



Szegedi Pszichológiai Tanulmányok
Diákszerzők Publikációs Fóruma

4. ÉVFOLYAM, 1. SZÁM
2017 NOVEMBER



FENYEGETŐ INGEREK ÉSZLELÉSE MINDENNAPI ÉS NEGATÍV HELYZETEKBEN

Arató Ákos, Stecina Diána Tünde, Losonci Adrienn, Zsidó András Norbert
PTE BTK Pszichológia Intézet, diakpls@gmail.com

Kutatásunk középpontjában a potenciálisan fenyegető ingerek észlelése áll. Számos modern elmélet szerint a fenyegető ingerek percepciója akkor a leggyorsabb, ha eredetüknek megfelelő környezetben észleljük őket. Kísérletünk során arra voltunk kíváncsiak, hogy az evolúciós és modern eredetű fenyegetések esetében, az azonos vagy az eltérő eredetű kontextus, mennyiben befolyásolja a stimulusok percepcióját. Azt is vizsgáltuk továbbá, hogy hogyan befolyásolják a negatív érzelmek a figyelmi folyamatokat. Számos elmélet szerint az érzelmi ingerek elsőbbséget élveznek a figyelmi feldolgozás alatt, ez pedig különösen igaz lehet a negatív affektív ingerekre.

A fenyegető ingerek észlelését egy általunk összeállított vizuális keresési feladattal mértük. A vizsgálat során semleges és negatív érzelmi töltetű, evolúciós és modern háttereken elhelyezett fenyegető ingerekre adott reakcióidőket hasonlítottunk össze, a kontextus kongruens és inkongruens együttljárások, illetve az affektív hatás tükrében. A fenyegető ingereket további két csoportra osztottuk, amelyek a modern és ősi félelmi stimulusoknak felelnek meg.

Vizsgálatunk eredménye részben alátámasztja a fenyegető stimulusok kontextus kongruencia szerinti észlelését. A negatív érzelmek figyelemelterelő hatását sikerült bizonyítani a vizsgálat során – a vizsgálati személyek szignifikánsan lassabban találták meg a célingereket negatív affektív, mint semleges háttereken.

Kulcsszavak: Fenyegetés, figyelem, vizuális keresés, negativitási hatás, kontextus

Életünk minden egyes pillanatában ingerek sokasága vesz körül minket, ám ettől a hatalmas mennyiségű információtól függetlenül képesek vagyunk csupán egy dologra összpontosítani figyelmünket. Ez különösen igaz lehet az affektív jelleggel rendelkező eseményekre, melyekre akarva-akaratlanul is felkapjuk a fejünket, figyelmünk automatikusan feléjük orientálódik. A viselkedés ezen formája az érzelmek fontos szerepét hangsúlyozza a figyelem és az információfeldolgozás területén. Az érzelmek ugyanis releváns információkat hordoznak az egyén számára, így fontos, hogy előnyben részesüljenek a feldolgozás során (ld. összefoglalásért (Zsidó, Deák és Bernáth, in press). Az automatikus, nem tudatos feldolgozás adja meg az ehhez szükséges gyorsaságot (Davidson és Begley, 2013; Dennis és Halberstadt, 2013).

Az érzelmek tehát szerves részei az emberek mindennapi életének, ez az a képességünk, mellyel értéket tulajdonítunk a körülöttünk történő eseményeknek a világban – vagyis el tudjuk dönteni, hogy ezek mennyire kívánatosak számunkra. Ez a mechanizmus egy evolúciós szelekciós folyamat terméke, mely szerint az érzelmek egy olyan fiziológiai és pszichológiai állapotot képviselnek, ami többé-kevésbé előre jelzi az érték előfordulását. Ebből az következik, hogy az az affektív tartomány, melyre az élőlény képes és fogékony, nagyban tükrözi az egyed alkalmazkodóképességét (Dolan, 2002). Az érzelmek evolúciós megközelítése szerint tehát a környezeti események értékének érzékenynek kell lennie a preferált percepció feldolgozásra. Ezáltal az érzelmek felerősítik a figyelmet, ami az affektív jellegű események gyakoribb és gyorsabb észleléséhez vezet.

Ez az affektivitás által kiváltott hatás a figyelmi folyamatokra több módszerrel is vizsgálható: például klasszikus vizuális keresési feladatokkal. E módszer során az a kísérleti személyek feladata, hogy megtaláljanak egy célingert, és valamilyen formában (pl. gombnyomás) reagáljanak arra. Ezt a válaszadást azonban elterelő ingerek nehezítik, melyek a célingertől kategóriájukban különböznek. A feladat néhány változatában a célinger fenyegető mivoltát manipulálják (valencia vagy kategória mentén – pl. evolúciós/modern fenyegetések), míg a zavaró ingerek általában semleges valenciájúak (Bockstaele, 2013). Ezekben a feladatokban semleges célingerek esetén az a sztenderd megállapítás, hogy az irreleváns elterelő ingerek számával egyenes arányban nő a reakcióidő. Affektív jellegű ingerek esetében azonban sokkal alacsonyabb reakcióidő adatok állnak rendelkezésre például negatív vagy pozitív érzelmet ábrázoló arcoknál, vagy pókoknál, kígyóknál és egyéb potenciálisan fenyegető ingereknél – ezek a félelem releváns ingerek ugyanis különös gyorsasággal ragadják meg a figyelmet (Dolan, 2002).

FENYEGETŐ INGEREK FELDOLGOZÁSA, FÉLELMI MODUL

Az affektív jelleggel rendelkező ingerek tehát mondhatni a környezetből kiugró információkként viselkednek, e tulajdonságuk miatt pedig előnyben részesülnek a feldolgozás során. A kiugróságot okozó ingerjellemezők esetében nagy szerepet játszik a biológiai felkészültség (például ösztönösen félünk a veszélyes állatoktól),

illetve a tanult reprezentációk jelentésének ismerete (például a fegyver veszélyes tárgy) (Yiend, 2010). A félelem egyike a legősibb és egyben legalapvetőbb érzelmeknek. Ez egy gyors válasz, mely lehetővé teszi a fenyegető helyzetekre való azonnali, adaptív reagálást. A félelmekből származtatható fóbiák a félelem szélsőséges megnyilvánulásai, melyek fenyegető tárgyak és szituációk hiányában is megjelenhetnek. Az emberi félelmek egyik leginkább kutatott és legérdekesebb aspektusa, hogy egyes félelmek és fóbiák gyakrabban jelennek meg, mint mások. Ezt az egyenlőtlenséget szintén egy evolúciós elmélet támasztja alá, mely szerint az ismétlődő, gyakoribb félelmek háttérében minden bizonnyal evolúciósan gyakori fenyegetések állnak (például félelem a magasságtól, tág terektől, kígyóktól, stb.) (Coelho és Purkins, 2009; LoBue és Rakinson, 2012).

A környezetünkben kiszűrni ezeket a potenciálisan fenyegető ingereket tehát nagyon fontos kognitív művelet, melynek hatékonyságát számos vizsgálat során bizonyították. Ezt a figyelmi előnyben való részesítést a „félelmi modulnak” (Mineka és Öhman, 2001, 2003) tulajdoníthatjuk, mely segítségével gyorsan detektáljuk ezeket a biológiailag „beprogramozott” és tanulás által elsajátított veszélyt jelző ingereket (Young, Brown és Ambady, 2011). Ez a rendszer a bemenet tekintetében szelektív, a túlélést segítő gyorsaság tekintetében automatikus, valamint a tudatos kognitív hatásokkal szemben ellenálló. A félelmi modul továbbá feltételezi, hogy a fenyegető ingerek percepciója előidéz egy veleszületett, az evolúció során létrejött védekező mechanizmust, ami biztosítja a felkészülést a fenyegetésre adott válaszra és a szituáció megfelelő kezelésére (Öhman, Flykt és Esteves, 2001; Mineka és Öhman, 2002; Genschow, Florack és Wänke, 2013).

Kísérletekkel többen is bizonyították a félelmi modul létezését. Öhman és munkatársai (2001) vizsgálata során a kísérleti személyeknek félelmi ingereket (pókokat vagy kígyókat) egy rácsmintás elrendezésben kellett detektálniuk semleges ingerek (virágok és gombák) között és fordítva. A zavaró ingerek száma és a célingerek helyzete nem befolyásolta a kapott eredményeket a fenyegető ingerek észlelése során, azonban a semleges ingerek esetében jelentősek voltak ezek a tényezők. Azok a személyek továbbá, akik különösen rettegtek a pókoktól, míg a kígyóktól nem (vagy fordítva), gyorsabban találták meg a félelmüknek megfelelő ingereket, míg a másik fenyegető vagy a semleges ingerek percepciójában nem különböztek a kontroll csoporttól. Elmondható tehát, hogy az evolúciós fenyegetések hatékonyan ragadják meg a figyelmet, különösen akkor, ha az adott inger az egyén számára érzelmileg kiemelten provokatív volt.

Humphrey, Underwood és Lambert (2012) azt figyelték meg, hogy az érzelmi töltettel rendelkező képeken gyakran vizuálisan is szembeötlő az az elem, amely a kép fő affektív tulajdonságát adja. Ez felvetette a kérdést, vajon mennyiben függ az érzelmek hatása a vizuális kiugróságtól, illetve, hogy az érzelmi ingerek jelenléte elnyomja-e egy a náluk vizuálisan szembetűnőbb elem hatását. Vizsgálatuk során a résztvevőknek pozitív, semleges és negatív képeket mutattak, melyeket később egy memória teszt során kellett felidézniük. Szemmozgást is regisztráltak, melyet az eredményeik szerint valóban befolyásol a vizuális kiugróság – ám ez a hatás jelentősen csökken, ha érzelmi aspektus is szerepel a

képen. A negatív affektív töltettel rendelkező képekre továbbá jobban emlékeztek a résztvevők, valamint tekintetüket is többször és hosszabb ideig fixálták a képek negatív elemeire, mint a pozitív vagy semleges elemekre. A kezdő fixációk is többször estek érzelmi töltettel rendelkező tárgyakra, mint az amúgy vizuálisan kiugróbb, de semleges részletekre. Ez arra enged következtetni, hogy az érzelmi ingerek feldolgozása már az észlelés nagyon korai szakaszában megtörténik.

A környezetünkben található ingerek érzelmi tulajdonságai tehát nagyban befolyásolják a figyelmünket. Ezek a folyamatok még a tudatosság elérése és a magasabb kognitív funkciókra való hatásgyakorlás előtt lépnek életbe, ezáltal megkönnyítve a figyelmi folyamatok működését és felgyorsítva a környezetünkben jelenlévő veszélyes ingerek észlelését (Phelps, 2006; Yiend, 2010).

NEGATIVITÁSI HATÁS

A fent említett evolúciós megközelítés szerint a félelem releváns ingerek gyors észlelése kritikus volt a túlélés szempontjából – ez pedig szorosan kapcsolódik a negativitási hatás elméletéhez, mely a negatív ingerek felé történő automatikus orientációt írja le. Megfigyelések szerint a negatív információk ugyanis erősebben vonzzák a figyelmünket, mint a semleges vagy pozitív ingerek. A fenyegető ingerek negatív affektív színezettel rendelkeznek, gyorsabb cselekvésre sarkallnak, tehát szükséges a gyorsabb feldolgozásuk. A veszélyes információkat először egy vonás érzékelő rendszer dolgozza fel, amely aztán megjelöli azt, mint viselkedésesen relevánst, hogy aztán az arousal rendszer felé továbbítva optimalizálja a szelektív figyelmet és az orientációt. Ezek után az ingert korábbi tapasztalatokhoz hasonlítja az egyén, amelynek megfelelően kialakul a viselkedéses válasz (Humphrey et al, 2012).

Ez az előfeszítettség a negatív információk irányába különböző válaszadási folyamatokon keresztül nyilvánul meg, mint például a kognitív, érzelmi és szociális viselkedéshez kapcsolódó rendszerek. Mivel azok a nem negatív ingerek, amelyek magasabb arousal értékkel (nyugtatótól felzaklatóig) rendelkeznek nem mutatják ezt az előfeszítettséget, feltételezhető, hogy ezt a hatást az ingerek valencia (negatív-pozitív) tartalma és értékei magyarázzák (Carretié, Mercado, Tapia és Hinojosa, 2001).

A negativitási hatást általában több modalitást érintő (vizuális, auditoros) viselkedéses feladatokkal, illetve ingerek különböző típusával (képek, szavak) vizsgálják. Ilyen például a már említett Öhman és munkatársai (2001) kísérlet, melyben a résztvevők gyorsabban találták meg a negatív célingereket az elterelő semleges ingerek között, mint fordítva. Hasonlóképpen, a negativitási hatás a kiváltott potenciálok (ERP) szintjén is jól megfigyelhető. Még a szubliminálisan bemutatott negatív ingerre is gyorsabb reakció és megemelkedett bőrkonduktancia válasz jellemző (Humphrey et al, 2012).

Képpalkotó eljárásokkal végzett vizsgálatok során kiderült, hogy a negativitási hatás specifikus agyi területek aktivációjához kapcsolható. Egy pozitron emissziós tomográfiával (PET) végzett vizsgálat során azonosították azokat a neuroanatómiai régiókat, melyek szelektíven aktiválódnak negatív

információ feldolgozásakor. Pozitív és negatív információ integratív feldolgozása esetén szignifikáns aktiváció volt megfigyelhető a jobb frontális póluson, a bal-közép frontális gyrus és a bal-alsó frontális gyrus területén. Továbbá ebben a feltételben, az egyéni régiók aktivációjának azonosítása során csak a középső-frontális gyrus (dorsolaterális prefrontális kéreg) területe aktiválódott. Ezen felül az egyenértékű körülményekhez (csak pozitív vagy negatív információ) a ventromediális prefrontális, limbikus és szubkortikális területek aktivációja társítható. Viselkedéses szempontból, a vizsgálat eredményei szerint a résztvevőknek tovább tartott válaszolni és meghatározni az inger által keltett affektív állapotukat negatív ingerek esetén az integratív feldolgozás során, mint az egyenértékű feltételben (Gollan et al., 2015).

Ez az elmélet és a hozzá tartozó vizsgálatok azonban nem adnak magyarázatot az irracionális, fóbiás félelmekre és a fóbiához kapcsolódó információk feldolgozására. Számos olyan félelem létezik például, amely tárgyával a személy nem is találkozott korábban, így emléke sem lehet róla, ami alapján kialakíthatja a rá jellemző viselkedéses választ. Ez pedig további kérdéseket is felvet a fenyegető ingerek közötti észlelési különbségek és a fóbiás félelmek kialakulása területén (Humphrey et al, 2012).

KONTEXTUS KONGRUENCIA

A potenciálisan veszélyes ingerek érzelmi alapon történő feldolgozása még egy fontos elmélet alapját adja. Ismert tény, hogy a filogenetikus eredetű ingerekre (pl. kígyó) erősebb pszichológiai reakciót, illetve gyorsabb válaszadást mutatunk, mint a modernekre (pl. fegyver) (Cook et al, 1986; Cao et al, 2013). Ez a fajta válasz az ősi eredetű és negatív stimulusokra az amygdala működéséhez köthető, mely megemelkedett aktivitást mutat ezekre az ingerekre, szemben az élettelen tárgyakhoz kapcsolódó fenyegetésekre. Wheatley et al (2007) vizsgálatában a kísérleti személyeknek két eltérő háttéren kellett mozgó alakokat megfigyelni. A hátterek eredetei (filo- vagy ontogenetikus) különböztek, így kontextusfüggő volt az alakok percepciója. A vizsgálat eredményei is azt támasztották alá, hogy a filogenetikus információk értelmezése amygdalához kötöttek (Wheatley et al, 2007; Cao et al, 2013). Sakaki (2012) eltérő eredetű és kontextusú háttereket használt kutatásában, melyek szociális és túlélési helyzeteket ábrázoltak. Eredményei szerint az amygdala izgalmi állapota akkor a legnagyobb, ha a háttér fenyegető típusú (túlélési helyzet) és szociális kontextust tartalmaz.

E kutatások szerint az amygdala aktivációjában meghatározó szerepe van az ingerek érzelmi faktorainak, kategóriájuknak és a kontextusnak, amiben jelen vannak. A kontextuális információ nélkülözhetetlen, hogy megfelelő reakciót adjunk egy adott potenciálisan fenyegető helyzetben. Úgy tűnik a prefrontális kéreg kódolja az ingerek környezetéből érkező információkat, az érzelmi tartalmakat pedig az amygdalával közösen dolgozzák fel. Összességében megállapítható, hogy a kontextus nagymértékben módosítja az ősi és modern fenyegetések észlelését, illetve azt is implikálja, hogy az érzelmek által modulált szelektív figyelem kontextus és szituáció érzékeny (Brosch et al, 2008). Ezen

szituációs felkészültség modell szerint akkor a leggyorsabb a fenyegető ingerek észlelése, ha azok a kontextusukkal kongruens környezetben vannak jelen. Így tehát egy evolúciós eredetű ingert hamarabb veszünk észre az eredetének megfelelő közegben, mint egy modern, épített kontextusban. Ennek megfelelően a figyelmi feldolgozás lassabb lesz, ha az evolúciós vagy modern fenyegető inger inkongruens kontextusba kerül. Összegezve tehát elmondhatjuk, hogy a fenyegető ingerek a kontextuskongruencia, illetve az érzelmi jelentőségük mentén kapnak kiemelt figyelmet (Brosch et al, 2008; Cao et al, 2013; Young et al, 2012).

A KUTATÁS

A KUTATÁS CÉLJA

A kutatás a kontextus kongruencia, valamint az érzelmek és a figyelem interakciójának megfigyelésére irányul, s ezen belül a negatív érzelmek figyelemre gyakorolt hatását vizsgálja. A kísérletünk célja kideríteni, hogy a kontextus és a negatív érzelmek (melyek negatív háttérképek formájában jelentek meg), mennyiben befolyásolják az ezeken a képeken elhelyezett fenyegető ingerek detekciójának gyorsaságát egy vizuális keresési feladat során.

HIPOTÉZISEK

Hipotézis 1: Az evolúciós és modern fenyegető ingerek észrevétele gyorsabban történik eredetükkel kongruens környezetben, mint származásukkal inkongruens környezetben.

Hipotézis 2: A negatív érzelmi töltettel rendelkező háttereken a vizsgálati személyek lassabban vesznek észre a potenciálisan fenyegető ingereket, mint semleges háttereken.

MÓDSZEREK

A kontextus kongruenciát, és a negatív érzelmek figyelemre gyakorolt hatását egy vizuális keresési feladatban vizsgáltuk, ahol reakcióidőt mértünk. A kísérleti személyeknek ősi, illetve modern környezetű negatív és semleges háttérképeken kellett fenyegető ingereket (pók, kígyó, kés, pisztoly) detektálniuk. A kapott reakcióidőket az adatgyűjtés után elemeztük.

RÉSZTVEVŐK

A vizsgálatunkban összesen 49 egyetemista hallgató vett részt, 17 férfi (34,69%) és 32 nő (65,31%). A vizsgálati személyek átlagéletkora 21,24 év, a szórás pedig 1,86 év.

Az életkorukon és nemükön kívül feljegyeztük kezességüket is: 49 főből 46 jobbkezes, és csupán egy balkezes, valamint két kétkezes volt. A kétkezeseket megkértük, hogy a vizsgálatban csak az egyik kezüket használják (azt, amelyikkel kényelmesebben tudják végrehajtani a feladatot). Kísérleti személyeink normális, vagy normálisra korrigált látással rendelkeztek. A vizsgálat során egy ember nem értette meg a feladatot, így az ő eredményeit töröltük.

ESZKÖZÖK

A kutatásban használt képek (mind a háttérképek, mind pedig a célingerek) forrása az internet volt. A hátterek kiválasztásánál figyeltünk arra, hogy valenciájukban és mozgalmasságukban nagyjából megegyezők legyenek az azonos kategóriákba (semleges, negatív) tartozó képek. A Gimp 3.0 nevű képszerkesztőprogram segítségével a hátterek fényerejét, kontrasztját, illetve telítettségét közel azonos értékekre módosítottuk, ezzel biztosítva, hogy megjelenésükben ne térjenek el egymástól. A képek felbontását egységesen, 800x600 pixel-re méreteztük. Ezekkel a módosításokkal összességében azt kívántuk elérni, hogy kiszűrjük a hátterek alacsony vizuális változóinak hatását. Az ingeranyag elkészítését egy, a háttérképekre irányuló online pilótavizsgálat előzte meg, ahol a lehetséges képeket valencia, arousal és fenyegetettség dimenziók mentén kellett értékelniük a kitöltőknek egy 1–9-ig terjedő skálán. Itt arra voltunk kíváncsiak, hogy a kitöltők mennyire találják ezeket a képeket fenyegetőnek, kellemesnek, vagy kellemetlennek (valencia), illetve milyen intenzitású érzelmeket (arousal: békés/ feszült) váltanak ki belőlük. A bemérés végeztével csak a fent említett dimenziókban egymáshoz hasonló képek kerültek be az ingeranyagba. Ezen képek különböző változók menti értékeit az 1. táblázat foglalja össze. A kapott értékek alapján kijelenthetjük, hogy a semleges és negatív érzelmi töltetű hátterek minden változó mentén szignifikánsan különböznek (minden $t > 1$; $p < 0,001$), mivel a kilencfokú skálán mind a hátterek arousalje, mind fenyegetettségük alacsony értéket képvisel semleges képek esetén, a negatív háttereket tekintve pedig az előző tendencia ellentétje figyelhető meg, tehát magasabb fenyegetettség és arousal értékek. Bár a semleges hátterek valencia értékei már-már a pozitív tartományba esnek, úgy véljük, hogy esetünkben az arousal és fenyegetettség dimenziók jobb mutatói a képek semlegességének. A bemérés során ugyanis a fenyegető és semleges képek együtt, random sorrendben, egymás után jelentek meg – így lehetséges, hogy a negatív képek látványa mellett felértékelődött a semlegesek valenciája.

| | Valencia | Arousal | Fenyegetettség |
|--------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Semleges hátterek | 7,29 (SD: 1,26) | 2,64 (SD: 0,94) | 2,54 (SD: 0,62) |
| Negatív hátterek | 2,72 (SD: 0,94) | 6,3 (SD: 1,01) | 6,4 (SD: 0,84) |

1. Táblázat: semleges és negatív háttérképek átlagértékei a valencia, arousal és fenyegetettség dimenziókban

Ugyan ezt a képszerkesztő programot használtuk arra is, hogy a 45x45 képpont felbontású célingereket elhelyezzük a háttérképeken. A folyamat során odafigyeltünk arra, hogy a célingerek jól láthatóak legyenek, ne olvadjanak bele a környezetükbe – ezt a fényerő és vetett árnyék módosításával értük el. Így tehát elmondható, hogy a célingerek is vizuálisan egységesek voltak (méret és láthatóság szempontjából). Ezekkel a beállításokkal a reakcióidőre tett esetleges torzító hatásokat kívántuk megelőzni. Célingereinket a jelenlegi vizsgálat végeztével, a hátterek értékeléséhez hasonló online módon (az arousal, valencia és fenyegetettség dimenziók mentén) értékeltettük a vizuális keresési feladatot végrehajtó kísérleti személyeinkkel. Az így kapott átlagértékeket a 2. Táblázat szemlélteti. A vizsgálati személyek értékelését tekintve kijelenthető, hogy az evolúciós ingerek nem különböznek egymástól a három dimenzió mentén (minden $t < 1$; $p > 0,001$), a modern ingerek értékelése viszont eltér, mivel a pisztolyt jóval fenyegetőbbnek ítélték, mint a kést, illetve a pisztolynak magasabb az arousal értéke is. (minden $t > 2$; $p < 0,001$) A fenti értékek tekintetében megállapítható, hogy a modern ingereket kis mértékben fenyegetőbbnek ítélték meg a kísérleti személyek, mint az evolúciósokat.

| | Valencia | Arousal | Fenyegetettség |
|-----------------|---------------|---------------|----------------|
| Kígyó | 3,7 (SD: 1,9) | 5,4 (SD: 2) | 5,6 (SD: 2,4) |
| Pók | 4 (SD: 1,72) | 5,3 (SD: 1,9) | 5,3 (SD: 2,2) |
| Kés | 4 (SD: 1,5) | 5,2 (SD: 1,9) | 5,7 (SD: 2) |
| Pisztoly | 2,9 (SD: 1,7) | 6,4 (SD: 1,7) | 7 (SD: 1,8) |

2. Táblázat: célingerek átlagértékei a valencia, arousal és fenyegetettség dimenziókban

A vizsgálatban szereplő háttérképeket és célingereket evolúciós, illetve modern eredetre bontottuk, így tizenhat ősi és tizenhat modern háttér, illetve két-két ősi (kígyó, pók) és modern (pisztoly, kés) célinger kombinációja alkotta a vizsgálat során használt ingeranyagot. A háttereket továbbá semleges és negatív affektív színezet szerint osztottuk fel, így nyolc-nyolc ősi semleges és negatív, továbbá nyolc-nyolc modern semleges és negatív háttérképet kaptunk. Az ősi háttérképek között természeti képek szerepeltek (semleges képek esetén pl. erdő vagy vízpart, negatív képek esetén pl. halott erdő vagy erdőtűz), míg a modern hátterek csoportját olyan képek alkották, melyeken az ember által épített közeg volt a fókuszban (semleges képeknél pl. utca, gyár vagy szobabelső, negatív képek esetén pl. elhagyatott kórterem vagy börtön). A háttérképek területét négy egyforma negyedre osztottuk, és minden negyedbe egy evolúciós, vagy modern célingert helyeztünk, így egy háttéren minden célinger csak egyszer, egy negyedben szerepelt. (1. Ábra) A háttér és az inger eredetét (modern vagy ősi) tekintve 2-2 kontextus kongruens és inkongruens képet hoztunk létre egyetlen

háttérből. Így egy háttér négyszer szerepelt az ingeranyagunkban, négy különböző célingerral. A kísérlet alatt vizsgálati személyeinknek összesen 128 képen kellett detektálniuk az egyik célingert, ami két 64 képes blokkra lett felosztva. Egy blokkban 32 ősi (16 semleges és 16negatív) és 32 modern (16 semleges és 16 negatív) háttérkép szerepelt. Az első blokk a kígyó és kés, míg a második a pók és pisztoly ingereket tartalmazta, így mindkét blokk esetén 32-32 kontextus kongruens és inkongruens képből állt az ingeranyag.



1. Ábra: Semleges és negatív háttereken elhelyezett célingerek

A VIZSGÁLAT MENETE

A vizsgálatban való részvétel lehetőségét interneten, Facebookon keresztül, illetve személyesen hirdettük. A jelentkezés önkéntes alapon zajlott. A vizsgálat a Pécsi Tudományegyetem Bölcsészeti Tudományi Karának, Pszichológia intézetében történt. Az intézet kutatószobájában fogadtuk a kísérleti személyeket. A kutatás megkezdése előtt nem ment keresztül formális etikai engedélyezési eljárás, mindamelllett felelősségünk tudatában és témavezetőnk jóváhagyásával nyilatkozunk arról, hogy a kutatás a pszichológus szakmában érvényes etikai szabályok (United Ethical Review Committee for Research in Psychology (EPKEB) 2016/056 sz. etikai engedélye) betartásával zajlott.

A szobában a vizsgálat alatt csak a kísérletvezetők és a vizsgálati személy tartózkodott. A résztvevőket egy asztalon elhelyezett monitor elé ültettük, mely egy

17" hüvelykes, 5:4 képarányú, 1280x1024 képpont felbontású LG Flatron T1710 márkájú nyomásérzékeny érintőképernyős monitort volt. A kísérleti személy és a képernyő között kb. egy méteres volt a távolság. Miután a résztvevők helyet foglaltak, általános kérdéseket tettünk fel, amik életkorukra, nemükre és arra vonatkoztak, hogy jobb vagy balkezesek. Ezután informáltuk őket a vizsgálat menetéről. A vizuális keresési feladat két részletben ment le, az első blokkot kis szünet után követte a második blokk. A vizsgálati személyek figyelmét felhívtuk arra, hogy a vizsgálatban használni kívánt kezüket helyezték a monitor előtt található 15x10 cm² nagyságú területre, illetve arra, hogy ezt a mozdulatsort minden levetített kép között ismételjék meg. Ezzel biztosítottuk, hogy kísérleti személyeink ugyan arról a pontról indítsák válaszukat minden esetben. Ezután elindítottuk az ingeranyagot futtató programot.

A kész ingeranyag bemutatásához és a reakcióidő méréséhez a PsychoPy2 1.83.04 verziójú programot (Peirce, 2007) használtuk. A programmal egy instrukciót illesztettünk a futtatni kívánt ingeranyag elé. A futtatott képsorozatól függően, az instrukció tartalmazta a két célingert vizuális és verbális formában, illetve egy leírást arról, hogy a vizsgálat során ezeket a stimulusokat kell észlelni és megérinteni az érintőképernyős monitoron. Az instrukciós kép után egy négy képből álló gyakorló sor következett, mindkét esetben. Ezek a képek a vizsgálat további részében nem szerepeltek. A teszt sor követően egy újabb információs kép következett, ami tájékoztatta a kísérleti személyt a tényleges vizsgálat indításáról. Ha a vizsgálati személy jelezte, hogy érti a feladatot és készen áll, a vizsgálatvezető indította a képsorozatokat. Mindkét ingeranyag esetén a program véletlenszerűen vetítette le egymás után a képeket, egészen addig, amíg az utolsó képet be nem mutatta. A képek bemutatási ideje, az adott háttéren lévő inger detektálási idejéig tartott minden egyes esetben. A vizsgálat végét egy újabb információs kép jelezte, megköszönve a kísérletiszemélyek segítségét. A statisztikai eljárások folyamán kísérleti személyeink reakcióidő adatait használtuk fel hipotéziseink alátámasztására.

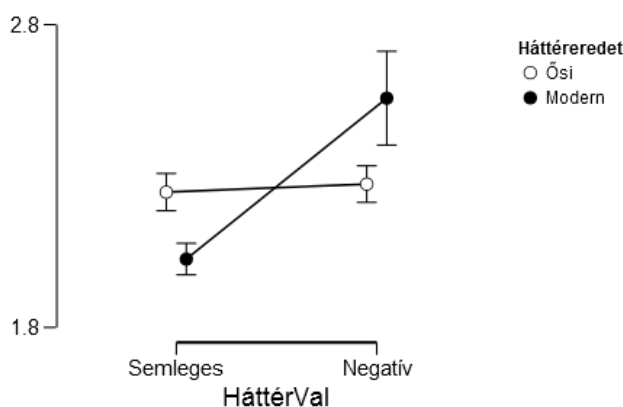
EREDMÉNYEK

Az összegyűjtött adatok elemzéséhez a JASP 0.7.5.6-os verzióját használtuk (JASP Team, 2016, jasp-stats.org). A statisztikai eljárások előtt kiszűrtük azon emberek reakcióidőit, akik a vizsgálat során nem a célingerre kattintottak. Ezen emberek adatsorból való kiemeléséhez az egyes képekhez tartozó X és Y koordinátáktól való átlagos eltérést vettük figyelembe, tehát aki nem a célingerre kattintott, annak az adott koordinátához tartozó RI értékét töröltük. A törölt reakcióidőket az adott képhez tartozó átlag RI-vel helyettesítettük.

Az így létrejött, reakcióidőkből álló adatbázist, a célingereknek megfelelően átlagolással kevesebb változóra redukáltuk az affektív hatás és a kontextuskongruencia vizsgálatának érdekében. Így hat változót állítottunk elő. A semleges evolúciós és modern háttéren lévő ősi és modern eredetű fenyegető

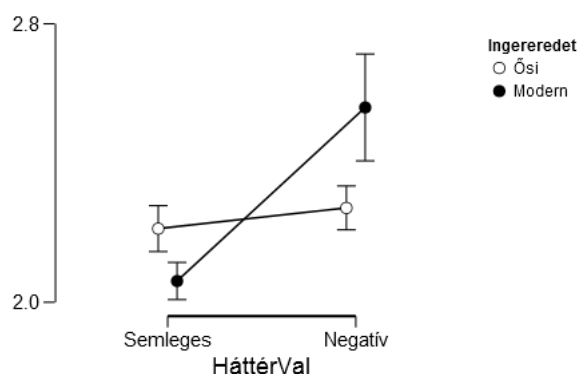
ingerek, valamint a negatív ősi és modern háttéren lévő evolúciós és modern fenyegető ingerekre adott RI átlagok (másodpercben). Ezekre az értékekre futtattunk le, egy többszempontú összetartozó mintás varianciaanalízist. A varianciaanalízis három összetartozó faktorát a hátterek eredete (ősi, modern) és valenciája (semleges, negatív), valamint az ingerek eredete (evolúciós, modern) adta.

A varianciaanalízis főhatás eredményei szerint a háttér valenciája szignifikánsan befolyásolta az ingerek RI-t, ($F(1,48)=62,657$ $p<0,001$), azonban a hátterek ($F(1,48)=0,698$ $p>0,05$) és ingerek eredete ($F(1,48)=2,855$ $p>0,05$) nincs hatással a célingerek észlelésére. A Bonferroni-féle páros összehasonlítás teszt is megerősítette, hogy a hátterek valenciája különbözik egymástól (a semleges érzelmi töltetű hátterek alacsonyabb RI-vel rendelkeznek, mint a negatívak), azonban a háttér és inger eredetek páronként nem különböznek (mivel az átlag RI-k nem különböznek egymástól).



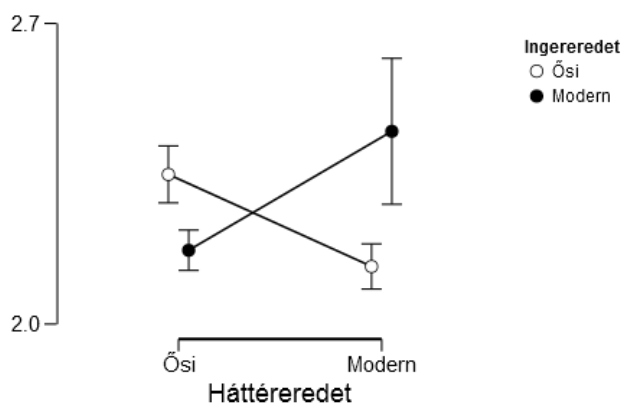
2. Ábra: Háttér eredet és háttér valencia faktorok interakciója

A háttér eredet és háttér valencia kontextusában szignifikáns interakciót találtunk ($F(1,48)=47,14$ $p<0,01$). Az ősi hátterek esetén nincs szignifikáns eltérés a különböző érzelmi töltetű háttereken való észlelésben. (2. Ábra) Modern hátterek esetén azonban a semleges affektív háttereken szignifikánsan alacsonyabb RI-vel történt a detektálás, mint a negatív háttereken. Semleges valencia esetén a modern háttereken, negatív érzelmi töltetnél viszont az ősi háttereken volt gyorsabb az ingerpercepció. Mindezt a Bonferroni-féle páros összehasonlítás megerősíti. Az ingerek detektálása semleges modern háttereken történt a leggyorsabban, míg negatív moderneken a leglassabban. Mivel a két szélső érték egy háttér eredetű (modern), és két különböző valenciához köthető, megállapíthatjuk, hogy a háttér valencia percepcióra mért hatása ebből az eredményből fakad.



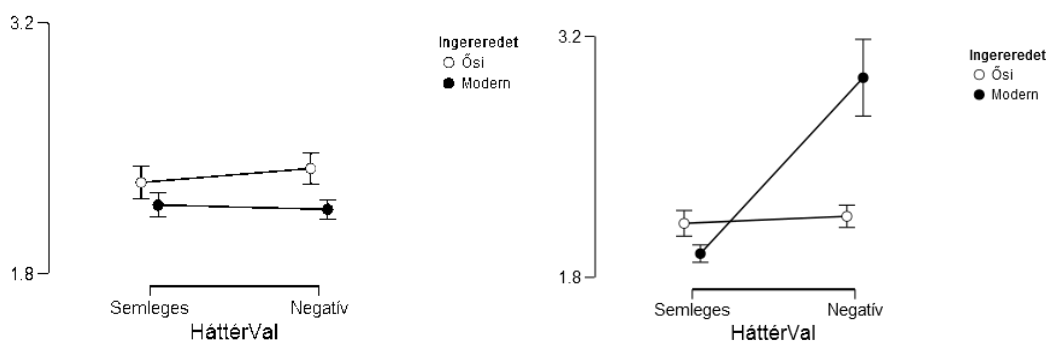
3. Ábra: Hátér valencia és inger eredet faktorok interakciója

További eredményként szignifikáns interakciót találtunk a háttér valencia és az inger eredet faktorok esetén is ($F(1,48)=39,154$ $p<0,01$). A modern fenyegetések detektálásában szignifikáns különbség mutatkozik a különböző valenciájú háttérekben, míg az ősi célingerek észlelése közel azonos a két típusú háttéren. (3. Ábra) Ez az eredmény kapcsolatban állhat a háttér valencia - háttér eredet kontextusban kapott eredményekkel, mivel előfordulhat, hogy a modern fenyegetések észlelési mintázata mutatkozik meg a korábbi két faktor interakciójában. Negatív valencia esetén a modern fenyegetéseket kísérleti személyeink jóval lassabban detektálták, mint az ősieket, semleges valenciájú háttéren ezzel ellentétes jelenség figyelhető meg. Az analízis háttér eredet - inger eredet kontextusában is szignifikáns interakciót találtunk a faktorok közt ($F(1,48)=49,165$ $p<0,001$). (4. Ábra)



4. Ábra: Hátér eredet - inger eredet interakció

A modern fenyegetések detektálási ideje láthatóan eltér egymástól a különböző eredetű háttérekben, míg az evolúciósoké nem. Evolúciós háttéren a modern célingerek bírnak alacsonyabb RI-vel, bár nem térnek el számottevő módon az ősi fenyegetések detekciós idejétől. Modern háttéren viszont az ősi stimulusok bírnak gyorsabb percepcióval, ami jelentősen különbözik a modern fenyegetések RI-től.



5. Ábra: Ősi (balra) és modern (jobbra) eredetű háttéren történő észlelés

A háttérrek valenciája, eredete, illetve az ingerek eredete között hármas interakciót találtunk ($F(1,48)=66,861$ $p<0,001$). Ezt az eredményt a 5. Ábra szemlélteti. Az első, ősi háttérrekre vonatkozó függvényen látható, hogy mindkét valenciájú háttéren a modern fenyegetéseket előbb detektálták, mint az ősi célingereket, ám nincs szignifikáns különbség a két típusú inger észlelése között, mivel mind a semleges, mind a negatív affektív ősi háttérrek közel azonos RI-vel rendelkeznek a különböző eredetű célingerek. Fontos megemlíteni, hogy a modern fenyegetéseket gyorsabban detektálták negatív érzelmi töltetű háttérrek, mint semlegeseken, ám a különbség itt sem számottevő, melyet a függvény mellett az ősi háttérrek valenciájára futtatott Bonferroni-féle páros összehasonlítás is megerősít. Ősi ingerek esetén ugyanez a jelenség írható le azzal a különbséggel, hogy az evolúciós fenyegetéseket semleges affektív környezetben észlelték gyorsabban. A modern eredetű háttérrek ábrázoló függvényről leolvasható, hogy az eltérő valenciájú háttérrek szignifikáns különbség mutatkozik a modern fenyegetések észlelésében. Ezzel ellentétben az evolúciós célingerek detektálásában nem mutatkozik számottevő különbség a különböző érzelmi töltetű háttérrek. Az ábrán továbbá látszik, hogy a negatív modern háttérrek az evolúciós célingerek alacsonyabb RI-vel bírnak, mint a modernek. Semleges háttérrek viszont a modern fenyegetéseket detektálták előbb kísérleti személyeink, ám ez az érték nem tér el nagymértékben az ősi ingerek detekciós idejétől. Ezeket az eredményeket az inger eredetre és háttér valenciára lefuttatott Bonferroni-féle páros összehasonlító teszt is megerősíti.

Az eredmény szemléletesebb értelmezésének érdekében a hármas interakciót függvényen ábrázoltattuk, ahol a vízszintes tengelyre kerültek a háttér valenciák (semleges, negatív), a függvény csoportosító változója az ingereredet, az elkülönítő változó pedig a háttérrek eredete lett.

MEGVITATÁS

Kutatásunk célja az érzelmek és a kontextus hatásának megfigyelése volt a fenyegető ingerek észlelésére. Azt feltételeztük, hogy a negatív, illetve az inkongruens környezetnek figyelemelterelő hatása van, ami miatt lassul a célingerek észlelési sebessége.

A potenciálisan fenyegető ingerek figyelmi feldolgozása első sorban az érzelmi aspektusuk, valamint a kontextusuk által modulált. Az affektív töltet eleve befolyásolja az ingerek észlelését, a megfelelő kontextus pedig olyan információkkal szolgál, melyek segítenek kialakítani a viselkedéses választ az inger észlelésekor (Brosch et al, 2008; Cao et al, 2013; Young et al, 2012). Kísérletünk során is megfigyelhetők bizonyos tendenciák, melyek a célingerek percepciójára hatással lehettek.

Ósi semleges és negatív hátterek esetében a kontextuskongruencia épp az ellenkező eredményeket hozta, mint azt elvártuk – ugyanis a modern célingereket valamennyivel gyorsabban detektálták kísérleti személyeink, mint az evolúciósokat. Mint kiderült, a vizsgálati személyeink fenyegetőbbnek ítélték meg a modern ingereket, ami magyarázat lehet erre a jelenségre. A negativitási hatás elmélete szerint ugyanis az összes érzelmi inger közül a negatív ingerek felé a leggyorsabb az orientáció (Humphrey et al, 2012). A modern és ősi ingerek közötti különbség a fenyegetés dimenziójában, melyet a kísérleti személyeink állapítottak meg, kiválthatták ezt a mechanizmust, ami felülírhatta a kontextuskongruencia működését ezekben az esetekben. Modern negatív háttereken érdekes módon azonban lelassult a modern célingerek észlelése. A fenyegetőbbnek ítélt ingerek és a túltelített, negatív helyzet figyelemelterelő hatása azonban második hipotézisünknek megfelel. Modern semleges háttereken valamennyivel előbb észlelték a modern célingereket, ebben az esetben a kontextuskongruencia érvényesült.

A hátterek eredetének és valenciájának interakciója is érdekes eredményeket hozott, különösen a modern háttérképeken adott reakcióidők tekintetében. Semleges helyzetben a modern képeken gyorsabb reakcióidőket regisztráltunk, míg negatív helyzetben az észlelési gyorsaság lényegesen visszaesett. Ezek a fejlemények a félelmi modul működését bizonyíthatják, mely első sorban az evolúciós fenyegetések feldolgozási előnyét hangsúlyozza (Öhman et al, 2001; Mineka és Öhman, 2002). Az evolúciós negatív háttér által ábrázolt szokatlan és veszélyes helyzet életbe léptethette ezt a mechanizmust. Továbbá ősi háttereken semleges és negatív helyzetben is nagyjából ugyan úgy történt az ingerek észlelése. Ez arra enged következtetni, különösen, ha a fentebb tárgyalt modern ingerekre kapott eredményeket is figyelembe vesszük, hogy egyébként általánosságban (vagyis semleges, mindennapi helyzetben) a modern helyzetekre, tárgyakra jobban ki van élezve a figyelmünk, mint az ősi megfelelőikre.

Az analízisek alapján azonban kijelenthetjük, hogy az első hipotézisünkre várt eredmények ellentettjét kaptuk. Ósi háttereken a modern ingereket, míg

modern háttereken az evolúciós ingereket detektálták előbb a kísérleti személyek. A kontextuskongruencia tehát nem érvényesült a feladat során, sőt, úgy tűnik, hogy éppen a kontextusból való kiugróság okozott fokozott reakciót. Modern, mindennapi környezetben feltűnőbb lehet egy pók vagy kígyó jelenléte, mint egy kés vagy pisztoly – ahogyan evolúciós környezetben is furcsább, ezáltal pedig szembetűnőbb lehet egy kés vagy egy pisztoly.

Második hipotézisünk beigazolódt, az eredmények alapján elmondható, hogy a célingeretek detekciója valóban lassul negatív háttereken. A negatív, esetleg fenyegető és veszélyes környezet több feldolgozandó információt tartogat, mint a semleges hátterek által megjelenített helyzetek – így pedig az inger detekciója lassul ezeken a képeken. A félelmi modul és a negativitási hatás elmélete értelmében is a negatív, fenyegető információk megragadják a figyelmet, hogy a túlélés érdekében kialakíthassuk az adaptív választ (Humphrey et al, 2012, Genschow et al, 2013). A semleges hátterekkel szemben a negatív hátterek által közvetített negatív, fenyegető információ feldolgozása és értékelése valamennyivel hosszabb ideig tart a célingeret észlelése előtt.

Összességében elmondhatjuk, hogy a vizsgálatunk eredményesnek tekinthető. A kapott eredmények konzisztensek a bevezetőben tárgyalt félelmi modul, kontextus kongruencia és negativitási hatás elméletekkel. Továbbá az eljárás alkalmas a kontextus, illetve a negatív érzelmek figyelemre gyakorolt hatásának, és az egyéb, félelmi ingerek felé történő orientációs mechanizmusok interakciójának vizsgálatára.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bockstaele, B. V., Verschuere, B., Tibboel, H., Houwer, J. D., Crombez, G., & Koster, E. H. W. (2013). A Review of Current Evidence for the Causal Impact of Attentional Bias on Fear and Anxiety, *Psychological Bulletin*, Advance online publication.
- Brosch, T., Sander, D., Pourtois, G., & Scherer, K. R. (2008) Beyond Fear: Rapid Spatial Orienting Toward Positive Emotional Stimuli. *Psychological Science*, 19(4), 362-370.
- Cao, Z., Zhao, Y., Tan, T., Yang, J., Chen, G., Ning, X., & Zhan, L. (2013) Distinct brain activity in processing negative pictures of animals and objects — The role of human contexts. *NeuroImage*, 84, 901-910.
- Carretié, L., Mercado, F., Tapia, M., & Hinojosa J. A. (2001). Emotion, attention, and the 'negativity bias', studied through event-related potentials, *International Journal of Psychophysiology*, 41, 75–85.
- Coelho, C. M., & Purkis, H. (2009) The Origins of Specific Phobias: Influential Theories and Current Perspectives. *Review of General Psychology*, 13(4), 335–348.
- Davidson, R. J. & Begley, S. (2013). *Az agy érzelmi élete*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

- Dennis, P. A., & Halberstadt, A. G. (2013). Is believing seeing? The role of emotion-related beliefs in selective attention to affective cues, *Cognition and Emotion*, 27(1), 3-20.
- Dolan, R. J. (2002). Emotion, Cognition, and Behavior, *Science*, 298, 1191–1194.
- Genschow, O., Florack, A., & Wänke, M. (2013) Recognition and Approach Responses Toward Threatening Objects. *Social Psychology*, 45. 86-92.
- Gollan, J. K., Connolly, M., Buchanan, A.; Hoxha, D.; Rosebrock, L.; Cacioppo, J., Csernansky, J., & Wang, X. (2015). Neural substrates of negativity bias in women with and without major depression, *Biological Psychology*, 109, 184–191.
- Humphrey, K., Underwood, G., & Lambert, T. (2012). Salience of the lambs: A test of the saliency map hypothesis with pictures of emotive objects, *Journal of Vision*, 12(1):22, 1-15.
- LoBue, V., & Rakison, D. H. (2013) What we fear most: A developmental advantage for threat-relevant stimuli. *Developmental Review*, 33. 285-303.
- Mineka, S., & Öhman, A. (2002). Phobias and Preparedness: The Selective, Automatic, and Encapsulated Nature of Fear, *Society of Biological Psychiatry*, 52, 927-937.
- Öhman, A., Flykt, A., & Esteves, F. (2001). Emotion Drives Attention: Detecting the Snake in the Grass, *Journal of Experimental Psychology*, 130 (3), 466-478.
- Peirce, J. W. (2007). PsychoPy—psychophysics software in Python. *Journal of neuroscience methods*, 162 (1), 8-13.
- Phelps, E. A. (2006). Emotion and Cognition: Insights from Studies of the Human Amygdala, *Annual Review in Psychology*, 57 ,27-53.
- Sakaki, M., Niki, K., Mather, M., 2012. Beyond arousal and valence: the importance of the biological versus social relevance of emotional stimuli. *Cogn. Affect. Behav. Neurosci.* 12, 115–139.
- Wheatley, T., Milleville, S.C., Martin, A., 2007. Understanding animate agents — distinct roles for the social network and mirror system. *Psychol. Sci.* 18, 469–474.
- Zsidó, A.; Deák A és Bernáth, L. (in press). Fenyegető ingerek hatása a figyelmi teljesítményre: áttekintés. *Pszichológiai Szemle*
- Yiend, J. (2009). The effects of emotion on attention: A review of attentional processing of emotional information. *Cognition and Emotion*, 24: (1), 3-47.
- Young, S.G., Brown, C.M. & Ambady, N. (2012) Priming a natural or human-made environment directs attention to context-congruent threatening stimuli. *Cognition and Emotion*, 25. (5) 927-933.

A HAZUGSÁG FOLYAMATA ÉS KOGNITÍV IRÁNYULTSÁGÚ VIZSGÁLÓELJÁRÁSAI

Buday Zsófia

SZTE-BTK Pszichológia Intézet, zsobuday@gmail.com

A poligráfus vizsgálat a legszélesebb körben ismert és alkalmazott hazugságdetekciós eljárás az igazságszolgáltatásban, azonban számos kritika merült fel megbízhatóságával kapcsolatban. Emiatt megnőtt az igény újabb, hatásosabb módszerek kifejlesztésére, és ehhez kötődően a hazugság folyamata közben végbemenő kognitív mechanizmusok működésének megértésére. Az összefoglaló első részében bemutatom a poligráfus eljárást és az azzal együtt használt kikérdezési technikákat, valamint a poligráffal szemben felmerült kételyeket, az eljárás potenciális gyengeségeit. Ezután ismertetem a korai hazugságmodelleket, és kitérek a hazugság neurokognitív folyamataira is. Bemutatom és összehasonlítom a hazugság kognitív folyamatainak feltérképezésével foglalkozó főbb elméleteket. A kognitív megközelítések kiindulópontja, hogy egy adott hazugság típusától, különböző jellemzőitől függően más-más mértékű kognitív kapacitást igényelhet. Ezeknek az elméleteknek a segítségével még hatékonyabb hazugságvizsgáló eljárások fejleszthetők ki, amelyek a bűncselekmények felderítésében is használhatók. Ilyenek például a kognitív terhelésen alapuló módszerek. Végül kitérek arra, hogy az új eljárások alkalmazhatóságával kapcsolatban érdemes figyelembe venni az egyéni különbségek szerepét, a motivációt, a különböző önvédő viselkedéseket vagy a szorongás szintjét. A kognitív terhelés mértéke számos tényezőtől függhet, bizonyos esetekben igazat mondani megterhelőbb, mint hazudni.

Kulcsszavak: poligráf, pszichofiziológiai reakciók, reakcióidő, végrehajtó funkciók, kognitív terhelés

A társadalomtudományokban és a filozófiában általában úgy határozzák meg a hazugságot, hogy az egy nem őszinte kijelentés (Turri és Turri, 2015). Akkor hazudik valaki, ha egy szerinte hamis dolgot állít, azzal a céllal, hogy közönségével elhitesse, igaz, amit mond. Ez a meghatározás nem köti ki, hogy az állításnak feltétlenül valóban hamisnak kell lennie, a szükséges kritérium csupán annyi, hogy a hazudó személy azt higgye, vagy úgy tudja, hogy az. A hazugság definiálásában tehát az állítás objektív igazsága vagy hamissága nem feltétlenül lényeges tényező. A pszichológiai hazugságkutatásokban a hangsúlyt nem is erre az aspektusra, hanem inkább a megtévesztési szándékra helyezik. Van't Veer, Stel és van Beest (2014) szerint a hazugság egy másik személy szándékos félrevezetése, és ezt a megközelítést használja Walczyk, Harris, Duck és Mulay (2014) is, akik azt mondják, hazudni annyit tesz, mint szándékosan félrevezetni a másikat, hogy az elhiggyen valamit, amiről a hazugságot mondó tudja, hogy nem igaz.

A hazugságnak különböző típusai lehetnek, DePaulo, Kashy, Kirkendol, Wyer és Epstein (1996) például három kategóriát különít el: az adott információ vagy tények eltúlzása vagy elbagatellizálása, elhallgatása, illetve meghamisítása (ez utóbbi az az eset, amikor valaki hazugságot talál ki, amely teljesen különbözik az igazságtól, vagy ellentétes vele).

Annak megértése, miként megy végbe a hazugság folyamata, segíthet a bűncselekmények felderítése közben alkalmazott különböző eljárások sikerességének növelésében. A hazugság leleplezésére irányuló technikák közé tartozik a poligráfias hazugságvizsgáló, illetve az elmúlt években a terrorizmus megelőzése érdekében a reptereken bevezetett viselkedés megfigyelési technikák (Screening of Passengers by Observation Techniques, SPOT). Utóbbiak során az utazóközönséget figyelik, olyan viselkedéses jegyeket keresve, amelyek stresszre, félelemre és megtévesztésre utalhatnak, ily módon azonosítva a magas kockázatot jelentő, a biztonságra esetlegesen veszélyes egyéneket. A poligráfias eljárások alapja pedig, hogy bizonyos, mérhető fiziológiai jegyek elárulják azt, aki hazudik. E technika mögött az a megfontolás áll, miszerint a vegetatív reakcióink fölötti tudatos kontroll korlátozott, az élettani reakciók automatikusan következnek be. Így a fiziológiai arousal átélését, a szorongást műszerekkel ki lehet mutatni, akkor is, ha szemmel látható viselkedésbeli változás nem következik be a kikérdezett személynél egy-egy kérdés feltevésekor – a vegetatív aktivitás azonban leleplezi a hazugságot (Blandón-Gitlin, Fenn, Masip és Yoo, 2014).

Ezek az eljárások tehát abból indulnak ki, hogy a hazudó és az igazat mondó személyek között valamiképpen különbséget tehetünk, a cél pedig a viselkedésben és a reakciókban való különbség megragadása megfigyelhető vagy mérhető jegyek segítségével. Azonban a megfigyelhető jelekre való támaszkodás megbízhatóságával kapcsolatban kételyek merültek fel, a pszichológia tudományterületén folytatott kutatások, valamint átfogó metaanalízisek ugyanis azt mutatják, a hazugság viselkedésből történő megállapítása még szakértők által sem tekinthető sikeresnek (Blandón-Gitlin és mtsai, 2014). A poligráfós technikák validitása is megkérdőjeleződött (National Research Council, 2003; Vrij, és mtsai,

2008; Walczyk, Igou, Dixon és Tcholakian, 2013). A legújabb kutatások ezért inkább arra koncentrálnak, hogy megértsék a hazugság folyamatát, így remélve, hogy az újabb, jobb hazugságvizsgáló technikákat fog eredményezni. Többek között ezért is vált szükségessé egy olyan átfogó elméleti keret kialakítása, amelynek segítségével megérthető a hazudás folyamata, és amely megmagyarázza, milyen kognitív mechanizmusok játszanak benne szerepet.

A kognitív irányultságú hazugságelméletek is abból indulnak ki, hogy a hazudásra számos jel utalhat. A már említett emocionális és viselkedési jegyeken kívül azonban kognitív jegyek is leleplezhetik a hazugságot, a hosszabb reakcióidők, a több hibázás utalhat arra, hogy valaki hazudik. Ezeket a jeleket állítják a középpontba a hazugság folyamatainak megfejtésével foglalkozó elméleti munkák. A szakirodalomban uralkodó általános feltételezés szerint hazudni kognitívan megterhelőbb, mint igazat mondani, vagyis hazudni kognitív többlettel, költséggel jár. Összefoglalóban a főbb hazugságvizsgáló eljárások és a hazugság kognitív megközelítéseinek bemutatása mellett arra a kérdésre keresem a választ, hogy az egyes elképzelések szerint hogyan magyarázható ez a többlet, milyen kognitív folyamatok állhatnak a háttérben ezeknek a tüneteknek, miért lehet kognitívan megterhelőbb a hazugság. Végül kitérek arra, hogy az elméletek javaslatai alapján hogyan állítható a kognitív terhelés a hazugságfelismerés szolgálatába.

A FŐBB VISELKEDÉSES HAZUGSÁGVIZSGÁLÓ TECHNIKÁK ÉS HÁTRÁNYAIK

A legismertebb hazugságfelismerő eljárás a huszadik század elején kifejlesztett poligráf. Ez egy olyan eszköz, amely folyamatosan regisztrálja a pszichofiziológiás arousalt a vérnyomás, pulzusszám és légzési arány, valamint a bőr vezetőképességének mérésén keresztül. Több területen is alkalmazzák, az Egyesült Államokban terjedt el leginkább. Egyrészt bűnügyi nyomozások során használják a gyanúsítottak kikérdezésekor, az összefoglalóban ezt az alkalmazási területet mutatom be. Azonban használják a munkaerő-kiválasztásban és átvilágításokban is rendőrségi, nemzetbiztonsági és végrehajtó szerveknél, ahol leendő és már meglévő alkalmazottaikat szűrik vele (National Research Council, 2003). A poligráfós módszer valamilyen kérdezési módszerrel jár együtt, leggyakrabban az úgynevezett kontrollkérdés technikával (Controlled Question Technique, CQT; Walczyk és mtsai, 2013). Az eljárás azon a hipotézisen alapszik, hogy a bűnténnyel kapcsolatos kérdéseknél az a kihallgatott, aki nem mond igazat, emelkedett arousalt mutat – ezt pedig ki lehet mutatni. A tesztet általában először egy előzetes interjúval kezdik, amelynek során összegyűjtik, milyen információ szolgálhat a kontrollkérdések alapjául. A vizsgálat során irreleváns kérdéseket is feltesznek (pl. a vizsgálati személy nevére vonatkozóan), olyan kontrollkérdésekkel vegyesen, amelyekre gyakran hazudnak az emberek (pl. lopott-e valaha bármit a munkahelyéről). A vizsgálat lényegi részét a releváns kérdések képezik, amelyekre általában rövid válasz adható (pl. rákérdeznek, megölte-e az áldozatot). A hipotézis értelmében az, aki hazudik, nagyobb arousalt

fog mutatni a releváns kérdésekre, mint a kontrollkérdésekre. Aki ártatlan, az pedig nagyobb arousalt mutat a kontrollkérdésekre, mint a releváns kérdésekre (Lykken, 1998, idézi Walczyk és mtsai, 2013).

A poligráfos technikáról a Nemzeti Kutatási Bizottság (National Research Council) 2003-as jelentésében azt írta, hogy nem alapul validált elméleti háttéren, adminisztrációs eljárásait pedig nem standardizálták – így a poligráffal kapott eredmények fenntartással kezelendők. Főbb alapelveit nem igazolták empirikus vizsgálatokkal, például nem mondható megalapozottnak az a kiinduló állítás, hogy a hazugság több szimpatikus idegrendszeri arousalt okozna, mint az igazmondás. Továbbá gyakorlással és különböző módszerekkel könnyen kijátszható. A CQT validitási problémáira válaszul született meg egy másik kérdezési módszer, a bűnösségtudatos teszt (Guilty Knowledge Test, GKT, másnéven Concealed Information Test, azaz CIT; Walczyk és mtsai, 2013). Ebben a bűnténnyel kapcsolatos kérdésekre több válaszlehetőséget ajánlanak fel, mindegyik kérdésre egy helyes válasz van, a többi semleges, irreleváns alternatíva. Az alapelv értelmében csak a bűnös tudással rendelkező személynek nő meg az arousalja a releváns válaszlehetőség hallatán, az ártatlanok számára nincs különbség az egyes alternatívák között. Például kérdezhetik azt, „az áldozatot mivel gyilkolták meg?” A lehetséges válaszok pedig: a) késsel, b) pisztollyal, c) ütővel, d) kötéllel, vagy e) gyertyatartóval (Debey, Ridderinkhof, De Houwer és De Schryver, 2015).

A pszichofiziológiára alapozó technikákkal kapcsolatos problémák két fontos feladat elé állították a hazugságkutatókat: a poligráfnál hatásosabb alternatívák kifejlesztésére van szükség, az új módszereket pedig szilárd elméleti keretekkel kell alátámasztani. Csak akkor tudjuk meg, milyen feltételek mentén alkalmazhatók ezek az eljárások, és mely feltételek befolyásolhatják hatékonyságukat, ha pontosan értjük a hazugság folyamatait (Blandón-Gitlin és mtsai, 2014; Walczyk és mtsai, 2013). Ez vezetett el a kognitív szempontok bevonásához a hazugságkutatásban. A kognitív folyamatok feltárása iránt mutatkozó igény attól kezdve vált igazán fontossá ezen a területen, amikor a bűnösségtudatos teszt működésére dolgoztak ki magyarázatokat. Azonban már korábbi munkákban is megemlítették kognitív tényezőket.

1. A KORAI HAZUGSÁGMODELLEK ÉS A BŰNÖSSÉGTUDATOS TESZT ELMÉLETI HÁTTERÉNEK ÁTTEKINTÉSE

Zuckerman, DePaulo és Rosenthal (1981) három évtizeddel ezelőtt kidolgozott elméletében a megjelenő arousal, az érzelmek és a kontroll mellett a kognitív faktorokat is a hazugság viselkedéses velejárásihoz sorolja. Azzal érvelnek, hogy egy hazugságot és annak részleteit nehezebb feladat kitalálni, mint igazat mondani, így a hazugság komplex feladat, és több időbe is telik. Szerintük a hazugságdetekció kétfaktoros folyamat: először észre kell venni a hazugság jeleit a viselkedésből, utána pedig megfelelően értelmezni is kell ezeket a jeleket. A

kognitív folyamatokat azonban nem részletezik, csak a megfigyelők számára észrevehető megnyilvánulásokra koncentrálnak.

A hazugság az Interperszonális Hazugságelmélet (Buller és Burgoon, 1996) szerint is kognitív megerőltetést von maga után, ugyanis a hihető üzenetek létrehozása és az őszintének tűnés elérése érdekében a hazudó személynek folyamatosan, tudatosan manipulálnia kell az információkat, a saját és a másik viselkedését pedig monitoroznia, kontrollálnia kell.

A kognitív folyamatokat részletesebben tárgyalja Sporer és Schwandt (2006) modellje. A különböző elméleti aspektusokat Zuckerman és mtsai 1981-es elméletéhez hasonlóan az arousalra, az affektív komponensekre, valamint a kontroll alapú elméletekre bontják. A negyedik szempontot, a kognitív terhelést azonban saját elképzelésükkel javasolják helyettesíteni, amelyet Baddeley (1992, 2000) munkamemória-modelljére alapozzák. A hazugság megkonstruálásának kognitív és memóriafolyamataira koncentrálnak, melynek során a személynek nem állnak rendelkezésére valós emlékek, ellentétben azzal, aki igazat mond. A hazugoknak új történeteket kell kitalálniuk, vagy a hosszú távú memóriában elérhető, egykor megtörtént események valós emlékeiből, esetleg szkriptekből kell módosítással összeállítaniuk a hazugságot. Ezáltal a munkamemória-kapacitásukat nagyobb terhelés éri – a beszédprodukcióra ezért kisebb kapacitás marad csak, melynek jelei beszédhibákban és több szünetben nyilvánulnak meg.

A bűnösségtudatos teszt működésének és a háttérben álló kognitív folyamatoknak a megmagyarázására törekvő elméleti munkák legfőképpen abból az okból születtek, hogy kiküszöböljék a validitással és standardizálással kapcsolatos problémákat, amelyek a kontrollkérdés technika esetében a legfőbb gondot jelentették. Másrészt két fontos új szempont vizsgálatát is bevezették a hazugságkutatásba: beemelték a reakcióidő és a gátlás fogalmát.

A hazugság okozta reakcióidő-változásokkal Seymour, Seifert, Shafto és Mosmann (2000) foglalkozott részletesen. A bűnösségtudatos teszt alapja, hogy akinek a birtokában van a bűnténnyel kapcsolatos tudás, erősebb fiziológiás reakciókat mutat a releváns, mint az irreleváns elemekre. Seymour és mtsai (2000) felvetik, hogy lassabb válaszokkal is járhat a bűnös tudás, így a hazugoknál megfigyelhető növekvő reakcióidő is mérhető lehet az arousal jelei mellett. Felmerül tehát, hogy nemcsak arousalal járhat a bűnténnyel kapcsolatos tudás tagadása, hanem reakcióidő-különbségekkel is, ezért azt javasolják, a pszichofiziológiás reakciók mérése mellett a reakcióidő alapú eljárások is alkalmasak lehetnek, hogy kiderítsék, rejteget-e a gyanúsított információt. Ez számos új módszernek adott ösztönzést, a növekvő reakcióidők okára pedig különböző elméleti javaslatok születtek.

A hazugsághoz köthető gátlási folyamatokat Seymour 2001-es elmélete, a Párhuzamos Feladatok Modellje említi meg. Ez a modell az emlékezeti folyamatokon és a válaszok versengésén alapul (Seymour, 2001, idézi Walczyk és mtsai, 2013). Ennek értelmében a bűnös tudás elrejtése válaszkonfliktust eredményez, a tagadás időt vesz igénybe, eredménye pedig hosszabb reakcióidő lesz. Itt megjelenik tehát az a gondolat, hogy egy ismerős válasz gátlása része

lehet a hazugság folyamatának, és ez a gátlási tevékenység okozhatja a növekvő reakcióidőket.

Az Orientációs Válasz Elmélet ezzel szemben azzal magyarázza a hosszabb reakcióidők megjelenését, hogy az érzelmileg jelentős stimulusokra orientációs válasz figyelhető meg. Ez a modell tehát a figyelmi folyamatokra helyezi a hangsúlyt a reakcióidő-különbségek magyarázatánál (Lykken, 1974; Verschuere, Meijer és De Clercq, 2010, idézi Walczyk és mtsai, 2013).

A következőkben az eddig felvázolt megközelítésekben felmerülő tényezőket vizsgáló újabb kutatásokat mutatom be, amelyekben fontos szerepe lesz a végrehajtó funkcióknak, különösen a gátlásnak, illetve a memóriának is.

2. HAZUGSÁGKUTATÁS AZ UTÓBBI ÉVEKBEN

2.1 A hazugság neurokognitív folyamatai

Azt, hogy mely kognitív funkciók működése játszik szerepet, miközben valaki hazudik, ma már különböző agyi képalkotó eljárásokkal is tudják vizsgálni. Christ, Essen, Watson, Brubaker és McDermott (2009) metaanalízisében olyan tanulmányokat tekintett át, amelyek PET és fMRI agyi képalkotó eljárásokkal vizsgálják a hazugság közben aktiválódó agyterületeket és agyi aktivitásmintázatokat. Ezekben kimutatták, hogy a prefrontális agyterületek jelentős mértékben kapcsolatba hozhatók a hazugsággal, hazug válaszadás közben tizenhárom agyterület mutatott nagyobb aktivitást, mint igazmondás közben, és ezek közül nyolc a prefrontális kéregben vagy annak környékén volt. Ezek a végrehajtó kontrollnak általánosságban megfeleltethető agyterületek, például a bilaterális IFG és insula, illetve a jobb ACC, amelyek általánosságban játszanak szerepet a végrehajtó kontrollban és annak különböző aspektusaiban, mint a munkamemória, a gátlókontroll és a feladatok közötti váltás. Találtak három olyan agyterületet (ezek a dorzolaterális prefrontális kéreg bal oldali részén, a prefrontális kéreg jobb oldali, elülső részén, valamint a parietális kéreg jobb hátsó részén helyezkednek el), amelyek kevésbé hozhatóak összefüggésbe a gátló kontroll és a feladatok közötti váltás pszichés funkcióival, csak a munkamemóriával. Ez arra utalhat, hogy a munkamemória különösen fontos szerepet játszhat hazugság közben, hiszen az ehhez a funkcióhoz specifikusan köthető területek is aktiválódtak. A ventrolaterális prefrontális kéregben lévő területek, az insula, illetve az anterior cinguláris kéreg a végrehajtó kontroll több aspektusában is szerepet játszhatnak, azonban nehéz pontosan megállapítani, mely specifikus szerepet töltenek be a hazugság során aktiválódó agyterületek a neurokognitív folyamatokban, például a különböző végrehajtó funkciókban. Debey és mtsai (2015) az agyi képalkotó vizsgálatok egyik hátrányaként említik, hogy ezekből nem következtethetünk az aktiválódott terület funkcionális szerepére. Például abból, ha hazugság közben megfigyelhető azoknak az agyterületeknek az aktiválódása, amelyeket hagyományosan a válaszgátlással kötnek össze (mert jellemzően válaszgátlási feladatok végzése közben mutatnak

erős aktivitást), még nem feltétlenül következik, hogy az adott agyterület azért aktív, mert a hazugság során válaszgátlás történik.

Ezért óvatosan kell bánni az ilyen és ehhez hasonló kijelentésekkel, és inkább csak annyi állapítható meg, hogy valószínűleg a munkamemória, a gátlás és a feladatok közötti váltás kognitív folyamata is hozzájárulhat a hazugság pszichológiai jelenségéhez (Christ és mtsai, 2009).

A végrehajtó funkciókat nemcsak agyi képalkotás segítségével, hanem más empirikus módszerekkel is kutatták az utóbbi években. Evans, Xu és Lee (2011) például a hazugság képességének kialakulását vizsgálta gyerekekben, és arra a következtetésre jutott, hogy a végrehajtó működési készségek közül a gátló kontroll mellett a munkamemória is fontos szerepet kaphat a sikeres stratégiai hazugságban, ugyanis az igazságot aktívan észben kell tartani, miközben a hamis állítást megkonstruálják. Tudatában kell lenniük, mit tettek, mi az igazság, így tudnak egy hamis állítást kitalálni, amely konzisztens az adott körülményekkel, az esetleges bizonyítékkal, és nem leplezi le őket. A gátlás ahhoz kell, nehogy véletlenül elszólják magukat az igazságról. Seymournak és Schumachernek (2009) pedig elektromiográfiás módszerrel sikerült kimutatnia, hogy az igazság aktiválódik elsőként a válaszadás során.

A következőkben az imént áttekintett munkákra támaszkodó elméleti megközelítéseket és a hozzájuk kötődő vizsgálati módszereket mutatom be.

2.2 A hazugság, mint konstrukció – az Aktiváció-Döntés-Konstruálás modell

Walczyk, Roper, Seeman és Humphrey (2003) egy olyan komplex hazugságelméletet alkotott (Aktiváció-Döntés-Konstruálás Modell, Activation-Decision-Construction Model, ADCM), amelyben három kognitív folyamatot feltételeznek hazugság közben. Az első komponens során a feltett kérdés hatására az igazság automatikusan *aktiválódik* a hosszú távú memóriából. Ez a szakasz a kérdés kódolását foglalja magába, majd azoknak az epizodikus és szemantikus emlékeknek az előhívását, amelyeket a kérdés vált ki (Baddeley, 1992, 2000). Az ezt követő második szakasz a hazugságról való *döntés*, ahol a motiváció fontos szerepet játszik: ettől függ ugyanis, mekkora kognitív összerőforrást fognak a hazugságra szánni. Majd az őszinte válaszadás aktív gátlása szükséges, ugyanis az igazság – különösen, ha mélyen beivódott, gyakran használt – interferálhat a hazug válasszal. A harmadik lépés pedig a koherens, hihető és az adott kontextusba beleillő hazugság *megkonstruálása*, miközben az igazság aktív a munkamemóriában. Ha nem elérhető autentikus emlék, akkor sémákhoz és szkriptekhez fordul a személy (Sporer és Schwandt, 2007). Az elméletet 2014-ben felülvizsgálták, és kiegészítették egy negyedik szakasszal, az *akcióval*, amely a hazugság előadása alatti, őszintének ható viselkedés megvalósítását foglalja magába (Walczyk és mtsai, 2014). A felülvizsgált modell neve így Aktiváció-Döntés-Konstruálás-Akció elmélet (Activation-Decision-Construction-Action Theory, ADCAT) lett.

