt szeretetnyelv a házasságban. Harmat Kiadó, Budapest**
35. **CHILAND, C.-CLOUET, A. M., és mtsai (1982): Újnemű apák és gyermekeik. Pszichoterápia. 23(1). 31-39.**
36. **CHILD, J. L.- ZIEGLER, E. (1969): Socialization. In: The Handbook of Social Psychology, III. (Eds.): Lindsey, G., Aronson, E.**
37. **CLECLEY, H. (1989): Az egészség álarca: pszichopátia, szociopátia. In: Mérei F.: A pszichológiai labirintus. (Szerk.): Bagdy E. Pszichoteam, Budapest. 81-98.**
38. **COLE, M.-COLE, S. R. (2006): Fejlődéslélektan. Osiris, Budapest**
39. **CSÁKVÁRI ZS.-BAGDY E.-VARGHA A. (2008): Személyiségi és párkapcsolati interakciós jellegzetességek összefüggései. In: Egyén-pár-család (Szerk.): Bagdy E.-Mimics Zs.-Vargha A. Animula Kiadó, Budapest. 88-103.**
40. **CSIRSZKA J. (2008): Az emberi személyiség pszichológiai vázlatja. A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, Testtől-Lélekig, Budapest. 1.2.102-104.**
41. **CSIRSZKA J. (2013): Alapvetések a lelki életre. A Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, Testtől-Lélekig, Budapest, 1.2.82-88.**
42. **DAVIS, P. K. (1999): The power of touch. The basis for survival, health intimacy and emotional well-being. Hay House Inc. N.Y.**
43. **DEMETROVICS ZS. (2011): Az addiktológiai zavarok spektrumszemlélete. In: Császár-Nagy N., Demetrovics Zs., Vargha A.,**

(Szerk.): A klinikai pszichológia horizontja. 697-706. Károli Gáspár Református Egyetem-L'Harmattan Kiadó, Budapest

44. DEMETROVICS ZS. (2013): Viselkedési addikciók: spektrumszemléletű kutatások. Akadémiai doktori értekezés tézisei. Budapest

45. DEMETROVICS ZS.-KUN B. (2010): A viselkedési függőségek és az impulzuskontroll egyéb zavarainak helye az addikciók spektrumán. In: Demetrovics Zs., Kun B. (Szerk.): Az addiktológia alapjai IV. 29-40. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest

46. DEMETROVICS ZS.-KURIMAY T. (2008): Testedzésfüggőség: a sportolás mint addikció. Psychiatria Hungarica. 23 (2). 129-141.

47. DEMETROVICS ZS. (2008): Hungary. In: Meyer, G., Hayer, T., Griffiths, M. (Eds.): Problem Gambling in Europe. Challenges, Prevention, and Interventions. 123-136. Springer, New York

48. DORNES, M. (2002): A kompetens csecsemő. In: Az ember preverbális fejlődése. Pont Kiadó, Budapest

49. DÜHRSEN, A. (1961): Psychogene Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Verlag f. med. Psychol., Göttingen

50. ELEKES ZS. (2007): Serdülőkorú fiatalok alkoholfogyasztása. In: Iskolai egészségpszichológia. L'Harmattan, Budapest. 216-242.

51. ERIKSON, E. H. (1991/a): Az életciklus: az identitás epigenezise. In: A fiatal Luther és más írások. 437-496. Gondolat Budapest

52. ERIKSON, E. H. (1991/b): A fiatal Luther és más írások. 489-496. Gondolat, Budapest

53. ERIKSON, E. H. (1968): Identity, Youth and Crisis. Norton, New York

54. EYSENK, H.J.-RACHMAN, S. (1972): Neurosen. Ursachen und Heilmethoden. VEB Deutscher Verlag der Wissenschaften, Berlin

