

***PSYCHOLOGIA
HUNGARICA
Caroliensis***

2014, 2. ÉVFOLYAM, 1. SZÁM

A Károli Gáspár Refomátus Egyetem és a L'Harmattan Kiadó közös kiadása
Együttműködő partner: SZVT Kutatási és Fejlesztési Központ

Cím: 1088 Budapest, Reviczky u. 4.

Felelős kiadó: Gyenes Ádám és Dr. Sepsi Enikő

Felelős szerkesztő: Dr. Vargha András

© Károli Gáspár Református Egyetem, 2014

© A kötetben publikáló szerzők, 2014

ISSN 2064-2504

Megjelenik

A L'HARMATTAN KIADÓ GONDOZÁSÁBAN

Kiadványterv

KASEK ROLAND | www.kasek.com

A nyomdai előkészítést

Csernák Krisztina, a nyomdai munkákat a Robinco Kft. végezte

Kiadó

KÁROLI GÁSPÁR REFORMÁTUS EGYETEM PSZICHOLOGIAI INTÉZETE
EGYÜTTMŰKÖDŐ PARTNER: SZVT KUTATÁSI ÉS FEJLESZTÉSI KÖZPONT

A kiadásért felel: Sepsi Enikő

Levélcím: SZVT Kutatási és Fejlesztési Központ, H-1126 Budapest, Orbánhegyi út
14.

Telefon: +36 1 202 10 83, fax: +36 1 202 14 56 E-mail: szvt@szvt.hu

www.psyhu.com

TARTALOM

- A szerkesztő előszava 5
- Iszáj Fruzsina – EhmannBea – Demetrovics Zsolt: *A pszichedelikumok
művészek verbális viselkedésére gyakorolt hatásai* 7
- Hadházi Éva – Hajdu Ildikó: *Múlt- és jelenbeli tapasztalatok
összefonódásai a párkapcsolatban és az anyaságban* 23
- Szabó-Bartha Anett – Szondy Máté: *A párkapcsolati hiedelmek kérdőív
hazai adaptálásának eredményei* 50
- Takács Szabolcs – Kárász Judit: *Egy egyszerű, újfajta
kereszt-validálási eljárás bemutatása* 65
- Roland Kasek: *A good therapist amuses the client – so that
the client heals himself* 78

SZERKESZTŐSÉG

A LAP ALAPÍTÓJA VASS ZOLTÁN

VARGHA ANDRÁS | főszerkesztő

SZUMMER CSABA | főszerkesztő-helyettes

ROVATVEZETŐK

ALBU MÓNICA | neuro- és kognitív pszichológia

BENCZÚR LILLA | általános és klinikai pszichológia

FERENCZI ANDREA | könyvszemle, interjú

MIRNICS ZSUZSANNA | személyiséglélektan

PÁLI JUDIT | fejlődés- és neveléslélektan, iskola- és fejlődésneuropszichológia

SURÁNYI ZSUZSANNA | pszichometria

SZONDY MÁTÉ | egészség- és pozitív pszichológia

KISS PASZKÁL | szociálpszichológia

SZERKESZTŐSÉGI TITKÁR

TAKÁCS TÍMEA

SZERKESZTŐSÉGI ASSZISZTENSEK

FEHÉR TIBOR DANIEL

KASEK ROLAND

MATUSZ HUGÓ

OCISOVSZKY ZSÓFIA

SNEÉ GERGELY

SZABÓ BEÁTA

TUDOMÁNYOS TANÁCSADÓ TESTÜLET

BAGDY EMŐKE

BUDA BÉLA +

DÚLL ANDREA

GREZSA FERENC

GYÖNGYÖSINÉ KISS ENIKŐ

PATAKY ILONA

RÓZSA SÁNDOR

SZOKOLSZKY ÁGNES

TÚRY FERENC

A SZERKESZTŐ ELŐSZAVA

A *Psychologia Hungarica Caroliensis* 3. száma 3 eredeti cikket közöl, egy utánközlést és egy interjút az európai pszichológia egyik jelentős alakjával.

Iszáj Fruzsina, Demetrovics Zsolt és Ehmann Bea cikke a hallucinogén szerek művészek nyelvhasználatára gyakorolt hatását vizsgálja. A kutatás a pszichedelikus kutatások reneszánszába illeszkedik, amely az elmúlt fél évtizedben a hazai kutatók érdeklődését is felkeltette. (A tanulmány eredeti megjelenési helye: The effects of psychedelic substances on artistic creation In: Marije Wouters, Jane Fountain, Dirk J Korf (szerk.) *The Meaning of High: Variations according to drug, set, setting and time*. Lengerich: Pabst Science Publishers, 2012. pp. 40-53.)

Hadházi Éva és Hajdu Ildikó **685 kisgyermekes anyja önbeszámolóján, azaz** szubjektív érzelmi hatásoktól átszőtt személyes élményein keresztül vizsgálja a párkapcsolati minőség transzgenerációs hatásmechanizmusait. Az írás az anyák anyaszereppel **kapcsolatos érzéseit, viselkedéses megnyilvánulásait,** és **párkapcsolati** mintázatait **elemezi,** az anyák **saját gyermekkori** tapasztalatainak tükrében.

«A Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív» hazai adaptálásáról szóló cikk egy olyan módszerrel gazdagítja a hazai szakirodalmat, mely hiánypótlónak tekintető a párkapcsolati választások nehézségeinek és a párkapcsolatokban előforduló konfliktusok hátterében álló okok feltárásában. A napjainkban oly népszerű kognitív szemlélet gyakran foglalkozik ezen problémák kapcsán a korai maladaptív sémákkal, ám a cikkben bemutatott kérdőív speciálisan a párkapcsolatokról kialakított hiedelmeket vizsgálja, illetve megítélhető általa azok diszfunkcionalitása, melyek gyakran eredményeznek konfliktust az intim kapcsolatokban, sőt időnként akár magának a párkapcsolatnak a kialakulását is megakadályozhatják a másik nemi, illetve a kapcsolattal szemben támasztott irreális elvárások miatt.

Takács Szabolcs és munkatársai cikke egy olyan módszert mutat be, amellyel a kutató néhány statisztikai fogás kombinálásával egy kereszt-validálási eljárást alkot. Az eljárás tesztelhetővé teszi a felvett adatok belső konzisztenciáját, megbízhatóságát, stabilitását.

Vajon hogyan látja a világot az a terapeuta, aki egyben üzletember is, több európai szervezet és nagyvállalat stratégiai vezetője vagy tanácsadója? Peter Schütz-cel Kasek Roland készített interjút, amelyből meggyőződhetünk arról, hogy a

coaching és a vezetői tanácsadás csak kívülről – és számos képzetlen művelője fejében – tűnhet egyszerű szerepnek. A beszélgetésből kiderül, hogy a valóságban ez a hivatás felelősséget és magas szintű szakmai alázatot követel.

Szummer Csaba
főszerkesztő-helyettes

A PSZICHEDELIKUMOK MŰVÉSZEK VERBÁLIS VISELKEDÉSÉRE GYAKOROLT HATÁSAI

Iszák Fruzsina^{1,2}, Ehmann Bea³ & Demetrovics Zsolt²

¹Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pszichológiai Doktori Iskola; ifruzsi@gmail.com

²Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pszichológia Intézet, Klinikai Pszichológia és
Addiktológia Tanszék; demetrovics@t-online.hu

³Magyar Tudományos Akadémia, Természettudományi Kutatóközpont, Kognitív
Idegtudományi és Pszichológiai Intézet; ehmann.bea@ttk.mta.hu

Absztrakt

Tanulmányunk célja az volt, hogy megvizsgáljuk a pszichedelikus szerhasználat kreatív alkotók nyelvhasználatára gyakorolt hatásait. Félig strukturált interjúkat vettünk fel 60 művész-szel. Avizsgálati személyek egy strukturált kérdőívvel töltötték ki a szerhasználati szokásokat illetően, amelyek mentén két csoportba osztottuk őket: pszichedelikus és kontroll csoport. Három szókatégoriát dolgoztunk ki – kreativitás, tudatosság és spiritualitás. Az adatok elemzése a NooJ nyelvi fejlesztő környezet segítségével történt. Az eredmények szerint a szógyakoriság mindhárom kategória esetében szignifikánsan magasabb volt a pszichedelikus csoportban. Az interjúk kvalitatív tartalomelemzésével a művészek észrevételeibemutatásra kerülnek az alkotási folyamat és szerhasználat viszonylatát illetően. A pszichedelikus csoport tagjai gyakrabban beszélnek a három kategória témáiról, bár további kutatások szükségesek ahhoz, hogy mélységében vizsgálhassuk meg ezt a kapcsolatot.

Kulcsszavak: kreativitás ■ tudatosság ■ spiritualitás ■ pszichedelikus szerek ■ kvalitatív adatelemzés ■ tartalomelemzés ■ NooJ

Abstract

Abstract The goal of the study was to analyse the effects of psychedelic substance use on creative artists' language behavior. Semi-structured interviews were recorded with 60 artists. A structured questionnaire related to substance use was administered. Based on these, participants were divided either into a psychedelic substance user or a control group. Three word categories - creativity, consciousness and spirituality - were devised. The data were analyzed by the NooJ linguistic development environment software. The word frequencies in all three categories were found to be significantly higher in the psychedelic substance user group. Artists' perceptions about the two notions are also introduced. Participants of the psychedelic substance user group use the words of the three topics more often, although, further researches are needed to study this relationship in depth.

Keywords: creativity ■ consciousness ■ spirituality ■ psychedelic substances ■ qualitative data analysis ■ content analysis ■ NooJ

1. BEVEZETÉS

Az alkotás olyan kreatív folyamat, amely során a művészek mind a tudatos, mind a tudattalan folyamatokat használják, amely azt engedi sejtetni, hogy magas fokú érzékenységgel rendelkeznek (Knafo, 2008). Így jobban reagálnak az érzelmekre és magasabb a toleranciaszintjük **a szélsőséges** érzelmi állapotokat tekintve. Az alkotási folyamat velejáró elemei a 'módosult tudatállapotok', amelyek számos módon elérhetők, mint **például** meditációval, szenzorosdeprivációval, hipnózissal stb., illetve pszichoaktív szerek használatával is, amely ezentanulmány tárgyát képezi. A kreatív folyamat harmadik elemeként a spiritualitás említhető; az emelkedett szenzitivitás okán a spiritualitás a művészek hétköznapijainak szerves részét képezheti. Bár, hogy a művészek hogyan képesek az alkotási folyamatot kísérő szélsőséges emocionális állapotok **tolerálására, egyelőre tisztázatlan kérdés:** emelkedett érzékenységet érzékelhetnek, vagy más alkalmakkor el is nyomhatják ezeket (IszajésDemetrovics, 2011). Tanulmányunk célja annak felderítése volt, milyen **különbségek lehetnek a művészek nyelvi viselkedését illetően** a szerhasználatra vonatkoztatva a két csoport tekintetében.

Ebben a tanulmányban először a pszichedelikus élmények és az alkotási folyamat jellemzőit mutatjuk be, a hangsúlyta kreativitásra, a tudat különböző állapotaira és a spiritualításra fektetve. Ezután bemutatjuk ezen jelenségekkel kapcsolatos, **művész populáción véghezvitt** vizsgálatunkat.

A pszichedelikus élmények jellemzői

A pszichedelikumok módosult tudatállapotot és misztikus élményeket okozhatnak (Ujváry, Demetrovics, 2009). Az LSD és ehhez hasonlatos szerek – mint **például** pszilocibin tartalmú gombák, ayahuasca, ibogaine vagy meszkalin-jellemzője, hogy az általuk okozott változások átmenetiek és a személy viselkedési mechanizmusai **átprogramozódhatnak** módosult tudatállapotban (McCabe, 1974, p. 2). Továbbá McCabe szerint az élménynek hosszú távú hatása lehet a viselkedésre, amely olyan faktoroktól függ, mint a szer típusa, a használó személyisége és környezete (Zinberg, 1984). Ezen felül McCabe a pszichedelikus élményt olyan állapotként mutatta be, amelyben a szentség és kimondhatatlanság érzése fedezhető fel és az ezen állapotokban érzékelt valóság esetenként reálisabbnak tűnhet, **minta** normál tudati állapotban érzékelt. Empirikus viszonylatban Dobkin de Rios és Janiger (2003) vizsgálatukban azt találták, hogy az LSD-t önkéntesként kipróbált személyek 24%-a számolt be misztikus vagy spirituális élményekről a 'high' állapot során, amely azt implikálja, az LSD képes lehet a használó kreativitását és tudatosságát emelni. Doblin és mtsai (1999) 40 éves utánkövetéses vizsgálatukban az LSD hatásait vizsgálták 45 személlyel,

akiknek átlagéletkora 70,3 volt. Egy kivételével minden alany arról számolt be, hogy az LSD élménynek hosszú távú pozitív hatása volt az életére, és legtöbbjük transzformatív alkalomként emlékszik erre vissza.

Összefoglalva megállapíthatjuk, hogy az LSD és más pszichedelikus szerek szubjektív élménye legfőképp a nyitottság és spiritualitás érzéseivel jellemezhető. A művészek között számos olyan példát találunk, akik pszichedelikus szerekkel éltek/élnek. Masters és Houston (1968) vezette be a 'pszichedelikus művész' terminust, amely alapját jelentette Berge (2002) 'médiumi művészet' fogalmának – a pszichedelikus szerek által inspirált irányzatnak. Képviselői a festészet terén például a holland Jan Kervezee, aki 14 éven keresztül minden nap LSD-t vett be munka előtt, vagy a francia illetőségű Henri Michaux, akinek munkáit ugyancsak pszichedelikumok inspirálták. Kortárs viszonylatban jól ismert Alex Greyvizionárius művész. Egy másik kortárs példa Robert Crumb 'pszichedelikus képregényrajzoló', akit Jones (2007) a pszichedelikus szerhasználatról szóló tanulmányának tárgyául választott. Az irodalom terén Aldous Huxley a leghíresebb példa, akinek elbeszélése, *Az észlelés kapui* (1954), első meszkalin élményének leírásáról szól. Másik irodalmi figuraként megemlíthető Allen Ginsberg (Knafo, 2008).