A bűnösségtudatos teszttel kapcsolatos magyarázatok tárgyalásánál már említettem, hogy Seymour és mtsai (2000) szerint nemcsak arousalal járhat a

bűnténnyel kapcsolatos tudás tagadása, hanem reakcióidő-különbségekkel is. Erre alapozva Walczyk és mtsai (2003) a reakcióidőt használta fel, mint a hazugság leleplezésére szolgáló jelet. Elképzelésük szerint a hosszabb reakcióidő a hazugság mögött meghúzódó kognitív folyamatok viselkedésbeli megjelenése lehet. Modelljük, az ADCM két kísérleten alapul, amelyben azt találták, hazudni több időbe telik, mint igazat mondani. 2005-ben két kísérletben tesztelték az elméletet, és ezek alapján kidolgozták a Time-Restricted Integrity Confirmation (TRI-Con) elnevezésű, terhelés-indukáló módszert a hazugság felismerésére. Ennek lényege, hogy idői nyomás alá helyezik az interjúalanyokat, minél gyorsabb választ kérnek tőlük, a kérdések pedig váratlanok. Ezzel szelektíven növelik a hazugok kognitív terhelését, a gyors válaszadás ugyanis igénybe veszi a kognitív kapacitásokat, és növekvő reakcióidőt eredményezhet hazugoknál. A meglepő kérdésekkel pedig kivédik a felkészülést.

Az ADCM és annak továbbfejlesztett változata, az ADCAT értelmében tehát a hazugság több feldolgozást igényel, mint az igazság, illetve az is fontos, hogy az igazság automatikusan előhívódik hazudáskor. Walczyk és mtsai (2003) megemlítik, hogy alanyaik arról számoltak be, hazugság közben erőfeszítéseket kellett tenniük, hogy ne az igazat, hanem a hamis információt mondják. Ebből azt a következtést vonják le a szerzők, hogy az őszinte válaszadás a megszokott a legtöbb ember számára, ennek gátlásához pedig aktív figyelem szükséges. Az alanyok önbeszámolóikban azt is feltárták, hogy hazugságaikban gyakran felhasználták az igazságot, mint alapot, amelyen aztán módosítottak.

Walczyk és mtsai (2003, 2005, 2009, 2013) megfigyelései, különösen az iménti gondolatok az igazság felhasználásáról, felkeltették Debey, De Houwer és Verschuere (2014) figyelmét, akik felhasználták az ADCM-ben foglaltakat. Többen megállapították már (pl. Christ és mtsai, 2009; Evans és mtsai, 2011; Seymour, 2001, 2009), hogy az igazság konfliktust okozhat, és a hazugság folyamatában ennek gátlására van szükség. Debey és mtsai (2014) arra is kíváncsiak voltak, lehet-e az igazságnak egy funkcionális, építő szerepe is a hazugság konstruálása során. A következő részben két munkájukat ismertetem.

2.3 A hazugság kétlépéses elmélete

Debey és mtsai (2014) empirikus módszerrel vizsgálták meg az igazság hazudásban betöltött szerepét. Elméletük lényege, hogy először (első lépés) az igazság aktiválódik, ezen alapulva lehet egy alternatív, hamis választ generálni. A hazugsággal együtt járó kognitív többletet azzal magyarázzák, hogy az igazsághoz csupán egy, míg a hazugsághoz két lépés szükséges. Azt feltételezik, hogy az igazság és a hazugság által igényelt kognitív erőforrások közötti különbség abban az erőforrás-mennyiségben ragadható meg, amennyi a második lépéshez szükséges. Ennek értelmében tehát a hazudás kognitív költsége részben ennek a második lépésnek tulajdonítható. Gondolatmenetük szerint, ha a hazudás az igazmondáson alapul, akkor olyan ingerek, amelyek elősegítik vagy akadályozzák az igazmondást, a hazudásra is hasonló hatással lehetnek, ugyanis annak is az igazmondás az előfeltétele. Arra számítottak, hogy paradox módon

gyorsabbnak bizonyul hazudni olyan környezetben, amely elősegíti az igazság aktiválódását.

Hogy az aktiválódást elősegítsék, olyan figyelemelterelő ingereket alkalmaztak vizsgálatukban, amelyek vagy megegyeztek, azaz kongruensek voltak az igaz válasszal, vagy pedig ellentétesek, inkongruensek voltak vele. Azt várták, hogy a kongruens ingerek serkenteni fogják az igazság aktiválódását, ezért jelenlétükben gyorsabban és pontosabban fognak hazudni a résztvevők.

Vizsgálati személyeikkel a számítógépes, reakcióidő alapú Sheffield hazugságtesztet (Spence és mtsai, 2001) végeztették el, amelyben egyszerű eldöntendő kérdésekre kell igen/nem válaszokat adni a megfelelő billentyűk lenyomásával, minél gyorsabban. Húsz kérdést használtak a vizsgálatban. Például megkérdezték: Diák vagy? Résztvevő vagy? Professzor vagy? Az udvaron vagy? A kérdések felére az igaz válasz az *igen* volt, a másik felére a *nem*. Ez a két szó, vagyis a válaszlehetőségek végig jelen voltak a képernyő alsó részén. Az eredeti Sheffield-tesztet Seymour (1977) módszere alapján módosították a következő módon: a kérdéssel együtt egy figyelemelterelő inger is megjelent a képernyőn, a kérdés felett és alatt is. Ez az egyik lehetséges válasz volt, tehát szintén az *igen* vagy a *nem*. Bizonyos esetekben a figyelemelterelő inger az igaz választ jelentette, máskor a hamisat. Egy harmadik fajta figyelemelterelő inger is volt, ez semleges karakterekből állt (## vagy ###). A kísérlet vezetői azt mondták a résztvevőknek, hagyják figyelmen kívül a kérdéssel megjelenő választ vagy a szimbólumokat, ám a kérdés és a figyelemelterelő úgy voltak elhelyezve, hogy nehezen lehetett ignorálni őket. Egyrészt a kérdéssel együtt jelentek meg, másrészt a szavak nem egy fix pozícióban tűntek fel a képernyőn, hanem minden kérdésnél máshol, így nem lehetett azokat egy fix pontra fókuszálva figyelmen kívül hagyni. A résztvevőknek a numerikus billentyűzet 4-es (*igen*) és 6-os (*nem*) billentyűjének lenyomásával kellett megválaszolni a kérdéseket.

A teszt lényege, hogy a résztvevőknek vagy az igaz választ kellett megadniuk, vagy hazudniuk kellett. Arra, hogy éppen melyik a feladat a kettő közül, a kérdések színe utalt. Például ha igazat kellett mondani, kék volt a kérdés, ha hazudni kellett, sárga. A tesztben a válaszadás pontossága és gyorsasága is számított. Az igaz választ megjelenítő figyelemelterelő ingerek kongruensek voltak az igaz válasszal, a hazug választ megjelenítő figyelemelterelő ingerek pedig inkongruensek voltak vele. A várakozásokkal összhangban a figyelemelterelő ingerek befolyásolták a válaszadást. A kongruens ingerek esetében serkentő hatást vártak, és valóban gyorsabban és pontosabban hazudtak a résztvevők a kongruens ingerek, mint az inkongruens ingerek jelenlétében. Utóbbi esetben az inger interferenciát okozott a hazudás első lépésében szükséges igaz válasszal, ez válaszkonfliktushoz vezetett, amely miatt több időbe telt a hamis válasz végrehajtása. Ez a jelenség hasonló a Stroop-féle interferencia-hatáshoz. Az igaz válasznak megfelelő figyelemelterelő ingerek viszont serkentették az igaz válasz előhívását, és egyben a hazudást is. Ezt burkolt kongruenciahatásnak nevezik a szerzők. Vizsgálatuk eredményei támogatják azt a feltételezést, hogy a hazudás folyamatában létezik egy burkolt első lépés, amely az igazság aktiválódásából áll. Az igazság tehát a hazugság megkonstruálásának integráns eleme lehet. Ezzel

Walczyk és mtsai (2003) önbeszámolóval kapott adatait is megerősítették az igazság hasznos szerepével kapcsolatban.

2.4 A válaszgátlás szerepe a hazudásban

Debey és munkatársai (2015) egy másik kutatásban a hazudás során szerepet játszó gátlófolyamatok jelenlétét vizsgálták meg, szintén a Sheffield hazugságeszt segítségével. Ezúttal nem használtak figyelemelterelő ingereket, a reakcióidők elemzésére pedig egy analitikus technikát, úgynevezett delta-függvény elemzést alkalmaztak.

A résztvevők feladata ugyanaz volt, minden kérdésre az adott utasításnak megfelelően vagy igazat kellett válaszolniuk, vagy hazudniuk kellett. Az utasítást a képernyőn megjelenő *igen* és *nem* válaszlehetőségek színével jelezték. Két vizsgálatot végeztek el, az elsőben a 2014-es vizsgálatához hasonló kérdéseket használtak, míg a másodikban olyan tevékenységekre kérdeztek rá, amelyeket a teszt megkezdése előtt elvégeztettek a résztvevőkkel a laborban (pl. el kellett dobniuk egy labdát).

A delta-görbékkel ábrázolni lehet a válaszgátlás hatékonyságát válaszkonfliktussal járó feladatokban. A válaszidő függvényében jelenítik meg a hazudás és az igazmondás közötti reakcióidőbeli különbségeket, amelyeket a hazugság reakcióidő-hatásának, röviden hazugsághatásnak neveztek el. A függvény vízszintes tengelyén ábrázolják az átlagos reakcióidőket, a függőleges tengelyen pedig a hazugsághatást. A hazugsághatás az elmélet értelmében azt az időt és erőfeszítést tükrözi, ami az igazság gátlásához szükséges.

A vizsgálatához korábbi kutatásokat használtak fel (pl. Ridderinkhof, 2002), amelyekben megállapították, hogy a válaszkonfliktust, interferenciát tartalmazó feladatoknak jellegzetes lefutású delta-görbéi vannak. A görbék általában pozitív irányban emelkednek, növekvő válaszlátenciáknál nagyobbak lesznek a függvényértékek. Válszkonfliktus esetén azonban a görbe más mintázatot mutat. Az interferenciahatás delta-görbéi a gátlás mértékének függvényében változnak. A kezdetben felfelé emelkedő görbe meredekségén visszaesés figyelhető meg. Ennek az az oka, hogy a gátlási mechanizmus fokozatosan épül fel, ezért a lassú válaszoknál hatékonyabb. A görbe kiegyenesedése a sikeres válaszgátlás jele, a fokozatosan felépülő gátlási mechanizmus ellensúlyozza a pozitív irányú görbét, és csökkenti a hazugsághatást a lassabb reakcióidőknél, mert a válaszkonfliktus a domináns válasz gátlásával ekkorra megoldódik. Fontos továbbá, hogy a delta-görbék érzékenyek az egyéni különbségekre, a hatékony gátlókontrollal rendelkezőknél kevésbé élesen emelkednek felfelé, mint azoknál, akiknek nem annyira jók a gátlókészségei. Az előbbieknél válaszgátlási mechanizmusa hatékonyabban nyomja el a domináns igaz választ. Az alacsony hazugsághatás-érték azt jelzi, jó az illető gátlókontrollja, míg a nagyobb értékek kevésbé hatékony gátlókontrollnak felelnek meg (Ridderinkhof, 2002, idézi Debey és mtsai, 2015).

A vizsgálatban a Sheffield-teszt eredményei azt mutatták, hogy jelen volt a hazugsághatás, tehát a hazug válaszokat hosszabb reakcióidővel adták a résztvevők, mint az igazat. A szerzők a reakcióidő-növekedés okát azzal

magyarázták, hogy a domináns igaz válasz gátlása időbe telik. A tesztben kapott hazugsághatások nagysága alapján két csoportra osztották a résztvevőket, majd összehasonlították delta-grafikonjaikat. A csoportok görbéinek lefutása között különbség volt. A szerzők azt várták, hogy abban az esetben, ha a hazudás tartalmaz egy gátlási komponenst, a hazugsághatások delta-görbéi a lassabb válaszoknál kiegyenesednek. Így is történt, a hatékony gátlókontrollos csoportban a görbe meredeksége a lassú reakcióidőknél csökkent. Az első kísérletben egy viszonylag egyenes függvény rajzolódott ki ebben a csoportban, míg a második kísérletben negatívba fordult át a görbe. A gyengébb gátlókontrollal rendelkezők esetében a görbe pozitívan emelkedő volt mindkét esetben. Mindez azt jelzi, hogy a gátlómechanizmus hatékonyabb azoknál, akiknek általánosságban véve jobb a hazudási teljesítménye, azaz gyorsabban hazudnak. A vizsgálat eredményei tehát megerősítették, hogy a hazudási folyamatnak van egy gátlási komponense is, a hazugsághatás részben a gátlás időigényes folyamatából eredhet.

Bár a negatívba forduló görbe utalhat arra is, hogy az igaz válasz egy idő után elhalványul, és megszűnik az interferencia, a szerzők máshogy magyarázzák ezt a jelenséget. Szerintük az igaz válasz aktív gátlása olyan erőssé vált a hatékony gátlókontrollos csoportjában a lassú válaszoknál, hogy az már az ellenkező, azaz hazug válasz viszonylagos serkentését eredményezte. A negatív értékek azt is jelezhetik, hogy a második vizsgálatban erősebb gátlásra volt szükség, mint az elsőben. Ennek az lehet az oka, hogy a második teszt alapját képező tevékenységeket közvetlenül a vizsgálat előtt végezték el a résztvevők, ezért az emlékek még frissek voltak a memóriájukban, és erősebben aktiválódtak. Másrészt a második tesztben manipulálták a hazugságra és igazmondásra utasítások arányát, ez is okozhatta a változást a görbékben.

Egy másik nem várt jelenséget is megfigyeltek a vizsgálatban. Bár a hatékony gátlókontrollos csoportban a görbék meredeksége a nagyobb reakcióidőknél csökkent, de a legnagyobb visszaesés a meredekségben (vagyis az erősebb gátlóhatás) a leggyorsabb válaszoknál volt megfigyelhető. Ez eltérés attól, amit interferencia-feladatoknál várni lehet. Arra utal, hogy a gátlás felépülése nem a lelassabb, hanem a leggyorsabb válaszoknál volt a legerősebb ebben a csoportban. A szerzők a Sheffield-hazugságteszt sajátosságaival magyarázzák ezt az eltérést. A résztvevőknek ugyanis először el kellett olvasniuk a kérdést a képernyőn, és csak utána nyomhatták meg a válaszgombot. Továbbá az utasítás értelmezéséhez a szavak színének jelentését is aktiválniuk kellett. A teszt ilyen módon történő felépítése eleve lelassítja a válaszadást, és elég időt biztosít arra, hogy a gátlás már a gyors válaszok kivitelezésének idejére felépüljön.

Az imént bemutatott munkák segítségével bővül a hazugság folyamatával kapcsolatos elméleti megértésünk, az elméleteken alapuló módszerek pedig gyakorlati szempontból lehetnek hasznosak. Walczyk és mtsai (2005) TRI-Con technikája mellett léteznek más, kognitív szempontokat használó eljárások, összefoglalóm utolsó pontjában ezeket tekintem át, majd összevetem az eddig leírt technikákat.

3. A HAZUGSÁGVIZSGÁLATOK KOGNITÍV MEGKÖZELÍTÉSEN ALAPULÓ ALTERNATÍVÁI

A kognitív terhelésen alapuló hazugságvizsgáló módszerek is támaszkodnak a viselkedés megfigyelésére, azonban nem a viselkedés fiziológiás vagy érzelmi, hanem a kognitív jeleit használják fel: a válaszok konzisztenciáját, a szemmozgásokat, a pupillatágulást, a hangszínemelkedést vagy a pislogás csökkenését, amelyek a kognitív terheléshez kapcsolhatók (Walczyk és mtsai, 2005, 2014). Ezek az eljárások nehezebbé teszik, hogy hazudjon valaki. Működésük alapja, hogy nagyobb szellemi erőfeszítést váltanak ki a hazugokból, mint az igazmondókból, így az előbbiek leleplezhetővé válnak. Ugyanis, ha egy személy hazudik, kevesebb szabad kognitív kapacitása marad egyéb tevékenységekre, mint az igazat mondóknak. Az interjúkban olyan kérdéseket tesznek fel, amelyek a kognitív terhelést jobban növelik a hazugok, mint az igazat mondók számára, ily módon erősítik fel a lelepleződést segítő jeleket. Az előző fejezetben tárgyalt TRI-Con, azaz terhelés-indukáló módszer is közéjük sorolható (Walczyk és mtsai, 2005). Különböző interjúmódszerekkel lehet növelni a kognitív terhelést: használhatják az események visszafelé sorrendben való narrálását (például Vrij és mtsai, 2008), vagy a vizsgáztatóval való szemkontaktus-tartást (például Vrij, Mann, Leal és Fisher, 2010b). Az előbbi technika alapelve, hogy a visszafelé narrálás extra lépésekhez vezethet a felidézésben. Ha ugyanis visszafelé kell felidézni az eseményeket, úgy tűnik, a legjobb kognitív stratégia, ha először időrendi sorrendben gondoljuk végig a történeteket, és csak azután fordítjuk meg a lépéseket. Ez nehezebb, ha a történet kitalált, és nemcsak az igazat kell felidézni (Blandón-Gitlin és mtsai, 2014).

Létezik egy másik típusú hazugságvizsgáló módszer is, amelyet stratégiai kérdezési modellnek neveztek el. Ezen belül kétféle technika különíthető el: az egyikben azt a lehetőséget próbálják kivédeni, hogy az interjúalanyok előre megtervezhessék a hazugságot, ez a váratlan kérdések módszere (Vrij és mtsai, 2009). Ha az alanyoktól olyat kérdeznek, amire nem számítottak, válaszaikban ellentmondások és inkonzisztenciák jelenhetnek meg. A másik technika a „bizonyíték stratégiai használata” (Strategic Use of Evidence, SUE, Hartwig, Granhag, Strömwall és Konkrovist, 2006), amelyben a hazug és őszinte személyek által alkalmazott különböző stratégiákra fektetik a hangsúlyt. Akinek rejtegetnivalója van, másképpen fog viselkedni, például megpróbál elkerülni bizonyos témákat, kitér, vagy tagad. Így próbálja biztosítani, hogy a bünténnyel kapcsolatos tudására ne derüljön fény. Aki ártatlan, nyíltabban és részletesebben fog válaszolni, mindent, amit tud, a kihallgató tudtára ad. Az interjúztatók a már birtokukban lévő lehetséges terhelő bizonyítékokat nem tárják fel, hanem olyan módon használják azokat, hogy hozzájuk kapcsolódóan kérdéseket intéznek a gyanúsítottokhoz. A hazugokat az leplezi le, hogy hárító stratégiájuk miatt nem fognak maguktól megemlíteni a bizonyítékkal kapcsolatos információkat, direkt kérdés esetén pedig gyakran a bizonyítékkal ellentétes információt szolgáltatnak (Hartwig, Granhag és Strömwall, 2007).

Vajon mennyire alkalmasak a terhelésen és a reakcióidőkön alapuló technikák a hazugság leleplezésére? Összegzésként az ezzel kapcsolatos gondolatokat foglalom össze.

4. MEGFONTOLANDÓ SZEMPONTOK A HAZUGSÁGVIZSGÁLÓ TECHNIKÁK

ALKALMAZHATÓSÁGÁRÓL

A gyakorlati vizsgálati módszerek megtervezésénél több szempontot figyelembe kell venni. Először is, fontos lehet az egyéni különbségek szerepe. Debey és mtsai (2015) például azt figyelték meg, hogy a hatékony gátlókontrollal rendelkező személyeknél kisebb a válaszkésés. Javaslatuk szerint attól függően, milyenek az adott személy válaszgátlási képességei, más-más válaszaikat kellene elemezni. A gyenge gátlókontrollal rendelkezőknél a leglassabb válaszokat, a jó gátlókontrollal rendelkezőknél pedig a gyors válaszokat. A 3.4. alfejezetben említett kísérleti módszert, a delta-függvény elemzést javasolják alkalmazni a hazugságvizsgálatban is, mert – ahogy érvelnek – az eddigi reakcióidő alapú eljárásokban általában csak reakcióidő-átlagot néztek. Ezzel információt veszhetnek, amely megelőzhető, ha a hazugsághoz szükséges reakcióidő-költséget delta-függvény elemzésnek vetik alá (Debey és mtsai, 2015). Szerintük fontos, hogy a személyek reakcióidőt mérő feladatban mutatott teljesítményének egyéni különbségeit is figyelembe vegyék.

Számba kell venni továbbá egyéb tényezőket, mint például a motiváció, a jobban motiváltabbak esetleg hatékonyabban hazudhatnak. A laboratóriumi körülmények közötti tesztelés ugyanis nem autentikus, nem feltétlenül tükrözi azt a teljesítményt, amelyet egy valós, nagy téttel járó élethelyzetben mutatnának az emberek. Még fontosabb probléma, hogy a legtöbb interjútechnika nem veszi figyelembe a lehetséges önvédő viselkedéseket: például a gyanúsítottak gyakran előre elpróbálják a hazugságot, és készülnek rá, ily módon a kognitív terhelésüket jelentős mértékben csökkenthetik (Walczyk és mtsai, 2003, 2013). A TRI-Con pont ezt a lépést igyekszik kivédeni, mert azonnali válaszadást vár el, a kérdéseket pedig úgy állítják össze, hogy az utolsó szónál váljon csak egyértelművé, mire is kíváncsiak. A technika sikeressége azonban csökkenhet például, ha a vizsgálati személy nem engedelmeskedik az utasításnak, hogy a lehető leggyorsabban adjon választ a kérdésekre. A visszafelé narrálás technikája is kivédhető: ha a gyanúsított valós emlékeken alapuló hazugságot mesél el, terhelésének mértéke és jellege hasonló lehet az igazmondókéhoz (Blandón-Gitlin és mtsai, 2014).

Továbbá más nehézségek is felmerülhetnek. Az ADCM továbbgondolt változata kiemelt szerepet tulajdonít annak a problémának, hogy az igazmondás kognitív terhelése bizonyos esetekben meghaladhatja a hazugságét. Bár általában nem kell expliciten keresni a hosszú távú memóriában, ha igazságot hív elő valaki, de előfordulnak kivételek. Ha az emlék nehezen hozzáférhető, mert régi eseménnyel kapcsolatos, bonyolult lehet az előhívása. Ez a visszafelé narrálás módszerénél is valós probléma lehet, túlságosan igénybe veheti az igazmondókat (Blandón-Gitlin és mtsai, 2014). A TRI-Con megpróbálja biztosítani, hogy ne kelljen

kiterjedt memóriakeresést végezni. A kérdések előtt tájékoztatják az alanyokat, hogy nagy általánosságban milyen témában várnak tőlük majd választ, ez aktiválja a releváns információt az LTM-ből (Walczyk és mtsai, 2005). Továbbá az emlék fontossága is befolyásolhatja, milyen könnyen jut eszünkbe, a fontosabbakat hamarabb fel tudjuk idézni.

Azonban figyelembe kell venni, hogy ha az emlékek még frissek, az előhívásuk okozta kognitív terhelés ugyan kisebb lehet, de jobban aktiválódhat az igaz válasz, ezért nagyobb szükség lehet a gátlásra (Debey és mtsai, 2015). Az, hogy mennyire aktiválódik egy igazság, függhet attól is, milyen információt kell előhívni. Például a tevékenységekre vonatkozóan a memóriánk jobb, mint más információkra, személyekre, tárgyakra, helyekre vagy tulajdonságokra vonatkozóan (Debey és mtsai, 2015).

A kognitív terhelés függhet a kérdések típusától is. Fontos lehet megkülönböztetni az eldöntendő (azaz igen/nem választ igénylő) kérdéseket a nyílt, kifejtendő kérdésektől. Előbbi esetében az igazság és a hazugság szorosabban összekapcsolódhat, mert a hazug válasz pusztán az igaz válasz ellentettje (Debey és mtsai, 2014; Walczyk és mtsai, 2003). Hosszabb válaszadás esetén nagyobb lehet a terhelés, és esetleg könnyebben kicsúszhat a nonverbális viselkedés fölötti kontroll (DePaulo és mtsai, 2003). A TRI-Con ugyan rövid válaszokkal dolgozik, de az elpróbálás lehetőségének csökkentésén kívül még egy módszerrel igyekszik maximalizálni a hazugokon a kognitív terhelést: úgy építi fel a kérdéseket, hogy azok átfedjenek, és egymásra épüljenek, hogy még nagyobb erőfeszítésbe kerüljön a konzisztencia biztosítása (Walczyk és mtsai, 2009).

Mindezek miatt a hazugságvizsgáló módszerek megtervezésénél észben kell tartani, hogy a terhelésbeli különbségek nem feltétlenül akkorák, mint korábban gondolták. Szintén meg kell próbálni biztosítani, hogy az igazmondó vizsgálati alanyok minél kevésbé szorongjanak, mert a vizsgálati technikák nem feltétlenül csak a kognitív terhelést növelik, hanem a szorongást is (DePaulo és mtsai, 2003).

Fontos tisztázni továbbá azt is, milyen fogalmi keretben értelmezik a hazugságot. Walczyk és mtsai (2014) komoly vagy nagy téttel járó megtévesztésekkel foglalkoztak. Ez alatt olyan, társas környezetbe ágyazott hazugságok eseteit értik, ahol az igazság megosztása az egyén számára költséges lehet. A kevésbé komoly megtévesztéseknél viszont az igazmondás költsége alacsonyabb. Vrij, Ennis, Farman és Mann (2010a) felhívja a figyelmet arra, minél fontosabb, hogy egy hazugság ne derüljön ki, minél nagyobb a tét, és minél komolyabb ügyben kell hazudni, annál több kognitív kapacitást vehet igénybe – mivel annál erősebben próbálkoznak a személyek, hogy meggyőzőnek tűnjenek.

Az viszont, mennyire komoly egy adott hazugság, nem feltétlenül objektívan meghatározható. Sokat számít, mennyire észleli komolynak és megterhelőnek, aki hazudni készül. Ez pedig több tényezőn múlhat. Vrij és mtsai (2010a) a DePaulo és mtsai (1996) által meghatározott, az összefoglaló elején már említett hazugság-típusokat használták fel kutatásukban. Vizsgálati alanyaik az enyhe hazugságot (az elhallgatást) komolyabbnak tartották, mint a nyilvánvaló hazugságot és a túlzásokat, és kognitívan is megterhelőbbnek ítélték meg. Ez az

eredmény meglepő, mert azt gondolhatnánk, elhallgatni valamit könnyebb, mint egy nyilvánvaló hazugságot kitalálni. A szerzők szerint azonban lehetséges, hogy akkor választják az emberek az elhallgatást, és nem a nyílt hazugságot, ha súlyosabb kérdésekben hazudnak, ahol nagyobb a tét. Úgy is gondolkodhatnak, hogy az elhallgatással nehezebb lebukni, mert nem szolgáltatnak egyértelműen hamis információt. Illetve a lebukás esetére várható következményeket is kevésbé súlyosnak gondolhatják, ha csak elhallgatják az igazságot, és nem állítanak hazugságot. Mindezekből arra következtethetünk, hogy nemcsak a hazugság kitalálása során felmerülő nehézségek befolyásolják, milyen megterhelő egy hazugság, hanem sok más körülmény is számít. Az adott eset sajátosságait mérlegelve figyelembe kell venni azt is, milyennek észleli az alany a helyzetet.

KONKLÚZIÓ

A hazugságkutatásban jelenleg a legfontosabb feladat az, hogy megértsük, mikor nagyobb a hazugság kognitív terhelése, és mikor nagyobb az igazságe: csak így tudhatjuk meg, mikor jeleznek a terhelés jelei hazugságot (Walczyk és mtsai, 2013). Az Aktiváció-Döntés-Konstruálás-Akción elmélet értelmében akkor a legnagyobb a terhelés, ha nem ismerős, társas környezetben, nagy téttel járó helyzetben, meglepetésszerűen ható kérdésekkel vizsgáljuk az alanyokat, akiknek explicit memóriakeresést kell végezniük, és minél komplexebb választ kell adniuk (például hamis narratívát kell konstruálniuk) (Walczyk és mtsai, 2014).

Összességében véve tanulságként az mondható el, hogy a hosszabb reakcióidő a hazugság jele lehet, de nem minden feltétel mellett használható. Fontos lenne azoknak a jeleknek az azonosítása is, amelyek a hazudó egyén védekezési mechanizmusait leplezhetik le (Walczyk és mtsai, 2013). Illetve a módszer hatására bekövetkező változásoknak minél nehezebben kontrollálhatónak, automatikusnak kell lenniük (DePaulo, 1992).

Walczyk és mtsai (2014), illetve Debey és mtsai (2014) tanulmányai, amelyeket az összefoglalóban részletesen is bemutattam, együtt értelmezendők, kiegészítik egymást. Walczyk és mtsai elmélete komplex, számos kognitív funkció bevonásával magyarázza a hazugság kognitív folyamatait. Azonban megjegyezném, hogy 2009-es munkájuk óta nem vizsgálták empirikus módszerekkel hipotéziseiket, 2014-es modelljüket régebbi kutatásaikkal (2003, 2005, 2009) támasztják alá, nincsenek újabb eredményeik. Debey és mtsai (2014, 2015) munkái viszont empirikusak, és igazolják Walczyk és mtsai (2014) néhány megállapítását. Kétlépes elméletük ugyanakkor nem foglalkozik azzal, hogy hazudás közben párhuzamosan, átfedve is végbemehetnek a különböző kognitív folyamatok – elképzelésük inkább szeriális, mint dinamikus. Valamint hipotézisük nem feltétlenül általánosítható: gyakorlottaknak nem biztos, hogy két lépés szükséges a hazudáshoz. Kétlépes modelljük és a gátlás szerepével kapcsolatos eredményeik ötvözésével a végrehajtó működéseket jobban átfogó, egységesebb keretet kapunk. Valószínű, hogy az igazság mind funkcionálisan,

mind gátlás szempontjából szerepet játszik a hazudásban, és azt kellene felderíteni, melyik mekkora mértékben teszi ezt.

A hazugságvizsgáló technikák sikerességét is minél több módszer alkalmazásával biztosíthatjuk: ha az esetleges kivédési folyamatok miatt az egyik eljárás eredményeivel kapcsolatban kételyek merülnek fel, egy másik eljárás használatával, amely más funkció vizsgálatát tűzi ki célul, és az adott védekezési stratégiára adott esetben érzéketlen, korrigálni lehet.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Baddeley, A. D. (1992). Working memory. *Science*, 255(5044), 556–559.
- Baddeley A. (2000). The episodic buffer: A new component of working memory? *Trends in Cognitive Sciences*, 4(11), 417–423.
- Blandón-Gitlin, I., Fenn, E., Masip, J., Yoo, A. H. (2014). Cognitive-load approaches to detect deception: searching for cognitive mechanisms. *Trends in Cognitive Science*, 18(9), 441–444.
- Buller, D. B., Burgoon, J. K. (1996). Interpersonal Deception Theory. *Communication. Theory*, 6(3), 203–242.
- Christ, S. E., Essen, D. C., Watson, J. M., Brubaker, L. E., McDermott, K. B. (2009). The contributions of prefrontal cortex and executive control to deception: Evidence from activation likelihood estimate meta-analyses. *Cerebral Cortex*, 19(7). 1557–1566.
- Debey, E., De Houwer, J., Verschuere, B. (2014). Lying relies on the truth. *Cognition*, 132(3). 324–334.
- Debey, E., Ridderinkhof, R. K., De Houwer, J., De Schryver, M. (2015). Suppressing the truth as a mechanism of deception: Delta plots reveal the role of response inhibition in lying. *Consciousness and Cognition*, 37. 148–159.
- DePaulo, B. M. (1992). Nonverbal behavior and self-presentation. *Psychological Bulletin*, 111(2). 203–243.
- DePaulo, B. M., Kashy, D. A., Kirkendol, S. E., Wyer, M. M., & Epstein, J. A. (1996). Lying in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5). 979–995.
- DePaulo, B. M., Lindsay, J. J., Malone, B. E., Muhlenbruck, L., Charlton, K., Harris, C. (2003). Cues to deception. *Psychological Bulletin*, 129. 74–112.
- Evans, A. D., Xu, F., Lee, K. (2011). When all signs point to you: Lies told in the face of evidence. *Developmental Psychology*, 47(1). 39 – 49.
- Hartwig, M., Granhag, P. A., Strömwall, L., Kronkvist, O. (2006). Strategic use of evidence during police interrogations: When training to detect deception works. *Law and Human Behavior*, 30(5). 603–619.
- Hartwig, M., Granhag, P. A., Strömwall, L. (2007). Guilty and innocent suspects' strategies during interrogations. *Psychology, Crime & Law*, 13(2). 213–227.
- Lykken, D. T. (1974). Psychology and the lie detector industry. *The American Psychologist*, 29(10). 725–739.

- Lykken, D. T. (1998). *A Tremor in the Blood: Uses and Abuses of the Lie Detector*. New York: McGraw-Hill.
- National Research Council. (2003). *The Polygraph and Lie Detection. Committee to Review the Scientific Evidence on the Polygraph*. Washington, DC: The National Academies Press.
- Ridderinkhof, K. R. (2002). Activation and suppression in conflict tasks: Empirical clarification through distributional analyses. In W. Prinz and B. Hommel (Eds.). *Common mechanisms in perception and action: attention and performance*, 19. 494-519. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Seymour, P. H. K. (1977). Conceptual encoding and the locus of the Stroop effect. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 29. 245-265.
- Seymour, T. L., Seifert, C. M., Shafto, M. G., Mosmann, A. L. (2000). Using response time to measure to assess „guilty knowledge.” *Journal of Applied Psychology*,. 85(1). 30-37.
- Seymour, T. L. (2001). A EPIC model of the „guilty knowledge effect”: strategic and automatic processes in recognition. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences & Engineering*, 61 (10-B). 5591.
- Seymour, T. L., Schumacher, E. H. (2009). Electromyographic evidence for response conflict in the exclude recognition task. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience*, 9. 71-82.
- Spence, S. A., Farrow, T. F. D., Herford, A. E., Wilkinson, I. D., Zheng, Y., Woodruff, P. W. R. (2001). Behavioural and functional anatomical correlates of deception in humans. *NeuroReport*, 12. 2849-2853.
- Sporer, S. L., Schwandt, B. (2006). Paraverbal indicators of deception: a meta-analytic synthesis. *Applied Cognitive Psychology*, 20(4). 421-446.
- Sporer, S. L., Schwandt, B. (2007). Moderators of nonverbal indicators of deception: a meta-analytic synthesis. *Psychology, Public Policy, and Law*, 13(1). 1-34.
- Turri, A., Turri, J. (2015). The truth about lying. *Cognition*, 138. 161-168.
- Van't Veer, A. E., Stel, M., van Beest, I. (2014). Limited capacity to lie: Cognitive load interferes with being dishonest. *Judgment and Decision Making*, 9(3). 199-206.
- Verschuere, B., Meijer, E., De Clercq, A. (2010). Concealed information under stress: a test of the orienting theory in real-life police interrogations. *Legal and Criminological Psychology*, 16(2). 348-356.
- Vrij, A., Mann, S., Fisher, R., Leal, S., Milne, B., Bull, R. (2008). Increasing cognitive load to facilitate lie detection: the benefit of recalling an event in reverse order. *Law and Human Behavior*, 32(3). 253-265.
- Vrij, A., Leal, S., Granhag, P. A., Mann, S., Fisher, R. P., Hillman J., Sperry. K. (2009). Outsmarting the liars: The benefit of asking unanticipated questions. *Law and Human Behavior*, 33(2). 159-166.
- Vrij, A., Ennis, E., Farman, S., Mann, S. (2010a). People's perceptions of their truthful and deceptive interactions in daily life. *Open Access Journal of Forensic Psychology*, 2. 6-49.

- Vrij, A., Mann, S., Leal, S., Fisher, R. (2010b). „Look into my eyes”: Can an instruction to maintain eye contact facilitate lie detection? *Psychology, Crime & Law*, 16(4). 327-348.
- Walczyk, J. J., Roper, K. S., Seemann, E., Humphrey, A. M. (2003). Cognitive mechanisms underlying lying to questions: response time as a cue to deception. *Applied Cognitive Psychology*, 17(7). 755-774.
- Walczyk, J. J., Schwartz, J. P., Clifton, R., Adams, B., Wei, M., Zha, P. (2005). Lying person to person about life events: a cognitive framework for lie detection. *Personnel Psychology*, 58(1). 141-170.
- Walczyk, J. J., Mahoney, K. T., Doverspike, D., Griffith-Ross, D. A. (2009). Cognitive lie detection: response time and consistency of answers as cues to deception. *Journal of Business and Psychology*, 24, 33-49.
- Walczyk, J. J., Igou, F. P., Dixon, A. P., Tcholakian, T. (2013). Advancing lie detection by inducing cognitive load on liars: a review of relevant theories and techniques guided by lessons from polygraph-based approaches. *Frontiers in Psychology*, 4(14).
- Walczyk, J. J., Harris, L. L., Duck, T. K., Mulay, D. (2014). A social-cognitive framework for understanding serious lies: Activation-decision-construction-action theory. *New Ideas in Psychology*, 34. 22-36.
- Zuckerman, M., DePaulo, B. M., Rosenthal, R. (1981). Verbal and nonverbal communication of deception. In L. Berkowitz (ed). *Advances in Experimental Social Psychology*, 14. 1-59. New York: Academic Press.

ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG EGY LEÁNYKARBAN

Dalos Vera Daniella

SZTE-BTK Pszichológia Intézet, dalosverad@gmail.com

A csoportos éneklés számos pozitív hatása közül a kutatók a következőket tartják a legkiemelkedőbbnek: jóllét és relaxáció, légzés és testtartás, társas hatások, lelki hatások, érzelmi hatások, illetve immunrendszeri és szív működést segítő pozitív hatások. Ezek közül kutatásomban a jóllét összetevőt vizsgálom az élettel való elégedettség mérőeszközén keresztül. Mintámat 44 kórusban éneklő és 44 kórusban nem éneklő 14 és 18 év közötti diáklány alkotja, akiknél mérni kívánom az iskolán kívüli csoportos tevékenységekben való részvételük gyakoriságát, illetve az énekléshez kapcsolható jóllét befolyásoló tényezőit. Főbb eredményeim az mutatják, hogy a kóristák élettel való elégedettsége szignifikánsan magasabb, mint a kórusban nem éneklőké. A kutatás alapot adhat az énekléshez köthető jóllét további elemzéséhez a magyar kóruspopuláción belül, különös tekintettel a csoportos éneklés társas aspektusainak vizsgálatához, mely felderíthetné, hogy a magasabb szubjektív jólléthez a társak jelenléte és interakciói, vagy maga az éneklés járul hozzá nagyobb mértékben.

Kulcsszavak: szubjektív jóllét, élettel való elégedettség, kórus, iskolán kívüli tevékenység, szuboptimális éneklési tényezők

A csoportban való éneklés úgy definiálható, mint egy polifonikus társas tevékenység, amely különáll és külön kezelendő a monofonikus szóló énekléstől (Kirsh, Leer, Phero, Xie, és Khosla, 2013). A szóló és kórusban történő éneklés két távoli aspektusát képviselik a zenei produkcióknak, melyek akusztikusan is más élményt nyújtanak. Egy énekkaros hangnak el kell vegyülnie a többivel ahhoz, hogy egy optimális kórushangzás jöhessen létre. Az egyik legnagyobb – a kívülállók számára mégis láthatatlan – kihívás egy karénekes számára, hogy folyamatosan monitorozza a környezetének hangzását, és hozzá igazítsa a hangszínét, hangmagasságát és hangerejét a kóruséhoz. Ez gyakran észrevétlenül, nem tudatosan történik.

Számos tanulmányban olvashatunk a csoportos éneklés jótékony hatásáról, melyek magukba foglalnak pozitív társas, pszichológiai, és egészségügyi változásokat (Clift & Hancox, 2001; Cohen et al., 2006). A kórusban való éneklés pozitív hatásainak széleskörű vizsgálata Clift és Hancox (2001) nevéhez fűzhető. Feltáró tanulmányukban egyetemista énekkarosokat kérdeztek meg arról, hogy milyen pozitív hatásait tapasztalták meg a kórusban való éneklésnek. Nyitott kérdéseikre a legtöbbször előforduló válaszok a következők voltak: új emberekkel való találkozás, általánosan jobb közérzet, szabályozottabb légzés, fokozott figyelem és spirituális emelkedettség érzése. Összegezve eredményeiket azt találták, hogy a megkérdezettek 87%-a tapasztalt pozitív szociális változásokat, 75%-uk pozitív érzelmi hatásokról számolt be, valamint a fizikai és pozitív lelki hatások is kiemelkedőek voltak. Ezek alapján Clift és Hancox (2001) a kórusban való énekléshez kapcsolható pozitív hatások 6 dimenzióját különítette el: jóllét és relaxáció, légzés és testtartás, társas hatások, lelki hatások, érzelmi hatások, illetve immunrendszeri és szív-működést segítő pozitív hatások.

A szerzők által talált „jóllét és relaxáció” faktor méltán áll az első helyen a listában, ugyanis a csoportban való éneklés pozitív hatásai közül gyakran kiemelt terület a jóllét vizsgálata. A *szubjektív jóllét* (subjective well-being) a legrövidebben egy általános pozitív lelki egészségként fogalmazható meg (Martos, Sallay, Désfalvi, Szabó, & Ittész, 2014). Kutatásomban ezt az összetevőt – a kórusban éneklők mérhető jóllétének vizsgálatát – állítom a fókuszba.

Busch és Gick (2012) a pszichológiai jóllét hedonikus és eudaimonikus aspektusainak változásait vizsgálták két kórus 59 tagjánál kóruspróba előtt és után mérve. A hedonikus jóllétet leginkább a testi és lelki örömmérettel azonosíthatjuk, míg az eudaimonikus jóllét valamivel túlmutat ezen, magába foglalva olyan emberi potenciálokat, mint a személyes növekedés, autonómia és társas kapcsolatok (Ryan & Deci, 2001). Eredményeik azt bizonyítják, hogy az énekkarosok jóllét mutatója egyetlen kóruspróba után szignifikánsan emelkedik a kóruspróba előtt mért értékekhez képest.

Az *élettel való elégedettség* a szubjektív jóllét kognitív-értékelő aspektusa, amely annyit tesz, hogy a személy saját kritériumai, megítélései szerint értékeli életének minőségét (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Mivel az értékelés kritériumait a válaszadó szabja meg, ezért tekinthető az élettel való elégedettség a szubjektív jóllét egyik alapvető összetevőjének (Martos et al., 2014). Fontos kiemelni, hogy ez a kognitív kiértékelés az életminőség egészében történő

vizsgálata alapján zajlik a személyekben, nem pedig egy-egy specifikus életterületet céloz meg (Diener et al., 1985), így kaphatunk egy átfogóbb képet a megkérdezettek összességében vett életminőségéről. Ez alapján kutatásomban az élettellel való elégedettségen keresztül kívánom mérni a pszichológiai jóllétet.

Több szerző is összefüggésbe hozza a jóllét mérését az iskolán kívüli tevékenységekkel. A különféle programok ugyanis lehetőséget teremtenek arra, hogy összekapcsolják a serdülőket velük egyidős társaikkal, miközben közös élményeket generálnak, közös célokat formálnak, és barátságokat képezhetnek (Eccles, Barber, Stone, & Hunt, 2003). Hansen és Larson (2007) 19 amerikai középiskola 1822 tizenegyedik évfolyamos diákját vizsgálva azt találta, hogy a tizenévesek szabadidős tevékenységgel töltött idejének mértéke összefügg a különféle pozitív következményekkel, többek között a jóllét mértékével.

Leveresen, Danielsen, Birkeland, és Samdal (2012) tanulmányukban arra hívják fel a figyelmet, hogy az iskolán kívüli tevékenységek hatására is kimutatható az élettellel való elégedettség magasabb szintje, így az egy fontos előrejelzője lehet a pszichológiai jóllétnek. A 3273 15-16 éves főt involváló norvég kutatás célja az volt, hogy feltárják az élettellel való elégedettség és a különböző szabadidős tevékenységekben való részvétel kapcsolatát bizonyos szabadidős-specifikus szükségletek kielégítésén keresztül. Három pszichológiai szükségletet vizsgáltak: kompetencia, kötődés, és autonómia, melyek közül az előbbi kettő teljes mértékben befolyásolta az élettellel való elégedettség és a szabadidős tevékenységekben való részvétel kapcsolatát. További eredményeik pedig azt mutatják, hogy minél több iskolán túli programban vesz részt valaki, annál magasabb az élettellel való elégedettségének mértéke.

A karéneklés számos pozitív hatása mellett meg kell említenünk a negatív pólust is, hiszen az szintén befolyásoló tényezője lehet a kórushoz kapcsolható jóllétnek. A karnagy bizonyos esetekben olyan hangképzésre kérheti a kórusát, melynek kivitelezése kényelmetlen lehet a számukra, és egy úgynevezett *szuboptimális* éneklésre utasítja őket (Kirsh et al., 2013). Ha egy adott mű olyan hangmagasságban fekszik, amely kívül esik az énekes hangterjedelmén (ambitus), vagy túl nehéz technikát igényel a helyes intonáció, illetve, ha a kényelmesnél halkabban vagy hangosabban kell énekelnie a kórustagoknak ahhoz, hogy illeszkedjenek a szólamuk hangzásához, szuboptimális éneklésről beszélünk (Kirsh et al., 2013). A szerzők a kórusral kapcsolatos jóllétet vizsgálták az éneklés szuboptimális tényezőin keresztül. Az énekléssel kapcsolatos jóllét alatt a szerzők egy általános nyugodt állapotot értenek, mely a csoportos éneklés hatására érezhető. Kirsh és munkatársai (2013) kutatása alapján elmondható, hogy a kórusban való éneklés pozitív hatással van a jóllétre, emellett rámutat, hogy a szuboptimális éneklés hangkihasználtságot okozhat, ezáltal csökkentheti az énekléssel kapcsolatos jóllét mértékét. Ezt alapul véve fontosnak tartom, hogy kérdőívemben helyet kapjon a hangkihasználtság gyakoriságát és hatását vizsgáló kérdés is.

A szuboptimális éneklési szokásokon kívül több tényező is befolyásolhatja az énekkarhoz kapcsolható jóllét mértékét. Busch és Gick (2012) szerint a jövőben olyan kutatások szükségesek ezen a területen, melyek összehasonlítják az

énekkar jóllétre gyakorolt hatását kórusban éneklő és kórusban nem éneklő csoportokon. Kirsh és munkatársai (2013) azt javasolják, hogy tegyünk különbséget az amatőr és professzionális énekkarok között, hiszen a szakmailag két eltérő szintet képviselő énekesek tapasztalatai, percepciói jelentősen eltérhetnek egymástól. Hangsúlyozzák továbbá, hogy a kórusban létrejövő jóllétet befolyásolhatja még a diákok zenei ízlése és az énekelt darabok műfaja közti kongruencia és inkongruencia, a kórustagok közti kötődés és a kórusvezetőhöz fűződő viszonyuk. Utóbbi vizsgálatát kiváltképp fontosnak tartom, hiszen a tizenéveseknek kiemelten nagy szükségük van arra, hogy a családjukon kívüli felnőttektől és barátoktól visszajelzést és támogatást kapjanak (Leveresen et al., 2012). Ha a karvezetővel szimpatizálnak annak karizmatikus egyénisége, gondolkodásmódja vagy tanítási stílusa miatt – főképp, ha ez motiválja őket a próbára járásra – az növelheti a kórushoz kapcsolódó jóllétüket (Kirsh et al., 2013). Ezekből a javaslatokból kiindulva kutatásomban kontrollcsoportos eljárással kívánom vizsgálni a jóllét mértékét kórusban éneklő és nem éneklő személyeknél, figyelembe véve a kórusvezetővel való kapcsolatot, és az énekkar minősítését.

A tizenévesekkel végzett kutatás nem mondható gyakorinak az énekkar és jóllét kapcsolatának vizsgálatában. Többnyire egyetemistákon (Clift & Hancox, 2001; Dasan, 2013) és idős populáción (Laukka, 2007) készültek csoportos éneklés hatásait vizsgáló tanulmányok. Azonban ahogy Leveresen és munkatársai (2012) is érvelnek, a 15-16 éves korosztály valószínűleg már több fajta iskolán kívüli tevékenységet, szakkört kipróbált élete során, és azok közül kiválaszthatta és „megtarthatta” azokat, amelyek legjobban megfelelnek az igényeiknek. Serdülőkorban különösen nagy szükség van arra, hogy a fiatalok összetett feladatokat oldjanak meg (Eccles et al., 2003), ezen felül több igényük van arra, hogy a családjukon kívüli felnőttektől és barátoktól visszajelzést és támogatást kapjanak (Leveresen et al., 2012). A különböző szabadidős tevékenységekben való részvétel pozitív hatással van nem csak a serdülők fejlődésére, hanem szubjektív jóllétére is. A szervezett tevékenységekben való részvétel különösen erősen képes bejósolni a jóllét magasabb értékét (Leveresen et al., 2012). Ezek az eredmények azt mutatják, hogy fontos lehet a serdülők szubjektív jóllétének szabadidős tevékenységekkel valló kapcsolatának feltárása, ezért kutatásomban ezt a korosztályt vizsgálom. A minta nemi különbségek feltérképezésére ugyan nem alkalmas, azonban Clift és munkatársai (2010) szerint a nők jobban „profitálnak” az éneklés jóllétre kifejtett hatásából, mint a férfiak, illetve a fiatalabb résztvevők gyakrabban számoltak be társas jellegű pozitív hatásokról, ezért várhatunk szignifikáns eredményeket.

Kutatásom célja, hogy vizsgálja a kórusban éneklő és kórusban nem éneklő diáklányok jóllétét az élettel való elégedettség tekintetében, továbbá az egyéb iskolán kívüli csoportos tevékenységek együttjárását az élettel való elégedettséggel. Ezen felül az énekkarosoknál vizsgálom a kórusvezetőhöz fűződő viszonyt és a szuboptimális éneklési változókat, mint a kórusban való énekléshez köthető jóllét befolyásoló tényezőit. Feltételezem, hogy a kóristák élettel való elégedettsége magasabb, mint a kórusban nem éneklőké (H1), illetve a kórusban

nem éneklők közül magasabb az étellel való elégedettsége azoknak, akik csoportos tevékenységeket úznak (H2). Továbbá feltételezem, hogy a kóristák étellel való elégedettsége pozitívan jár együtt a karvezetővel ápolat jó kapcsolattal (H3), illetve magasabb az étellel való elégedettsége azoknak, akiknél nem jelentkeznek szuboptimális éneklési tényezők (H4).

MÓDSZEREK

VIZSGÁLATI SZEMÉLYEK

Az adatfelvétel két középiskolában történt. Elsőként egy ének-zenei gimnázium kóristáit kerestem meg, melyhez nembn és korban illesztettem a másik, nem ének tagozatos intézmény kórusban nem éneklő diákjait. A kórusvezetővel készített rövid interjú (lásd: 1. melléklet) alapján elmondható, hogy a kórus „félamatőr” énekkarnak számít, akik hetente átlagosan 5-6 órát próbálnak, és havonta legalább egyszer fellépnek, valamint évente körülbelül három alkalommal járnak külföldi szereplésekre és turnékra. A mintát összesen 88, 14 és 18 év közötti középiskolás lány alkotja, melyből 44 fő kórustag, 44 fő viszont nem tagja énekkaroknak. A két csoportban a szülők iskolai végzettsége nem tért el egymástól: legalább az egyik szülő egyetemi végzettségű, a szakiskolai végzettségénél nem fordult elő alacsonyabb érték.

A résztvevők szóbeli tájékoztatást kaptak a kérdőívek kitöltése előtt, és egy passzív szülői beleegyező nyilatkozatot vittek haza szüleiknek vagy gondviselőiknek. A kézirat leadásának napjáig egy szülői nyilatkozat sem érkezett vissza, így ebből az okból kifolyólag egy résztvevőt sem kellett kizárni a mintából. A kitöltők semmilyen anyagi ellenszolgáltatásban nem részesültek. Az etikai szabályokat betartottam a vizsgálat során.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

Kutatásomhoz papír-ceruza kérdőíveket használtam (lásd: 2. és 3. melléklet), melynek egyik fő tétele az Élettel való Elégedettség Skála (SWLS) (Diener et al., 1985) volt, mely egy 5 ítemes önkitöltős kérdőív. A kérdésekre 7-fokú likert skálán kell válaszolni, melyeknek összeadásával kapjuk meg a skála összpontszámát. A kérdőív nem tartalmaz fordított itemeket. Ez után következett az Észlelt Társas Támogatás Multidimenzionális Skálája (MSPSS) (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988), mely a család, barátok és „jelentős mások” által nyújtott pszichoszociális erőforrások jelenlétét méri 12 ítemen. Ennek adatai azonban a jelen kutatáshoz nem kerültek felhasználásra.

Általános demográfiai kérdések vonatkoztak az életkorra, nemre, évfolyamra, és a tagozatra, valamint a szülők legmagasabb iskolai végzettségére. Az iskolán kívüli tevékenységek mérésére a diákoknak egy táblázatot kellett

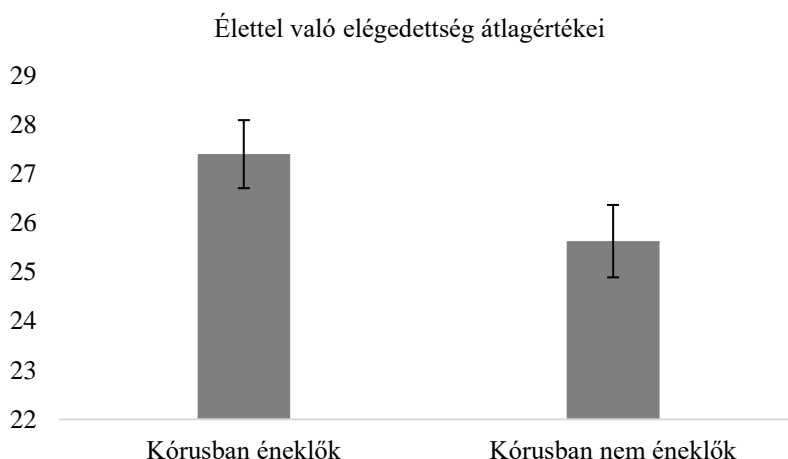
kitölteniük, melyben 6 tevékenység volt felsorolva (7 a kórusban nem éneklő diákok számára). Ebben a táblázatban a tevékenységek gyakoriságát (soha, 1-2 alkalommal egy hónapban, hetente egyszer, hetente többször) is meg kellett jelölniük. Ezen felül a kórista csoport kérdőíve tartalmazott további, a kórusban való éneklés és a jóllét kapcsolatára vonatkozó kérdéseket is. Ezeket Kirsh és munkatársai (2013) alapján készítettem el, és emeltem be a mérőeszközök közé. A feleletválasztós és eldöntendő kérdések mellett rákérdeztem, hogy az énekkari tagok milyen főbb motivációs tényező hatására járnak kórusba. Ennek megválaszolására maximum 7 kategóriát lehetett megjelölniük, melyek a következők voltak: „szeretek énekelni”, „barátok és a jó társaság”, „minőségi időtöltés”, „utazások”, „fellépések”, „jó hírnév”, és a „kórusvezető személye”.

VIZSGÁLAT MENETE

Az adatfelvétel a tanárokkal, illetve a kórusvezetővel előzetesen megbeszélt időpontban történt az órák közötti szünetekben, és egy kóruspróba előtt. A kérdőívcsomag kitöltése körülbelül 10 percet vett igénybe. A tájékoztatón kívül további szóbeli instrukciókra nem volt szükség, hiszen minden feladatot írásbeli útmutató előzött meg. Az adatgyűjtés után a mintát két csoportra osztottam aszerint, hogy valaki tagja-e énekkarnak vagy sem. Az elemzés megkezdése előtt egy énekkari tag adatait hiányos kitöltés miatt ki kellett zárni a mintából.

EREDMÉNYEK

Annak vizsgálatára, hogy a kórusban éneklő diákok, vagy a kórusban nem éneklő diákok rendelkeznek-e magasabb élettellel való elégedettséggel, független mintás t-próbát használtam. Független változóim a kórusban éneklő és kórusban nem éneklők két csoportja volt, függő változóm pedig az Élettellel való Elégedettség Skála összpontszáma. Ezen összesen 35 pontot lehetett elérni melyből a kórustagok átlagosan 27,59 (szórás: 4,5), a kórusban nem éneklők pedig 25,61 (szórás 4,77) pontot értek el. A független mintás t-próba eredménye ($t(86) = 1,99, p = 0,049$) marginális szignifikancia szinttel arra utal, hogy szignifikáns különbség van a két csoport élettellel való elégedettségének átlagértékei között, méghozzá az énekkari tagok javára (lásd 1. ábra). Ezzel igazolódott feltevésem (H_1), miszerint a kóristák élettellel való elégedettsége magasabb, mint a kórusban nem éneklőké.



1. ábra: Az élettel való elégedettség átlagértékei a kórusban éneklők és kórusban nem éneklő diákoknál

Az énekkari tagok közül többen elérték a maximális 35 pontot, míg a legalacsonyabb, 13 ponttal egy kórusban nem éneklő diák rendelkezett. Ezek alapján elmondható, hogy a kóristák élettel való elégedettség átlagértékei az „elégedett” kategóriába estek (26 és 30 pont között), a kórusban nem éneklő diákok élettel való elégedettségének átlagértékei pedig a „némileg elégedett” kategória felső határértékén állnak (ez a kategória 21 és 25 pont között található).

A következő lépésben vizsgáltam a kórusban nem éneklő diákok élettel való elégedettségét az iskolán kívüli tevékenységeik függvényében. Ennek vizsgálatára két csoportot hoztam létre: egyet az iskolán kívüli tevékenységekben rendszeresen résztvevők számára (függetlenül attól, hogy hányféle tevékenységet űznek egyszerre), egyet pedig az iskolán kívüli tevékenységeket nem végzők számára. Csoportos tevékenységnek számított a diákszínjászó, vallási kör, csoportos sporttevékenység, együttesben való játszás, a tánc, és az ifjúsági tér tagság. A rendszeresen iskolán kívüli tevékenységeket űzők közé kerültek azok a diákok, akik legalább egy tevékenységet heti több mint egy alkalommal végeztek (hiszen a kóristák is legalább heti 2 kóruspróbán vettek részt kötelezően), és a csoportos tevékenységeket nem űzők közé kerültek azok, akik ennél kevesebbszer vettek részt ilyen jellegű programokon. A programok fajtái szerint nem vizsgáltam külön az élettel való elégedettség mértékét. Ezzel a módszerrel 29 fő vett részt gyakran csoportos iskolán kívüli tevékenységekben, 15 fő pedig nem járt rendszeresen ilyen jellegű programokra. A kórusban nem éneklők két csoportjának élettel való elégedettségének különbségét független mintás t-próbával vizsgáltam meg. Az eredmény alapján elmondható, hogy a két csoport élettel való elégedettségének átlaga nem tér el szignifikánsan egymástól ($t(42) = -1,12, p = 0,269$).

A kórusban nem éneklő diáklányok élettel való elégedettségét az iskolán kívül végzett tevékenységeik gyakoriságával korreláltatva a következő eredményeket kaptam (lásd: 1. táblázat): a 7 tevékenység közül egyedül a zenekari együttesben való játszás járt együtt szignifikánsan az élettel való elégedettséggel ($r(44) = 0,01, p = -0,38$). Ez az enyhe, negatív irányú korreláció azt jelenti, hogy az

együttesben játszás együtt jár az étellel való elégedettség alacsonyabb szintjével. A második hipotézisemet, miszerint a kórusban nem éneklők közül magasabb az étellel való elégedettsége azoknak, akik csoportos tevékenységeket űznek (H2) tehát nem sikerült igazolnom.

| Iskolán kívüli tevékenység | Korrelációs együttható (r) |
|----------------------------|----------------------------|
| Diákszínjátészó | 0,06 |
| Vallási kör | 0,1 |
| Csoportos sport | -0,25 |
| Együttes | -0,38* |
| Tánc | 0,18 |
| Ifjúsági tér | 0,16 |

* $p < 0,05$; ** $p < 0,005$

1. táblázat: Az étellel való elégedettség és az iskolán kívül végzett tevékenységek gyakoriságának korrelációs értékeit bemutató táblázat

A következő hipotézisem tesztelésekor az énekkari tagok karvezetőhöz fűződő viszonyának együttjárását vizsgáltam az étellel való elégedettségük mértékével. A kórustagok 7-fokú skálán jelölték a karvezetővel való kapcsolatuk minőségét, ahol az 1-es érték jelölte a nagyon rossz kapcsolatot, a 7-es érték pedig a kiváló kapcsolatot. Az együttjárást Pearson-féle korrelációval vizsgáltam. A kapott eredmények alapján elmondható, hogy nincs szignifikáns kapcsolat a két változó között ($r(44) = 0,05$, $p = 0,74$), így a harmadik hipotézisemet (H3) nem sikerült igazolnom. Tehát a karvezetővel ápolt kapcsolat minősége nem jár együtt az étellel való elégedettség magasabb értékével.

Következő hipotézisemet, miszerint azok az énekkari tagok elégedettebbek az életükkel, akiknél semmilyen szuboptimális tényező nem jelentkezik az éneklés során független mintás t-próbával teszteltem. Független változóm a hangprobléma, míg függő változóm az étellel való elégedettség összpontszáma volt. Összesen 3 kórustag jelezte, hogy valamilyen probléma van a hangjával, a többi 41 kórustagnak nem voltak hangproblémái. A szuboptimális éneklési tényezőkkel rendelkező csoport alacsony létszáma miatt a statisztikai próba eredménye nem értelmezhető. Ezt követően Pearson-féle korrelációval vizsgáltam a kóruspróba után fellépő fáradtság gyakoriságát és az étellel való elégedettség együttjárását. A statisztikai próba alapján elmondható, hogy nincs szignifikáns korreláció a két vizsgált változó között ($r(44) = -0,26$, $p = 0,09$). A fenti adatok értelmében feltevésemet, hogy kóristák közül elégedettebbek az étellel azok, akik nem tapasztalnak szuboptimális éneklési tényezőket, illetve fáradtságot a kóruspróba során (H4) nem sikerült igazolnom.

Végül megnéztem, hogy az énekkari tagok milyen főbb motivációs tényező hatására járnak kórusba. A 7 kategóriát a következő arányokban jelölték a diákok: A kórusban éneklők 50%-a jár kórusba csupán azért, mert szeret énekelni, 39,8%-a a barátok és a társaság miatt. 30%-uk azért jár, mert úgy véli, hogy az énekkarozás egy minőségi időtöltés, 31,8%-uk jár az utazások miatt, és 18,2%-uk a

fellépések miatt. Végül pedig 10,2% jár énekkara a jó hírnév miatt, és 8% a karvezető személye miatt.

MEGVITATÁS

Kutatásomban arra kerestem a választ, hogy elégedettebbek-e az étellel azok a középiskolás diáklányok, akik kórusban énekelnek, azokhoz képest, akik nem. Eredményeim azt mutatják, hogy a kórustagok marginális szignifikancia szinttel magasabb értékeket értek el az Élettel való Elégedettség Skálán, mint a kórusban nem éneklő diákok. Ha Martos és munkatársai (2014) tanulmányából indulunk ki, akik azt mondják, hogy az étellel való elégedettség egyik fő összetevője és mutatója a pszichológiai jóllétnek akkor, arra következtethetünk, hogy a kóristák magasabb jólléttel rendelkeznek, mint a nem kórusban nem éneklők. Ez az eredmény összhangban van Busch és Gick (2012) tanulmányával, melyben azt találták, hogy mindössze egy kóruspróba után szignifikánsan emelkedik az énekkarosok jóllét értéke. Ők ugyan a hedonikus és eudaimonikus aspektusain keresztül mérték a jóllét mutatóját, és ismételt méréses elrendezést alkalmaztak, de kutatásom alapján elmondható, hogy a kontrollcsoportos elrendezésben is megjelenik egy hasonló eredmény a középiskolásoknál.

A kórusban nem éneklők csoportjára vonatkozó feltevésem az volt, hogy azok a diákok, akik hetente többször is végeznek valamilyen iskolán kívüli tevékenységet, magasabb étellel való elégedettséggel rendelkeznek, mint azok, akik nem űznek gyakran ilyen jellegű csoportos tevékenységeket. Statisztikai elemzésem rámutatott, hogy feltételezésem nem volt helytálló. Ezen felül egy korrelációs próbából kiderült, hogy negatív kapcsolat van a zenei együttesben való játszás és az étellel való elégedettség között. Ez ellentmond Leversen és munkatársai (2012) eredményeinek, akik azt találták, hogy az étellel való elégedettség mértéke együtt jár a szabadidős tevékenységek gyakoribb végzésével. Tanulmányukban a több szabadidős tevékenység űzése magában foglalta az egy adott tevékenységgel töltött időt, illetve a tevékenységek differenciálását is. Így ha valakinek több hobbija volt, de nem űzte őket olyan rendszeresen egyenlő pontszámot érhetett el, mint aki egy tevékenységet űzött komolyabban, heti több alkalommal. Ha kutatásomban ezt a pontrendszert alkalmaztam volna, és ennek megfelelően fogalmazom meg kutatási kérdésemet, elképzelhető, hogy Leversen és munkatársaihoz (2012) hasonló eredményeket kaphattam volna. Ezen felül azt is meg kell említenünk, hogy a vizsgálatom során elvégzett próbák megbízhatósága vitatható, hiszen a minta további bontásával meglehetősen kis létszámú csoportokat kaptam, melyek nem voltak kiegyenlítve.

Az énekkarhoz köthető jóllét kialakulása függhet az énekkari tagok karvezetőhöz fűződő viszonyától (Kirsh et al., 2013). Ezt az állítást kutatásomban nem sikerült alátámasztani. Az étellel való elégedettség mértéke és a kórusvezetővel való kapcsolat minősége nem mutatott szignifikáns együttjárást. Leversen és munkatársai (2012) szerint a tizenéveseknek kiemelten nagy szükségük van arra, hogy a családjukon kívüli felnőttektől és barátoktól kapjanak

visszajelzést, és támogatást (Leveresen et al., 2012). Ugyan a karvezetőtől történő visszajelzés fontosságát az étellel való elégedettségben keresztül nem sikerült bebizonyítani, érdemes lenne nagyobb hangsúlyt fektetni a társak szerepére a kórusban.

Kirsh és munkatársai (2013) a szuboptimális éneklés étellel való elégedettségre gyakorolt közvetett hatását vizsgálták, és pozitív irányú korrelációt találtak a hangki kimerültség, (mint szuboptimális énekkari viselkedés) és az énekléssel kapcsolatos jóllét csökkenése között, míg pozitív jóllétről számoltak be azok, akiknél nem jelentkeztek szuboptimális éneklési tényezők. Kutatásomban a szuboptimális éneklés mérésére a hangki problémák jelenléte szolgált, ami lehetett gyulladás, rekedtség vagy hangki kimerültség a kóruspróba végére. Eredményeim azonban egyik tényezővel sem mutattak szignifikáns együttjárást. Ennek egyik fő oka lehet, hogy hangki problémákról csak 3 fő számolt be a 44 kórustagból, így a csoportlétszámok nagy különbsége miatt a statisztikai próba nem megbízható.

Kutatásom további eredményeként említhető a Clift és Hancox (2001) tanulmányában látható, kórusban való énekléshez kapcsolható pozitív hatások 6 dimenziója (jóllét és relaxáció, légzés és testtartás, társas hatások, lelki hatások, érzelmi hatások, illetve immunrendszeri és szív működésre való pozitív hatások) közül a társas tényezők megjelenése. Az énekkaros diákokat olyan tényezők motiválják a kórusba járásra, mint a barátok és a társaság, illetve úgy vélik, hogy az énekkarozás egy minőségi időtöltés. A társas hatások ismételt megjelenése miatt érdemes lehet erre a jövőben nagyobb hangsúlyt fektetni.

Kutatásommal kapcsolatban több korlátozó tényező merülhet fel. Habár a kórusban éneklők szignifikánsan magasabb értékeket értek el az étellel való elégedettség skáláján, ez nem feltétlenül jelenti azt, hogy a kórusban való éneklés okozta a pozitívabb jóllétet. Mivel ugyanazon intézményből kerültek ki a kórustagok és egy másiktól a nem kóristák, lehetséges, hogy a megjelenő hatások az iskolai közegnek tudhatók be, tehát nem feltétlenül a kórusban való éneklés a fő független változó. Ezért a jövőben ezt több iskola diákjainak, illetve iskoláktól független kórusok megkérdezésével lenne érdemes kiküszöbölni.

Kérdőívemben olyan kérdéseket használtam, melyek önbevalláson alapultak. Például a hangki fáradtság egy teljesen szubjektív kérdés, melyet mindenki saját magához mérten válaszol meg. Ennek egyfajta kiküszöbölése lehet a magasán képzett énekesekkel való adatfelvétel, melyet Kirsh és munkatársai (2013) javasolnak. Egy amatőr vagy félamatőr kórushoz képest egy professzionális énekes jobban meg tudja fogalmazni és határozni a karénekléssel kapcsolatos tapasztalatait, érzéseit. Ezen felül egy professzionális kórusban magasabbak a követelmények (több próba, bővebb repertoár fenttartása, színvonalasabb produkció) mely nagyobb terhet ró az énekesekre. Ugyanakkor a fellépések utáni sikerélmény, elégedettségérzés is magasabb lehet, mint az amatőr kórusoknál. Ezek az énekléssel kapcsolatos szélsőségesebb negatív és pozitív érzések pedig markánsabb jóllétet kapcsolható eredményekben nyilvánulhatnak meg. Mivel a jóllét és a szuboptimális tényezők kapcsolatát

kutatásomban nem sikerült tisztázni, ez a terület további felderítésre szorul egy amatőr és egy professzionális kórus bevonásával.

Alapvető kérdés lehet továbbá a középiskolás kórusban éneklő és nem éneklő fiúk vizsgálatának kihagyása. Clift és munkatársai (2010) szignifikáns különbséget találtak a nemek tekintetében a mely arra utal, hogy a nőknél jobban megjelenik a jóllét növekedése az éneklés hatására. A magyarországi kóruskultúrából adódóan azonban csak lányokon volt lehetséges kivitelezni a vizsgálatot. Ez maga után vonhat egy következő kérdést, hogy vajon a férfiak azért nem énekelnek kórusban, mert az nem emeli annyival a jóllétüket, mint egyéb tevékenységek, vagy ennek hátterében más okok állnak. Ennek vizsgálatára érdemes lenne egy kontrollcsoportos eljárásba férfi kórustagokat is bevonni.