- 55. ÉKES I. (2003): Női identitás Európában. ERGO Európai Regionális Szervezet, Budapest**
- 56. FIGULA E.-MARGITICS F.-BARCSA L-né-MADÁCSI M.-PAUWLIK ZS.-ROZGONYI T-né (2009): Az iskolai erőszakkal kapcsolatban előforduló magatartásminták vizsgálata általános és középiskolás diákoknál. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika. 10. 77-10.**
- 57. FÓNAGY P. (2001): Attachmant Theory and the Psychoanalysis. Other Press, New Yor**
- 58. FÓNAGY P.-TARGET, M. (1997-98): A kötődés és reflektív funkció szerepe a fejlődésben. Thalassa. 9.5-43.**
- 59. FRANKL, V. E. (1996): Az érés pszichogéniája. In: Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben. 105-113. Kötet Kiadó, Budapest**
- 60. FREUD, A (1937): Das Ich und die Abwehrmechanismen. Int. PsychoanaL Verlag, Wien**
- 61. FREUD, S. (1967): Das Ich ind Das Es. Fischer Verlag, Frankfurt am Main**
- 62. GERGELY G. (1996): „Hoppá!” Avagy az eszmélkedés lélektana. A szociális tükrözés szerepe az öntudat és az önkontroll kialakulásában. Pszichológia. 16.361-382.**
- 63. GERGELY G.-WATSON, J. S. (1999): Early, sodo-emotionel development: Contingency perception and the Social feedback model. In: ROCHAT P. (Ed.): Early Social Cognition. Hillsdale, New Yersey. Erlbaum. 101-137.**
- 64. GREZSA F.-SURANYI ZS. (2014): Fialatok szerhasználata. Nemzeti Család és Szociálpolitikai Intézet Kiadvány, Budapest. 91.**
- 65. GRIFFITH, M. D. (2005): A 'components' model of addictions within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use. 10.191-197.**

66. HARLOW, H. F. (1968): Development of affection in primates. In: Roots and Behavior. (Ed. Bliss, E.L.), Harper, New York. 157-166.

67. HARLOW, H. F.-HARLOW, M. K. (1981): Társmegvonás majmoknál. In: Marton M. (Szerk.): Szöveggyűjtemény az összehasonlító pszichológiához II. Tankönyvkiadó, Budapest

68. HÁMORI E. (Szerk.) (2010): Kutatás és terápia metszéspontjai. Várandósságtól a felnőttkorig. Pázmány Péter Katolikus Egyetem BTK, Piliscsaba

69. HAVAS OTTÓNÉ (Szerk.) (1976): Serdülőkor. Tankönyvkiadó, Budapest

70. HÉDERVÁRI-HELLER É. (2008): A szülő csecsemő konzultáció és terápia. Animula Kiadó, Budapest

71. HERMANN, I.(1948), (1984): Az ember ősi ösztönei. Magvető Kiadó, Budapest

72. HIDAS GY. (Szerk.) (1997): A megtermékenyítéstől a társadalomig. Dinasztia Kiadó, Budapest

73. HIDAS GY.-RAFFAY J.-VOLLNER J. (2013): Lelki köldökzsinór. Beszélgetések a kisbabámmal. Helikon Könyvkiadó, Budapest

74. HORNE, A.-LANYADO, M. (Szerk.) (2012): Winnicott gyermekei (Winnicott's children), Routledge, London. 212.

75. HÖCK, K. (1974): Neurosen. VEB Deutscher Verlag, Berlin

76. HUNYADI GY.-PATAKI F.-VÁRINÉ SZILÁGYI I. (Szerk.) (1976): Szociálpszichológiai kutatások Magyarországon Akadémiai Kiadó, Budapest