Pszichedelikumok és kreativitás

Az 1950-, 60-, 70-es évek során csupán néhány tudományos vizsgálat kereste az összefüggést a kreativitás és a pszichedelikumok között (Sessa, 2008), amelyek közül a legtöbb elméleti jellegű volt. Krippner (1968) például azt állapította meg, hogy a módosult tudatállapotok és a kreatív folyamat hasonlatosak abban a tekintetben, hogy mindkettő könnyebb hozzáférést biztosít a tudattalanhoz és intuícióhoz. A pszichedelikumok által kiváltott módosult tudatállapotok másik jellemzőjeként a hétköznapi valóságtól való eltávolodást írja le, amelybe a kulturális aspektusok is beletartoznak: ilyen módon kulturálisan független műalkotások születhetnek. Fischer és mtsai (1972) hasonlóan közelítik meg a jelenséget azt állítva, hogy a tudat különböző állapotait kreatív állapotként is meg lehet élni, habár az egyáltalán nem biztos, hogy ezek kreatív teljesítményhez is vezetnek. Az ezentudati állapotokbana Csíkszentmihályi (1998) által leírt 'aha' élmény a közös, amely az alkotás során létrejövő áramlatélményre vonatkozik, amely belső szabadságot eredményezhet az egyénben.

Empirikus vizsgálatok azt mutatják, hogy a pszichedelikumok hatással lehetnek akreativitás különböző aspektusaira, amennyiben figyelembe vesszük a fent említett személyiségi tényezőket, a környezetet és a használt szertípusát (Zinberg, 1984). Jones (2007) esettanulmányában Robert Crumbképregényrajzoló kreatív teljesítményét vizsgálta meg pszichedelikum-használatának függvényében. Az eredmények szerint Crumb szerhasználata szignifikánsan megváltoztatta a

művek stílusát nemcsak a használati fázisban, hanem utána is. Ehhez kapcsolódik Fischer és Scheib (1971) empirikus vizsgálata, amelynek fókuszában a pszilocibin kreativitásra gyakorolt hatása állt. 21 főiskolai hallgató rajzait és írásait értékelték pszilocibin-használat előtt, szerhatás alatt és utána. Eredményként arra jutottak, hogy a pszilocibin emelte a kreatív teljesítményt. Bár a szerzők megjegyzik, hogy a szer csupán olyan jellemzőket erősített, amelyek eredendően jelen voltak a résztvevőkben. Továbbá Masters és Houston (2000) olyan eszköznek tekintik a pszichedelikus élményt, amely képes elősegíteni és fokozni a kreativitást. A művész így módon képes kommunikálni a tudattalannal, emellett a gondolkodási folyamatok flexibilisek és változékonyabbak, a figyelem spektruma szerteágazóbb lesz. Janiger (lásd Dobkin de Rios és Janiger, 2003) tanulmányozta az LSD kreativitásra gyakorolt hatásait 60 hivatásos művész körében, akiket arra kértek, hogy rajzoljanak egy kachina babát normál tudati állapotban és LSD hatása alatt. A műalkotások tekintetében az LSD hatás alatt készült alkotások tekervényesebbek és oszcillálóak voltak a normál tudati állapotban alkotottakhoz képest. A műveket magasabb fokú originalitás jellemezte és az LSD által inspirált munkák esztétikai értéke magasabb volt (Dobkin de Rios és Janiger, 2003). Magyar viszonylatban Frecska és mtsai (2012) vizsgálták meg az ayahuasca kreativitásra gyakorolt hatásait. 40 személyt vontak be a vizsgálatba (17 férfi), akik sorozatos ayahuasca ceremóniákon vettek részt. A kreativitás tekintetében a szertartások után a személyek Torrance-teszten elért originalitás pontszáma szignifikánsan magasabb volt a kontrollcsoportéhoz viszonyítva (N=21; 10 férfi).

Pszichedelikumok és tudatosság

Grinspoon és Bakalar (1979) azt a nézetet osztották, hogy a pszichedelikus anyagok ígéretes eszközök lehetnek a tudatosság megértésének területén. Az LSD élmény a halál és újjászületés érzéseinek megtapasztalásával, következőképp a szelf transzformációjával hozható összefüggésbe. Móró és mtsai (2011) egyetértenek ebben, arra utalva, hogy a pszichedelikus szerek tudatos használatával mélyebb introspekció érhető el, amely az önismeret részét képi. Ehhez kapcsolódva Farthing (1992) koncepciójában bemutatta az *'interpretatív introspekció'* terminusát, amely a személy érzéseinek, gondolatainak és viselkedésének premisszáival foglalkozik.

Grof (2000) azt a nézetet képviseli, hogy a tudatosság minősége mélyen és lényegében változik meg az LSD által kiváltott holotróp állapotokban, amely két különböző realitást enged érzékelni. A holotróp állapotok – a különbözőképp kiváltott módosult tudatállapotok – befolyásolják a gondolkodási folyamatokat, és míg az intellektus nem károsodik, mechanizmusai nagyon eltérnek a megszokottaktól. Farthing (1992) bevezette az absztrakcióra és interferenciára vo-

natkozóan a konceptuális gondolkodás kérdéskörét. Ez azt jelenti, hogy a személyek LSD hatás alatt másképp képesek kategorizálni és általánosítani a fogalmakat, hogy megtalálják a hasonlóságokat, illetve különbségeket közöttük. Mivel a hagyományos asszociációkkal való kapcsolatuk lazább lesz a módosult tudatállapot miatt, szokatlan összeköttetéseket fedezhetnek fel a fogalmak között. A pszilocibin kutatások tekintetében is hasonló eredményt kaptak, pl. Carhart-Harris és mtsai (2012) 30 egészséges személy agyműködését vizsgálták meg pszilocibin hatása alatt agyi képfalkódó eljárásokkal. Eredményként a pszichedelikumok szubjektív hatását úgy írják le, mint amely közben az agy főbb csomópontjain csökkent aktivitás illetve konnektivitás jön létre, amely mérsékelt kognitív működést tesz lehetővé.

Pszichedelikumok és spiritualitás

A pszichedelikumok és spiritualitás közötti kapcsolat elméleti háttere ősi tradíciókban gyökerezik, amelyek szerint ezen szerek szent potenciállal rendelkeznek, amelyekkel a használók **képesek közvetíteni a kommunikációt az Istennel, az univerzummal stb.** Erre példaként az Ayahuasca említhető, amelyet rituális környezetben fogyasztanak például a Santo Daime vagy az União do Vegetal egyházakban (MacRae, 2004).

Holotróp állapotokban a világ spirituális dimenziója könnyebben érzékelhető, mint hagyományos tudati állapotban. Az élmények általában a természethez, a kozmoszhoz és archetípusokhoz köthetőek leginkább. Ezeket különböző felismerések illetve revelációkkísérik, amelyek közül a legérdekesebbek filozófiai, metafizikai és spirituális témákból származnak. Az élmények során megélt érzelmek is a megszokottól eltérőnek tűnhetnek; intenzívebbé válnak és természetük megváltozik. Ezek esetlegesen facilitálhatják a lélek halálát és újjászületését, vagy az egység érzését (Grof, 2000). Ide köthető a spiritualizmus fogalma, amelyet Dobkin de Rios és Janiger (2003) az 'egység' terminus alapján határozták meg úgy mint 'a kötődés vagy egység közvetlen észlelését' (116. o.). Így az LSD típusú élmények során a használók mélyebb spirituális kapcsolatot és az egység érzését élhetik meg. Empirikus viszonylatban, Pahnke a pszilocibin spiritualitásra gyakorolt hatását vizsgálta meg a hatvanas években vallásos személyek körében 6 hónapos utánkövetéssel. Rick Doblin végezte ennek a kísérletnek a hosszútávú utánkövetését. Az eredmények egyértelműen arra utalnak, hogy amennyiben a pszilocibint vallásos környezetben használják, kultúráktól független misztikus élményeket képesek eredményezni. Mindkét utánkövetés megerősítette Pahnke hipotézisét, miszerint a pszilocibin-használó csoport tagjai hosszú távú pozitív változást érzékeltek az attitűdjükben és viselkedésükben (Doblin, 1991). Hasonló eredményeket kaptak Griffith és mtsai (2006), mikor vallásos felnőtt személyek körében vizsgálták a pszilocibin hatásait. A miszti-

kus élmények számapszilocibin hatására nőtt és a szer hatásának lényeges egyéni és vallásos jelentősége volt. Továbbá a vizsgálati személyek pozitív változást érzektek az attitűdjükben és viselkedésükben. A szerzők a pszilocibin által okozott élményt hasonlónak tartják a spontán misztikus élményekhez.

2. MÓDSZER

Vizsgálati személyek

Összesen 120 művészt vontunk be a vizsgálatba hólabda technika segítségével, kényelmi mintavétellel. A bekerülés feltétele az volt, hogy a vizsgálati személyeknek professzionális művészeknek kellett lenniük, vagy művészhallgatóknak egy felsőoktatási intézményben. Az utóbbi csoportot a budapesti székhelyű Magyar Képzőművészeti Egyetemről és a Moholy-Nagy Művészeti Egyetemről válogattuk be. A művészek szakmáját tekintve különböző területekről származtak: irodalom (N=30), filmművészet (N=19), képzőművészet (N=8), vizuális (N=43) és alkalmazott művészetek (N=20).

Interjúk

Nyitott kérdéseket tartalmazó, félig strukturált interjúkat vettünk fel 2010 augusztusa és 2011 júliusa között. Minden interjút rögzítettünk, átlagos időtartamuk 10 és 45 perc közé volt tehető. Elsőként röviden bemutatuk a kutatást és rögzítettük a demográfiai adatokat. A vizsgálati személyeket azonban nem tájékoztattuk részleteiben a vizsgálat céljáról, hogy elkerüljük a nyelvi viselkedésükre gyakorolt lehetséges hatást.

Az interjútematikus szempontból két részből álltak: az első során a művészek az alkotási folyamatról alkottak véleményt; arról, hogyan élük meg, mit gondolnak róla, milyen speciális szokásaik vannak erre vonatkozóan (amennyiben vannak) stb. A második részben a pszichoaktív szer-használat és művészi alkotás közötti kapcsolatról számoltak be; használnak-e szereket az alkotáshoz, és ha igen, mit gondolnak a munkára, műalkotásokra és kreativitásra gyakorolt hatásukról.

Kérdőív

Egy rövid, strukturált kérdőívet alkalmaztunk minden interjú közepén a legális és illegális szerhasználati szokások feltérképezése érdekében. A dohányzásra és alkoholfogyasztásra vonatkozó itemek mellett a következő anyagok használatá-

ra kérdeztünk rá: kannabisz, ecstasy, amfetamin, kokain/crack, heroin és egyéb opiátok, LSD, ‘mágikus’ gombák, GHB, szerves oldószerek, szteroidok, alkohol gyógyszerekkel kombinálva és nyugtatók vagy altatók orvosi rendelvény nélkül. A kérdések a szerhasználat élettartam, elmúlt évi és elmúlt havi prevalenciájára vonatkoztak. A kérdőívből nyert adatok alapján a vizsgálati személyeket a pszichedelikus vagy kontrollcsoportokba soroltuk be.

A vizsgálati személyekcsoportosítása

A 120 fős összmintából 60 személyt azonosítottunk a szerhasználati szokások alapján. Kétharmadukat a tesztcsoportba osztottuk, mivel ők használtak pszichedelikumokat az elmúlt évben – amelyek jelen esetben az LSD-t és a pszilocibin tartalmú gombákat jelentették. A kontrollcsoport 28 főből állt; ők soha semmilyen pszichedelikus szert nem használtak. Ezen felül annak érdekében, hogy elkerüljük más szerek lehetséges hatásait illetve kereszt hatásait, azon személyeket, akik több mint háromszor ittak alkoholt az elmúlt hónapban és ezen alkalmakkor több mint négy italt fogyasztottak, kizártuk a csoportból. Hasonlóképp kizártuk azokat, akik az elmúlt év során kannabiszt vagy stimulánsokat (amfetamin, ecstasy vagy kokain) használtak. Kor tekintetében a 60 résztvevő életkora 20–62 évesig terjedt, emellett, a pszichedelikumokat használó csoport majdnem 10 évvel fiatalabb volt (átlag: 27,6 év, szórás: 5,8) a kontrollcsoportéhoz viszonyítva (átlag: 37,2 év, szórás: 10,9). A nemek arányát tekintve a tesztcsoportban a férfiak aránya 75%, míg a kontroll csoportban 71,4% volt.

Kvalitatív és kvantitatív adatelemzés

Az adatelemzés kvalitatív módszerével rejtett jelenségeket térképezhetünk fel szövegekben. Emellett a kutatók új mintázatok is felfedezhetnek, amelyek a társadalomtudományok területén dolgozóknak segítséget nyújthatnak kutatott témájukkal kapcsolatban. A kvalitatív tudás szerkezete jól felépített: mind klaszszikus kutatással kapcsolatos kézikönyvek (Denzin és Lincoln, 1994), mind szoftverek formájában (Atlas.ti, NVIVO stb.) elérhető. A kvalitatív adatelemzés elmélete és módszertana széles körben használatos: kitűnő kézikönyvek láttak napvilágot a különböző kvalitatív módszerekkel kapcsolatban a néprajz, akciókutatás, beszélgetéselemzés, diszkurzív pszichológia, narratív pszichológia, szociális reprezentáció és a megalapozott elméletterén (Willig és Stainton-Rogers, 2008; Smith, 2008). A kvalitatív adatelemzés szemlélete a pszichológia számos területén alkalmazható, úgymint szociál-, egészségpszichológia, fejlődéslektan, klinikai, tanácsadás, törvényszéki, illetve munka- és szervezetpszichológia.

Ebben a szakaszban a művészek interjúinak számítógépes kvalitatív elemzésére fókuszáltunk azzal a céllal, hogy a szerhasználat és művészi kreativitás kapcsolatának tekintetében új aspektusokat tárjunk fel.