Összességében elmondható, hogy az élettellel való elégedettségén keresztül mért jóllét szintje marginálisan magasabb az ének-zenei iskola kórusában éneklő diáklányoknál, mint kórusban nem éneklő társaiknál. Ez egy olyan eredménynek számít, amely alapot adhat a magyar kóruspopuláció énekléshez köthető jóllétének további vizsgálatához. Következő lépésként érdemes feltárni a kórus pozitív hatásainak társas dimenzióját, melynek egyik módja lehetne a társas támogatottság vizsgálatának bevonása, hiszen ehhez rendelkezésre állnak a kutatásomban fel nem használt Multidimenzionális Észlelt Társas Támogatás Kérdőívvel gyűjtött adatok. Ezen felül érdemes több figyelmet fordítani az iskolán kívül végzett csoportos tevékenységek befolyásoló hatására is. A vizsgálat továbbá segíthet hasonló területen kutatóknak tisztázni, hogy pontosan milyen változók járulnak hozzá a kórusban történő énekléshez kapcsolódó szubjektív jóllét kialakulásához.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Busch, S. L., & Gick, M. (2012). A Quantitative Study of Choral Singing and Psychological Well-Being. *Canadian Journal of Music Therapy, 18*(1).
- Clift, S. M., & Hancox, G. (2001). The perceived benefits of singing findings from preliminary surveys of a university college choral society. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health, 121*(4), 248-256.
- Clift, S., Hancox, G., Morrison, I., Hess, B., Kreutz, G., & Stewart, D. (2010). Choral singing and psychological wellbeing: Quantitative and qualitative findings from English choirs in a cross-national survey. *Journal of Applied Arts & Health, 1*(1), 19-34.
- Cohen, G. D., Perlstein, S., Chapline, J., Kelly, J., Firth, K. M., & Simmens, S. (2006). The impact of professionally conducted cultural programs on the physical health, mental health, and social functioning of older adults. *The Gerontologist, 46*(6), 726-734.
- Dasan, M. M. B. (2013). A Study on Music Students Well-Being, Life Satisfaction and Happiness. *Indian Research Journal, 1*(1).

- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of social issues*, 59(4), 865-889.
- Hansen, D. M., & Larson, R. W. (2007). Amplifiers of developmental and negative experiences in organized activities: Dosage, motivation, lead roles, and adult-youth ratios. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(4), 360-374.
- Kirsh, E. R., van Leer, E., Phero, H. J., Xie, C., & Khosla, S. (2013). Factors associated with singers' perceptions of choral singing well-being. *Journal of Voice*, 27(6), 786-e25.
- Laukka, P. (2007). Uses of music and psychological well-being among the elderly. *Journal of happiness studies*, 8(2), 215-241.
- Leveresen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., & Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), 1588-1599.
- Martos, T., Sallay, V., Désfalvi, J., Szabó, T., & Ittész, A. (2014). Az Élettel való Elégedettség Skála magyar változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői [Psychometric characteristics of the Hungarian version of the Satisfaction with Life Scale (SWLS-H)]. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(3), 289-303.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.

MELLÉKLETEK

1. MELLÉKLET: A KARVEZETŐHÖZ INTÉZETT KÉRDÉSEK

Kérdések a karvezetőhöz:

1. Próbával töltött órák száma egy héten:
2. Fellépések száma évente:
3. Külföldi utazások száma évente:
4. A kórus besorolása: professzionális/amatőr

2. melléklet: Kérdőív a kórusban éneklőknek

1. Nem: _____ Kor: _____ Évfolyam: _____
2. Tagozat: gimnázium/angol/német/spanyol/matematika/informatika/sport
3. Miért énekelsz kórusban? (többet is megjelölhetsz)

| | |
|-----------------------|----------------------|
| - szeretek énekelni | - fellépések |
| - barátok/jó társaság | - jó hírnév |
| - minőségi időtöltés | - karvezető személye |
| - utazások | - egyéb: _____ |
4. Hány éve énekelsz kórusban? _____
5. Milyen gyakran érzed, hogy neked kell vezetned a szólamodat? (jelöld számmal)

| |
|---|
| _____ |
| soha 1 2 3 4 5 6 7 mindig |
6. Szoktál szólót énekelni a kórusban? IGEN NEM
7. Van-e valamilyen probléma a hangoddal? (rekedtség, torokfájás, gyulladás)

| | |
|------|-----|
| IGEN | NEM |
|------|-----|
8. Milyen gyakran érzed, hogy a hangod elfárad egy-egy próba után?

| |
|---|
| _____ |
| soha 1 2 3 4 5 6 7 mindig |
9. Milyen a kapcsolatod a karvezetővel?

rossz 1 2 3 4 5 6 7 kiváló

10. Iskolán kívüli egyéb tevékenységek:

| Tevékenység | Gyakoriság | | | |
|-------------------|------------|-----------------------------------|--------------------|---------------------|
| | soha | 1-2 alkalommal egy hónapban | hetente egyszer | hetente többször |
| diákszínjátzó | | | | |
| vallási kör | | | | |
| sport (csoportos) | | | | |
| együttes | | | | |
| tánc | | | | |
| ifjúsági tér | | | | |
| egyéb: _____ | | | | |

11. Szülők iskolai végzettsége:

| Szint | Anya vagy gondviselő | Apa vagy gondviselő |
|------------------|----------------------|---------------------|
| Érettségi | | |
| Szakképzés | | |
| Egyetem/főiskola | | |
| Egyéb | | |

12. Jelöld egy 7 fokú skála segítségével, hogy mennyire értesz egyet a következő állításokkal!

| | | | | | | | |
|--|----------------------------------|--------------------|---------------------------|----------|----------------------|------------|------------------------|
| | egyáltalán nem értek egyet | nem értek egyet | inkább nem értek egyet | semleges | inkább egyetértek | egyetértek | teljesen egyetértek |
|--|----------------------------------|--------------------|---------------------------|----------|----------------------|------------|------------------------|

ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG EGY LEÁNYKARBAN

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Az életem a legtöbb tekintetben közel van az ideálishoz. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Az életkörülményeim kitűnőek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Elégedett vagyok az életemmel. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Eddig minden fontosabb dolgot megszereztem, amit akartam. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Ha újrakezdhetném, szinte semmin nem változtatnék. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

13. Kérlek, az alábbi számok bekarikázásával jelöld be, hogy mennyire igazak rád az alábbi állítások!

| | Egyáltalán nem | Inkább nem | Is-is | Inkább igen | Teljes mértékben |
|--|-------------------|---------------|-------|----------------|---------------------|
| 1. Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akire számíthatok, ha szükségem van rá. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akivel meg tudom osztani az örömeimet és a bánatomat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. A családomra mindig számíthatok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Megkapom a családomtól azt az érzelmi segítséget és támogatást, amelyre szükségem van. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Van legalább egy olyan ismerősöm, aki vigaszt tud nyújtani számomra | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Barátaimra mindig számíthatok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Számíthatok a barátaimra, amikor a dolgok rosszra fordulnak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG EGY LEÁNYKARBAN

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 8. Tudok a problémáimról beszélni a családommal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Vannak barátaim, akikkel megoszthatom az örömeimet és a bánatomat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Van legalább egy olyan fontos személy az életemben, aki törődik az érzéseimmel. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. A családom szívesen segít a döntéseim meghozatalában. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Meg tudom beszélni a problémáimat a barátaimmal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

3. melléklet: Kérdőív a kórusban nem éneklőknek

1. Nem: _____ Kor: _____ Évfolyam: _____
2. Tagozat: gimnázium/angol/német/spanyol/matematika/informatika/sport
3. Iskolán kívüli tevékenységek, és azok gyakorisága:

| Tevékenység | Gyakoriság | | | |
|-------------------|------------|-----------------------------|-----------------|------------------|
| | soha | 1-2 alkalommal egy hónapban | hetente egyszer | hetente többször |
| diákszínjátzó | | | | |
| vallási kör | | | | |
| sport (csoportos) | | | | |
| együttes | | | | |
| kórus | | | | |

ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG EGY LEÁNYKARBAN

| | | | | |
|--------------|--|--|--|--|
| tánc | | | | |
| ifjúsági tér | | | | |
| egyéb: _____ | | | | |

4. Kérlek, az alábbi számok bekarikázásával jelöld be, hogy mennyire igazak rád az alábbi állítások!

| | Egyáltalán nem | Inkább nem | Is-is | Inkább igen | Teljes mértékben |
|--|-------------------|---------------|-------|----------------|---------------------|
| 1. Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akire számíthatok, ha szükségem van rá. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Van legalább egy fontos személy a környezetemben, akivel meg tudom osztani az örömeimet és a bánatomat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. A családomra mindig számíthatok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Megkapom a családomtól azt az érzelmi segítséget és támogatást, amelyre szükségem van. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Van legalább egy olyan ismerősöm, aki vigaszt tud nyújtani számomra | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Barátaimra mindig számíthatok. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Számíthatok a barátaimra, amikor a dolgok rosszra fordulnak. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Tudok a problémáimról beszélni a családommal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. Vannak barátaim, akikkel megoszthatom az örömeimet és a bánatomat. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Van legalább egy olyan fontos személy az életemben, aki törődik az érzéseimmel. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

ÉLETTEL VALÓ ELÉGEDETTSÉG EGY LEÁNYKARBAN

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 11. A családom szívesen segít a döntéseim meghozatalában. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Meg tudom beszélni a problémáimat a barátaimmal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

5. Jelöld egy 7 fokú skála segítségével, hogy mennyire értesz egyet a következő állításokkal!

| | egyáltalán nem értek egyet | nem értek egyet | inkább nem értek egyet | semleges | inkább egyetértek | egyetértek | teljesen egyetértek |
|--|----------------------------|-----------------|------------------------|----------|-------------------|------------|---------------------|
| 1. Az életem a legtöbb tekintetben közel van az ideálishoz. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Az életkörülményeim kitűnőek. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Elégedett vagyok az életemmel. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Eddig minden fontosabb dolgot megszereztem, amit akartam. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Ha újramezhetném, szinte semmin nem változtatnék. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

6. Szülők iskolai végzettsége:

| Szint | Anya vagy gondviselő | Apa vagy gondviselő |
|------------------|----------------------|---------------------|
| Érettségi | | |
| Szakképzés | | |
| Egyetem/főiskola | | |
| Egyéb | | |

AZ EMOCIONÁLIS SÍRÁS ÉS KORRELÁTUMAI

Oláh Adrienn Réka

DE BTK Pszichológia Intézet, olah.adri93@gmail.com

Az emocionális sírás, a könnytermelés fokozódása érzelmek hatására jellegzetes, humánspecifikus jelenség, amelyet biológiai, pszichológiai és szociokulturális tényezők befolyásolnak. Meglehetősen kevésbé kutatott jelenségről van szó, az eddigi eredmények ellentmondásosak. A vizsgálat célja az egészségi állapot, a nemi különbségek, a párkapcsolati elégedettség, a depresszió és az emocionális sírás összefüggéseit vizsgálni. A vizsgálatban való részvétel önkéntes és anonim volt. A kérdőívet interneten keresztül és papír formában töltötték ki a vizsgálati személyek. A Frey és Szabó-féle kérdőívet használtuk a sírás vizsgálatára, alkalmaztuk továbbá a Goldberg-féle Általános Egészségi Kérdőív 28 tételes változatát, és a Kapcsolati Elégedettség Skálát. A kérdőívet 281 személy töltötte ki, 201 nő és 80 férfi. Az átlagéletkor 26,5 év. A nők egy hónap alatt átlagosan 4,2 (\pm 5,0), a férfiak 1,2 (\pm 2,1) alkalommal sírtak, a nők szignifikánsan gyakrabban sírtak férfitársaiknál. Mindkét nemnél kapcsolatban volt az egészségi állapot és a sírás. Nőknél a sírási gyakoriság szignifikáns módon korrelált a Goldberg-féle Általános Egészségi Kérdőív összes alszkálájával (Szomatikus panaszok, Szorongás és inszomnia, Szociális diszfunkció és Depresszió alszkálával) és a kérdőív összpontszámával is. Míg a férfiaknál a Szomatikus panaszok alszkálával, a Depresszió alszkálával és a kérdőív összpontszámával korrelált a sírási gyakoriság. A depresszió pozitív kapcsolatban állt a sírási gyakorisággal. A párkapcsolati elégedettség és a sírási gyakoriság között szignifikáns negatív korreláció állt fenn. Figyelemre méltó, hogy a nők 78%-a, a férfiak 62%-a jobban érzi magát sírás után. Az eredmények szerint a sírás komplex jelenség, amely összefügg az egészségi állapottal, valamint a párkapcsolati elégedettséggel is. Ezen összefüggések feltárására további vizsgálatok szükségesek.

Kulcsszavak: emocionális sírás, egészségi állapot, párkapcsolati elégedettség, Goldberg-féle Általános Egészségi Kérdőív, Kapcsolati Elégedettség Skála

Köszönetnyilvánítás: Szeretnék köszönetet mondani Dr. Szabó Pál Tanár Úrnak szakmai tanácsaiért, segítségéért és támogatásáért.

A sírás három fajtája különíthető el: a csecsemőkori sírás, a kényszersírás vagy patológiás sírás és az emocionális sírás. A csecsemőkori sírás könnyek nélkül történik, fő jellegzetessége a vokalizáció, oka pedig testi diszkomfort érzés. A kényszersírás organikus neurológiai betegség, tünete, a sírás automatikusan, reflexszerűen, általában minden előzmény nélkül jelentkezik, és nem kíséri érzelmi élmény (Szabó, 2000). Az emocionális sírást a következőképp definiálhatjuk: „a könnytermelés érzelmi okra bekövetkező fokozódása” (Szabó, 2000, 50. o.).

Az emocionális sírás az egyén életében viszonylag gyakori jelenség, mégis nagyon keveset tudunk róla, hiszen kevésbé kutatott terület a pszichológiában (Borgquist, 1906; Vingerhoets és Bylsma, 2007; Vingerhoets, Van den Berg, Kortekaas, Van Heck és Croon, 1993). Épp ezért érdekelt, milyen összefüggéseket fogok találni a sírás jelenségkörével kapcsolatban. Az emocionális sírással kapcsolatos eddigi eredmények néhol ellentmondanak egymásnak, ezen ellentmondásokat lentebb fejtem ki. Az eddig megjelent kutatások nagy része az újszülöttkori sírással és a kényszersírással foglalkozik (Szabó, 1990), az emocionális sírás funkciójáról még keveset tudunk (Van Tilburg, Unterberg, és Vingerhoets, 2002).

Az emocionális sírás nem kapcsolható össze csupán egyetlen érzelemmel, habár úgy tűnik, leginkább a szomorúsággal, a dühvel és a frusztrációval áll kapcsolatban (Lombardo, Cretser és Roesch, 2001). Az emocionális sírást biopszichoszociális jelenségként érdemes értelmezni (Eugster, Horsten és Vingerhoets, 2001). A sírás biológiai aspektusai univerzálisabbak, míg a szociális-kulturális aspektusok kevésbé (Becht, Poortinga és Vingerhoets, 2001). A sírásnak élettani és viselkedéses megnyilvánulásai is vannak (Lombardo és mtsai, 2001).

Az emocionális sírás legfontosabb jelenségével, a könnyezéssel kapcsolatban a szemorvosok három típust különböztetnek meg: a bazális, az emocionális, valamint a reflexes, azaz irritáló anyagok által kiváltott könnyezést. Az emocionális könnyekben a fehérje nagyobb koncentrációban van jelen, mint az irritáció okozta könnyekben. Vannak egyéb, minőségi és mennyiségi különbségek is a két könnytípus között (Szabó, 2000).

A SÍRÁS BIOLÓGIAI TÉNYEZŐI

Az emocionális sírást a frontális kéreg kontrollálja, valamint a limbikus rendszer elülső része (Van Haeringen, 2001). A könny tartalmazza a lizozim nevű enzimet, mely baktériumölő hatású (Barniak, Burke, és Venkatesh, 2010). Az immunglobulinok közül legnagyobbbrészt az immunglobulin-A van jelen a könnyben (Van Haeringen, 1981). Az endorfin is a könny alkotóelemei közé tartozik. Az endorfin megváltoztatja a stressz okozta immunológiai változásokat, valamint azokat az idegrendszeri reakciókat, melyek a szorongás során lépnek fel (Szabó, 2000).

A SÍRÁS PSZICHOFIZIOLÓGIÁJA

Az emberek nagy része úgy véli, a sírásnak fizikailag és mentálisan is jótékony hatása van, az empirikus vizsgálatok azonban meglehetősen ellentmondó eredményeket szültek (Bylsma, Vingerhoets és Rottenberg, 2008). Nincs egyetértés a kutatók között arról, mi történik a szervezetünkben a sírási epizód során. A kutatók egy része úgy gondolja, a sírás megnyugtató, feszültségcsökkentő, a gyógyulást segíti elő (pl. Bindra, 1972; Efran és Spangler, 1979), míg más kutatók a sírás során fellépő averzív arousal állapotról beszélnek (pl. Gross, Fredrickson és Levenson, 1994; Rottenberg, Gross, Wilhelm, Najmi és Gotlib, 2002). Két, egymásnak részben ellentmondó nézet létezik a sírás funkciójáról: az élettani helyreállítás hipotézis és az arousal-emelkedés hipotézis.

AZ ÉLETTANI HELYREÁLLÍTÁS HIPOTÉZIS

Az élettani helyreállítás hipotézis (physiological recovery hypothesis) szerint a sírás a homeosztázis visszaállítását szolgálja, és a gyógyulást segíti elő. Frey ? véleménye szerint sírás során azoktól a káros anyagoktól szabadul meg a szervezet, melyek a stressz során gyűltek fel. Frey ? tehát a sírást pozitív jelenségként értelmezi (Szabó, 1990), mely hasznos a szervezet számára. Bindra (1972) is hasonló véleményen van, hangsúlyozza a paraszimpatikus idegrendszer túlsúlyát a sírási epizód során, mely az őt megelőző szimpatikus aktivitást hivatott kompenzálni. Bindra (1972) megjegyzi továbbá, hogy a sírásnak köszönhetően az érzelmek intenzitása nagymértékben csökken. Efran és Spangler (1979) is hasonló állásponton vannak. Véleményük szerint a sírás a feszültségcsökkenéssel van összefüggésben, csak akkor következik be, ha a feszültség már elmúlt, és a szervezet az emelkedett arousal állapotából a gyógyulás irányába mozdult el.

AZ AROUSAL-EMELKEDÉS HIPOTÉZIS

A másik nézőpont, az arousal-emelkedés hipotézis (physiological arousal hypothesis) szerint azonban sírás közben averzív, fokozott arousal-állapot jön létre. Gross és mtsai (1994) vizsgálata ezt a hipotézist erősíti meg, eredményeik szerint a sírás kapcsolatban áll a szomatikus és az autonóm idegrendszer aktivitásának növekedésével. A kutatók a szomorúság kiváltására egy rövid filmet alkalmaztak. Eredményeik szerint azoknál, akik sírtak, nagyobb mértékben nőtt az elektrodermális aktivitás, az ujj hőmérséklete nagyobb mértékben csökkent, gyorsabb volt a pulzusszámuk, valamint a szomatikus aktiváció kevésbé csökkent náluk, mint a nem síró egyéneknél. Az adatok arra utalnak, hogy sírás során fiziológiai arousal-növekedés történik, nő az autonóm idegrendszer aktivitása, ez elmondható mind a szimpatikus, mind a paraszimpatikus ágáról. Utóbbinak szerepe van például a könnyimirigy aktiválásában. További különbségeket találtak a síró és nem síró egyének között: nagyobb mértékű fájdalomról és szomorúságról számoltak be azok az egyének, akik sírtak, szemben azokkal, akik nem sírtak. Rottenberg és mtsai (2002) vizsgálati eredményei szerint is azok, akik

sírtak, nagyobb mértékű szomorúságról számoltak be, és magasabb volt a pulzusszámuk. Ezek az eredmények nem támogatják az élettani helyreállítás hipotézist (Gross és mtsai, 1994).

A KÉT HIPOTÉZIS EGYMÁST KIEGÉSZÍTHETI

Arra a lehetőségre már sokkal kevesebb kutató gondolt, hogy a két nézőpont összehajlítható. Hendriks, Rottenberg és Vingerhoets (2007) szerint a két nézőpont nem kell, hogy kölcsönösen kizárja egymást, hiszen ki is egészíthetik egymást. Vizsgálatukban azt találták, hogy az arousal-hatás a sírási epizód elején jelenik meg: a szívritmus gyorsulása a sírás kezdetét megelőzően volt megfigyelhető. Ez az eredmény – amely szerint a szívritmus gyorsulása csak rövid ideig állt fenn – azt az elképzelést támasztja alá, hogy a paraszimpatikus aktiváció a sírás alatt a kezdeti kardiovaszkuláris aktivációt hivatott kompenzálni. (Ezt már Bindra is leírta 1972-ben). Azt, hogy a sírás kapcsolatban áll a kardiovaszkuláris aktivációval, jelen vizsgálat és korábbi vizsgálatok is megerősítették. Hendriks és mtsai (2007) azonban a szívritmus gyorsulásán kívül egyéb rövid távú aktivációt a szervezetben nem tudtak kimutatni. Ugyanakkor kimutatták, hogy a sírás kapcsolatban áll a lassúbb légzési ütemmel, ez pedig megerősíti azt a nézetet, hogy a sírás elindítja az önnyugtató viselkedéseket. Hendriks és mtsai (2007) elképzelése – mely szerint a sírás előidézi a kezdeti fiziológiai aktivációt (szimpatikus aktiváció), és ezt követi egy hirtelen aktiváció-csökkenés (paraszimpatikus aktiváció) – vizsgálatuk alapján mérsékelten lett alátámasztva.

TOVÁBBI EREDMÉNYEK A SÍRÁS ÉS EGÉSZSÉG KAPCSOLATÁRÓL

Labott és Martin (1988) eredményei szerint fiatal felnőttkorban a sírás összefüggésben áll a betegségek nagyobb számával. Az életkor növekedtével azonban a gyakrabban sírók egészségesebbek voltak azoknál, akik egyáltalán nem sírtak. Vingerhoets and Kirschbaum (1997) közepes korrelációt talált a sírás intenzitása és a kortizolszint csökkenése között. A vizsgálatban a sírás intenzitásának megadása önbevallás alapján történt. Martin, Guthrie és Pitts (1993) eredményei szerint a sírásnak negatív hatása van az immunglobulin A-ra és ennek következtében az egészségre. Amikor az egyének sírtak, szignifikáns módon csökkent az immunglobulin A szintje, ezáltal csökkent a védelem a patogének ellen. Szomorúság érzése esetén nem találtak ilyen jellegű csökkenést az immunglobulin A szintjében.

Nem egyszerű a sírás fiziológiai hatásait vizsgálni, hiszen a sírást kiváltó helyzet hatását rendkívül nehéz elkülöníteni a sírás élettani hatásaitól (Szabó, 1990).

NEMI KÜLÖNBSÉGEK A SÍRÁSBAN

Csecsemőkorban még nincsenek nemi különbségek a sírásban (St. James-Roberts és Halil, 1991). Ez azonban nem jelenti azt, hogy elsősorban szocializációs hatásoknak köszönhetőek a későbbi nemi különbségek, hiszen a hormonális és testi változások a serdülőkor elején jelentkeznek (Bekker és Vingerhoets, 2001).

A kultúránkban élő sztereotípiák szerint könnyeket legfőképp a nők és a gyerekek ejtenek. A szakirodalom alátámasztja ezt az elképzelést: számos vizsgálat megállapította, hogy a nők gyakrabban sírnak, mint a férfiak (Bekker és Vingerhoets, 2001). A nők hosszabb ideig is sírnak, (Bindra, 1972), intenzívebben és gyakrabban, mint a férfiak (Lombardo és mtsai, 2001). Sírási epizódjaik szignifikánsan hosszabbak a férfiakénál: a nők általában két percnél több, de tizenöt percnél kevesebb ideig sírnak, míg a férfiak sírási epizódjai két percesek, vagy még annál is rövidebbek (Bindra, 1972). Kraemer és Hastrup (1986) adatai szerint a nők hétszer gyakrabban sírnak, mint a férfiak, az első hazai sírásvizsgálat eredményei szerint háromszor-négyszer gyakrabban (Szabó, 1988; Szabó, 1990). Ez utóbbi vizsgálat jelentős kultúrközi különbségekre derített fényt: a magyar nők és férfiak sírási gyakorisága szignifikánsan alacsonyabb volt, mint az USA-ban élő nőké és férfiaké (Szabó és Frey, 1991; Szabó és Frey, 1996). A nők nagy része (60%) sírási epizódjaik jellemzésénél heves, magas intenzitású érzelmekről számol be, nem ritka náluk a sírás közbeni remegés és kiabálás. Ezzel szemben a férfiak nagy része (80%) vörös szemeket és néhány könnycseppet tapasztal sírás közben. Hozzá tették, hogy úgy érezték, sírniuk kell, mégsem volt semmi látható jele ennek (Lombardo és mtsai, 2001).

A nők nagyobb empátiás készséggel rendelkeznek, mint a férfiak, számukra könnyebb a másik ember nonverbális jelzéseinek leolvasása, így a ki nem mondott érzések erősebben hatnak rájuk, mint a férfiakra (Ranschburg, 2011). Ennek eredményeképp a másik ember szomorúságát, negatív érzéseit jobban átérzik. Ha az ekkor átélt szomorúságra és negatív hangulatra úgy tekintünk, mint sírást kísérő vagy azt megelőző tényezőkre, megállapíthatjuk, hogy a nők gyakrabban kerülnek sírást előidéző helyzetekbe (Bekker és Vingerhoets, 2001). A nőkre általánosan jellemző, hogy arcukon, mimikájukon, gesztusaikon jobban megjelennek érzéseik, mint a férfiaknak. Ennek oka, hogy a nők számítanak a támogatásra, a megnyugtatóra másoktól, így érzéseiket környezetük tudtára adják (Ranschburg, 2011). A nők tehát gyakrabban és szabadabban fejezik ki érzelmeiket, ez pedig magasabb sírási gyakoriságot eredményezhet (Fischer, 1993). A sírással kapcsolatos vizsgálatok alátámasztják a fentebb elhangzottakat.

Figyelemre méltó, hogy a nemi különbségek még depressziós állapotban is megmaradnak: a depressziós nők gyakrabban sírnak, mint a depressziós férfiak (Rottenberg és mtsai, 2002).

HASONLÓSÁGOK A NEMEK KÖZÖTT

A különbségek mellett fontos megemlíteni a hasonlóságokat is. Mind a nők, mind a férfiak legnagyobb része arról számolt be, hogy jobban érzi magát sírás után, bár a nők kissé jobban érezték magukat, valamint kevesebb szégyent éreztek síráskor (Becht és Vingerhoets, 2002). A férfiak és a nők nagy része egyaránt arról számolt be, hogy legszívesebben egyedül sírna. A két nem ugyanazokat a szavakat használta, hogy leírja a sírás utáni érzelmi állapotát: a legtöbb személy által emlegetett jelző a „felszabadult” volt (Lombardo és mtsai, 2001).

A NEMI KÜLÖNBSÉGEK MEGJELENÉSE

Frey szerint a sírásban a nemi különbségek először 13 évesen jelentkeznek. Ez az időszak a pubertás ideje, a lányok szervezetében nő a prolaktin szint. A prolaktin hormon hatására pedig alacsonyabb lesz a sírási küszöb (Frey, 1985; idézi: Eugster, Horsten, Vingerhoets, 2001).

Van Tilburg, Unterberg és Vingerhoets (2002) vizsgálata szerint a nemi különbségek 11 éves kor előtt jelennek meg és innentől kezdve egyre nagyobbak lesznek, annak eredményeképp, hogy ettől az életkortól a fiúk egyre kevesebbet sírnak, mint a lányok.

A NEMI KÜLÖNBSÉGEK MAGYARÁZATA

A szakirodalomban a nemi különbségekkel kapcsolatosan négyféle magyarázat létezik:

1) A különbség a szociális tanulási folyamatból eredeztethető: a lányoktól a környezetük elfogadja a könnyezést, a fiúktól azonban sokkal kevésbé (Bekker és Vingerhoets; 2001; Van Tilburg és mtsai, 2002). A nők több pozitív reakciót (pl. vigasztalást, támogatást) kapnak sírás esetén, míg a férfiak ilyen jellegű érzelmerkifejezéseit visszautasítják, esetleg kinevetik őket (Fischer, 1993).

2) A férfiak és nők különböző emocionális szituációknak vannak kitéve, valamint eltérően észlelik az egyes szituációkat is (Van Tilburg és mtsai, 2002).

3) Feltételezhetjük, hogy a nők és férfiak különböznek a személyiségükben, valamint a megküzdési stílusukban is, ami magyarázatot adhat a sírásban létrejött nemi különbségekre is (Van Tilburg és mtsai, 2002).

4) A két nem közötti biológiai különbségek, különösen a nemi hormonok szerepet játszanak a nemi különbségekben (Van Tilburg és mtsai, 2002).

TÁRSAS TÁMOGATÁS – A PÁRKAPCSOLAT JELENTŐSÉGE

A társas támogatás jelentőségét számos vizsgálat kimutatta (pl. Stutzer és Frey, 2006), a párkapcsolatnak pedig szerepe van a társas támogatásban. A társas támogatás egészségvédő faktor: a problémák megbeszélésén, a szorongás csökkentésén és a pozitív önértékelésen keresztül képes hatni. Az egyén

életminőségére és általános jóllétére egyaránt hatással van (Dávid, Fülöp, Pataky és Rudas, 2014).

A társas támogatás kapcsolatban áll többek között a csökkent stressz-válasszal is. A társas támogatás elérhetősége tompítja a fiziológiai stressz-választ (Kirschbaum, Klauer, Filipp és Hellhammer, 1995; Uchino és Garvey, 1997; Heinrichs, Baumgartner, Kirschbaum és Ehlert, 2003). Heinrichs és mtsai (2003) laboratóriumi vizsgálata kimutatta, hogy stresszválasz esetén a társas támogatás elérhetősége összefüggésben áll a nyálban lévő kortizol alacsonyabb szintjével, valamint az alacsonyabb kardiovaszkuláris reaktivitással (Heinrichs, Baumgartner, Kirschbaum és Ehlert, 2003). A szerzők az oxitocin szerepét emelik ki. Társas ingerek hatására az oxitocin szintje magasabb lesz (Józsa, 2014). Mivel az oxitocin gátolja a HPA-tengely stressz kiváltotta aktivitását, a pozitív szociális interakciók modulálhatják a HPA-tengely és az autonóm idegrendszer aktivitását (Heinrichs és mtsai, 2003). Az oxitocinnak szerepe van továbbá a párkapcsolati kötődésben is (Pléh, Kovács és Gulyás, 2003).

Elképzelhető továbbá az is, hogy a társas támogatásban részesülő egyének a stresszort kevésbé fenyegetőnek és kontrollálhatóbbnak ítélik meg, mint a társas támogatásban nem részesülő egyének (Kirschbaum és mtsai, 1995).

Legjobb tudomásom szerint eddig nem született vizsgálat a párkapcsolat és az emocionális sírás kapcsolatának feltárására.

PÁRKAPCSOLATI ELÉGEDETTSÉG

A párkapcsolati elégedettség „a partnerek szubjektív értékelése kapcsolatuk egészéről, vagy annak valamely vonatkozásáról” (Martos, Sallay, Szabó, Lakatos és Tóth-Vajna, 2014, 246. o.). A párkapcsolati elégedettség pozitív kapcsolatban áll a lelki egészség több mutatójával. Jelentős hatással bír a párkapcsolat alakulására, stabilitására, továbbá szerepet játszhat az egyén lelki egészségében, általános jóllétében. Elképzelhető ugyanakkor az is, hogy a kapcsolat fordított irányú: a magasabb pszichológiai jólléttel rendelkező emberek párkapcsolataikban is magasabb szintű elégedettséget élhetnek át (Martos és mtsai, 2014).

A párkapcsolat minősége nagy hatással van a partnerek életminőségére és jóllétére egyaránt; egy jól működő párkapcsolat erőt adhat a stresszel való megküzdés során, valamint nehéz élethelyzetekben is (Proulx, Helms és Buehler, 2007). A párkapcsolati elégedettség védő hatása a mentális egészség kapcsán is bizonyított (Kiecolt-Glaser és Newton, 2001).

A házastársi elégedettséggel kapcsolatban számos vizsgálat született. Az eredmények szerint a házastársi elégedettség pozitív kapcsolatban áll az önbecsüléssel (Voss, Markiewicz, és Doyle, 1999), a boldogságszinttel (Glenn és Weaver, 1981) és a nők élettél való elégedettségével (Freudiger, 1983). A házassággal való elégedetlenség növeli a major depressziós epizód kockázatát (Whisman és Bruce, 1999).

A házastársi kapcsolattal való elégedettség tekintetében nemi különbségek is megfigyelhetők: a házastársi kapcsolattal való elégedettség a nők esetében erősebben összefüggött az egészséggel, mint a férfiaknál, továbbá az elégedetlen házasságokban a nők több mentális és szomatikus problémáról számoltak be, mint a férfiak. Az elégedett házasságokban a feleségek és férjek egészségi állapota között nem volt különbség (Levenson, Carstensen, és Gottman, 1993).

Legjobb tudomásom szerint mindeddig még nem született vizsgálat a párkapcsolati elégedettség és az emocionális sírás kapcsolatának feltárására.

SÍRÁS ÉS DEPRESSZIÓ

Viszonylag elterjedt nézet az, hogy a megemelkedett sírási gyakoriság a depressziós hangulat indikátora (Rottenberg, Cevaál és Vingerhoets, 2008; Vingerhoets, Rottenberg, Cevaál, és Nelson, 2007). Az empirikus vizsgálatok eredményei nem egybehangzóak a sírás és a depresszió kapcsolatát illetően. Vannak vizsgálatok, melyek pozitív kapcsolatot találtak: Bindra (1972) leírja, hogy a hosszú, bőséges sírás a posztpartum és premenstruális depresszió tüneteként fordulhat elő. Hastrup Baker, Kraemer és Bornstein (1986) gyenge kapcsolatot talált a depresszió és a sírás között felnőtt populáción. Rottenberg és mtsai (2008) eltérést találtak hangulatzavarban szenvedők és hangulatzavarban nem szenvedők sírása között. Fontos megjegyezni, hogy a depressziót mérő kérdőívek (Beck Depresszió Kérdőív, Zung Önkitöltő Depresszióskála hivatkozások?) tartalmazznak sírásra vonatkozó kérdést. Ez szintén kapcsolatot sugall a depresszió és a sírás között. Olyan vizsgálatok is vannak azonban, melyek nem találtak összefüggést a sírási hajlandóság és a depresszió között (Kraemer és Hastrup 1986; Rottenberg és mtsai, 2002).

Kraemer és Hastrup (1986) vizsgálati eredményei szerint nincs kapcsolat a depresszió szintje és a becsült sírási gyakoriság között. Rottenberg és mtsai (2008) eredményei szerint a hangulatzavarral rendelkező egyének hajlamosabbak olyan esetekben sírni, amikor negatív esemény a sírást kiváltó helyzet. Nem volt azonban különbség a hangulatzavarosok és hangulatzavarban nem szenvedők között abban az esetben, amikor a sírást pozitív esemény idézte elő. A hangulatzavarban szenvedők kevésbé számoltak be sírás utáni hangulatjavulásról, a hangulatzavartól mentes személyekkel összehasonlítva. Férfiak esetében a depresszió súlyossága összefüggésben volt a gyakoribb sírási epizódokkal és a nagyobb sírási hajlammal, nőknél azonban nem állt fenn ez az összefüggés (Rottenberg és mtsai, 2008).

Rottenberg és mtsai (2002) vizsgálatukban szomorú filmet nézettek depressziós és nem depressziós egyénekekkel. Eredményeik szerint nem volt szignifikáns különbség a depressziós és nem depressziós személyek sírási hajlandóságában, továbbá a depressziós résztvevők sírása nem mutatott összefüggést tüneteik súlyosságával. Kérdés, hogy miért nem volt hatással a

depresszió a sírási küszöbre. A szerzők eredményeikre két lehetséges magyarázatot adtak:

1) A túlzott sírás depresszióban elsősorban társas helyzetekben történik. A vizsgálatuk eredménye felveti azt a lehetőséget, hogy a társas kontextus fontos meghatározója lehet a sírásnak a depresszióban.

2) Nem minden depressziós egyénnél változik a sírási küszöb, hanem csak a depresszió egy bizonyos alcsoportjánál: a szomorúság magas szintje facilitálja a sírást depressziós egyéneknél. A depressziós epizód időtartamának hatása volt a sírási viselkedésre: azok az egyének, akik a leghosszabb ideje szenvedtek depresszióban, a legkevésbé voltak hajlamosak sírni. A depresszió tehát a sírási válasz eltompulásával járhat.

Vingerhoets és mtsai (2007) kevés empirikus bizonyítékot találtak arra vonatkozóan, hogy a mély depresszióban szenvedők képtelenek sírni.

Jelen dolgozat célja megvizsgálni azt, milyen kapcsolatban van az emocionális sírás az az egészségi állapottal, a nemi különbségekkel, a párkapcsolati elégedettséggel és a depresszióval. Legjobb tudomásom szerint még nem született vizsgálat a párkapcsolat és az emocionális sírás kapcsolatának feltárására.

Fontosnak tartom, hogy minél többet megtudjunk az emocionális sírás jelenségköréről, hiszen egy kevésbé kutatott területről van szó (Borgquist, 1906; Vingerhoets és Bylsma, 2007; Vingerhoets és mtsai, 1993), valamint a közvélekedés megosztott az emocionális sírással kapcsolatban: sokan úgy gondolják, kifejezetten jót tesz az egyéneknek egy nagyobb sírás, holott a sírás hatása az egészségi állapotra még távolról sem tisztázott. Vannak olyan vizsgálatok, melyek eredménye szerint a sírás negatív hatással van az egészségi állapotra (pl. Martin és mtsai, 1993).

HIPOTÉZISEK

H1: Azok az egyének, akik többet sírnak, jobb egészségi állapotnak örvendenek.

Hipotézisemet a következő szakirodalmi adatra építettem: Bárdos (2014) leírta, hogy amennyiben az érzelem kifejezése gátlás alá kerül, a felgyülemlett energia nem tud levezetődni, így gyakran előfordul, hogy a zsigerekben vezetődik le. Vannak továbbá olyan eredmények, melyek a sírás egészségvédő hatását emelik ki (Bindra, 1972; Efran és Spangler, 1979). Az emberek jelentős része pedig amellet foglal állást, hogy sírás után jobban érzi magát (Becht és Vingerhoets, 2002; Kraemer és Hastrup, 1986). Mindezen adatokból kiindulva azt feltételeztem, hogy a magasabb sírási gyakoriság jobb egészségi állapottal jár együtt.

H2: A nők gyakrabban sírnak, mint a férfiak.

Számos vizsgálat kimutatta: a nők gyakrabban sírnak a férfiaknál (Bekker és Vingerhoets, 2001; Kraemer és Hastrup, 1986; Labott és Martin, 1988; Lombardo és mtsai, 2001; Szabó, 1990). Érdeemesnek tartottam megvizsgálni a nemi különbségeket is a jelen dolgozatban.

H3: A párkapcsolatban élők kevesebbet sírnak az egyedülállóknál.

A párkapcsolatnak szerepe van a társas támogatásban. A társas támogatás egészségvédő faktor: az egyén életminőségére és általános jóllétére egyaránt hatással van (Dávid és mtsai, 2014). A társas támogatás a szorongás csökkentésén keresztül képes hatni, valamint kapcsolatban áll a csökkent stressz-válasszal (Kirschbaum és mtsai, 1995). Ezen adatok alapján azt feltételeztem, hogy a párkapcsolatban élők kevesebbet sírnak az egyedülállóknál.

H4: Magasabb párkapcsolati elégedettség alacsonyabb sírési gyakorisággal jár együtt.

Egy jól működő párkapcsolat erőt adhat a stresszel való megküzdés során, valamint nehéz élethelyzetekben is (Proulx és mtsai, 2007), továbbá a párkapcsolati elégedettség pozitív kapcsolatban áll a lelki egészség több mutatójával (Martos és mtsai, 2014). Mindezek alapján építettem fel a hipotézist.

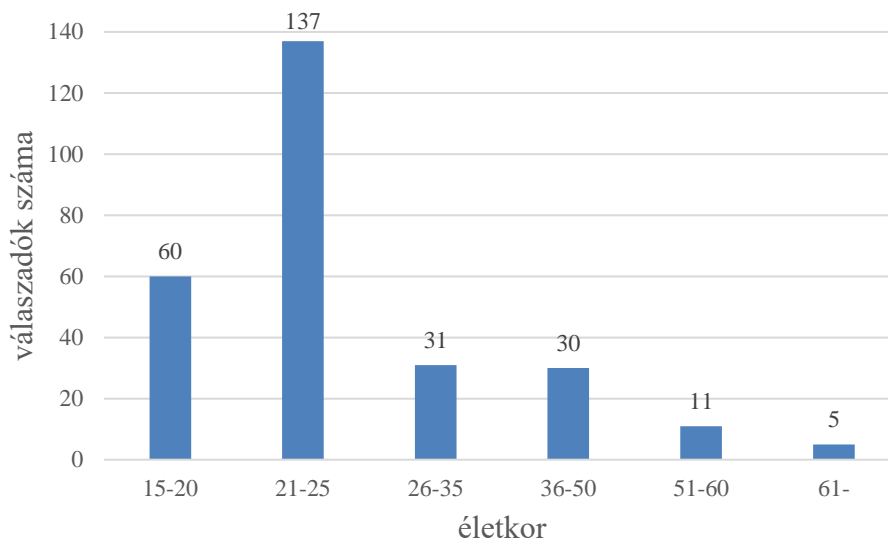
H5: A depresszió pozitív kapcsolatban áll a sírési gyakorisággal.

A depressziót mérő kérdőívek tartalmaznak sírásra vonatkozó kérdést (pl. Beck Depresszió Kérdőív, Zung Önkitöltő Depresszióskála hivatkozások?), így feltételezhetjük a pozitív korrelációt a sírás és depresszió között. Hastrup és mtsai (1986) gyenge kapcsolatot talált a depresszió és a sírás között felnőtt populáción.

MÓDSZEREK

RÉSZTVEVŐK

A kérdőívet 281 fő töltötte ki ($n = 281$), 201 nő és 80 férfi. Egy személyt kizártunk a vizsgálatból, értelmetlen válaszai miatt. Az átlagéletkor 26,5 ($\pm 10,5$). A legfiatalabb kitöltő 15 éves volt, a legidősebb 76 éves. A kitöltők nagyrészt egyetemisták voltak, de a kérdőívet középkorúaknak és idősebb személyeknek is eljuttattam. Az idősebb személyek kitöltési aránya alacsony volt. A minta életkor szerinti megoszlása az 1. ábrán látható. Hét személy nem adott információt az életkorára vonatkozóan. A 21-25 éves korosztály a mintában felülreprezentált, ezt az eredmények értelmezésénél figyelembe kell venni.



1. ábra – A vizsgálati minta életkor szerinti megoszlása

A kitöltők 46%-a gimnáziumi végzettséggel rendelkezik, 43%-a főiskolát vagy egyetemet végzett.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

A kérdőív első néhány kérdése demográfiai adatokra kérdez rá. Ezek a következők voltak: nem, életkor, iskolai végzettség, foglalkozás, családi állapot, valamint a szülők iskolai végzettsége.

A sírás vizsgálatára kérdőívet használtam, a kérdőív neve: Frey és Szabó-féle Sírási Kérdőív (Frey és mtsai, 1983; Szabó, 1990; lásd még Dúll és Varga, 1993). A kérdőív tartalmaz sírási gyakoriságra utaló kérdést („Havonta átlagosan hányszor könnyezik (sír) érzelmi okból? Kérem, adjon meg egy számot.”), a kitöltő feladata, hogy egy hónapra visszamenőleg megbecsülje, hogy hányszor sírt (Dúll és Varga, 1993). Ez a sírási gyakoriság változó. A kérdőív tartalmaz olyan kérdéseket is, melyekre nincsenek megadva lehetséges válaszok, a vizsgálati személyek szabadon írhatják be válaszaikat („Mi a véleménye az érzelmi okból történő sírásról?”). Vannak azonban olyan kérdések is, amikor több lehetőség közül egyet kell kiválasztani (pl. mennyit sír az egyén az átlaghoz képest). A kérdőívet azért választottam a sírás vizsgálatára, mert a kitöltése nem igényel túl sok időt, és részletesen rákérdez az egyén véleményére a sírással kapcsolatban, valamint a sírási szokásaira.

A kérdőívem tartalmazta továbbá a Goldberg-féle Általános Egészségi Kérdőív 28 tételes változatát (General Health Questionnaire, GHQ; Goldberg és Hillier, 1979). A kérdőívnek négy alsóskálája van. Az általános pszichiátriai morbiditás meghatározására a GHQ 28-tételes változatát használjuk (Goldberg és Hillier, 1979), amely a nem-pszichotikus pszichiátriai zavarok mérésére szolgál. A mérőeszközt a világ minden részén kipróbálták (Fichter és mtsai, 1988; Goldberg, 1985; Hobbs és mtsai, 1984; Weyerer és mtsai, 1986; Banks, 1983). A GHQ-t számos

nyelvre (pl. magyar, cseh, német és lengyel nyelv) lefordították (Goldberg 1985), szenzitivitása és specificitása megfelelő. Mindezek miatt döntöttem a GHQ mellett az egészségi állapot vizsgálatokor, továbbá azért, mert a depressziót is szerettem volna vizsgálni, a kérdőívnek pedig van depressziót mérő alskálája. A GHQ alskálái: szomatikus tünetek, szorongás és alvászavar, szociális diszfunkció és depresszió. Egy skálához hét tétel tartozik. A pontozás az alábbiak szerint történik: az első és második válasz nulla pontot ér, a harmadik és negyedik válasz egy pontot ér. Így tehát összesen 0-28 pontot lehet szerezni. A következő kategóriák különülnek el, melyekbe vizsgálati személyeket pontszámaik alapján sorolhatunk. 0-5 pont: egészséges tartomány, 6-11 pont: átmeneti, gyanús tartomány, 11-nél több pont: valószínűleg komolyabb betegség áll fenn.

A párkapcsolati elégedettség vizsgálatára a Kapcsolati Elégedettség Skálát használtam (Relationship Assessment Scale, RAS; Hendrick, 1988). A kérdőív könnyen és gyorsan kitölthető, a világ számos helyén használják, sok nyelvre lefordították. Magyar mintán Martos és mtsai (2014) ellenőrizték a mérőeszköz pszichometriai jellemzőit. A mérőeszköz magyar változata valid és megbízható a vizsgálati eredmények alapján. A kérdőív kiváló belső konzisztenciával (a Cronbach-alfa mindkét nem esetén 0,8-as érték felett van) és teszt-reteszt megbízhatósággal rendelkezik. A párok válaszai erősen korrelálnak, mely a kérdőív validitását bizonyítja. Mindez amellet szolt, hogy a kérdőív alkalmas a párkapcsolati elégedettség vizsgálatára. A nyolcadik, szexuális kapcsolatra vonatkozó kérdés az eredeti kérdőívben nincs benne. A mérőeszköz kiértékelése: A kérdőív egyes állításai egy faktorba rendeződnek, az 1-es, 2-es, 3-as, 5-ös 6-os és 8-as tétel pontozása egyenes, a 4-es és 7-es tételé fordított (Martos és mtsai, 2014).

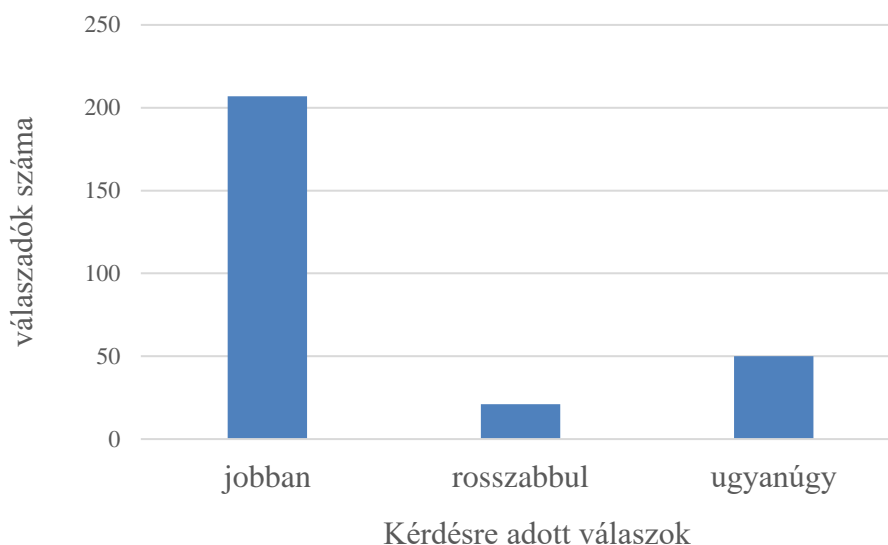
A VIZSGÁLAT LEFOLYTATÁSA

A kérdőívet papír formában és elektronikus úton töltötték ki a vizsgálati személyek. Az eredményeket a két különböző feltétel feltételezhetően nem befolyásolta. A kitöltés anonim módon, önkéntes alapon történt. Papír formában legfőképp a Debreceni Egyetem hallgatói töltötték ki, míg elektronikus formában a barátaimnak és az ismerőseimnek küldtem el, ők pedig továbbküldték az ő barátaiknak és ismerőseiknek.

EREDMÉNYEK

Az eredmények értékeléséhez az SPSS statisztikai programot használtam.

Az átlagos sírasi gyakoriság egy hónapban 3,34 ($\pm 4,59$) volt. A vizsgálati személyek jelentős része, 74%-a jobban érzi magát sírás után (2. ábra).



2. ábra – "A sírás után általában jobban / rosszabbul / ugyanúgy érzi magát, mint a sírás előtt?" kérdésre adott válaszok megoszlása

Az első hipotézisem (H1: Azok az egyének, akik többet sírnak, jobb egészségi állapotnak örvendenek) vizsgálatára Spearman-féle korrelációt alkalmaztam, a sírási gyakoriság nem normális eloszlása miatt. A hipotézis nem teljesült, a kapcsolat ellenkező irányú, mint ahogyan én azt feltételeztem: a sírási gyakoriság a GHQ összes alskálájával pozitívan korrelál ($p < 0,01$). Tehát rosszabb egészségi állapot magasabb sírási gyakorisággal jár együtt. A sírási gyakoriság pozitív kapcsolatban áll a Szomatikus panaszok ($r(279) = 0,27$), a Szorongás és alvászavar ($r(279) = 0,29$), a Szociális diszfunkció ($r(279) = 0,25$), és a Depresszió alskálával ($r(279) = 0,28$), továbbá a GHQ összpontszámával is ($r(279) = 0,34$).

Az egészségi állapot és a sírási gyakoriság kapcsolatát elemezve nemi különbségekre bukkantam. Nők esetében a sírási gyakoriság pozitív kapcsolatban áll a szomatikus panaszokkal, a szorongással és inszomniával, a szociális diszfunkcióval és a depresszióval. Nőknél tehát a sírási gyakoriság szignifikáns módon korrelál a GHQ Szomatikus panaszok ($r(199) = 0,19, p < 0,01$), a Szorongás és inszomnia ($r(199) = 0,32, p < 0,01$), a Szociális diszfunkció ($r(199) = 0,24, p < 0,01$) és a Depresszió ($r(199) = 0,29, p < 0,01$) alskálájával, valamint a GHQ összpontszámával ($r(199) = 0,33, p < 0,01$). Férfiak esetében a sírási gyakoriság pozitív kapcsolatban áll a szomatikus panaszokkal és a depresszióval. Tehát szignifikáns módon korrelál a sírási gyakoriság a GHQ összpontszámával ($r(78) = 0,24; p < 0,05$), a Szomatikus panaszok ($r(78) = 0,37; p < 0,01$), és a Depresszió ($r(78) = 0,28; p < 0,05$) alskálával.

A sírási gyakoriság és a GHQ alskálái és összpontszáma közötti kapcsolatot az 1. táblázat szemlélteti.

| A GHQ egyes alkálái és a sírési gyakoriság kapcsolata | Férfiak | Nők |
|---|------------|------------|
| Szomatikus panaszok | r = 0,37** | r = 0,19** |
| Szorongás és inszomnia | NS | r = 0,32** |
| Szociális diszfunkció | NS | r = 0,23** |
| Depresszió | r = 0,28* | r = 0,28** |
| Összpontszám | r = 0,24* | r = 0,32** |

Megjegyzés:

A GHQ (General Health Questionnaire) az Általános Egészségi Állapot Kérdőívet jelenti.

* p < 0,05

** p < 0,01

1. táblázat: A sírési gyakoriság kapcsolata a GHQ egyes alskáláival és összpontszámával

A második hipotézis (H2: A nők gyakrabban sírnak, mint a férfiak) vizsgálatához a Mann-Whitney-próbát alkalmaztam. A hipotézis teljesült: a nők szignifikánsan gyakrabban sírnak, mint a férfiak ($U = 12728,5$, $p < 0,001$). A nők átlagosan egy hónap alatt 4,19 ($\pm 5,02$), alkalommal sírnak, míg a férfiak 1,2 ($\pm 2,12$) alkalommal.

A harmadik hipotézis (H3: A párkapcsolatban élők kevesebbet sírnak az egyedülállóknál) vizsgálatához szintén Mann-Whitney-próbát alkalmaztam. A családi állapot megadásánál hat lehetőség közül választhattak a vizsgálati személyek: egyedülálló, párkapcsolatban él, élettárral él, házas, elvált, özvegy. Jelen hipotézis vizsgálatakor az egyedülállókat és a párkapcsolatban élőket hasonlítottam össze. Az egész mintát tekintve a párkapcsolatban élők sírési gyakorisága nem különbözik szignifikánsan az egyedülállók sírési gyakoriságától ($U = 6099$, $p = 0,302$). Jelentős nemi különbségekre bukkantam az adatok elemzésénél: a párkapcsolatban élő nők szignifikánsan gyakrabban sírnak, mint az egyedülálló nők ($U = 3047$, $p = 0,021$). Az egyedülálló nők egy hónap alatt átlagosan 3,73-szor sírnak ($\pm 4,92$), a párkapcsolatban élő nőknél ez az érték 4,81 ($\pm 5,23$). Az egyedülálló és párkapcsolatban élő férfiak sírési gyakorisága között a különbség nem szignifikáns ($U = 525$, $p = 0,174$). Az egyedülálló férfiak sírési gyakorisága egy hónapra vetítve 1,71 ($\pm 2,94$), a párkapcsolatban élő férfiaknál ez az érték 0,85 ($\pm 1,19$).

A negyedik hipotézis (H4: Magasabb párkapcsolati elégedettség alacsonyabb sírési gyakorisággal jár együtt) vizsgálatára Spearman-féle korrelációt alkalmaztam. A hipotézis alátámasztást nyert. A párkapcsolati elégedettség és a sírési gyakoriság között enyhe, negatív korreláció van: $r(279) = -0,18$, $p < 0,05$.

Az ötödik hipotézis (H5: A depresszió pozitív kapcsolatban áll a sírési gyakorisággal) vizsgálatakor szintén Spearman-féle korrelációt alkalmaztam. A depresszió és a sírési gyakoriság kapcsolatának vizsgálatára a GHQ Depresszió alskáláját használtam. A kapott eredmények alátámasztják a hipotézist: a depresszió és a sírési gyakoriság között pozitív a korreláció ($r(279) = 0,29$; $p < 0,01$).

Férfiaknál szignifikáns a kapcsolat a sírási gyakoriság és a depresszió között ($r(78) = 0,28$; $p < 0,05$). Nők esetében a kapcsolat szintén szignifikáns ($r(199) = 0,29$; $p < 0,01$). Érdekes, hogy az a két vizsgálati személy, akik önbevallás alapján 30-szor sírnak egy hónapban, nem értek el magas értéket a GHQ Depresszió alskáláján.

MEGVITATÁS

EREDMÉNYEK ELEMZÉSE

Jelen dolgozat célja volt megvizsgálni azt, milyen kapcsolatban van az emocionális sírás az az egészségi állapottal, a nemi különbségekkel, a párkapcsolati elégedettséggel és a depresszióval. A második, negyedik és ötödik hipotézisem alátámasztást nyert, míg az első és harmadik hipotézis nem igazolódott.

Az eredmények szerint a rosszabb egészségi állapot magasabb sírási gyakorisággal jár együtt. Nők esetében a sírási gyakoriság pozitív kapcsolatban áll a szomatikus panaszokkal, a szorongással és inszomniával, a szociális diszfunkcióval és a depresszióval. Férfiak esetében a sírási gyakoriság pozitív kapcsolatban áll a szomatikus panaszokkal és a depresszióval. A GHQ-alskálák nemi különbségeiben talán szerepet játszhat az, hogy a férfiktól kevésbé fogadják el a lelki jellegű panaszokat (pl. szorongás), valamint ők maguk is kevésbé foglalkoznak lelki problémáikkal, ezért inkább szomatikus panaszukat fogalmazzák meg.

Jelen vizsgálat alátámasztotta a már sok vizsgálat által kimutatott eredményt: a nők gyakrabban sírnak a férfiaknál (Bekker és Vingerhoets, 2001; Lombardo és mtsai, 2001). A szakirodalom az emocionális sírás nemi különbségeire már négy főbb magyarázatot is adott, melyeket fentebb ismertettem. További magyarázatot ad Bekker és Vingerhoets (2001) lerása, mely szerint elképzelhető, hogy a maszkulinitással kapcsolatos szociális normák hatására a férfiak elkerülik azokat a szituációkat, melyekről tudják, hogy sírásra készítik őket, ha pedig mégis meghatódnak, visszafojtják könnyeiket. A nőkre pedig jellemző, hogy a szomorúság és a depresszió érzését gyakrabban tapasztalják, mindkét érzés összefüggésben van a sírással. Larson és Pleck (1998) szerint elképzelhető, hogy a férfiak sokkal több érzelmet megélnék, mint amennyit kifejeznek.

A harmadik hipotézisem nem nyert alátámasztást. Az egész mintát tekintve nincs szignifikáns különbség az egyedülálló és párkapcsolatban élők sírási gyakoriságában. Az egyedülálló férfiak és a párkapcsolatban élő férfiak sírási gyakoriságában nincs szignifikáns különbség, a nőknél azonban más a helyzet: a párkapcsolatban élő nők szignifikánsan többet sírnak egyedülálló nőtársaiknál. Magyarázat lehet a kapott eredményre, hogy a nők jobban

bevonódnak társas kapcsolataikba (Ranschburg, 2011), így számukra egy-egy párkapcsolati konfliktus nagyobb mértékű stresszforrást jelenthet. Fontos továbbá, hogy nőknél a párkapcsolat minősége hatással van a lelki és testi egészségre is (Balog, 2008). Gondolhatunk továbbá a sírás kommunikatív funkciójára is (Van Tilburg, Becht és Vingerhoets, 2003): a nők így próbálják partnerük tudomására hozni fájdalukat, bánatukat.

A magasabb párkapcsolati elégedettség és a sírási gyakoriság között enyhe, negatív korreláció van. Az eredményre magyarázat lehet, hogy a párkapcsolati elégedettség pozitív kapcsolatban áll a lelki egészség több mutatójával, továbbá szerepet játszhat az egyén lelki egészségében, általános jóllétében (Martos és mtsai, 2014). A párkapcsolat minősége nagy hatással van az egyén jóllétére; egy jól működő párkapcsolat erőt adhat a stresszel való megküzdés során, valamint nehéz élethelyzetekben is (Proulx és mtsai, 2007).

A depresszió szintje és a sírási gyakoriság között pozitív a kapcsolat. Magasabb szintű depresszió magasabb sírási gyakorisággal jár, a két nem ebben nem különbözik. A sírási gyakoriság és a depresszió szintje közötti pozitív kapcsolatot magyarázhatja az a tény, hogy a depressziós emberek általában kevés pozitív élményben részesülnek, azokat nem is keresik aktívan, így állandóan fennálló negatív, levert hangulatuk miatt egy-egy esemény könnyebben sírásra fakaszthatja őket. Figyelemre méltó, hogy az a két vizsgálati személy, akik önbevallás alapján 30-szor sírnak egy hónapban, nem értek el magas értéket a GHQ depresszió alskáláján. Fontos azonban, hogy a sírás és a depresszió közötti kapcsolatot óvatosan kezeljük, hiszen néhány egyén számára a sírás a stresszre adott adaptív coping válasz, ezért nem szabad automatikusan a depresszió jeleként vagy tüneteként magyarázni (Hastrup és mtsai, 1986). Hastrup és mtsai szintén gyenge kapcsolatot talált a depresszió és a sírás között felnőtt populáción.

A vizsgálat korlátja, hogy a sírási gyakoriságra adott válaszok önbecslésen alapultak, továbbá az adatgyűjtés kényelmi mintavétel alapján történt. A vizsgálatban a 21-25 éves korosztály felülreprezentált, ezt az eredmények értelmezésénél figyelembe kell venni. A magasabb női elemszám szintén korlátot jelenthet.

A vizsgálatot szeretnénk nagyobb mintára kiterjeszteni, a sírás és a megküzdési stratégiák kapcsolatát vizsgálni, továbbá a sírás és az egészségi állapot kapcsolatát részletesebben feltárni. Érdekes lenne megvizsgálni, hogy a párkapcsolatban élő nőknél mi váltja ki a gyakoribb sírást.

KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

Összefoglalva megállapítható, hogy a sírás komplex jelenség, amely összefügg az egészségi állapottal, a depresszióval, a párkapcsolati elégedettséggel és nők esetében a családi állapottal. A vizsgálat azon eredménye, mely a nemi különbségekre mutat rá, összhangban van számos korábbi vizsgálati eredménnyel. Az eddigi vizsgálatok a sírás és az egészség kapcsolatát illetően kevés bizonyítékkal szolgáltak arra nézve, hogy a sírás javítja az egészséget és a

hangulatot (Vingerhoets és Scheirs, 2001). Jelen vizsgálat szintén nem tudta megerősíteni a pozitív kapcsolatot a sírás és az egészségi állapot között: az eredmények szerint a magasabb sírási gyakoriság rosszabb egészségi állapottal jár együtt. Fontos azonban szem előtt tartani, hogy a sírásnak számos pozitív hozadéka van: a síró egyén környezetéből erős hatást vált ki, előmozdítja a segítő viselkedést és erősítheti a kötődést (Vingerhoets és Scheirs, 2001).

Mivel sok az egymásnak ellentmondó eredmény, az összefüggések feltárására további vizsgálatok szükségesek.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Balog, P. (2008). A házastársi/élettársi kapcsolat szerepe az esélyteremtésben. In: Kopp M. (szerk.): *Esélyerősítés és életminőség a mai magyar társadalomban*. Budapest: Semmelweis Kiadó; 240-249
- Banks, M. H. (1983). Validation of the General Health Questionnaire in a young sample. *Psychological Medicine*, 13, 349-353
- Bárdos, Gy. (2014). Érzelmek és zsigerműködés. In: Bányai É., Varga K. (szerk.): *Affektív pszichológia – az emberi késztetések és érzelmek világa*. Budapest: Medicina Könyvkiadó; 345-356
- Barniak, V. L., Burke, S. E. és Venkatesh, S. (2010). Comparative evaluation of multi-purpose solutions in the stabilization of tear lysozyme. *Contact Lens and Anterior Eye*, 33, S7-S11
- Becht, M. C., Poortinga, Y. H., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2001). Crying across countries. In: A. J. J. M. Vingerhoets, és R. R. Cornelius (szerk.): *Adult Crying. A Biopsychosocial Approach*. Hove: Brunner-Routledge; 135-158
- Becht, M. C., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2002). Crying and Mood Change: A cross-cultural study. *Cognition and Emotion*, 16 (1), 87-101
- Bekker, M. H. J., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2001). Male and female tears: swallowing versus shedding? The relationship between crying, biological sex and gender. In: A. J. J. M. Vingerhoets, és R. R. Cornelius (szerk.): *Adult Crying. A Biopsychosocial Approach*. Hove: Brunner-Routledge; 91-113
- Bindra, D. (1972). Weeping: a problem of many facets. *Bulletin of the British Psychological Society*, 25, 281-284
- Borgquist, A. (1906). Crying. *The American Journal of Psychology*, 17 (2), 149-205
- Bylisma, L. M., Vingerhoets, A. J. J. M., és Rottenberg, J. (2008). When is Crying Cathartic? An International Study. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27 (10), 1165-1187
- Dávid, I., Fülöp, M., Pataky, N., és Rudas, J. (2014). Stressz, megküzdés, versengés, konfliktusok. Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetsége, Budapest: Géniusz könyvek
- Dúll A., és Varga K. (1993). Az emocionális sírás. In: Dúll A., Varga K. (szerk.): *Általános pszichológiai gyakorlatok*. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó; Vol. 2. 37-39

- Efran, J. S., és Spangler, T. J. (1979). Why Grown-Ups Cry –A Two-Factor Theory and Evidence from The Miracle Worker. *Motivation and Emotion*, 3 (1), 63-72
- Eugster, A., Horsten, M., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2001). Menstrual cycle, pregnancy, and crying. In: A. J. J. M. Vingerhoets, és R. R. Cornelius (szerk.): *Adult Crying. A Biopsychosocial Approach*. Hove: Brunner-Routledge; 177-198
- Fichter, M. M., Elton, M., Diallina, M., Koptagel-Ilal, G., Fthenakis, W. E., és Weyerer, S. (1988). Mental illness in Greek and Turkish adolescents. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 237, 125-134
- Fischer, A. H. (1993). Sex differences in emotionality: Fact or stereotype? *Feminism and Psychology*, 3, 303-318
- Freudiger, P. (1983). Life satisfaction among three categories of married women. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 213 – 219
- Frey, W. H., Hoffman-Ahern, C., Johnson, R. A., Lykken, D. T., és Tuason, V. B. (1983). Crying behavior in the human adult. *Integrative Psychiatry*, 1 (3), 94-98
- Glenn, N. D., és Weaver, C. N. (1981). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 161 – 168
- Goldberg, D. P. (1985). The use of screening questionnaires by family doctors. In: Pichot, P., Berner, P., Wolf, R., Thau, K. (szerk.): *Psychiatry, the state of the art, 7. Epidemiology and community psychiatry*. New York: Plenum Press; 273-278
- Goldberg, D. P., és Hillier, V. F. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9, 139-145
- Gross, J. J., Fredrickson, B. L., és Levenson, R. W. (1994). The psychophysiology of crying. *Psychophysiology*, 31, 460-468
- Hastrup, J. L., Baker, J. G., Kraemer, D. L., és Bornstein, R. F. (1986). Crying and Depression Among Older Adults. *The Gerontologist*, 26 (1), 91-96
- Heinrichs, M., Baumgartner, T., Kirschbaum, C., és Ehlert, U. (2003). Social Support and Oxytocin Interact to Suppress Cortisol and Subjective Responses to Psychosocial Stress. *Biological Psychiatry*, 54, 1389-1398
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50 (1), 93—98
- Hendriks, M. C. P., Rottenberg, J., és Vingerhoets A. J. J. M. (2007). Can the Distress-Signal and Arousal-Reduction Views of Crying Be Reconciled? Evidence From the Cardiovascular System. *Emotion*, 7 (2), 458-463
- Hobbs, P., Ballinger, C. B., Greenwood, C., Martin, B., és McClure, A. (1984). Factor analysis and validation of the General Health Questionnaire in men: a general practice survey. *British Journal of Psychiatry*, 142, 270-275.
- Józsa, E. (2014). Társas szükségletek. In: Bányai, É., és Varga, K. (szerk.): *Affektív pszichológia – az emberi késztetések és érzelmek világa*. Budapest: Medicina Könyvkiadó Zrt., 287-341
- Kiecolt-Glaser, J. K., Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127 (4), 472–503
- Kirschbaum, C., Klauer, T., Filipp, S.H., és Hellhammer, D.H. (1995). Sex-specific effects of social support on cortisol and subjective responses to acute psychological stress. *Psychosomatic Medicine*, 57, 23–31

- Kraemer, D. L., és Hastrup, J. L. (1986). Crying in natural settings: global estimates, self-monitored frequencies, depression and sex differences in an undergraduate population. *Behaviour Research and Therapy*, 24 (3), 371-373
- Labott, S. M., és Martin, R. B. (1988). Emotional Weeping, Age, and Physical Disorder. Paper presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association (96th, Atlanta, GA, August 12-16).
- Larson, R., és Pleck, J. (1998). Hidden feelings: emotionality in boys and men. *Nebraska Symposium on Motivation*, 45, 25-74 ???
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., és Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8, 301-313
- Lombardo, W. K., Cretser, G. A., és Roesch, S. C. (2001). For Crying Out Loud - The Differences Persist into the '90s. *Sex Roles*, 45, 529-547
- Martin, R.B., Guthrie, C.A., és Pitts, C.G. (1993). Emotional crying, depressed mood, and secretory immunoglobulin A. *Behavioral Medicine*, 19 (3), 111-114
- Martos T., Sallay V., Szabó T., Lakatos Cs., és Tóth-Vajna R. (2014). A Kapcsolati Elégedettség Skála magyar változatának (RAS-H) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15 (3), 245-258
- Pléh, Cs., Kovács Gy., és Gulyás, B. (2003). *Kognitív idegtudomány*. Budapest: Osiris Kiadó
- Proulx, C., Helms, H., Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A MetaAnalysis. *Journal of Marriage and Family*, 69 (3), 576-593
- Ranschburg J. (2011). *Nők és férfiak*. Kaposvár: Saxum Kiadó Kft.
- Rottenberg, J., Cevaál, A., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2008). Do mood disorders alter crying? A pilot investigation. *Depression and Anxiety*, 25 (5) E9-15
- Rottenberg, J., Gross, J. J., Wilhelm, F. H., Najmi, S., és Gotlib I. H. (2002). Crying Threshold and Intensity in Major Depressive Disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 111 (2), 302-312
- St. James-Roberts, I., és Halil, T. (1991). Infant Crying Patterns in the First Year: Normal Community and Clinical Findings. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 32, (6), 951-968
- Stutzer, A., és Frey, B. S. (2006). Does marriage make people happy, or do happy people get married? *The Journal of Socio-Economics*, 35, 326-347
- Szabó P. (1988). Az emocionális sírásról. In: Túry, F. (szerk.): *A falakon kívül és belül. Pszichiátriai aktualitások*. Az MTA Debreceni Akadémiai Munkabizottságának közleményei. Debreceni Akadémiai Bizottság, Debrecen, 50-58
- Szabó, P. (1990). *Újabb adatok az emocionális sírásról*. Az MPT és a Magyar Pszichofiziológiai és Egészséglélektani Társaság Közleményei.
- Szabó, P. (2000). A sírás biológiai és pszichológiai vonatkozásai. *Erdélyi Pszichológiai Szemle*, 1 (1), 49-56
- Szabó, P., és Frey, W. H.: Emotional crying: A cross-cultural study. II. Európai Pszichológus Kongresszus, Budapest, 1991. júl. 8-12.
- Szabó, P., és Frey, W. H.: The prevalence of emotional crying in the United States and in Hungary. Conference on the (Non)Expression of Emotions in Health and Disease. Tilburg, 1996. aug. 28-30.