- 77. JÁRÓ K. (Szerk.) (2001): Játszmák nélkül Tranzakció analízis a gyakorlatban. Háttér Kiadó, Budapest**
- 78. JÁRÓ K. (Szerk.) (2011): A játszmák világa. Felfedezések a tranzakció analízis táján. Háttér Kiadó, Budapest**
- 79. JUHÁSZ E. (1975): A szipuzók (szerves oldószerzívó fiatalok) szocializációs háttértényezői. In: Ifjú Kór Sorozat 2.: Tanulmányok az ifjúságról, pedagógiai módszerekről, az ifjúságot fenyegető veszélyekről. /Szerk.: Buda B. és mtsai/, Okker Kiadó, Budapest**
- 80. JUNG, C. G. (1994): Az ember és szimbólumai. Göncöl Kiadó, Budapest**
- 81. KATONA F. (1999): Klinikai fejlődésneurológia. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest**
- 82. KERNBERG, P. F. és mtsai (2000): Személyiségzavarok gyermek és serdülőkorban. Animula Kiadó, Budapest**
- 83. KIRÁLYNÉ DÉVAI M. (1990): Az ideális ének és néhány jellemzőijének vizsgálata a nem családi környezetben élő 10-14 éves gyermekeknél In: A neveléslélektani kutatások aktuális kérdései. (Szerk.): Kürti Jarmila. Akadémiai Kiadó, Budapest. 212-219.**
- 84. KISS D.-BAGDY E.-VARGHA A. (2008): Kapcsolati viszonyminták és kapcsolati dinamika feltárása Közös Rorschach Vizsgálattal. In: Egyén-párcsalád. (Szerk.): Bagdy E.-Mimics Zs.-Vargha A., Animula Kiadó, Budapest**
- 85. KLAUS M. H.,-KENNEL, J. H /1975/: Maternal Attachment: importance the first post-partum days. In: Parent-infant interaction, Elsevier, Excerpta Medica, North Holland. Ass. Scient. Publ., Amsterdam, Oxford, New Yorki 15-121.**
- 86. KOHLBERG, L. (1983): Continuities childhood and adult moral development revisited. Harper and Row, New York**

- 87. KOHLBERG, L. (1984): The psychology of moral development: The nature validity of moral stages. Vol. 2. Harper and Row, New York**
- 88. KOMLÓSI. (1976): A család és a környezet szerepe a nevelésben. In: Az alakuló ember. (Szerk.): Lux Alfréd, Gondolat, Budapest**
- 89. KON, I. SZ. (1979): Énünk nyomában. Kossuth Kiadó, Budapest**
- 90. KON, I. SZ. (1992): Az ifjúkor pszichológiája. Tankönyvkiadó, Budapest**
- 91. KOPP M.-SKRABSKY Á. (1992): Magyar lelkiállapot, Végeken Alapítvány, Budapest**
- 92. KOPP M. (Szerk.) (2008): Magyar lelkiállapot. Semmelweis Kiadó, Budapest**
- 93. KORONCZAI B.-DEMETROVICS ZS.-KUN B. (2010): Internetfüggőség és problémás internethasználat In: Demetrovics Zs., Kun B., (Szerk.): Az addiktológia alapjai IV. ELTE, Eötvös Kiadó, Budapest, 253-279.**
- 94. KOVÁCSNÉ TÖRÖK ZS.-SZEVERÉNYI P. (1996): A terhesség, mint új fejlődési állapot, mint objekt keresés és én-növekedés. Magyar Pszichológiai Szemle. 1-3., Akadémiai Kiadó, Budapest. 68-71.**
- 95. KOZÉKIB. (1974): Motiválás és motiváció. Tankönyvkiadó, Budapest**
- 96. KULCSÁR ZS. (1996): A látencia és a serdülőkori személyiségalakulás. In: Korai személyiségfejlődés és énfunkciók. Akadémiai Kiadó, Budapest 309-331.**
- 97. KULCSÁR Zs. (2006): Korai személyiségfejlődés és énfunkciók. Argumentum Kiadó, Budapest**
- 98. KUN B.-DEMETROVICS ZS. (2010): Munkafüggőség. In: Demetrovics Zs.-Kun B. (Szerk.): Az addiktológia alapjai IV. ELTE**

Eötvös Kiadó, Budapest 307-329.