A kvalitatív tartalomelemzéshez azAtlas.ti szoftvert alkalmaztuk. Elsőként minden interjút beírtunk a szoftverbe, ezt követte minden olyan mondat manuális szelekciója és kódolása, amely a pszichedelikus szerek használata és (a) az alkotási folyamat, illetve kreativitás, (b) tudatosság és (c) spiritualitás kapcsolataira vonatkozó utalásokat tartalmazott. Ezen munka outputja három olyan, a szoftver által generált szöveges fájl volt, amelyek csupán a kiválasztott mondatokat tartalmazzák. Ezeket használtuk a mondatok további alkategóriákra bontására, ahogy az alább, az eredmények részben látható. A mondatok szelekciója, az alkategóriákról történő értekezések és a kódolás a mi feladataink voltak. Előre egyeztetett kritériumok alapján, közös diszkusszió után minden szerző részt vett ezen folyamatokban.

Ez a fejezet a szöveges adatok kvantitatív elemzését, azaz a tartalomelemzést is magában foglalja. A kvalitatív elemzés exploratív természetével ellentétben a tartalomelemzés célja a mérés. A számítógépes tartalomelemzés képes a szövegekben megtalálható különböző szókatégoriák gyakoriságát illetően statisztikai adatot szolgáltatni. Emellett arra is használható, hogy az alanyok különböző csoportjait különféle viszonylatokban hasonlíthassuk össze (Berelson, 1952/1971; Krippendorff, 2004; Neuendorf, 2002).

Adataink kvantitatív tartalomelemzésének célja a pszichoaktív szerek verbális viselkedésre gyakorolt hosszú távú hatásának vizsgálata volt. Egy korábbi nyelvi viselkedést kutató vizsgálatunkban (Iszák, Ehmann, Demetrovics, 2011) sem kognitív, sem érzelmi különbségeket nem tudtunk kimutatni a kannabiszt használó, illetve a nem szerhasználó kontrollcsoport között. Ez alkalommal szándékunkban állt a szó-, és kifejezés-kategóriákat kiterjeszteni további számítógépes tartalomelemzés céljából. Ebben a kutatásban arra voltunk kíváncsiak, hogy a három szókatégoria – kreativitás, tudatosság és spiritualitás – mennyit kimutatható-e statisztikailag szignifikáns különbség a szerhasználó és nem szerhasználó csoport tagjainak szóhasználata között.

A kvantitatív tartalomelemzés a NooJ nyelvi fejlesztő környezet segítségével történt (Silberzstein, 2004). A NooJ nem kifejezetten tartalomelemzésre szolgál, hanem korpuszlingvisztikai nyelvi fejlesztő környezet. Két figyelemre méltó előnnyel rendelkezik a többi programhoz képest: nemcsak egyes szavakat képes azonosítani, hanem idiómákat is, és ezért alkalmas a többnyelvű tartalomelemzésre is. Az adatfeldolgozás folyamata a következő volt: (a) minden szöveget beletettünk egy elektronikus corpusba; (b) ez alapján a szoftver generált egy szógyakoriság listát; (c) a listából három kategóriát válogattunk ki – kreativitás (pl. eredeti, autonóm, metafora, váratlan), tudatosság (pl. álom, automatikusan, tudatában van, ego), spiritualitás (pl. energia, hinni, igaz, Isten); (d) ezen három kategória eloszlását elektronikusan számítottuk ki a teszt-, és kontrollcsoportra

vonatkoztatva; (e) a két csoport közötti statisztikai szignifikancia kiszámítása t-próba segítségével valósult meg.

3. EREDMÉNYEK

A művészek szubjektív élményei a vizsgálat fontos elemeinek tekinthetők. A pszichedelikus csoport tagjainak idézeteivel szemléltetjük a pszichedelikumokról alkotott véleményüket. Etikai okokból minden személyt kódoltunk. Így például a Psyched_01_F kóddal azonosítjuk a pszichedelikus csoport első női alanyát.

Pszichedelikumok és kreativitás

Segíthetik-e a pszichedelikumok a művészek munkáját?

A pszichedelikus csoportban kilenc személy (28%) állította azt, hogy LSD és mágikus gomba hatása alatt képtelenek dolgozni és elérni a kreatív állapotot a szerek erős hatásai miatt. 22 személy (68%) viszont úgy gondolta, hogy a megváltozott tudatállapot tekintetében a pszichedelikumok hasznosak lehetnek a kreatív folyamat inspirációs fázisában.

„De hogy volt is egyszer egy ilyen próbálkozásom, hogy na, akkor most beelesdézve írjunk, és az milyen jó lesz. És, mit tudom én, írtam két mondatot, és aztán rájöttem, hogy most nem a fehér papírt kéne nézni, hanem úgy a körülöttem lévő színes dolgokat, mert a fehér papír, az össze-vissza hullámszik, de most ez nem fog nekem ihletet adni.” (Psyched_01_F).

„.....De így ötletgyűjtésre, meg így inspirációnak tökéletes.” (Psyched_06_M).

„Tehát a hallucinogén kábítószerекnél inkább, mert ugye különböző vizuális dolgokat láthat az ember, vagy olyan tudati állapotba kerülhet, ahogy normális esetben soha, és esetleg egy ilyen önvizsgáló és egy ilyen mérlegelő dologból esetleg kijöhet valami, tehát, ami áttételesen kihathat mondjuk az alkotásra.” (Psyched_13_M).

Pszichedelikumok hatása alatt született alkotások

Nyolc személy (25%) próbált meg a pszichedelikumok használatával konkrétan alkotni. A művészek az így született műveket eltérőnek értékelik a normál tudatállapotban készületektől.

„De, hogy mondjuk például rajzolni begombázva, olyan már volt, és azokat így ki is tettem a falamra, mert azok ilyen nagyon érdekes rajzok lettek. Ott is ez az egymásból kiágazó, de hogy emberi arc. És akkor, mit tudom én, azon belül meg valami ki-

sebb jelenet. Szóval ilyen, ilyen furcsa, ilyen, kicsit ilyen dimenzió egybecsúszások szerű dolog.” (Psyched_01_F).

„... egy kép, ami, az beleszedve készült, de abból is így nagyon sok ötlet megszületett, meg mit tudom én, szóval így általában ezek jó százalékban jól sülnek el. Mondjuk ilyen, az esetek 97%-ában jól sülnek el.” (Psyched_06_M).

„... egyszer egy barátommal írtunk egy novellát, nagyon betrippezve, tehát beleszedve. Az lett a címe, hogy A fogászka. Hát nem mondom, hogy ki fogják adni, de egy nagyon, nekem még mindig nagyon szórakoztató mű. Pontosan rekonstruálja nyelvileg ezt a másfajta flow-t, amit ez az állapot okoz. Tehát, ez a, ilyen burjánzás, és egy helyen megállapodásra képtelenséges állapot.” (Psyched_18_M).

Pszichedelikumok és tudatosság

Az összefüggések megértésére való jobb rálátás

A tesztcsoport huszonhárom személye (71%) azt hangsúlyozta, hogy módosult tudatállapotban nem kreatívabbnak érzik magukat, hanem inkább azt, ahogyan a dolgok közötti kölcsönös viszonyok összefüggnek, máshogyan látják amegváltozott perspektíva okán. Új és mélyebb összefüggések élményeiről, a gondolkodás felszabadulásáról és introspekcióról számoltak be:

„Nem kreatívnak szoktam magam érezni LSD hatása alatt, hanem inkább jobb összefüggés kutatónak.” (Psyched_18_M).

„... amikor, mondjuk dolgok között keresünk kapcsolatot, akkor ezek a szerek segíhetnek annyiban, hogy megpróbáljuk valami más dolgok, vagy más oldalról nézni a dolgokat. És esetleg felszabadultabban tudunk gondolkodni, és a saját agyunkban keresgélni, és kapcsolatokat keresni.” (Psyched_08_F).

Jobb gondolkodási készség

Huszonegy alany (65%) érzékelt bizonyos változásokat a gondolkodás folyamatában. Ehhez kapcsolódva említhető, hogy a pszichedelikumok megváltoztatják a használók gondolkodási folyamatait, az eddigiektől eltérő látásmódot adva, amely a szerhatás elmúltával is fennállhat. Az alanyok továbbá azt gondolják, hogy ezen szerek emelik a tudatosságot.

„... de alapvetően én az LSD-vel vagyok úgy, meg a gombával, hogy az egy olyan dolog, ami nagyon jó útra tudja téríteni ezt a dolgot, hogyha az ember okosan használja, meg nem minden nap ízé, örület, hanem tényleg ezt lehet úgy csinálni, hogy szépen

átgondolja, és akkor általában vannak ezek a párhuzamos gondolatok, és akkor találkoznak, és akkor abból teljesen abszurd dolgok szoktak születni.” (Psyched_06_M).

„... inkább a tapasztalás, meg az érzékelésnek a megváltozása okozza azt az élményt, amitől én végül is, amikor az ember alkot, akkor is arra van szüksége, hogy megváltoztassa a saját érzékeit, bele tudjon kerülni valami olyan hangulatba, amibe amúgy nem. Tehát ebben tud segíteni, hogy mutat egy ilyen prototípust arra, hogy hogyan lehet máshogy gondolkodni” (Psyched_11_M).

A tudattalan használata az alkotási folyamatban

Tizenötén (46%) gondolták úgy, hogy mind tudatos, mind tudattalan tartalmakkal dolgoznak. A tudattalan részek dominálása esetén a művészek úgy érzik, hogy nem ők dolgoznak, csupán a folyamat részeiként élik meg az alkotást. A vizsgálati alanyoka pszichedelikumok által kiváltott állapotok és az alkotási folyamat összehasonlítására szolgáltak példákkal; a két fogalom a módosult tudatállapot tekintetében hasonlít.

„Képeket is azért látok, mert igazából az agyamnak elkezd egy olyan regisztere működni, amit tényleg már nem is én szabályozok. Na most az ember azért ezt el tudja sajátítani, vissza tud rá emlékezni.”... „Tehát a gondolataidnak a sebességét, azokat vissza tudod rakni arra a szintre, ha egyszer már megtanultad.” (Psyched_07_M).

„... az agy lekapcsol és akkor, hoppá, csináltam valamit, visszanézem, és na, ez már jó ritmusban, vagy hoppá, mi ez az effekt? Működik, és akkor jön a ráeszmélés, hogy valami történt.” (Psyched_09_M).

„Szóval, megint csak a vízió. Tehát az, ami inkább olyan módosított tudatállapotban.” (Psyched_09_M).

Pszichedelikumok és spiritualitás

Egy magasabb egységhez való kötődés

Huszonöt személy (78%) gondolta úgy, hogy a pszichedelikumok pozitívan befolyásolták fejlődésüket a spiritualitásról alkotott képüket illetően. Egy olyan speciális tudatosságról számoltak be, amely a nyugalom és teljesség érzését nyújtja. Emellett a gondolkodás hiányát és a munka könnyűségét hangsúlyozták a normál tudati működéshez viszonyítva.

„Hát főleg az LSD azért csinál egy olyat, hogy pont ezt a speciális nézőpontot megkapja az ember, ami olyan, hogy mindenre jobban rálát. Tehát nagyon hasonló ahhoz, amiről a klinikai halál állapotát megélt emberek számolnak be. Egy olyan fajta

tudatosság, ami egyfajta látás, de nem ez a fizikai látás, hanem egyszerűen tudom, hogy hol és hogyan. És ez végtelenül megnyugtató, mert úgy valahogy minden pont a helyén van, és rendben van.” (Psyched_02_F).

„Nagyon érdekes volt, mert ott teljesen ilyen absztrakt dolgok lettek belőle, és ugye teljesen máshogy érzékeltem dolgokat. Meg, hát úgy éreztem, hogy nem kell gondolkoznom, tehát, hogy ez ami, egy normális alkotásnál megvan, hogy az ember így tudja, hogy mit miért rajzol, az ott teljesen megszűnik. Tehát volt olyan is, hogy csak úgy rátettem a kezemet a papírra, és anélkül, hogy a tudatomban ott lett volna, hogy én mozgatom a kezemet, így szaladt a ceruza.” (Psyched_04_F).

A művel való azonosulás érzése

Húsz művész (62%) érzett egységet az épp alakulóban lévő művel. Az alkotás néhány pillanatában azt érezték, hogy a művön kívül nem is léteznek. Úgy látták a műveket, mint a világ egy másik dimenzióját a normál tudatállapotban megéltékhez képest.

„... konkrétan emlékszem arra, hogy mintha létrehoztam volna valamit. Tehát, ahogy rajoltam, meg alakítottam, úgy együtt lélegzett az egész dolog velem.” (Psyched_04_F).

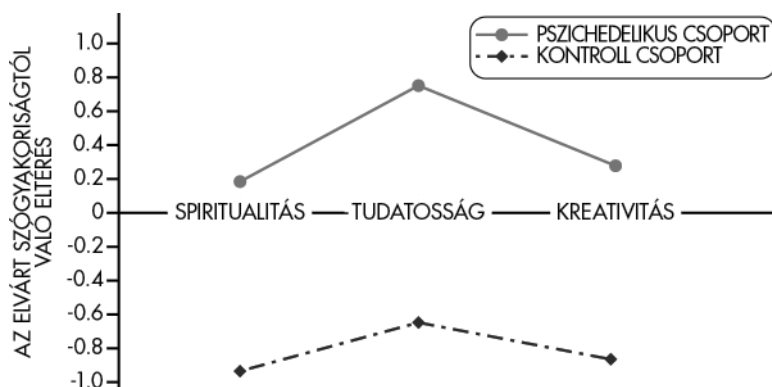
„... minthogyha még az is megszűnne, hogy én ki vagyok. Szóval ebből a szempontból igen, mert végül is igazából csak a kép van előttem, ahogyan ott vagyok.” (Psyched_04_M)

„Plusz a képnek a terébe belevonódom, és akkor az egész más dimenzió, mint amik a külvilágnak a tárgyai, és néha nagyon nehéz visszajönni. Nagyon nehéz átkerülni is, meg nagyon nehéz visszajönni is. Vagy nem könnyű átkerülni, de nehéz visszajönni, ez biztos.” (Psyched_23_M).

Kvantitatív tartalomelemzés

A kvantitatív tartalomelemzés statisztikai eredményei szerint a szógyakorlás mindhárom kategóriát tekintve szignifikánsan magasabb a pszichedelikumokat használó csoport esetében a kontrollcsoporthoz viszonyítva (kreativitás: $t = 4,813$, $p < 0,001$; tudatosság: $t = 3,463$, $p = 0,001$; spiritualitás: $t = 3,021$, $p = 0,004$) (1. ábra).