- Uchino, B. N., és Garvey, T. S. (1997). The availability of social support reduces cardiovascular reactivity to acute psychological stress. *Journal of Behavioural Medicine*, 20, 15–27
- Van Haeringen, N. J. (1981). Clinical Biochemistry of Tears. *Survey of Ophthalmology*, 26 (2), 84-96
- Van Haeringen, N. J. (2001). The (neuro)anatomy of the lacrimal system and the biological aspects of crying. In: A. J. J. M. Vingerhoets, és R. R. Cornelius (szerk.): *Adult Crying. A Biopsychosocial Approach*. Hove: Brunner-Routledge; 19-36
- Van Tilburg, M. A. L., Becht, M. C., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2003). Self-reported crying during the menstrual cycle: sign of discomfort and emotional turmoil or erroneous beliefs?. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology*, 24 (4), 247-255
- Van Tilburg, M. A. L., Unterberg, M. L., és Vingerhoets, A. J. J. M. (2002). Crying during adolescence: The role of gender, menarche, and empathy. *British Journal of Developmental Psychology*, 20, 77-87
- Vingerhoets, A., és Bylsma, L. (2007). Crying and Health: Popular and Scientific Conceptions. *Psychological Topics*, 16 (2), 275-296
- Vingerhoets, A. J. J. M., és Kirschbaum, C. (1997). Crying, mood, and cortisol. *Psychosomatic Medicine*, 59, 92-93
- Vingerhoets, A. J. J. M., Rottenberg, J., Cevaál, A., és Nelson, J. K. (2007). Is there a relationship between depression and crying? A review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 115, 340-351
- Vingerhoets, A. J. J. M., és Scheirs, J. G. M. (2001). Crying and health. In: A. J. J. M. Vingerhoets, és R. R. Cornelius (szerk.): *Adult Crying. A Biopsychosocial Approach*. Hove: Brunner-Routledge; 227-246
- Vingerhoets, A. J. J. M., Van den Berg, M. P., Kortekaas, R. Th. J., Van Heck, G. L., és Croon, M. A. (1993). Weeping: Associations with personality, coping and subjective health status. *Personality and Individual Differences*, 14 (1), 185-190
- Voss, K., Markiewicz, D., és Doyle, A. B. (1999). Friendship, marriage, and self-esteem. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16, 103 – 122
- Weyerer, S., Elton, M., Diallyna, M., és Fichter, M. M. (1986). The principal component structure of the General Health Questionnaire among Greek and Turkish adolescents. *European Archives of Psychiatry and Neurological Sciences*, 236, 75-82
- Whisman, M. A., és Bruce, M. L. (1999). Marital distress and incidence of major depressive episode in a community sample. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 674 – 678

A FILMEKBE VALÓ BEVONÓDÁS, AZ EMLÉKEZET ÉS A PREFERENCIAÍTÉLETEK A MÉDIUM

Peszeki Nikolett¹, Dr. Papp-Zipernovszky Orsolya²

¹ELTE PPK Pszichológia nikolett.peszeki@gmail.com

²SZTE BTK Pszichológiai Intézet

Jelen kutatásban arra a kérdésre keressük a választ, hogy napjaink megváltozott, a felgyorsult élethez alkalmazkodó filmnézési szokásai mennyiben befolyásolják a befogadás kognitív és érzelmi összetevőit. Vizsgáljuk a filmnézés körülményeinek (nyugodt, zavartalan környezet versus zavart környezet), a filmi narratívumba való bevonódásnak (NES, Buselle & Bilandzic, 2009), az emlékezetnek és a tetszésítéletnek az összefüggéseit, 45 egyetemista hallgató válaszaiban. Az eredmények szerint a kísérleti helyzetben a zavarás nem volt hatással a narratív bevonódásra és az emlékezeti előhívásra, és a szubjektív megítélésre is csak tendenciaszinten. A narratív bevonódás és a szubjektív filmélmény között viszont erős összefüggés volt tapasztalható.

Kulcsszavak: Narratív bevonódás, filmnézés, médiafogyasztás, zavart ingerfeldolgozás

Köszönetnyilvánítás: Ezúton szeretnénk köszönetet mondani mindazoknak, akik segítettek abban, hogy ez a munka létrejöhessen, illetve azoknak, akik véleményükkel és javaslataikkal támogatták.

Az ember sajátos szüksége a történetekben való gondolkodás és kommunikáció, a társas folyamatok történetként való feldolgozása, a bejövő információk történetként való kódolása (Woodside, Sood, & Miller, 2008; Schank & Abelson, 1995). Ezt segítik elő a mindennapjainkban jelen levő történetek (pl. mesék, életesemények), melyek születésüinktől kezdve körülvesznek minket, és hatnak ránk (Balogh, Bedekovics, Imre, Peszeki, & Scharle, 2014). A történetalapú információk könnyebben megérthetőek, és feldolgozásuk után is könnyebben hozzáférhetőek, felidézhetőek, mint a nem narratív típusúak (Adaval & Wyer, 1998). Az érzelmekre, világnézetre és az önészlelésre gyakorolt hatásuk irodalmi művek esetében széles körben kutatott (Gerrig, 1993; Djikic, Oatley, Zoeterman & Peterson, 2009a; Djikic, Oatley, Zoeterman & Peterson, 2009b; Kuiken, Sikora & Miall, 2004), sőt napjainkra már a média, a reklámpszichológia, a termékeiket értékesítő vállalatok is felfigyeltek (pl. Lien & Chen, 2013), és számos reklámban tudatosan felhasználják a történetformájú közléseknek az attitűdök kialakításában, formálásában játszott szerepét (Green & Brock, 2000; Balogh et al., 2014). A pszichológiai hatás kulcsa minden esetben a történetekbe való bevonódás, vagy abszorpció, mely a művészetpszichológiában összetett – kognitív és affektív folyamatokat egyesítő – ernyőfogalom (Kuiken et al., 2004; Papp-Zipernovszky, 2012).¹ Adaptív pszichológiai funkciói mellett a történeteknek szórakoztató hatása is van. Így mesék, könyvek, filmek, sorozatok színesítik szabadidőnket. A filmtörténet kezdete óta rengeteget változtak a filmnézési trendek, szokások, stílusok, médiafogyasztási tendenciák és a zavartalan, kényelmes élmény biztosításáért felelős eszközök, filmnézési platformok is (Bordwell, Thompson, & Ashton, 1997). Ez részben a megnövekedett és felgyorsult információáramlás és a mostani kommunikációs korszak újabb és újabb vívmányainak köszönhető (Rosengren, 2008), részben pedig az ember ezekhez való gyors adaptációjának (pl. McLuhan, 1994). A hagyományos filmközvetítő eszközöket, mint amilyen a mozi és a televízió felváltják újabb, kényelmet és hordozhatóságot nyújtó csatornák, mint például a számítógép, laptop, táblagép, okostelefon, vagy ezek kombinációi (Digital TV Research, 2013). A filmnézés átalakul egy otthon is elérhető szórakozássá, kikapcsolást elősegítő vagy unaloműző tevékenységgé (Nagy Filmnézési Felmérés, 2013). Bár ezek a technikai változások valóban sok szempontból emelik a komfortérzetet, alkalmazkodva digitalizálódó mindennapjainkhoz, elképzelhető, hogy hátrányt is hordoznak magukban. Az elektronikus olvasás tekintetében például egy oldalnál hosszabb, lineáris szövegeknél jelentős eltéréseket találtak az olvasottak megértésében, az események időrendi rekonstrukciójában (pl., Mangen et al., 2013; Wästlund et al., 2007), valamint tablet alkalmazásakor a szövegbe való narratív bevonódásban (Mangen & Kuiken, 2015).

Jelen kutatás elfogadja a művészetpszichológiai kutatásoknak a narratívumok befogadása (filmnézés, regényolvasás) és érzelmekre (pl. tetszés),

¹ A narratívumokról meglevő kurrens empirikus tudás nem tesz különbséget a megértés és a hatás leírásakor irodalmi és filmes műalkotás között, hiszen a történetmondás és az elbeszélés szerkezetének logikája a humán gondolkodás alapvető jellegzetességeit artikulálja (Kovács, 2002), egy közös esemény-megértési mechanizmus létezése felé mutat (Zwaan és Radvansky, 1998).

emlékezetre, önészlelésre gyakorolt hatása közti kapcsolatot, valamint a bevonódás szerepét a folyamatban. Célja, hogy a megváltozott filmnézési szokások, körülmények hatásairól pontosabb képet kapjunk a befogadás meghatározott kognitív és érzelmi összetevőinek tekintetében. A digitalizáció olvasásra gyakorolt hatásáról is az elmúlt évekből állnak csak rendelkezésre empirikus eredmények; a filmek esetében egyáltalán nincs tudomásunk olyan vizsgálatokról, melyek a befogadás körülményeit manipulálják kísérletileg. A vizsgálatban kérdőíves és kísérleti kutatási paradigmát is felhasználó, kevert módszert alkalmaztunk. Ennek megfelelően a szakirodalmi áttekintésben a narratív bevonódás fogalomkörére (Busselle & Bilandzic, 2009) és kérdőíves mérési lehetőségeire, a zavart ingerfeldolgozás jelenségére (Fernandes & Moscovitch, 2000; 2003), valamint a személyes ítéleteket befolyásoló környezeti hatásokra (Fiske, 2006) is kitérünk.

A NARRATÍV BEVONÓDÁS

A bevonódás az adott műben való elmerülést jelenti (Gerrig, 1994), mely elbeszélések esetén az összes mentális struktúrának az adott történet eseményeire való fókuszálása (Busselle & Bilandzic, 2009). A narratív bevonódás több mint az információ befogadása, a figyelem fókuszálása, mivel az adott személy teljesen beleéli magát a történetbe, aktívan átéli az adott kontextust, és eközben jól érzi magát (Wang, 2006). A narratív bevonódás során olyannyira magunkénak érezzük a történetet, hogy annak minden fordulata magával ragad bennünket, a veszélyes helyzeteket, bizonytalanságot magunk is fenyegetőnek éljük meg, a szomorú elemeken pedig elérzékenyülünk. A történettel eggyé válunk, annak hatása alatt állunk, és a realitáshoz is korlátozottan férünk hozzá az adott időszakban (Lien & Chen, 2013). Nagy egyéni különbségek figyelhetők meg a narratív bevonódás mértékében és gyakoriságában, ám az emberek nagy része átéli a különböző művek kapcsán (Wang & Calder, 2006).

Busselle és Bilandzic (2009) szerint a narratív bevonódás négy összetevőből áll, melyek a jelenséget mérő kérdőív faktorait is adják: a Narratív Megértés faktor jelenti a narratív realizmust, valóságosítást és a kognitív perspektíva-felvétel képességét; a Figyelmi Fókusz faktor a fókusz irányát, a koncentrátságot tárja fel, illetve a figyelemelterelődés mértékét; az Érzelmi Bevonódás faktor a szereplőkkel való együttérzésre, az értük való aggodásra utal. A negyedik faktor a Narratív Jelenlét, mely a valóságos világtól való távolságot, a képzeleti jelenségbe való belemerülést méri (Busselle & Bilandzic, 2009).

A kutatások szerint a bevonódás mértékét több tényező befolyásolja (Green & Brock, 2002). A bevonódás képi modellje (transportation imagery model, TIM) az abszorpcióra való vonásszintű hajlamot (Simor, Köteles, & Bódizs, 2011), illetve a képi feldolgozás képességét tartja döntőnek. Utóbbi azt jelenti, hogy mennyire képes a személy akár fizikai ingerek nélkül visszaidézni, visszajátszani az adott műalkotás-részletet, vizualizálni azt, mentálisan megjeleníteni. Ha valaki hajlamos ezekre a jelenségekre, akkor nagy valószínűséggel könnyebben is merül el a műben, jobban bevonódik, megtapasztalja a mű – jelen esetben a film – saját,

belső világát (Green & Brock, 2002). A képi feldolgozás képessége feltételezhetően a figyelmi komponenssel áll összefüggésben. Bilandzic és Busselle (2008) szerint a bevonódást bármiféle külső és belső jelenség befolyásolhatja vagy veszélyeztetheti. Ilyenek lehetnek egyes mentális folyamatok, amelyek bizonyos mértékű kognitív és érzelmi erőforrásokat igényelnek, de külső tényezők is, mint például a figyelem elterelése. Ennek oka, hogy a történetbefogadás közben működő kognitív folyamatok, melyek az ingerek strukturálását, sémába illesztését, értelmezését végzik, a narratíva kibontakozásával és időbeli előrehaladásával folyamatosan frissítik a történet mentális reprezentációját (Zwann, Langston, & Graesser, 1995), így megzavarásuk befolyásolhatja a megértést és a bevonódást.

AZ ELŐHÍVÁS – EMLÉKEZETI FOLYAMAT

A három emlékezeti folyamat közül (kódolás, tárolás, előhívás) az előhívás típusai a felismerés és a felidézés. Utóbbi esetben a közvetlen ingerek megjelenése vagy jelenléte nélküli tudattartalom (célemlék, célemléknyom) visszanyerése történik (Neisser, 1967). Egy olyan instrukció, mint az „Írja le a látott filmet olyan részletesen, ahogy csak tudja!”-mondat hívóingere lehet az előhívásnak, mivel leszűkíti, specifikálja a keresett célemlék eléréséhez szükséges raktározott tartalmakat. Az előhívás során az egyes emlékek asszociálják egymást, egy film elmesélése során például akár kronologikus, vagy a logika szabályainak megfelelő tényezők mentén, az aktivációs szint nagyságától függően. „A terjedő aktiváció olyan, mint egy „energiafolyam”, amely összeköti az egyes emléknymokat.” (Baddeley, Eysenck, & Anderson, 2010, 255. o).

Az előhívás jelenségét számos tényező befolyásolhatja. Így például hatékonyságát csökkenti, ha nem fordítunk figyelmet a hívóingerekre, nem olvassuk el a feladat instrukcióját. Fernandes és Moscovitch (2000, 2003) kutatásai alapján tudjuk, hogy az előhívás legegyszerűbb akadályozása egy másik feladat párhuzamos bevezetése akár az előhívás során, de főleg a kódoláskor, különösen, ha az más információkra való odafigyelést igényel. Ezt számos kísérlet bizonyítja, mind abban az esetben, ha a másodlagos feladat hasonló az első feladathoz (Fernandes & Moscovitch, 2000; 2003), mind pedig akkor, ha a másodlagos feladat teljesen eltér az elsődlegestől (Craik, Govoni, Naveh-Benjamin, & Anderson, 1996). A felidézés során bekövetkező zavarás kevésbé rontja az előhívást, mint a kódolás alatti, mely arra utal, hogy a kódolás alapvetően több figyelmet igényel a felidézésnél (pl. Baddeley, Lewis, Eldridge, & Thompson, 1984; Craik et al., 1996).

Kutatásunkban a filmnézés eltérő kódolási kontextusainak hatását vizsgáltuk a bevonódásra, a tetszésre és az emlékezeti előhívásra, így nem térünk ki az előhívást befolyásoló általános (pl. a bartletti séma fogalma, Bartlett, 1932) és specifikus tudás, illetve más egyéni eltérések szerepére. A személyek egy mai magyar környezetben játszódó lineáris kronológiájú játékfilmet néztek meg, melyet egy korábbi kutatásban már alkalmaztunk (Tóth, 2014). Mivel ebben nem

merült fel a megértést nehezítő, tudásbeli tényező, alkalmasnak tartottuk a filmet arra, hogy az eltérő kódolási kontextusok hatását vizsgáljuk vele.

PREFERENCIAÍTÉLETEK

A szubjektív preferenciaítéletet és annak hatását az emlékezetre Eich, Macaulay és Ryan (1994) hangulatfüggő emlékezet jelenségével és Blaney (1986) hangulatkongruens emlékezet jelenségével lehet összefüggésbe hozni. Előbbi elmélet szerint a kódolás és felidézés hangulati állapotának párhuzama befolyással van az emlékezeti teljesítményre (Eich et al., 1994). Így például ha a kódolás és felidézés is jó, vagy éppen rossz hangulatban telik, több emléket tudunk felidézni, mintha a két állapot nem lenne kongruens. Blaney (1986) elmélete szerint pedig a kódolás idején fennálló hangulat meghatározza a felidézett elemek minőségét, így a jobb hangulat a pozitív emlékek könnyebb felidezésével jár, és fordítva. Hasonló lehet a helyzet a preferencia-ítéletekkel: a nyugodtabb, alkalmasabb, komfortosabb kondíciók közötti, ezáltal jobb hangulatú kódolás jobb ítéletekhez vezethet, mivel Blaney (1986) elméletét követve a pozitívabb élmények ebben a hangulatban hozzáférhetőbbek, a pozitívabb szubjektív megítélés pedig növeli az előhívás hatékonyságát.

A preferenciaítéletek és a bevonódás közötti összefüggésnek alapot adhat Fulmer, D'Mello, Strain és Graesser (2015) munkája, melyben a diákok preferenciaalapú szövegválasztásait moderáló tényezőnek találták a szöveg bonyolultsága és a bevonódás, illetve a tanulás között. Eredményeik szerint a kedvelt szöveg olvasása mindenképpen bevonódáshoz vezetett a szöveg bonyolultságától függetlenül, míg a preferencián kívül eső szövegek csak akkor vezettek bevonódáshoz, ha azok bonyolultabbak voltak. Egy másik kutatás szerint egy történet olvasása közben a „helyesség” érzése a történettel való azonosulás, bevonódás előidézője, előfeszítője lehet, illetve ebben az esetben az implicit benyomások is jobban hatnak az adott személyre (Vaughn, Hesse, Petkova, & Trudeau, 2009). Végül, Busselle és Bilandzic (2009) kutatásából tudjuk, hogy a nagyobb bevonódás nagyobb élvezettel jár, ám az összefüggés iránya nem tisztázott, így az is elképzelhető, hogy a pozitív érzések vezetnek a nagyobb bevonódáshoz.

A KUTATÁS CÉLJA

A kutatás célja, hogy a narratív bevonódás jelenségét (Busselle & Bilandzic, 2009) több kísérleti elrendezésben is megvizsgáljuk aszerint, hogy a vizsgálati személy milyen körülmények között néz meg egy rövidfilmet. A nyugodt, zavartalan körülmény mellett egy zsúfolt, zavaró kísérleti elrendezést is alkalmazunk, valamint expliciten is zavarjuk a résztvevőket egy harmadik kondícióban Bilandzic és Busselle (2008) nyomán azt feltételezve, hogy utóbbi két alkalommal kevésbé tudnak bevonódni a történetbe. Az első kondíció ideális filmnézési

kontextus: a vizsgálati személyek otthonról, sötétített szobában, kényelmesen nézték végig az anyagot ('A' kondíció). A második helyzetben a résztvevők egy intézeti folyosón vettek részt a vizsgálatban; körülöttük állandóan beszélgetések, mozgolódás, emberek sokasága ('B' kondíció). A harmadik filmnézési helyzet az elsőhöz hasonlóan otthon zajlott, ám a vizsgálati személynek a filmnézés alatt folyamatosan kérdésekre kellett válaszolnia ('C' kondíció).

A bevonódáson kívül Fernandes és Moscovitch, (2000; 2003)) kísérleteire alapozva vizsgáljuk az emlékezeti előhívás jelenségét azt feltételezve, hogy a zavart ingerfeldolgozás kevésbé hatékony felidézéshoz vezet. A narratív bevonódás és a figyelmi-emlékezeti funkciók összefüggését feltételezzük Green és Brock (2002) gondolataira alapozva, miszerint többek közt a képi feldolgozás képessége, mely a visszaidézést és visszajátszást, valamint hasonló kognitív folyamatokat jelenti, kritikus a bevonódásra nézve.

Továbbá vizsgáljuk a felsorolt jelenségeken kívül a személyek filmhez való szubjektív viszonyulását, azt, hogy mennyire tetszett nekik a film, mennyire tartják jónak és mennyire ajánlanák azt másoknak. A nagyobb mértékű bevonódás nagyobb élvezettel jár (Busselle & Bilandzic, 2009), valamint az arousal szint növekedésével (Nabi, Shitt, Halford, & Flinnerty, 2006), így nagyobb hatás kiváltására képes, jobban megérinti a befogadót. A szubjektív tetszésítélet és a bevonódás között már korábbi vizsgálatok is pozitív összefüggést találtak (Fulmer et al., 2015; Vaughn et al., 2009). Azt feltételezzük, hogy aki kevésbé tud bevonódni akár a vizsgálati helyzetek különbözősége, zavart feltételekből adódó kényelmetlenségek miatt (Fiske, 2006), illetve aki a zavart ingerfeldolgozás miatt kevésbé tudja felidézni a látottakat, az kisebb mértékben tud pozitív tetszést megfogalmazni, mivel az ő globális filmélménye sérült, vagy hiányos lehet az adott helyzetben, esetleg kevésbé élvezzi magát a helyzetet (Eich et al., 1994; Blaney, 1986).

Hipotéziseink szerint a filmnézéshez köthető narratív bevonódás mértéke különbözik az egyes kísérleti kondíciókban (1), a bevonódás a legnagyobb mértékű a nyugodt helyzetben a zavart ingerfeldolgozást előidéző kondíciókhoz képest (1.1). A két zavart helyzet között nem feltételezünk szignifikáns különbséget, mivel körülbelül azonos kognitív és érzelmi kapacitást érintő zavarás jellemző a kondíciókban, melyek hasonlóképpen akadályozhatják a narratív bevonódást (1.2).

Második hipotézisünk, hogy a különböző kondíciókban történő filmnézés az emlékezeti folyamatokra is befolyással van (2), a nyugodt kondícióban lesz legjobb eredményű a visszaidézés (2.1). A zavart helyzetekben ennél a jelenségnél sem feltételezünk különbséget, mivel mindkét kódolási folyamat azonos szakaszán (végig) zavart a kísérleti helyzet, és a zavarás mindkét esetben különbözik az eredeti filmnézési feladattól (első esetben a háttérből jövő zavaró ingerek okozhatnak figyelemelterelést, a második esetben pedig a különböző, általános kérdésekre való válaszadás kötelessége) (2.2).

A harmadik feltételezésünk a filmről alkotott szubjektív preferenciaítélet kondícióként való különbözősége (3), ahol a nyugodt helyzetben történő

filmnézés esetében a legjobb a vizsgálati személyek értékelése (3.1), a két zavart kondícióban pedig nincs különbség (3.2).

Végül a szubjektív tetszésítélet, a narratív bevonódás, illetve az előhívási folyamatok hatékonysága közötti kapcsolatot feltételezzük (4): a narratív bevonódás nagyobb mértékével járó pozitívabb személyes véleményt (4.1), a narratív bevonódás nagyobb mértékével járó nagyobb emlékezeti hatékonyságot (4.2), valamint az emlékezeti hatékonyság nagyobb mértékével járó pozitívabb tetszést (4.3). A függő változók közötti korrelációk esetében oksági kapcsolatot nem tudunk felállítani, ám megvizsgáljuk, hogy a narratív bevonódás, az emlékezeti hatékonyság és a tetszésítélet mutat-e bármiféle közös együttjárási mintázatot.

Feltételezéseink nem tesznek különbséget a zavarás két típusa között, célunk a második és harmadik vizsgálati kondíció felállításával két eltérő, a mai befogadást jellemző környezet modellezése volt.

MÓDSZEREK

RÉSZTVEVŐK

A kutatásban 45 személy vett részt. A tesztfelvétel az egyetemista populációt célozta meg, minden vizsgálati személy egyetemre jár, és 18 éven felüli (átlagéletkor 21,53 év; $SD = 1,31$; a legfiatalabb kitöltő 19, a legidősebb 26 éves). A résztvevők közül 27 nő és 18 férfi.

A vizsgálati személyeket három csoportba osztottuk, ami főképp elérhetőségük függvényében alakult, hiszen a távolabbi városokban tanulók könnyebben tudtak részt venni az online tesztet tartalmazó vizsgálati kondícióban. A három csoport nembeli és életkorbeli eloszlása az első táblázatban látható, ahol 'A' kondíció jelöli a nyugodt körülmények közötti filmnézést, 'B' kondíció a zavart körülmények közöttit, 'C' kondíció pedig az aktív zavarásos kondíciót, ahol a filmnézés csak háttércselekményként jelenik meg (ld. 1. táblázat). Lakóhely alapján a minta nagyrészt fővárosi, nagyvárosi, városi résztvevőkből áll (a 45 főből 42 ezekbe a kategóriákba sorolta magát).

| | A kitöltők átlagéletkora | Legfiatalabb kitöltő életkora | Legidősebb kitöltő életkora | Nők száma | Férfiak száma |
|------------|---|----------------------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|
| A kondíció | $M = 21,2$ év ($SD = 1,66$ $N = 15$) | 19 | 26 | 8 (53%) | 7 (47%) |
| B kondíció | $M = 21,67$ év ($SD = 0,98$ $N = 15$) | 20 | 23 | 8 (53%) | 7 (47%) |
| C kondíció | $M = 21,73$ ($SD = 1,22$ $N = 15$) | 19 | 24 | 11 (73%) | 4 (27%) |

1. táblázat – A résztvevők életkori jellemzői és nemi eloszlása a három kondíció függvényében

A résztvevők toborzása kényelmi mintavétellel történt, saját szervezés által, ismeretségi alapon, illetve online közösségi oldalon (Facebook). A kutatásban való részvételért fizetségben egy kitöltő sem részesült, a részvétel önkéntes volt, illetve a 'C' kondíció esetében teljes anonimitást, míg az 'A' és 'B' kondíció esetén bizalmas adatkezelést tudtunk biztosítani.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

Vizsgálatunkban kísérleti és kérdőíves módszert alkalmaztunk. A vizsgálat első felében a Zomboráczi Virág által rendezett *Valami kék* című rövidfilm megtekintésére került sor (Zomboráczi, 2011). A 15 perces, 2011-es, magyar nyelvű film egy lezárt, koherens történetet mesél el egy vidéki lakodalom kontextusában. A menyasszony, az ő családja, egyik rég nem látott barátnője, a vőlegény és pár közeli barát átlagosnak tűnő ünneplését kísérhetjük végig, ám a történet kibontakozása során felszínre kerülnek rejtett konfliktusok, mind személyen belüli, mind személyközi szinten. A menyasszony barátnője a nagyvárosi élet megtestesítésével szöges ellentéte a házasodni készülő fiataloknak, kiknek élete a „boldogító” igen kimondásával visszavonhatatlanul predesztinálódik. A két lány közötti ki nem mondott ellentét a film erőszakos szálának kibontakozásával döbbenetes döntésekhez, az alapvető segítségnyújtás elmulasztásához vezet, így a nézőben keltett feszültség fennmarad (Zomboráczi, 2011).

A film felhasználásához a rendező, Zomboráczi Virág egy korábbi kutatás kapcsán hozzájárult (ld. Tóth, 2014). A mű több internetes portálon elérhető, így a vizsgálati személyek online tudták megtekinteni a filmet, megszakítások nélkül, egész terjedelmében. A filmnézés után a kutatásban résztvevőknek demográfiai alapadataikat kellett megadniuk, mely magába foglalta a nemre, életkorra, illetve lakóhelyre vonatkozó kérdések megválaszolását, valamint a filmnézési szokásaikról való információk megosztását. Itt meg kellett válaszolniuk, hogy milyen gyakran néznek filmet, milyen eszközön teszik ezt, illetve milyen filmeket preferálnak (Oliver & Hartmann, 2014) (A kutatásban használt tesztbatteria a kapcsolattartó szerzőtől elkérhető, a Narratív Bevonódás Skála végleges formája pedig a 2. szerzőtől).

Ezt követték a filmmel kapcsolatos kérdések; itt kifejezetten fontos volt, hogy a vizsgálati személy látta-e már a filmet korábban. Ezután következett a 12 tételes Narratív Bevonódás Skála (Narrative Engagement Scale) (Busselle & Bilandzic, 2009), melynek megbízható, magyar, validálás alatti változatát használtam (Bálint, Fazekas, Fecskó-Pirisi, Papp-Zipernovszky ld. Fazekas, 2014). A kérdőív Busselle és Bilandzic (2009) modellje alapján négy fő faktort tartalmaz; a narratív megértés (narratív realizmus, kognitív perspektíva felvétel), figyelmi fókusz (fókusz, figyelemelterelés), érzelmi bevonódás (empátia, szimpátia), illetve narratív jelenlét faktorokat. A faktorok mindegyikéhez 3-3 item tartozik. Az általunk használt változat kiegészült a 8., 11. és 15. itemekkel, melyek az Élvezet faktorát mérik, hasonlóan az eddigi legnagyobb magyar mintájú felvételhez (Fazekas, 2014). A válaszadóknak az állítások alapján egy hétfokú Likert-skálán

kellett jelölniük, hogy azt mennyire érzik magukra jellemzőnek; a 15 tételes skála maximum értéke 105 pont. A skálát kimondottan a szituatív bevonódás mérésére fejlesztették ki, filmek összehasonlítására tudomásunk szerint a nemzetközi szakirodalomban eddig nem használták.

A kérdőív kitöltése után a vizsgálati személyeknek fel kellett idézniük a filmet, és azt minél pontosabban, aprólékosabban leírni saját szavaikkal. Ezt az offline felidézést aszerint elemeztük, hogy tartalmazza-e a film egyes részleteit. A film cselekményét korábban *eseményekre* bontottuk (68 szekvencia, lsd. Melléklet); egy esemény adott szereplőknek adott térben és időben végrehajtott cselekedeteit tartalmazta (lsd. Kovács, 2008). A személyek felidézéseiben minden egyes filmesemény említése 1 pontot ért, a film cselekménye szempontjából releváns információk keverése, hibás leírása (például főszereplők keverése, fő cselekménysorrend keverése) mínusz pontot ért.

Ezt követően szubjektív tetszésítéletüket 7 fokú skálán (1 – egyáltalán nem, 7 – teljes mértékben) pontozhatták három kérdés esetében („Mennyire tetszett Önnek ez a film?”, „Mennyire találja jónak ezt a filmet?”, illetve a „Mennyire ajánlaná a filmet másoknak?”). A három kérdésre azért volt szükség, hogy minél összetettebb módon meg lehessen vizsgálni a résztvevők véleményét, törekedve a személyes megítélésre, egyfajta objektívebb állásfoglalásra, és egy kissé eltávolított módon való jellemzésre is.

Hipotéziseinkben a különböző kísérleti helyzetek hatására voltunk kíváncsiak, így nem közöljük külön a felhasznált mérőeszközök mintákon kapott értékeit az eddigi kutatásokkal összehasonlítva. Ezt az is indokolja, hogy ugyan a művészetpszichológiai kutatásokban gyakran alkalmazott kérdéseket használtunk, de ezek magyar mintán nem sztenderdizált mérőeszközök.

A VIZSGÁLAT LEÍRÁSA

A kísérletben kontrollcsoportos elrendezést alkalmaztunk. A vizsgálati személyek részben a Szegedi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának Pszichológiai Intézetében vettek részt a kutatásban ('A' és 'B' kondíció), részben pedig otthonról, nyugodt körülmények között töltötték ki a kérdőívet ('C' kondíció). A tesztfelvétel 2015 márciusában, áprilisában és májusában zajlott.

Az 'A' kondícióban a vizsgálati személyek teljesen nyugodt, zavartalan körülmények között nézhették végig a filmet, melyhez sötétet és csendet biztosítottunk, ezzel próbálva a „mozi-élményt” maximalizálni. A 'B' kondícióban a kutatás résztvevőinek a Pszichológiai Intézet folyosóján kellett megtekinteniük a filmet, általában zsúfolt, hangos körülmények között, beszélgetéseknek, nevetésnek, telefonálásnak, kiabálásnak kitéve. Ebben a kondícióban kifejezetten felhívtuk a vizsgálati személyek figyelmét arra, hogy a film hangerejét úgy állítsák be, hogy ha esetleg szólnánk hozzájuk, azt meghallják, így megakadályozva a zavaró tényezők kiiktatását. A 'C' kondíció résztvevőinek szintén adottak voltak az 'A' kondícióban is biztosított nyugodt körülmények, ám a filmnézés során ők külön feladatot kaptak: feltett kérdésekre kellett válaszolniuk az egyik online közösségi oldal chat funkcióján keresztül (Facebook

messenger). A résztvevőknek olyan kérdéseket tettünk fel, mint például „Melyik a kedvenc filmed?“, „Mennyire vagy fáradt?“, „Mit reggeliztél ma?“, vagy „Sírtál-e valaha filmen?“. Átlagosan percenként egy kérdést kaptak, így szinte az egész filmnézési folyamat a beszélgetéssel párhuzamosan zajlott. A vizsgálati személyek minden kondícióban laptopon, fülhallgatóval nézték a filmet. Minden esetben kértük a résztvevőket a teljes koncentráltságra, a megszakítás nélküli vizsgálati részvételre, illetve az őszinte válaszára. A teljes vizsgálat minden csoport esetében körülbelül 30-40 percet vett igénybe.

A kondíciók kialakítását alapvetően Fernandes és Moscovitch, (2000; 2003) zavart ingerfeldolgozás elméletére alapoztuk. A két zavart helyzet közötti különbséget két olyan élethelyzetre alapoztuk, ahol a filmélményt átélő személy két különféle módon akadályoztatott: aktívan részt kell vennie egy párhuzamos feladatban ('C' kondíció), vagy maga a befogadási környezet zajos ('B' kondíció). Ezzel olyan, való életben is előforduló szituációkat próbáltunk kutatási kontextusba átültetni, melyek a megváltozott filmközvetítés által jöhettek létre, és egyre népszerűbbek. A 'B' kondícióhoz hasonló helyzet lehet például, ha a személy tömegközlekedési eszközön, mondjuk egy zsúfolt vonaton néz egy filmet. A 'C' kondícióhoz hasonló helyzet pedig, ha például valaki filmezés közben chatel a telefonján. A két zavart kondíció közötti fontos különbség, hogy csakúgy, mint a fent említett valós szituációkban, a kísérleti helyzetben is egy aktív ('C' kondíció) és egy passzív ('B' kondíció) dimenziót hoztunk létre ezzel a kialakítással.

A vizsgálat során a kérdőív kitöltése és a felidézés ugyanabban a környezeti kontextusban történt, mint a filmnézés, ami az előhívási szakasz kontrollálását limitálja ugyan, ám a kutatás a kódolási rész hatásait vizsgálja, nem pedig az előhívását. Ez a kontextus 'A' és 'C' kondícióban az otthoni környezetet jelentette, míg a 'B' kondícióban az intézeti folyosót.

A vizsgálat megkezdése előtt az 'A' és 'B' vizsgálati csoport tagjait személyesen tájékoztattuk a kutatás jellegéről, illetve a feladatokról és az ahhoz szükséges kérdőív kitöltéséről. A 'C' kondíció tagjai a teszt elektronikus felületén kapták meg a szükséges tájékoztatást. A vizsgálat az etikai szabályok figyelembe vételével, annak megfelelően zajlott. Mindegyik csoport esetében felkínáltuk az utólagos tájékoztatás opcióját, illetve az első szerző elérhetőségének feltüntetésével biztosítottuk a további kérdések megfogalmazásának lehetőségét. A kísérletben való részvételt a vizsgálati személyek bármikor, következmények nélkül abbahagyhatták, vagy megtagadhatták, ha az kényelmetlennek vagy kellemetlennek bizonyult.

Az 'A' és 'B' kondíciók résztvevői számítógépes, ám offline felületen töltötték ki a tesztet. A 'C' kondíció online kapta meg a kérdőívet.

EREDMÉNYEK

Az adatok feldolgozásához az IBM SPSS Statistics 20 nevű programot használtuk.

A DEMOGRÁFIAI VÁLTOZÓK ELEMZÉSE

A 45 fős mintából 15 személy (33,33%) az 'A' kondícióba, 15 személy (33,33%) a 'B' kondícióba, 15 személy (33,33%) pedig a 'C' kondícióba tartozott. A mintából egy személy adatait sem kellett kihagyni; mindenki hiánytalanul és formailag hibátlanul töltötte ki a tesztet. A három csoport átlaga megegyezik az életkor (lsd. 1. táblázat) tekintetében ($F(2, 42)=0,73, p=0,49$), és kiegyenlített a nemet (lsd. 1. táblázat), és a lakóhelyet ($F(2, 42)=1,33, p=0,28$) figyelembe véve. A résztvevők alapvető demográfiai adatai tekintetében a csoportok alkalmasak az összehasonlításra.

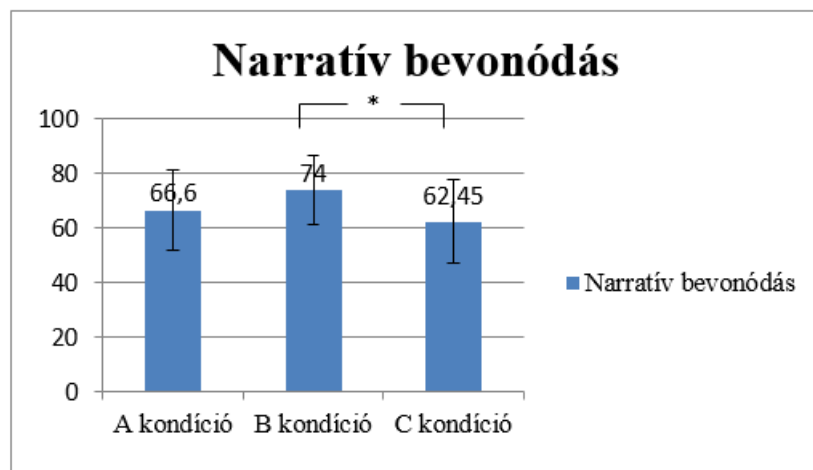
A filmnézési szokásokra vonatkozóan a vizsgálati személyek többsége (20 fő; 44,44%) hetente vagy még ritkábban (12 fő; 26,67%) néz filmeket, napi és a héten többszöri filmnézésre összesen 13 fő (28,89%) esetében kerül sor. A filmnézési gyakoriság és a narratív bevonódás gyenge, pozitív korrelációs kapcsolatot mutat tendenciaszinten ($r(43)=0,29, p=0,052$). A vizsgálati személyek átlagosan kétféle eszközön néznek filmeket ($M=2,355, SD=1,23, N=45$), hagyományos eszközöket (mozi és televízió) 33 személy használ, hagyományostól eltérő eszközöket (számítógép, laptop, táblagép vagy okostelefon) 43 személy használ, míg 31 fő mindkét kategórián belül választott eszközt. Az, hogy ki hányféle eszközt használ a filmnézéshez, nincs kapcsolatban a narratív bevonódással ($r(43)=0,07, p=0,65$).

Mivel a vizsgálatban vetített film a dráma műfajába tartozik, fontos adat, hogy a résztvevők közül 30 személy (66,67%) a drámát is megjelölte mint preferált műfajt. A dráma mint műfaj preferenciája szignifikáns eltéréseket hozott a narratív bevonódás pontszámaiban. Azok a személyek, akik szeretik a drámát, nagyobb pontszámot értek el a Narratív Bevonódás Skálán ($t(43)=2,97, p=0,005$) a *Valami kék* c. film megnézésekor is. A drámát preferálók átlagértéke 72,17 ($SD=14,57, N=30$), míg akik nem jelölték meg a műfajt, átlagosan 58,73 pontot értek el ($SD=13,75, N=15$).

A HIPOTÉZISEK STATISZTIKAI ELLENŐRZÉSE

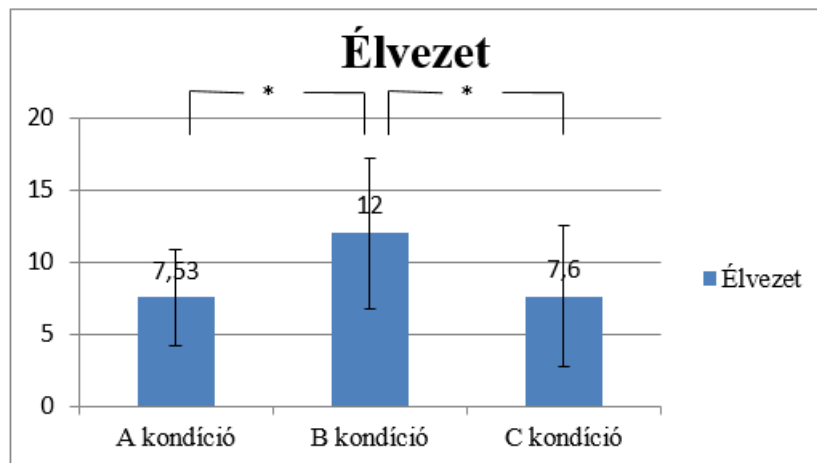
Első hipotézisünkben (1) azt feltételeztük, hogy a filmnézéshez köthető narratív bevonódás mértéke szignifikánsan eltér az egyes kísérleti kondíciókban. Ennek vizsgálatára egyszempontos varianciaanalízissel összehasonlítottuk a különböző kondíciókba osztott személyek Narratív Bevonódási Skálán elért pontszámait. Az eredmények az első hipotézissel ellentétesen azt mutatják, hogy a három csoport között nincs különbség ($F(2, 42)=2,25, p=0,12$). Az első alhipotézis (1.1) is megdőlt, ugyanis az a feltételezés, miszerint az 'A' kondícióban lesz a legnagyobb mértékű a bevonódás, szintén nem igazolódott (lsd. 1. ábra). A legkisebb szignifikáns differencia (LSD post hoc) teszt alapján a második alhipotézis (1.2) sem

igazolódott, miszerint a két zavart ingerfeldolgozást előidéző kondícióban nem lesz szignifikáns különbség, ugyanis pont ezek között a kondíciók között tapasztalható a legnagyobb eltérés ($p=0,043$), ahol a 'B' kondíció tagjainak (filmnézés hangos folyósón) bevonódása a legnagyobb ($M_2 = 74$, $SD_2 = 12,73$, $N_2 = 15$), a 'C' kondíció tagjaié a legkisebb ($M_3 = 62,46$, $SD_3 = 17,5$, $N_3 = 15$), az 'A' kondíció átlagpontszáma pedig 66,6 ($SD_1 = 14,71$, $N_1 = 15$) (lsd. 1. ábra). Ezek az eredmények (63,43%, 70,48%, 59,48%) százalékos arányaiban hasonlóak a Fazekas (2014) munkájában megjelenő eredményekhez (69%).



1. ábra: A narratív bevonódás mértéke a három különböző kondícióban

Az eredmények szükségessé tették a narratív bevonódás egyes faktorainak további vizsgálatát a három kondíción belül. Egyszempontos varianciaanalízissel a Narratív Bevonódás kérdőív eredeti négy faktorán nem találtunk szignifikáns különbséget a három csoport között (Narratív Megértés: $F(2, 42)=2,14$, $p=0,13$; Narratív Jelenlét: $F(2, 42)=0,96$, $p=0,39$; Figyelmi Fókusz: $F(2, 42)=1,73$, $p=0,19$; Érzelmi Bevonódás: $F(2, 42)=0,16$, $p=0,86$). A hozzáadott Élvezet faktoron azonban szignifikáns különbség van a csoportok között ($F(2, 42)=4,74$, $p=0,01$). A faktorokat a legkisebb szignifikáns differencia (LSD post hoc) teszttel vizsgálva azaz Élvezet faktoron az 'A' és 'B', valamint a 'C' és 'B' kondíciók között látható szignifikáns eltérés ($p_1=0,01$; $p_2=0,01$) (lsd. 2. ábra).

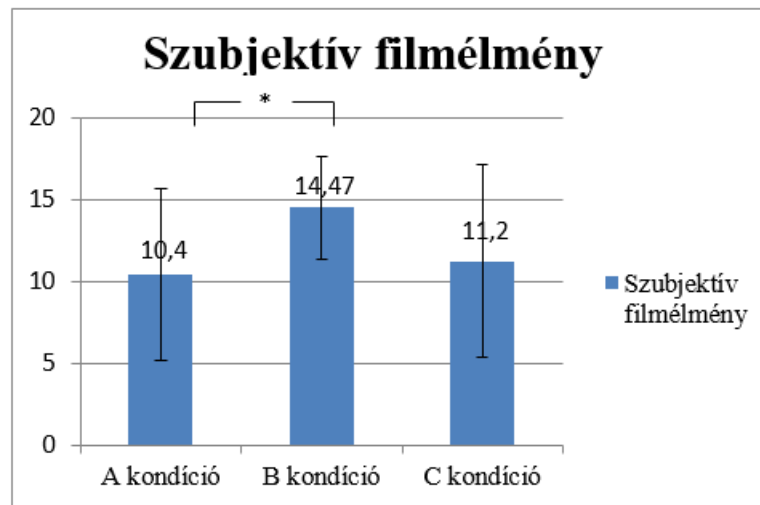


2. ábra: Az élvezet faktor pontszámái a három különböző kondícióban

A második hipotézis (2) szerint a kondíciók alapján szignifikáns különbség áll fenn a vizsgálati személyek emlékezeti folyamataiban, mely feltételezés egyszempontos varianciaanalízis módszerének használatával szintén nem igazolódott ($F(2, 42)=0,16$, $p=0,86$). A résztvevők emlékezeti teljesítményére vonatkozó medián érték a 68 filmszegmensei maximumhoz képest 17, minimum érték a 0 (a résztvevő nem tudta felidézni a film egyetlen részletét sem), maximum érték pedig a 43, mely egy igen magas arányszám (a résztvevő a szegmensek 63%-át tudta felidézni azonnali felidézési helyzetben). A medián középérték és a maximum visszaidézés közötti nagy eltérés utalhat a feladat viszonylagos nehézségére, bár mivel a teszt egyedileg készült az adott filmhez, nem sztenderdizált, így nincs külső érték, mely informatív lehet ehhez az eredményhez viszonyítva. A legkisebb szignifikáns differencia (LSD post hoc) teszt alapján látható, hogy a feltételezés első alhipotézise (2.1) nem igazolódott, vagyis átlagosan nem jobb a felidézés nyugodt körülmények között, az 'A' kondícióban ($p_1=0,98$; $p_2=0,62$). Egyedül a második alhipotézis (2.2) igazolódott ezek alapján; vagyis a zavart helyzetek között (ugyanúgy azonban, mint ahogy a nyugodt filmnézésnél) nincs különbség a visszaidézés pontosságában ($p=0,64$). Azon személyek mintából való kizárásával, akik látták már korábban a filmet, egyedül ennél a kondíciónál történik változás az eredeti mintához viszonyítva, ám ez továbbra sem szignifikáns ($F(2, 40)=0,13$, $p=0,88$). Az emlékezet pontjainak nagysága a két személy kizárásával az eddigi 'C'-'B'-'A' sorrendről 'C'-'A'-'B'-re változott.

A harmadik hipotézis (3), miszerint a filmről alkotott szubjektív tetszésítélet (a három erre vonatkozó tétel átlagértékeit elemezve) különbözik az egyes kondíciókban, tendenciaszintűen igazolódott ($F(2, 42)=2,93$, $p=0,06$) az egyszempontos varianciaanalízis szerint. A legkisebb szignifikáns differencia (LSD post hoc) teszt alapján látható, hogy a hipotézissel ellentétben (3.1) nem az 'A' kondícióban a legmagasabb a preferenciaítéletek pontszáma, hanem a 'B' kondícióban (lsd. 4. ábra). Ennek értékei szignifikáns különbséget mutatnak az 'A' kondíció értékeivel ($p=0,02$), és a második alhipotézist (3.2) igazolva nem

mutatnak különbséget a 'C' kondíció pontszámaival, csupán tendenciaszinten ($p=0,07$).



3. ábra: Szubjektív tetszésítélet

Végül a szubjektív tetszésítélet, a narratív bevonódás és az emlékezeti komponens összefüggéseit (4) korrelációs számítással vizsgáltuk, és a hipotézisnek megfelelően találtunk kapcsolatot az egyes változók között. Az első alhipotézist (4.1), miszerint a narratív bevonódás nagyobb mértékével jár a pozitívabb tetszésítélet erős, pozitív korreláció támogatja ($r(43)=0,7, p<0,001$), ám a másik két alhipotézis nem igazolódott. A narratív bevonódás nagyobb mértéke és az emlékezeti hatékonyság között nincs kapcsolat ($r(43)=0,11, p=0,46$), valamint az emlékezeti hatékonyság és a preferencia között sincs összefüggés ($r(43)=0,1, p=0,5$).

Ezeket az együtt járásokat megvizsgáltuk abban az esetben is, ha az eredeti független változók, a zavart kondíciók esetleges hatásait kiszűrve csupán az 'A' kondíció adatait vonjuk be a vizsgálatba. Erre azért volt szükség, mert bár az első két vizsgált kérdésben nem volt különbség a csoportok között, ám a harmadik, tetszésítéletre vonatkozóban már tendenciaszintű különbségekről számolhatunk be, illetve az alhipotézisek szintjén már találkozhattunk szignifikáns különbségekkel a csoportok között. A biztonságos elemzéshez az 'A' kondíció elemszámánál egy nagyobb baseline-ra lenne szükség, ám a tesztelés alapján nem találtunk jelentős, vagy más irányba mutató különbségeket az egész mintát figyelembe vevő korrelációkhoz képest. Ebben az esetben a narratív bevonódás és a tetszésítélet közötti korreláció továbbra is fennáll ($r(15)=0,78, p=0,001$), míg a bevonódás és emlékezet ($r(15)=0,16, p=0,57$), valamint emlékezet és tetszésítélet ($r(15)=0,04, p=0,89$) között továbbra sincs kapcsolat.

MEGVITATÁS

Jelen vizsgálat célja a filmekbe való bevonódás, az emlékezet és a szubjektív tetszésítélet összehasonlítása volt különböző befogadási helyzetekben, melyekkel a napjainkban szokássá váló filmnézési módszereket, kontextusokat próbáltuk kísérletileg megjeleníteni. A vizsgálat jelentőségét a mindennapjainkban a hagyományostól eltérő eszközök, például a számítógépek, laptopok, táblagépek és okostelefonok használatának terjedése adja, ami filmnézési szokásainkra is hatással van (Digital TV Research, 2013; Nagy Filmnézési Felmérés, 2013). A filmnézés cél helyett sokszor eszközzé válik, és mobilis világunkhoz alkalmazkodva szinte bárhol elérhető és űzhető tevékenység (Nagy Filmnézési Felmérés, 2013). Ennek megfelelően 3 kísérleti kondíciót hoztunk létre. Ezek közül a „mozizási” körülményekhez hasonló nyugodt kondíció lett 'A' kondícióként jelölve. A 'B' kondíció azt a helyzetet próbálta imitálni, mikor sokak által körülvéve, a külső környezetnek erősen kitéve próbálunk filmek által kikapcsolódni. A harmadik helyzet ('C' kondíció) pedig azt próbálta bemutatni, hogy milyen az, mikor több helyre kell aktívan koncentrálnunk, például egy filmnézési és beszélgetési folyamatot párhuzamosan végezve.

A filmnézési szokásokra vonatkozó eredmények azt mutatják, hogy minden résztvevő néz filmeket, szinte mindenki minimum heti rendszerességgel. Az eredmények tendencia szinten arra utalnak, hogy a gyakoribb filmnézés kapcsolatban áll a nagyobb narratív bevonódással. A résztvevők hagyományos és nem hagyományos, újabb eszközökön egyaránt néznek filmeket, ám a többség inkább az újabb eszközöket használja. Ez összhangban áll a Digital TV Research (2003) által prezentált eredményekkel. Ugyanakkor a filmnézés eszközeinek szélesebb köre nincs kapcsolatban a narratív bevonódással. Az átlagosan 5 műfaji preferencia kiválasztása a minta filmpreferenciájára nézve igencsak széleskörűnek mondható, ám az, hogy ki hányféle műfajt preferál, szintén nincs összefüggésben a narratív bevonódással. Összességében tehát inkább a filmnézési gyakoriság (mennyit), semmint a műfaji nyitottság (mit) vagy a filmnézés eszközeinek szélesebbkörű felhasználása (hogyan) áll kapcsolatban a bevonódás mértékével. A dráma műfaj megjelölése mint preferált filmfajta szignifikánsan nagyobb mértékű bevonódást eredményezett a kísérletben a szintén dráma műfajú kísérleti film esetén. Ez azt jelentheti, hogy az egyén az általa kedvelt műfajokba sokkal inkább bevonódik, mint egy olyan műfajba, amit nem preferál. Ez a műfaji preferencia irányába kiterjesztve összecseng Fulmer et al. (2015) eredményeivel, melyben a kedvelt szöveg olvasása mindenképpen bevonódáshoz vezetett más szövegminőségektől függetlenül.

Az első hipotézis (1) tesztelése során arra derült fény, hogy a három kondícióban – egy nyugodt és két zavart - nincs különbség a bevonódást tekintve. Ez az eredmény a szakirodalmi előzményeknek ellentmond, hiszen Bilandzic és Busselle (2008) vizsgálatai szerint a bevonódást bármiféle külső és belső jelenség befolyásolhatja, veszélyezteti. Mivel jelen esetben ez nem igazolódott, felmerül a

kérdés, hogy a zavaró tényezők, külső és belső jelenségek valóban zavaróak-e, vagy napjainkban az ember pszichológiai, kognitív folyamatai adaptálódnak a fennálló körülményekhez. McLuhan (1994) kijelentése magyarázhatja a jelenséget, aki szerint eszközeink alakításával azok is formálnak minket. Adott esetben ez a számítógépek, laptopok, táblagépek és okostelefonok korára nagyon is igaznak tűnik. Jelen esetben az látható, hogy a zavart filmnézés gyakorlata eredményét tekintve egyáltalán nem különbözik egy nyugodt, teljes filmélménytől, tehát a vonaton, buszon, zsúfolt folyosón vagy reptéren nyüzsgő emberek közötti, akár unaloműzés eszközeként alkalmazott filmnézés adhat olyan mértékű élményt, mint az otthoni, sötét, nyugodt körülményű, filmélvezet céljából alkalmazott filmnézés. Ezt erősíti az első alhipotézissel ellentétes eredmény is, miszerint nem a nyugodt kondícióban lévő személyek vonódtak be leginkább a filmbe, hanem a 'B' kondíció tagjai, akik a Pszichológiai Intézet folyosóján, emberek sokasága között nézték a filmet. Az is lehetséges, hogy a zavaró hatásoknak megfelelően egy kompenzációs hatás állt fent, vagyis a vizsgálati személyek még inkább a filmre koncentráltak a 'B' kondícióban. Legkevésbé a 'C' kondíció tagjai vonódtak be, mely különbség azonban csak a 'B' kondícióval összevetve szignifikáns, viszont összeesik az említett Bilandzic és Busselle (2008) állítással, mely szerint az egyes mentális folyamatok, a kognitív vagy érzelmi erőforrásokat igénylő, figyelemelvonó tényezők csökkenthetik a bevonódást mértékét. Mivel a 'C' kondíció egy konkrét, igen erős elterelési folyamatot tartalmazott, így ez az eredmény a szakirodalom által igazolt. Természetesen az is elképzelhető, hogy nem a fentiekről van szó, hanem a kondíciók manipulálása nem volt kellően hatékony; a személyek ingerfeldolgozását nem a tervezett mértékben zavartuk.

A Narratív Bevonódás Skála (Busselle & Bilandzic, 2009) faktorai közül egyik sem különbözött szignifikánsan a nyugodt és zavart befogadási helyzetben. Vagyis sem az események követésében, sem a fiktív világban való erőteljesebb jelenlétben, sem a figyelmi fókusz fenntartásában, sem a szereplőkkel való érzelmi azonosulásban nem eredményeztek jelentős eltérést a filmnézés kontextuális tényezői. Az Élvezet tekintetében azonban szignifikáns különbségek adódtak, ahol a 'B' kondíció tagjai értek el magasabb pontszámot akár az 'A', akár a 'C' kondíciót tekintve. Emögött feltételezhető egy alacsony, még kompenzálható figyelmi és társas-érzelmi terhelés a folyosói filmnézés esetében, ami növelte az élvezeti értéket.

A második hipotézis (2) szintén nem igazolódott, vagyis a személyek emlékezeti felidézése egyforma a három kondícióban. Mivel a második alhipotézisben azt feltételeztük, hogy a két zavart különbség között nem lesz eltérés, így az igazolódott, ám nem a feltételezett okok által. Az emlékezeti hatékonyság hasonlósága ellentmond a Fernandes és Moscovitch (2000; 2003) által leírtaknak, miszerint az előhívást akadályozzák a kísérlet során is alkalmazott manipulációk, vagyis például a párhuzamos feladat, zavart környezet. Ez a már említett adaptációs feltételezéssel magyarázható, lehetséges, hogy a zavart környezet fogalma napjainkban változott annyit, hogy a kísérletben alkalmazott zavarási technikák már nem zavaróak. Így a filmnézés és a kognitív

folyamatok szempontjából irreleváns lehet, hogy a feladat közben hányan vannak körülöttünk, mit csinálnak, vagy éppen az, hogy a filmnézéssel párhuzamosan másokkal beszélgetünk. A figyelmünket, a filmre való koncentrációt ilyen helyzetekben nem befolyásolják ezek a tényezők. Elképzelhető azonban az is, hogy a filmleírásra vonatkozó feladatot vegyesen értelmezték a résztvevők. Az adatok feldolgozása során észrevehető volt, hogy a vizsgálati személyek nagyon különbözőképpen írják le a történeteket. Volt, aki a feladatnak megfelelően dolgozott, ám érkeztek összefoglalók, értékítéletek, illetve kétsoros megfogalmazások is mindhárom kondíció esetében. Ha a későbbiekben bővítésre kerülne a kutatás, nagyon fontos lenne egyértelműsíteni a történetfelidézésre vonatkozó instrukciót.

A harmadik hipotézis (3) tendenciaszinten igazolódott, a szubjektív tetszésítélet valóban különbözik az egyes kondíciókban. Fiske (2006) szituacionizmus megközelítésének megfelelően, miszerint a társas környezet és a helyzeti változók jelentősége kiemelkedő a viselkedés szempontjából, a folyosón zavart kondícióban lévők illették a filmet a legmagasabb pontszámokkal, ami szignifikáns különbség a nyugodt kondíció személyeinek pontszámához képest, és tendenciaszintű különbség a párhuzamos feladattal zavart kondíció személyeinek értékeléséhez képest. Ezen eredményeket az Élvezet skála pontszámaival együtt értelmezve valószínűsíthetőek bizonyos kísérleti melléktermékek is. Lehetséges, hogy a vizsgálati személyeknek a három kondíció közül talán a második tetszett a legjobban, így a szubjektív tetszésítéletük is ennek köszönhetően lett jobb. Másrészt, nagyon fontos tényezőnek tartom (és ezt többen is jelezték a kutatásban résztvevők közül), hogy az adott film egy erőteljesen negatív, sokkoló hatású, érzelmileg és morálisan megviselő alkotás, melynél ambivalens lehet a tetszés megítélése (ld. erről Oliver & Hartmann, 2014), így az eredmények plafonhatásra is utalhatnak, hiszen a preferenciaítélet összesítve is igen alacsony.

A negyedik hipotézisnek (4) megfelelően a narratív bevonódás, az emlékezet és a szubjektív tetszésítélet változók között részben van kapcsolat. Eszerint a narratív bevonódás erős, pozitív korrelációt mutat a preferenciaítélettel, tehát minél jobbnak ítéli meg az egyén az adott filmet, annál inkább bevonódik. Ez párhuzamba állítható a dráma-preferenciára vonatkozó eredményeinkkel, miszerint a drámai műfajt preferáló személyek esetén nagyobb mértékben volt megfigyelhető a narratív bevonódás. A szakirodalomból Fulmer és munkatársai (2015) kutatása, miszerint a kedvelt tartalmak feldolgozása bevonódáshoz vezet, míg a kevésbé kedvelteké további tényezők hatásaitól függően vezet csak bevonódáshoz, szintén magyarázattal szolgál. A kapcsolat a másik irányban is értelmezhető: minél inkább bevonódik valaki egy műalkotásba, annál jobbnak tetszik neki (Buselle és Bilandzic, 2009). Mivel a bevonódás és a tetszésítélet között erős kapcsolatot találtunk, érdemes lenne a későbbiekben ezt jobban megvizsgálni, és pontosítani, hogy mi mire hat, milyen oksági irány áll fent a két jelenség között. A narratív bevonódás és az emlékezet között nem találtunk kapcsolatot, melyet okozhat az emlékezeti komponens

mérési módja. Végül, az emlékezet és a tetszés között sincs kapcsolat, valószínűleg a két folyamat egymástól független komponenseknek tekinthető.

Gyakorlati szempontból mindenképpen fontosak az eredmények, melyek azt mutatják, hogy nincs különbség a zavart és nyugodt filmnézés között a narratív bevonódás, emlékezet és szignifikánsan a tetszés szempontjából. A való életben talán kiemelendő a harmadik tényező, hiszen az eredmények szerint az egyének úgy tapasztalják, hogy ugyanolyan élvezeti élményt ad egy zavart helyzetű filmnézés, mint egy zavartalan. Ez azért jó, mert a különböző művek élvezete, így a filmnézés motivációi közé tartozhat a kikapcsolódás iránti vágy, a frusztráltság megszüntetésére való próbálkozás, amit így azonnal elérhetünk és hatékonyan gyakorolhatunk, még akkor is, ha a feltételek – véltén – nem a legalkalmasabbak.

További alkalmazhatóság az oktatás területén, hogy a történetek alkalmazása akkor is hat valamiképp a tanulókra, ha ők közben a pad alatt telefonjukkal babrálják, játszanak, vagy beszélgetnek. Ugyanígy kiaknázhatóak akár a reklámparban a történeteket tartalmazó filmek, mivel még ha nem is figyelünk oda rájuk (mint ahogy az sokszor történik), hatást fejthetnek ki ránk, akár ugyanolyan mértékű bevonódást, emlékezetet, tetszést eredményezve, mintha aktív figyelemmel fogadnánk őket. Ez párhuzamban áll Balogh és munkatársai (2014) konklúzióival, akik a narratív történeteket jellemzőikből adódóan attitűdformálásra alkalmasnak tartják.

A dolgozat limitációja, hogy a mintavétel hozzáférés alapú, és a kutatás alacsony mintaszámú, melynek bővítése további cél. Jelen helyzetben azért is probléma az alacsony mintaszám, mert bár a résztvevők kísérleti helyzetben voltak, a függő változók kérdőívekből származtak, amiből azonban sokkal több kellene a biztonságos konklúziók megállapításához. A kutatás egyetemistákkal történt, így az életkori sáv is szűk. A felhasznált tesztek nem sztenderdek, ám az adott kérdéskört illetően a legelterjedtebbek. Mindenképpen további törekvés a már említett emlékezeti komponens hatékonyabb felmérése, a változó kontrollálása és a vizsgálati személy motiválása. Korábban említett módszertani limitáció az előhívási fázis kontrollálásának hiánya a jelen vizsgálat során; a kutatás esetleges megisméltése esetén erre érdemes valamilyen változtatást alkalmazni.

További limitációt jelenthet, hogy a három kialakított kondíció nem minden szempontból kontrollált. A nyugodt körülmények közötti, otthoni filmnézés, és az intézeti folyosón történő vizsgálat például nem csupán egy zavart-nem zavart helyzetre osztja a kondíciókat, hanem számos más tényezőt is módosít. Például csupán az, hogy a vizsgálati személyek más helyszínen vesznek részt a vizsgálatban, további, általunk nem vizsgált hatással lehet az eredményekre, ezáltal torzítva azokat. Ilyen tényező lehet a helyszínen kívül a közelben lévő személyek hatása, a kísérletvezető közvetlen jelenléte, a helyzet kötöttsége, és számos egyéb más.

Érdekes lehet a fenti limitációk alapján a kutatás megisméltése, ahol a változók kialakítása egy jobban kontrollált kontextust eredményez. Jelen kutatásban a hangsúly inkább a természetes helyzetből való kiindulásra, és

annak kutatási kontextusba való áthelyezésére irányult. Ugyanakkor jelen munka az elsők között vizsgálja a technológiai környezet változását és annak hatásait a kognitív feldolgozás szempontjából egy olyan specifikus területen, mint a szórakozás, kikapcsolódás egyik legnépszerűbb és legtöbbet alkalmazott módja, a filmnézés, filmélmény-feldolgozás.

Összességében tehát úgy tűnik, hogy az emberi psziché hatékonyan alkalmazkodik azokhoz a napjainkban már különösen gyors változásokhoz, folyamatos kihívásokhoz, technikai fejlődéshez, mely az élet minden területén, többek közt a művészet befogadásának platformjain is megjelenik. Ez az eredmény mindenképpen egy optimista feltételezést támogat, a filmnézésre vonatkozóan azt jelzi, hogy gyakorlatilag bármilyen körülmények között elérhető egy teljes filmélmény, bevonódás, élvezet.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Adaval, R., & Wyer Jr, R. S. (1998). The role of narratives in consumer information processing. *Journal of Consumer Psychology*, 7(3), 207-245. IN: Lien, N. H., & Chen, Y. L. (2013). Narrative ads: the effect of argument strength and story format. *Journal of Business Research*, 66(4), 516-522.
- Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Baddeley, A., Lewis, V., Eldridge, M., & Thomson, N. (1984). Attention and retrieval from long-term memory. *Journal of Experimental Psychology: General*, 113(4), 518. IN: Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Balogh, R., Bedekovics, N., Imre, N., Peszeki, N., & Scharle, Cs. R. (2014). A reklámokba való bevonódás hatása a női testképre és önértékelésre. *Országos Tudományos Diákköri Konferencia munka*, Szegedi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar.
- Bartlett, F. C. (1932). *Remembering: An experimental and social study*. Cambridge: Cambridge University.
- Bilandzic, H., & Busselle, R. (2008). Attention and narrative engagement: Divergences in secondary task reaction times and self-reports of narrative engagement. *Paper presented at the annual conference of the International Communication Association*, Montreal, Canada.
- Blaney, P. H. (1986). Affect and memory: a review. *Psychological Bulletin*, 99(2), 229.
- Bordwell, D., Thompson, K., & Ashton, J. (1997). *Film art: an introduction*, 7, New York, NY: McGraw-Hill.
- Bower, G. H., Black, J. B., & Turner, T. J. (1979). Scripts in memory for text. *Cognitive psychology*, 11(2), 177-220.
- Bransford, J. D., & Johnson, M. K. (1972). Contextual prerequisites for understanding: Some investigations of comprehension and recall. *Journal of verbal learning and verbal behavior*, 11(6), 717-726.

- Busselle, R., & Bilandzic, H. (2009). Measuring Narrative Engagement. *Media Psychology, 12*, 321-347.
- Comer, R. J. (2005). *A lélek betegségei: Pszichopatológia*. Magyarország, Budapest: Osiris.
- Craik, F. I., Govoni, R., Naveh-Benjamin, M., & Anderson, N. D. (1996). The effects of divided attention on encoding and retrieval processes in human memory. *Journal of Experimental Psychology: General, 125*(2), 159. IN: Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Digital TV Research (2013). Elérhető: <https://www.digitaltvresearch.com/products/product?id=108>. Letöltés dátuma: 2015. május 17.
- Djikic, M., Oatley, K., Zoeterman, S., Peterson, J. B. (2009a). On Being Moved by Art: How Reading Fiction Transforms the Self. *Creativity Research Journal, 21*(1), 24–29.
- Djikic, M., Oatley, K., Zoeterman, S., Peterson, J. B. (2009b). Defenseless against art? Impact of reading fiction on emotion in avoidantly attached individuals. *Journal of Research in Personality 43*, 14–17.
- Durst, Gy. (Producer), Zomborác, V. (Rendező). (2011). *Valami kék* [Rövidfilm]. Magyarország.
- Eich, E., Macaulay, D., & Ryan, L. (1994). Mood dependent memory for events of the personal past. *Journal of Experimental Psychology: General, 123*(2), 201. IN: Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Fernandes, M. A., & Moscovitch, M. (2000). Divided attention and memory: evidence of substantial interference effects at retrieval and encoding. *Journal of Experimental Psychology: General, 129*(2), 155. IN: Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Fernandes, M. A., & Moscovitch, M. (2003). Interference effects from divided attention during retrieval in younger and older adults. *Psychology and Aging, 18*(2), 219. IN: Baddeley, A. D., Eysenck, M. W., & Anderson, M. (2010). *Emlékezet*. Budapest, Magyarország: Akadémia Kiadó.
- Fiske, S. T., Berkics, M., Greguss, A. C. G., & Vörös, A. (2006). *Társas alapotívumok*. Budapest, Magyarország: Osiris Kiadó.
- Fulmer, S. M., D'Mello, S. K., Strain, A., & Graesser, A. C. (2015). Interest-based text preference moderates the effect of text difficulty on engagement and learning. *Contemporary Educational Psychology, 41*, 98-110.
- Gerrig, R. J. (1993). *Experiencing Narrative Worlds*. New Haven: Yale University Press.
- Gerrig, R. J. (1994). Narrative thought? *Personality and Social Psychology Bulletin, 20*(6), 712-715. IN: Wang, J. (2006). Lost in the Story: Factors That Affect Narrative Transportation and Advertising. *Advances in Consumer Research, 33*, 406-408.

- Green, M. C., & Brock, T. C. (2000). The role of transportation in the persuasiveness of public narratives. *Journal of personality and social psychology*, 79(5), 701-721.
- Green, M. C., & Brock, T. C. (2002). In the mind's eye: Transportation-imagery model of narrative persuasion. In M. C. Green, J. J. Strange & T. C. Brock (Eds.), *Narrative impact: Social and cognitive foundations* (pp. 315-341). NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah.
- Kovács, A. B. (2002). *A film szerint a világ*. Budapest: Palatinus.
- Kovács, A. B. (2009). *Mozgóképelemzés*. Új Palatinus Könyvesház.
- Kuiken, D., Miall, D. S., & Sikora, S. (2004). Forms of Self-Implication in Literary Reading. *Poetics Today*, 25(2), 171-203.
- Lien, N. H., & Chen, Y. L. (2013). Narrative ads: the effect of argument strength and story format. *Journal of Business Research*, 66(4), 516-522.
- McLuhan, M. (1994). *Understanding Media*. 1964. *Dres den*.
- Nabi, R. L., Stitt, C. R., Halford, J., & Finnerty, K. (2006). Emotional and cognitive predictors of the enjoyment of reality-based and fictional television programming: An elaboration of the uses and gratifications perspective. *Media Psychology*, 8, 421-447.
- Nagy Filmnézési Felmérés (2013). Elérhető:
<http://www.filmtekercs.hu/hirek/megszuletett-a-nagy-filmnezesi-felmeres-eredmenye>. Letöltés dátuma: 2015. május 17.
- Neisser, U (1967). *Cognitive psychology*. New York, NY: Appleton-Century-Crofts.
- Oliver, M. B., & Hartmann, T. (2014). A jelentésteli élmények szerepének vizsgálata a „jó filmekben”. *Metropolis*, 18(2), 50-65.
- Palmer, T. E. (1975). The effects of contextual scenes on the identification of objects. *Memory & Cognition*, 3(5), 519-526.
- Papp-Zipernovszky, O. (2012). *A személyiségkoherencia és az esztétikai válasz összefüggései A művészetbefogadás pszichoanalitikus és narratív pszichológiai vizsgálata* (Doktori disszertáció, Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar).
- Rosengren, K. E., & Domján, K. (2008). *Kommunikáció*. Typotex.
- Schank, R. C., & Abelson, R. P. (1995). Knowledge and memory: The real story. *Knowledge and memory: The real story. Advances in social cognition*, 8, 1-85. IN: Lien, N. H., & Chen, Y. L. (2013). Narrative ads: the effect of argument strength and story format. *Journal of Business Research*, 66(4), 516-522.
- Simor, P., Köteles, F., & Bódizs, R. (2011). Elmerülés az élményben: A Tellegen-féle abszorpció skála vizsgálata egyetemista mintán. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 12(2), 101-123.
- Tóth, Zs. (2014). A kreativitás és a műbefogadás kapcsolata. *Szakdolgozat*, Szegedi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar.
- Vaughn, L. A., Hesse, S. J., Petkova, Z., & Trudeau, L. (2009). “This story is right on”: The impact of regulatory fit on narrative engagement and persuasion. *European Journal of Social Psychology*, 39(3), 447-456.