99. KUN M. (1971): Pszichiátria és pathopszichológia. Egyetemi jegyzet. Kézirat, Budapest

100. KUN M.-FÜREDI J.-FÜZÉKY B. (1973): A családterápia elmélete és gyakorlata a pszichiátriában. Orvosképzés. 48.470.

101. LIEDLOFF, J. (2008): Az elveszett boldogság nyomában. A kontinuum elv. (II. kiadás) Kétezeregy Kiadó, Budapest

102. LINN M.-LINN D.-FABRICANT, S. (1996): Életünk nyolc szakaszának gyógyítása. Agroprint, Budapest

103. LJUBOMIRSKY, S. (2008): Hogyan legyünk boldogok? Ursus Libris, Budapest

104. LORENZ, K. (2001): Az állati és emberi viselkedésről I—II. Totem Plusz Kiadó, Budapest

105. LUX A. (Szerk.) (1976): Alakuló ember. Gondolat, Budapest

106. MARCIA, J. E. (1980): Identity in Adolescence. In: J. Adelson (Ed): Handbook of Adolescent Psychology. Wiley, New York

107. MARGITICS F.-FIGULA E.-PAUWUK ZS.-SZATMÁRI Á. (2010): A szülői bánásmód hatása az iskolai erőszakkal kapcsolatban előforduló magatartásmintákra. Magyar Pedagógia 110 (3). 211-238.

108. MARTON L. M. (1972): Korai társmegvonás (szociális depriváció) hatására fellépő kóros viselkedés élettani közvetítő folyamatai. Magyar Pszichológiai Szemle. 29(2).275.

109. MASLOW, A. (2003): A lét pszichológiája felé. Ursus Libris, Budapest

110. MASON, W.,A. (1968): Early social deprivation in the nonhuman primates. Implications for human behavior. In:

Environmental Influences. /Ed. Glass, D. C./ Rockefeller University and Russel Sage Foundation, New York

111. MEDVECZNÉ-ATINAY D. (2011): A hordozó anyai magatartás-választás összefüggései az anya fejlődésélményével. Szakdolgozat. Kézirat. KRE, Budapest

112. MELTZOFF, A.-BORTON, R (1979): Intermodal matching by human neonates. Nature. 282.403-404.

113. MÉREIF. (1946): Az együttes élmény. Társas lélektani kísérlet gyermekeken. Officina, Budapest

114. MÉREI F. (1966): A társkapcsolatok megszilárdulása és fejlesztése az óvodákban. Magyar Pedagógiai Szemle. 2.117.

115. MÉREI F. (1971): Közösségek rejtett hálózata. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest

116. MÉREI F. (1976): Az önismereti érzékenység a serdülőkor kezdetén. In: Az alakuló ember. (Szerk): Lux Alfréd. Gondolat, Budapest