Hangsúlyozandó azonban, hogy ezen eredmények nem azt tükrözik, hogy az LSD- és mágikusgomba-fogyasztók kreatívabbak, tudatosabbak vagy spirituálisabbak lennének, mint a nemhasználók. A megállapítások arra utalnak, hogy a fenti három kategória fogalmai és kérdéseizeket a személyeket jobban érdeklik, mint a kontrollcsoportot, és valószínűbb, hogy az ide kapcsolódó szavakat a spontán beszédük soránhasználni fogják.



1. ábra Pszichedelikus szerhasználók és kontroll személyek szóhasználata

4. DISZKUSSZIÓ

Ahogy azt feltételeztük, a tanulmány eredményei arra mutattak rá, hogy a pszichedelikus szerek használatának hatása van a **művészek** verbális viselkedésére. Szignifikáns különbséget találtunk mindhárom szó kategóriára vonatkoztatva a pszichedelikus és kontrollcsoport között (ld. 1. ábra). Ez azt sejteti, hogy a pszichedelikum-használók jobban tudatában vannak a kreativitással, tudatossággal és spiritualitással való kapcsolatuknak, mint a kontrollcsoport tagjai. A művészek beszámolóinak fontossága megkérdőjelezhetetlen szubjektív tartamuk miatt, emellett alátámasztják az irodalomban fellelhető elméleti feltevéseket is.

Pszichedelikumok és kreativitás kapcsolatát tekintve a pszichedelikumokat használó művészek egy kisebb hányada számolt be arról, hogy képtelen szerhatás alatt a konkrét alkotásra az érzékelés erőteljes változása miatt. Ez alátámasztja Fischer (1972) állítását, amely szerint a kreatív eredményesség nem feltétlenül javul pszichedelikus szerek használata során. Ezzel ellentétben a művészek kétharmada azt gondolta, hogy ezen szerek segítenek az inspiráció fejlesztésében és új ötletek megjelenésében, amely támogatja Masters és Houston (2000) éshazaiviszonylatban Frecska és mtsai (2012) azon gondolatát, hogy a pszichedelikumok a kreativitás facilitálására használhatók. A műveket tekintve a pszichedelikumok hatása alatt készültek egyértelműen eltérnek azoktól, amelyeket normál tudati állapotban alkottak, ami megegyezik Dobkin de Rios és Janiger (2003) illetve Fischer és Scheib (1971) tanulmányainak eredményeivel.

Az összefüggések élményét megérteni azt, ahogyan a dolgok kölcsönösen egymáshoz kapcsolódnak – a pszichedelikum-használat fontos elemének tekinthetjük. Ez Farthing (1992) 'interpretatív introspekció' terminusához köthető abban az értelemben, hogy a személyek mélyebben foglalkoznak az érzelmeik-

kel és gondolataikkal szerhatás alatt, mint teszik azt más alkalmakkor. A megváltozott gondolkodási képességük, a mérsékelt kognitív funkciók jelenléte támogatják Carhart-Harris és mtsai (2012) fent bemutatott eredményeit. A kreatív folyamat módosult tudatállapotként történő felfogása és a művészek azon hite, hogy a pszichedelikumok fokozzák a gondolkodásukat megerősítik a fent Grof (2000) és Grinspoon és Bakalar (1979) által leírt jelenségeket. A művészek továbbá gyakran hasonlították a pszichedelikumok által okozott módosult tudatállapotot az alkotásban is fellelhetőhöz, amelyekben a közös pont Csíkszentmihályi (1998) 'aha' élményének fokozottabb jelenléte.

A spiritualitás témáját illetően a művészek gyakran számoltak be a Dobkin de Rios és Janiger (2003) által bevezetett egység koncepciójáról. Ezt a felszabadság és a szentség érzése kíséri, amelyeket McCabe (1974) mint a pszichedelikus csúcslélmény jellemzőit határozta meg. A művészek arról is beszámoltak, hogy a pszichedelikumok pozitívan befolyásolták a spiritualitáshoz való viszonyukat, amely látható a Pahnke és Doblin által véghezvitt vizsgálatban (Doblin, 1999). Az egység megélésének egy másik aspektusa magában foglalja a művészek azonosulását művükkel. Tanulmányunk nem mentes a korlátoktól. Kényelmi mintavételt alkalmaztunk, így az eredmények általánosíthatósága limitált. Emellett a kérdőív korlátozott számú pszichedelikus szert tartalmazott, amelynek eredményeként nem vontunk be olyan alanyokat, akik más pszichedelikus anyagot használtak, mint az LSD vagy a pszilocibin tartalmú gombák. Továbbá új pszichedelikus szerek tűntek fel az utóbbi időben, amelyek vizsgálata akár művészek körében is biztosan érdekes eredményekkel járna. Ezek mellett, a kérdőíviteinemem utaltak a pszichedelikumok mennyiségére, így ezt nem vetjük figyelembe, amely esetlegesen további egyéni eltéréseket eredményezhet; a jövőbeni vizsgálatok során a szerhasználókat a pszichedelikum-fogyasztás gyakorisága és/vagy a használt mennyiség szerint lehetne csoportosítani.

5. KÖVETKEZTETÉSEK

Végezetül a művészek azt gondolják, hogy az alkotás lehet olyan módosult tudatállapot, amely során azt érzik, hogy egy másik dimenzióban vannak (vagy legalábbis más szemszögből tekintenek a világra, mint általában). Ez a kapcsolat a pszichedelikumokkal, amelyek szintén olyan speciális látásmódot adnak, amely a hatás múltával is megmaradhat. A művészek a pszichedelikumok fogyasztását inspiratív, transzformatív eseményként élik meg. Azt is láthattuk, hogy a módosult tudatállapot mindennapos eleme a művészek életének, akik ezt többféleképpen érhetik el, ide tartozik például a meditáció vagy egyszerűen csak az alkotásra való fókuszáltság állapota. Mindenesetre a munkájukat kísérő szélsőséges érzelmi nyomás miatt mindenképp szükségük van a módosult állapotok jelenlétére.

IRODALOM

- Berelson, B. (1971). *Content analysis in communication research*. (Original work published in 1952). New York, NY: Hafner Publishing Company.
- Berge, T.J. (2002). Jekyll and Hyde revisited: Paradoxes in the appreciation of drug experiences and their effects on creativity. *Journal of Psychoactive Drugs*, 34(3), 249-262.
- Carhart-Harris, R. L., Erritzoe, D., Williams, T., Stone, J. M., Reed, L. J., Colasanti, A., Tyacke, R. J., Leech, R., Malizia, A. L., Murphy, K., Hobden, P., Evans, J., Feilding, A., Wise, R. G., & Nutt, D. J. (2012). Neural correlates of the psychedelic state as determined by fMRI studies with psilocybin. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109, 2138-2143.
- Csikszentmihályi M. (1998). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. Oxford: Oxford University Press.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (1994). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Dobkin de Rios, M., & Janiger, O. (2003). *LSD, spirituality, and the creative process*. Rochester, VT: Park Street Press.
- Doblin, R. (1991). Pahnke's "Good Friday Experiment": A long-term follow-up and methodological critique. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 23(1), 1-28.
- Doblin, R., Beck, J. E., Chapman, K., & Alioto, M. D. Oscar Janiger's Pioneering LSD Research: A Forty Year Follow-up. *From the Bulletin of the Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies*, 7-21.
- Farthing, G. W. (1992). *The psychology of consciousness*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, Inc.
- Fischer, R., & Scheib, J. (1971). Creative performance and the hallucinogenic drug-induced creative experience or one man's brain-damage is another's creativity. *Confinia Psychiatrica*, 14, 174-202.
- Fischer, R., Fox, R., & Ralstin, M. (1972). Creative performance and the hallucinogenic drug-induced creative experience. *Journal of Psychoactive Drugs*, 5(1), 29-36.
- Frecska, E., Móré, C. E., Vargha, A., & Luna, L. E. (2012). Enhancement of creative expression and entoptic phenomena as after-effects of repeated ayahuasca ceremonies. *Journal of psychoactive drugs*, 44(3), 191-199.
- Griffiths, R. R., Richards, W. A., McCann, U., & Jesse, R. (2006). Psilocybin can occasion mystical-type experiences having substantial and sustained personal meaning and spiritual significance. *Psychopharmacology*, 187(3), 268-283.
- Grinspoon, L., & Bakalar, J. B. (1979). *Psychedelic drugs in the twentieth century*. New York, NY: Basic Books.
- Grof, S. (2000). *Psychology of the future: lessons from modern consciousness research*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Iszák, F., & Demetrovics, Z. (2011). Balancing between sensitization and repression: The role of opium in the life and art of edgar allan poe and samuel taylor coleridge. *Substance use & misuse*, 46(13), 1613-1618.
- Iszák F., Ehmann B., & Demetrovics Zs. (2011). *Az alkohol- és a marihuána-használat okozta mintázati eltérések kreatív alkotók körében*. Előadás a Magyar Addiktológiai Társaság VIII. Kongresszusán („Kutatás és gyakorlat az addiktológiában”). Siófok, 2011. November 24-26.

- Jones, M. T. (2007). The creativity of Crumb: Research on the effects of psychedelic drugs on the comic art of Robert Crumb. *Journal of psychoactive drugs*, 39(3), 283-291.
- Knafo, D. (2008). The senses grow skilled in their craving: Thoughts on creativity and addiction. *The Psychoanalytic Review*, 95(4), 571-595.
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Krippner, S. (1968). The psychedelic state, the hypnotic trance and the creative act. *Journal of Humanistic Psychology*, 8, 49-67.
- MacRae, E. (2004). *The ritual use of ayahuasca by three Brazilian religions*. Retrieved from: http://neip.info/upd_blob/0000/647.pdf.
- Masters, R. E. L., & Houston, J. (1968). *Psychedelic art*. New York, NY: Grove Press.
- Masters, R. E. L., & Houston, J. (2000). *The varieties of psychedelic experience: The classic guide to the effects of LSD on the human psyche*. South Paris, ME: Park Street Press.
- McCabe, O. L. (1974). Psychedelic (LSD) psychotherapy: A case report. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 11(1), 2.
- Móró, L., Simon, K., Bárd, I., & Rácz, J. (2011). Voice of the psychonauts: Coping, life purpose, and spirituality in psychedelic drug users. *Journal of psychoactive drugs*, 43(3), 188-198.
- Neuendorf, K. (2002). *The content analysis guidebook*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
- Sessa, B. (2008). Is it time to revisit the role of psychedelic drugs in enhancing human creativity?. *Journal of Psychopharmacology*, 22(8), 821-827.
- Silberstein, M. (2008). *NooJ v2 Manual*. www.nooj4nlp.net
- Smith, J. A. (Ed.) (2008). *Qualitative psychology. A practical guide to research methods*. Los Angeles, CA: SAGE.
- Ujváry I., & DemetrovicsZs. (2009). A hallucinogének. In: Demetrovics Zs. (Szerk.). *Az addiktológia alapjai II.* (pp. 151-205). Budapest: ELTE Eötvös Kiadó.
- Willig, C., & Stainton-Rogers, W. (Eds.) (2008). *The SAGE handbook of qualitative Research in Psychology*. Los Angeles, CA: SAGE.
- Zinberg, N. E. (1984). *Drug, set and setting. The basis for controlled intoxicant use*. New Haven, CT: Yale University Press.

MÚLT- ÉS JELENBELI TAPASZTALATOK ÖSSZEFONÓDÁSAI A PÁRKAPCSOLATBAN ÉS AZ ANYASÁGBAN

Dr. Hadházi Éva PhD¹, Hajdu Ildikó²

¹ KRE Pszichológiai Intézet, Fejlődéslélektani Tanszék
e-mail cím: ahadhazi@enternet.hu

² KRE Pszichológiai Intézet, MA pszichológushallgató

Absztrakt

Önbeszámolás eljárással 685 kisgyermekes anya anyasággal kapcsolatos érzéseit, viselkedéses megnyilvánulásait, párkapcsolati megéléseit vizsgáltuk és vetettük össze saját gyermekkori élményeivel.

Eredményeink szerint az anya minél pozitívabb emléket őriz saját szülei párkapcsolatáról, annál jobb minőségű aktuális párkapcsolati megélésről, elégedettségéről ad számot, ami bejósolható a párja részéről észlelt gondoskodásból. A partneri támogató magatartás észlelése pozitívabb és kompetensebb anyai megélésben tükröződik.

Együttjárást találtunk a nő szüleinek párkapcsolati harmóniája és a szülői bánásmód között, ami felnőttként kompenzatórikus formában tetten érhető az anyai magatartásban (pl. hordozásban).

A saját tervezettség és vártság a gyermekkori élmények minőségében, a saját gyermek vártsága pedig az aktuális párkapcsolati harmóniában tükröződik.

Eredményeink a párkapcsolati minőség transzgenerációs hatásmechanizmusainak rendszerbe ágyazottságára hívják fel a figyelmet.

Kulcsszavak: anyaság ■ hordozás ■ párkapcsolati minőség ■ szülői bánásmód ■ transzgenerációs hatások

Abstract

Our research examined the maternal feelings, behaviours and couple relationships of 685 mothers with small children and compared them to their childhood experiences based on a self-reported questionnaire.

Data show that the more positive memories the mother has on her parents' couple relationship the better quality of her current couple relationship is. The woman's relational satisfaction is proven to be predictable by the perceived caring behaviour of her partner, which is reflected in more positive and competent maternal feelings.

Correlation was found between the woman's assessment of her parents' couple relationship and parental bonding, which is manifested and compensated in her actual maternal behaviour (e.g. kangaroo care).

The pregnancy planning in her family of origin seems to be reflected in the quality of

childhood experiences; and the expectance of her own child is expressed in her actual relationship harmony.
Our results highlight the need for a systemic approach in deeper understanding the transgenerational mechanisms of couple relationship.