- Wang, J. (2006). Lost in the Story: Factors That Affect Narrative Transportation and Advertising. *Advances in Consumer Research*, 33, 406-408.
- Wang, J., & Calder, B. J. (2006). Media transportation and advertising. *Journal of Consumer Research*, 33(2), 151-162.
- Woodside, A. G., Sood, S., & Miller, K. E. (2008). When consumers and brands talk: Storytelling theory and research in psychology and marketing. *Psychology & Marketing*, 25(2), 97-145. IN: Lien, N. H., & Chen, Y. L. (2013). Narrative ads: the effect of argument strength and story format. *Journal of Business Research*, 66(4), 516-522.
- Zwann, R., Langston, M., & Graesser, A. (1995). The construction of situation models in narrative comprehension: An event-indexing model. *Psychological Science*, 6, 292-297.
- Zwaan, R. A., & Radvansky, G. A. (1998). Situation Models in Language Comprehension and Memory. *Psychological Bulletin*, 123(2), 162-185.

FIATALKORI SZERENCSEJÁTÉK-FÜGGŐSÉG

Pető Virág

DE BTK Pszichológia Intézet, peto.virag0420@gmail.com

A problémás szerencsejátékosok száma napjainkban egyre nagyobb arányban van jelen a népességben. Az alapján, hogy főként a felnőtt populációt célozzák meg a segítő terápiák, azt gondolhatjuk, hogy őket érinti jobban ez a probléma, azonban a fiatalok, serdülők azok, akik a leginkább veszélyeztetve vannak. Fokozatokat ugyanúgy elkülöníthetünk a tinédzsereknél is, mint a felnőtteknél. A felnőtt szerencsejáték-függőkhöz viszonyítva a serdülők körében 2-4-szer akkora az előfordulási valószínűség. Több tényező megléte (demográfiai tényezők, fiziológiai tényezők, személyiségjegyek, bizonyos kortársak hatása stb.) teszi lehetővé, hogy keressék az ilyen fajta tevékenységeket. Referenciacsoportjukban elfoglalt helyük, valamint személyes kapcsolataik családtagjaikkal, barátaikkal nagyban befolyásolja érdeklődési körüket és szabadidős tevékenységüket. Több esetben a média irányítja a fiatalok szerencsejátékkal kapcsolatos attitűdjeinek kialakulását. Nagy hátrányt jelent, hogy a tinédzserek nem érdekeltek abban, hogy terápiára menjenek és segítséget kérjenek, mivel nem érzik annak szükségességét, azonban számtalan lehetőség áll a rendelkezésükre, melyek gyógyulást biztosíthatnak számukra. Ezen prevenciók lehetőségei ismerete és igénybevétele segíthet problémáik megoldásában, függőségük enyhítésében.

Kulcsszavak: fiatalkori szerencsejáték-függőség, terápia, serdülők, prevenció

A szerencsejátékok elérhetőségének növekedésével a serdülő és gyermek korosztály számára is lehetőség nyílt szerencsejátékkal játszani. Magyar nyelven számos összefoglaló publikációt találhatunk a szerencsejátékkal kapcsolatosan (lásd például Demetrovics, 2008 vagy Körmendi és Kuritárné, 2007), ám a serdülőkre vonatkozóan összefoglaló cikket nem olvashatunk. A téma tárgyalása azért is fontos és aktuális, mivel a vizsgálatok alapján a serdülők kevésbé tekintik veszélyesnek a szerencsejátékokat, mint a felnőttek, és inkább a szórakozási lehetőséget látják bennük (Jacobs, 2000).

A serdülőknél a felnőtt szerencsejátékosokhoz hasonlóan három fontosabb csoportot különíthetünk el. A *rekreációs* célból játszóknak nem tekinthetőek problémásnak, céljuk a szórakozás, a feszültségoldás vagy az izgalomkeresés lehet. A *szubklinikai* szint esetében a személynél szerencsejátékkal kapcsolatos problémák, tünetek mutatkoznak (például elvonási tünetek), azonban a DSM-5 alapján nem lehetne játékfüggőként diagnosztizálni. Végül a *problémás szerencsejátékos* teljesíti a DSM-5 problémás szerencsejátékosra vonatkozó diagnosztikai kritériumait. (Gupta és Derevensky, 2004).

A beszámolóik alapján a felnőttekhez képest a serdülők kevesebb pénzzel és ritkábban játszanak, mert nem rendelkeznek akkora vagyonnal, mint a felnőttek, és nehezebben jutnak be a kaszinókba, valamint inkább stratégiai játékokban vesznek részt (például kártyajátékokban) a nem stratégiai szerencsejátékokkal szemben (például pénznyerő automata). Ennek oka szintén a kaszinókba való bejutás nehézsége, ettől azonban nem szüntetik meg játékos tevékenységeiket (Stinchfield, 2000). Különbözően hat a felnőttek és a serdülők életére a szerencsejátékozás a betöltött szerepüktől és felelősségeiktől függően. Nehéz meghatározni a serdülő szerencsejáték-függők arányát, mivel azoknak a negatív hatású helyzeteknek, amelyek a felnőttekre jellemzők, nincs analógiájuk a serdülőkre vonatkozóan (Wilber és Potenza, 2006).

Serdülőkorban az egyén egyre több, a felnőttekéhez hasonló érzelmi és kognitív stílust sajátít el, és egyre jobban foglalkoztatják azok a környezeti ingerek, amelyek a felnőtteket is (Moore és Rosenthal, 1992). Gyermekkorban a játszásra irányuló motiváció elősegíti a részvétel nélküli szülői tapasztalatokból való tanulást, ami minimalizálja az esetleges káros következményeket (Panksepp, 1998). Serdülőkorban azonban nem használják ezt a fajta tudásukat a döntéshozatalban (Siegel és Shaughnessy, 1995), így felnőtt perspektívából impulzívnek és naivnak tűnhetnek (Arnett, 1992; Spear, 2000).

A problémás szerencsejáték-függőséggel kapcsolatos kutatások során számos olyan tényezőt identifikáltak, amelyek hozzájárulhatnak a függőség kialakulásához és fennmaradásához. A rizikófaktorok között megtalálhatók:

- társuló pszichiátriai zavarok (például depresszió, személyiségzavar) (Körmendi, 2011);
- fokozott dopamin aktivitás vagy genetikai vulnerabilitás (Raylu és Oei, 2002);

- gondolkodási hibák (szerencsével és valószínűséggel kapcsolatos irracionális értelmezések) és maladaptív sémák (Katona és Körmendi, 2012; Körmendi, 2009, 2010);
- és személyiségjellemzők (például impulzivitás, élménykeresés) (Körmendi, 2010).

Azonban a szerencsejáték-függőséggel kapcsolatos rizikófaktorok korrelációi különböznek egyénenként, a szerencsejáték-függő tinédzserek csoportja nem alkot homogén csoportot. Emellett a rizikófaktorok nem rendelkeznek olyan konstellációval, amely magában teljes bizonyossággal előre tudná jelezni, hogy az egyénnél szerencsejáték-függőség fog kialakulni (American Psychiatric Association 5. kiadás, 2013).

SERDÜLŐK SZERENCSEJÁTÉKÁVAL KAPCSOLATOS KUTATÁSOK

Az alábbiakban összefoglaljuk serdülők szerencsejátékával kapcsolatos vizsgálatok eredményeit. A kutatásokat áttekintve látni fogjuk, hogy serdülő mintán vizsgálva a szerencsejátékot, hasonló eredményeket kaptak különböző szerzők, mint felnőtt minta használata esetén.

DEMOGRÁFIAI JELLEMZŐK

A szerencsejáték-függők előfordulási valószínűsége 2-4-szer nagyobb a serdülők körében, mint felnőttek között (Jacobs, 2000), azonban egyes szerzők (Keen, Blaszczyński és Anjoul, 2016) ötször olyan magas előfordulási arányt azonosítottak a felnőtt populációhoz képest. Magyarországon a felnőtt lakosság (18-64 év közöttiek) több mint fele szerencsejátékos már életében, azonban mindössze 5 százalékuk (körülbelül 134 ezer fő) számított problémásnak (Paksi és mtsai, 2014). Velük szemben a 12-20 év közötti korosztály szintén több, mint fele (58 százaléka) próbálta már ki a szerencsejátékot életében, viszont a rendszeresen játszó aránya 17,6 százalék. 2014-ben a valamilyen problémáról beszámoló szerencsejátékosok aránya a diákok körében 53,9 százalék, a felnőttek körében pedig 12,7 százalék volt (Paksi, Magi és Demetrovics, 2016).

A nemek tekintetében a tanulmányok alapján egyértelműen a fiúkra jellemzőbb inkább a szerencsejáték (Dickson, Derevensky és Gupta, 2008; Stinchfield, 2000; Volberg 1994; Welte, Barnes, Wieczorek, Tudwell és Parker, 2002). Dickson, Derevensky és Gupta (2008) középiskolás és egyetemista diákok között azt találta, hogy a fiúk majdnem hatszor olyan gyakran azonosíthatók problémás szerencsejátékosként, és kétszer olyan gyakran vannak osztályozva szubklinikai szerencsejátékosként, mint a lányok. A később függővé váló serdülők a korai életévekben (leggyakrabban 10 éves kor környékén) kezdik szerencsejátékos tevékenységeiket, amelyet gyakran társaságban tesznek (Gupta és Derevensky, 1997a, 1998b; Wynne, Smith és Jacobs, 1996).

A kockázati tényezők között szerepelnek még a szerencsejátékkal játszó barátok (Derevensky, 1999; Gupta és Derevensky, 1997a, 2000; Shead, Derevensky és Gupta, 2010) és a problémák tagadása is (Chevalier és Griffiths, 2004; Griffiths, 2002). Izolálódnak szerencsejátékkal nem játszó társaiktól, ezzel párhuzamosan szerencsejátékkal játszó ismerősökre, barátokra tesznek szert, kiknek körében a szerencsejáték elfogadott és megerősített cselekedet (Gupta és Derevensky, 2000). A minőségi barátságok és kapcsolatok gyakran elvesznek, és a szerencsejátékos társakkal folytatott interakciók teszik ki a szociális tevékenység nagy részét. (Derevensky, 1999). Jellemző például, hogy a szerencsejáték-függő fiatalok kétszer annyi osztálytársukat nem kedvelik, és kevésbé népszerűek, mint szerencsejátékkal nem játszó társaik (Shead, Derevensky és Gupta, 2010). Delfabbro, Lahn és Grabosky (2006) ausztrál fiatalokkal végzett kutatása alapján a problémás szerencsejátékosok szegényesebb kapcsolatokkal rendelkeznek ismerőseikkel és barátaikkal, holott elmondásuk szerint azonos számú közeli baráttal rendelkeznek, mint nem játszó társaik. Ezek alapján jelentős figyelem fordítása szükséges arra, hogy kortársaink közül kikkel folytatunk ismétlődő interakciókat, valamint hogy referenciacsoportjainkban milyen helyet foglalunk el, és mely csoporthoz tartozunk, ha erre van lehetőség.

Gupta és Derevensky (1997) eredményei alapján bizonyos családi körülmények megléte is szerencsejátékkal kapcsolatos problémákhoz vezethet. Azoknál a 9-14 év közötti fiataloknál, akiknél jelen van a szerencsejáték használata, 86%-ban családtagjukkal közösen folytatják ezt a tevékenységet, valamint a szerencsejátékba jobban bevonódó gyerekek szülei vagy családtagjai gyakrabban játszottak, mint a kevésbé bevonódó gyerekek esetében (Wynne, Smith és Jacobs, 1996). A családon belüli szerencsejátékos viselkedés kialakulásának rizikófaktorai a családon, mint rendszeren belül történő olyan problémák és konfliktusok, mint barát vagy közeli családtag halála, szülők válása, újracházassága, költözés, családtag munkájának elvesztése, családtag súlyos betegsége (Dickson, Derevensky és Gupta, 2008). Egy tanulmány szerint a korai családi élmények befolyásolhatják a kórlefolyást, például a gyermekkorban tapasztalt fizikai, verbális bántalmazás és elhanyagolás mértéke pozitívan korrelál a szerencsejáték súlyosságával (Felsher, Derevensky és Gupta, 2010). A bántalmazásból, elhanyagolásból adódó alacsony önértékelés javítására a szerencsejátékot használják segítségül. Mivel a család az egyik legfontosabb szocializációs közeg, ezért sokszor elkerülhetetlen, hogy az egyén a modelltanulás és egyéb tényezők révén a szerencsejátékozásba való bevonódás áldozatául essen.

Derevensky, Sklar, Gupta és Messerlian (2009) adatai alapján a serdülő fiúk 47%-a és a lányok 38%-a nyilatkozta, hogy a szerencsejátékkal kapcsolatos reklámok motiválták őket a szerencsejáték kipróbálására, tehát a média is kiemelkedő szerepet játszik a szerencsejátékkal kapcsolatos attitűd kialakításában.

A kaszinók és egyéb szerencsejáték létesítmények tulajdonosainak érdeke, hogy minél nagyobb bevételre tegyenek szert, ennek elérésére a médiát eszközül használva jó színben tüntetik fel ezt a káros tevékenységet, így több embert involválva abba, hogy kipróbálja.

KOMORBIDITÁS

Szerencsejáték-függő serdülők között nagyobb a depresszió aránya a nem szerencsejátékosokhoz képest (Gupta és Derevensky, 1998a, 1998b; Marget, Derevensky és Gupta, 1999), a 14-17 év közötti komoly szerencsejáték problémával küzdő serdülők fokozott veszélynek vannak kitéve az öngyilkos gondolatoknak és az öngyilkossági kísérleteknek (Derevensky és Gupta, 1998a).

Az ADHD és a szerencsejáték-függőség hátterében több hasonló vonást azonosított Gupta és Derevensky (2006), például az ingerlékenységet, túlmozgásokat és impulzivitást.

A szerencsejáték-függő serdülőknél fennáll a veszélye egyéb függőségek, vagy többszörös függőség, multiplex használat kialakulásának (Winters és Anderson, 2000).

Az antiszociális viselkedés, például vandalizmus, verekedés, lopás, veszélyes tevékenységekből adódó izgalom – erős előrejelzői a szerencsejáték megjelenésének (Winters és mtsai, 1997), ugyanakkor ezen antiszociális jegyek a szerencsejátékozás előrehaladásának következményeként is megjelenhetnek (Körmendi, 2011).

A szerencsejátékozás egyfajta negatív megerősítés a nem kívánt érzelmek (például szorongás, depresszió) elkerülésére (Wood és Griffiths, 2007). A lehetséges problémás szerencsejátékosok és szubklinikai szerencsejátékosok sokkal erősebben érznek örömet és izgalmat játék közben a nem szerencsejáték-függőkhöz és a rekreációs célból játszókhoz képest (Gillespie, Derevensky és Gupta, 2007).

Míg a felnőttkori problémás szerencsejátékosok azonosítására több lehetőség is van, addig a serdülőkori szerencsejáték-problémák mérésére elsősorban a South Oaks Gambling Screen (SOGS) kérdőívet használják, melyet a DSM-III-ban található szerencsejáték-függőség kritériumai alapján hoztak létre, de az aktuális DSM kritériumaival (4 vagy több szerencsejátékozással kapcsolatos problémának kell jelen lennie) időközben kiegészítették (Allami és Vitaro, 2015).

A szerencsejáték-függőséggel rendelkező fiatalok fokozott veszélynek vannak kitéve bizonyos klinikai rendellenességekkel szemben. Ennek elkerülésének egy módja, hogy minél hamarabb diagnosztizálják a függőséget, és megkezdjék a terápiát.

SZEMÉLYISÉGJELLEMZŐK

Kijelenthetjük, hogy azok a serdülők, akiket problémás szerencsejátékosoknak nevezhetünk, alacsonyabb az önbecsülésük a többi serdülőhöz képest (Derevensky és Gupta, 1998b). Ladouceur és mtsai (2001) az impulzivitást hozták összefüggésbe a szerencsejátékos viselkedéssel. Szerhasználati problémákkal küzdő szerencsejáték-függők gyakrabban számoltak be impulzivitásról, és mutatnak impulzivitással kapcsolatos viselkedést korai serdülőkorban, mint azok, akik csak szerencsejáték-függők (Vitaro, Ferland, Jacques és Ladouceur, 1998). A serdülő szerencsejáték-függők magasabb pontot érnek el ingerlékenység, extraverzió, és neuroticizmus, valamint alacsonyabbat az összhang és az

önfegyelem személyiségskálákon (Derevensky és Gupta, 1997b, 1998a; Vitaro és mtsai, 1998). Szerencsejátékkal nem játszó fiataloknál Körmenyi és Kurucz 2012-ben szintén demonstrálta a temperamentumvonások jelentőségét szerencsejátékos helyzetben. Az újdonságkereső személyeknek magasabb az optimális arousal szintjük, a szerencsejátékozás biztosíthatja számukra azt a magas izgalmi szintet, amire szükségük van (Zuckerman, 1994). A játék kimenetelétől függetlenül izgatottságot élnek át, valamint arousal szintjüket izgalmas szerencsejátékok játszásával próbálják szinten tartani. Körmenyi és Kurucz hipotézisei szerint a majdnem talált helyzet hiányában (0%-os helyzetben, amikor egyértelmű a játék kimenetele) a magas újdonságkereső személyek gyakrabban növelik tétjeiket az optimális aousalszint fenntartása érdekében a kevésbé újdonságkereső személyekhez képest, mert nem biztosít számukra elegendő izgalmat maga a játék, ellenben azzal, amikor a majdnem talált helyzet előáll (30%-os helyzetben, ekkor képlékeny a kimenetel a játék közben). Azonban adataik nem támasztották alá ezeket a hipotéziseket, nem volt szignifikáns különbség a tétek növelésében a két helyzet között.

A szerencsejáték problémákkal küzdő személyek alkalmazkodási problémákkal jellemezhetők, kevésbé képesek az önszabályozásra, impulzívok, dekoncentráltak, hiperaktivitást mutatnak, és a csoportnormákhoz nehezen alkalmazkodnak, mindeközben azonban gondtalan, társaságkedvelő és boldog egyének benyomását keltik (Gupta, Derevensky és Ellenbogen, 2006). Az állapot és vonásszorongás szintje szintén magasabb az átlagosnál serdülő szerencsejátékosok körében (Gupta és Derevensky, 1998b; Felsher, Derevensky és Gupta; Wynne, Smith és Jacobs, 1996), gyakran unatkoznak (Shead, Derevensky és Gupta, 2008).

A szerencsejáték-függők több stressz eseményről számolnak be (több stressz, napi vita, traumatikus életesemények) (Felsher, Derevensky és Gupta), és kevésbé hatékony megküzdési stratégiákat alkalmaznak a nem függőkhöz képest (Dickson, Derevensky és Gupta, 2008), melyek között megtalálható az elkerülés, illetve az érzelempontú megküzdési stratégiák használata a problémaközpontú stratégiákkal szemben (Bergevin, Gupta, Derevensky és Kaufman, 2006).

A problémás szerencsejátékos serdülők között jellemző a megnövekedett bűnözés és bűncselekmény, a familiáris kapcsolatok zavartak, és a csökkent tanulmányi teljesítmény is jelen van (Gupta és Derevensky, 1998a; Ladouceur és Mireault, 1988; Lesieur és Klein, 1987; Wynne Smith és Jacobs, 1996). Derevensky és Gupta (1998b) tesztelték Jacobs General Theory of Addictions elméleti modelljét, ami alapján a szerencsejáték-függőség egy viselkedéses megküzdési válasz az abnormális pszichológiai nyugalmi állapotokra. Kiderült, hogy a fiú és lány serdülők különbözőképpen hajlamosak arra, hogy megtapasztalják a szerencsejátékozást kísérő problémákat, valamint hogy milyen érzéseket élnek át és milyen viselkedéseket mutatnak szerencsejáték közben. Feltételezhetően a fiúk esetében ingerlékenység és izoláció, a lányok esetében depresszió, izoláció és élenkítő szerek használata jellemző játék közben.

TERÁPIÁS LEHETŐSÉGEKKEL KAPCSOLATOS EREDMÉNYEK

A problémás szerencsejáték-függőség ellen számos védőfaktor jelen van Dickson, Derevensky és Gupta (2008) szerint, melyek között szerepel a családi kohézió, a mentorálás, az iskolai kapcsolódás, a teljesítményszükséglet, a tradicionális tevékenységekbe való bevonódás és a megküzdési stratégiák, melyek megakadályozzák a szerencsejáték-függőség fejlődését. Empirikus eredmények alapján a magas *családi kohézió* pozitívan korrelál a serdülők családi élettel való elégedettségével (Henry, 1994), és negatívan a problémás viselkedés meglétével (Barber és Buehler, 1996). Resnick és mtsai (1997) szerint a családi kohézió védőfaktorot képez minden egészségkárosító viselkedéssel szemben (kivéve a nem kívánt terhesség). A *mentorálás* során egy felnőtt támogatja, jogilag képviseli és barátja a segítségre szorult tinédzsernek. Ennek a kapcsolatnak van egy érzelmi funkciója (például érzelmi támogatás) (Klaw és Rhodes, 1995), és egy eszköz funkciója (Darling, Hamilton és Niego, 1994). Különböző ismereteket tanítanak, új tevékenységeket vezetnek be és erősítik a serdülő kompetenciáját. A Big Brothers-Big Sisters (BBBS) értékelés alapján (Tierney, Grossman és Resch, 1995) a résztvevők 46%-kal kisebb eséllyel folyamodnak droghasználathoz és 27%-kal kevesebb eséllyel alkohol fogyasztáshoz.

Az *iskolai kapcsolódás* biztosítja az egyén számára a hitet, hogy tartozik valahová, megbecsülik és törődnek vele. Az érzés, hogy igazságosan bánnak valakivel, közel van a többiekhez és az iskola része, valamint minden, ami a tinédzserek szociális kötődését segíti, pozitív hatást gyakorol a szerencsejáték-függőség elleni védelemre (McNeely, Nonnemaker és Blum, 2002). Az iskolába történő megfelelő integráció és a magas teljesítmény védőfaktor (Hardoon, Gupta és Derevensky, 2004).

A *teljesítménymotiváció* az egyén egyedi belső drive-ja vagy szüksége, ami viselkedésre ösztönzi magát a személyt (Atkinson, 1957). Tanulmányok alapján a teljesítménymotiváció védő funkciót képez a szerhasználat ellen (Gordon Rouse, 2001; Lengua és Stormshak, 2000; Waxman, Huang és Padron, 1997).

Tradicionális tevékenységekbe való bevonódás során a személy olyan események része, amelyek lehetővé teszik számára az aktív részvételt, és a pozitív szociális cserékbe való bevonódást segítik elő. A proszociális bevonódás szociális, emocionális, morális, és kognitív kompetenciákat nyújt, és elősegíti a pozitív identitás kialakulását (Catalano és mtsai, 2002). Tanulmányok kimondják, hogy a nagy *ellenálló képességgel* rendelkező fiatalok (minimális depressziót mutatnak annak ellenére, hogy magas pontszámú negatív életeseményekről számoltak be) sokkal hatékonyabban használnak problémamegoldó coping stratégiákat, mint a veszélyeztetett fiatalok (akik magas szintű depresszióról és stresszről számoltak be), és a nem szabályozott fiatalok (ők magas depresszióról és alacsony stresszről tanúskodtak) (Dumant és Provost, 1999).

A szerencsejáték-függő tinédzserekre jellemző, hogy nem veszik igénybe a kezeléseket problémájuk megszüntetésére, így az továbbra is fennáll,

súlyosbodik. Számos okuk lehet a segítség keresésének elmulasztására, többek között (Gupta és Derevensky, 1999):

- félnek, hogy beazonosítják őket, mint szerencsejáték-függőket;
- az a kognitív torzítás jellemző rájuk, miszerint úgy hiszik, hogy viselkedésüket kontroll alatt képesek tartani;
- következő kognitív torzításuk szerint úgy hiszik, hogy rájuk nincs hatással a játék, sebezhetetlennek, legyőzhetetlennek érzik magukat;
- negatív felfogás a terápiával kapcsolatban;
- bűntudatot éreznek problémájuk miatt;
- nem ismerik fel és nem fogadják el szerencsejáték-függőségüket, holott magas pontot érnek el a szerencsejáték-függőség súlyosságának indikátorán;
- hisznek természetes, önállóan végrehajtott felépülésükben és az önkontrollban.

A bűntudat érzése és elemzése fontos terápiás támadáspont lehet, amely felnőtt szerencsejátékosok terápiájában is szerepet játszik (Körmendi és Pataky, 2012). A terápia helyszíne szintén meghatározó lehet a fiatalokkal való sikeres munkában. Az az iránti aggodalom, hogy meglátják őket belépni egy mentálhigiénés intézménybe, elbátortalaníthatja őket a kezelés igénybevételétől. A tömegközlekedéssel való egyszerű megközelítés lényeges, mivel sok fiatalnak nincs kocsija vagy pénze taxira. Amióta a szerencsejáték-függőséggel rendelkező tinédzsereknek kevés hozzáférésük van „extra pénzhez”, és sokan alapvetően a szüleik tudta nélkül vesznek részt a kezelésen, fontos, hogy az díjtalan legyen. Ez azonban nem előnyös a kezelést végzőknek, ezért számukra állami vagy területi támogatás szükséges (Gupta és Derevensky, 2000).

Abban az esetben, ha az egyén mutatja jeleit a szerencsejáték-függőségnek, akár a DSM-V szerint nyilvánítható annak, akár még mindössze a rekreációs vagy a szubklinikai kategóriába sorolható be, fontos lehet a beavatkozás, hogy megelőzzük a szerencsejátékozás lehetséges negatív következményeit.

KEZELÉST KERESŐ SZERENCSEJÁTÉKOS SERDÜLŐK PROFILJA

Gupta és Derevensky (2000) szerint mindig vita tárgya volt, hogy akik keresik a kezelést, azoknak különbözik a profilja. Ezen okból fontos jellemezni azoknak a profilját, akik megkeresték a kezelést a klinikán belül. Mindegyik kezelt tinédzser fiú volt, most dolgoznak az első lány klienssel. Az ő profiljuk ezeket tartalmazza:

- Nyilvánvaló jelek az neuroticizmusra és/vagy figyelemhiányos rendellenesség. Túlzott neurotikus viselkedés, körömrágás, alvási zavarok, gyomor rendellenességek, és az iskolai tevékenységre való figyelés képtelensége.
- Nagyjából a serdülők 30%-a találkozik a klinikai depresszió kritériumaival (különböző mértékben) felvételen. További 20%-ban kifejlődnek a depresszió tünetei, miután befejezték a szerencsejátékban való részvételt.
- Legtöbbjük magas pontszámot ér el a kockázatvállalásban.

- Sokan otthon élnek, de a súlyos problémákkal rendelkezők gyakran önálló életet kezdenek, ők családjuktól támogatásra számíthatnak. Akik otthon vannak, magas stresszről számolnak be a háztartásban a folyamatos hazugságnak, lopásnak, csalódásnak és a bizalom hiányának köszönhetően.
- A baráti kapcsolatok a szerencsejáték miatt többé nem léteznek (a barátok nem elfogadóak a lopás, csalás, és a vissza nem fizetett kölcsönök miatt). A jelenlegi kapcsolataik szerencsejátéktársakból, fogadásokat könyvelő személyekből, adósságbehajtókból áll.
- Egy idő után a legtöbb fiatal elmegy kezelésre. Ekkor már megtapasztaltak komoly anyagi nehézségeket, az adósságok gyakran 3,000\$-25,000\$ körüliek. A legtöbb ilyen fiatal már korábban is rendelkezett ezen adóssággal, vagy ennek egy részével, a szülei által kifizetve legalább egyszer a szerencsejáték-függőségük kezdetétől.
- Az iskolai kudarc gyakori. A szerencsejátékba való belefeledkezés elzárja őket az iskolai feladatokra és vizsgákra való fókuszról. Egyesek még mindig be vannak iratkozva az iskolába, ahol sikertelenek, vagy már kibuktak onnan. Akinek alkalmi munkája van, nem felel meg a követelményeknek, ami a munkahelyről való elbocsátáshoz vezet. Nekik nagyon sok szabad idejük van, amikor nem tudnak semmit sem csinálni, vagy hova menni, és csak azért érdekeltek a pénzkeresésben, hogy folytathassák a szerencsejátékot.
- Mindannyian eladták a személyes javaikat, azzal együtt, amit otthonról loptak. Ezen felül sokan bűncselekményeket követnek el, hogy finanszírozni tudják szerencsejátékos tevékenységeiket (bolti lopás, bankjegyhamisítás).

A DSM-V-ben szereplő szerencsejáték-használat zavarának diagnosztikai kritériumai nagy hasonlóságot mutatnak a serdülőknél felfedezett jellemzőkkel. Ezek a következők (American Psychiatric Association 5. kiadás, 2013):

- A szerencsejáték kontrollálására, befejezésére megtett többszöri, sikertelen próbálkozások.
- A szerencsejáték miatt a fontos kapcsolatait, munkáját, karrierlehetőségeit, a tanulást feladja.
- Egyre nagyobb összegek fordítása a szerencsejátékozásra.
- Nyugtalanág, ingerlékenység megélése a szerencsejátékos tevékenység csökkentésekor.
- A szerencsejáték és az azzal kapcsolatos dolgok lekötik a gondolatait.
- Gyakori játszás rossz hangulatban (bűntudat, szorongás, depresszió).
- A veszteség üldözése.
- A szerencsejátékozás mértékéről való hazudozás.
- A játék miatt előállt kilátástalan pénzügyi helyzet megoldása reményében másokra támaszkodik.

Számos iskolai szerencsejátékkal kapcsolatos oktatási programot fejlesztettek ki kísérleti jelleggel, hogy csökkentsék a szerencsejáték-függőséget a serdülők körében. 19 tanulmány jelentette a beavatkozás hatásait a kognitív

területre, mint a tudás, a percepció és a hiedelmek. Ezek közül csak 9 tanulmány próbálta mérni a beavatkozás hatásait a viselkedési eredményekre, és mindössze 5 közülük mutatott szignifikáns változást a játékos viselkedésben. Ebben az ötben módszertani hiányosságokat találtak, köztük a rövid nyomon követési időszakot, a kontroll hiányát az összehasonlító post hoc elemzésekben, a következetlenségeket és téves besorolásokat a játékos viselkedés mérésében, a szerencsejáték-függőséget is beleértve (Keen, Blaszczyński és Anjoul, 2016).

Minél több idő telik el a kezelésre való jelentkezésig, annál több visszafordíthatatlan kárt okoz az egyén saját személyes kapcsolataiban családjával, barátaival, ismerőseivel, és annál több pénzügyi problémát kell megtapasztalnia.

ÖSSZEFOGLALÁS ÉS KITEKINTÉS

Ezen empirikus felfedezések feltételezik, hogy a serdülő szerencsejáték-függők gyakran már meglévő problémák sokféleségét mutatják, a szerencsejáték egy sikertelen megoldás a háttérproblémákra (Derevensky és Gupta, 1998b). Szerencsejáték közben ömlik az adrenalin, a szívük gyorsabban ver, és izgalmauk fokozódik. Ugyanezek a fiziológiai tünetek jelennek meg, akár nyernek, akár veszítenek (Gupta és Derevensky, 2000), így a negatív visszajelzés miatti szerencsejátékkal való felhagyás nem valósul meg. A serdülőknél is ugyanazok a diagnosztikai szintek alakulhatnak ki, mint a felnőtteknél, és profiljuk is nagymértékű egyezést mutat, valamint a fiúk nagyobb arányban lesznek szerencsejáték-függők, mint a lányok. A család és a baráti társaság szokásai meghatározhatják, hogy az egyén mikor szerzi a szerencsejátékozással kapcsolatos tapasztalatait. A szerencsejáték-függők körében nagyobb arányban lehet jelen a depresszió, egyéb függőségek, antiszociális viselkedés a nem szerencsejáték-függőkhöz képest. Az impulzivitás, a szorongás magas szintje jellemző rájuk, érzelmeik központú megküzdési stratégiákat használnak. Védőfaktorok képezhetnek a serdülők életében a családi kohézió, a mentorálás, az iskolai kapcsolódás, a teljesítményszükséglet, a tradicionális tevékenységekbe való bevonódás és a megküzdési stratégiák. Ezen feltételek jelenlétével megelőzhető, enyhíthető a függőség.

Fontos lenne nagyobb figyelmet fektetni a serdülők függőségeire, hiszen rájuk is nagy hatással van a kaszinók pozitív színben való feltüntetése. Társaikkal látogatva közösségi programként is funkcionál a játék, egy közös érdeklődési kör tárgya. A szerencsejátékozás csökkentésére tett intézkedések nagyobb arányú elérhetősége, az arra való buzdítás, hogy felkeressék azokat az intézményeket, ahol segítségnyújtásra van lehetőség, szükségszerű intézkedésnek tekinthető. A serdülőkre való nagyobb odafigyelés is nélkülözhetetlen ahhoz, hogy kisebb mértékű problémákkal kerüljenek szembe.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Allami, Y., & Vitaro, F. (2015). Pathways model to problem gambling: Clinical implications for treatment and prevention among adolescents. *The Canadian Journal of Addiction*, 6 (2), 13–20.
- American Psychiatric Association (2013): Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th Ed.). Arlington, VA, American Psychiatric Publishing.
- Arnett, J. (1992). Reckless behavior in adolescence: a developmental perspective. *Developmental Review*, 12, 339–373.
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behaviour. *Psychological Review*, 64, 359–372.
- Barber, B. K., & Buehler, C. (1996). Family cohesion and enmeshment: different constructs, different effects. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 433–443.
- Bergevin, T., Gupta, R., Derevensky, J. L., & Kaufman, F. (2006). Adolescent gambling: understanding the role of stress and coping. (online) *Journal of Gambling Studies*, Abstract, doi:10.1007/s10899-006-9010-z
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2006). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 98–124.
- Chevalier, S., & Griffiths, M. (2004). Why don't adolescents turn up for gambling treatment (revisited)? *Journal of Gambling Issues*, 31 (7), 2–5.
- Darling, N., Hamilton, S. F., & Niego, S. (1994). Adolescents' relations with adults outside the family. In R. Montemayor, G. R. Adams and T. P. Gullotta (eds) *Advances in Adolescent Development: Adolescent Close Relationships*. Sage: Newbury Park; Vol. 6. 216–235.
- Delfabbro, P., Lahn, J., & Grabosky, P. (2006). Psychosocial correlates of problem gambling in Australian students. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40 (6-7), 587–595.
- Demetrovics Zs. (2008). Szerencsejáték és Kóros játékszenvedély Magyarországon. *Psychiatria Hungarica*, 23 (5), 336–348.
- Derevensky, J. L., Gupta, R., & Della-Cioppa, G. (1996). A developmental perspective of gambling behavior in children and adolescents. *Journal of Gambling Studies*, 12, 49–65.
- Derevensky, J. L., Sklar, A., Gupta, R., & Messerlian, C. (2010). An empirical study examining the impact of gambling advertisements on adolescent gambling attitudes and behaviors. *International Journal of Mental Health and Addiction* (online). Doi:10.1007/s11469-009-9211-7
- Dickson, L. M., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2008). Youth gambling problems: examining risk and protective factors. *Journal of Gambling Studies*, 11, 25–47.

- Dumant, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents: Protective role of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343–63.
- Felsher, J. R., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2010). Young adults with gambling problems: The impact of childhood maltreatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 545–556.
- Gillespie, M. A., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2007). The utility of outcome expectancies in the prediction of adolescent gambling behavior. *Journal of Gambling Issues*, 19, 69–85.
- Gordon-Rouse, K. A. (2001). Resilient students' goals and motivation. *Journal of Adolescence*, 24 (4), 461–72.
- Griffiths, M. (2002). Why don't adolescent problem gamblers seek treatment? *The Electronic Journal of Gambling Issues*, 24 (6), 3.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1997a). Familial and social influences on juvenile gambling. *Journal of Gambling Studies*, 13, 179–192.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1997b). Personality correlates of gambling behavior amongst adolescents. Paper presented at the First Annual New York State Conference on Problem Gambling, Albany.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1998a). Adolescent gambling behavior: A prevalence study and examination of the correlates associated with excessive gambling. *Journal of Gambling Studies*, 14, 319–345.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1998b). An empirical examination of Jacob's General Theory of Addictions: Do adolescent gamblers fit the theory? *Journal of Gambling Studies*, 14, 17–49.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1999). Youth gambling problems: Prevalence, clinical treatment, and social policy issues. Paper presented at the annual meeting of the national Council on problem gambling, Detroit.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1999). Attitudes and gambling activities questionnaire (AGAQ). McGill University, Montreal, Canada.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (2000). Adolescents with gambling problems: From research to treatment. *Journal of Gambling Studies*, 16 (2/3), 315–331.
- Gupta, R., & Derevensky, J. L. (2004). Gambling problems in youth. theoretical and applied perspectives. New York: Kluwer Academic Publishers; 61.
- Gupta, R., Derevensky, J. L., & Ellenbogen, S. (2006). Personality characteristics and risk-taking tendencies among adolescent gamblers. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 38 (3), 201–213.
- Hardoon, K., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2002). An examination of the influence of familial, emotional, conduct and cognitive problems, and hyperactivity upon youth risk-taking and adolescent gambling problems, Report prepared for the Ontario Problem Gambling Research Centre, Ontario 113.
- Henry, C. S. (1994). Family system characteristics, parental behaviors, and adolescent family life satisfaction. *Family Relations*, 43, 447–455.
- Jacobs, D. F. (2000). Juvenile gambling in North America: An analysis of long term trends and future prospects. *Journal of Gambling Studies*, 16, 119–152.

- Katona Zs. és Körmendi A. (2012). Maladaptív sémák vizsgálata szerencsejátékosok között. *Psychiatria Hungarica*, 27 (6), 435–445.
- Keen, B., Blaszczyński, A., & Anjoul, F. (2016). Systematic review of empirically evaluated school-based gambling education programs. *Journal of Gambling Studies, Abstract*.
- Klaw, E. L., & Rhodes, J. E. (1995). Natural mentors and the career development of pregnant and parenting African American teenagers. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 551–562.
- Körmendi A. és Kuritárné Sz. (2007). Kóros játékszenvedély: összefoglaló tanulmány az aktuális kutatásokról. *Psychiatria Hungarica*, 22 (5), 344–365.
- Körmendi A. (2009). A szerencsejátékok strukturális és szituációs jellemzői. *Alkalmazott Pszichológia*, 11 (3-4), 19–35.
- Körmendi A. (2010). Játékszenvedély és Cloninger pszichobiológiai modellje. In: Balogh L, Koncz I, Mező F, editors. *Pszichológiai Metszetek*. Debrecen: Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület; 78–86.
- Körmendi A. (2010). Pseudo skills among gamblers. In: Balogh L, Koncz I, Mező F, editors. *Pszichológiai Metszetek*. Debrecen: Professzorok az Európai Magyarországiért Egyesület; 18–23.
- Körmendi A. (2011). A kóros játékszenvedély kognitív megközelítése. Debrecen: Debreceni Egyetemi Kiadó.
- Körmendi A. (2011). Kognitív torzítások és személyiségvonások vizsgálata szerencsejátékosoknál. Doktori disszertáció, Debreceni Egyetem.
- Körmendi A. és Pataky N. (2012). A kóros játékszenvedély terápiája. *Pszichológiai Szemle*, 67 (3), 519–540.
- Körmendi A. és Kurucz Gy. (2012). The role of temperament and near-miss in playing a simulated slot machine: the case of betting behavior. In: Cavanna AE, editor: *The psychology of gambling: New research*. New York: Nova Science Publishers; 139–148.
- Ladouceur, R., & Mireault, C. (1988). Gambling behaviors among high school students in the Quebec area. *Journal of Gambling Behavior*, 4, 3–12.
- Lengua, L. J., & Stormshak, E. A. (2000). Gender, gender roles and personality: gender differences in the prediction of coping and psychological symptoms. *Sex Roles*, 43 (111–112), 787–820.
- Lesieur, H. R., & Rosenthal, R. J. (1991). Pathological gambling: A review of the literature. *Journal of Gambling Studies*, 7 (1), 5–39.
- Marget, N., Gupta, R., & Derevensky, J. L. (1999, August). The psychosocial factors underlying adolescent problem gambling. Poster presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Boston.
- McNeely, C. A., Nonnemaker, J. M., & Blum, R. W. (2002). Promoting school connectedness: evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *Journal of School Health*, 72 (4), 138–146.
- Moore, S. M., & Rosenthal, D. A. (1992). Venturesomeness, impulsiveness, and risky behavior among older adolescents. *Percept Mot Skills*, 76, 92.

- Paksi B., Demetrovics Zs. és Magi A. (2014). A magyarországi szerencsejáték termékek kockázati potenciáljának mérésére 2012-ben kidolgozott mérőeszköz aktualizálása.
- Paksi B., Magi A. és Demetrovics Zs. (2016). A szerencsejáték, illetve a problémás szerencsejáték használat kockázatai, a kockázatok társadalmi/demográfiai mintázódása és azok prevencióval kapcsolatos folyamányai a serdülő korosztályban. *Magyar Pszichológiai Társaság XXV. Jubileumi Országos Tudományos Nagygyűlése*.
- Panksepp, J (1998). *Affective neuroscience*. New York: Oxford University Press.
- Raylu N., & Oei T. P. (2002). Pathological gambling: A comprehensive review. *Clinical Psychology Review*, 22, 1009–1061.
- Resnick, M. D., Bearman, P. S., Blum, R. W., Bauman, K. E., Harris, K. M., Jones, J., Tabor, J., Beunring, T., Sieving, R., Shew, M., Ireland, M., Bearinger, L., & Udry, J. (1997). Protecting adolescents from harm: findings from the national longitudinal study on adolescent health. *Journal of the American Medical Association*, 278 (10), 823–832.
- Shead, N. W., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2010). Risk and protective factors associated with youth problem gambling. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 22 (1), 39–58.
- Siegel, J., & Shaughnessy, M. F. (1995). There's a first time for everything: understanding adolescence. *Adolescence*, 30, 217–221.
- Spear, L. P. (2000). The adolescent brain and age-related behavioral manifestations. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 24, 417–463.
- Stinchfield, R., Cassuto, N., Winters, K., & Latimer, W. (1997). Prevalence of gambling among Minnesota public school students in 1992 and 1995. *Journal of Gambling Studies*, 13 (1), 24–48.
- Stinchfield, R. (2000). Gambling and correlates of gambling among Minnesota public school students. *Journal of Gambling Studies*, 16, 153–173.
- Tierney, J. P., Grossman, J. B., & Resch, N. L. (1995). Making a difference: An impact study of Big Brothers/Big Sisters. Public/Private Ventures, Philadelphia, PA.
- Vitaro, F., Ferland, F., Jacques, C., & Ladouceur, R. (1998). Gambling, substance use, and impulsivity during adolescence. *Psychology of Addictive Behaviors*, 12 (3), 185–194.
- Volberg R. A. (1994). The prevalence and demographics of pathological gamblers: implications for public health. *American Journal of Health Promotion*. 84 (2), 237–241.
- Waxman, H. C., Huang, S. L., & Padron, Y. N. (1997). Motivation and learning environment differences between resilient and nonresilient Latino middle school students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 19 (2), 137–155.
- Welte J. B., Barnes G. M., Wieczorek W. F., Tidwell M. C., & Parker J. (2002). Gambling participation in the U.S.—results from a national survey. *Journal of Gambling Studies*, 18 (41), 313–337.
- Wilber, M. K., & Potenza, M. N. (2006). Adolescent gambling. Research and clinical implications. *Psychiatry*, 3 (10), 40–48.

- Winters, K. C., & Anderson, N. (2000). Gambling involvement and drug use among adolescents. *Journal of Gambling Studies*, 16, 175–198.
- Wood, R. T., & Griffiths, M. D. (2007). A qualitative investigation of problem gambling as an escape-based coping strategy. *Psychol Psychother*, 80 (1), 107–125.
- Wynne, H. J., Smith, G. J., & Jacobs, D. F. (1996). Adolescent gambling and problem gambling in Alberta. Prepared for the Alberta Alcohol and Drug Abuse Commission. Edmonton: Wynne Resources LTD.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioural expressions and biosocial bases of sensation-seeking*. Cambridge: University Press.

SZÉGYEN ÉS BÜSZKESÉG-PÁRBESZÉDEK VIZSGÁLATA AZ ÉRZELMI TARTALOM MENTÉN

Polgár Petra Ibolya¹, Dr. Pohárnok Melinda²

¹ PTE BTK Pszichológia Intézet, polgar.petra@freemail.hu

² PTE BTK Pszichológia Intézet

Kutatásunkban a szégyen és büszkeség-párbeszédeket vizsgáltuk az érzelmi tartalom mentén, egy újonnan kidolgozott kódkönyv segítségével. A vizsgálatban 54 anya-gyermek páros vett részt - köztük 24 lány és 30 fiú -; feladatuk egy-egy olyan szégyen-, illetve büszkeségtörténet felidézése volt, amelynél mindkettő jelen voltak. A 2015-ben felvett interjúk párbeszédeiben található kódok közül a jelen kutatásban csak a *pozitív, illetve negatív kategorikus érzelmet kifejező szavak vagy metaforák*; a *pozitív, illetve negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések*; valamint a *pozitív, illetve negatív értékelések* kódjai vettek részt. Eredményeink szerint a pozitív kategorikus érzelmet kifejező szavak és metaforák, a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, a pozitív értékelések, illetve összességében véve a pozitív érzelmi megnyilvánulások átlaga szignifikánsan magasabb értéket ért el a büszkeségtörténetekben, mint a szégyentörténetekben. A hipotéziseknek megfelelően alakult a negatív kategorikus érzelmet kifejező szavak és metaforák, a negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, a negatív értékelések, illetve összességében véve a negatív érzelmi megnyilvánulások átlaga is: ezek a szégyentörténetekben lettek szignifikánsan magasabbak. Továbbá az érzelmekkel kapcsolatos megnyilvánulások magasabb értéket értek el a szégyen-párbeszédekben, mint a büszkeséget felidézőkben. A lánygyermek anyáikkal folytatott felidézéseiben feltételezett magasabb érzelmi tartalom azonban nem volt kimutatható. Az anya és fiúgyermek által felidézett szégyentörténetekben az értékelések, míg ugyanezen anya-lánygyermek dialógusokban az érzelmi viselkedésre vonatkozó megnyilvánulások kerültek túlsúlyba.

Kulcsszavak: büszkeség- és szégyentörténetek, felidézés, érzelmi tartalom kódolása, anya-gyermek párbeszéd

Köszönetnyilvánítás. Mindenekelőtt szeretném megköszönni a kutatásba való bekapcsolódás lehetőségét konzulensemnek, Dr. Pohárnok Melindának, akinek segítsége és támogatása nélkül e tanulmány nem jöhetett volna létre. Külön köszönetet érdemelnek kutatócsoportunk tagjai: Kovács Linda, Kasztl Kinga és Szöllősi Patrícia. Köszönöm Nektek mind a kódolásban, mind az ötletek megvalósításában nyújtott segítséget! Végül, de nem utolsó sorban köszönettel tartozom a Fejlődés és Klinikai Pszichológia Tanszék keretein belül, 2015-ben

tevékenykedő kutatócsoport tagjainak - Kozma Emesének, Keszler Barbarának, Zarka Zsófinak, Baka Eszternek, valamint Biró Katának -, amiért kész, felvett és begépelte adatokkal dolgozhattam.

Munkám első része az érzelmetlen eseményekről való párbeszéd fontosságát hivatott tárgyalni a gyermek érzelemszabályozásában és érzelmi szocializációjában. Manapság e téma egyre nagyobb kutatói körnek örvend, hiszen a kompetens csecsemő (Dornes, 2002) fogalmának megszületésével rá kellett jönnünk arra, hogy a tanulás, a világ megismerésére való törekvés már a születés pillanatában megkezdődik - még nagyobb feladatot és kihívást állítva ezáltal a szülők vagy gondozók elé abban az értelemben, hogy az újszülöttekkel való törődésre az első pillanattól kezdve tudatosan és felelősségteljesen készüljenek.

Már a csecsemők is képesek „beszélgetést” kezdeményezni az anyával, habár még csak verbalitás nélkül, egy „kommunikációs mátrixban” (Pohárnok, Molnár és Várnagy, megjelenés folyamatban, 1.). Szavak hiányában ebben a korban leginkább a szaglás, a tapintás, a látás, valamint természetesen a külvilágból érkező, különböző auditív ingerek segítségével közvetíthetőek az érzelmek a csecsemők felé, s ezek eredményeképpen, egy éves kor körül indulhat meg a hangos „beszéd” kialakulása, mely először „gügyögés” formájában tapasztalható. A gyermekek részéről igazán verbális párbeszédekről csak a második életévtől kezdve beszélhetünk, azonban még ekkor is nagy szükség van a gondviselő hathatós segítségére, hiszen a „szülői állványozás” (sémák használata a kezdeti gyermek-szülő interakcióban; Fivush, 1993) segít a kezdeti próbálkozásokból, szótöredékekből egy komplex, jelentéssel bíró történetet kovácsolni. Végül az önálló történetmesélésre az óvodás kor vége felé kerülhet sor: ekkor a gyermekek már állványozás nélkül is be tudnak számolni a velük történt eseményekről - individuális narratívák elaborációjával (Fivush, 2007). (Pohárnok, Molnár és Várnagy, megjelenés folyamatban)

De milyen feladatot látnak el ebben a folyamatban az érzelmek? Attól a pillanattól kezdve, mikor a gyermek már képes lesz az önálló történetalkotásra, lehetővé válik a korábban történt események felidézése is. Az erről szóló anya-gyermek párbeszédok segítenek feltárni a gyermeket foglalkoztató, érzelmetlen történések okát és következményeit, melyek az érzelemszabályozást és az érzelmi szocializációt segítő értelmes, egész képet teremtenek a felidéző felekről (jelen esetben, egy anya-gyermek diádban, szülőről és gyermekéről), valamint a felidézett dologról (Oppenheim, 2006; idézi Pohárnok, Molnár és Várnagy, megjelenés folyamatban, 2.).

Ezekben a dialógusokban az anya egy „biztonságos bázis” (Bowlby, 1988, 61.), ahonnan a gyermek szabadon explorálhat nehezen befogadható emlékei, gondolatai és az azokhoz kapcsolódó érzelmei, érzései terén, hiszen az anya támogatja azok megértését és a hozzájuk kapcsolódó jelentésalkotást - a dialógusok ezért is játszanak elengedhetetlen szerepet a gyermekkorban (Pohárnok, 2014). A „biztonságos bázis” teóriáját támasztja alá Welch-Ross, Fasig és Farrar (1998, 401.) azon megállapítása, miszerint az anyák lényegesen többször kezdeményeznek beszélgetést az érzelmeikről, mint gyermekeik - „hiszen ezzel segíthetik a szelf-fogalom szociális konstrukcióját”.

AZ ÉRZELMEKRŐL VALÓ PÁRBESZÉD SZEREPE A GYERMEK ÉRZELMI SZOCIALIZÁCIÓJÁBAN ÉS ÉRZELEMSZABÁLYOZÁSÁBAN

Az érzelmekről való párbeszéd témája leggyakrabban nem a jelen valamely történése, hanem egy, a múltban bekövetkezett esemény felidézése. Ennek oka, hogy a megbeszélés alatt történő, intenzív érzelmek kezelése leterheli csakúgy a gyermeket, mint az anya kognitív kapacitását is, hiszen abban a helyzetben mindkettőjük számára az érzelmek szabályozása lesz az elsődleges feladat (főként negatív érzelmek esetén) (Laible és Panfile, 2009).

A gyermekek közös felidézéskor újraértelmezik és újból értékelik a velük történt eseményeket, amely procedúra során megtalálják helyüket a világban: ezt hívjuk önéletrajzi emlékezetnek, melyet önéletrajzi narratívákon keresztül hívhatunk elő. Ilyen, szociális interakcióban alkotott elbeszélések során a gyermekek személyes jelentést tulajdonítanak a történéseknek, melyek segítségével bontakozik ki a szelf-ézés. A szülő-gyermek párbeszéd tehát a szelf, valamint az érzelmek megértésével állnak kapcsolatban; előbbi alapján szelf-szabályozó és szelf-építő folyamatoknak tekinthetőek (Pohárnok, 2014; Fivush, 2007).

Az érzelmeik megértésének és fejlődésének vizsgálatakor elsősorban (a fent már többször említett) szülő-gyermek párbeszédet vesszük alapul, hiszen a gyermekekre elsősorban a szűk családi környezet van hatással: szüleik hiedelmei és érzelmei nap mint nap példaként szolgálnak számukra, s ennek megfelelően a kisgyermekek gyorsan haladnak saját érzelmeik megértésével (Thompson és Lagattuta, 2007). Az érzelmeikről való beszéd rendkívül fontos, hiszen általa a gyermekek bepillantást nyerhetnek olyan láthatatlan pszichológiai folyamatokba, melyek az érzelmeik megértésének alapjául szolgálhatnak, úgymint: a frusztráltsággal vagy elégedettséggel kapcsolatos vágyak által keltett érzések, valamint a múltból való hiteles tapasztalatok és emlékek feldolgozása. Mindemellett pedig a szülők is segítséget kaphatnak általuk ahhoz, hogy közvetítsék gyermekeik számára saját hiedelmeiket érzelmeikről, illetve azok szabályozásáról (Thompson és Meyer, 2006). E jelenség gyönyörű példája egy Gottman, Katz és Hooven (1997) által elvégzett vizsgálat, mely során a kutatók azt találták, hogy azon anyák gyermekei, akik a mindennapi társalgás során gyakrabban és részletesebben hallották anyáikat saját érzelmeikről beszélni,

később komplexebb fogalommal rendelkeztek róluk, azaz bejósolhatóvá vált a jövőbeli, érzelmekről alkotott tudásuk.

A POZITÍV ÉS NEGATÍV ÉRZELMEK

A pozitív és negatív érzelmek párbeszédekben, társalgásokban való megjelenése rendkívül nagy formáló erővel bír a gyermekek számára. Az erre vonatkozó hatalmas irodalom alapján elmondható, hogy e két érzelem közül a negatív emóció kutatása áll a középpontban: ugyanis nagyobb jelentőséget tulajdonítanak neki, mint a pozitív érzelmeknek.

Bird és Reese (2006) szerint például a negatív érzelmek kifejezése segít az én-fogalom kialakulásában, mert a róluk való társalgás előmozdítja a gyermek erősségeinek és gyengeségeinek reális felismerését, majd a pozitív önkép fejlődését.

Laible és Panfile (2009) elgondolása szerint a gyermekek számára nagy nehézséget jelent a negatív érzelmek elhelyezése, megértése, ezért a róluk való társalgás kiküszöböli ezt a problémát elősegítve a velük való megküzdést.

Denham (1998; idézi Laible, Panfile és Augustine, 2013, 271.) kutatásai alapján úgy gondolja, hogy az anya-gyermek dialógusokban megjelenő negatív affektusok segítik a gyermeket ráébreszteni saját viselkedésének másokra ható következményeire, példának okáért az engedetlenség vagy agresszió megjelenésekor. Mihelyst ez megtörténik, a gyermek képes lesz saját negatív megnyilvánulásait korlátozni, eleget téve ezáltal a társas normáknak, szabályoknak. Ez a jelenség promotálja többek között a szociális kapcsolatok kiépítését is.

A pozitív érzelmek megvitatása is fontos, hiszen „segítik az önéletrajzi emlékek pontosabb felidézését” (Pohárnok, Molnár és Várnagy, megjelenés folyamatban, 3.); valamint az is tudvalevő, hogy az anyák a pozitív töltetű felidézések alkalmával egy olyan érzelmi kapocs kialakítására törekuszenek, melyben tökéletesen megvalósulhat egymás megértése (Fivush, 2007).

Összességében állíthatjuk, hogy az anya által vezetett és segített érzelmi magyarázatoknak nagy szerepe van abban, hogy a gyermekek saját érzéseik értékelése által mások érzelmi töltetű jelzéseire is érzékenyek, befogadóak legyenek; ezáltal másokkal együttműködve (proszociális viselkedés) vagy mások ellen, saját javaikért dolgozva (agresszió)(Garner, Dunsmore és Southam-Gerrow, 2008).

A SZELF-TUDATOS ÉRZELMEK

Munkám elméleti háttérének második pillére a szelf-tudatos érzelmekre fókuszál, hiszen kutatásunkban is ezekkel foglalkoztunk - a szégyen és büszkeség-párbeszédiken keresztül. Általánosságban véve szelf-tudatos érzelmeknek tekinthető a szégyen, a bűntudat, a büszkeség, valamint a szégyenkezés, zavar, zavarodottság érzése (angolul 'embarrassment'). Muris és Meesters (2013, 1.)

Az Izard (2007) által meghatározott négy, túlélést segítő alapérzelemmel (harag, félelem, szomorúság, boldogság) ellentétben az imént felsorolt érzelmek akkor jelennek meg, amikor a személy saját magának tulajdonítja azok bekövetkezését. A negatív szelf-tudatos érzelmek olyan helyzetekben detektálhatóak, melyben a személy megszegi a viselkedéses normát, s mások e rossz cselekedet szemtanúi. Ekkor az egyén - elutasítástól való félelmében - két érzelmet vehet fel: amennyiben a negatív értékelés a cselekedetre vonatkozik („Rosszul tettem azt.”), úgy a helyzetben fellépő érzelem a bűntudat lesz. Ellenben, ha a negatív értékelés magát a személyt illeti, akkor a szégyen jelenik meg („Én tettem azt rosszul.”) (Lewis, 1971; idézi Muris és Meesters, 2013, o.n.), melyhez általában az alsóbbrendűség és az értéktelenség érzése párosul (Tangney és Tracy, 2012; idézi Muris és Meesters, 2013, o.n.; Tracy és Robins, 2004).

A szelf-tudatos érzelmek fejlődése a kognitív éréssel párhuzamosan megy végbe (Lewis, 2000). Ez egy elengedhetetlen folyamat, hiszen ezen érzelmek szerepet játszanak „csakúgy az érzelemszabályozás, a lelkiismeret, valamint az egyetértésre való hajlam fejlődésében, és a későbbi kapcsolatok fenntartásában, mint a rövid, és hosszú távú motiváció, az önbecsülés, és a mentális egészség megőrzésében” (Aksan és Kochanska, 2006; idézi Lagattuta és Thompson, 2007, 91.).

Tekintettel arra, hogy a szelf-tudatos érzelmek kialakulása már komplexebb kognitív műveletek meglétét feltételezi, a gyermekek emocionális fejlődésében az alapérzelmeknél későbbre tehetőek (Izard, 2007). Lewis (2000) szerint egészen pontosan három kognitív képesség szükséges ahhoz, hogy a gyermekek megtapasztalhassák a bűntudat, a szégyen, a zavarodottság ('embarrassment'), valamint a büszkeség érzését. Fontosnak tartom megemlíteni, hogy bár az irodalom teljes körű áttekintése végett az imént felsorolt érzelmek mindegyikére kitértem, kutatásunk egészen pontosan csak két szelf-tudatos érzelem kódolására hivatott (a büszkeség, valamint a szégyen érzésére), mert ezek ellentétes volta miatt az anya-gyermek dialógusok közötti különbség így is kirajzolódik a pozitív és negatív érzelmi tartalmak mentén.

A szelf-tudatos érzelmek és a nemi különbségek közötti kapcsolat igen csekély: míg a büszkeséggel kapcsolatosan egyáltalán nem sikerült kimutatni összefüggést, addig a bűntudat és szégyenérzet terén is csak olyan apró eltérések figyelhetők meg, minthogy a nők és lány gyermekek kicsivel hajlamosabbak a tapasztalásukra (Else-Quest, Higgings, Allison, Morton, 2012). Az emocionális distresszel való megküzdéses válaszadásban azonban jelentős különbségekre figyelt fel Thoits (1991, idézi Muris és Meesters, 2013, o.n.): míg a nők és lánygyermekek hajlamosabbak belsővé tenni, s ezáltal saját magukban megélni a szomorúságot; addig a férfiak és fiúgyermekek inkább külsővé teszik azokat, haragjuk kimutatásával (Bettencourt és Miller, 1996).

POZITÍV ÉS NEGATÍV ESEMÉNYEK FELIDÉZÉSE

A pozitív és negatív események felidézésével kapcsolatban számos aspektusból, rengeteg tanulmány született. A feljebb is kifejtett anya-gyermek közös

történetalkotások rendkívül fontos szerepet játszanak abban, hogy a gyermekek érzelemfejlődésük során viszonyítási képet kapjanak a helyzetnek és környezetnek megfelelő érzelmi viselkedésről (Laible, 2011; Welch-Ross, Fasig és Farrar, 1999). Halmozottan igaz ez a megállapítás abban az esetben, amikor negatív érzelmek megvitatására kerül sor, hiszen a szülők segítenek megérteni ezek okát (úgymond menedzselik őket), valamint különböző megküzdési módokat mutatnak gyermekeiknek (Gottman, Katz és Hooven, 1996; idézi Laible, 2011, 395.). Laible (2011, 395.) szerint a „negatív élmények felidézése sokkal gyümölcsözőbb az emocionális tapasztalatok megértése szempontjából”, ugyanis - noha másokkal megosztani az érzelmeinket és érzéseinket mindig jó dolog - a negatív, stresszel teli élmények elmesélésekor (például egy szégyenhelyzetbe való kerülés története során) jelentős megkönnyebbülést, valamint tehermegosztást von maga után. Lagattuta és Wellman (2002) kutatásai arra engednek következtetni, hogy a negatív érzelmet felidéző anya-gyermek párbeszédetek gazdagabbak, mint a pozitív történeteket tárgyalók. Ez a különbség abban nyilvánul meg, hogy előbbiek több kifejezést, megvitatást tartalmaznak mások mentális állapotára és az érzelmek okára, valamint az összetettebb, bonyolultabb nyelvi képességekre vonatkozóan. Többek között ez okból mondhatjuk azt, hogy a negatív események nagyobb mértékben járulnak hozzá a szocioemocionális fejlődéshez (Laible, 2011). Ennek bizonyítására maga az imént idézett kutató (Laible, 2011) tett kísérletet: saját vizsgálatunkhoz hasonlóan anya-gyermek párosoktól kérte olyan múltbéli, pozitív, illetve negatív érzelmi töltetű események felidézését, amely során mindketten jelen voltak. Eredményei egyeztek a feljebb leírtakkal, ugyanis vizsgálatában a negatív esemény felidézésekor folytatott dialógusok valóban mélyrehatóbbak és gazdagabbak voltak a (túlnyomó többségében) negatív érzelmek okainak megerősítését és magyarázatát illetően. Ellenben a gyermekek megnyilvánulásait vizsgálván arra következtetett, hogy ők pozitív töltetű történetek felidézésekor beszéltek szívesebben érzelmeik okáról, ami ellentmond a téma előzetes kutatásainak - hiszen az általános elgondolás szerint a gyermekek pontosabban fejezik ki negatív, főként distresszel és haraggal kapcsolatos érzelmeiket (Fabes, Eisenberg, McCormick és Wilson, 1988; idézi Laible, 2011, 407.).

A gyermekek korát vizsgálva arra derült fény, hogy az idősebbek esetében gyakrabban fordultak elő az érzelmek megvitatásával kapcsolatos megnyilvánulások a negatív élmények felidézésekor, mint a fiatalabbak esetében: ez egybecseng Denham és munkatársai (1992; idézi Laible, 2011, 407.) kutatásaival, melyben az anyák „egyre szofisztikáltabb kifejezésmódjának megfigyelésére került sor a gyermekek idősödésével”. Fivush, Peterson és Sales (2003) vizsgálata pedig arra enged következtetni, hogy a fiatalabb gyermekek több megismétlő kérdést tesznek fel a felidézések alkalmával, mint idősebb társaik.

A megvitatott pozitív és negatív események szülői felidézési stílus szerinti vizsgálatának egyik kiemelkedő kutatója Fivush, aki munkatársai közreműködésével (2003) végzett Laible (2011) vizsgálatához nagyban hasonlító méréseket. A kettő közötti különbség egyrészt a módszertanból adódott: Fivush, Peterson és Sales (2003) arra kérték az anya-gyermek [illetve néhány esetben apa-

gyermek] párokat, hogy egy sérülés, baleset történetét mesélik el negatív töltetű eseményként; majd másodszorra egy tetszőlegesen választott, pozitív élményt hívó tapasztalat felidézését vették fel. Emellett az interjúztatás is két lépcsőben zajlott: első alkalommal a párosok tagjait külön, majd második alkalommal együtt hallgatták meg. Az elvégzett statisztikák alapján az elméletalkotók - hasonlóan Laible (2011) kutatásaihoz - arra jutottak, hogy a szocioemocionális fejlődéshez nagyban hozzájáruló megnyilvánulások felidézése a negatív töltetű események megbeszélésekor kidolgozottabb és gazdagabb volt, mint a pozitív életesemények, tapasztalatok előhívásakor. Ugyanakkor a kutatásban azt is tapasztalták, hogy míg a pozitív tapasztalatok, élmények felidézésekor a szülők inkább a (szignifikánsan magasabb arányban megjelenő pozitív) érzelmekre fókuszáltak, addig a negatív, feszültséget keltő események megvitatásakor az okozati magyarázatok domináltak. További eredmények a szülői felidézéssel és a strukturális egységekkel kapcsolatban születtek: a szülők a negatív események (sérülés) megvitatásakor több nyílt végű kérdést tettek fel gyermekeiknek, valamint didaktikusabb helyzetet teremtettek (Fivush, 2007); míg a pozitív töltetű dialógusokban az új információt hordozó, eldöntendő kérdések domináltak.

Az érzelmi megértési folyamatok tekintetében vizsgálva a pozitív és negatív érzelmeket Laible és Song (2006, 51.) tanulmányának alapja nagyban megfelel az előzőkben leírtaknak, azonban a kutatópáros ebben a vizsgálatban kimondottan az emocionális és összefüggésekben gazdag megértést vizsgálta. Anya-gyermek párosokat kértek meg mindkettejük által átélt pozitív, valamint negatív töltetű események felidezésére; majd kódolták a dialógusokban megjelenő „prototipikus” (úgy mint szomorúság, harag, boldogság), valamint igékhez kapcsolható (sírni, nevetni, kiabálni) érzelmi állapotokat (hasonlóan Bird és Reese 2006-os kutatásához). Eredményeik alapján azt kapták, hogy a negatív tartalommal bíró párbeszédekben magasabb volt az emocionális megértést segítő megnyilvánulások száma, azaz a negatív érzelmek megosztása valóban jobban elősegíti a gyermekek szocioemocionális kompetenciáinak fejlődését, az érzelmek összefüggésekben gazdag megértését. A nemi különbségek tekintetében megállapították, hogy ebben a vizsgálatban a lányok és fiúk megnyilvánulásai az agresszív kifejezések számában tértek el - utóbbiak javára.

POZITÍV ÉS NEGATÍV ESEMÉNYEK MEGVITATÁSA A NEMEK TÜKRÉBEN

A szülő-gyermek dialógusokban található érzelmek megvitatásának nemi különbségeiről feljebb már hoztam egy példát, itt bővebben említenék pár összefüggést elsőként Fivush 2007-es tanulmányából. Kutatásai során megállapította, hogy a szülők aányaikkal történő felidezés során több érzellemmel kapcsolatos kifejezést használtak (például kimondottan a szomorú, lehangolt, feszült szavakat, míg fiúknál leginkább csak a szomorú szót alkalmazták), valamint hajlamosabbak voltak ezekre az érzelmekre lehetséges megoldásokat találni, mint a fiúk esetében. Szintén a lányokkal való beszélgetés során alkottak inkább szociális kontextust, illetve szóttek bele több társas kapcsolattal összefüggésben álló kifejezést a történetbe. Fivush 2003-ban is

végzett egy nemi különbségekre vonatkozó vizsgálatot Peterson és Sales közreműködésével: ebben azt állapították meg, hogy míg a lánygyermekkel folytatott beszélgetések során több értékelés, addig a fiúkkal való társalgások esetében több eldöntendő kérdés született.

Laible 2011-es kutatása a témában feltárta, hogy az anya-lány párbeszédekben több kölcsönösségre, interszubsztívitásra, és pozitív affektusra vonatkozó megnyilvánulás volt felfedezhető, mint az anya-fiúgyermek párbeszédekben; ellenben a viszályra és ellenségeskedésre utaló kifejezések száma utóbbiak esetében volt magasabb. Ennek oka abban keresendő, hogy a lányok a hétköznapi társalgásaik során is hajlamosabbak érzelmeik kifejezésére (s azok világgal való tudatására), mint fiú társaik (Fivush, 1995; idézi Laible, 2011, 407.).

S végezetül még egy utolsó, gyermekekre vonatkoztatott megállapítás Buckner és Fivush (2000) tollából: vizsgálataik alapján megfigyelték, hogy a lánygyermek nem csak az anyákkal való párbeszéd szociális kontextusának hatására, hanem önállóan is hajlamosabbak voltak másokat, társas kapcsolataikat, valamint saját magukat emlegetni a dialógusok során - fiú társaikkal szemben. Összefoglalásként tehát elmondható, hogy Fivush (1998), Buckner és Fivush (2003), valamint Bird és Reese (2006) is egyetértenek abban, hogy a szülők lánygyermekükkel sokkal kidolgozottabb és összefüggőbb párbeszédet alkotnak, mint a fiúgyermekükkel; valamint szintén megfigyelték, hogy a lányok hajlamosabbak szociális kontextusba helyezni az elbeszéléseiket, mint fiú társaik.