117. MÉREI F.-V. BINÉT Á. (1970) Gyermeklélektan. Gondolat, Budapest (Kilencedik kiadás, 1994)

118. MINUCHIN, S. (1974): Families and Family Therapy. Harvard University Press, Cambridge (Massachusetts)

119. MITSCHERLICH, A (1968): Krankheit als Konflikt. Frankfurt am Main

120. MONTAGU, A. (1981): Touching. The human significance of the Skin. (II. Ch) The Womb of Time. 47-68.

121. MORRIS, D. (2003): Bensőséges kötelékek, Háttér Kiadó, Budapest

- 122. NÁBRÁDV M. (2001): In: Járó K. et al. (Szerk.)
Tranzakcióanalízis a gyakorlatban. Háttér Kiadó, Budapest**
- 123. NAGY E.-MOLNÁR P. (2001): A korai fejlődés és kötődés
neurobiológiai alapjai, és a csecsemő- kisdedkor magatartástudományi
vonatkozásai In: Buda B.-Kopp M.-Nagy E. (Szerk.) Magatartás
tudományok. 127-140.; 523-545.**
- 124. NAGYGYÖRGY K.-PÁPAY O.-URBÁN R.-FARKAS J.-KUN
B.-GRIFFITHS, M. D.-DEMETROVICS ZS. (2013): Problémás online
játék használat' szakirodalmi áttekintés. P*S*ychiatria Hungarica. 28 (2).
122-144.**
- 125. NEMES L. (2000): A bennünk élő gyermek. Filum Kiadó,
Budapest**
- 126. NEMES LÍVIA (1988) Klinikai megfigyelések a pubertás
kezdetének időszakából. In: Gerő Zsuzsa (Szerk.) Klinikai
Gyermekpszichológiai Tanulmányok. Akadémiai Kiadó, Budapest. 125-
138.**
- 127. NEMES L. (1976): Gyermekkorai pszichogén fejlődési zavarok és
neurotikus tendenciák. In: Klinikai Pszichológia. (Szerk.): Tariska
I. Orvostovábbképző Intézet továbbképző jegyzetei**
- 
- 128. NEMES L. (1975): Pszichogén tünetképződés kisiskolákorban.
Pszichológia a gyakorlatban. 25. sz. Akadémiai Kiadó, Budapest**
- 129. NÉMETH A.-GEREVICH J. (Szerk.) (2000): Addikciók.
Medicina Könyvkiadó, Budapest**
- 130. NYITRAIE. (2011): Az érintés hatalma. Kulcslyuk Kiadó,
Budapest**

- 131. OLSON, D. H. (1993): Grcumplex Model of Marital and Family Systems. In: F. Wals (Ed.) Normal Family Process (2nd. Ed.) Guillard Press, New York**
- 132. ÓNODI Á.-SZABÓ V. (2010): Hordozói magatartás /Tanfolyamvezetői képzés/ Ölbebaba Egyesület, Budapest**
- 133. PAKSI B.-DEMETROVICS ZS. (2007): Magányos droghasználat a serdülők körében: elterjedtség, okok és a beavatkozás lehetőségei. 243-262.**
- 134. PAKSI B.-DEMETROVICS ZS. (Szerk.) (2011): Drogprevenció az iskolában. L'Harmattan Kiadó, Budapest**
- 135. PAPOUSEK, H. (1987): Intuitive Parenting: a dialectic counterpart to the infant's integrative competence. In: Osofsky 7. D. (Ed) Handbook of infant development (2nd. Ed.) Wiley, New York. 669-720.**
- 136. Parent-Infant Interaction. (1975): Elsevier, Excerpta Medica, North Holland, Ass. Scient. Publ. Amsterdam, Oxford, New York**
- 137. PATAKI FERENC (Szerk.) (1976) Pedagógiai szociálpszichológia. Gondolat, Budapest**
- 138. PATAKI FERENC (1982): Az én és a társadalmi azonosságtudat. Kossuth, Budapest**
- 139. PATAKI FERENC (1986): Identitás, személyiség, társadalom. Valóság. 6.**
- 140. PERTORINI R.-HORVÁTH SZ.-JUHÁSZ E. (1974): A gyermekkori család felbomlásának jelentősége a neurózis aethiopathogenesisében. Ideggyógyászati Szemle. 27.385.**
- 141. PERTORINI R.-HORVÁTH SZ.-JUHÁSZ E. (1975): A szülők magatartásának és egyes gyermekkori szociális tényezőknek jelentősége a felnőttkori neurózisban. Ideggyógyászati Szemle. 29.255.**

