

SZEMÉLYISÉG ÉS MEGKÜZDÉS

Veress Erzsébet

Szent István Egyetem, Pedagógiai Kar

Kulcsszavak: temperamentum, megküzdés, pszichológiai immunrendszer

A releváns nemzetközi szakirodalomban újraéledő érdeklődés tapasztalható a krónikus stresszhatás alatt dolgozó humán segítők (ápolók, pedagógusok, orvosok stb.) egészsége iránt. Azokat a prediktív hatású megküzdési viselkedéseket vizsgálják, amelyek súlyosbíthatják az egyén negatív érzelmi állapotát, növelhetik a fizikai és pszichológiai megbetegedések kockázatát. Sokan kutatják a személyiség és a megküzdés kapcsolatát (*Rim*, 1987; *Enatescu és mtsai*, 2008; *Ferguson*, 2001; *Connor-Smitha és Flachsbarta*, 2007; *Campbell-Sills és mtsai*, 2006; *Gallagher*, 1996; *Gomez és mtsai*, 1999; *Kardum és Hudek*, 1996; *Maglica*, 2007; *Maltby és mtsai*, 2004; *Penley és Tomaka*, 2002; *Suls és mtsai*, 2006; *Vollrath és Torgersen*, 2000). Vizsgálataik azt bizonyítják, hogy a személyiség öröklött és szerzett összetevői közvetlenül segíthetik vagy nehezíthetik a megküzdést.

Jelen vizsgálatunkban arra kerestük a választ, hogy a temperamentumdimenziók, a pszichológiai immunrendszer és a megküzdő képesség hogyan függenek össze egymással és a tartós stresszhatás okozta lelki zavarokkal (depresszió, burnout szindróma). Melyek a prediktív hatású változók?

A kutatást 2006-ban végeztük a Békés megyei humán segítők (pedagógus, szociális gondozó, szociális munkás, pszichológus, pszichiáter, szociológus) egy mintáján (N=168 fő). Az adatgyűjtéshez önkitöltős kérdőíves módszert alkalmaztunk, amelyhez a következő tesztek közül álló tesztbattériát használtuk: (1) Oláh-féle Pszichológiai immunrendszer kérdőív (PIK); (2) Oláh-féle Megküzdési mód preferencia kérdőív (SIK), (3) Pines-féle Burnout kérdőív; (4) Beck-féle Depresszió kérdőív (BDI); (5) Caprara-féle Big five kérdőív (BFQ).

A személyiségnek a megküzdési folyamatokban játszott szerepének mélyebb megismerése céljából többváltozós elemzéseket végeztünk. Néhány eredmény: (1) az elkerülő/érzelmeközpontú megküzdés kedvezőtlenebb mentális egészséggel jár (depresszió, burnout); (2) az érzelmileg instabil (magasabb negatív affektivitású) egyének az elkerülő megküzdési módot preferálják; (3) a neurotikus vonás a problémafókuszú megküzdés negatív, az elkerülő/érzelmeközpontú megküzdés pozitív prediktora; (4) az introvertáltak megküzdési mintázata eltér az extravertáltakétól.

Eredményeink (a prediktorok mérésével) alapját képezhetik egy korszerű, a segítő szakemberek foglalkozási ártalmait megelőző/ellensúlyozó, egészségpszichológiai ismérveken alapuló egészségfejlesztési programnak, tanácsadásnak.