A KUTATÁS CÉLJA ÉS HIPOTÉZISEI

Munkám elsődleges célja, hogy a 2015-ben, a témában dolgozók adataival (lásd: lejjebb, a „Módszerek” részben), valamint egy saját (csapatunk által kifejlesztett), kifejezetten érzelmi tartalmat kódoló módszer segítségével fényt derítsek az anya-gyermek óvodáskori dialógusaiban található érzelmi tartalmak megjelenésének mikéntjére - mindezt büszkeség és szégyen-párbeszéd elemzésén keresztül. Kérdéseim és feltevéseim alapján a vizsgálattal kapcsolatban összesen hat hipotézist fogalmaztam meg (melyek közül az első négy egyúttal ellenőrző funkciót is ellát a narratívum működésével kapcsolatban):

H1: Az elméleti háttérben leírtak alapján azt feltételeztem, hogy a pozitív kategorikus érzelmet kifejező szavak vagy metaforák számának átlaga szignifikánsan magasabb lesz a büszkeségtörténetekben, mint a szégyent felidézőkben; valamint, hogy a negatív kategorikus érzelmet kifejezők átlaga a szégyentörténetekben ér el magasabb értéket, mintsem a büszkeséget felidézőkben.

H2: Az elméleti háttér pillérei alapján feltételeztem, hogy - hasonlóképpen az első hipotézisemben foglaltakhoz - míg a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések számának átlaga a büszkeség-dialógusokban ér el magasabb értéket,

addig a negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések átlaga a szégyentörténetekben mutat majd magasabb értékeket.

H3: Az elméleti részben leírtak szerint azt vártam, hogy míg a pozitív értékelések száma a büszkeséget felidéző dialógusokban, addig a negatív értékelések átlaga a szégyentörténetet megvitató párbeszédekben lesz szignifikánsan magasabb.

H4: A dolgozatom első részében megfogalmazottak szerint azt feltételeztem, hogy a pozitív, illetve negatív érzelmi megnyilvánulásokat együttesen nézve (tehát ez előzőekkel ellentétben, külön kategóriákra való szétbontás nélkül elemezve) a pozitív érzelmet közvetítő megnyilvánulások átlaga szignifikánsan magasabb értéket vesz fel a büszkeség-párbeszédekben, mint a szégyen-dialógusokban, s fordítva: a negatív érzelmi megnyilvánulások száma szignifikánsan magasabb lesz a szégyent felidéző párbeszédekben, mint a büszkeségről szólókban.

H5: A munkám elején áttekintett elméleti háttér alapján feltételeztem, hogy a kódolt párbeszédok teljes érzelmi tartalmát vizsgálva, az érzelmi megnyilvánulások számának átlaga szignifikánsan magasabb értéket vesz majd fel a szégyent felidéző párbeszédekben, mint a büszkeségtörténetekben.

H6: Az elméleti részben áttekintett vizsgálatok alapján azt is vártam, hogy az összesített érzelmi megnyilvánulások tekintetében szignifikáns különbség lesz a lány- és fiúgyermek anyával folytatott párbeszédei között a lány gyermekek javára (tehát az anya és lánya között történő dialógusokban az érzelmi tartalommal kapcsolatos megnyilvánulások száma magasabb lesz).

Végül pedig egy kutatói kérdést fogalmaztam meg: a vizsgálat feltáró jellegének és a szelf-tudatos érzelmek „újító” funkciójának szempontjából arra is kíváncsi voltam, hogy a nemek tekintetében miként alakul a szégyentörténetekben fellelhető, pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, illetve pozitív értékelések számának átlaga.

MÓDSZEREK

A vizsgálat módszertani sajátosságainak leírása előtt meg kell jegyeznem, hogy kutatásomat megelőzte egy 2015-ben lezajlott adatgyűjtés, melynek leírását a következőkben ismertetem a szerzői jogokat tiszteletben tartva. Köszönettel tartozom ennek megfelelően Dr. Pohárnok Melindának, Kozma Emesének, Keszler Barbarának, Zarka Zsófinak, Baka Eszternek, valamint Biró Katának amiért kész, felvett és begépelte adatokkal dolgozhattam.

RÉSZTVEVŐK

A 2015-ös kutatásban 63 anya-gyermek páros vett részt. A gyermekek kora 50 és 88 hónap között változott, átlagéletkoruk pedig 70,38 hónap volt. Az anyák kora 28 és 45 év között változott, ennek megfelelően átlagéletkoruk 37,51 volt. A

vizsgálatban 33 fiú és 30 lány vett részt. A szülők családi állapota alapján a kutatásban résztvevők közül 57 gyermek szülei voltak házasok (vagy éltek együtt), és 6 gyermek szülei váltak el (vagy éltek külön). A szülők iskolai végzettségére vonatkozó adatok az 1. táblázatban láthatóak.

A 2016-os vizsgálatban az eredeti 63 résztvevőből végül annak az 54 anyagyerekek párosnak az adataival dolgoztunk, ahol hiánytalanok voltak a párbeszédés és a kérdőíves adatok is. Ennek megfelelően a gyermekek nemének megoszlása is változott: 30 anya-fiú, valamint 24 anya-lány dialógus állt a rendelkezésünkre.

| Iskolai végzettség | Anya | Apa |
|---|------|-----|
| Általános iskolát végzett | 0 | 2 |
| Középiskolát végzett (szakközépiskola, gimnázium) | 14 | 17 |
| Szakképzést végzett | 15 | 14 |
| Főiskolát végzett | 11 | 7 |
| Egyetemet végzett | 14 | 14 |

1. táblázat - A vizsgálatban résztvevő gyermekek szüleinek iskolai végzettségére vonatkozó gyakorisági adatok.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

Az interjúk felvétele a 2015-ös vizsgálat során történt meg. Ekkor a résztvevő anyagyermek párosokat arra kérték, hogy meséljenek el két történetet, melyben mindketten jelen voltak, és amelyek - lehetőség szerint - a közelmúltban történtek. Kitétel volt továbbá, hogy az egyik történet olyan legyen, melyben a gyermek szégyent élt át, míg a másikban egy, a gyermek számára büszkeséget indukáló eseményt, tapasztalatot elevenítsenek fel. Az így megszülető párbeszédet mobiltelefonnal, hangfelvevő alkalmazással rögzítették, majd a párbeszéd kódolását Reese és Fivush (1993) kódrendszere alapján végezték, s az átíratok elkészítéséhez Poland (2002; idézi Szokolyszky, 2004) leírását vették alapul. A kódokat mind az anyai, mind a gyermeki strukturális egységek jelölésére használták, s különálló strukturális egységnek vették a párbeszédekben megjelenő mellérendelő szerkezeteket. A nem a tárgyhoz kapcsolódó információkat, egy kívülálló személyhez intézett megszólalásokat, a hiányos mondatokat, illetve a sokszoros szóismétléseket (ez háromnál többet jelentett) nem kódolták. A 2015-ös vizsgálatban kérdőívek felvételére is sor került, azonban ezekre most nem térnek ki, mert jelen kutatás tárgyát nem képezte egyik használata sem; valamint egy új jelölési rendszer bevezetése miatt a 2015-ben használt kódokat sem alkalmaztam.

A VIZSGÁLAT LEFOLYTATÁSA

A 2015-ben elvégzett kutatásban résztvevő vizsgálati személyeket (s ezáltal jelen munka vizsgálati alanyait is) óvodákon, közösségi oldalakon és személyes ismerősökön keresztül keresték meg. Szóban és írásban is ismertették a szülőkkel a kutatást, majd egy aktív beleegyező nyilatkozat aláírását kérték. Tájékoztatták őket arról, hogy a vizsgálat anonim és az általuk szolgáltatott adatok tudományos felhasználásra kerülnek majd.

Ezt követően időpontot egyeztettek velük az interjú és az adatok felvételére. A helyszínt illetően a szülőknek lehetőségük volt választani: eldönthették, hogy saját otthonukban, az óvodában (ahova a gyermekük jár), a Pécsi Tudományegyetem Pszichológia Intézetében vagy egy negyedik, közös megegyezéssel kiválasztott helyszínen kerüljön sor az interjúra és az adatok felvételére.

A találkozások alkalmával elsőként egy 10-15 perces bemelegítő beszélgetésre került sor a párosokkal, melyben ismertették a vizsgálat menetét, illetve demográfiai adatokat vettek fel. Ennek megfelelően feljegyezték a gyermek nemét, korát, testvéreinek számát, illetve korát, szüleinek korát, iskolai végzettségét és családi állapotát.

Ezt követte az interjú felvétele, melyben az anya-gyermek párosnak két eseményt kellett felidéznie: egy olyan helyzetet, amelyben a gyermek büszkeséget élt meg, és egy olyat, amelyben szégyent. Felhívták a párosok figyelmét arra, hogy lehetőség szerint a megbeszélte történetek olyan események legyenek, melyeknél mindketten jelen voltak és a közelmúltban történtek - a felidézés sorrendjét a párosokra bízták. Hangsúlyozták ellenben a közös elbeszélés fontosságát. Amennyiben lehetőség volt rá, a hangfelvétel elindítása után magukra hagyták a párosokat (hiszen a gyermekek figyelme könnyen elvonódott volna egy harmadik résztvevő esetében). Az interjúk változó hosszúságúak lettek, terjedelmüket a párbeszéd strukturális egységeinek számában mérték, amit aztán felosztottak anyai és gyermeki strukturális egységekre. A szégyen párbeszéd átlagos terjedelme 47,3 strukturális egység volt (ebből 30,3 anyai /pl.: Duzzogtál./ és 16,9 gyermeki volt /pl.: Rosszul éreztem magam./), a büszkeség párbeszéd átlagos terjedelme pedig 40,2 strukturális egység volt (ebből 25,1 anyai /pl.: És boldog voltál tőle?/, valamint 14,7 gyermeki megszólalás volt /pl.: Jó volt a kettesem./). A történetek elmesélése után kérték meg az anyát és gyermekét a fent említett kérdőívcsomagok kitöltésére.

A PÁRBESZÉDEK ÉRZELMI TARTALOM MENTÉN TÖRTÉNŐ KÓDOLÁSA

Az érzelmi tartalom kódolására 7 főből álló kutatócsoportunk egy saját készítésű kódkönyvet használt fel, melyet a meglévő dialógusok elemzésének előrehaladtával, folyamatosan bővítettünk a végső (szám szerint hatodik) verzió megszületéséig. A szövegek minden esetben párosával kerültek kódolásra, s a 0,8-es érték feletti szavakat, kifejezéseket (elemzési egységeket) építettük be kódkönyvünkbe. (A párbeszédekben fellelhető érzelem-számok nyers értékek voltak.) Az elkövetkezendőkben bemutatásra kerülő kódokat mind az anyai, mind

a gyermeki megnyilvánulások jelölése során használtuk, e tekintetben nem tettünk különbséget a felidézők között.

A gyermek büszkeségét felidéző történetek legtöbbször valamely teljesítménnyel (szép rajz elkészítése, ügyesség az úszásórákon) vagy szociális szabályok betartásával (udvariasság az idős hölgyekkel szemben) volt kapcsolatos, míg a szégyent felidézők a gyermeki engedetlenséghez (telefonnal való játszás az anyai tiltás ellenére) vagy a társas normák megszegéséhez (csigák bántása) volt köthető.

Már a kódolás megkezdésekor fontos volt lefektetni néhány alapszabályt, mint például azt, hogy csak és kizárólag a múltbeli eseményekre vonatkozó szövegrészeket kódoltuk. Az *érzelem okának magyarázata* (3) és az *Egyet nem értés az érzelemről* (5) kategóriák - bináris kódolással - a teljes történetre vonatkoztak; míg a *Kategorikus érzelmet kifejező szó vagy metafora* (1); az *Érzelmi viselkedésre utaló kifejezés* (2), illetve az *Értékelés* (4) kategóriák esetében a következők szerint jártunk el: a szövegben az ugyanarra a dologra vonatkozó szavakat - ha szótári alakjuk ismétlődött - legfeljebb 3-szor kódoltuk (példának okáért: a „jó” háromszori kódolása után a „jól” vagy „legjobb” kódolandó volt).

Hasonlóképpen születtek betartandó kikötések azokra a kifejezésekre, mondatokra, szövegrészekre vonatkozóan, melyeket nem kódoltunk. Ilyenek voltak a szégyen és büszkeség kifejezések, hiszen ezeket a szavakat a feladat leírása tartalmazta, ebből kifolyólag nehezen volt eldönthető, hogy a diád tagjai önmaguktól is alkalmazták-e volna őket (pl.: „És akkor nagyon szégyelltem magam.”/„És mikor büszke voltál magadra?”). A fájdalomra és egyéb fiziológiai változásokra vonatkozó kifejezések is kimaradtak az elemzésből, hiszen ezek nem tekinthetők érzelemnek (pl.: „*Nekem az fájt.*”); s eltekintettünk a 'future-talk' (a jövőre vonatkozó szövegrészek, általános szabályok említése, pl.: „*Udvariasnak lenni jó érzés.*”); valamint az 'off topic-talk' kódolásától is (a nem a tárgyhoz kapcsolódó szövegrészek, pl.: „*Hová ment a Barbara?*” - utalás a kísérletvezető hollétére). (Előbbire azért volt szükség, mert a jövőre vonatkozó szövegrészek nem alkalmasak a jelen helyzet megoldására; a múltban átélt szégyen és büszkeség felelevenítésére.) A kódoláson szintén kívül estek a vizsgálatvezetőhöz vagy más harmadik személyhez intézett mondatok, illetve az ő közléseik (pl.: „*Jaj, ne bántsd!*” - a kistestvérnek); a 'reported speech' kategóriába tartozó kifejezések (harmadik személy idézett megszólalása, pl.: „*A nagymama azt mondta, hogy „úgy örülök neki.”*”); a szándéokra vonatkozó gondolatok (pl.: „*Szeretnék a csigák védője lenni.*”); az irreleváns tartalomnak titulált részek (pl.: „*Nem szabad piszkálnod a telefont!*”); valamint azok a felnőtt viselkedések, amelyek formális nevelési, értékelési vagy büntetési reakciónak számítanak (pl.: „*kaptam feketét*” / „*sarokba állított*”).

Mindezen szabályok és kikötések figyelembe vételével összesen ötféle kódot alkottunk meg - melyekből azonban jelen munkában csak három használandó fel, ezek láthatóak a 2. táblázatba szedve. (Kezdeti elgondolásunkkal ellentétben *Az érzelem okának magyarázata* és az *Egyet nem értés az érzelemről* bináris kódjai nem különültek el élesen, így ezzel a két kategóriával nem dolgoztunk.)

| Kód megnevezése | Kód száma és betűjele | Érzelem minősége | Kérdése | Példa |
|---|-----------------------|------------------|------------------------|--|
| Kategorikus érzelmet kifejező szó vagy metafora | 1a | pozitív | „Hogy érezte magát?” | „Leesett az állam.” „Én nagyon örültem.” „Nem féltem.” |
| | 1b | negatív | | „Rosszul éreztem magam.” „M megbántam.” „Haragudtam.” |
| Érzelmi viselkedésre utaló kifejezés | 2a | pozitív | „Mit csinált?” | „Nem kiabáltam.” „Bocsánatot kértem.” „Meg mertem csinálni.” |
| | 2b | negatív | | „Sírtam és elfutottam.” „Untam.” „Bántott.” |
| Értékelés | 6a | pozitív | „Milyen?” „Hogyan?” | <i>Gyerekre vonatkozó:</i> „Bátor voltál.” |
| | | | | <i>Eseményre vonatkozó:</i> „A kirándulás nagyon jó volt.” |
| | | | | <i>Másokra (a többi szereplőre) vonatkozó:</i> „Kedvesek voltak.” |
| | 6b | negatív | | <i>Gyerekre vonatkozó:</i> „Rossz voltál.” |
| | | | | <i>Eseményre vonatkozó:</i> „Az úszás nem volt jó.” |
| | | | | <i>Másokra (a többi szereplőre) vonatkozó:</i> „Gonoszak voltak.” |

2. táblázat - Az általam alkalmazott kódokat tartalmazó táblázat - minden lényeges információval azok használatát illetően.

EREDMÉNYEK

A POZITÍV ÉS NEGATÍV ÉRZELMI MEGNYILVÁNULÁSOK KATEGÓRIÁKRA BONTOTT VIZSGÁLATA

Statisztikai elemzéseimet minden esetben az SPSS™ szoftver 20.0 verziójával végeztem. Az első, második, illetve harmadik hipotézisemben arra voltam kíváncsi, hogy a pozitív és negatív érzelmek megjelenése a büszkeség-, illetve szégyentörténetekben - az általunk megalkotott kódolási rendszer alapján (lásd feljebb, 2. táblázat) - miként történik meg. Annak érdekében, hogy erre fényt

derítsek, mind a három hipotézisem tesztelésére *összetartozó-mintás t-próbát* alkalmaztam, a következőkben leírtaknak megfelelően.

Első hipotézisemben tehát azt vártam, hogy a kategorikus érzelmek esetében a pozitívok átlaga szignifikánsan magasabb lesz a büszkeségtörténetekben, mint a szégyent felidézőkben; illetve, hogy a negatív kategorikus érzelmek számának átlaga magasabb lesz a szégyentörténetekben, mint a büszkeséget felidézőkben. Ennek megfelelően először az *1a*, majd az *1b* kódok értékeit (lásd 2. táblázat) vettem össze mind a büszkeség-, mind a szégyentörténetekben, s eredményeim alapján első hipotézisem beigazolódott. Azt kaptam ugyanis, hogy amíg a pozitív kategorikus érzelmek a büszkeség-dialógusokban lelhetőek fel szignifikánsan magasabb számban ($N=54$; $t(53) = -2,145$; $p < 0,05$), addig a negatív kategorikus érzelmek a szégyentörténetekben viselkednek hasonlóan ($N=54$; $t(53) = 5,291$; $p < 0,05$)(bővebben kifejtve lásd a 3. táblázat adatait).

Második hipotézisem alapján azt vártam - az első esethez hasonlóan -, hogy amíg a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések számának átlaga az büszkeség-dialógusokban lesz magasabb, addig ugyanezen kategória negatív viselkedéses megnyilvánulásainak átlaga a szégyen-párbeszédekben mutat majd hasonló eredményt. Annak érdekében, hogy erre fényt derítsek, a *2a* és *2b* kódok (lásd 2. táblázat) számának átlagát hasonlítottam össze a büszkeség-, valamint a szégyentörténetek között. Hipotézisem beigazolódott, hiszen a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések számának átlaga a büszkeségtörténetekben ($N=54$; $t(53) = -2,555$; $p < 0,05$); míg ugyanezen kategória negatív kifejezéseinek átlaga a szégyentörténetekben lett szignifikánsan magasabb ($N=54$; $t(53) = 6,583$; $p < 0,05$)(bővebben kifejtve lásd a 3. táblázat adatait).

Harmadik hipotézisemnek megfelelően azt feltételeztem, hogy - az első két esethez hasonlóan - a pozitív értékelések számának átlaga a büszkeségtörténetekben, a negatív értékelések számának átlaga pedig a szégyent felidéző történetekben vesz fel magasabb értéket. Ennek megfelelően, állításom ellenőrzésének céljából, a *6a*, illetve *6b* kódokat (lásd 2. táblázat) vettem górcső alá, s hasonlítottam össze a büszkeséget, valamint a szégyent felidéző történetekben előfordulásuk számát. Feltételezésem beigazolódott: a pozitív értékelések számának átlaga a büszkeségtörténetekben ($N=54$; $t(53) = -7,477$; $p < 0,05$); ugyanezen kategória negatív értékeléseinek átlaga pedig a szégyen-dialógusokban mutatott szignifikánsan magasabb értéket ($N=54$; $t(53) = 6,546$; $p < 0,05$)(bővebben kifejtve lásd a 3. táblázat adatait).

| Kategóriák | Kódok | Szelf-tudatos érzelmek | Átlag (szórás) | T- értékek |
|---------------------|-----------------|------------------------|-----------------|---------------------------|
| Kategorikus érzelem | 1a (pozitív) | Szégyen | 0,26 (0,589) | t (53) = -2,145; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 0,57 (0,792) | |
| | 1b (negatív) | Szégyen | 1,59 (2,024) | t (53) = 5,291; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 0,15 (0,452) | |
| Érzelmi viselkedés | 2a (pozitív) | Szégyen | 0,44 (0,925) | t (53) = -2,555; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 1,00 (1,637) | |
| | 2b (negatív) | Szégyen | 2,33 (2,540) | t (53) = 6,583; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 0,13 (0,436) | |
| Értékelés | 6a (pozitív) | Szégyen | 0,56 (1,022) | t (53) = -7,477; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 3,22 (2,553) | |
| | 6b (negatív) | Szégyen | 1,91 (1,751) | t (53) = 6,546; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 0,22 (0,664) | |

3. táblázat - A pozitív és negatív érzelmi megnyilvánulások kategóriákra bontott vizsgálata (a kategória szó nem keverendő össze a kategorikus érzelmekben használttal!). A t-értékek minden esetben a büszkeség- és szégyentörténetekben fellelhető, táblázatban jelzett kódok átlagának összehasonlításából születtek.

A POZITÍV ÉS NEGATÍV ÉRZELMEK EGYÜTTES VIZSGÁLATA

Negyedik hipotézisemben azt feltételeztem, hogy a pozitív, illetve negatív érzelmi megnyilvánulásokat együttesen szemlélve (tehát külön kategóriákra való bontás nélkül, két „kalap alá véve” őket), az előző eredményekhez hasonlóan, a pozitív érzelmet sugalló megnyilvánulások számának átlaga a büszkeségtörténetekben, míg a negatív érzelmet kifejezőké a szégyentörténetekben lesznek szignifikánsan magasabbak. Ennek alátámasztására szintén *összetartozó-mintás t-próbát* futtattam le, s az így kapott eredményeim alapján megállapítható, hogy feltételezésem igazolódni látszik: az összes pozitív érzellemmel kódolt megnyilvánulás (1a, 2a, 6a; lásd 2. táblázat) átlagát vizsgálva elmondható, hogy azok a büszkeségtörténetekben szignifikánsan magasabb arányban vannak jelen, mint a szégyentörténetekben (N=54; {t (53) = 7,578; p < 0,05})(bővebben kifejtve lásd a 4. táblázat adatait). Ugyanezen eljárással szintén megállapítható, hogy az összes negatív érzellemmel kódolt megnyilvánulás (1b, 2b, 6b; lásd 2. táblázat) átlaga a

szégyentörténetekben mutat szignifikánsan magasabb jelenlétet, azaz negyedik hipotézisem teljes egészében beigazolódott ($N=54$; $t(53) = -9,407$; $p < 0,05$)(bővebben kifejtve lásd a 4. táblázat adatait).

| | Kódok | Szelf-tudatos érzelmek | Átlag (szórás) | T- értékek |
|-------------------------------|----------------------|------------------------|----------------|-------------------------------|
| Összes érzelmi megnyilvánulás | Pozitív (1a, 2a, 6a) | Szégyen | 1,26 (1,519) | $t(53) = 7,578$; $p < 0,05$ |
| | | Büszkeség | 4,80 (3,241) | |
| | Negatív (1b, 2b, 6b) | Szégyen | 5,83 (4,165) | $t(53) = -9,407$; $p < 0,05$ |
| | | Büszkeség | 0,50 (1,023) | |

4. táblázat - A pozitív és negatív érzelmi megnyilvánulások együttes vizsgálata. A t-értékek mindkét esetben a büszkeség- és szégyentörténetekben fellelhető, táblázatban jelzett kódok átlagának összehasonlításából születtek.

A SZÉGYEN ÉS BÜSZKESÉG-PÁRBESZÉDEK TELJES ÉRZELMI TARTALMÁNAK EGYÜTTES VIZSGÁLATA

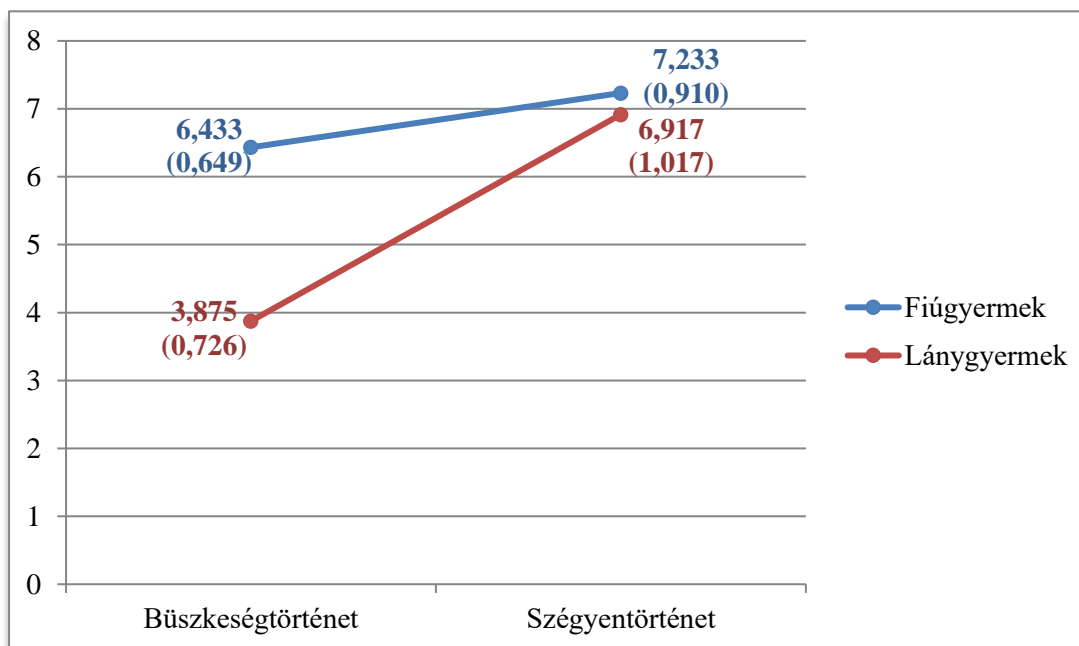
Ötödik hipotézisem tesztelésére első ízben egy többszemponos variancianalízist, a *Mixed Design ANOVA*-t futtattam le. Azon feltételezésem, miszerint a kódolt párbeszédék összes érzelmi tartalmának vizsgálatakor a gyermekek és szüleik által elmondott érzelmi megnyilvánulások számának átlaga (tehát mind a pozitív, mind a negatív érzelmi megnyilvánulásokat figyelembe véve) szignifikánsan magasabb értéket vesz fel a szégyentörténetekben, mint a büszkeséget felidéző párbeszédékben; beigazolódni látszik, hiszen az eredmény szignifikáns ($N=54$; $F(1,52) = 6,271$; $p < 0,05$), tehát van különbség a büszkeség és szégyen-dialógusok között. E tény ellenőrzésére *összetartozó-mintás t-próbát* alkalmaztam, mely során egyazon eredményeket kaptam az előző próba során látottakkal ($N=54$; $t(53) = -2,332$; $p < 0,05$)(bővebben kifejtve lásd az 5. táblázat adatait), így megállapítható, hogy az érzelmekkel kapcsolatos megnyilvánulások átlaga valóban magasabb a szégyentörténetekben - a kódolt párbeszédék teljes érzelmi tartalmát górcső alá véve.

| | Próba | Szelf-tudatos érzelmek | Átlag (szórás) | Hivatkozások |
|-------------------------|-----------------------------|------------------------|-----------------|---------------------------|
| Teljes érzelmi tartalom | Összetartozó-mintás t-próba | Szégyen | 7,09 (4,938) | t (53) = -2,332; p < 0,05 |
| | | Büszkeség | 5,30 (3,750) | |

5. táblázat - A szégyent, illetve büszkeséget felidéző párbeszédetek teljes érzelmi tartalmának áttekintései és összehasonlítások kapott adatok.

A NEMI KÜLÖNBSEGEK VIZSGÁLATA A SZÉGYEN ÉS BÜSZKESÉG-PÁRBESZÉDEK TELJES ÉRZELMI TARTALMÁNAK TEKINTETÉBEN

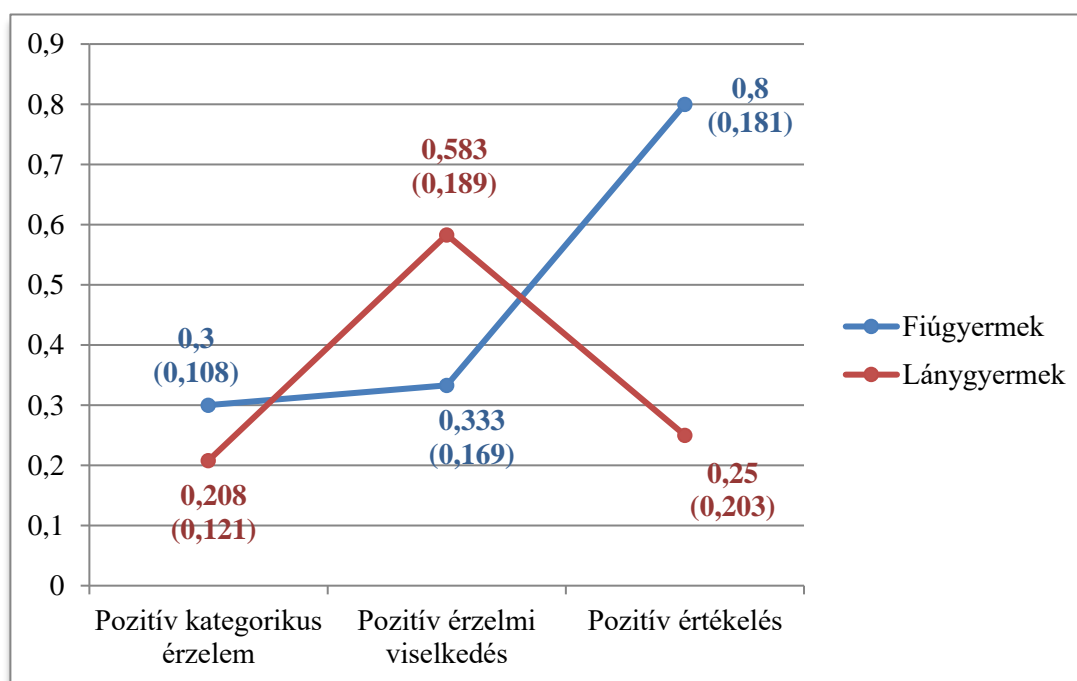
Hatodik hipotézisem ellenőrzésére megint csak a MANOVA-t hívtam segítségül, itt ugyanis különbséget vártam a nemek tekintetében. Azt feltételeztem, hogy az összesített érzelmi tartalmakat vizsgálva (tehát a pozitív, valamint a negatív érzelmeket egybevetve) szignifikáns különbséget kaphatok az anya-leánygyermek, valamint az anya-fiúgyermek párbeszédetek között, méghozzá a leánygyermek „javára”. A lefuttatott statisztikák alapján azonban azt kell mondanom, hogy ezen hipotézisem sajnálatos módon nem teljesült, hiszen az 'epizód' és a 'nem' között nem fedezhetünk fel interakciót, azaz az érzelmi megnyilvánulások terén nem lehet szignifikáns különbséget megállapítani az anya és lánygyermek, valamint anya és fiúgyermek között lezajló dialógusokban (N(fiú)=30; N(lány)=24; {F (1,52) = 2,135; p > 0,05})(bővebben lásd 1. ábra).



1. ábra - Az 'epizód' és a 'nem' között nem találunk szignifikáns interakciót, hiszen a lánygyermek és fiúgyermek értékei alapján kapott görbék nagyjából párhuzamosnak mondhatók. A vonalak végpontjainál - felül - az ábrának megfelelő átlagok vannak feltüntetve (M), míg a zárójelekben minden esetben az átlagokhoz tartozó szórások találhatóak meg (SD).

POZITÍV ÉRZELMI MEGNYILVÁNULÁSOK VIZSGÁLATA A SZÉGYENTÖRTÉNETEKBE

Az utolsó statisztikai elemzés lefuttatásakor arra voltam kíváncsi, hogy a kódolt szégyentörténetekben, a nemek tekintetében, milyen arányban jelennek meg a pozitív érzelmi megnyilvánulások feljebb is említett kategóriái közül a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, illetve a pozitív értékelések. A kérdés megválaszolására újabb MANOVA-t futtattam le, s a kapott eredmények alapján megállapítható, hogy a szégyentörténetek 1a, 2a, valamint 6a kódjait (lásd 2. táblázat) egy kalap alá véve a 2a kódok átlaga alapján a lányok javára, míg a 6a kódok átlagait vizsgálva a fiúk javára látunk eltérést. Ez megnyilvánulni látszik abban is, hogy a 2. ábrán található fiúgyermek-lánygyermek görbék metszik egymást. Tehát a Wilks-féle lambda értékeket jobban szemügyre véve láthatóvá válik, hogy míg a pozitív érzelmek egyes kategóriái mentén ($N(\text{fiú})=30$; $N(\text{lány})=24$; $F(1,72;89,35) = 1,494$; $p > 0,05$) épphogy nem találunk szignifikáns interakciót, addig a 'gyermek neme' és a 'pozitív érzelmek' mentén marginálisan szignifikáns eredményeket figyelhetünk meg ($N(\text{fiú})=30$; $N(\text{lány})=24$; $F(1,72;89,35) = 3,021$; $p=0,061$) (bővebben lásd 2. ábra).



2. ábra - A lánygyermekhez és fiúgyermekhez tartozó görbék metszik egymást, az interakció marginálisan szignifikáns. A vonalak jelölőpontjainál - felül - az ábrának megfelelő átlagok vannak feltüntetve (M), míg a zárójelekben minden esetben az átlagokhoz tartozó szórások találhatók meg (SD).

MEGVITATÁS

A POZITÍV ÉS NEGATÍV ÉRZELMI MEGNYILVÁNULÁSOK KATEGÓRIÁKRA BONTOTT VIZSGÁLATA

Elvárásaimnak megfelelően, munkám első statisztikáinak lefuttatása során, a hipotézisek közül első három esetben megfogalmazott predikcióim beigazolódtak - ezeket szeretném a megvitatás első pontjaként ismertetni.

Első hipotézisemben azt feltételeztem, hogy míg a pozitív, kategorikus érzelmet kifejező szavak, illetve metaforák számának átlaga a büszkeségtörténetekben lesz magasabb, addig ugyanezen kategória negatív töltetű megnyilvánulásainak átlagát a szégyentörténetekben vártam szignifikánsan magasabb értéket felvenni. Feltételezésem beigazolódtott, s ezáltal összecseng Fivush, Peterson és Sales (2003), valamint Laible (2011) azon kutatásaival melyben az (összességében vett) pozitív érzelmek átlaga szignifikánsan magasabb arányban volt jelen a diád számára pozitív esemény vagy tapasztalat felidézésekor (ami vizsgálatomban a büszkeségpárbeszédet jelentette). Hasonlóképpen a negatív érzelmek tekintetében, melyek a negatív történetek felidézésekor voltak jelen nagyobb számban a dialógusokban (azaz jelen kutatás esetében a szégyen-párbeszédekben).

Második hipotézisemben az elsőhöz hasonlatos állítást tettem, csupán annyi különbséggel, hogy ebben az esetben kimondottan a pozitív, illetve negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések számának átlagát vettem górcső alá. Fivush és munkatársai (2003), valamint Laible (2011) kutatásaival egybehangzóan predikcióm helyesnek bizonyult: a negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések a szégyentörténetekben; míg a pozitív érzelmi viselkedésre utaló megnyilvánulások a büszkeségtörténetekben jelentek meg szignifikánsan magasabb számban.

Első két hipotézisem beigazolóddása után nem meglepő a harmadikként megfogalmazott feltételezésem helyessége sem, hiszen ez esetben is csak a vizsgált kategória mentén tértem el az előzőekben állítottaktól. Itt ugyanis a pozitív és negatív értékelések számának átlagában vártam (és végül kaptam is) szignifikáns különbséget; előbbi esetében a büszkeségtörténetek, míg utóbbiak esetében a szégyentörténetek javára. Szintén Fivush és munkatársai (2003), valamint Laible (2011) munkáit tudom említeni, ahol hasonló eredmények születtek a pozitív/negatív töltetű események felidézésekor.

Az imént felvázolt eredmények nem meglepőek abban a tekintetben, hogy logikusnak, kézenfekvőnek tűnik a pozitív és negatív érzelmi megnyilvánulások, fentiekben bemutatott tendencia alapján való megjelenése; hiszen ha arra kérünk valakit, idézzon fel egy szomorú vagy szégyenteli történetet, szükségképpen megjelennek a negatív érzelmek. Azonban az is bizonyos, hogy a feloldás miatt pozitív érzellemmel kapcsolatos megnyilvánulások is kerülnek a felidézésbe - ez teljesen normális folyamat és rendkívül fontos, hiszen a feszültséget okozó dologgal való megküzdést segíti elő. Ellenben a boldogságot

vagy büszkeséget előhívó történetekben - amellet, hogy a szintén logikus módon felbukkanó pozitív érzelmek szerepelnek benne - nem (vagy csak elvétve, szélsőséges esetben, esetleg valamilyen fennálló zavar esetén) találhatunk negatív töltetű megnyilvánulásokat, hiszen ez esetben nincsen létjogosultságuk.

Itt szeretném megjegyezni azt a tényt, mely nehézkessé teszi az első három hipotézisemben megfogalmazott állítások összevetését az előzőleg elvégzett kutatásokkal, a téma felettébb kiterjedt irodalmával; ez pedig nem más, mint a kódrendszer és a szelf-tudatos érzelmek segítségül hívása. Az általunk kifejlesztett és használt kódrendszer egyedinek mondható, ilyen kategóriákra való felosztásban nem dolgozott előttünk senki; valamint az is újszerű, hogy nem csupán „prototipikus” (úgy mint harag, boldogság, szomorúság; Laible és Song, 2006, 51.; Bird és Reese, 2006), hanem szelf-tudatos érzelmekkel (is) foglalkoztunk (úgy mint büszkeség, szégyen), hiszen a történetek felidézése is ezeket hívta.

A POZITÍV ÉS NEGATÍV ÉRZELMEK EGYÜTTES VIZSGÁLATA

Negyedik hipotézisemben a pozitív, illetve negatív töltetű érzelmeket, érzelmi megnyilvánulásokat külön-külön kalapba téve, de kategóriákra való bontás nélkül vizsgáltam. Ez a módszer hasonlított legjobban a már feljebb is említett kutatók eljárásaihoz (Laible és Song, 2006; Bird és Reese, 2006), s ennek köszönhetően a kapott eredmények is megegyeznek: a pozitív érzelmi megnyilvánulások számának átlaga a pozitív érzelmeket/büszkeséget hívó párbeszédekben lett magasabb, míg a negatív érzelmi megnyilvánulások értéke a negatív érzelmeket/szégyenérzést hívó dialógusokban mutatott hasonló eredményt (lásd még Fivush, Peterson és Sales, 2003, valamint Laible, 2011).

Csakúgy, mint az előző három hipotézis esetében, az eredmények összecsengése ez esetben is egyértelműnek és logikusnak mondható, hiszen a szülő-gyermek párosok a felidézés hatására negatív érzelmi állapotba kerülve hajlamosabbak negatív érzelmeket megosztani egymással, míg a pozitív töltetű történetek előhívása a pozitív érzelmek malmára hajtja a vizet.

A SZÉGYEN ÉS BÜSZKESÉG-PÁRBESZÉDEK TELJES ÉRZELMI TARTALMÁNAK EGYÜTTES VIZSGÁLATA

Ötödik hipotézisemet arra a tényre alapoztam, miszerint a téma összes elméletalkotója megállapította, hogy az érzelmekkel kapcsolatos megnyilvánulások számának átlaga szignifikánsan magasabb értéket vesz fel a negatív eseményt felidéző dialógusokban, mint a pozitív érzelmi töltetűekben. Welch-Ross, Fasig és Farrar (1999), Lagattuta és Wellman (2002), Laible (2011), Fivush, Peterson és Sales, (2003), valamint Bird és Reese (2006) kutatásaival egybehangzólag azt az eredményt kaptam, hogy a gyermekek és szüleik által elmondott érzelmi megnyilvánulások számának átlaga szignifikánsan magasabb értéket mutat a szégyentörténetekben, mint a büszkeséget felidéző párbeszédekben.

Ez a jelenség főként annak tudható be, hogy amíg a gyermekek pozitív érzelmei nem igényelnek különösebb „menedzselést” a szülők részéről - hiszen

főként az önéletrajzi emlékek pontosabb felidézésében segítenek (Pohárnok, Molnár és Várnagy, megjelenés folyamatban) -; addig a negatív érzelmek megbeszélése fontos katalizátorként van jelen a stresszel teli élethelyzetekkel való adaptív megküzdéskor (Gottman, Katz és Hooven, 1996; idézi Laible, 2011), valamint az ehhez kapcsolható érzelemszabályozáskor (Thompson és Meyer, 2006). Elég csak abba belegondolnunk, mekkora változást okozhat például egy 3 éves gyermeknek az óvodába való bekerülés; főként, ha kisebb testvére továbbra is otthon maradhat (hiszen még nem érte el az intézménybe való járáshoz szükséges kort). Ekkor a szűk környezet (illetve leginkább a szülők) felelőssége, hogy segítsék a gyermeket új, bizonyosan rendkívül sok feszültséggel járó élethelyzetének elfogadásában, a kortársai közé való beintegrálásban.

A NEMI KÜLÖNBBSÉGEK VIZSGÁLATA A SZÉGYEN ÉS BÜSZKESÉG-PÁRBESZÉDEK TELJES ÉRZELMI TARTALMÁNAK TEKINTETÉBEN

Hatodik hipotézisemben, a pozitív és negatív érzelmi megnyilvánulásokat összesítve azt vizsgáltam, hogy az anya-fiúgyermek, valamint anya-lánygyermek dialógusok között van-e szignifikáns különbség az érzelmi tartalmak mennyiségének tekintetében. A jól megalapozott irodalmi háttér ellenére (Fivush, 1998; Buckner és Fivush 2003; valamint Bird és Reese, 2006) sajnálatos módon nem találtam szignifikáns eltérést a nemek tekintetében, holott a felsorolt elméletalkotók mindegyike egyetért abban (és vizsgálataikban empirikusan be is bizonyítják ezt), hogy a lánygyermek anyáikkal való felidézéskor sokkal komplexebb, kidolgozottabb, összefüggőbb, valamint gazdagabb dialógusokat alkotnak, mint a fiú gyermekek. Ez pedig maga után vonja azt a tényt, miszerint a történetek gazdagsága az érzelmi tartalomban is érvényesül; hiszen ha csak a negatív töltetű események felidézését nézzük, máris láthatóvá válik a megküzdésre, érzelemszabályozásra vonatkozó, nagy mennyiségű érzelmi megnyilvánulás (Fivush, 2007; Thompson és Meyer, 2006).

A nem várt eredmény tekintetében kétféle megoldási mód létezhet. Abban az esetben, ha a saját kódrendszerünk eltérő kategóriáiban keresendő a hiba, akkor meg kell próbálnunk olyan struktúra szerint felépíteni a jelzéseket, amelyek kevésbé eltérőek az előző kutatásokban, vizsgálatban használtakhoz. Amennyiben viszont a „történetek” a felelősek azért, hogy munkámban az előzőektől eltérő eredmény született, úgy végig kell gondolni a szelf-tudatos (Muris és Meesters, 2013) és a „prototipikus” érzelmek (Laible és Song, 2006, 51.) közötti eltéréseket, hiszen a felsorolt elméletalkotók mind-mind alapérzelmekkel dolgoztak, valamint a dialógusok felidézését is „csak” pozitív/negatív töltetű élethelyzetekhez kötötték. Annyi bizonyos, hogy a „prototipikus” érzelmek (úgy mint szomorúság, harag, boldogság; vagy akár hívhatjuk őket alapérzelmeknek is: Izard, 2007) időben előbb jelennek meg a gyermekek érzelemfejlődése során, mint a szelf-tudatosak (szégyen, bűntudat, büszkeség, valamint a szégyenkezés, zavar, zavarodottság érzése [angolul 'embarrassment']; Muris és Meesters, 2013, 1.), valamint utóbbiak megértése a korai iskolás éveknél előbb nem figyelhető meg (Lagattuta és Thompson, 2007). Tehát az óvodás korú

gyermek bár átérezhetik őket (hiszen két éves korban már megjelennek), megérteni, saját magukra vonatkoztatni, lényükbe integrálni nehezen tudják ezeket az érzelmeket. Mindezek alapján feltételezhetjük, hogy nem a kódrendszer kategóriái, hanem a szelf-tudatos érzelmek nehezítik a hatodik hipotézisben megfogalmazottak más kutatásokkal való összevetését.

POZITÍV ÉRZELMI MEGNYILVÁNULÁSOK VIZSGÁLATA A SZÉGYENTÖRTÉNETEKBE

Végül pedig egy kutatói kérdés keretén belül fogalmaztam meg utolsó, vizsgálni kívánt gondolatot. Arra voltam kíváncsi, hogy a szégyentörténetekben általunk felállított kódolási kategóriák közül, a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, valamint a pozitív értékelések számának átlaga mely nem esetben vesz fel magasabb értékeket. Fivush, Peterson és Sales (2003) tanulmánya szerint a szülők lánygyermekkel folytatott beszélgetései során több értékelés, a fiúkkal való társalgások esetében pedig több eldöntendő kérdés születik; s szintén Fivush egy másik, 2007-es kutatása alapján mondhatjuk, hogy is a szülők lányokkal történő felidézés során lényegesen több érzelmmel kapcsolatos kifejezést használnak, mint a fiúgyermekkel való történetalkotáskor. Tekintettel arra, hogy véleményem szerint kódrendszerünk némileg az első tanulmányban használt mérési módszerre hasonlít, kíváncsian vártam az általunk megalkotott kategóriák tesztelését. A kapott eredmények szerint a 'pozitív megnyilvánulások különböző kategóriái' között nem, a 'gyermek neve' és a 'pozitív érzelmek' mentén azonban marginálisan szignifikáns interakciót találtam: ez pedig pont ellentétes Fivush et al. (2003) tanulmányával. Tehát a fiúkkal való felidézéskor több értékelés, míg a lányokkal folytatott párbeszéd alkalmával több érzelmi viselkedés született, azaz a Fivush 2007-es tanulmányában állítottakat (miszerint a lányokkal történő felidézés során lényegesen több az érzelmmel kapcsolatos kifejezés) nem bizonyítja az eredmény. Bizonyosan befolyásol mindennemű összehasonlítást az eltérő kódolási mód; a „prototipikus” és szelf-tudatos érzelmek különbözősége (Laible és Song, 2006, 51.; Muris és Meesters, 2013); valamint jelen esetben még az a tény is, miszerint a kutatók mindkét tanulmányban (Fivush, Peterson és Sales, 2003; Fivush, 2007) összességében nézve tekintettek a dialógusokra és a bennük rejlő érzelmi megnyilvánulásokra - nem pedig kimondottan kategóriák és pozitív/negatív érzelmi behatárolás szerint.

ÖSSZEFOGLALÁS, KITEKINTÉS

Munkám utolsó pontjaként szeretném áttekinteni a kapott eredményeket, valamint a vizsgálattal kapcsolatos jövőbeli terveimet.

Az eredmények tekintetében elmondható, hogy a kódrendszer általam használt kategóriáinak kódjai remekül működtek az első öt hipotézisem tesztelésékor. A pozitív kategorikus érzelmet kifejező szavak és metaforák, a pozitív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, a pozitív értékelések, illetve összességében véve az általunk mért pozitív érzelmi megnyilvánulások szignifikánsan magasabb értéket vettek fel a büszkeségtörténetekben, mint a szégyentörténetekben, s a negatív érzelmek tekintetében fordítva. Ebben az

esetben a negatív kategorikus érzelmet kifejező szavak és metaforák, a negatív érzelmi viselkedésre utaló kifejezések, a negatív értékelések, illetve összességében véve az általunk mért negatív érzelmi megnyilvánulások száma a szégyentörténetekben lett számottevőbb.

Igazolódott az a tény is, miszerint az érzelmekkel kapcsolatos megnyilvánulások általánosságban véve magasabb értéket vesznek fel a szégyen-párbeszédekben, mint a büszkeséget felidézőkben - a megküzdés és érzelemszabályozás fontossága miatt.

Ugyanezen okból kifolyólag lett volna érdekes az érzelmi megnyilvánulások nemi különbségek mentén történő feltételezésének bebizonyítása; azonban sajnálatos módon eredményeim alapján e téren nincs különbség az anyák lány- vagy fiúgyermekkel folytatott dialógusaiban - feltételezhetően a szelf-tudatos érzelmek alapérzelmektől való különbözősége, nehezebb megértése miatt.

Az utolsó kutatói kérdés megválaszolása során elmondható, hogy az általam kapott eredmények szerint a szégyentörténetekben a fiúgyermekkel való felidézéskor több értékelés, míg a lányokkal folytatott párbeszédek alkalmával több érzelmi viselkedés született.

A jövőben utolsó két eredményem tesztelésén szeretnék dolgozni, mert érdekesnek találom a kódrendszerek esetleges eltéréseiből adódó különbségeket; valamint szívesen folytatnék kutatásokat arra vonatkozóan is, hogy a szelf-tudatos érzelmeknek milyen nemi eltérései észlelhetők óvodáskorban.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bettencourt, B. A. és Miller, N. (1996). Gender Differences in Aggression as a Function of Provocation: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, Vol. 119, No. 3, 422-447. Letöltés dátuma: 2017. január 3.
- Bird, A. L. és Reese, E. (2006). Emotional Reminiscing and the Development of an Autobiographical Self. *Developmental Psychology*, Vol. 42, No. 4, 613-626. doi: 10.1037/0012-1649.42.4.613
- Buckner J. P. és Fivush, R. (2000). Gendered themes in family reminiscing. *Memory*, Vol. 8, No. 6, 401-412. Letöltés dátuma: 2017. január 3.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. U.S.A.: Basic Books.
- Buckner, J. P. és Fivush, R. (2003). Creating Gender and Identity Through Autobiographical Narratives. In R. Fivush és C. A. Haden (Eds.), *Autobiographical Memory and the Construction of a Narrative Self: Developmental and Cultural Perspectives* (pp. 149-168). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Letöltés dátuma: 2016. december 20.
- Dornes, M. (2002). *A kompetens csecsemő*. Budapest: Pont Kiadó.

- Else-Quest, N. M., Higgins, A., Allison, C. és Morton, L. C. (2012). Gender Differences in Self-Conscious Emotional Experience: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, Vol. 138, No. 5, 947-981. doi: 10.1037/a0027930
- Fivush, R. (1993). Emotional content of parent-child conversations about the past. (online) In C. A. Nelson (Ed.), *Memory and affect in development* (pp. 39-77). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. Absztrakt forrása: PsychINFO.
- Fivush, R. (2007). Maternal Reminiscing Style and Children's Developing Understanding of Self and Emotion. *Clinical Social Work*, Vol. 35, 37-46. doi: 10.1007/s10615-006-0065-1
- Garner, P. W., Dunsmore, J. C. és Southam-Gerrow, M. (2008). Mother-Child Conversations about Emotions: Linkages to Child Aggression and Prosocial Behavior. *Social Development*, Vol. 17, No. 2, 259-277. doi: 10.1111/j.1467-9507.2007.00424.x
- Gottman, J. M., Katz, L. F. és Hooven, C. (1997). *Meta-emotion: How Families Communicate Emotionally*. Psychology Press. Letöltés innen: https://books.google.hu/books?id=6150oaDFYi8C&dq=gottman+1997&lr=&hl=hu&source=gbs_navlinks_s, Letöltés dátuma: 2017. január 3.
- Izard, C. E. (2007). Basic Emotions, Natural Kinds, Emotion Schemas, and a New Paradigm. *Perspectives of Psychological Science*, Vol. 2, No. 3, 260-280. Letöltés dátuma: 2016. november 29.
- Kochanska, G. és Aksan, N. (2006). Children's Conscience and Self-Regulation. *Journal of Personality*, Vol. 74, No. 6, 1587-1618. doi: 10.1111/j.1467-6494.2006.00421.x
- Lagattuta, K. H. és Thompson, R. A. (2007). The Development of Self-Conscious Emotions: Cognitive Processes and Social Influences. In J. L. Tracy, R. W. Robins és J. P. Tangney (Eds.), *The Self-conscious Emotions: Theory and Research* (pp. 91-113). New York, NY: The Guilford Press.
- Lagattuta, K. H. és Wellman, H. M. (2002). Differences in early parent-child conversations about negative versus positive emotions: Implications for the development of psychological understanding. (online) *Developmental Psychology*, Vol. 38, No. 4, 564-580. Absztrakt forrása: PsychINFO.
- Laible, D. (2011). Does It Matter if Preschool Children and Mothers Discuss Positive vs. Negative Events During Reminiscing? Links with Mother-reported Attachment, Family Emotional Climate, and Socioemotional Development. *Social Development*, Vol. 20, No. 2, 394-411. doi: 10.1111/j.1467-9507.2010.00584.x
- Laible, D. és Panfile, M. (2009). Attachment Security and Child's Empathy: The Mediating Role of Emotion Regulation. *Merrill-Palmer Quarterly*, Vol. 58, No. 1, 1-21. doi: 10.1353/mpq.2012.0003
- Laible, D., Panfile, M. és Augustine, M. (2013). Predicting the Quality of Mother-Child Reminiscing Surrounding Negative Emotional Events at 42 and 48 Months Old. *Journal of Cognition and Development*, Vol. 14, No. 2, 270-291 doi: 10.1080/15248372.2011.645972

- Laible, D. és Song, J. (2006). Constructing Emotional and Relational Understanding: The Role of Affect and Mother-Child Discourse. *Merrill-Palmer Quarterly*, Vol. 52, No. 1, 44-69. Letöltés dátuma: 2016. december 20.
- Lewis, M. (2000). The Self-Conscious Emotions. *Emotions*, 1-5. Letöltés dátuma: 2017. január 3.
- Muris, P. és Meesters, C. (2013). Small or Big in the Eyes of the Other: On the Developmental Psychopathology of Self-Conscious Emotions as Shame, Guilt, and Pride. *Clinical Child and Family Psychology Review*, o.n. doi: 10.1007/s10567-013-0137-z
- Pohárnok M. (2014). A szülő-gyerek dialógusok szerepe a szelf-fejlődésben: A narratív ko-konstrukcióval kapcsolatos kutatások és klinikai vonatkozásai. *Pszichoterápia*, Vol. 23, No. 1, 4-13. Letöltés dátuma: 2016. december 11.
- Pohárnok M., Molnár Zs. és Várnagy A. (előkészületben). *Kötődés és párbeszéd: Szülő-gyermek dialógusok és szelf-fejlődés óvodáskorban*.
- Reese, E. és Fivush, R. (1993). Parental Styles of Talking About the Past. *Developmental Psychology*, Vol. 29, No. 3, 596-606. Letöltés ideje: 2017. január 9.
- Sales, J., Fivush, R. és Peterson, C. (2003). Parental Reminiscing About Positive and Negative Events. *Journal of Cognition and Development*, Vol. 4, No. 2, 185-209. Letöltés dátuma: 2016. december 20.
- Thompson, R. A. és Meyer, S. (2006). Socialization of Emotion Regulation in the Family. In J. J. Gross (Ed.), *Emotion Regulation* (pp. 249-268). New York, NY: The Guilford Press.
- Tracy, J. L. és R. W. Robins (2004). Putting the Self Into Self-Conscious Emotions: A Theoretical Model. *Psychological Inquiry*, Vol. 15, No. 2, 103-125. Letöltés dátuma: 2017. január 6.
- Szokolszky Á. (2004). *Kutatómunka a pszichológiában*. Budapest: Osiris.
- Welch-Ross, M. K., Fasig és G., Farrar, M. J. (1999). Predictors of Preschoolers' Self-Knowledge: Reference to Emotion and Mental States in Mother-Child Conversation about Past Events. *Cognitive Development*, Vol. 14, 401-422. ISSN 0885-2014

A SIKERKERESÉS ÉS KUDARCKERÜLÉS MOTÍVUMAI, VISELKEDÉSES MEGJELENÉSÜK ÉS ÖSSZEFÜGGÉSEIK¹

Fodor Boglárka¹, Mihalik Árpád²

¹SZTE BTK Pszichológiai Intézet, fodorboglarka94@gmail.com

²SZTE BTK Pszichológiai Intézet

A sikerkeresés és kudarckerülés motívumai minden teljesítményhelyzetben megmutatkoznak. Kutatásunk célja a két motívum vizsgálata, viselkedéses megjelenésének és összefüggéseinek megismerése az önértékeléssel, a szorongással, továbbá a versengéssel kapcsolatos attitűdökkel és a sportolással. A mintában szereplő 71 fő papír-ceruza alapú kérdőívcsomagot töltött ki, melynek részét képezte egy sportolási szokásokra vonatkozó kérdéssor, a Rosenberg-féle Önértékelés Skála alternatív fordítása (RSES-H), a Spielberger Állapot- és Vonásszorongás Kérdőív (STAI), a Többszörös Versengési Attitűd Leltár (MCAI), és az Achievement Motives Scale átdolgozott, általunk fordított változata (AMS-R). Emellett a kutatásban felhasználtunk egy online játékot is, mely a vizsgálati személyek teljesítmény iránti igényszintjének megállapítására volt alkalmas. Eredményeink alapján elmondható, hogy a sikerkeresés magasabb önértékeléssel és alacsonyabb szorongással jár együtt. Emellett az önfejlesztő versengés pozitív kapcsolatot mutat a sikerkereséssel, míg a versenykerülés a kudarckerüléssel áll pozitív összefüggésben a kérdőíves eredmények alapján. Azonban a viselkedéses válaszok alapján történő sikerkeresés és kudarckerülés megállapítása esetében, az online játék eredménye ellenkező irányú kapcsolatot mutat.

Kulcsszavak: sikerkeresés, kudarckerülés, versengés, önértékelés, szorongás, sport

¹ Ugyanennek a kutatásnak eredményeiből, más vetületre fókuszálva készült egy OTDK munka, mely publikációként megjelenik, így bizonyos részek megegyeznek.

A sikerkeresés és kudarckerülés motívumai minden bizonytalan kimenetelű teljesítményhelyzetben megmutatkoznak. Annak mérésére, hogy valakit a sikerkeresés vagy a kudarckerülés jellemez jobban számos kérdőív áll rendelkezésünkre, azonban kevés vizsgálat fókuszál a két motívum viselkedéses megjelenésére. Kutatásunk célja volt tehát a sikerkeresés és kudarckerülés viselkedéses és attitűdök szintjén való megjelenésének megismerése, illetve összefüggéseinek feltárása az önértékeléssel, szorongással, a versengés különböző aspektusaival és a sportolással.

AZ IGÉNYSZINT ALAKULÁSA A SIKERKERESŐ ÉS KUDARCKERÜLŐ SZEMÉLYEK ESETÉBEN

Mindenki számára fontos, hogy sikeres legyen, jól teljesítsen, elérje kitűzött céljait. A teljesítménymotiváció gyökerei az effektancia motívumáig nyúlnak vissza, vagyis a hatékonyság érzésének elérése iránti motivációhoz. Továbbá összefüggésbe hozható a kompetencia iránti igény motívumával is, mely szelektív, tartós viselkedésre készítet, s arra irányul, hogy hozzáértőnek érezzük magunkat, hatékonyan bánjunk környezetünkkel (White, 1959). Az emberek automatikusan képességeiknek tulajdonítják teljesítményüket, melyet egy feladat végzésekor nyújtanak. Ez fokozottan igaz, mikor kognitív kapacitásunk le van terhelve (Sakaki & Murayama, 2013). Egy feladat elvégzése előtt megfogalmazunk magunkkal szemben egy elvárást a teljesítményünkre vonatkozóan, melyet korábbi hasonló helyzetekből származó tapasztalataink, siker- és kudarcélményeink határoznak meg. Ezt az elvárást nevezzük igényszintnek, melynek mértéke jelzi, hogy az egyén arra törekszik, hogy összhangba hozza elvárásait a következő teljesítményhelyzet reális lehetőségeivel (Lewin, 1951). Sikerszériát követően az igényszintünk megnő, kudarccokat követően pedig, igaz, hogy kisebb mértékben, de lecsökken (Anshel, 2003). Az azonban, hogy milyen célokat és elvárásokat fogalmazunk meg magunkkal szemben, eltérő lehet a kontextus és személyes tulajdonságok függvényében is. Amikor egy adott szituációval találjuk szemben magunkat, aktiválódik a kompetenciáinkra, képességeinkre, hibáinkra, erőfeszítésünkre vonatkozó hiedelemrendszerünk, mely meghatározza, hogy milyen célokat tűzünk ki magunk elé. Céljainkról rendelkezünk egyfajta kognitív reprezentációval, így ezek a folyamatok potenciálisan hozzáférhetők a tudat számára (Pintrich, 2000).

A motivált teljesítményviselkedést távolító és közelítő tendencia is jellemezheti. A távolító, szorongásvezérelt viselkedésnél arra törekszik az egyén, hogy minimalizálja a feladat elbukásának lehetőségét, az aktív, közelítőnél pedig arra, hogy maximalizálja a sikeresség esélyét a teljesítményhelyzetben (Pang, 2010). Attól függően, hogy a személy inkább arra törekszik, hogy sikereket érjen el, vagy, hogy elkerülje a kudarcélményeket, beszélhetünk sikerorientált és kudarckerülő emberekről.

A sikerorientált személyek közelítő magatartása a feladatneheztség iránti preferencia függvényében egy fordított U-alakú görbe segítségével írható le. Eszerint legszívesebben közepes nehézségű feladatokat és célokat választanak

maguknak, hiszen ezek a leginformatívabbak teljesítményüket illetően, továbbá a siker elérésének legnagyobb valószínűségét és a személyes kontroll érzését nyújtják. Emellett tovább próbálkoznak ezen célok elérésével, s a fokozott figyelem és erőfeszítés következtében jobb teljesítményt nyújthatnak. Ezzel szemben kevesebb az esély rá, hogy nagyon könnyű vagy nagyon nehéz célokat tűzzenek ki maguk elé (Pang, 2010). A kudarcckerülőkhöz képest gyakrabban élnek át flow élményt, miközben egy feladatot végeznek és pozitívabb az önértékelésük is (Mayer, Lukács, & Barkai, 2011).

Amennyiben a személy érzékeli, hogy nagy az esély a rossz eredmény elérésére vagy kilép a helyzetből, vagy amennyiben ez nem lehetséges, megpróbál olyan teljesítményt nyújtani, ami megvédi a kudarcélménytől. Annak a valószínűsége, hogy valaki távolító, azaz kudarcckerülő megközelítést alkalmaz a feladatvégzés során egy U-alakú görbével írható le a feladat nehézségének függvényében. Ez alapján elmondható, hogy a kudarcckerülő személyek sokkal motiváltabbak arra, hogy könnyű vagy nehéz feladatokat végezzenek el, továbbá, hogy a közepes nehézségű feladatokat elkerüljék. Olyan célt tűzzenek ki maguk elé, melynek teljesítése nem illeszkedik képességeikhez (Pang, 2010). A kudarcckerülő személyek külső okoknak tulajdonítják a sikereiket, nem érzik, hogy saját képességeik által érnék el eredményeiket, így önértékelésük alacsony (Gyömbér et al., 2012). A kudarcckerülő személyeknek továbbá magasabb szintű a szorongásuk, mint sikerkereső társaiknak (Mayer, Lukács, & Barkai, 2011).

A VERSENGÉSEL KAPCSOLATOS ATTITÚDOK ÉS JELLEMZŐIK

A versengés egy szociális magatartásforma, készség, mely magas érzelmi-indulati hőfokkal rendelkezik, ezzel elősegítve a személyiség differenciálódását. Szocializációnk során megtanuljuk, hogy a versenyhelyzetek kimenetele nem csak a tudáson és a képességeken múlik, hanem egyéb tényezőkn, mint a rutinon vagy a tapasztaltságon (Fülöp, 2000). A versengésben való részvétel attól is függ, hogy milyen kilátásai vannak a személynek a győzelemre (Wieland & Sarin, 2012).

A versengés egyik dimenziója a hiperversengés, mely alacsony szintű önértékeléssel jár együtt, ezért maladaptívnek tekinthető. Azonban a hiperversengő szeretne különleges és kivételes lenni, ezért állandóan másokhoz hasonlítja magát és teljesítményét, hogy ezáltal növelni tudja önértékelését (Horney, 2004). A hiperversengő személyek versenyhelyzetben csak arra fókuszálnak, hogy bármilyen áron győzedelmeskedjenek, hogy ellenfelüket megalázzák, hatalmuk legyen felette (Ryckman, Hammer, Kaczor, & Gold, 1990). Mivel nem bíznak másokban, önállóan akarják megoldani a problémáikat (Ross, Rausch, & Canada, 2003).

Az önfejlesztő versengés egy másik dimenzió, melyet a versenyhelyzetben rejlő kihívások felfedezése, a feladat tökéletes végrehajtása jellemez (Orosz et al., 2015). Az önfejlesztő versengéssel jellemezhető személyek nem a minden áron elért győzelemért versenyeznek. Ők is szeretnének győzedelmeskedni, de képesek

a versenyhelyzetből adódó lehetőségeket saját fejlesztésükre kihasználni. Mivel teljesítményük fokozására versenytársaik jelenléte serkentőleg hat és nem aggódnak annyira a verseny végkimenetele miatt, így nincs szükségük a vetélytársak lealacsonyítására és a társas összehasonlításra önértékelésük fenntartásáért (Ryckman, Hammer, Kaczor, & Gold, 1996). Továbbá bíznak magukban annyira, hogy tudják, képesek megoldani a problémáikat és el tudják érni a céljaikat. Az önfejlesztő versengés emellett pozitív kapcsolatban áll az extravertióval, míg a depresszióval, vulnerabilitással negatív összefüggést mutat (Ross et al., 2003)

A harmadik dimenzió a versenykerülés, mely szintén maladaptívnek tekinthető. A versenykerülő személyek tartanak attól, hogy mások negatívan ítélik meg őket, ezért inkább kimaradnak a versenyhelyzetekből, ahol bizonyítaniuk kell kompetenciájukat. Mivel nincs elég önbizalmuk, így a teljesítményhelyzetekben bátortalanok, önakadályozó viselkedést folytatnak, mely csökkent teljesítményt okozhat (Ryckman, Thornton, & Gold, 2009). Ezt a dimenziót Orosz és munkatársai (2015) három alskálára bontották. A verseny elvesztésétől való félelem elkerülése arra utal, hogy valaki azért kerüli el a versenyhelyzeteket, mert korábban kudarcokat élt át, melyek következtében előrevetített félelemmel rendelkezik a vereséget is magában rejtő versennyel kapcsolatban. A szorongásvezérelt versenykerülés akkor alakul ki, ha a versenyhelyzet közben túl nagy stresszt él át a személy, ezért nem szívesen, nagyfokú szorongást átélve vesz benne részt. A versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya pedig azt jelzi, hogy valaki nem mutat érdeklődést a versenyhelyzetben való részvétel iránt, nincs motivációja és igénye a versengés megtapasztalására.

AZ ÖNÉRTÉKELÉS, A SZORONGÁS ÉS ÖSSZEFÜGGÉSEIK

Önértékelés alatt az énünkre vonatkozó értékelő gondolatainkat és érzéseinket értjük, melyek összefüggésben állnak a környezetünkből érkező visszajelzésekkel (Swann Jr., Chang-Schneider, & McClarty, 2007). Önbecsülésünket a siker pozitívan, míg a kudarc negatívan befolyásolhatja, elégtelenségérzéssel eltöltve az embert. Ha valamit hibáztathatunk sikertelenségünk miatt, távolságot tudunk kialakítani a kudarc és magunk között, ezáltal megvédve önbecsülésünket (Carver & Scheier, 2006). Önértékelésünket tehát formálják az általunk megtapasztalt, felhalmozódott sikerek és kudarcok (Helmke & van Aken, 1995).

A szorongás egy negatív érzelmi jelenség, erős félelem (Bányai & Varga, 2014). Abban az esetben, ha kontrollálhatatlan, túl magas szintű a szorongás, akkor debilizáló, azaz a teljesítményre nézve gátló szorongásról beszélhetünk. Ellenben, amennyiben kontrollálhatóak a szomatikus tünetek, facilitáló szorongás jelentkezik, mely serkentőleg hathat a teljesítményre. Így tehát a cél a teljesítmény növelésének érdekében nem a szorongás megszüntetése, hanem megfelelő szinten tartása (Smrdu, 2015). A tartós szorongásnak számos negatív következménye lehet, így kihat a teljesítményre, befolyásolja az igény szint

alakulását, a motivációt, a sikerességet és az énképet is. Megkülönböztethetünk pillanatnyi szorongást és szorongásra való hajlamot. Az állapotszorongás mindig a helyzettől függ és a pillanatnyi szorongásszintet tükrözi, míg a vonásszorongás egy állandó, alkati tényező, melyet a személyiség határoz meg (Gyömbér et al., 2012).

Az önértékelés negatív kapcsolatban áll a szorongással, tehát minél magasabb valakinek az önértékelése, annál kevésbé szorong, s minél alacsonyabb önértékeléssel rendelkezik, annál szorongóbb (Sowislo & Orth, 2013). Egy középiskolások körében végzett magabiztosság növelését célzó program következtében kimutathatóan nőtt a személyek önértékelése, mely szorongási szintjük csökkenéséhez vezetett (Eslami, Rabiei, Afzali, Hamidizadeh, & Masoudi, 2016). Emellett Muris és munkatársai (2016) kimutatták, hogy a magas szintű önszeretet kevesebb szorongásos és depressziós tünettel jár együtt. Kolayış (2012) kutatásában kerekesszékes kosárlabdázókat vizsgált és negatív szignifikáns kapcsolatot talált az állapot- és vonásszorongás illetve az önértékelés között

A TELJESÍTMÉNYMOTIVÁCIÓ ALAKULÁSA A SZORONGÁS AZ ÖNÉRTÉKELÉS ÉS A VERSENGÉS FÜGGVÉNYÉBEN

Bodroža (2011) kutatásában kimutatta, hogy a magas önértékelésű emberek a sikerről szóló információkat tartják meggyőzőbbnek, míg az alacsony önértékelésűek a kudarcról szóló információt. Kudarcot követően a személyek nagyobb mértékű szorongást éltek át, s azt állították, hogy nem fordítottak elég energiát a feladat végzésére, ezzel védve önértékelésüket. Akik ellenben pozitív visszajelzést kaptak a teljesítményükről, kedvezően ítélték meg a feladatot is. Franklin, Smith és Holmes (2015) kutatása bebizonyította, hogy azok az emberek, akik elnyomják, elkerülik a szorongás negatív hatásait, facilitálónak találják a szorongás jelenlétét a teljesítményüket illetően, míg az erősen szorongóak, egyértelműen debilizálónak élik meg azt. Egy másik kutatásban mind a hiperversengők, mind a versenykerülők esetében pozitív kapcsolatot találtak a kudarcckerüléssel, ám a versenykerülők esetében az összefüggés erősebb volt (Ryckman, Thornton, & Gold, 2009).