- 142. PÉLEY B. (2002): Rítus és történet. Beavatás és kábítószeres létezési mód. Új Mandátum Könyvkiadó, Budapest**
- 143. PIONTELLI, A. (2010): A magzattól a gyermekig. Oriold és Társa Kiadó, Budapest**
- 144. PIONTELLI, A. (2011): A Development of Normal Fetal Movements. The First 25 Weeks of Gestation. Springer, München**
- 145. PURUCZKIE. (1979): A fiatalokorú kriminálisok reszocializálás folyamatvezetése egy sajátos speciális kollégium keretei között. Pedagógiai Szemle. 4.17-26.**
- 146. RÁCZ, J. (1989): Ifjúsági szubkultúrák és devianciák. Válogatott tanulmányok, Animula Kiadó, Budapest**
- 147. RAFFAIJ. (1999): Anya-magzat kapcsolat-analízis: egy különleges kapcsolati kultúra. In: Várandoóság, születés és gyermeknevelés a magyar-országi kultúrákban. Kongr. kötet. Animula Kiadó, Budapest. 23-31.**
- 148. RANSCHBURG J. (2009): Szülők Könyve: Fogantatástól az iskoláskorig. Saxum Könyvkiadó, Budapest**
- 149. RANSCHBURG J. (2010): A mélységből kiáltok. Depresszió, öngyilkosság, és kábítószer a serdülőkorban. Saxum Kiadó, Budapest**
- 150. RANSCHBURG, J. (2014): A világ megismerése óvodáskorban. Saxum Kiadó, Budapest**
- 151. RICHTER, H. (1963). Éltém, Kind und Neurose. Klett Verlag, Stuttgart**
- 152. RIZZOLATTI, G.-FACTIGA, L.-FOGASSI, L. (1996): Action recognition in the premother cortex. Brain, 119.593-605.**
- 153. SARLÓS K. (1983): Az érdeklődés alakulása az ifjúkor kezdetén. In: Tematikus vitaanyagok (Szerk.): Balogh Tibor és mtsai. Nemzeti Tan-könyvkiadó, Budapest**

154. SIMON, M.-HEROLD, R.-FEKETE, S.-TÉNYIT. (2007): A tükömeuronok - avagy újabb adatok az interszubsjektívitás neurobiológiájáról. *Psychiatria Hungarica*. XXII (6). 418-429.
155. SÍPOS K.-JUHÁSZ E.-VIDA L. (1975): A szülők megítélésének vizsgálata intrafamiális milliőártalom okozta magatartászavar miatt.. *Pszichológiai Tanulmányok*. XIV. 51-57.
156. SPITZ, R. (1945): Hospitalizm: An inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood. *Psychoanalytic Study of the Child*. 1.53-75.
157. SPITZ, R. (1968): *Vom Säugling zum Kleinkind*. E. Klett, Stuttgart.
158. STERN, D. N. (2002): *A csecsemő személyközi világa*. Animula Kiadó, (É.n.), Budapest
159. STERN, D. N. (2007): *Anya születik*. Animula Kiadó, Budapest
160. STRAUSS, N.(2007): *The Game: Penetrating the Secret Society of Pick Up Artist*. Media Library, University of Minnesota
161. SUSÁNSZKY A.-SUSÁNSZKY É. (2008): Férfi nemi szerep stressz és az egészségi állapot összefüggése. In: *Magyar lelkiállapot, 2008*, (Szerk.): Kopp M. 254-260.
162. SUSÁNSZKY É.-SZÁNTÓ ZS. (2013): *Magyar lelkiállapot*. Semmelweis Kiadó, Budapest
163. SZABÓ G.-SZÁNTÓ ZS.-BALOG P.-KOPP M (2010): Az életesemények és a megküzdés nemi különbségei- *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*. 11. (4). 349-369.
164. SZABÓ P.-TÚRY F. (1994): A depresszió és a táplálkozási zavarok kapcsolata. *Psychiatria Hungarica* 14. (1). 55-68.
165. SZÉKÁCS J. (1976): *Egy gyermekcentrikus családterápia körvonalai*. In: *Klinikai Pszichológia*. (Szerk.): Tariska I.,