Keywords: mothering • couple relationship quality • parental bonding • transgenerational effects

ELMÉLETI HÁTTÉR

Gyermekkorai élménymintázataink

A népi intellem „Nézd meg az anyját, vedd el a lányát!” jól tükrözi azt a valószínűleg megfigyelésen alapuló bölcsességet, miszerint a szülői megnyilvánulások ismeretéből következtetni lehet a következő generáció viselkedésmintáira, reakcióira. A tudomány a szokások, viselkedésminták, elvárások generációkon keresztüli átöröklését transzgenerációs transzmisszióknak nevezi (Varga, 2010). Mára egyre több empirikus – nem csak a klinikai munka területéről ismert – adatunk van arról, hogy transzgenerációs hatások érvényesülnek emberi kapcsolatainkban, bár átöröklésükre nem tudunk kimerítő tudományos magyarázattal szolgálni.

C. P. Cowan és P. A. Cowan (1992) foglalják össze a transzgenerációs átöröklést biztosító mechanizmusokat. Öt jelentős tényezőt emelnek ki: (1) genetikai és biológiai mechanizmusokat (ld. szintén Varga (2011b) tanulmányát a transzgenerációs epigenetikai kutatásokról), (2) a gyermek azonos nemű szülője felettes énjének internalizációját az identifikációs folyamatban, (3) a belső munkamodellek kialakítását a kötődési személyekkel átélt tapasztalatok alapján, (4) az utánzott magatartásmódokat, melyeket a szociális, obszervációs tanulás során sajátít el a személy, (5) a származási családban megtapasztalt szülői párkapcsolatot. Ez utóbbit tekintik Cowanék központi tényezőnek.

Varga (2009) szerint már a születést követő nagyon korai időszak tapasztalatai is megjelenhetnek a felnőttkori szexualitás, szülés, párválasztás, elköteleződés mintázataiban. Az elmúlt évtizedekben számtalan kutatás és elméletalkotó hangsúlyozta az eredeti családban szerzett kötődési tapasztalatok akár generációkon keresztül történő átöröklődését (Ainsworth és Bowlby, 1991; Fonagy, Steele, Steele, 1991; Wampler, Shi, Nelson, Kimball, 2003; Cowan és Cowan, 1992; Şen és Kavlak, 2012), amelyek a majdani intim kapcsolatokban (szülő-gyermek és párkapcsolatban) is éreztetik hatásukat. Cox és mtsai (1985) vizsgálatában is a saját szülővel való kapcsolat jósolta be a saját gyermekkel való kapcsolat minőségét, valamint az azonos nemű szülővel kapcsolatos percepciók voltak a legjobb prediktorai az alkalmazkodási folyamatnak. Paley, Cox, Harter,

Margand (2002) pedig azt találták, hogy a bizonytalanul kötődő apák és feleségeik családjában a szülés utáni első két évben inkább konfliktusos a házastársi kapcsolat, mint a biztonságos apákéban. Az anyák ugyanis a támogatást elsősorban a párjuktól várják (Cox, Owen, Lewis, 1989; Levitt és mtsai, 1986, idézi Danis, 2007; Hadházi, 2002), s ha az apa bizonytalan, valószínűleg kevésbé képes támogatni, ami a konfliktusokat felerősítheti, generálhatja. Belsky és Isabella (1985) is azt találták, hogy a szülők minél melegebb és óvóbb környezetben nőttek fel, annál kedvezőbbek a házastársi változások a gyermekük érkezése után, míg, akik hideg, elutasító szülői környezetben nőttek fel vagy konfliktusos szülői háttérrel rendelkeztek, azok alkalmazkodnak a legrosszabbul a saját gyermek születése után. Továbbá Cowan és Cowan (1992, 2009) több tanulmányukban hangsúlyozzák a transzgenerációs hatást illetően, hogy nem csak a kötődési minták, hanem a szülői bánásmód is hasonlóképpen átöröklődhet.

A párkapcsolati minőség és a szülőség

Optimális párkapcsolaton a kölcsönösen megtapasztalt és reciprok módon kifejezésre juttatott romantikus érzelmeken (szerelmen) alapuló kapcsolatot értjük (Simon, 2008). Manapság eléggé elterjedt főleg a nyugati kultúrkörben, hogy a hosszú távú elköteleződések, amilyen a házasság, vagy az élettársi kapcsolat, a kölcsönös romantikus érzelmekre épüljenek, így optimális esetben a pár tagjai őszinte vonzódást éreznek egymás iránt, kapcsolatukat a bizalom, empátia, egymás értékelése és közös problémamegoldás jellemzi (Satir, 1999).

A kapcsolati elégedettség független attól, hogy a partner viselkedése a valóságban objektíve is tükröződik-e, vagy csupán a társa részéről szubjektív érzelmi hatások által előidézett „pozitív illúzió” (Murray, Holmes, Griffin, 1996). Ezért is tekinthetjük megbízhatónak azokat a kutatásokat, amelyek releváns információkat a partner percepciójáról való szubjektív beszámolókat tartják. Murray és mtsai (2005) szerint az, hogy milyennek észleli valaki a párját, meghatározza a kapcsolati biztonságot. Metha, Cowan, Cowan (2009) a párkapcsolati kötődés szerepét hangsúlyozzák a házastársi interakciókban, miszerint a párkapcsolati kötődés biztonságából bejósolhatóak a pár között megfigyelhető érzelmi megnyilvánulások. Amennyiben a szülők kapcsolata érzelmileg rideg, ellenséges, az az egész családra, s végső soron a gyermek(ek)re is súlyos következményeket ró (Murányi-Kovács és Kabainé-Huszka, 1988), sérülnek a szülői funkciók, és a gyermekek kevésbé biztonságot adónak élik meg szüleiket (Cowan, Cowan, Metha, 2009; Woodhouse, Dykas, Cassidy, 2009). Gauthier, Guay, Senécal, Pierce (2010) összefüggést mutattak ki a nő párkapcsolati minősége és szülés utáni depressziója között, ami az anyai kompetencia megítélésével mutat együttjárást. Wong, Brown, Mangelsdorf, Neff (2009) azt találták, hogy a párkapcsolat minősége szerepet játszik a szülők (kiemelten az apák) gyermekük

felé irányuló szenzitív magatartásában, ami hat a gyermek kötődési biztonságára. A NICHD munkatársai (2000) valamint Grych és Clark (1999) által vezetett kutatás szerint azok az apák vonódnak mélyebben be a gyermekük gondozásába, ahol az anyák nagyobb párkapcsolati intimitásról számolnak be.

ÁTHANGOLÁS

Amint látjuk, a párkapcsolati kötődéssel összefüggnek a pár közötti érzelmi megnyilvánulások, amelyek pedig a teljes család működését alapvetően hangolják. Fontos azonban az, hogy a pár tagjainak adott esetben gyermekkorból hozott kedvezőtlen kötődési munkamodelljei megváltozhatnak, illetve nem feltétlenül hatnak determinisztikusan a későbbi kötődési státuszra.

A legtöbb kutatás a gyermekkori kötődési státusz megváltoztathatóságára született. Ezek nagy része a biztonságos kategóriából a bizonytalan, vagy a dezorganizált csoportba való átsorolódást magyarázta hitelt érdemlően. Az azonosított háttértényezők rendszerint stresszteli, kritikus helyzetek, traumatikus életesemények, illetve ezek kumulálódása, melyek a család működését befolyásolva hatnak a szülők viselkedésén keresztül, a szülő-gyermek kapcsolatra, megváltoztatva a gyermek reprezentációit a kötődési személyekről (Waters, Merrick, Treboux, Crowell, Albersheim, 2000; Hamilton, 2000; Moss, Cyr, Bureau, Tarabulsy, Dubois-Comtois, 2005; Thompson, Lamb, Estes, 1982; Bar-Haim, Sutton, Fox, Marvin, 2000). Aránytalanul kevesebb olyan tanulmány és elmélet van, ami a bizonytalanból biztonságos kategóriába való átsorolódás háttértényezőit vizsgálja (Thompson és Raikes, 2003). Ezért a párkapcsolat gyermekkori mintákra gyakorolt korrekciós hatásával kapcsolatban az általunk jelenleg ismert legátfogóbb, P. Cowan és C. Cowan neve által fémjelzett kutatócsoport vizsgálatait tekintjük mérvadónak. A Cowan szerzőpáros (1992) hangsúlyozza, hogy amennyiben mindkét gyermekkori családi minta konfliktusokkal terhelt, nagy valószínűséggel a közös családban is megismétlődnek a tanult negatív minták. (Fontos tehát szem előtt tartani, hogy mindkét szülő örököl egy sajátos lelki-szellemi hozományt gyermekkori családjától, amelyek együttese, illetve egymásra hatása révén formálódik a közös családi élet, és vele együtt az új család konfliktuskezelési lehetőségei és stratégiái (Ranschburg, 1980).) Kiemelendő azonban, hogy két különböző gyermekkori háttér esetén az apa gyermekkori tapasztalati mintái lesznek hangsúlyosabbak, és alakítják a felnőttkori családi miliő kapcsolati mintáit. Az anya konfliktusos korai kötődési tapasztalatait korrigálni képes a biztonságosan kötődő apa hozott mintája és ezzel összhangban levő viselkedése. Így lehetőség van arra, hogy pozitívan befolyásolja mind az anya-gyermek kapcsolatot, mind az anya saját szerepével való megelégedettségét. Danis (2007) eredményei is azt bizonyították, hogy az apai változók erősebb hatással voltak az anya-gyermek kapcsolat varianciájára, mint az anyai változók.

Szintén a kötődési státusz determinisztikus hatását cáfolják a korábban említett Metha, Cowan, Cowan (2009) kutatási eredményei is, miszerint bár a párkapcsolati kötődés biztonságából bejósolhatóak a pár között megfigyelhető érzelmi megnyilvánulások, azonban a felnőtt kötődésből (adult attachment) nem.

Ismeretes az is, hogy az anyai szenzitivitás megváltozásának hatására is módosulhatnak transzgenerációs hatások. Vannak olyan vizsgálatok (Atkinson és mtsai, 2005), melyek az anyai kötődés szerepét a gyermek kötődésének alakulásában az anyai érzékenységen keresztül gondolják érvényesülni. Így az anyák szenzitivitását mediátor tényezőnek tartják. Amennyiben az anya nem a kötődés szerinti mintáját követi, hanem a gyermek igényeire érzékenyen válaszol, akkor a babára való érzékenysége felülírja a maladaptív kötődési stratégiáját, blokkolva annak átörökítését. Wolf és van Ijzendoorn (1997) vizsgálatukban azt találták, hogy a biztonságos kötődés kialakulásában szerepe van: az anyai szenzitivitásnak, az interakciós szinkronitásnak, kölcsönösségnek illetve az anyai viselkedésben megmutatkozó stimulációnak, pozitív érzelmeknek a csecsemő iránt és az érzelmi támogatásnak. Láthatjuk, hogy van lehetőség a változtatásra, a rossz tapasztalatok felülírására, de ehhez szükséges, hogy a környezet megváltozzon, ez esetben az anyai környezet megváltozásával – fokozott érzékenység, válasz készség – nem adódik át a kedvezőtlen kötődési minta.

A VIZSGÁLAT CÉLJA ÉS HIPOTÉZISEINK

Hipotéziseinket a kutatásunk céljával összhangban fogalmaztuk meg, miszerint szándékunkban állt megvizsgálni a kisgyermekes anyák anyaságukkal kapcsolatos érzéseinek, hordozási szokásainak, valamint párkapcsolati megéléseinek és saját gyermekkorai élményeinek összefüggéseit.

1. Kapcsolat van a saját szülők párkapcsolati harmóniájának megítélése és az aktuális párkapcsolat minősége között, azaz minél pozitívabbnak ítéli meg a szülei párkapcsolatát, annál harmonikusabb a saját párkapcsolata. Párkapcsolati minőségen a párkapcsolati elégedettséget, az észlelt gondoskodást és a pozitív érintések gyakoriságát értjük. Feltételezésünket azokra a megállapításokra alapozzuk, melyek szerint azokban az esetekben, ahol a szülők párkapcsolatában nincs meg a kellő harmónia, ott a gyermekeknél rendszerint a későbbi felnőttkori kapcsolati funkciók is sérülnek (Cowan és Cowan, 2009).
2. A párkapcsolat minőségét meghatározó tényezők között sajátos korrelációs mintázatot feltételezünk:
 - a) minél gondoskodóbbnak észleli az anya a párját, annál elégedettebb a párkapcsolatával;
 - b) minél gyakoribbak a pozitív érintések, annál elégedettebb a párkapcsolatával;

- c) minél gondoskodóbbnak észleli párját az anya, annál gyakoribb a pozitív érintés;
 - d) a párkapcsolati elégedettség bejósolható a gondoskodásból és a pozitív érintések gyakoriságából.
3. Összefüggést feltételezünk a *saját szülők* észlelt párkapcsolati harmóniája és a szülői bánásmód, a gyermekkor értékelése, valamint szülei „babázós időszakára” vonatkozó feltételezett elégedettsége között. A „babázós időszak”-ot tágabb értelemben használjuk, azaz a csecsemő- és kisgyermek-kort felölelő 0-3 éves kort értjük alatta.
4. Eltérést feltételezünk a gyermek vártságában, tervezettségében az észlelt párkapcsolati minőség szerint.
- a) A *saját szülők* észlelt párkapcsolati harmóniája szerint eltérés mutatkozik a gyermek – aki jelen esetben az anya – tervezettségében, vártságában, mely utóbbiak további kapcsolatban állnak a szülői bánásmóddal és általában a gyermekkor értékelésével is. Azaz a szülői családban megtapasztalt párkapcsolati harmónia pozitív együttjárást mutat a szülői szeretettel és boldogabbnak megélt gyermekkorral, míg negatívan korrelál a túlvédéssel, kontrollal.
 - b) Az aktuális párkapcsolati jellemzők szerint eltérés mutatható ki a vizsgálatban „részt vevő” gyermek tervezettségében, az édesanyák önbeszámolója alapján.
5. A gyermekkori kedvezőtlen tapasztalatok az anyáknál egy transzgenerációs átörökítési folyamatot megtörve kompenzációs attitűdöt indíthatnak be: minél kevésbé kedvező gyermekkori tapasztalatai vannak az anyának, annál intenzívebb testi közelségre vágyik gyermekével, ami a hordozásban is megnyilvánulhat.
6. A anya által észlelt aktuális párkapcsolati minőség összefügg az anyai aggodalmakkal, megélt kellemetlenségekkel és az anyai kompetencia érzésével. Feltételeztük, hogy az apa részéről észlelt gondoskodás, támogatás jótékonyan hat az édesanya anyai megéléseire (Danis, 2007; Cowan és Cowan, 2009; Woodhouse, Dykas, Cassidy, 2009).