A sportolás összefüggésbe hozható a sikerkeresés erősebb jelenlétével és annak pozitív következményeivel. Stoeber és Becker (2008) vizsgálatukban kimutatták, hogy azok a sportolók, akik tökéletes teljesítményre törekszenek, magas szintű sikerkereséssel és alacsony szintű kudarcckerüléssel jellemezhetők. Lenk (1968) kutatása során emellett azt találta, hogy az erősen sikerorientált sportolók kevésbé szoronganak és nagyobb sikerélményeket képesek átélni. Aktop és Erman (2006) kutatásukban különböző szintű sporttapasztalatokkal rendelkező személyeket vizsgáltak. A sikerkeresés és önértékelés pozitív kapcsolata az alacsony szintű sporttapasztalatokkal rendelkező csoportban, míg a kudarcckerülés és a vonásszorongás pozitív összefüggése a magas szintű csoportnál volt a legerősebb. A magasabb szintű sporttapasztalatokkal rendelkezők, akik sikeresebbek és tapasztaltabbak, jobb önértékeléssel, erősebb

sikerkereséssel, nagyobb teljesítménymotivációval és versengéssel kapcsolatos motivációval rendelkeznek az alacsony szintű sporttapasztalatú csoporthoz képest.

CÉLKITŰZÉSEK

A szakirodalom áttekintése alapján első hipotézisünk (H1) szerint a kudarcckerülés pozitív, míg a sikerkeresés negatív együttjárást mutat az állapot- és vonásszorongással egyaránt (Lenk, 1968; Mayer et al., 2011).

Második hipotézisünk (H2) szerint a sikerkeresés pozitív, míg a kudarcckerülés negatív együttjárást mutat az önértékeléssel (Mayer et al., 2011).

Harmadik hipotézisünk (H3) szerint a versenykerülés pozitív együttjárást mutat a kudarcckerüléssel, míg a hiperversengés és az önfejlesztő versengés a sikerkereséssel áll pozitív kapcsolatban, mind abban az esetben, ha a kérdőív eredményeit vesszük alapul a sikerkeresés és kudarcckerülés mértékének megállapításához, mind, ha az online játékon mért teljesítmény iránti igény szint alapján döntjük el, hogy valaki sikerkereső vagy kudarcckerülő (Aktop & Erman, 2006).

Negyedik hipotézisünk (H4) szerint azok, akik rendszeres testmozgást végeznek átlagosan erősebben sikerkeresők és gyengébben kudarcckerülők, mint azok, akik nem végeznek rendszeresen testmozgást (Aktop & Erman, 2006).

MÓDSZEREK

RÉSZTVEVŐK

Jelen kutatás mintaválasztásának módja hozzáférés alapú volt. A vizsgálatban résztvevő személyek 18 és 39 év közöttiek voltak ($M = 22,6$; $SD = 3,68$). Mivel az életkori eloszlás nem volt egyenletes, ezért az életkor tekintetében egy szóráson kívül eső személyeket, 9 főt kizártuk a mintából, melyben így 20 és 26 év közötti személyek maradtak, s az átlagéletkor 21,59-re módosult, míg a szórás 1,26-ra. A teljes minta nagysága így 71 főre csökkent, melyből 36 fő férfi, 35 fő pedig nő. A kutatásban való részvételért a vizsgálati személyek anyagi ellenszolgáltatásban nem részesültek. A vizsgálatban való részvétel önkéntes, anonim módon zajlott, a részvétel megtagadható volt, a vizsgálatot bármikor, következmények nélkül abba lehetett hagyni. Mindezekről a kutatás megkezdése előtt a vizsgálati személyek tájékoztatást kaptak, egy informált beleegyezési nyilatkozatot írtak alá.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

A kérdőív elején a vizsgálati személyek megadták nemüket, életkorukat, befejezett iskolai végzettségüket, foglalkozásukat. A vizsgálati személyek sporttal

kapcsolatos attitűdjeire, szokásaira vonatkozóan is szerepeltek kérdések a kérdőívben. Egy 10 centiméteres egyenesen, melynek bal vége az „Egyáltalán nem”, jobb vége a „Nagyon” jelölésére szolgált, a vizsgálati személyeknek meg kellett jelölniük annak mértékét, hogy mennyire szeretnek sportolni, mozogni, illetve egy másik egyenesen azt, hogy mennyire szeretnek sportot nézni, sporttal foglalkozni. Emellett szintén egy 10 centiméteres egyenest alkalmazva, melynek bal vége a „Hobby, amatőr”, jobb vége pedig a „Profi, versenyszerű” jelölésére szolgált, megkérdeztük, hogy milyen szinten űzik az adott sportot/sportokat.

Az önértékelés mérésére a Rosenberg Önértékelés Skála (Rosenberg, 1965) Sallay, Martos, Földvári, Szabó és Ittész (2014) által publikált alternatív fordítását használtuk. A kérdőív 10 tétele megbízhatónak bizonyult Cronbach-alfa értéke alapján ($\alpha = 0,861$).

A Spielberger Állapot- és Vonásszorongás Kérdőív (Spielberger, 1970) magyar változatának (Sipos, Sipos és Spielberger, 1994) mindkét skáláját alkalmaztuk a szorongás mérésére. A Vonásszorongás (STAI-T) skála ($\alpha = 0,869$) és az Állapotszorongás (STAI-S) skála ($\alpha = 0,935$) is megbízhatónak bizonyult 20-20 tétele Cronbach-alfa értéke alapján.

A versengés mérésére a Többszörös Versengési Attitűd Leltárt használtuk, mely három dimenziót vizsgál: Hiperversengés (HC), Önfejlesztő versengés (SDC), Versenykerülés (Orosz és mtsai, 2015). A Versenykerülés további három alskálára bontható: Versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya (LITC), Verseny elvesztésétől való félelem elkerülése (FLCA), Szorongásvezérelt versenykerülés (ADCA). A Hiperversengés skála ($\alpha = 0,796$), az Önfejlesztő versengés skála ($\alpha = 0,870$), a Versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya alskála ($\alpha = 0,785$), a Verseny elvesztésétől való félelem elkerülése alskála ($\alpha = 0,866$), és a Szorongásvezérelt versenykerülés alskála ($\alpha = 0,859$) egyaránt megbízhatónak bizonyultak 3-3 tételük Cronbach-alfa értéke alapján.

A teljesítménymotiváció mérésére az Achievement Motives Scale Lang és Fries (2006) által átdolgozott 10 teteles változatát használtuk. Az angol nyelvű kérdőívet három független fordító segítségével fordítottuk le, majd kiválasztottuk a legmegfelelőbbnek ítélt tételfordításokat. A Sikerkeresés (HS) és Kudarckerülés (FF) skálái szignifikáns, de gyenge negatív, lineáris együttjárást mutattak ($r(69) = -0,282$; $p = 0,017$), tehát feltételezhető, hogy a két skála két egymással ellentétes irányú konstruktumot mér. Mivel a független fordítók által lefordított kérdőívet ezen a mintán használtuk először, így szükségesnek találtuk faktoranalízissel ellenőrizni a tételek szerkezetét, melyet maximum likelihood módszerrel és equimax rotációval végeztünk el. A faktoranalízis következtében kialakult faktorokban ugyanazok a tételek szerepeltek, mint az eredeti kérdőívben (1. melléklet). A Kaiser-Meyer-Olkin (KMO = 0,786) érték alapján a kérdőív megbízhatónak bizonyult. A Sikerkeresés ($\alpha = 0,807$) és Kudarckerülés ($\alpha = 0,863$) faktorainak Cronbach-alfa értékei szintén azt jelzik, hogy a kérdőív megbízható.

A Tanulásfejlesztő feladatok fiataloknak, felnőtteknek honlapon talált igényszint mérésére kialakított online játékot alkalmaztuk a teljesítmény iránti igényszint vizsgálatára (<http://www.tanulasfejleszt.es.ektf.hu/swf.php?eleres=>

feladatok/enkep/&fajl_neve=igenyszint_keret&cim=Ig%E9nyszint). A honlapon található elméleti háttérrel szóló leírás szerint egy tanulási tanácsadás hatékonyságát vizsgáló empirikus kutatás eredményei alapján fejlesztették ki a fent említett tanulásfejlesztő számítógépes programot, mely többek között az igényszintet is méri (http://tanulasfejleszt.es.ektf.hu/index.php?valaszt=hatter_tanulasfejleszto). A játék során fél percen keresztül madarakra kell vadászni és arra kell törekednie a vizsgálati személynek, hogy a lehető legtöbb találatot érje el. Ezt követően meg kell próbálnia megítélni, hogy a következő fél perc során mennyi találatra lesz.

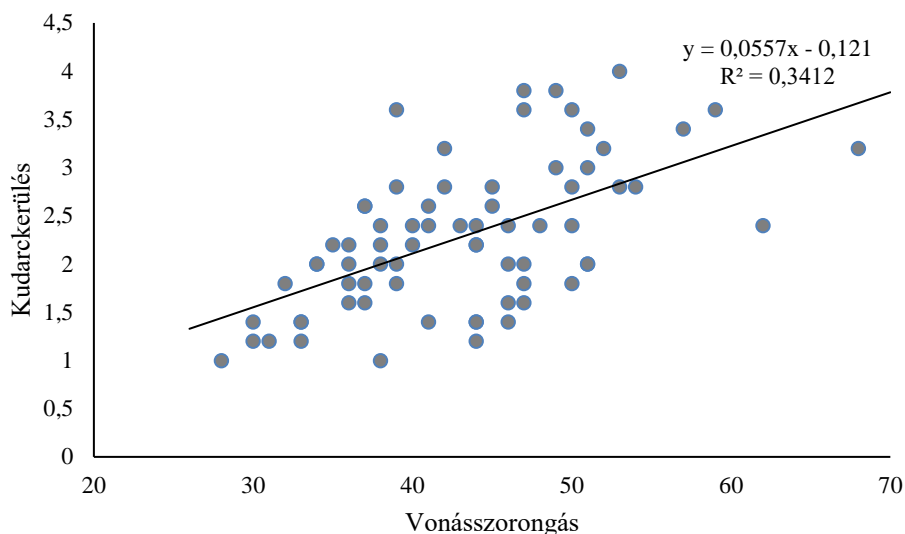
A VIZSGÁLAT LEÍRÁSA

Az adatok felvételére személyesen, nyugodt körülmények között került sor. A vizsgálat 15-20 percet vett igénybe. A vizsgálati személyek először informált beleegyezésről szóló nyilatkozatot írtak alá, majd kitöltötték a papír-ceruza alapú kérdőívcsomagot. Ezután az Igényszint mérésére alkalmas feladat következett. Instrukciónkban az szerepelt, hogy minimum háromszor fél perctel kell játszani, három tippet kell adni, azonban, lehet folytatni a játékot a kötelező körök után is. Az eredmények és tippek egyaránt feljegyzésre kerültek. Az érvényesség növelésének érdekében történt a vizsgálat felvétele személyesen, mivel az online kitöltés hamis adatokhoz vezethetett volna a játékban elért eredményeket illetően.

EREDMÉNYEK

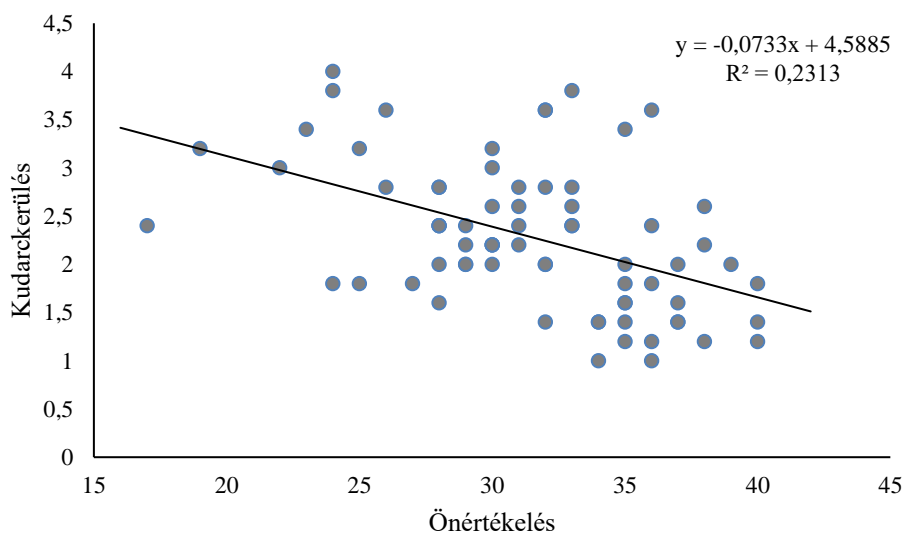
Első feltételezésünket (H1), miszerint a Sikerkeresés (HS) negatív, míg a Kudarckerülés (FF) pozitív kapcsolatban áll a Vonásszorongás (STAI-T), illetve az Állapotszorongás (STAI-S) skálákkal, Pearson-féle korrelációval ellenőriztük. Nem találtunk szignifikáns kapcsolatot a HS és az STAI-S között ($r(69) = -0,148$; $p = 0,218$), azonban a HS és a STAI-T szignifikáns, ám gyenge negatív, lineáris együttjárást mutatott ($r(69) = -0,247$; $p = 0,038$). Az FF szignifikáns, közepes erősségűnek mondható, pozitív, egyenes irányú kapcsolatban áll az STAI-S skálával ($r(69) = 0,360$; $p = 0,002$), és a STAI-T skálával ($r(69) = 0,584$; $p < 0,001$) egyaránt (1. ábra). Az első hipotézisünket alátámasztják az eredmények, a sikerkeresés alacsonyabb szintű szorongással, míg a kudarckerülés magasabb szintű szorongással jár együtt.

A SIKERKERESÉS ÉS KUDARCKERÜLÉS MOTÍVUMAI, VISELKEDÉSES MEGJELENÉSÜK ÉS
ÖSSZEFÜGGÉSEIK



1. ábra: A kudarckerülés és a vonásszorongás összefüggése

Második hipotézisünket (H2), mely szerint a Sikerkeresés (HS) pozitív, a Kudarckerülés (FF) pedig negatív kapcsolatban áll az Önértékelés (RSES-H) skálával Pearson-féle korrelációval ellenőriztük. Az elemzés során az FF szignifikáns, közepes erősségű, negatív, lineáris együttjárást (2. ábra) mutatott az RSES-H skálával ($r(69) = -0,481$; $p < 0,001$), míg a HS szignifikáns, de gyenge, pozitív, lineáris kapcsolatban állt az RSES-H skálával ($r(69) = 0,291$; $p = 0,014$). Ez arra utal, hogy minél magasabb valakinek az önértékelése, annál inkább jellemezheti a sikerkeresés motívuma és annál kevésbé a kudarckerülése.



2. ábra: A kudarckerülés és az önértékelés összefüggése

Harmadik hipotézisünk (H3) ellenőrzésére, mely szerint a Hiperversengés (HC) és az Önfejlesztő versengés (SDC) a Sikerkeresés (HS) skálával, míg a Versenykerülés a Kudarckerülés (FF) skálával mutat pozitív, lineáris összefüggést,

Pearson-féle korrelációt használtunk (1. táblázat). A HC a HS skálával ($r(69) = 0,106$; $p = 0,379$), valamint az FF skálával ($r(69) = -0,080$; $p = 0,506$) sem mutatott szignifikáns együttjárást. A SDC a HS skálával szignifikáns, közepes erősségű, pozitív, lineáris ($r(69) = 0,633$; $p < 0,001$), míg az FF skálával szignifikáns, gyenge, negatív, egyenes irányú kapcsolatot mutatott ($r(69) = -0,327$; $p = 0,005$). A Versenykerülés a HS skálával szignifikáns, közepes erősségű, negatív, lineáris ($r(69) = -0,549$; $p < 0,001$), míg az FF skálával szignifikáns, közepesen erős, pozitív, egyenes irányú kapcsolatban áll ($r(69) = 0,573$; $p < 0,001$). A versenykerülés mindhárom alszkálájának esetében hasonló összefüggéseket találtunk. A HS szignifikáns, közepes erősségű, negatív, egyenes irányú összefüggésben áll a Versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya (LITC) alszkálával ($r(69) = -0,481$; $p < 0,001$), a Verseny elvesztésétől való félelem elkerülése (FLCA) alszkálával ($r(69) = -0,424$; $p < 0,001$), a Szorongásvezérelt versenykerülés (ADCA) alszkálával ($r(69) = -0,462$; $p < 0,001$). Az FF ellenben szignifikáns, de gyenge pozitív, lineáris kapcsolatot mutat a LITC alszkálával ($r(69) = 0,294$; $p = 0,013$), míg közepesen erős kapcsolatot a FLCA alszkálával ($r(69) = 0,500$; $p < 0,001$) és az ADCA alszkálával ($r(69) = 0,643$; $p < 0,001$).

| | Sikerkeresés | Kudarckerülés |
|---|------------------------------------|------------------------------------|
| Hiperversengés | 0,106 ($p = 0,379$) | -0,080 ($p = 0,506$) |
| Önfejlesztő versengés | 0,633** ($p < 0,001$) | -0,327** ($p = 0,005$) |
| Versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya | -0,481** ($p < 0,001$) | 0,294* ($p = 0,013$) |
| Verseny elvesztésétől való félelem elkerülése | -0,424** ($p < 0,001$) | 0,500** ($p < 0,001$) |
| Szorongásvezérelt versenykerülés | -0,462** ($p < 0,001$) | 0,643** ($p < 0,001$) |
| Versenykerülés | -0,549** ($p < 0,001$) | 0,573** ($p < 0,001$) |

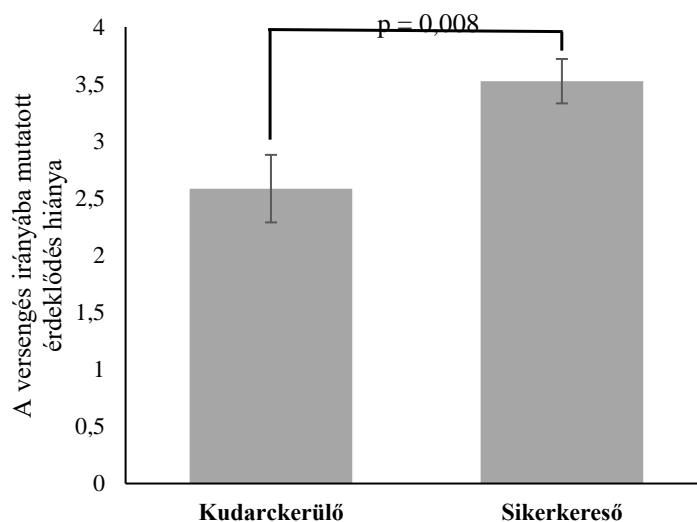
* A korreláció szignifikanciaszintje 0,05 alatti érték.

** A korreláció szignifikanciaszintje 0,01 alatti érték.

1. táblázat: A sikerkeresés és kudarckerülés, illetve a versengés iránti attitűdök korrelációs táblázata a szignifikanciaszint feltüntetésével

Annak tesztelésére, hogy a játékon mutatott teljesítmény iránti igény szint alapján sikerkeresőnek és kudarckerülőnek minősülő csoportok esetében is megmutatkoznak-e ugyanezek az eredmények, független mintás t-próbákat használtunk. Független változónk a sikerkeresés és kudarckerülés volt, míg függő változóként a versengés skáláit használtuk. Feltételezéseink szerint az online játékon mért teljesítmény iránti igény szintjük alapján sikerkeresőnek mondható személyek átlagosan inkább önfejlesztő versengők vagy hiperversengők és

kevésbé versenykerülő, mint kudarckerülő társaik. Az igényszint mértékét a játék következő körére vonatkozó becslésből az előző találati számot kivonva kaptuk meg. Mivel három kötelező kör volt, ezért az utolsó kör igényszintjének alakulását vettük figyelembe, hiszen eddigre már kialakulhatott egy reális kép a vizsgálati személyekben a feladat nehézségéről és teljesítményük szintjének alakulásáról. A harmadik kör igényszintjének átlagát és szórását ($M = 2,03$; $SD = 3,917$) figyelembe véve azokat az embereket, akik az átlaghoz képest pozitív irányban egy szóráson belüli és nulla feletti értéket adtak meg igényszintjüknek, sikerkeresőnek minősítettük (47 fő). Míg azok, akik nulla alatti értéket, és egy szóráson túli pozitív értéket adtak meg, kudarckerülőnek számítottak (24 fő). A szakirodalom áttekintése alapján ugyanis ez a fajta felosztás illeszkedik a sikerorientáció és kudarckerülés preferált célkitűzéseire (Pang, 2010). Sem a Hiperversengés (HC) skála ($t(69) = 0,903$; $p = 0,370$), sem az Önfejlesztő versengés (SDC) skála ($t(69) = 1,188$; $p = 0,239$) tekintetében nem mutatkozott szignifikáns különbség a két csoport esetében. Emellett a Versenykerülés skála ($t(69) = -1,277$; $p = 0,206$), a Verseny elvesztésétől való félelem elkerülése (FLCA) ($t(69) = -0,470$; $p = 0,639$) és a Szorongásvezérelt versenykerülés (ADCA) ($t(69) = 0,009$; $p = 0,993$) alskálák tekintetében sem volt szignifikáns eltérés kimutatható a két csoport átlagai között. Azonban a Versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya (LITC) alskálán szignifikáns eltérést mutatkozott meg ($t(69) = -2,734$; $p = 0,008$) a sikerkeresők ($M = 3,52$; $SD = 1,33$) és kudarckerülő ($M = 2,58$; $SD = 1,45$) átlagai között, a sikerkeresők javára (3. ábra).



3. ábra: A versengés irányába mutatott érdeklődés hiánya alskálán szerzett pontok átlagai az online játék harmadik körében mutatott igényszint alapján sikerkeresőnek és kudarckerülőnek számító személyek körében, a standard hibaérték ábrázolásával

A kérdőíves eredmények alapján az önfejlesztő versengés magas sikerkereséssel, alacsony kudarckerüléssel, míg a versenykerülés alacsony sikerkereséssel és magas kudarckerüléssel jár együtt. Azonban az online játékon

mutatott teljesítmény iránti igény szint alapján sikerkeresőnek és kudarckerülőnek bizonyuló személyek vizsgálatakor hipotézisünket nem sikerült alátámasztani, hiszen a fent említett kapcsolati irányoknak éppen az ellenkezőjére találtunk bizonyítékot.

Negyedik hipotézisünk (H₄) vizsgálatára, mely szerint a rendszeres testmozgást végzők átlagosan magasabb pontszámot kapnak a Sikerkeresés (HS) skálán és alacsonyabbat a Kudarckerülés (FF) skálán a rendszeres mozgást nem végzők csoportjához képest, független mintás t-próbát alkalmaztunk. Független változóként a rendszeres testmozgás végzését vagy nem végzését, míg függő változóként a HS, majd az FF értékeit használtuk. A HS skála tekintetében a független mintás t-próba nem mutatott ki szignifikáns eltérést a rendszeres testmozgást végző és nem végző személyek csoportjai között ($t(69) = -1,163$; $p = 0,249$). Emellett az FF skála esetében sem mutatkozott meg szignifikáns eltérés a két csoport átlagai között ($t(69) = -0,213$; $p = 0,832$). Tehát negyedik hipotézisünket nem sikerült alátámasztani, hiszen nem bizonyultak magasabb szinten sikerkeresőnek és alacsonyabb szinten kudarckerülőnek azok a személyek, akik végeznek rendszeres testmozgást, azokhoz képest, akik nem.

MEGVITATÁS

Kutatásunk célja a sikerkeresés és kudarckerülés motívumainak és viselkedéses megjelenésének vizsgálata és az önértékeléssel, szorongással, versengéssel, sportolással kapcsolatos összefüggésének megismerése volt. Eredményeink alátámasztották, hogy a sikerkeresés motívumának erősödésével csökken a vonásszorongás szintje, míg a kudarckerülés motívumának erősödésével az állapot- és vonásszorongás növekedése volt megfigyelhető. A sikerkeresés és kudarckerülés motívumai, illetve az önértékelés szintje között is sikerült kapcsolatot találnunk. Eredményeink alapján elmondható, hogy minél erősebben van jelen a sikerkeresés motívuma valakinél, annál magasabb szintű az önértékelése, míg a kudarckerülés erősödésével csökken az önértékelés.

Összességében kijelenthető tehát, hogy a sikerkeresés motívumának magas szintje különböző előnyökkel járhat együtt. Minél erősebben keresi egy személy a sikereket, annál kevésbé szorong vonásszinten, illetve annál magasabb szintű önértékeléssel rendelkezik. Ezek az eredmények illeszkednek a szakirodalmi keretbe, mivel Findlay és Bowker (2009), illetve Mayer és munkatársai (2011) szintén azt találták, hogy a sikerkeresők önértékelése magas szintű. A sikerorientáltság a teljesítményhelyzetben jobb eredményekkel és gyakoribb flow élménnyel jár együtt. Továbbá Lenk (1968) szerint az általuk átélt sikerélmény is sokkal nagyobb. Ez pozitív megerősítőként hathat a további teljesítményhelyzetekre vonatkozóan, ennek következtében megnőhet az önértékelés, magabiztosabbá válik a személy a teljesítményét illetően, így kevesebb szorongást él át, ha bizonyítania kell.

Ezzel szemben a kudarc elkerülésére irányuló motiváció jelenlétének növekedésével nőhet a szorongásra való hajlam, illetve a pillanatnyi szorongás is, míg az önértékelés szintje csökken. Lenk (1968), illetve Mayer és munkatársai (2011) is azt találták, hogy a kudarcckerülés erős motívuma magasabb szorongással jár együtt és fordítva, tehát, aki szorongó, az gyakrabban próbálja meg elkerülni a kudarcot és azokat a számára bizonytalan helyzeteket, melyek magukban rejtik a kudarc lehetőségét. Amennyiben valakit csak a kudarc kerülésére irányuló motiváció hajt, csökken a teljesítménye (Atkinson, 1957). Ennek következtében további kudarcélményeket élhet át, ami elindíthat egy önbeteljesítő jóslatot, s a szorongás növekedéséhez vezethet. A kudarcckerülők olyan célokat tűznek ki maguk elé, melyeket előzetes ismereteik alapján képesek elérni. Ez egyfajta védekező mechanizmusként funkcionál, s megvédi az önértékelést a kudarcok negatív hatásától (Gyömbér et al., 2012). A kudarcokért ugyanis hajlamosak vagyunk saját képességeinket okolni (Van Lier, Moulds, & Raes, 2015). Azonban, ha valaki mindig biztosra megy, nem részesül olyan sikerélményekben, melyek a kihívások leküzdéséből fakadnak, így önértékelését nézve egyetlen élménye az lesz, hogy nem vallott kudarcot.

Emellett a sikerkeresés és kudarcckerülés motívuma is kapcsolatban áll a versengés különböző aspektusaival. A hiperversengés se a sikerkereséssel, se a kudarcckerüléssel nem hozható kapcsolatba eredményeink alapján. Azonban az Achievement Motives Scale (Lang & Fries, 2006) eredményei azt mutatták, hogy az önfejlesztő versengés szintjének növekedésével nőtt a sikerkeresés motívumának erőssége, illetve csökkent a kudarcckerülés jelenlétének valószínűsége. Tehát minél inkább jellemzi egy személyt az önfejlesztő versengés, annál inkább jellemzi a sikerorientáltság, s annál kevésbé a kudarcckerülés. Az önfejlesztő versengők sikerkeresése azért lehet magas, mert motiváltak arra, hogy saját maguk fejlesztésével, növekedésével ériék el kihívást jelentő céljaikat. Ennek következtében saját képességeiknek tulajdoníthatják sikereiket, ami a sikerorientált személyek egyik jellemzője (Gyömbér et al., 2012). További eredmény, hogy a versenykerülés megjelenésének valószínűsége annál nagyobb, minél inkább bizonyul valaki kudarcckerülőnek, s annál kisebb, minél inkább sikerorientált a személy. Ezen kapcsolatok a versenykerülés alskáláinak tekintetében is megfigyelhetőek voltak. Mivel a kudarcckerülés és a versenykerülés is averzív, távolító tendenciát mutat, nem meglepő, hogy összefüggésben állnak egymással. Aki kerül a versenyhelyzetet, annak bizonytalansága miatt vagy, mert amotivált, nem tűz ki magának olyan célokat, melyek kihívással állítják szembe, hiszen nem élvezi a kihívások legyőzését.

Ellenben, ha az online játékot vesszük figyelembe, az eredmények alapján elmondható, hogy a harmadik körben mutatott igény szint szerint sikerkeresőnek bizonyuló emberek átlagosan magasabb szintű versengés irányába mutatott érdeklődés hiányával jellemezhető kudarcckerülő társaikhoz képest. Ezen eredmények nem illeszkednek a korábbi szakirodalmi keretbe, hiszen Pang (2010) szerint a versenyhelyzeteket szeretik elkerülni a kudarcckerülők, mivel magukban foglalják a siker és a kudarc lehetőségét is, s ez szorongást vált ki belőlük.

A fentiek alapján arra következtethetünk, hogy lehetséges, hogy ami attitűd szintjén megjelenik, az nem feltétlenül mutatkozik meg a viselkedésünkben is. Az is előfordulhat, hogy a vizsgálatvezető jelenléte befolyásolta a teljesítményt és a tippek alakulását, hiszen Yoshie, Nagai, Critchley és Harrison (2016) kimutatták, hogy amennyiben megfigyelnek minket feladatvégzés közben, különösen, ha semleges arckifejezéssel, megváltozik a teljesítményünk és nagyobb szorongást élünk át. Pang (2010) pedig azt találta, hogy ha egy külső ösztönzővel találkozunk, például egy kísérletvezetővel, a teljesítménymotivációnk akár negatív kapcsolatban is állhat valós teljesítményünkkel. Mivel az utolsó kör igényszintjének figyelembevételével hoztuk létre a sikerkeresők és kudarckerülők csoportját, elképzelhető, hogy az igényszint alakulását befolyásolta, hogy a vizsgálati személyek tisztában voltak azzal, hogy többször már nem kell próbálkozniuk, amennyiben nem szeretnének. Ezért a kudarckerülő személyek már biztosak lehettek abban, hogy nem érheti őket a teljesítményüket illetően több negatív érzés, s így sikerkereső társaikhoz képest, akik motivációja a játék végeztével és a kitűzött célok elérésével csökkenni kezdett, inkább mutattak érdeklődést a versengéssel kapcsolatban. Ezt támasztja alá az is, hogy az első két körben megjelenő igényszintek átlagai és szórásai alapján sikerkeresőnek és kudarckerülőnek minősülő személyek körében egyetlen versengéssel kapcsolatos attitűd esetében sem volt szignifikáns különbség az átlagok között.

A rendszeres testmozgást végző és nem végző személyek csoportjai között nem lehetett szignifikáns különbséget kimutatni a sikerkeresés és kudarckerülés tekintetében. Ez az eredmény nem támasztotta alá tehát a hipotézisünket, továbbá a szakirodalmi háttérbe sem illeszkedik. Aktop és Erman (2006) eredményei szerint magasabb a sikerkeresés foka a komoly szintű sportolók körében. Jelen kutatásban azonban az alapján csoportosítottuk a személyeket, hogy végeznek-e rendszeres testmozgást, mely nem feltétlenül vonja magával azt a fajta teljesítményhelyzetet és megmérettetést, amely a profiszintű sportot jellemzi. Ebből kifolyólag lehetséges, hogy a testmozgást végzők csoportjában szerepeltek olyan személyek is, akik nem versenyszinten sportolnak, csupán hobbiból, súlycsökkentés vagy egészségmegőrzés céljából, így a sporthoz kapcsolódó sikerkeresési vagy kudarckerülési motívumokkal nem rendelkeznek olyan mértékben, mintha profi szinten űznének valamilyen sportot. Így nem térnek el jelentős mértékben a sikerkeresés és kudarckerülés tekintetében attól a csoporttól, mely egyáltalán nem végez rendszeres testmozgást.

KORLÁTOK ÉS KITEKINTÉS

Jelen kutatás egyik legnagyobb korlátja, hogy a sikerkeresés és kudarckerülés megállapítása a viselkedéses válaszok alapján pontatlanságot eredményezhetett. Az online játékon mutatott teljesítmény iránti igényszint nem pontosan tudja visszaadni a tippek változásait a találatok függvényében, így lehet, hogy fontos adatok vesznek el azáltal, hogy az átlag és a szórás alapján történik a két

csoportba való besorolás. Emellett fontos lenne a személyek saját teljesítményükhöz való hasonlítása, amit a kutatás során használt operacionalizáció nem tett lehetővé. Azonban azt sem lehet kizárni, hogy arról van szó, hogy a viselkedés és az attitűdökkel kapcsolatos, gondolati szint közötti különbség nem a mérési problémákból, hanem a mért konstruktum jellegéből fakad, s nem egyezik meg az, amit gondolunk magunkról egy teljesítményhelyzettel kapcsolatban azzal, ahogy valójában cselekszünk a konkrét helyzetben. Azt sem szabad figyelmen kívül hagyni, hogy talán nem jelentett elég kihívást a kutatásban használt feladat a vizsgálati személyek számára ahhoz, hogy megjelenjen viselkedéses szinten az egyébként rájuk jellemző motívum. Az igényszint alakulását nagyban befolyásolhatja az adott feladat jellege, nehézsége és a helyzet, melyben a feladatot végzi a személy. Emellett a sportolási szokások tekintetében érdemes lett volna több, objektív mérőeszközt is igénybe venni, hogy árnyaltabb képet kaphassunk a sikerkeresés és kudarcckerülés sporttal és sportolási szokásokkal való kapcsolatáról.

A jövőben hasznosítani lehetne jelen kutatás eredményeit minden olyan területen, ahol az emberek teljesítményhelyzetekkel kerülnek szembe. Legyen szó akár oktatásról, akár munkáról, akár sportról, fontos, hogy megvalósítható, képességeinkhez illeszkedő célokat tűzzünk ki magunk elé, ami a sikerkeresés egyik jellemzője. A sikerkeresés pedig kapcsolatba hozható a magas önértékeléssel, az alacsony szintű szorongással és az önfejlesztő versengéssel, melyek mind pozitívan hatnak a teljesítményünkre. Ennek tükrében érdemes ezeknek az összefüggéseknek az erősítésére, a negatív kapcsolatok kiküszöbölésére törekedni a kívánt teljesítmény elérésének érdekében, mikor edzőként, tanárként, vezetőként, vagy akár pszichológusként igyekszünk segíteni egy adott személy fejlődésében.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Aktop, A., & Erman, K. A. (2006). Relationship between achievement motivation, trait anxiety and self-esteem. *Biology of Sport*, 23(2).
- Anshel, M. H. (2003). *Sport psychology: From theory to practice*. San Francisco, CA: Benjamin Cummings. In Gyömbér, N., Kovács, K., Lénárt, Á., Hevesi, K., Imre Tóvári, Zs., & Menczel, Zs. (2012). *Fejben dől el*. Budapest, Magyarország: Noran Libro.
- Atkinson, J. W. (1957). A kockázatvállaló viselkedés motivációs meghatározói. In Barkóczi, I., & Séra, L. (szerk.), *Az emberi motiváció II. Humánspecifikus motiváció*. Szöveggyűjtemény (179-202). Budapest, Magyarország: Nemzeti Tankönyvkiadó.
- Bányai, É., & Varga, K. (2014). *Affektív pszichológia – az emberi késztetések és érzelmek világa*. Budapest, Magyarország: Medicina Könyvkiadó Zrt.

- Bodroža, B. (2011). Cognitive and affective reactions to success and failure – the quality of feedback as the determinant of self-verifying self-enhancing motivation. *Psihologija*, 44(2), 149-166.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2006). *Személyiségpszichológia*. Budapest, Magyarország: Osiris Kiadó Kft.
- Eslami, A. A., Rabiei, L., Afzali, S. M., Hamidzadeh, S., & Masoudi, R. (2016). The effectiveness of assertiveness training on the levels of stress, anxiety, and depression of high school students. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 18(1).
- Findlay, L. C., & Bowker, A. (2009). The link between competitive sport participation and self-concept in early adolescence: A consideration of gender and sport orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(1), 29-40.
- Franklin, Z. C., Smith, N. C., & Holmes, P. S. (2015). Anxiety symptom interpretation and performance expectations in high-anxious, low-anxious, defensive high-anxious and repressor individuals. *Personality and Individual Differences*, 77, 27-32.
- Fülöp, M. (2000). A versengés, mint szociális képesség. In Bányai, É., & Varga, K. (2014). *Affektív pszichológia – az emberi késztetések és érzelmek világa*. Budapest, Magyarország: Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Gyömbér, N., Kovács, K., Lénárt, Á., Hevesi, K., Imre Tóvári, Zs., & Menczel, Zs. (2012). *Fejben dől el*. Budapest, Magyarország: Noran Libro.
- Helmke, A., & van Aken, M. A. G. (1995). The causal ordering of academic achievement and self-concept of ability during elementary school: A longitudinal study. *Journal of Educational Psychology*, 87(4), 624-637.
- Horney, K. (2004). *A neurotikus személyiség napjainkban*. Budapest, Magyarország: Ursus Libris.
- Kolayış, H. (2012). Examining how wheelchair basketball players' self-esteem and motivation levels impact on their state and trait anxiety levels. *Biology of Sport*, 29, 39-44.
- Lang, J. W. B., & Fries, S. (2006). A revised 10-item version of the achievement motives scale - Psychometric properties in German-speaking samples. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(3), 216-224.
- Lenk, H. (1968). Leistungsmotivation. Leibeserziehung. In Dr. Rókusfalvy, P. (1981). *Sportpszichológia, a sporttevékenység pszichológiája*. Budapest, Magyarország: Athenaeum Nyomda.
- Lewin, K. (1951). *Field theory in social science: Selected theoretical papers*. New York, NY: Harper. In Bányai, É., & Varga, K. (2014). *Affektív pszichológia – az emberi késztetések és érzelmek világa*. Budapest, Magyarország: Medicina Könyvkiadó Zrt.
- Mayer, K., Lukács, A., & Dr. Barkai, L. (2011). A teljesítménymotiváció megjelenése különböző kockázatkereső magatartásokban. *Egészségtudományi közlemények*, 1(1), 105-111.

- Muris, P., Meesters, C., Pierik, A. és de Kock, B. (2016): Good for the self: self-compassion and other self-related constructs in relation to symptoms of anxiety and depression in non-clinical youths. *Journal of Child and Family Studies*, **25**. 2. sz. 607-617.
- Orosz, G., Fülöp, M., Büki, N., & Rózsa, S (2015). Faces of competition: the development of the multiple competitive attitudes inventory. Unpublished manuscript draft.
- Pang, J. S. (2010). The achievement motive: A review of theory and assessment of an achievement, hope of success, and fear of failure. In O.C. Schultheiss & J.C. Brunstein (Eds.), *Implicit Motives* (pp. 30-71). New York, NY: Oxford University Press.
- Pintrich, P. R. (2000). An achievement goal theory perspective on issues in motivation terminology, theory, and research. *Contemporary Educational Psychology*, *25*, 92-104.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton
- Ross, S. R., Rausch, M. K., & Canada, K. E. (2003). Competition and cooperation in the five-factor model: Individual differences in achievement orientation. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, *137*(4), 323-337.
- Ryckman, R. M., Hammer, M., Kaczor, L. M., & Gold, J. A. (1990). Construction of a hypercompetitive attitude scale. *Journal of Personality Assessment*, *55*(3&4), 630-639.
- Ryckman, R. M., Hammer, M., Kaczor, L. M., & Gold, J. A. (1996). Construction of a Personal Development Competitive Attitude Scale. *Journal of Personality Assessment*, *66*(2), 374-385.
- Ryckman, R. M., Thornton, B., & Gold, J. A. (2009). Assessing competition avoidance as a basic personality dimension. *The Journal of Psychology*, *143*(2), 175-192.
- Sakaki, M., & Murayama, K. (2013). Automatic ability attribution after failure: a dual process view of achievement attribution. *PloS ONE*, *8*(5).
- Sallay, V., Martos, T., Földvári, M., Szabó, T., & Itzész, A. (2014). A Rosenberg önértékelés skála (RSES-H): alternatív fordítás, strukturális invariancia és validitás. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, *15*(3), 259-275.
- Sipos, K., Sipos M., & Spielberger, C.D. (1994). A State-Trait Anxiety Inventory (STAI) magyar változata. In Mérei, F., & Szakács, F. (szerk.), *Pszichodiagnosztikai Vademecum I. Explorációs és biográfiai módszerek, tünetbelcső skálák, kérdőívek 2. rész.* (123-135). Budapest, Magyarország: Nemzeti Tankönyvkiadó.
- Smrdu, M. (2015). First-person experience of optimal sport competition performance of elite team athletes. *Kinesiology*, *47*(2), 169-178.
- Sowislo, J. K., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *139*(1), 213-240.
- Spielberger, C.D. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

- Stoeber, J., & Becker, C. (2008). Perfectionism, achievement motives, and attribution of success and failure in female soccer players. *International Journal of Psychology*, 43(6), 980-987.
- Swann Jr., W. B., Chang-Schneider, C., & McClarty, K. L. (2007). Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*, 62(2), 84-94.
- Tanulásfejlesztő feladatok fiataloknak, felnőtteknek.
http://www.tanulasfejleszt.es.ktf.hu/swf.php?eleres=feladatok/enkep/&fajl_neve=igenyszint_keret&cim=Ig%E9nyszint.
- Tanulásfejlesztő feladatok fiataloknak, felnőtteknek.
http://tanulasfejleszt.es.ktf.hu/index.php?valaszt=hatter_tanulasfejleszt_o
- Van Lier, J., Moulds, M. L., & Raes, F. (2015). Abstract "why" thoughts about success lead to greater positive generalization in sport participants. *Frontiers in Psychology*, 6, 1783.
- White, R. W. (1959). A motiváció fogalmának kritikai áttekintése: a kompetencia fogalma. In Barkóczi, I., & Séra, L. (szerk.), *Az emberi motiváció II. Humánspecifikus motiváció*. Szöveggyűjtemény (51-104). Budapest, Magyarország: Nemzeti Tankönyvkiadó.
- Wieland, A., & Sarin, R. (2012). Domain specificity of sex differences in competition. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 83(1), 151-157.
- Yoshie, M., Nagai, Y., Critchley, H. D., & Harrison, N. A. (2016). Why I tense up when you watch me: Inferior parietal cortex mediates an audience's influence on motor performance. *Scientific Reports*, 6(19305).

MELLÉKLETEK

1. MELLÉKLET

| Tételek | Faktorok | |
|---|---------------|--------------|
| | kudarckerülés | sikerkeresés |
| Szeretem azokat a helyzeteket, ahol megtapasztalhatom, mennyire vagyok rátermett. | -0,190 | 0,796 |
| Amikor egy olyan problémával állok szemben, amelyről úgy gondolom, hogy meg tudom oldani, rögtön elkezdek dolgozni rajta. | -0,172 | 0,267 |
| Élvezem az olyan helyzeteket, amelyekben hasznosíthatom a képességeimet. | 0,062 | 0,663 |
| Vonzóak számomra az olyan helyzetek, amelyekben bizonyíthatom a rátermettségemet. | 0,017 | 0,877 |
| Vonzanak azok a feladatok, melyekben próbára tehetem a képességeimet. | -0,288 | 0,815 |
| Félek a kudarctól a nehéz helyzetekben, mikor sok múlik rajtam. | 0,651 | -0,140 |
| Nem szívesen vágok bele valamibe, ha nem vagyok biztos a sikerben. | 0,609 | -0,098 |
| Még akkor is félek azoktól a feladatoktól, melyeket nem tudok megoldani, ha senki sem veszi észre a kudarcomat. | 0,877 | -0,177 |
| Akkor is kényelmetlenül érzem magam a számomra ismeretlen helyzetekben, ha senki sem figyel. | 0,843 | -0,186 |
| Ha nem értek meg rögtön egy feladatot, idegesnek érzem magam. | 0,696 | 0,062 |

AZ ANGOL TABUSZAVAK HATÁSA LEXIKÁLIS DÖNTÉSI HELYZETBEN KÉT TANÍTÁSI NYELVŰ ÉS ÁLTALÁNOS KÉPZÉSŰ SZEMÉLYEK ESETÉBEN

Fodor Boglárka

SZTE BTK Pszichológiai Intézet, fodorboglarka94@gmail.com

Egy idegen nyelv tanulásának szempontjából döntő fontosságú, hogy képesek legyünk megélni a nyelv érzelmi aspektusait is, ez azonban idő kérdése. Kutatásomban azt vizsgáltam, hogy a két tanítási nyelvű vizsgálati személyek előfeszített angol tabuszavak után adott reakcióideje lexikális döntési helyzetben jobban megnyúlik-e, mint általános képzésű társaiké.

A kísérletben 16-20 év közötti gimnazista diákok (13 férfi, 23 nő, átlagéletkor 17,79 év) és 20-23 év közötti már nem gimnazista, de két tanítási nyelvű vagy általános képzésben részesült személyek (7 férfi, 10 nő, átlagéletkor 20,53 év) vettek részt. A két tanítási nyelvűek esetében az angol tabuhatás nagyobb volt, mint az általános képzésűek esetében, míg a magyar tabuhatásnál nem volt szignifikáns különbség az eredmények között. Ez arra utal, hogy a két tanítási nyelvűek magasabb szinten élik át az angol nyelv érzelmi töltetét. A nyelvoktatás szempontjából fontos tudni, hogy mennyi idő szükséges ennek a szintnek az eléréséhez.

Kulcsszavak: tabuszó, idegen nyelv tanulás, lexikális döntési helyzet

Köszönetnyilvánítás: Köszönettel tartozom témavezetőmnek, Szegedi-Hallgató Emesének, aki fáradhatatlanul segítette munkámat tanácsaival és szakmai hozzáértésével. Emellett köszönet illeti a szegedi Deák Ferenc Gimnázium diákjait és munkatársait, akik lehetővé tették a kutatás elvégzését.

Kutatásomban a tabuszavak hatását vizsgáltam, mely egy részletesen tanulmányozott jelensége a kísérleti pszichológiának, pszicholingvisztikának. Az, hogy egy adott nyelvben mi számít tabunak, erősen függ a kultúrától, azonban a tabuszavak mindig valamilyen kerülendő téma köré csoportosulnak, amiről nem illendő beszélni, legalábbis nem minden kontextusban, s ezáltal használatuk a társadalom elítélését válthatja ki (Pieper, 1997; Vajda, 2005). A kerülendő téma jellege is nagyon eltérő lehet az egyes kultúrákban, illetve nagy változatosságot mutat egy-egy adott téma meglítésének mértéke is. Vannak kultúrák, melyek nyíltabbak, elfogadóbban kezelik a tabutémákat, s az ezekkel kapcsolatos szavakat, míg mások teljes mértékben elutasítják őket. A jelen kutatásban használt tabuszavak testrészek, testnedvek, betegségek megnevezései, szexualitással kapcsolatos kifejezések, s a legtöbbjük trágár, obszcén kifejezésnek minősül, a szexuális arousal-szint növekedését, szégyenérzetet válthatnak ki, de léteznek olyan tabuszavak is, melyek szintén negatív, azonban kevésbé erős érzelmi választ okoznak (pl. félelem, halál) (MacKay et al., 2004). Emellett vallással kapcsolatos, Istenkáromlást tartalmazó tabuszavak, kifejezések is léteznek, ilyeneket azonban jelen kutatás nem tartalmaz.

Az egyik közös tulajdonsága a fent említett tabuszavaknak az, hogy negatív érzelmi töltésük van, melytől nem tudunk elvonatkoztatni, így ha valamilyen tabuszót hallunk, vagy látunk, automatikusan feldolgozzuk azt, s ez negatív érzelmeket ébreszt bennünk (Pinker, 2007). A tabuszavak nem csak akkor váltanak ki belőlünk negatív érzelmi választ, ha a tudat számára észlelhetőek, hanem akkor is, ha a tudatküszöb alatt mutatják be őket a vizsgálati személyeknek, azaz a tudat számára nem észlelhető ingerként.

Annak vizsgálatára, hogy milyen mértékű érzelmi választ vált ki a vizsgálati személyből egy tudatküszöb alatti ingerként bemutatott tabuszó, jól használható a lexikális döntési helyzet. Ennek során a vizsgálati személynek egy a képernyőn felvillanó szóról kell eldöntenie, hogy létező szó-e vagy sem. Huszár, Makra, Hallgató, Janacsek és Németh (2010) is ezt a módszert használták, hogy a tabuszavak teljesítményre gyakorolt hatását vizsgálják, s én is ezt az eljárást alkalmaztam, hiszen ez a feladat igénybe veszi a figyelmi rendszert. Mivel a figyelmi rendszert jobban leterheli egy érzelmi töltéssel rendelkező szó, mint egy semleges, ezért feltételezhető, hogy a tabuszavaknak, melyek negatív töltésűek, lassabb a feldolgozásuk egy semleges szóéhoz képest (Huszár et al., 2010; MacKay et al., 2004). Ha az előfeszítő tabuszó tudatküszöb alatti bemutatása után rövid időn belül egy másik, semleges szóról, célingerről kell döntést hozniuk a vizsgálati személyeknek, a tabuszó által kiváltott negatív érzelm, megnövekedett arousal-szint és szimpatikus idegrendszeri aktivitás miatt a második szóról hozott döntés reakcióideje hosszabb lesz, mint ha a tudatküszöb alatt egy érzelmileg semleges szót mutattunk volna be (MacKay et al., 2004). Míg a tabuszót 250 msec-on belül követő célinger esetében érzékelhető a tabuszó hatása, melynek következtében megnyúlt a célingerre adott válaszreakció, addig az 500 msec-on belül bemutatott célingerre adott válaszreakciónál már nem mutatkozott meg az előfeszített tabuszó hatása (Huszár et al., 2010). Jelen

kutatásban arra próbáltunk választ keresni, hogy a tabuhatás egy tanult nyelven is kimutatható-e.

ANYANYELVI ÉS IDEGEN NYELVŰ ÉRZELMI SZAVAK FELDOLGOZÁSA

Igaz, hogy az érzelmi töltetű szavak feldolgozása miatt hosszabbra nyúlhat a reakcióidőnk, amennyiben előfeszítő ingerként kerülnek bemutatásra, azonban ha célingerként szerepelnek egy döntési helyzetben, sokkal gyorsabban hozunk döntést róluk, azaz dolgozzuk fel őket, mint egy semleges szót. Conrad, Recio és Jacobs (2011) egy német-spanyol kétnyelvű emberekkel végzett kísérlet során kimutatták, hogy lexikális döntési helyzetben az érzelmi töltéssel rendelkező célinger szavakkal szembeni gyorsabb feldolgozás nem csak az anyanyelvre korlátozódik. A kutatásban részt vevő spanyol anyanyelvűek, s a spanyolt csak második nyelvként beszélő német anyanyelvűek egyaránt gyorsabban reagáltak mind a negatív, mind a pozitív érzelmi töltéssel rendelkező szavakra, mint a semleges szavakra a lexikális döntési helyzetben. Ennek az lehet az egyik magyarázata, hogy az érzelmi töltéssel rendelkező szavak jobban vonzzák az idegen nyelvet tanulók figyelmét, ezáltal hatékonyabban tudják felidézni és felismerni ezeket a szavakat. Továbbá azt is elképzelhetőnek gondolják a szerzők, hogy az álszavakra adott reakcióidő azért hosszabb, mert a mentális lexikonban nem találjuk a szó értelmét, így tovább folytatjuk a keresést. Nem osztják azt a nézetet, miszerint szükséges az adott szót lefordítani a tanult nyelvről az anyanyelvre, hogy megfelelő kontextusba tudja helyezni azt, s érzelmi relevanciát nyerjen a nyelvtanuló számára. Azonban Dudschig, de la Vega és Kaup (2014) az automatikus motoros válaszok aktiválásának vizsgálata közben azt találták, hogy a tanult nyelv feldolgozásakor automatikusan aktiválódhatnak az anyanyelvi szavak, melyek kiváltják a tapasztalatokon alapuló motoros válaszokat, asszociációkat. Emellett Vukovic és Williams (2014) kutatási eredményei is azt a nézőpontot támasztják alá, mely szerint az anyanyelvi szavak is automatikusan aktiválódnak, miközben a tanult idegen nyelven történik a feldolgozás. Az, hogy kísérletükben a kétnyelvűek homofónokra adott reakciója megnyúlt, azt bizonyítja, hogy mindkét nyelvet aktiválták, ami egy nagyobb fokú versengéshez vezetett az alternatív jelentések között. A kétnyelvűek nyelvi hozzáférése ezen eredmények alapján tehát nem szelektív, és ez olyan kontextusban is kimutatható, ahol csupán az egyik nyelv használata releváns a feladat végzésének szempontjából. A kutatás arra is rávilágít, hogy az idegen nyelvi feladat során a kétnyelvűek azon túl, hogy nem csak az idegen, hanem az anyanyelv szavait is aktiválják, még kontextus-vezérelt anyanyelvi jelentéseket is társítanak az adott ingerekhez, ami arra utal, hogy a szemantikus és kontextuális információk párhuzamosan integrálódnak.

Opitz és Degner (2012) szerint az adott idegen nyelvet magas szinten beszélő ember számára a lexikális hozzáférés késik a nagyfokú interferencia miatt, amely az integrált anyanyelvi és idegen nyelvi mentális lexikon következtében alakul ki. Ezáltal a szavak érzelmi jelentésének feldolgozása az idegen nyelven

lassabb, mint az anyanyelven, ami különösen a mindennapi életben játszik nagy szerepet, hiszen a beszéd során olyan gyorsan váltakoznak az egyes érzelmi állapotok, illetve azok leírásai, hogy az idegen nyelvet beszélőnek nincs elég ideje mindegyik megértésére, hiszen az több feldolgozási időt igényelne. Cikkükben több szerző korábbi eredményeire is hivatkoznak, melyek szintén azt mutatták ki, hogy a kétnyelvűek lassabban válaszolnak a második, nem domináns nyelvük szavaira az első, domináns nyelvű szavakra adott válaszokhoz képest. Emellett a kétnyelvűek lassabban válaszolnak domináns nyelvükre az egynyelvűekhez képest is (Duyck, Vanderelst, Desmet, & Hartsuiker, 2008; Gollan, Montoya, Cera, & Sandoval, 2008; Ivanova & Costa, 2008; Sandoval, Gollan, Ferreira, & Salmon, 2010, idézi Opitz és Degner, 2012).

A tabuszavak használatának nyilvánvalóan rengeteg szociális aspektusa is van. Mivel ezek a szavak szociálisan elítélendők, az emberek igyekeznek legátolni a használatukat, hiszen általában törekszenek a szociálisan elfogadható viselkedésre. Ezt olyan kísérletben is kimutatták, ahol a vizsgálati személyeknek nem kellett jobban legátolniuk a tabuszavakat, mint a semleges szavakat, mivel egyik sem volt a megfelelő válasz a kísérletben. Mégis az rIFG aktiváció alapján azt állapították meg, hogy a tabuszavakat jobban legátolják az emberek, s ez azt az állítást támasztja alá, hogy képesek vagyunk monitorozni és még idejében megváltoztatni a mondanivalónkat, ha az az adott szituációhoz nem illő. Ez a belső mechanizmus úgy működhet, hogy az adott tabuszó folyamatos összekapcsolása egy külső tiltással azt eredményezi, hogy a szó és a tiltás között egy asszociáció jön létre, így ha az adott szó eszébe jut az illetőnek, automatikusan aktiválódik a szóhoz társuló gátlás is. A külső szociális szabályok így válnak belsővé (Severens, Kühn, & Hartsuiker, 2012). Hasonlóan a szociális normák felől közelítette meg a tabuszavak kérdését Gawinkowska, Paradowski és Bilewicz (2013), akik azt találták, hogy a tanult idegen nyelven, vagy kétnyelvűek esetében a második nyelven inkább használunk tabuszavakat, mint az anyanyelvünkön, mivel így érzelmileg jobban el tudunk távolodni az adott kifejezéstől, könnyebben felmentjük magunkat a szociális normák, elvárások alól.

CÉLKITŰZÉS ÉS HIPOTÉZISEK

Kutatási kérdésem arra irányult, hogy vajon valóban csak az anyanyelven érhető-e el tabuhatás, illetve konkrétan, hogy azoknak, akik magas szinten beszélnek egy idegen nyelvet, jelen esetben az angolt, döntési helyzetben mutatott reakcióidejére nagyobb mértékben hatnak-e a nyelv küszöb alatt bemutatott tabuszavai, mint azokra, akik kevésbé jól beszélnek a nyelvet. Tehát melyik csoportra hatnak nagyobb mértékben az idegen nyelv küszöb alatti tabuszavai? Mivel a kutatási eredmények sokszor ellentmondtak egymásnak, vagy csak részleges választ adtak arra, hogy vajon hogyan alakul egy tanult vagy második nyelv érzelmi aspektusának feldolgozása, kutatásommal igyekeztem hozzájárulni ennek a kérdésnek a megválaszolásához.

Opitz és Degner (2012) eredményei szerint a második nyelv szavainak érzelmi feldolgozása sokkal lassabb, mint az anyanyelvé, ami arra utal, hogy a tabuszavak hatása sem feltétlenül mutatható ki, hiszen a meghosszabbodott reakcióidő akár betudható egyszerűen annak, hogy a második nyelv egyik szaváról kellett dönteni. Ezt azzal küszöböltem ki, hogy csak azokat az eseteket vizsgáltam, mikor magyar szóról hoztak döntést a vizsgálati személyek, melyet vagy angol, vagy magyar tabuszó előzött meg. Ezzel ellentétben Severens, Kühn és Hartsuiker (2012) azt találták, hogy a tabuszavakat jobban legátolják az emberek, ami meghosszabbodott reakcióidőhöz vezethet, amennyiben egy tabuszavat tartalmazó szópárt kell hangosan felolvasniuk egy semlegeshez képest. Feltételezésem szerint, ha valaki ismeri az adott idegen nyelv tabuszavát, akkor ez a gátlás ugyanúgy kialakulhat arra vonatkozóan is, csakúgy, mint az anyanyelv tabuszavaira. Conrad és munkatársai (2011) eredményei is azt támasztják alá, hogy nincs különbség az anyanyelv és a tanult nyelv érzelmi töltetű szavainak feldolgozása között. Eredményeiket alapul véve fogalmaztam meg kutatásom hipotézisét, miszerint, a két tanítási nyelvű képzésben részesülő vagy részesült diákok lexikális döntési helyzetben küszöb alatt bemutatott angol nyelvű tabuszavak utáni célingerre adott reakcióideje nagyobb mértékben megnyúlik, mint az általános képzésben részesülő vagy részesült diákoké. Ez arra utalhat, hogy ha valaki magas szinten beszél egy idegen nyelvet, megérheti annak érzelmi aspektusait is, akár közel az anyanyelvi szinthez. Ezt több tényező is befolyásolhatja, például az, hogy mennyi időt és energiát fektet az illető az adott nyelv tanulásába, mennyit használja a nyelvet, mennyi érzelmi tapasztalatot él át a nyelv kapcsán és képes-e azonosulni azzal.

MÓDSZEREK

RÉSZTVEVŐK

A mintaválasztás módja hozzáférés alapú, kényelmi mintavétel. A kísérletben 16-20 év közötti gimnazista diákok (13 férfi, 23 nő, átlagéletkor 17,79 év, szórása 0,81), mindannyian a szegedi Deák Ferenc Gimnázium tanulói, illetve 20-23 év közötti már nem gimnazista, de két tanítási nyelvű vagy általános képzésben részesült személyek (7 férfi, 10 nő, átlagéletkor 20,53 év, szórása 0,94) vettek részt. Négy osztályból (két darab két tanítási nyelvű, két darab általános tagozatú) kerültek ki a gimnazista vizsgálati személyek, összesen 38-an, míg a nem gimnazista csoportban 17-en voltak, így a teljes minta nagysága 55 fő. Az általános képzésű tanulók csoportjába a nem gimnazista és gimnazista csoportokból összesen 29 személy került (12 férfi, 17 nő, átlagéletkor 18,41 év, szórása 1,88), míg a két tanítási nyelvű csoportba 26 (8 férfi, 16 nő, átlagéletkor 18,88 év, szórása 0,99). A mintában szereplő személyek nembeli megoszlása eltérő, 20 férfi és 33 nő. Két kitöltő esetében utólag nem lehetett megállapítani a nemet. Az eredeti mintából 11

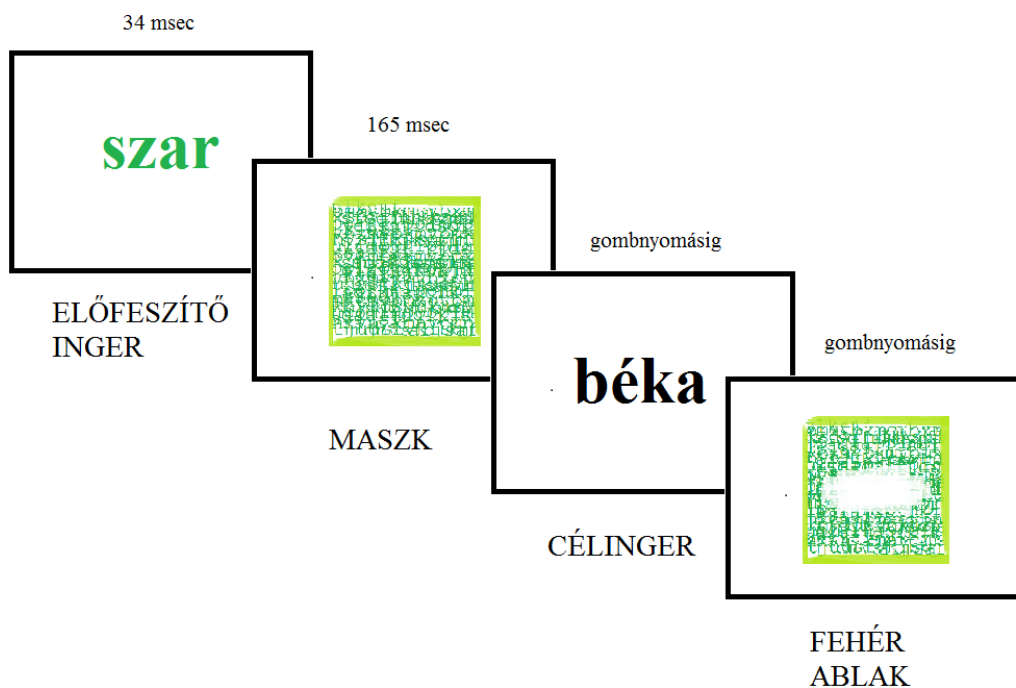
vizsgálati személy esett ki vagy azért, mert hamarabb befejezte a feladat végzését vagy azért, mert a feladaton nyújtott teljesítménye véletlenszerű kitöltésre utalt. Sem a vizsgálati személyek, sem hozzátartozóik a vizsgálatban való részvételért anyagi ellenszolgáltatásban nem részesültek. A vizsgálat lebonyolítására a gimnáziumban igazgatói engedélyt kaptunk, továbbá minden 18. életévét be nem töltött diáktól írásos, aktív szülői engedélyt kértünk a vizsgálat megkezdése előtt. Emellett a vizsgálat megkezdése előtt tájékoztattuk a vizsgálati személyeket a kutatás céljáról, jellegéről. A vizsgálatban való részvételt megtagadhatták, a vizsgálat önkéntes volt, a feladat végzését bármikor következmények nélkül abbahagyhatták. A vizsgálati személyek mindezekről informált beleegyezési nyilatkozatot írtak alá. A kutatás anonim módon zajlott, a vizsgálati személyek adatait bizalmasan kezeltem, diagnosztikai szakvéleményt a vizsgálati adatokról nem adtam, az etikai szabályokat betartottam.

VIZSGÁLATI ESZKÖZÖK

A kísérlet során először előfeszítő ingerek kerültek bemutatásra maszkolva, tudatküszöb alatt, melyek lehettek angol vagy magyar, érzelmileg semleges vagy tabuszavak (testrészek, testnedvek, betegségek megnevezései, szexualásra utaló kifejezések). Ezután célingerként következett egy angol vagy magyar, valódi vagy nem létező, ún. álszó, mely érzelmileg semleges. Erről a szóról kellett eldöntenie a vizsgálati személynek, hogy létező-e, vagy sem. A szavak minden lehetséges kombinációban követhették egymást véletlenszerűen, tehát az angol nyelvű előfeszítő ingert követhette magyar nyelvű és angol nyelvű célinger is, és fordítva. A célingerek minden esetben ragozatlan főnevek voltak. A célingerek esetében átlagosan ugyanolyan gyakoriságú szavakat alkalmaztunk. Az ingerek bemutatásához egy számítógépes programot, a PsychoPy-t használtam (Pierce, 2007), melynek segítségével rögzíteni tudtam a célingerekről hozott döntést, illetve a célingerre adott válasz reakcióidejét. Emellett a vizsgálat felvétele előtt egy 7 részből álló, általunk összeállított kérdőívet töltöttünk ki a vizsgálati személyekkel (lásd 1. melléklet). Ebben nemüket, korukat, a kutatásban használt sorszámukat, legutolsó félévi angol jegyüket kérdeztük meg. Rákérdeztünk még arra is, hogy szabadidejükben átlagosan hetente mennyi időt töltenek angol nyelvű filmek nézésével, cikkek olvasásával, stb. Egy 10fokú Likert-skálán be kellett jelölniük, hogy mennyire zavarja őket a káromkodás, mely kérdés célja volt, hogy megtudjuk, hogy mennyire gátolják le a tabuszavak használatát. Végezetül a Big Five Kérdőív (Caprara, Barbaranelli, Borgogni, & Perugini, 1993) impulzivitás alskála tételeit használtuk fel a kérdőívünkben, mivel úgy gondoltuk, ennek lehet a legnagyobb relevanciája a tabuszavak témakörének kapcsán az összes alskála közül, azonban a kérdőív adatai nem kerültek elemzésre.

A VIZSGÁLAT LEÍRÁSA

A kísérlet elrendezése kevert volt. A gimnáziumi tanulókkal a tesztek 4 csoportban, a Deák Ferenc Gimnázium egyik géptermeiben, nyugodt körülmények között vettük fel. A kísérlet minden esetben az osztályfőnöki óra ideje alatt, az osztályfőnök engedélyével zajlott. A nem gimnazista vizsgálati személyek esetében egyesével, nyugodt körülmények között vettük fel a tesztet. A feladat megoldása kb. 20-25 percet vett igénybe. Miután leellenőriztük a szülői engedélyeket, vagy, hogy a vizsgálati személy betöltötte-e 18. életévét, a vizsgálati személyek aláírták a vizsgálatban való részvételről szóló beleegyező nyilatkozatot, kitöltötték a kérdőívet, s mindezek után megkezdték a program futtatását, s ezzel a feladat végzését a számítógépeken. A projekt nevéhez az általános képzésben részesülő vagy részesült tanulók egy 1-est írtak, míg a két tanítási nyelvű osztályok jelenlegi vagy volt tanulói egy 2-est, hogy az eredményeiket két csoportba tudjuk osztani. Emellett a feladat végzése előtt megadták az általunk kiosztott sorsszámukat, illetve a kezességüket, hiszen ennek függvényében dönt el, hogy melyik oldali CTRL billentyű lenyomása jelentette azt, hogy álszót vagy valódi szót véltek látni a döntési helyzetben. A teszt instrukciójából (lásd 2. melléklet) a kísérleti személyek megtudták, hogy melyik oldali CTRL billentyű lenyomása mit jelent, illetve, hogy nagyon gyorsan szavakat fogunk felvillantani nekik, melyekkel nincs dolguk, hiszen a célingerről hozott döntés reakcióidejét rögzíti a számítógép. Az előfeszítő inger átlagosan 34,78 msec-ra villant fel a képernyőn, ami küszöb alatti ingerlésnek számít az előzetes pilot és korábbi kutatásaink alapján. Emellett azért ennyi ideig mutattuk be az előfeszítő ingert, mert az általunk használt számítógépek képernyője 16,7 msec időközönként tudott frissülni, így vagy ennyi időre, vagy ennek egész számú többszörösére tudtuk felvillantani az ingert. Mivel az 50 msec feletti ingerlés gyakran tudatosul, így a 34 msec-ot választottuk. Az előfeszítő ingert követő maszk átlagosan 165,41 msec-ra volt látható, mielőtt megjelent a célinger. Így az ingerbemutatás a maszkkal együtt kevesebb, mint 250 msec időt vett igénybe, ami Huszár és munkatársai (2010) tanulmánya szerint olyan időintervallum, melyen belül megmutatkozik az előfeszített tabuszó hatása, míg ez a hatás 500 msec felett már nem kimutatható. A célingerről hozott döntést követően egy fehér ablak jelent meg (lásd 3.1 melléklet), ahova a vizsgálati személyek beírhatták az előfeszítő ingert, amennyiben sikerült észrevenniük. A feladat menetét az 1. ábra mutatja be. A feladatban összesen 240 szóról kellett döntést hozniuk a vizsgálati személyeknek, a feladatvégzés közbe 3 szünetet iktattunk be, így 4 darab 60 szavas blokkban mutattuk be a célingereket.



1. ábra: A feladat menetét ismertető folyamatábra az egyes ingerek bemutatási idejének jelölésével

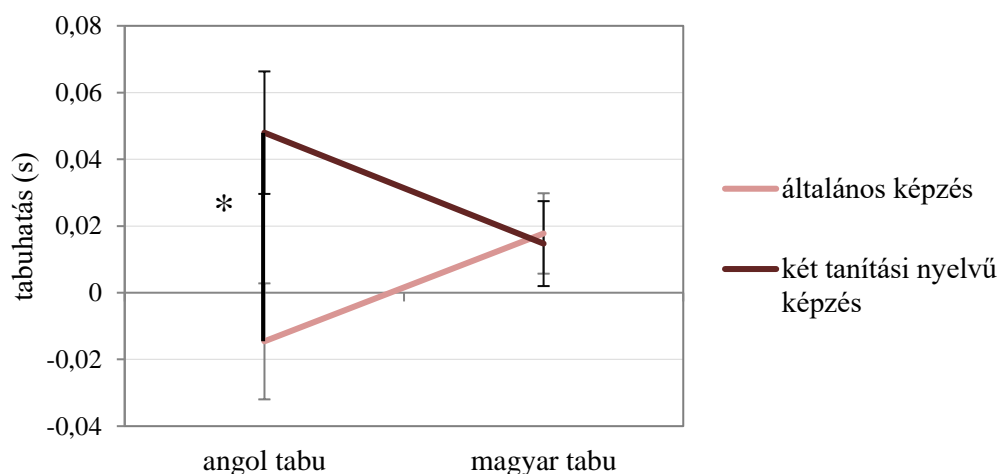
EREDMÉNYEK

Az adatok elemzésének első lépéseként az adathalmazból eltávolítottuk azokat a válaszokat, melyek hibásak voltak. Emellett kiszűrtük az álszavas válaszokat is, hiszen a hipotézis nem indokolta ezek figyelembe vételét. Azokat a válaszokat is kivettük az adathalmazból, melyek túl gyorsak vagy túl lassúak voltak, tehát ahol a reakcióidő kevesebb volt, mint 150 msec, vagy több, mint 2 másodperc. Végül összesítettük a reakcióidőket aszerint, hogy a prime semleges vagy tabuszó volt, illetve aszerint, hogy milyen nyelvkombinációban jelent meg a prime és a célinger.