Orvostovábbképző Intézet továbbképző jegyzet

- 166. SZTANO, F.-RESS K.-PÁSZTY B. (2007): Az evészavarok családi fenntartó tényezői. Mentálhigiéné és Pszichoszomatika. 8. (1). 49-61.**
- 167. TARI A. (2011): Z generáció, Terricum, Budapest**
- 168. TINBERGEN, N. (1971): On aims and methods of ethology. Zeitschrift für Tierpsychologie. 20.410-433.**
- 169. TÓNK, I. (2010): A család mint megtartó közösség. Előadás kézirat. Kolozsvár**
- 170. TREASURE, J.-SCHMIDT, V.-FUSTH, E. V. (2003): Handbook of eating disorders. John Wiley and Sons Ltd. England**
- 171. TÚRY F. (2009): Az evészavarok a modern addikciók között In: Bagdy E.-Demetrovics Zs.-Pilling János (Szerk.): Polihistoria. Akadémiai Kiadó, Budapest. 397-403.**
- 172. TÚRY F.-SZABÓ P. (2000): A táplálkozási magatartás zavarai: az anorexia nervosa és a bulimia nervosa. Medicina, Budapest**
- 173. URBÁN R. (2007): A serdülőkori dohányzás pszichológiája. In: Iskolai egészségpszichológia. L'Harmattan, Budapest**
- 174. VÁRINÉ SZILÁGYI I. (1987): Az értékorientáció és a jövőkép összefüggései különböző ifjúsági rétegekben. Műhely, Tömegkommunikációs Kutatóközpont, Budapest**
- 175. VÁRINÉ SZILÁGYI I. (1989): Az identitás kettős tükörben. MTA, Budapest**
- 176. Várandósság, születés és gyermeknevelés a magyarországi kultúrákban. Egyetemi tanulmánykötet (1999). Animula Kiadó, Budapest**

- 177. VEKERDY T. (2013): Tudunk-e jól szeretni? Kulcslyuk Kiadó, Budapest**
- 178. VERNY, T. R (1996): Isolation, Rejection and Communication in the Womb. The International Journal of Pre- and Perinatal Psychology and Medicine. 8. (3). 287-294.**
- 179. VETIER, A.-VARGHA A. (2008): A felnőtt kötődési stílus és kommunikációs mintázat összefüggése. In: Egyén-pár-család. (Szerk.): Bagdy E.-Mimics Zs.-Vargha A. Animula Kiadó, Budapest**
- 180. VIKÁR GYÖRGY (1980): Az ifjúkor válságai. Gondolat, Budapest**
- 181. VIKÁR GYÖRGY (1988): A serdülőkori válságok diagnosztikája és terápiája. In: Gerő Zsuzsa (Szerk.): Klinikai gyermekpszichológiai tanulmányok, Akadémiai Kiadó, Budapest. 139-150.**
- 182. WALLON, H. (1958): A gyermek lelki fejlődése. Gondolat Kiadó, Budapest**
- 183. WEBER, E. (1970): How to Pick Up Artist Girls. /1st. Ed./ Symphony Press, Tenafly, New York**
- 184. WINNICOTT, D. W. (Szerk.: Péley B.) (2004) A kapcsolatban bontakozó lélek. Új Mandátum Kiadó, Budapest**
- 185. WINNICOTT, D. W. (1999): Játzás és valóság. Animula Kiadó, Budapest**
- 186. WINNICOTT, D. W. (1964) (2000): Kisgyermek, család, külvilág. Animula Kiadó, Budapest**
- 187. WURZBACHER, H. (Hsbg.) (1968): Die Familie als Sozialisationsfaktor. Der Mensch als soziales und personales Wesen. Bd. 3., F. Enke Verlag, Stuttgart**

188. ZRINSZKY László (1978): Magatartásminták, azonosítás. Gondolat Budapest

189. ZULLIGER, FI. (1961): Horde-Bande-Gemeinschaft: Ein sozialpsychologisch-pädagogische Untersuchung. E. Klett, Stuttgart