MÓDSZER

Minta

685 harmincas évei elején járó (átlag 32,7 év), 1-6 éves gyermekét/gyermeküket nevelő nő válaszolt a kérdésekre, akiknek fiatalabb gyermeke még nem töltötte be a második életévét (átlag 21,67 hónap). Arra kértük az anyákat, hogy a releváns kérdéseket a legkisebb gyermekükre vonatkoztatva válaszolják meg.

Válaszadóink nagyon magas iskolai végzettségűek: 82%-uk főiskolát (BA),

egyetemet (MA) végzett, vagy doktorált (PhD), 16%-uknak van érettségije és mindössze 2%, aki szakiskolát, vagy általános iskolát végzett.

Lakhely szerint a következőképpen oszlik meg a minta: főváros 39%, város 47%, falu 12%, egyéb 3%.

A család *havi bevételének* alakulása szempontjából is meglehetősen jó helyzetben levő családokkal van dolgunk. Havonta 100 ezer Ft alatti 4%, 100-150 ezer Ft közötti 11%, 150-250 ezer Ft közötti 32%, 250-500 ezer Ft közötti 40% és 500 ezer Ft feletti összegből 13%-a gazdálkodik a családoknak. A családja *anyagi helyzetének jellemzése* egy 1-7 fokú skálán (a „nem jövünk ki”-tól a „bármit megengedhetünk maguknak” fokozatokon át) azt mutatja, hogy az anyák 44%-a az 1-3 fokozatot jelölte meg, a többség 56% közepes vagy annál magasabb (4-es, vagy afölötti) szubjektív elégedettségről számolt be.

A megkérdezett anyák 87%-a nukleáris családban (pl.: házastárs és gyerek), 8%-a tágabb családjával (pl.: testvér, nagyszülő), 4% csak a gyerekével él együtt. Az anyák 44%-nak egy gyermeke, 38%-nak két gyermeke, 14%-nak három, 4%-nak 4, vagy több gyermeke van.

ESZKÖZÖK

H-PBI: Szülői Bánásmód Kérdőív (*Parental Bonding Instrument*)

A mérőeszköz a Parker, Tulping, Brown által 1979-ben publikált kérdőív magyar változata, amelyet hazánkban Gervai Judit és Tóth Ildikó (1999) adaptált. A kérdőív 25 tételt tartalmaz külön-külön az édesanyára/nevelőanyára és édesapára/nevelőapára, és három faktort foglal magába: „Szeretet”, „Túlvédés”, „Korlátozás”. Mintánkban mindhárom alskála megbízhatósága igen magasnak bizonyult apánál és anyánál egyaránt, a Cronbach-alfa értékek 0, 85 és 0, 88 között mozogtak.

A kérdőív mindössze négy válaszadási lehetőséget nyújt: „nagyon”, „általában”, „alig jellemző” és „egyáltalán nem jellemző”, köztes válasz nincs, ezáltal határozott választásra készíti a kitöltőt.

IBM: Intim Kötődés Mérése (*Intimate Bond Measurement*)

Wilhelm és Parker (1988) szerzőpáros dolgozta ki az Intim Kötődés Mérésére alkalmas, önbeszámolón alapuló mérőeszközt. A 24 tételes kérdőív a „Gondoskodás” és „Kontroll” dimenzióit tartalmazza mint két alskálát, egyenként 12-12 tétellel. A válaszadás egy 4 fokú Likert-skálán történik, a „tökéletesen igaz”, „többnyire igaz”, „kismértékben igaz” és „egyáltalán nem igaz” lehetőségek valamelyikének megjelölésével. A kérdőív magyar fordítása – Parker hozzájárulásával – Hadházi, Gérecz és Végh nevéhez köthető, akik 455 fős magyar mintán magas teszt-reteszt reliabilitásról és jól elkülönülő alskálákról számoltak be (Hadházi, Gérecz, Végh, 2011). Leírták a párkapcsolati elégedettséggel, valamint

a felnőtt kötődésnek a szorongás és elkerülés dimenzióival való összefüggéseit sine morbo és depressziós vizsgálati személyeknél (Gérecz és Hadházi, 2014).

Gondoskodás dimenzió: érzelmi és fizikai gondoskodást fejez ki, melegséget, figyelmet, vonzalmat és baráti kapcsolatot.

Kontroll dimenzió: dominanciát, tolakodást, kritikát, tekintélyelvű attitűdöt és viselkedést fed.

A mérőeszköz egyirányú. Azt méri, hogy milyen mértékű intimitást észlelünk a párunk attitűdjei és viselkedése alapján. Elméletileg a „magas a gondoskodás” és „alacsony a kontroll” értékek a legkedvezőbbek, bár nem lehet figyelmen kívül hagyni, hogy bizonyos embereknek a kevesebb gondoskodás a kielégítő, míg mások igénylik partnerüktől az ellenőrzést.

Saját mintánkon (N: 685) a kérdőív reliabilitása igen jónak bizonyult; a Gondoskodás Cronbach-alfa értéke 0,970, a Kontrollé 0,913.

RAS: Kapcsolati Elégedettség Kérdőív (Relationship Assessment Scale)

Hendrick és munkatársai által még 1988-ban kidolgozott Kapcsolati Elégedettség Kérdőív egy hét tételt tartalmazó, a globális kapcsolati elégedettséget 5 fokú Likert-skálával mérő eszköz. Alkalmazható bárkivel, aki hosszabb távú intim kapcsolatban él, beleértve az együttjárókat, együttélőket és jegyeseket. Az intim kapcsolatok olyan dimenzióira kérdez rá, mint a szeretet, elvárások, problémák, valamint az elkötelezettségi szintet is mutatja (Hendrick és mtsai, 1988). Az átlagpontszám 1-től 5-ig, a totális pontszám 7-től 35-ig terjedhet. A RAS pszichometriailag alapos és takarékos mérőeszköz (Cronbach-alfa 0,87; N: 196) (White, Hendrick, Hendrick, 2004).

A párkapcsolati elégedettséget mérő kérdőív saját mintán is magas megbízhatóságot mutat: a Cronbach-alfa 0,884.

Pozitív érintések skála

Pozitív fizikai kontaktusok gyakoriságát mérő skálát állítottunk össze (Hadházi, 2012), amely olyan viselkedések gyakoriságára kérdez rá, mint a puszi, csók, simogatás, ölelés, összebújás, egymás ölébe ülés pároknál. A kérdőív 6 tételt tartalmaz, 5 fokú Likert-skálán (1 – „nincs ilyen” választól az 5 – „nagyon gyakori” válaszig) lehet bejelölni, hogy milyen gyakoriak a különböző pozitív fizikai érintkezések a pár között. A kérdőív reliabilitása igen megbízható; (N: 685) Cronbach-alfa: 0,944.

Kiegészítő kérdések

Likert-skálán mért és nyílt végű kérdéseket fogalmaztunk meg a gyermekkorral, legfiatalabb gyermekkel, anyai magatartással kapcsolatos élményekre, tapasztalatokra vonatkozóan. (Pl. „Elmesélések és / vagy saját élménye alapján, mit gondol a szüleinek mi jelentett kihívást / nehézséget az Ön baba és kisgyermekkorában? (pl. sírósság, alvási nehézség, evési probléma, betegeskedés)”;

„Értékelje gyerekkorát!”; ”Értékelje, milyen volt édesanyja és édesapja kapcsolata!”). A kérdőív elérhető a következő linken: http://felicitasz.blog.hu/2011/04/04/vegyl_reszt_egy_fontos_kutatasban.

Hordozás

Kutatási célunknak megfelelően az anyai viselkedés fontos megnyilvánulása-ként kezeltük a szoros testi kontaktust igénylő hordozást. Az anyák bejelölhet-ték, hogy a különböző életszakaszokban naponta mennyi ideig hordozták a gyer-mekeiket. A válaszaik alapján két kategóriát képeztünk, a naponta semennyit, vagy kevesebb, mint egy órát és a legalább egy órát, vagy többet hordozókat.

Eljárás

A KRE Pszichológiai Intézetében prof. dr. Bagdy Emőke vezetésével folyó, csa-ládi interakció dinamika és korai személyiségfejlődés kutatás részeként ma-gyarországi – legalább 6 hónapos, legfeljebb 4 éves korú gyermekeket nevelő – édesanyák osztották meg velünk tapasztalataikat, elektronikus formában közzétett kérdések megválaszolásával, kérdőívek kitöltésével. Az adatgyűjtést „Gyermek az életünkben” címen, Bagdy Emőke felhívására különböző hordozó, kötődő nevelést propagáló egyesületek, fórumok segítették, továbbítva az anyák-nak a vizsgálatban való önkéntes részvétel lehetőségét (Nyitott Akadémia, Ölbe-baba Egyesület és a Babahordozó Anyák Egyesülete). A vizsgálatot a Ká-roli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézetének Etikai Bizottsága engedélyezte (engedélyszám: 70/2011/P). Az adatgyűjtés folyamatos, 2011 má-jusában kezdtük és a 2011 decemberéig beérkezett válaszokat dolgoztuk fel. Több mint 700-an válaszoltak, de a hiányos kitöltések miatt 685 személy adatai hasznosíthatóak.

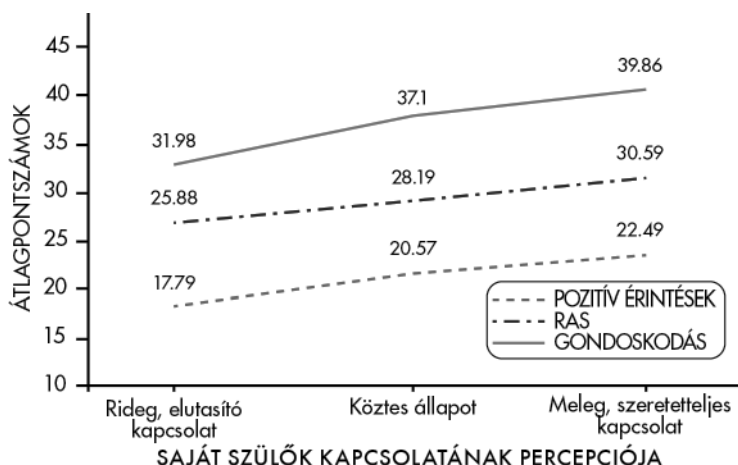
EREDMÉNYEK

Az adatok elemzését a ROPstat programcsomagot használtuk: korrelációs vizs-gálatokat, varianciaanalízist és annak robusztus változatait, khi-négyszet próbát és leíró statisztikákat, reliabilitásvizsgálatot és itemanalízist végeztünk (Var-gha, 2007).

A saját szülők párkapcsolati harmóniájának megítélése és az ak-tuális párkapcsolat minősége közötti kapcsolat

Eredményeink szerint (ld. 1. ábra) a párkapcsolati elégedettség ($W(2; 131,1) = 11,624, p = 0,0000$), a párja részéről észlelt gondoskodás ($W(2; 127,5) = 8,187, p = 0,0005$), valamint a pozitív érintések gyakorisága ($W(2; 126,5) = 8,724, p = 0,0003$) szignifikánsan alacsonyabbnak bizonyult ott, ahol a szülők párkapcsola-tát ridegnek, elutasítónak élte meg az anya, szemben azokkal, akik e kapcsola-

latot melegnek, szeretetteljesnek találták. A pár részéről észlelt kontroll nem különbözik szignifikáns mértékben.



1. ábra Az aktuális párkapcsolat minőségének alakulása a saját szülők párkapcsolati harmóniájának megítélése mentén. Az aktuális párkapcsolati elégedettség (RAS), gondoskodás és pozitív érintésgyakoriság alakulása a saját szülők párkapcsolati percepciójának függvényében (N=685)

A párkapcsolat minőségét meghatározó tényezők

A Pearson-féle korrelációs elemzés eredményeképpen megállapítható:

- 1) minél gondoskodóbbnak észleli az anya a párját, annál elégedettebb a párkapcsolatával; magasan korrelál ($r = 0,871^{**}$) a párkapcsolati elégedettség és észlelt gondoskodás
- 2) erőteljes a korreláció ($r = 0,785^{**}$) a párkapcsolati elégedettség és a pozitív érintések gyakorisága között
- 3) minél gondoskodóbbnak észleli párját az anya, annál gyakoribb a pozitív érintés, a korreláció mértéke: $r = 0,884^{**}$

A többszörös lineáris regresszioelemzés eredménye szerint a párkapcsolati elégedettség 75,8%-ban bejósolható a gondoskodásból ($p=0,0000$), 4,9%-ban a kontrollból ($p=0,0000$) és mindössze 0,3%-ban ($p=0,0003$) a pozitív érintések gyakoriságából. Legmeghatározóbb szerepet az észlelt gondoskodás játssza a párkapcsolati elégedettségben.

A szülők észlelt párkapcsolata

Az 1. táblázatban feltüntetett Pearson-féle korrelációs elemzés eredményei szerint az anya által saját szüleinél észlelt párkapcsolati harmónia szignifikánsan együtt jár azzal, hogy az édesanyák milyennek értékelik utólag a saját gyermek-

korukat, a szüleik élményeit a babázós és kisgyermekes időszakról, a gyermekkorban megtapasztalt szülői bánásmódot.