Hipotézisem tesztelésére, mely szerint a két tanítási nyelvű képzésben részesülő vagy részesült emberek esetében nagyobb angol nyelvű tabuhatás mutatható ki, mint az általános képzésben részesülő/részesült emberek esetében, ismételt méréses varianciaanalízist használtam. Ehhez létrehoztam két változót, egyet az angol előfeszítés, magyar célinger, egyet pedig a magyar előfeszítés, magyar célinger kombinációkhoz (angol tabuhatás, magyar tabuhatás). A változók úgy jöttek létre mindkét esetben, hogy az arousal-t okozó prime-ra adott reakcióidőből kivontam a semleges prime-okra adott reakcióidőket, s ezeket hasonlítottam össze egy csoportosító változó mentén, annak függvényében, hogy a vizsgálati személy a két tanítási nyelvű, vagy az általános képzésű csoportba tartozik. A tabu nyelvének főhatásánál nem volt szignifikáns eredmény ($F(1,53) =$

0,001, $p = 0,978$, parciális $\eta^2 < 0,001$), vagyis ez alapján nincs eltérés az angol nyelvű és a magyar nyelvű tabuhatás nagysága között, ha figyelmen kívül hagyjuk azt, hogy ki milyen képzésben részesül. A csoport főhatása azonban szignifikáns ($F(1,53) = 4,211$, $p = 0,045$, parciális $\eta^2 = 0,074$), tehát van eltérés a két csoport eredményei között, hiszen a két tanítási nyelvűek válaszainak reakcióideje nagyobb volt függetlenül a tabu nyelvtől. A tabu nyelve, vagyis az arousal hatásának okozója és a két tanítási nyelvű vagy általános csoporthoz való tartozás interakciója szintén szignifikáns ($F(1,53) = 4,089$, $p = 0,048$, parciális $\eta^2 = 0,072$), mivel az angol tabuhatás szignifikánsan eltért, nagyobb volt a két tanítási nyelvű képzésben részesülő/részesült személyek esetében az általános képzésű személyekhez képest. Ez azt jelenti, hogy a két tanítási nyelvű képzésűek érzékenyebbek az angol tabuszavakra, mint az általános képzésűek, mivel az ő reakcióidejük szignifikánsan nagyobb mértékben megnyúlt a tabuszavakat követő döntési helyzetben, mint az általános képzésűeké. Az 2. ábra mutatja be az adatokat.

Tabuhatások csoportonként



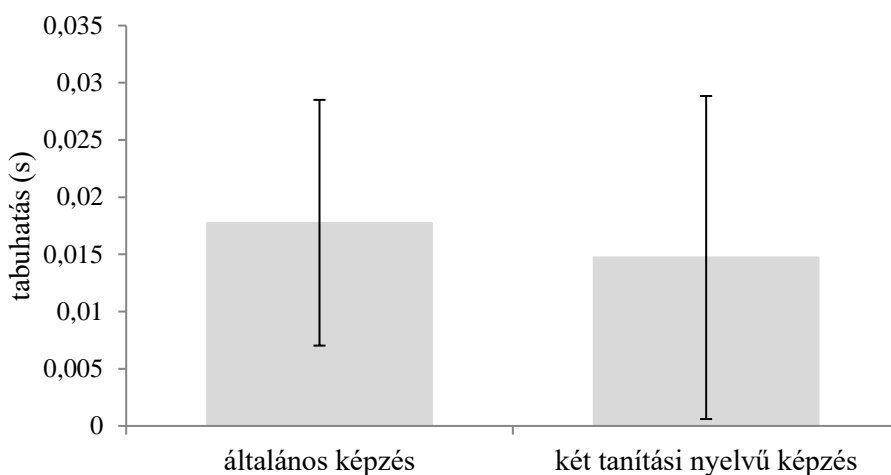
2. ábra: A tabu nyelvének, és a csoportnak a hatása a tabuhatás nagyságára

Az angol és a magyar nyelvű tabuszavak hatása általános képzésű és a két tanítási nyelvű képzésű csoportok esetében. A képzési csoport főhatása, és a képzési csoport illetve tabu nyelv közötti interakció szignifikáns. Az ábrán látható hibasáv a standard hiba. A függőleges tengelyen jelölt tabuhatás az arousal-t okozó prime-ra adott reakcióidő és a semleges prime-ra adott reakció különbsége.

Mivel az interakció a tabu nyelve és a csoport között szignifikáns volt, független mintás t-próbát alkalmaztam, hogy feltárjam, mi lehet ennek az oka. Megvizsgáltam az angol prime, magyar célinger és a magyar prime, magyar célinger arousal hatását is, a csoportosító változóm pedig a két tanítási nyelvű vagy általános csoporthoz való tartozás volt. A magyar tabuhatás esetében, mikor magyar nyelvű volt a prime és magyar nyelvű volt a célinger is, nem volt szignifikáns különbség a két csoport tekintetében ($t(53) = 0,174$, $p = 0,863$, $d =$

0,047), tehát nem tér el a két csoport abból a szempontból, hogy milyen mértékben zavarja őket az előfeszített magyar tabuszó. A 3. ábra mutatja be az adatokat. Ellenben a különbség megmutatkozik az angol tabuhatás esetében, melynek különbsége a két csoport között szignifikáns ($t(53) = -2,474$, $p = 0,017$, $d = 0,669$), tehát eltér annak a mértéke a két csoport esetében, hogy mennyire zavarja őket az angol tabuszó jelenléte. Vagyis az angol tabuszavak után megjelenő magyar szavakra adott reakcióidő függ attól, hogy az adott személy a két tanítási nyelvű vagy az általános csoportba tartozik, ugyanis a két tanítási nyelvű csoport tagjainak esetében szignifikánsan nagyobb mértékben nyúlt meg a reakcióidő, tehát ők nagyobb angol tabuhatást mutattak. A 4. ábra mutatja be az adatokat.

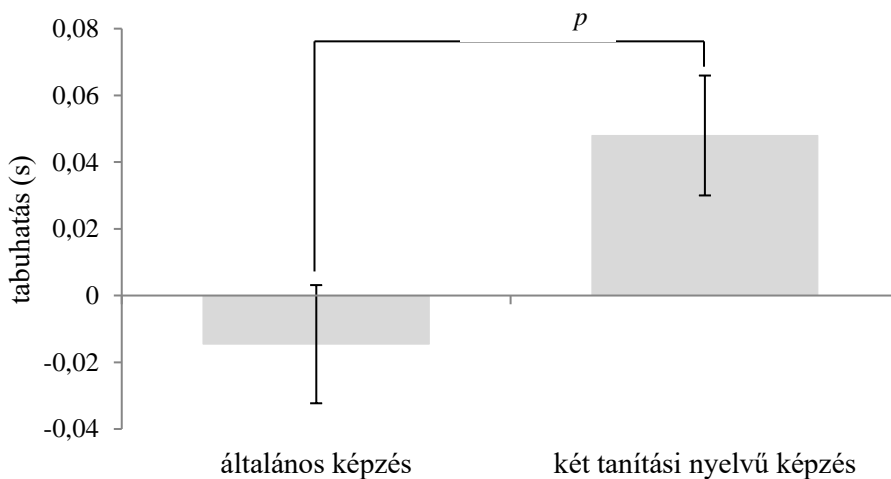
Magyar tabuhatás



3. ábra: A magyar tabuszavak hatása a két csoport esetében

Az ábrán látható hibásáv a standard hiba. A függőleges tengelyen jelölt tabuhatás az arousal-t okozó prime-ra adott reakcióidő és a semleges prime-ra adott reakció különbsége.

Angol tabuhatás



4. ábra: Az angol tabuszavak hatása a két csoport esetében

Az ábrán látható hibasáv a standard hiba. A függőleges tengelyen jelölt tabuhatás az arousal-t okozó prime-ra adott reakcióidő és a semleges prime-ra adott reakció különbsége.

Annak ellenőrzésére, hogy a képzési csoportokon belül eltért-e a magyar illetve az angol tabuhatás mértéke, páros mintás t-próbát alkalmaztam. Sem az általános képzésű tanulók esetében ($t(28) = -1,387, p = 0,176, d = 0,389$), sem a két tanítási nyelvű tanulók esetében ($t(25) = 1,492, p = 0,148, d = 0,399$) nem volt szignifikáns eltérés a magyar és az angol nyelvű előfeszítő inger által kiváltott tabuhatás mértéke között.

MEGVITATÁS

Kutatásom kérdése az volt, melyik csoportra, a két tanítási nyelvűre vagy az általános képzésűre hatnak nagyobb mértékben a küszöb alatt bemutatott angol tabuszavak lexikális döntési helyzetben? A kutatásom legelején meghatározott hipotézisem, mely szerint a két tanítási nyelvű képzésben részesülő emberek esetében jobban kimutatható az angol tabuhatás, mint az általános képzésben részesülő emberek esetében, tehát beigazolódott, kutatásom szignifikáns eredményei alátámasztották azt. Az eredményeim mind arra utalnak, hogy a prime-ként bemutatott angol nyelvű tabuszavak hatására a lexikális döntési helyzetben adott válasz reakcióideje szignifikánsan nagyobb mértékben meghosszabbodik a két tanítási nyelvű képzésben részesülő/részesült személyek esetében az általános képzésben részesülő/részesült társaikhoz képest. Ez pedig arra utal, hogy a két tanítási nyelvű képzésű csoport tagjai jobban feldolgozzák, átélik az angol nyelvű tabuszavak érzelmi töltetét az általános képzésű csoporthoz képest.

Az eredményeknek többféle magyarázata is lehet, melyek mindegyike több aspektusból áll össze. Kutatásom eredményei részben összhangban vannak Conrad és munkatársai (2011) eredményeivel, hiszen a két tanítási nyelvűek valóban hasonló reakcióidőket mutattak az anyanyelvi és a tanult nyelvi tabuszavak feldolgozásakor is, ami azt erősíti, hogy nincs különbség a kettő érzelmi töltetű szavainak átélése között. Conrad és munkatársai (2011) továbbá azt találták, hogy a negatív és pozitív szavak célingerként való feldolgozása minkét nyelven gyorsabb a semleges szavakéhoz képest, mivel jobban megragadják figyelmünket. Ez összhangban van azzal, hogy ha előfeszítő ingerként kerül bemutatásra egy érzelmi töltetű szó, megnyúlik az utána adott reakcióidőnk a döntési helyzetben, éppen azért, mert figyelmi kapacitásunkat leköti az érzelmi töltés. Emellett az eredményeim alakulásának egyik magyarázata visszavezethető Severens és munkatársai (2012) gondolatmenetéhez is, miszerint a tabuszó és a hozzá kapcsolódó gátlás összekapcsolódnak, így bármilyen kontextusban is jelentkezzen a tabuszó, nem vagyunk képesek elvonatkoztatni

annak érzelmi töltetétől, a hozzá kapcsolódó tiltástól. Azt feltételeztem, hogy ha valaki, jelen esetben egy két tanítási nyelvű személy, magas szinten beszéli a nyelvet, akkor az ő esetében ez a fajta gátlás a tanult nyelv szavainál is kialakulhat, hiszen pontosan fel tudja dolgozni az adott szó negatív érzelmi töltését, akár csak az anyanyelve tabuszavaiét. Tehát egy idő után az angol tabuszavakhoz is kapcsolódni fog egy külső tiltás, ami belsővé válik, s akár szociális szabállyá is alakulhat. Ez úgy lehetséges, hogy a két tanítási nyelvűek legtöbb tanórájukon az angol nyelvet használják, emellett pedig eleve emelt szinten tanulják az angolt. Számukra az angol nyelvű közeg válik a természetes iskolai közeggé, ahol éppúgy kerülendő a tabuszavak használata, mint az általános képzésű diákok esetében a magyar nyelvű tanórákon, iskolai közegben.

Azt gondolom, hogy éppen a fent említett okok miatt nem magyarázható a kutatásom Gawinkowska és munkatársai (2013) elméletével. Az ő eredményeik kétnyelvű emberekre vonatkoznak, s olyanokra, akik tanulták az angolt, s ez bizonyos szempontból speciálisabb populáció az én kutatásomban szereplő mintához képest. Mivel a kétnyelvűek feltehetően mindkét nyelvet rendszeresen használják különböző szociális helyzetekben, viszont mindig olyan közegben, ahol vagy az egyik, vagy a másik nyelv a többségében használt, s talán csak az egyik nyelv ismert az adott közeg által, így természetesen a másik nyelv tabuszavainak használata nem von szociális elítélést maga után. Akik azonban csak valamilyen szinten tanulják az angolt, de nem két tanítási nyelvű képzésben részesülnek, szintén kevesebb külső tiltást kapnak a második nyelv tabuszavaival szemben, hiszen eleve kevesebbszer használják őket, s nem feltétlenül iskolai kontextusban, így annyira legátolniuk sem kell őket.

Kutatásom eredményei nem tudják alátámasztani vagy megcáfolni azokat az elméleteket, melyek arra vonatkoznak, hogy a tanult nyelv szavai hallatán vagy láttán aktiválódnak-e az anyanyelvi szavak is (Dudschig et al., 2014, Vukovic & Williams, 2014), mivel az adatok elemzésében nem vizsgáltam az angol nyelvű célingerekre adott válaszok reakcióidejét.

Kutatásom egyik legfontosabb limitációja, hogy a gimnazista populáció esetében a teszt felvétele társas helyzetben történt, melynek következtében romolhatott a vizsgálati személyek koncentrációja, reakcióideje. Éppen emiatt a kutatási személyek 1/6 része kiesett a mintából, hiszen eredményeiket nem tudtuk értelmezni, vagy azért, mert abbahagyták a teszt kitöltését, vagy azért, mert a feladaton mutatott teljesítményük véletlenszerű kitöltésre utalt. Egy másik kutatásban érdemes lenne a személyekkel egyenként felvenni a teszteket, s úgy megnézni az eredmények alakulását.

Egy esetleges későbbi folytatásban kihagynám a célingerről való döntés után felvillanó fehér ablakot, mely azt a célt hivatott szolgálni, hogy a vizsgálati személy begépelhesse a prime-ot, amennyiben sikerült észrevennie azt. Ez a legtöbb embert, főként a gimnazista csoportban, megzavarta, s sokan azt gondolták, hogy a célingert kell begépelni a fehér ablakba. Mivel a gimnazisták esetében a tesztfelvétel csoportosan történt, így nem tudtuk kiszűrni az ilyen jellegű tévesztéseket, míg a nem gimnazista populációval történő tesztfelvételkor

sokkal nagyobb százalékban tették fel esetleges kérdéseiket a vizsgálati személyek, így ott kevesebb volt a hibázási lehetőség is.

Mindezek mellett néhány technikai akadályba is ütköztünk a csoportos tesztfelvétel során, ugyanis egy szerverről futott a program mindenki számítógépén, két külön gépteremben, s egyes vizsgálati személyek ugyanazt a kódot kapták, ami az adatok összefolyását eredményezte. Nem vettem számításba azt sem, hogy attól, hogy valaki általános képzésben részesül, még tanulhatja emelt szinten és alapszinten is az angol nyelvet, erre vonatkozólag érdemes lenne adatokat gyűjteni. Illetve az sem elhanyagolható szempont, hogy milyen valaki nyelvérzéke, hiszen a két tanítási nyelvű csoportban is lehetnek olyanok, akik kevésbé jó nyelvérzékkel rendelkeznek, míg az általános képzésűek között is lehetnek olyanok, akik, ellenben különösen jó nyelvérzékkel bírnak, s ez is fontos lehet annak a tekintetében, hogy hogyan képesek feldolgozni az adott nyelv érzelmi aspektusait.

Úgy gondolom, kutatásom eredményeit a gyakorlatban is lehetne hasznosítani, hiszen a nyelvoktatás szempontjából nagyon lényeges, hogy egy tanult nyelvnek ne csak az absztrakt, nyelvtani szabályait sikerüljön elsajátítania a tanulóknak, hanem fel tudják dolgozni, értelmezni és átélni tudják az adott nyelvben előforduló különböző érzelmekre vonatkozó kifejezéseket, azok töltetét. A mindennapi életben ugyanis, ezáltal sokkal könnyebben hasznosíthatóvá, árnyaltabbá válik az idegen nyelv, melyet a személy tanul, s ez különösen jelentőségteljes a 21. században, mikor az angol világnyelv, s az embereknek lehetőségük van külföldön dolgozni, tanulni, élni, s ott szükséges az angol nyelvet magas fokon beszélniük. A kutatás eredményei arra engednek következtetni, hogy ez valamilyen szinten idő és befektetett energia kérdése, hiszen a két tanítási nyelvűek emelt óraszámában tanulják és használják a nyelvet. Emellett az is fontos, hogy az ember ne csak egy tantárgyként találkozzon a nyelvvel, hanem használja, alkalmazza a mindennapi életében is, hiszen minél többször él át különböző élményeket, érzelmeket a tanult idegen nyelv használata közben, annál nagyobb eséllyel fogja tudni értelmezni, átérezni az adott nyelv szavainak érzelmi töltését. Arra a kérdésre, hogy a két tanítási nyelvű csoport esetében tapasztalható erősebb angol nyelvű tabuhatás melyik tényezőnek köszönhető, az iskolai kereteken belüli gyakoribb használatnak, a nyelv megismerésére fordított nagyobb energiának és időnek, vagy esetleg valami másnak, jelen kutatásnak nem volt célja választ találni. A későbbiekben azonban érdemes volna feltárni, hogy mely tényezők járulnak hozzá leginkább a tanult idegen nyelv érzelmi aspektusának magasabb szintű feldolgozásához.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., & Perugini, M. (1993). „The big five questionnaire”: A new questionnaire to assess the five factor model. *Personality and Individual Differences*, 15(3), 281-288.
- Conrad, M., Recio, G., & Jacobs, A. M. (2011). The time course of emotion effects in first and second language processing: a cross cultural ERP study with German-Spanish bilinguals. *Frontiers in Psychology*, 2(article 351). doi: 10.3389/fpsyg.2011.00351.
- Dudschig, C., de la Vega, I., & Kaup, B. (2014). Embodiment and second-language: Automatic activation of motor responses during processing spatially associated L2 words and emotion L2 words in a vertical Stroop paradigm. *Brain & Language*, 132, 14-21. doi: [10.1016/j.bandl.2014.02.002](https://doi.org/10.1016/j.bandl.2014.02.002).
- Duyck, W., Vanderelst, D., Desmet, T., & Hartsuiker, R. J. (2008). The frequency effect in second-language visual word recognition. *Psychonomic Bulletin & Review*, 15, 850–855. In Opitz, B., & Degner, J. (2012). Emotionality in a second language: It's a matter of time. *Neuropsychologia*, 50(8), 1961-1967.
- Gawinkowska, M., Paradowski, M. B., & Bilewicz, M. (2013). Second Language as an Exemptor from Sociocultural Norms. Emotion-Related Language Choice Revisited. *PLoS ONE*, 8(12): e81225. doi: 10.1371/journal.pone.0081225.
- Gollan, T. H., Montoya, R. I., Cera, C., & Sandoval, T. C. (2008). More use almost always means a smaller frequency effect: Aging, bilingualism, and the weaker links hypothesis. *Journal of Memory & Language*, 58, 787–814. In Opitz, B., & Degner, J. (2012). Emotionality in a second language: It's a matter of time. *Neuropsychologia*, 50(8), 1961-1967.
- Huszár, T., Makra, E., Hallgató, E., Janacsek, K. & Németh, D. (2010). A tabuszavak hatása lexikális döntési helyzetben. *Psychiatria Hungarica*, 25(6), 525-537.
- Ivanova, I., & Costa, A. (2008). Does bilingualism hamper lexical access in speech production?. *Acta Psychologica*, 127, 277–288. In Opitz, B., & Degner, J. (2012). Emotionality in a second language: It's a matter of time. *Neuropsychologia*, 50(8), 1961-1967.
- MacKay, D. G., Shafto, M., Taylor, J. K., Marian, D. E., Abrams, L., & Dyer, J. R. (2004). Relations between emotion, memory, and attention: Evidence from taboo Stroop, lexical decision, and immediate memory tasks. *Memory & Cognition*, 32(3), 474-488.
- Opitz, B., & Degner, J. (2012). Emotionality in a second language: It's a matter of time. *Neuropsychologia*, 50(8), 1961-1967.
- Pieper, W. (1997). *Kakadémia – Az emberi örökség kultúrtörténete*. Budapest: Háttér Kiadó. In Huszár, T., Makra, E., Hallgató, E., Janacsek, K. & Németh, D. (2010). A tabuszavak hatása lexikális döntési helyzetben. *Psychiatria Hungarica*, 25(6), 525-537.
- Pierce, J. W. (2007). PsychoPy - Psychophysics software in Python. *Journal of Neuroscience Methods*, 162(1-2), 8-13.

- Pinker, S. (2007). *The Stuff of Thought: Language as a Window into Human Nature*. New York: Viking. In Huszár, T., Makra, E., Hallgató, E., Janacsek, K. & Németh, D. (2010). A tabuszavak hatása lexikális döntési helyzetben. *Psychiatria Hungarica*, 25(6), 525-537.
- Sandoval, T. C., Gollan, T. H., Ferreira, V. S., & Salmon, D. P. (2010). What causes the bilingual disadvantage in verbal fluency? The dual-task analogy. *Bilingualism: Language and Cognition*, 13, 231. In Opitz, B., & Degner, J. (2012). Emotionality in a second language: It's a matter of time. *Neuropsychologia*, 50(8), 1961-1967.
- Severens, E., Kühn, S., Hartsuiker, R. J., & Brass, M. (2012). Functional mechanisms involved in the internal inhibition of taboo words. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7(4), 431-435. doi: 10.1093/scan/nsr030.
- Vajda, B. (2005). *A világ országai*. Nyíregyháza: Nyír-Karta Bt. In Huszár, T., Makra, E., Hallgató, E., Janacsek, K. & Németh, D. (2010). A tabuszavak hatása lexikális döntési helyzetben. *Psychiatria Hungarica*, 25(6), 525-537.
- Vukovic, N., & Williams, J. N. (2014). Automatic perceptual simulation of first language meanings during seconde language sentence processing in bilinguals. *Acta Psychologica*, 145, 98-103. doi: [10.1016/j.actpsy.2013.11.002](https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2013.11.002).

MELLÉKLETEK

1. MELLÉKLET

1. Nem:

2. Kor:

3. Sorszám:

4. Kérlek, jelöld be az alábbi egyenesen, hogy mennyire zavaró számodra a káromkodás!

Egyáltalán nem

Nagyon

5. Átlagosan hetente hány órát töltesz angol nyelvű videók, filmek, sorozatok nézésével/
könyvek, magazinok, újságok olvasásával?
.... óra

6. Legutolsó félévi jegyed angolból:

7. Kérlek, jelöld be, hogy az alábbi állítások mennyire pontosan jellemzik a
személyiségedet!

- 5 – Teljesen egyetértek
- 4 – Inkább egyetértek
- 3 – Igaz is, nem is
- 2 – Inkább nem értek egyet
- 1 – Egyáltalán nem értek egyet

Meglehetősen érzékeny vagyok. ...

Nem egykönnyen veszem el a türelmem. ...

Általában nem leszek dühös még olyankor sem, amikor pedig jó okom lenne rá. ...

Ha bosszús vagyok, gúnyolódni kezdek. ...

Általában nem reagálok gyorsan. ...

Néha lényegtelen dolgokon is feldühödöm. ...

Általában nem veszem el a nyugalmam. ...

Néha elhamarkodottan cselekszem. ...

Általában nem reagálok a provokációkra. ...

Fölöttébb bosszant, ha olyankor zavarnak, amikor valami érdekeset csinálok. ...

Ha bírálják, nem állom meg, hogy rákérdezzek, mi az oka. ...

Még szélsőségesen nehéz helyzetekben sem veszem el az önuralmam. ...

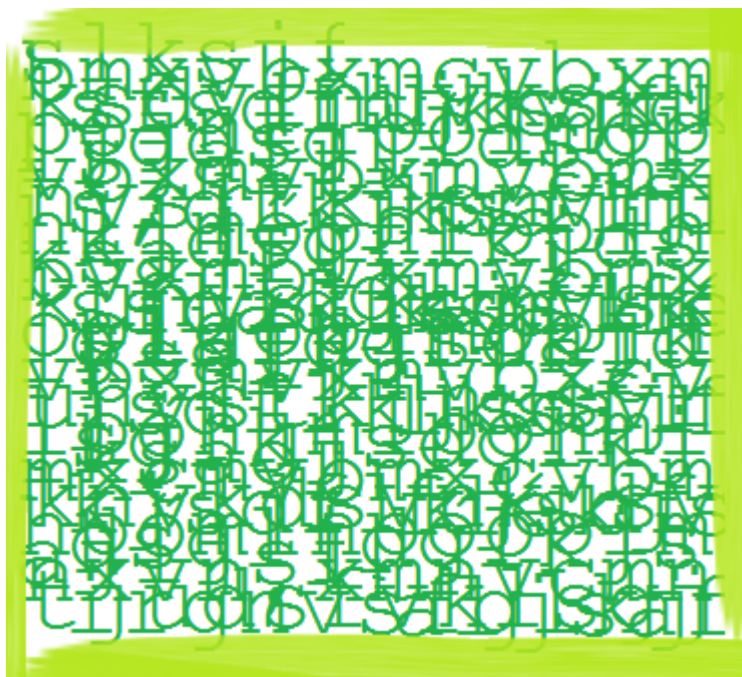
2. MELLÉKLET

„Üdvözlünk a feladatban! A következőkben egy ehhez hasonló, ún. „maszkot” (lásd **3.2 melléklet**) fogsz látni a képernyő közepén, amit egy idő után felvált egy fekete betűsínű szó. Ez a szó lehet egy létező magyar szó, de lehet egy kitalált szó is – úgynevezett álszó. Az a feladatod, hogy eldöntsd, az éppen megjelenő szó létező szó-e vagy sem. Ha úgy gondolod, létező szót látsz, nyomd le a JOBB OLDALI CTRL billentyűt! Ha úgy gondolod, a látott szó nem létezik, nyomd le a BAL OLDALI CTRL billentyűt! A szó megjelenése előtt nagyon röviden felvillan egy másik szó is, zöld színnel. A rövid bemutatási idő miatt nagy eséllyel nem is fogod tudni kibogarászni, hogy mit villantottunk fel, de ez nem is baj, mert ezzel a szóval nincs dolgod. Ha észre is veszed, hogy mit mutattunk be ilyen módon, hagyd figyelmen kívül a jelentését, csak az ezt követő feladatra figyelj! Fontos, hogy olyan gyorsan nyomd le a helyes válaszgombot, ahogy csak tudod – a reakcióidődet rögzíti a számítógép. Miután válaszoltál, érkezik a következő szó a képernyőre, és így tovább. Ha készen állsz, tedd a két mutatóujjad a megfelelő CTRL billentyűkre, és valamelyik billentyű lenyomásával indítod is a feladatot!”

3.1 MELLÉKLET



3.2 MELLÉKLET



EGYMÁS ELŐL ELZÁRT SZELLEMEK LENNÉNK?
A „MÁSİK ELME PROBLÉMA” AZ ÖKOLÓGIAI SZEMLÉLET
TÜKRÉBEN

Kapornaky Mihály

SZTE BTK Pszichológia Intézet, msi.kapornaky@gmail.com

Elméleti dolgozatom kiindulópontja egy alapvetően episztemológiai természetű filozófiai kérdés, melyre a „másik elme problémaként” szokás hivatkozni. Először megtárgyalom az úgynevezett tudatelméleti (Theory of Mind – ToM) megközelítést, a kortárs kognitív pszichológia nagy népszerűségnek és befolyásnak örvendő kísérletét az említett kérdés megválaszolására. Felvonultatom a tudatelmélet szükségessége, valamint a koncepció érvényessége ellen szóló érveket, a tisztán elméletieket és az empirián alapulókat egyaránt. Alternatívaként a James J. Gibson munkássága nyomán kibontakozó ökológiai irányzat által képviselt szemléletet mutatom be. Ez a megközelítés az ökológiai eszköztárnak a társas helyzetekre való kiterjesztésére törekszik, és azt a felételezést kívánja igazolni, mely szerint mások elméje közvetlenül észlelhető. Érvelésem megkérdőjelezi a ToM elméleti megalapozottságát és vizsgálóeljárásainak érvényességét, és arra a következtetésre jut, hogy az ökológiai szemlélet nem csak jó táptalajt biztosít a kritikára, de hosszú távon életképes válaszokat is adhat a másik elme probléma nyomán felmerülő kérdésekre.

Kulcsszavak: másik elme probléma, ökológiai pszichológia, tudatelmélet, közvetlen észlelés, szociális affordancia

Közhelyszámba menő állítás, hogy az ember társas lény, pedig nem egy fajsúlyos kérdés vár megválaszolásra azt illetően, hogy mégis, hogyan lehetséges ez. Általában minden különösebb gond nélkül képesek vagyunk másokkal kapcsolatba lépni, egymás megnyilvánulásait értelmezni, a viselkedések mögé látni és azokat bejósolni. Természetes számunkra, hogy embertársainkat magunkhoz hasonló, célokkal, értékekkel, érzésekkel, hiedelmekkel bíró, szándékoltan cselekvő lényekként lássuk, és ezeknek fényében viszonyuljunk hozzájuk. Ami azonban nyilvánvalónak tűnik a laikus szemlélő nézőpontjából, már egyáltalán nem ennyire magától értetődő és egyszerű a társas megismerést, működést feltárni szándékozó filozófusok és tudósok számára. Ha elkezdjük kutatni, hogy hogyan is lehetséges mások viselkedését megérteni, belső állapotaikról tudomást szerezni, nézőpontjaikat felvenni, már tisztán gondolati síkon is akadályba ütközünk, amelyet a filozófia hagyományosan a „másik elme probléma” néven tárgyal.

A másik elme probléma lényegében annak a kérdése, hogy hogyan is igazolható az a csaknem egyetemesnek mondható hiedelmünk, hogy *mások is rendelkeznek a miénkhez hasonló elmével*. A kérdés nyomán kibontakozó ismeretelméleti probléma a saját és a többi ember tapasztalatainak hozzáférhetősége között húzódó éles különbségből származik (Hyslop, 2016). Saját magunkra vonatkozóan közvetlen tudással rendelkezünk arról, hogy egy adott elmeállapotban vagyunk. Tudunk például különféle testi állapotainkról, különböző modalitású észleleteinkről, érzelmeinkről, domináns vélekedéseinkről. A saját elménkről való tapasztalat közvetlensége úgy értendő, hogy érzéleteinket, érzéseinket érezzük, céljaink és hiedelmeink „első kézből” hozzáférhetőek számunkra. Azonban mások elméjéről való tudásunk, amely minden társas érintkezés feltétele, másképpen érhető el, mivel más emberek mentális állapotairól nem rendelkezünk egyes szám első személyű fenomenológiai tapasztalattal, és introspekció útján sem ismerhetjük meg ezeket. Látszólag tehát semmi másra nem támaszkodhatunk ezen a téren, csak embertársaink megfigyelhető viselkedésén alapuló következtetésekre. Ez az aszimmetria lenne felelős az episztemológiai értelemben vett másik elme problémáért: ha ennyire más a hozzáférés, akkor hogyan lehetséges a „másik elme” gyors és megbízható megismerése? És ha a feltételezett módon test és elme egymástól teljesen független entitások, akkor honnan tudhatjuk, hogy abban a testben, amit látunk, milyen elme lakozik?

A gondolat, hogy csupán magunknak lehet tudomásunk saját elménk állapotairól és a benne zajló folyamatokról, míg más elmék rejtve vannak előlünk, visszavezethető Descartes munkásságára, akinek testről és elméről alkotott dualisztikus elképzelése szerint míg az előző működése mechanikus törvények szerint zajlik és külső szemlélő számára is vizsgálható, tehát publikus, addig az utóbbi természetéből adódóan privát. Nem véletlen, hogy Descartes-ot szokás felelőssé tenni a klasszikus másik elme problémáért, amire a filozófia után a modern pszichológia is megkísérelt válaszolni a tudatelmélet (Theory of Mind – ToM) fogalmának kidolgozása révén (Leudar & Costall, 2004).

A kifejezés a mentális állapotulajdonítás képességére vonatkozik, és eredetileg olyan kutatásokból származik, melyek célja annak bemutatása volt, hogy a főemlősök sikeresen megértik az általuk megfigyelt cselekvő szándékait egy probléma megoldásakor (Premack & Woodruff, 1978). A ToM koncepciója szerint az egyének közel tudományos értelemben vett elméletalkotáshoz folyamodnak saját és mások elméjével kapcsolatban, hogy képesek legyenek a megfigyelhető viselkedést szándékosként, és adott mögöttes mentális állapotok termékeként értelmezni. Egymás megértéséhez tehát afféle „naiv pszichológiát” hívva segítségül.

A probléma abból adódik, hogy a fenti előfeltevések alapján rá vagyunk kényszerülve, hogy azokból a viselkedésekből következtessünk mások elmeállapotára, amelyeket azok indokolni, magyarázni, bejósolni hivatottak. Ebben áll a szándékosság az a mélységesen karteziánus, ismeretelméletileg és módszertanilag is dualista leírása, amelyre Leudar, Costall és Francis (2004) is rámutat, amikor azt írják, hogy a ToM intellektualizált, privát, testetlen, helyzethez nem kötött kognícióval dolgozik, amely jelentéssel hivatott felruházni a tőle élesen elkülönített fizikai viselkedést.

A kognitív megközelítés eme úgynevezett módszertani behaviorizmusának (Costall, 2006) nyomán, amely a viselkedést és az elmét egymástól élesen különválasztja, az a szerencsétlen helyzet áll elő, hogy a pszichológus számára elérhető viselkedéses adat és az elviekben hozzáférhetetlen elme közötti kapcsolat figyelemreméltóan *bizonytalan*. A kognitív irányzat képviselői ugyanis rendre visszanyúlnak a viselkedés fizikai, watsoni fogalmához, amely többek között azt vonja magával, hogy mások belső állapotaira csak következtetni tudunk (Costall, 2006). Szintén problematikus, hogy a viselkedés és ezen állapotok logikai szétválasztása okán *ezek a következtetések nélkülözik a valódi előfeltételeket*.

Meg kell jegyezni, hogy a tudatelmélet érvényességét hirdető szakemberek inkább kiindulópontként feltételezték, mintsem ténylegesen igazolták azt, hogy a következtetések elengedhetetlenek lennének a másik ember megértéséhez. Nem világították meg, hogyan is képesek ezek áthidalni a viselkedés és az elme között feltételezett szakadékot. Ha egyes elmék tudatában vannak saját működésüknek, de más elmékhez már nem férhetnek hozzá (az alapvető karteziánus feltételezés), az erősen megkérdőjelezi a róluk (egyáltalán létükről) szerzhető tudás érvényességét. Mindez pedig gyakorlatilag visszavezet az én és a másik közötti szakadékhoz, pontosan ahhoz az akadályhoz, amelyet a ToM elvileg megszüntet, így végső soron visszajutunk a másik elme problémához (Costall & Leudar, 2007).

A problémák ellenére a tudatelmélet nem látszik veszíteni befolyásából, töretlen népszerűségnek örvend. Nem csak fejlődéspszichológusok vették át a társas megismerés kialakulásának vizsgálatában, de pszichiátriai zavarok (autizmus, szkizofrénia, ADHD, ld. Korkmaz, 2011) magyarázatára is használatos, pedig az egyre gyarapodó ellentábor nem pusztán a fogalmat, hanem annak vizsgálóeljárásait is erősen támadja (pl. Fuchs & De Jaegher, 2009; Leudar &

Costall, 2009). Ezeket a kritikákat számba venni érdemes, sőt szükséges, lévén a másik elme problémáról való gondolkodás nagyon is jelentős a pszichológia tudományának szempontjából, amely válaszolni kíván olyan kérdésekre, minthogy mikor válik egy gyermek valóban szociális lényé, hogyan lehetséges az együttes cselekvések hatékony összehangolása, vagy éppen hogyan értik meg és jósolják be az emberek egymás viselkedését. Ami ezeket a területeket összeköti az nem más, minthogy magyarázatot igényelnek arra, milyen jellegű tudásunk lehet mások belső állapotairól és hogyan is működik az a háttérben feltételezett mechanizmus, amelynek révén szert teszünk rá. Nem véletlen, hogy számos szakember érezte szükségét, hogy ellenérveket fogalmazzanak meg a tudatelméleti paradigma hegemoniájának megingatása érdekében.

A TUDATELMÉLET KRITIKÁJA

A tudatelmélet minden népszerűsége és befolyása ellenére számos ponton és nézetrendszerből kiindulva támadható. Még ha a kritikai hangok erősen kisebbségben vannak is, ez nem teszi őket kevésbé élessé és relevánssá. A ToM bírálatának szerteágazó voltát jól szemlélteti az Ivan Leudar és Alan Costall (2009) által szerkesztett 12 fejezetből álló, összesen 14 szerző közreműködésével *Against Theory of Mind* című kötet, amelynek fő állításaira a következőkben kitérek.

A könyv első két fejezetét a szerzők annak szentelik, hogy a ToM-mal kapcsolatos vitát történeti keretbe ágyazzák és a másik elme probléma kapcsán kifejtsek azt az ezen dolgozat bevezetőjében is hangsúlyozott nézetet, miszerint a ToM-nak megágyazó gondolkodás inherensen dualisztikus. Leudar és Costall (2009) történeti elemzése kimutatja, hogyan közvetítik Chomsky és Grice nyelvről és jelentésről szóló elméletei a kartézianus másik elme problémát a ToM-paradigma felé, amelynek a végeredménye elme és viselkedés éles szétválasztása. A szerzők ezen keresztül rámutatnak a ToM-mal kapcsolatos egyik legkomolyabb fogalmi problémára, amely abban áll, hogy hogyan utalhat a megfigyelhető viselkedés belső mentális állapotokra, illetve hogyan indokolhatja a mentális állapot tulajdonítást, ha egyszer logikailag is elkülönülő, teljesen másfajta jelenségekként feltételezi ezeket. A fejezet élesen megfogalmazott végkövetkeztetése szerint a ToM-ról gondolkodva a kutatópszichológusok valójában önként vállalt megkötéseiket vetítik ki a magyarázat síkjára. Hiszen, ha belegondolunk, éppen a kísérleti pszichológusok azok, akik azzal küszködve, hogy alanyaik mentális állapotairól tudomást szerezzenek, elméleteket gyártanak mások elméjéről.

A tudatelmélet fogalmi kritikája Sharrock és Coulter (2009) fejezetével zárul, akik az elméhez kapcsolódó szavak grammatikai elemzésén keresztül támadják a tudatelmélet koncepcióját. Megállapításaik szerint a mentális kifejezések természetes használata egyáltalán nem utal arra, hogy az emberek mások belső állapotainak megítélése kapcsán elméletalkotásra hagyatkoznának, ahogyan azt a ToM sugallja.

Az ötödik fejezettől kezdve a könyv rátér a tudatelméleti paradigma empirikus fókuszú kritikájára. A ToM-mal kapcsolatos kutatások áttekintése után Reddy és Morris (2009) arra a megállapításra jutnak, hogy a paradigma kezdeti kísérleti bizonyítékait az újabb, továbbfejlesztett vizsgálatok, főleg azok, amelyek kevésbé mesterséges helyzetekben születtek, már kétségbe vonják. Például, nem sikerült megerősíteni a hipotézist, miszerint a gyermekek nem tudnak hazudni addig, amíg át nem mennek a tudatelmélet egyik fő vizsgálóeljárásának tekintett hamisvélekedés-teszten. A szerzők a nagyobb bevonódás mellett érvelnek, azt hangsúlyozzák, hogy a kutatóknak alanyaikat azok természetes közegében kellene vizsgálniuk.

McCabe (2009) hasonló végkövetkeztetésre jut, miközben empirikus alapon igyekszik cáfolni a szkizofrénia tudatelméleti értelmezését, vagyis, hogy a betegek képtelenek mások mentális állapotainak megértésére és azokról következtetések levonására, amely deficit téveszmékhez és egyéb pszichotikus tünetekhez vezet esetükben. Interakciós elemzése bizonyítékot szolgáltat, arra, hogy a szkizofrén egyének igenis képesek saját és mások mentális állapotainak megértésére és eme készségüket sikeresen használják a mindennapi társas interakciókban. Eredményei szerint a betegek másokkal folytatott beszélgetéseik során felismerik, hogy partnereik nem értenek egyet téveszméket tartalmazó kijelentéseikkel és az azok igazolására tett kísérleteik nem győzik meg őket. Ezenfelül felismerik a magukban és másokban keletkező kényelmetlenségérzést, amit a téveszmékkel kapcsolatos nézeteltérések okoznak.

Shanker és Stieben (2009) azt igyekeznek cáfolni, hogy az autizmussal járó társas nehézségek egyfajta tudatelméleti deficit okozta „elmevakság” eredményei lennének. Nem vetik el alapjaiban a ToM-paradigma fogalomkészletét, de nem tartják kielégítő magyarázó modellnek az autizmus eredetére. Írásuk igyekszik megvilágítani, hogyan eredményezik a gondozóval folytatott társszabályozott interakciók mások gondolatainak, érzelmeinek, szándékainak megértésének képességét. Megokolják azt is, miért nem tud az autisztikus gyermek reaktivitási zavarainak és egyéb nehézségeinek következtében ezekben kellőképpen részt venni.

Az autizmus tudatelméleti deficitként való értelmezését Williams (2009) is megkérdőjelezi. Érvelésének lényege, hogy a tipikus módon fejlődő egyének nem szorulnak rá a ToM-paradigma által sugallt elméletalkotásra, hogy másokkal kapcsolatos jóslatokba, értelmezésekbe, magyarázatokba bocsátkozzanak, ellenben az autista személyeknek (akikből a tudatelmélet képessége elvileg hiányzik) éppenséggel szükségük van erre. Williams magasan funkcionáló autizmus spektrumzavarral vagy Asperger-szindrómával diagnosztizált egyének önéletrajzi írásait vizsgálta, amelyek kifejezetten a másokkal való kapcsolatteremtés nehézségeiről és ezekre válaszként kialakított megküzdési stratégiákról szövegezték. Az írások számos olyan esetet tartalmaztak, amelyek bizonyították, hogy szerzőjük a gondolkodását valóban a logikus, szabályalapú elméletalkotás jellemezte, amikor mások viselkedését figyelték, belső állapotaikat próbálták kitalálni. Ez viszont nem sikereket eredményezett a

számukra, ahogyan azt a ToM alapján várnánk, hanem rugalmatlanságot és társas kudarcokat. Williams végkövetkeztetése az, hogy bár nem autista egyéneknél is előfordul hasonló explicit elméletalkotás, de ez számottevően ritkább, lévén szociokulturális fejlődésünk fölöslegessé teszi azt mindennapi interakcióinkhoz.

A könyv második tematikus egysége Bavidge és Ground (2009) metaanalízisével zárul, akik arra a keresik a választ, vajon szüksége van-e az állatoknak tudatelméletre, ahogyan azt a Premack & Woodruff (1978) szemléletét átvevő kutatások feltételezték. Állatokkal végzett ToM-kutatásokat áttekintve Bavidge és Ground ezek módszertanát és elméleti megalapozását megkérdőjelezhetőnek találták. A szerzők kifogásolják azt a gyakorlatot, amely az állati elméket pusztán a saját elménk egy verziójának tekinti. Komoly gondnak látják, hogy a ToM-kutatásokban az állatokat az emberek mintájára racionális elméletalkotóknak tekintik, még ha hozzánk képest, csak tökéletlen, alkalmatlan vagy éppen diszfunkcionális elméletalkotóknak is bizonyulnak. A fejezet szerzői amellet érvelnek, hogy a ToM nem megfelelő fogalmi eszköz az állatok megértésére és el kell fogadnunk annak a lehetőségét, hogy az ő elméjük gyökeresen eltér a miénktől és ebben nagy szerepet játszik a nyelv, amely nem csak lineáris különbségeket okoz, hanem visszahat nem nyelvi természetű cselekvésekre és képességekre is.

A GIBSONIÁNUS ALTERNATÍVA: AZ ÖKOLÓGIAI SZEMLÉLET ALAPELVEINEK ÁTTEKINTÉSE

Látható, hogy a tudatelmélet ellen hadrendbe állítható kritikai fegyvertár széleskörű és változatos. A megismert ellenérvek fényében indokoltnak tűnik megfelelőbb választ találni a másik elme problémára, mint a tudatelmélet, melynek alapfeltevései abban a dualisztikus felfogásban gyökereznek, amely magát a problémát is létrehozza. Így érdemes lehet egy realista beállítottságú alternatív nézőpontot keresnünk, amely eleve kritikus a kartéziánus eszmei áramlatokkal, és a ToM-nak életet adó hagyományos kognitív szemlélettel szemben. Ilyen a James J. Gibson munkásságán (Gibson, 1988, 1979/2014) alapuló ökológiai pszichológia.

Az irányzat követőinek fontos kiindulópontja az észlelés időben kibontakozó, közvetlen, és megbízható volta és annak szoros összekapcsolása a cselekvéssel. A közvetlenség úgy értendő, hogy az adott feltételekhez adaptálódott, ráhangolt élőlény környezetét képes különféle kognitív folyamatok (például következtetés, hipotézisállítás, vagy általában véve mentális reprezentációk) mediálása nélkül észlelni. A gibsoniánus szemlélet a pszichológia által vizsgált jelenségeket nem az élőlények, hanem az élőlény-környezet rendszerek jellemzőiként tárgyalja, ezt a rendszert választva elemzésének alapegységeként. A megközelítés ökológiai jellege abban áll, hogy előfeltevése szerint élőlény és környezete elválaszthatatlan egységet alkot, így kölcsönösen fejeződnek ki egymásban (részletes áttekintésért ld. Michaels & Carello, 1981; Szokolszky & Kádár, 1999).

A megközelítés az észlelés hatékonyságát az élőlény rendelkezésére álló információ gazdagságának, pontosságának és változatosságának tulajdonítja, és kétségbe vonja a hagyományos kognitív szemléletben központi jelentőséggel bíró közvetítő mechanizmusok szükségességét. Ez a nézet lényegében azt hangsúlyozza, hogy a megismerés az élőlény számára az őt körülvevő energiamezők által hordozott magas szervezettségű, jelentéssel bíró, specifikus információ közvetlen detektálása, anélkül, hogy az magával vonjon olyan folyamatokat, mint az információ kiegészítése, feldúsítása az emlékezet segítségével, következtetés vagy éppen dedukció (amelyek léte azt feltételezi, hogy a bemenet önmagában szegényes). Az észlelő fontos tulajdonsága, hogy nem az őt érő „ingerek” tétlen befogadója, hanem az informatív strukturákat létrehozó és tevékenyen „letapogató” ágens.

Az előbb említett energiamezők részben a mozgás által, aktívan kiváltott áramlása válik az élőlény számára nélkülözhetetlen információforrássá. Az élőlény aktivitásának köszönhetően a tárgyakat és folyamatokat más-más perspektívából, változó kontextusban észelve képes kinyerni azok (az előbbi esetében *strukturális*, az utóbbi esetében *transzformációs*) *invariáns* aspektusait (viszonylagosan állandó vonásait) a környezeti energia áramlási mezőjének transzformációiból. Ezt a megközelítést támasztja alá például az „optikai áramlás” elmélete és kutatása (vö. Lee & Kalmus, 1980; Warren, Kay, Zosh, Duchon & Sahuc, 2001).

Az észlelés nem egyes érzékszervi „bemenetekre” korlátozódik, hanem funkcionális egységeket alkotó észlelőrendszerek aktivitásának az eredménye. Az élőlény az adott környezeti ténytet specifikáló információt rendszerint egyszerre több modalitásból kapja meg. A gibsoni megközelítésben a perceptuális tanulás lényege az idegrendszer finomhangolódása és szűrőfunkciójának javulása, egyre pontosabb információnyerés az észlelőt körülvevő energiamezőből, nem pedig az elemi érzékleteket értelmező kognitív funkciók hatékonyabbá válása. Az élőlény a világot felfedezve egyre differenciáltabban képes észlelni mindazt, amit a környezetében lévő tárgyak, helyek, események *megengednek*, *lehetővé tesznek* számára, tehát azok *affordanciáit* (vö. pl. Ishak, Franchak & Adolph, 2014; Szokolszky & Kádár, 1999; Witt & Riley, 2014).

Az affordanciák a dolgok valós relációs tulajdonságai, de nem objektívek a szó hagyományos értelmében, ugyanis a környezet más és más affordanciákkal bír különböző képességekkel, illetve szándékkal bíró lények számára. Példának okáért az, hogy egy kapcsolótáblán lévő gombok fizikailag lenyomható csak akkor válik lényegessé, ha azok különféle funkcióit észlelő személy használja is a megfelelőt, hogy valamilyen kívánt hatást kiváltson vele, ahogyan egy pohár folyadék-megtartó funkciója is nyilvánvalóbb, amikor a szomszéd ember vizet szeretne bele tölteni. Az affordancia-észlelés sajátosságát jól mutatja Stefanucci és Geuss (2010) vizsgálata, amelyből kiderül, hogy amikor valakinek egy akadály alatt kell átsétálnia, a helyzetben meglévő affordanciák az akadály magasságának, a személy sétálási magasságának és annak viszonyából állnak elő, ahogyan a személy ítélt arról, hogy az akadály alatt át lehet-e sétálni. Az

organizmus tehát az affordanciák észlelése révén szabályozza a viselkedését, felismerve, hogy környezete mit kínál fel számára.

Összefoglalva azt mondhatjuk, hogy az organizmus a különféle tárgyakat, eseményeket, más élőlényeket oly módon észleli, hogy képes információt kinyerni (ráhangolódni, rezonálni) a környezeti energia-rendezettségéből, amely meghatározza számára a világot. A folyamat mozgást, és számos esetben az észlelőnek az őt körülvevő dolgokkal folytatott interakcióját igényli. Az ökológiai nézőpont számára az észlelés nem csupán az elmében történik, hanem része egy nagyobb rendszernek, hiszen az organizmus, a környezeti energia, a tárgyak és a mozgás mind elengedhetetlen alkotóelemei az észlelés folyamatának. Az észlelés nem az „itt és most”-ban zajlik, az élőlénynek képesnek kell lennie a téren és időn átívelő mintázatok detektálására is. Mivel az észlelés a cselekvés kontextusában fejlődött és bontakozik ki, ezért észszerűnek tűnik feltételezni, hogy az élőlények kifejezetten a saját cselekvési lehetőségeiknek megfelelően tesznek különbséget helyzetek között. Ez azt jelenti, hogy az organizmus felismeri, amit egy helyzet megenged, kínál számára, vagyis affordanciákat észlel. Az ökológiai szemlélet szerint az észlelés fejlődése nem a felhalmozódó emlékek, egyre pontosabb mentális reprezentációk, hanem az egyre finomodó, hatékonyabbá váló diszkrimináció nyomán történik: az észlelő számára a korábban egyformának tűnő dolgok különbözővé válnak.

ÚTON A SZOCIÁLPSZICHOLÓGIA FELÉ: MÁŠ ELMÉK KÖZVETLEN ÉSZLELÉSÉNEK LEHETŐSÉGE

Hogyan oldható fel a másik elme probléma az imént bemutatott irányzat gondolkodási keretének, fogalmi eszköztárának segítségével? A válasz meglátásom szerint ott keresendő, ahol Charles (2011, 2012) szerint az ökológiai pszichológia leginkább hozzájárulhat a szociálpszichológia fejlődéséhez, nevezetesen egy olyan elmélet kidolgozásával, amely képes megmagyarázni, hogyan vagyunk képesek mások elméjét „látni” és azokról való észleleteink alapján cselekedni.¹

Ahhoz, hogy igazán értelme legyen más elmék közvetlen észlelésének lehetőségéről külön beszélni, indokolnunk kell, hogy a társas helyzetek alapvetően mások, mint azok, amikor az organizmus élettelen tárgyakkal lép interakcióba. Belátható, hogy egy állat által kínált cselekvési lehetőségek nem pusztán annak állandó jellemzőinek, hanem változó belső állapotainak, például éhségének, éberségének függvényei. Ezt annak tudatában is érdemes kiemelni, hogy sokszor a tárgyakkal is vannak belső, rejtett, azonnal nem feltétlenül észlelhető tulajdonságaik. Egy lépéssel tovább menve és átfordítva mindezt az emberi interakciókra, azt mondhatjuk, hogy másokkal kapcsolatba lépünk különleges kihívást jelenthet annak okán, hogy ők, szemben az általunk használt tárgyakkal, rendelkeznek elmével. Így a többi ember által felkínált cselekvési lehetőségeket - azaz társas affordanciákat - meghatározzák komplex belső állapotaik, gondolataik, hiedelmeik, céljaik és így tovább. Ezeknek az észlelését

¹Az ökológiai megközelítés és a szociálpszichológia kapcsolatáról ld. Good (2007) tanulmányát

szükséges az ökológiai nézőpontnak megmagyaráznia, hogy a társas megismerés területén a tudatelméletnél jobb válaszokkal szolgálhasson.

Amit a gondolatmenetet folytatva el akarunk kerülni, az a korábban bemutatott kartéziánus csapda, amelybe a ToM mellett érvelők is beleesnek, létrehozva újra a másik elme problémát, ahelyett, hogy megoldanák azt. Emlékeztetőül, ennek lényege az a feltételezés, hogy saját elménk átlátható, míg másoké hozzáférhetetlen a számunkra. Annak érdekében, hogy ne jussunk vissza a dolgozat kiindulópontját jelentő filozófiai – metaelméleti – akadályhoz, szükséges elvetnünk az elmének ezt a hagyományos felfogását. Amellett kell érvelnünk, hogy az emberek a megfelelő körülmények között igenis képesek mások mentális állapotainak és így affordanciáiknak közvetlen észlelésére.

Az elmék közvetlen észlelésének lehetősége feltételezi, hogy azok nem teljes mértékben privát entitások, hanem valamilyen módon képesek átrendezni a környezeti energiát, hogy egy ráhangolt organizmus reagálni tudjon rájuk, egyszóval az elméknek láthatóknak kell lenniük. Ehhez az szükséges, hogy a mentális állapotok észlelhető elemekből álljanak, amelyek adott eseményben részt véve magukra és a köztük lévő kapcsolatokra jellemző módon vannak elrendezve, hogy a róluk szóló magas szervezetségű információ a megfelelően érzékeny élőlény számára kinyerhető legyen. A folyamat mibenlétének megvilágításához Charles (2011) a szándékosság észlelésének kérdését veszi elő és harcművészetekből vett példákon keresztül mutatja be, hogyan lehet nyilvános egy olyan mentális jelleg, mint amilyen a szándék.²

Az aikido egy különösen érdekes példa, ugyanis az ellenféllel való harmóniát, mozdulataira való ráhangolódást hangsúlyozza annak érdekében, hogy ellenerő kifejtése helyett az ő saját energiáját használjuk lefegyverzésére (ld. Friedman, 2005). Például ahelyett, hogy egy ütést elkerülve a kinyújtott karra mérnénk csapást, inkább oldalt lépve az ütés eredeti irányába mozdítjuk azt, kibillentve ezzel egyensúlyából a támadót. Az ellenfél csuklóját megragadva, iskolától és szándéktól függően, megfelelő nyomást alkalmazva földre vihetjük őt vagy akár el is törhetjük a kezét. A lényeg, hogy *a szándék a technika kivitelezésében (a cselekvésben) ölt testet és világosan látható a képzett megfigyelő számára*. A harcművészetet gyakorlók kifejezett célja, hogy ne gondolkozzanak a harc közben, csupán reagáljanak a megfelelő módon, tetteikről mégis szándékosként beszélnek. A test az edzés eredményeképpen az elérni szándékolt harmónia érdekében cselekszik, nincs szükség gondolkodásra, nem kell a szándéknak tudatában lenni.

Egy másik szemléletes példa Hristovski, Davids és Araújo (2006) kutatásából származik, akik rendszerdinamikai modellezést alkalmaztak bokszolók viselkedésének elemzésére és megállapították, hogy a különböző típusú ütések kapcsán eltérő affordanciák állnak fenn a célponthoz viszonyított helyzet

² Mivel ezen dolgozat célja csupán egy irány felvázolása, amelyet érdemes lehet figyelembe venni a másik elme probléma ökológiai szemléletű megközelítéséhez, ezért a példákban megjelenő mechanizmus elméleti háttere, amely a „coupling” fogalmán alapszik, itt nem kerül ismertetésre (ld. pl. Shaw, Flascher & Kádár, 1995)

függvényében. A kutatók kimutatták, hogy az ütőfajták (egyenes ütő, horog, felütő) megjelenésének valószínűsége a bokszoló és a bokszsák távolságától függött és a valószínűség értéke magas korrelációt mutatott az ütések adott távolságnál észlelt hatékonyságával. A távolságok terjedelme, amelyekben egy-egy ütő megjelent, kisebb volt, mint az a terjedelem, amelyben az adott ütőfajta fizikailag kivitelezhető lett volna, rámutatva, hogy a tapasztalt bokszolók akkor folyamodnak egy bizonyos ütőhöz, amikor az a leghatékonyabb, emellett viszont sikeresen randomizálják támadásaikat, hogy mozdulataikat nehezebb legyen bejósolni. Ebben a példában egyértelműen látható, hogy a bokszoló szándéka egyfelől a lehető legnagyobb erő kifejtése, másfelől viszont az, hogy eltitkolja milyen fajta ütő választ legközelebb (ez az, amely a tapasztalatlan bokszolóknak még nem sikerül). Charles (2011) gondolkísérlete gyermekek hasonló elemzését veti fel, akik botokat használnak kardozásra (a „harcoló felek” szándékai itt egyértelműen mások). A gyermekek viselkedéséből kiderül, hogy ők csak a botok összeütésére törekcsenek, „támadásaik” sorozata és a botok összeütőközésének helye könnyen bejósolható, mindez nem változik a köztük lévő távolság és a maximálisan kifejthető erő függvényében. Ha a kifejtett erő mértéke változik is, azt a botok és nem a testek távolsága fogja meghatározni. Nem esik nehezünkre különbséget tenni botok összeütésének és a másik ember megütésének szándéka között. Ahogy a szerző rá is mutat, a példákban megjelenő szándékok nem egyebek, mint maguk a cselekedetek a megfelelő kontextusban. Mindez azt hivatott bizonyítani, hogy a szándékok nem afféle testetlen mentális létezők, amelyek a cselekvés előtt, vagy éppen vele párhuzamosan történnének, hanem benne öltének testet és a megfelelő rálátással és diszkriminációs képességgel bíró külső megfigyelő számára is észlelhetők.

Ezek az esetek jól mutatják, hogy az affordanciák nem csupán a szűken vett fizikai környezetben mutatkoznak meg az egyes észlelő számára. Ez nem meglepő, hiszen a különféle cselekedetek nem csupán idői és téri, de társas kontextusokba is beágyazódnak (Marsh, Richardson, Baron & Schmidt, 2006). A másik emberrel kapcsolatba lépve pedig nem csupán azt szükséges észlelnünk, hogy ő milyen cselekvési lehetőséget kínál fel a mi számunkra, hanem az összehangolt, sikeres interakció érdekében azt is, hogy milyen affordanciák kínálkoznak az ő számára. Az embereknek erre való képességét demonstrálja Wagman, Stoffregen, Bai és Schloesser (2017) kísérlete, akik vizsgálati személyeiket arra kérték, hogy becsüeljék meg milyen magasra érne fel egy másik személy egy tárgyért nyúlva. A kutatók kimutatták, hogy a résztvevők érzékenyek voltak egy várható cselekvés során megjelenő affordanciákra és azok hierarchikus viszonyaira. A vizsgálati személyek ítéletei jól tükrözték a cselekvő személyek magasságbeli különbségeit és a kísérleti feltételek megszorításait is (például, hogy a cselekvő mellett látható volt-e egy rúd, amit kézbe vehet vagy egy zsámoly, amire felállhat).

A fentiek egy olyan gondolati keret felvázolását igyekeztek támogatni, amely összhangban áll az ökológiai pszichológia ismertetett alapelveivel, és tovább fejlesztve képes lehet a másik elme probléma kikerülésére anélkül, hogy

az észlelők részéről explicit vagy implicit elméletalkotást, megkérdőjelezhető érvényességű következtetéseket feltételezne. Itt fontos leszögezni, hogy nem önmagában az elméletalkotás vagy a következtetés mentális aktusa a kritika tárgya, hanem leginkább az a szemléletmód és gyakorlat, amelyek keretében a tudatelmélet képviselői használják ezeket a fogalmakat. Gondolatmenetem nem kizárni igyekszik a dedukciót, a tudattalan következtetéseket vagy más hasonló mechanizmusokat a tudományos diskurzusból, azok létét tagadva, hanem fel kívánja rá hívni a figyelmet, hogy ezek használhatósága és a rájuk épített modellek magyarázóereje nem egy esetben megkérdőjelezhető és legalábbis alapos átgondolásra, demisztifikálásra szorulnak. Amíg ez megtörténik, fontos olyan alternatívákat is megvizsgálni, amelyek az elméletet más módokon is hozzáférhetőnek tételezik, kikerülve azokat a buktatókat, amelyek a ToM-ot jellemzik, például olyan módon, hogy kiterjesztik a közvetlen észlelés elméletét a társas működés területére is. Ha ezt a feladatot az ökológiai irányultságú elméletalkotók sikerrel teljesítik, úgy bizonyíthatóvá válhat, hogy amikor szociális partnereinkre ráhangolódva, viselkedésük egész rendszerét holisztikusan észlelve válaszolunk, akkor nem egyes viselkedéselemeket látunk, hanem a szociális affordanciákon keresztül egyenesen a másik elméjét. Ezt az alapgondolatot vizsgálják azok a kutatások, amelyek az 1980-as évektől kezdve az ökológiai pszichológia szociálpszichológiára való kiterjesztését tűzik ki célul (lásd pl. Marsh, 2010; Marsh, Richardson, & Schmidt, 2009; McArthur & Baron, 1983; Zebrowitz & Collins, 1997) – ezek bemutatása azonban már nem célja ennek a dolgozatnak.

KONKLÚZIÓ

A másik elme probléma a pszichológia számára nagyon is releváns. Szűkebb értelemben, mert a pszichológusok maguk is arra törekednek, hogy mások mentális állapotairól tudomást szerezzenek, tágabban pedig, mert a probléma kapcsolódik a tudomány által megválaszolni kívánt több fontos kérdéshez is a társas megismerés kialakulásától kezdve bizonyos mentális zavarok természetéig.

A ToM paradigma számos ponton támadható, több alternatívája létezik. A tudatelmélet mögött húzódó mechanizmusok nincsenek kellőképpen megmagyarázva, a jelenséget nem megfelelő közegben vizsgáló kísérletek sokszor nem csupán tesztelik azt, de maguk reprodukálják a fogalom által implikált előfeltevéseket (vö. Costall & Leudar, 2007; Leudar & Costall, 2009). A kritikák rávilágítanak, hogy a ToM koncepciójának és vizsgáló eljárásainak érvényessége is megkérdőjelezhető és metaelméleti szinten sem szilárd. Főbb premisszái voltaképpen intuíción alapulnak, megalapozatlanok. A ToM gyenge pontjai egyáltalán nem lokálisak, a modern kognitív pszichológia módszertani behaviorizmusából erednek, amelynek velejárója az elme és a viselkedés dualizmusa is (Costall, 2006). Ez a gondolkodásmód pedig életképes válaszok

helyett csak még inkább kérdésessé teszi annak a tudásnak az érvényességét, amit az emberek egymás mentális állapotairól szerezhetnek.

Az ökológiai pszichológia, úgy tűnik, megfelelő táptalajt ad a ToM-hoz kapcsolódó gondolkodásmód kritikájára és akár képes is lehet elkerülni a másik elme problémát, de még közel sem egyértelmű, hogy fogalmi rendszere mennyire lesz sikeres a társas szférára, hozzájárulása ennek tanulmányozásához pontosan mekkora is lehet. A jövőbeni célok között mindenképpen fontos, hogy szerepeljen a szociális affordanciák kiterjedtebb kutatása. Továbbá szükséges minden olyan állapot tüzetes vizsgálata, amelyet hagyományosan mentálisnak, természete szerint külső megfigyelő által elzártnak tekintünk, hogy kiderüljön ezek közvetlen észlelésének lehetőségessége vagy lehetetlensége. A vállalkozás sikerében nem csak az ökológiai pszichológusok és a ToM különböző irányultságú kritikussai lehetnek érdekeltek. A tudatelmélet révén a társas megismerés vizsgálatát is uraló kognitív szemlélet saját fogalmait (például magát a kogníciót is), legyenek azok bármilyen ellentmondásosak, olykor már-már ezoterikusak, mindenre alkalmazható megoldásokként használja, ahelyett, hogy feltárandó problémaként kezelné azokat (erről bővebben ld. Costall, 2007). A kritikák nyomán megszülető alternatívák mellett egy alapos fogalmi tisztogatás, a vonatkozó metaelméleti keretek újragondolása az egész kutatási területnek és a pszichológiának is nagy hasznára válna. Ezekre pedig szükség van, ha azt akarjuk, hogy a társas megismerés tudományosan vizsgálva is olyan magától értetődő és ellentmondásmentes legyen, ahogyan az a mindennapi életben az emberek között működik.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bavidge, M., & Ground, I. (2009). Do Animals Need a ‘Theory of Mind’?. In *Against theory of mind* (pp. 167-188). Palgrave Macmillan UK.
- Charles, E. P. (2011). Ecological Psychology and Social Psychology: It is Holt, or Nothing! *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 45(1), 132–153.
- Charles, E. P. (2012). Ecological Psychology and Social Psychology: Continuing Discussion. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 46(2), 249–258.
- Costall, A. (2006). ‘Introspectionism’ and the mythical origins of scientific psychology. *Consciousness and Cognition*, 15(4), 634–654.
- Costall, A. (2007). How cognitive psychology highjacked thinking. *Anthropological Psychology*, 18, 21–23.
- Costall, A., & Leudar, I. (2007). Getting over “the problem of other minds”: Communication in context. *Infant Behavior and Development*, 30(2), 289–295.
- Friedman, H. (2005). Problems of Romanticism in Transpersonal Psychology: A Case Study of Aikido. *The Humanistic Psychologist*, 33(1), 3–24.

- Fuchs, T., & De Jaegher, H. (2009). Enactive intersubjectivity: Participatory sense-making and mutual incorporation. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 8(4), 465–486.
- Gibson, J. J. (2014). *The ecological approach to visual perception: classic edition*. Psychology Press
- Good, J. M. M. (2007). The Affordances for Social Psychology of the Ecological Approach to Social Knowing. *Theory & Psychology*, 17(2), 265–295.
- Hristovski, R., Davids, K., & Araújo, D. (2006). Affordance-controlled bifurcations of action patterns in martial arts. *Nonlinear dynamics, psychology, and life sciences*, 10(4), 409–444.
- Hyslop, A. (2016). Other Minds. In E. N. Zalta (Szerk.), *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2016). Elérés: 2016.04.30 forrás: <http://plato.stanford.edu/archives/spr2016/entries/other-minds/>
- Ishak, S., Franchak, J. M., & Adolph, K. E. (2014). Perception–action development from infants to adults: perceiving affordances for reaching through openings. *Journal of experimental child psychology*, 117, 92–105.
- Korkmaz, B. (2011). Theory of Mind and Neurodevelopmental Disorders of Childhood: *Pediatric Research*, 69(5 Part 2), 101R–108R.
- Lee, D. N., & Kalmus, H. (1980). The optic flow field: the foundation of vision. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 169–179.
- Leudar, I., & Costall, A. (2004). On the Persistence of the „Problem of Other Minds” in Psychology: Chomsky, Grice and Theory of Mind. *Theory & Psychology*, 14(5), 601–621.
- Leudar, I., & Costall, A. (2009). On the historical antecedents of the theory of mind paradigm. In *Against theory of mind* (pp. 19–38). Palgrave Macmillan UK.
- Leudar, I., & Costall, A. (Szerk.). (2009). *Against theory of mind*. Basingstoke [England]; New York: Palgrave Macmillan.
- Leudar, I., Costall, A., & Francis, D. (2004). Theory of Mind: A Critical Assessment. *Theory & Psychology*, 14(5), 571–578.
- MarSh, K. L. (2010). Sociality from an ecological, dynamical perspective. *Grounding sociality: Neurons, minds, and culture*, 43–71.
- Marsh, K. L., Johnston, L., Richardson, M. J., & Schmidt, R. C. (2009). Toward a radically embodied, embedded social psychology. *European Journal of Social Psychology*, 39(7), 1217–1225.
- Marsh, K. L., Richardson, M. J., & Schmidt, R. C. (2009). Social connection through joint action and interpersonal coordination. *Topics in Cognitive Science*, 1(2), 320–339
- McArthur, L. Z., & Baron, R. M. (1983). Toward an ecological theory of social perception. *Psychological review*, 90(3), 215.
- McCabe, R. (2009). Specifying interactional markers of schizophrenia in clinical consultations. In *Against theory of mind* (pp. 108–125). Palgrave Macmillan UK.

- Michaels, C. F., & Carello, C. (1981). *Direct perception*. Prentice-Hall Englewood Cliffs, NJ.
- Premack, D., & Woodruff, G. (1978). Does the chimpanzee have a theory of mind? *Behavioral and brain sciences*, 1(04), 515–526.
- Reddy, V., & Morris, P. (2009). Participants Don't Need Theories: Knowing Minds in Engagement. In *Against Theory of Mind* (pp. 91-107). Palgrave Macmillan UK.
- Shanker, S., & Stieben, J. (2009). The Roots of Mindblindness. In *Against Theory of Mind* (pp. 126-143). Palgrave Macmillan UK.
- Sharrock, W., & Coulter, J. (2009). 'Theory of Mind': A Critical Commentary Continued. In *Against Theory of Mind* (pp. 56-88). Palgrave Macmillan UK.
- Shaw, R. E., Flascher, O. M., & Kadar, E. E. (1995). Dimensionless invariants for intentional systems: Measuring the fit of vehicular activities to environmental layout. In J. M. Flach, P. A. Hancock, J. Caird, & K. J. Vicente (Eds.), *Resources for ecological psychology. Global perspectives on the ecology of human-machine systems*, Vol. 1, pp. 293-357). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates
- Stefanucci, J. K., & Geuss, M. N. (2010). Duck!: Scaling the height of a horizontal barrier to body height. *Attention, Perception & Psychophysics*, 72(5), 1338–1349.
- Szokolozsky, Á., & Kádár, E. (1999). James J. Gibson ökológiai pszichológiája. *Pszichológia*, 19(2), 245–285.
- Wagman, J. B., Stoffregen, T. A., Bai, J., & Schloesser, D. S. (2017). Perceiving nested affordances for another person's actions. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 1–11.
- Warren, W. H., Kay, B. A., Zosh, W. D., Duchon, A. P., & Sahuc, S. (2001). Optic flow is used to control human walking. *Nature neuroscience*, 4(2), 213.
- Williams, E. (2009). Who Really Needs a 'Theory' of Mind?: Insights into the Development of Social Understanding Drawn from the Autobiographical Writings of High-Functioning Individuals with an Autism Spectrum Disorder. In *Against theory of mind* (pp. 144-166). Palgrave Macmillan UK.
- Witt, J. K., & Riley, M. A. (2014). Discovering your inner Gibson: Reconciling action-specific and ecological approaches to perception–action. *Psychonomic Bulletin & Review*, 21(6), 1353-1370.
- Zebrowitz, L. A., & Collins, M. A. (1997). Accurate social perception at zero acquaintance: The affordances of a Gibsonian approach. *Personality and social psychology review*, 1(3), 204-223.