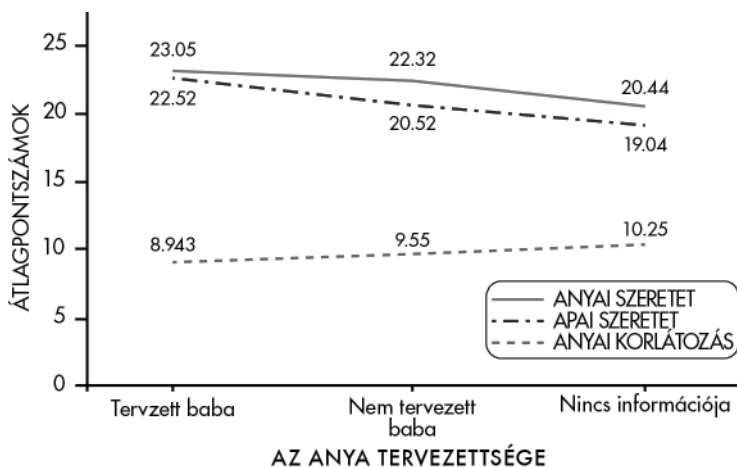
VÁLTOZÓ	Anyai szeretet	Anyai túlvédés	Anyai korlátozás	Apai szeretet	Apai túlvédés	Apai korlátozás	Gyermekkor értékelés	Szülők élménye
Szülők kapcsolata	0,398**	-0,142**	-0,301**	0,535**	-0,105**	-0,173**	0,596**	0,490**

1. táblázat A szülők észlelt párkapcsolatának korrelációja a szülői bánásmóddal, a gyermekkor és kisbabás élmények értékelésével

Rózsa (2006) szerint a gyakorlatban a 0,3 és afeletti korrelációt szokásos interpretálni, hisz ennél az értéknél a varianciák átfedésének mértéke 9% ($r^2 = 0,09$). Így mi is csak a 0,3 vagy erősebb korrelációk értelmezésére térünk ki.

Az anya tervezettsége

A 2. ábra az *anya* tervezettségének kategóriái (tervezett, nem tervezett, nem tudja) mentén jeleníti meg a szülői bánásmód alakulását. Az *anya* tervezettsége szerint szignifikáns különbség mutatkozik a szülői bánásmódban (anyai szeretet ($F(2; 682) = 13,452$, $p=0,000$), anyai korlátozás ($F(2; 682) = 9,656$, $p=0,000$), apai szeretet ($F(2; 682) = 7,913$, $p=0,000$)).

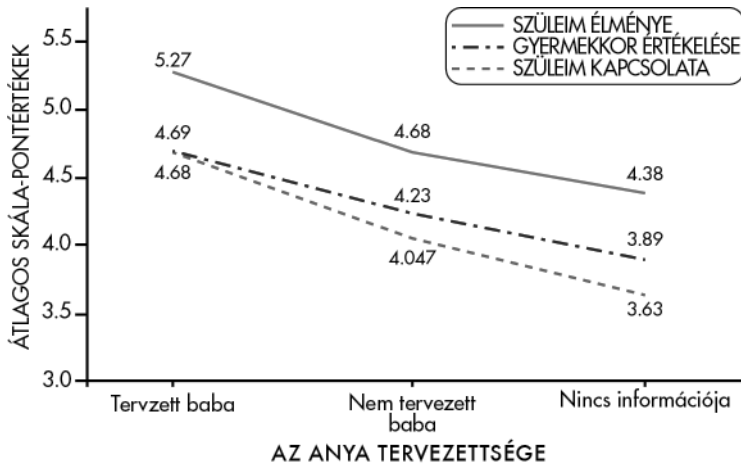


2. ábra A szülői bánásmód átlagértékének alakulása a gyermek tervezettsége függvényében. Az anyai szeretet, az anyai korlátozás és az apai szeretet alakulása az anya tervezettségének függvényében (N=685)

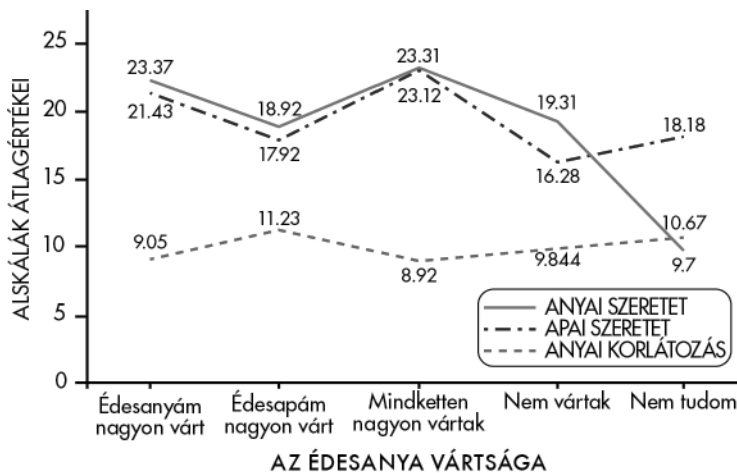
A 3. ábra szintén az *anya* tervezettségének kategóriái (tervezett, nem tervezett, nem tudja) alapján szemlélteti a gyermekkor, a szülők észlelt kapcsolatának és babázós élményeinek értékelését.

A tervezett gyermekeként született *anyák* szignifikánsan magasabbra értékelték a szüleik kapcsolatát ($F(2; 682) = 17,155$, $p=0,000$), szemben a nem ter-

vezettekkel és azokkal, akiknek nincs információjuk. Szintén szignifikáns különbség mutatkozik a gyermekkoruk szubjektív értékelésében ($F(2; 682) = 10,955$, $p=0,000$) és abban, hogy a szülőknek milyen élmény lehetett az ő csecsemő és kisgyermekkoruk ($F(2; 682) = 15,588$, $p=0,000$).



3. ábra A gyermekkor, a szülők észlelt kapcsolatának és babázás élményeinek értékelése a tervezettség függvényében átlag értékek mentén. A gyermekkor értékelése, a saját szülők kapcsolatának és babázás élményeinek észlelése az anya tervezettségének függvényében (N=685)



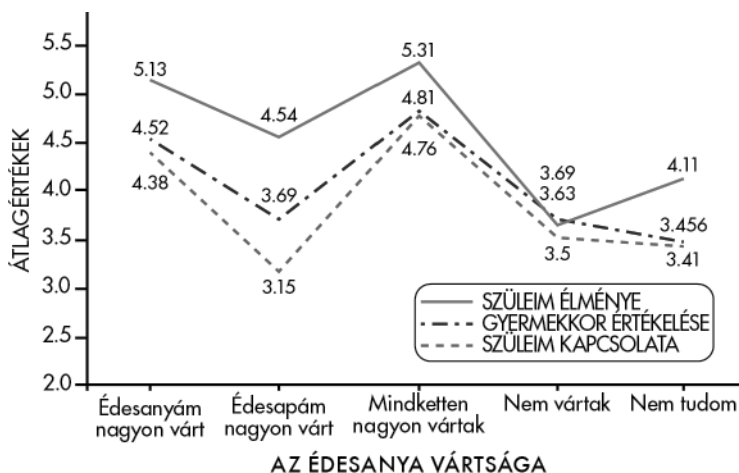
4. ábra A szülői bánásmód átlagértékeinek alakulása az anya vártágának függvényében. Az anyai szeretet, anyai korlátozás és apai szeretet alakulása az anya vártágának függvényében (N=685)

Az anya vártsága

A 4. ábra az anya vártságának kategóriái mentén jeleníti meg a szülői bánásmód alakulását.

Elemzéseink szerint az *anya* vártsága szignifikáns kapcsolatban áll a későbbi szülői bánásmóddal (anyai szeretet ($F(4; 680) = 17,070, p=0,000$), korlátozás ($F(4; 680) = 8,696, p=0,000$, apai szeretet ($F(4; 680) = 9,828, p=0,000$),

Az 5. ábra az anya vártságának kategóriái alapján szemlélteti a gyermekkor, a szülők észlelt kapcsolatának és babázós élményeinek értékelését. A statisztikai elemzés azt mutatja, hogy az *anya* vártsága szintén szignifikáns kapcsolatban van gyermekora szubjektív értékelésével ($W(4; 67,0) = 14,336, p=0,000$), a szülők párkapcsolatának minősítésével ($W(4; 68,6) = 17,523, p=0,000$) és azaz, hogy a szüleinek milyen élmény lehetett az ő csecsemő és kisgyermekkorára ($F(4; 680) = 15,360, p=0,000$), az anyák bevallása szerint. A várt gyermekek számára kedveznek az adatok, bár a nem vártaknál kedvezőtlenebb azok helyzete, akik nem tudják, hogy várták-e a szüleik.



5. ábra A gyermekkor értékelésének, a szülők észlelt párkapcsolatának és babázós élményeinek átlagértéke az anya vártságának függvényében. A gyermekkor értékelése, a saját szülők kapcsolatának és babázós élményeinek észlelése az anya vártságának függvényében (N=685)

A gyermek vártsága

Eredményeink szerint nem mutatható ki az édesanya saját vártsága és tervezettsége szerint szignifikáns összefüggés a vizsgálatban részt vevő saját gyermek vártságával. Vagyis az, hogy az édesanyát hogyan várták annak idején a saját szülei, nem mutat összefüggést azzal, hogy ő maga hogyan várta a saját gyermekét.

Ugyanakkor a gyermekek vártsága szerint szignifikáns eltérések mutatkoznak az aktuális párkapcsolat minőségében. A csoportok paraméteres összeha-

sonlítását a 2. táblázatban foglaljuk össze, ahol a szóráshomogenitás sérülése miatt a Welch-féle robusztus varianciaanalízist alkalmaztuk, a páronkénti összehasonlításnál pedig a Games-Howell próbát.

Változó	Várt (1)	Nem várt (2)	Nem így várt (3)	Welch	p-érték	Games-Howell
Gondoskodás	38,47	32,78	30,76	5,474	0,014	T13 (3;47)= 4,45**
Kontroll	19,04	19,44	17,73	0,327	0,725	
Poz. érintés	21,45	19,67	17,20	4,482	0,026	T13 (3;47)= 4,22*
RAS	29,19	24,33	24,56	6,968	0,006	T13 (3;48)= 4,78**

2. táblázat A párkapcsolati minőség átlagértékeinek alakulása a saját gyermek vártsága szerint

A várt gyermekek esetében az anyák szignifikánsan gondoskodóbbnak érzlelik a párjukat, mint a nem vártak, illetve akiket „Nem így, nem mostanra vártak” ($p = 0,014$). Az észlelt kontrollban azonban nem mutatkozik szignifikáns különbség.

A párkapcsolati elégedettség szignifikánsan magasabb a várt babák édesanyjánál, mint a nem várt, vagy „Nem így, nem mostanra várt” babák édesanyjánál ($p = 0,006$).

A pozitív érintések szignifikánsan gyakoribbak a várt gyermeket nevelő édesanyák párkapcsolatában, szemben a „Nem így, nem mostanra várt” gyermeket nevelő édesanyákkal ($p=0,026$).

Az anya gyermekkori élményei és hordozási szokásai

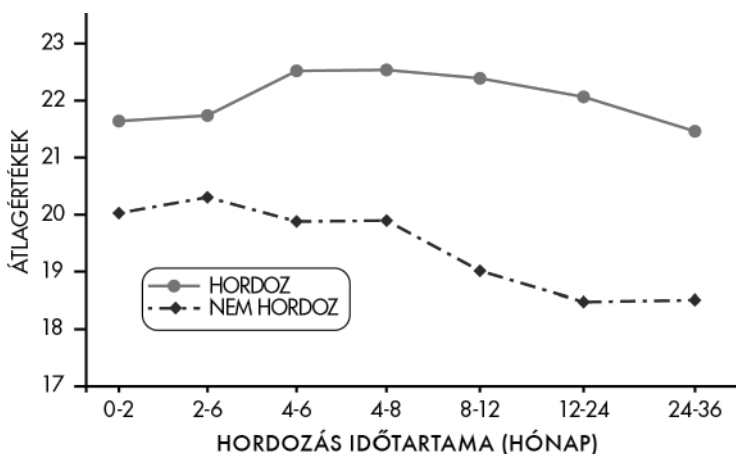
Eredményeink szerint a különféle kisgyermekkorban problémásnak tartott megnyilvánulások szignifikáns különbséget jeleznek a szülői bánásmódban, a gyermekkor értékelésében, valamint a szüleik kisbabás élményeiben. A 3. táblázatban tüntetjük fel azokat az átlagértékeket, ahol az eltérés 5%-os szinten szignifikáns a csecsemőkori problémák jelentkezésének függvényében (az apai korlátozás esetében nem értük el ezt a szintet, ezért az ide tartozó értékek feltüntetésétől eltekintünk).

Hordozásnak minősítjük, ha az anya a gyermeket naponta minimum egy órát hordozza. Nem tekintjük hordozásnak, ha az anya úgy nyilatkozik, hogy ő nem hordoz, vagy a hordozást időben kevesebb, mint napi egy órában határozza meg.

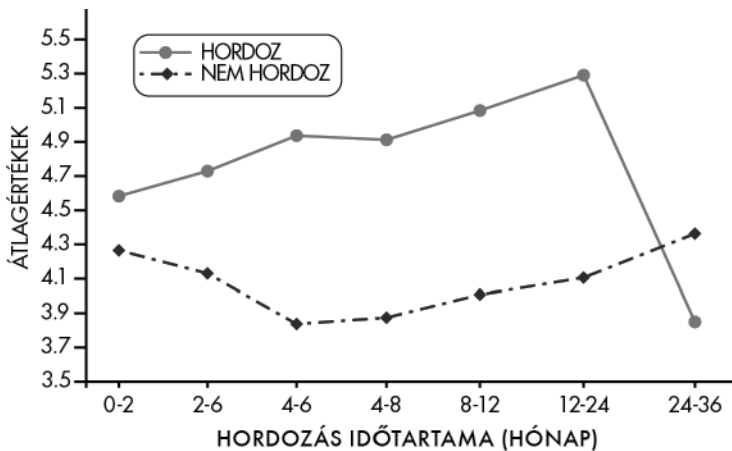
Eredményeink szerint a gyermekkorban tapasztalt szülői bánásmód és hordozás gyakoriságának vizsgálatánál szignifikáns különbséget kaptunk az apai szeretet, túlvédés mentén a hordozói magatartásban. A hordozó anyák szignifikánsan kevesebb apai szeretetről ($p = 0,001$), és magasabb túlvédésről ($p = 0,01-0,05$) számoltak be (ld. 6. és 7. ábra).

VÁLTOZÓ	Anyai szeretet	Anyai korlátozás	Anyai túlvédés	Apai szeretet	Apai túlvédés	Gyerekkor értékelés	Szülők élménye
Sírósság van	21,56		7,138			4,069	4,317
Sírósság nincs	22,74		5,557			4,554	5,172
Alvási nehézség van		6,767	20,14	5,207		4,400	
Alvási nehézség nincs		5,647	21,90	4,101		5,157	
Evési probléma van		6,914		5,011	4,217		
Evési probléma nincs		5,541		4,114	4,531		
Anyásság van			7,552		5,586	3,943	
Anyásság nincs			5,651		4,162	4,525	
Ölbe kézrezkedés van				5,593	4,017		
Ölbe kézrezkedés nincs				4,225	4,492		
Betegeskedés van			6,854		5,110		4,744
Betegeskedés nincs			5,589		4,102		5,069
Hisztiz van	21,42	9,616	6,710	20,55	4,845	4,253	4,649
Hisztiz nincs	23,09	9,107	5,436	22,06	4,064	4,561	5,182
Harapósság van	20,75						4,526
Harapósság nincs	22,65						5,033

3. táblázat Eltérések a szülői bánásmódban, a gyermekkor értékelésében, a szülők babázós élményeiben a saját csecsemő és kisgyermekkori problémák jelentkezésének függvényében az anyáknál



6. ábra Az apai szeretet átlagértékeinek alakulása hordozó és nem hordozó nők esetében a gyermek 3 éves koráig. A saját apától kapott szeretet megítélése hordozó és nem hordozó anyák esetében a hordozás időtartamának függvényében (N= 685)



7. ábra Az apai túlvédő magatartás átlagértékeinek alakulása hordozó és nem hordozó nők esetében a gyermek 3 éves koráig. A saját apa által gyakorolt túlvédő magatartás megítélése hordozó és nem hordozó anyák esetében a hordozás időtartamának függvényében (N= 685)

Az anyaság és az aktuális párkapcsolat

Azok az édesanyák, akik negatív változásokat éltek meg az anyaságuk révén (pl. „türelmetlenség”, „hátterbe szorítottság”, „fáradtság”) úgy érzik, párjuk kontrollálabb magatartást tanúsít ($t(495) = -3,317, p = 0,0011$), mint akik ilyen negatív élményekről nem adnak számot. Az észlelt gondoskodásban és a pozitív érintések gyakoriságában, valamint a párkapcsolati elégedettségben nincs szignifikáns különbség.

Szülőként mi okozza a legtöbb kellemetlenséget, illetve e kellemetlenség forrása milyen összefüggésben állnak a párkapcsolatra?

Önmagában az, hogy mennyi kellemetlenséget tapasztalnak meg a szülőségük során, nincs szignifikáns összefüggésben sem az intimitással, sem a párkapcsolati elégedettséggel, sem a pozitív érintések gyakoriságával. Azonban amennyiben az anya e kellemetlenségek forrásaként a tágabb családját, vagy idegeneket nevezett meg, akkor párját gondoskodóbbnak észlelte ($d(161,4) = -2,621, p = 0,0096$), a kontrollban nem mutatkozott eltérés, azonban párkapcsolati elégedettsége magasabb volt ($d(151,1) = -2,478, p = 0,0143$), valamint gyakoribbak voltak a pozitív érintések a párjával ($d(138,8) = -2,703, p = 0,0077$), mint azoknál, akik nem neveztek meg ilyen forrást.

Abban az esetben, ha az anyasággal kapcsolatos kellemetlenségek forrásaaként a párjuknak valamilyen hiányosságát jelölik meg az anyák, akkor ők tendencia szinten elégedetlenebbek a párkapcsolatukkal ($d(54,1) = 1,679, p = 0,0990+$), mint akik nem jelöltek meg ilyent. A pozitív érintések gyakoriságában és az intimitásban nincs különbség. Az anyai aggodalmakról kiderült, hogy azok

az anyák, akik nem aggódnak a gyermekük egészségéért, kisebb gondoskodást tapasztalnak a párjuk részéről ($t(470) = -2,165$, $p = 0,0309$), a többi párkapcsolati mutatóban nincs eltérés. Azok az anyák akik aggódnak az anyai kompetenciájuk miatt, szignifikánsan kevésbé érzik gondoskodónak a párjukat ($t(470) = 2,849$, $p = 0,0046$), elégedetlenebbek a párkapcsolatukkal ($d(119,9) = 2,549$, $p = 0,0121$) és kevésbé gyakori a pozitív érintés a pár tagjai között ($d(119,5) = 2,559$, $p = 0,012$); a megállapítás fordítva is érvényes.

Az apai hordozás és a párkapcsolat minősége

Bár vizsgálati céljaink között nem szerepelt, azonban a kutatás eredményeiben érdekes összefüggés bontakozott ki az apai hordozás – mint gyermek felé irányuló gondoskodás – és a párkapcsolat minőségének anya általi megítélése között.

Azoknál a pároknál, ahol az apa hordoz, az anyák szignifikánsan gondoskodóbbnak érzik a párjukat, mint ahol az apa nem hordoz. Az összefüggés fordítottja is igaz (ld. 4. Táblázat, ahol a szóráshomogenitás sérülése miatt a Welch-féle robusztus varianciaanalízist alkalmaztuk, a páronkénti összehasonlításnál pedig a Games-Howell próbát.).

APA HORDOZ	Soha (N: 228)	Havi rendszeres (N: 134)	Heti rendszeres (N: 136)	Napi rendszeres (N: 36)	Welch-féle variancia- analízis	Szignif. (p)	Games-Howell
Észlelt gondoskodás	35,18 (12,05)	38,34 (9,736)	40,19 (8,873)	39,72 (5,960)	W(3; 169,2) =7,773	0,0001***	T12(4;326)= 3,86* T13 (4;346)= 6,43** T14 (4;89)= 5,04**
Pozitív érintés	19,60 (7,167)	21,21 (5,841)	22,66 (5,519)	22,81 (4,762)	W(3; 155,1) =8,164	0,0000***	T12(4;324)= 3,28+ T13(4;339)= 6,46** T14 (4;63)= 4,90**
Párkapcsolati elégedettség	27,11 (7,416)	28,87 (6,367)	30,36 (5,914)	29,94 (4,497)	W(3; 159,8) =7,755	0,0001***	T12 (4;313)= 3,37+ T13 (4;333)= 6,50** T14 (4;70)= 4,47*

4. táblázat A párkapcsolat minőségének megítélése az anyák szerint az apai hordozás függvényében

MEGBESZÉLÉS

Vizsgálatunkban az anya szemszögéből láthatjuk a családi, párkapcsolati működéseket, tehát az anya megéléseit helyeztük a fókuszba. Önbeszámolás módszerrel kérdeztünk meg kisgyermeket (is) nevelő anyákat a saját gyermekkori, családi narratívában fennmaradt emlékeikről, illetve saját megélt tapasztalataikról, valamint aktuális párkapcsolatuk megítéléséről és gyermekükkel kapcsolatos élményeikről, bánásmódjukról. Eredményeink diszkutálásakor mindvégig hangsúlyozni kívánjuk, hogy a nagyszámú résztvevő ellenére, a vizsgálati minta

szociodemográfiai összetétele miatt relatíve szűk társadalmi rétegről kapunk benyomásokat. A magas iskolai végzettség, a jó anyagi helyzet, egy háztartásban két felnőtt a gyermekével/gyermekeivel, a városi élet olyan tények, amik relatíve kiegyensúlyozottabb életvezetést biztosíthatnak a családoknak, sőt bizonyos elemei fokozhatják a szubjektív jóllétet (KSH, 2014), így az anyák érzelmi megélései esetleg kevésbé polarizáltak, mint kedvezőtlenebb szociodemográfiai státusz mellett. A vizsgált téma létjogosultága azonban mégsem kérdőjelezhető meg, annál is inkább, mivel kutatási adatok szerint Magyarországon 2012-ben a születésszám emelkedéséhez legnagyobb mértékben a diplomás nők járultak hozzá, az éves növekedés 35%-ával (KSH, 2013).

Eredményeink szerint szignifikáns kapcsolat van a saját *szülők párkapcsolati harmóniájának megítélése és az aktuális párkapcsolat minősége* között. Mintánkban is megerősítést nyert Cowan és Cowan (2009) megállapítása, miszerint ahol a szülők párkapcsolatában nincs meg a kellő harmónia, ott a gyermekeknél rendszerint a későbbi felnőttkori kapcsolati funkciók is sérülnek. Ennek megfelelően azok az édesanyák, akik szüleik kapcsolatát ridegnek, elutasítónak élték meg, aktuális párkapcsolatukkal szignifikánsan kevésbé elégedettek, párjukat kevésbé gondoskodónak tapasztalják, és kevésbé gyakori kapcsolatukban a pozitív érintés, mint azoknál, akik szüleik párkapcsolatát melegnek, szeretetteljesnek észlelték. Értelmezésünk szerint összességében a pozitív szülői párkapcsolati minta jobb minőségű felnőttkori párkapcsolati megeléggel jár együtt, ami a Cowanék (1992) által kiemelt transzgenerációs hatás érvényesülését is jelentheti.

A párkapcsolat minőségét meghatározó tényezők között sajátos korrelációs mintázatot tártunk fel. Mintánkban szoros pozitív együttjárás van a párkapcsolati elégedettség, az érzelt gondoskodás és a pozitív érintések gyakorisága között. A párkapcsolati elégedettség erőteljes bejósólójának az érzelt gondoskodás bizonyult. Így az édesanyák párkapcsolati elégedettségét biztonsággal bejósolhatjuk abból, hogy mennyire érzlelik gondoskodónak párjukat. Bár való igaz, hogy a ténylegesen megfigyelhető gondoskodásról nincsenek adataink, egyetértünk Murray és mtsai (1996, 2005) állításával, miszerint a partner percepciója releváns információ, azzal együtt, hogy az csupán a szubjektív valóságot tükrözi.

A gondoskodónak megélt pár és a párkapcsolati elégedettség erőteljes összefüggését látva mintegy alátámasztást nyertek azok az elképzelések (Whiffen, Johnson, 1998; Dollander, 2004; Baldoni, 2010), melyek az apának védő funkciót tulajdonítanak, ami a perinatális időszakban jelenik meg először nagy intenzitással. Ezek szerint az apa gondoskodik a család fizikai, gazdasági biztonságáról, véd a külvilági behatásoktól, megoldja a problémákat, eljár az ügyeikben, támogató társa az anyának, jelen van az anya intenzív érzelmi, hormonális és nemi szerep változásaiban. Az érzelmi biztonság nyújtásával elviselhető szinten tartja a lelki megterhelést, így együtt túljutnak a nehézségeken. Bowlby

(2009) kötődéseméletére alapozva ún. antidepresszív hatást tulajdonítanak az apának, azáltal, hogy „biztos bázist” teremtet az anya és gyermeke számára, egy sajátos biztonságos, bizalmi légkört alakítva ki a párkapcsolatban mint kötődési kapcsolatban (Whiffen, Johnson 1998; Dollander, 2004, Baldoni, 2010).

Mintánkon beigazolódott, hogy *a szülők párkapcsolatának harmóniája és a gyermekükről való gondoskodásuk minősége* összefügg a már felnőtt gyermek visszaemlékezései alapján. Ezek az eredményeink részben összhangban vannak azokkal a tapasztalatokkal, miszerint a párkapcsolat indirekt módon hat a kötődésre (Isabella, 1994), a gyermek fejlődésére (Gottman, Katz, 1989), az anyai kompetenciaérzésen, anyai szereppel való elégedettségen, szenzitivitáson keresztül. Az anyák válaszait elemezve elképzelhetőnek tartjuk, hogy a szülői kompetenciaérzés sérülése állhat annak hátterében, hogy a származási családjukban észlelt kedvezőtlenebb párkapcsolat esetén a szüleik kevésbé élték meg jó időszaknak az ő csecsemő- és kisgyermekkorukat, kisebb mértékű anyai és apai szeretetről, erőteljesebb túlvédésről és korlátozásról adtak számot, valamint összességében kevésbé elégedettek a gyermekkorukkal.

Bár *a gyermek tervezettség és vártsága* nem egymással egyenértékű fogalom, nagyon hasonló szerepet töltenek be. Az ezek mentén elkülönített három-három csoportban (tervezett, nem tervezett, nem tud róla; illetve várt, nem várt, nem tud vártságaról), az általunk megkérdezettek körében szignifikáns különbség mutatkozik abban, hogy az édesanyák milyennek ítélték meg saját szüleik párkapcsolati harmóniáját, szüleik hozzájuk fűződő élményét a kisbábás időszakban, az első 16 évben tapasztalt szülői bánásmódot (anyai szeretet, anyai korlátozás, apai szeretet), valamint gyermekkorukat összességében. Ezek a tapasztalatok minden esetben a tervezett és várt gyermekként születetteknél alakulnak a legpozitívabban. A legnehezebb élményeik a tervezettségükről, vártságukról információval nem rendelkező nőknek vannak. A legalacsonyabb párkapcsolati harmóniával, kevésbé pozitív kisbábás élményekkel, szülői bánásmóddal jellemezték szüleiket, valamint saját gyermekkorukat kedvezőtlenebbnek élték meg azok az anyák, akik nincsenek tisztában a fogantatásuk körülményeivel. Amint láthatjuk, a „nem tudással” egy összességében kedvezőtlenebb érzelmi szocializációs feltételrendszer jár együtt. A nem kívánt babaként született gyermekek kedvezőtlen fejlődésbeli elváltozásairól számos vizsgálat látott napvilágot (Matejcek, Dytrych, Schüller, 1978; Matejcek, Dytrych, Schüller, 1980; Kubička és mtsai, 1995), azonban úgy tűnik, adataink abban az esetben is kedvezőtlen szocializációs konstellációt sejtetnek, amikor a gyermek nem tud a fogantatása körülményeiről.

A vizsgálatban „részt vevő” gyermek vártsága szerint különbséget mutat az aktuális párkapcsolat minősége. Azok, akik várták babáikat, szignifikánsan gondoskodóbbnak élik meg a párjukat, elégedettebbek a párkapcsolatukkal és gyakoribbak közöttük a pozitív érintések, mint akik nem, vagy nem így, nem mostanra várták a gyermeküket. Ez az eredmény egybeesik azokkal a koráb-

bi kutatásokkal, melyek szerint a nem tervezett terhesség szignifikánsan negatívabb párkapcsolattal járt együtt (Harris, Campbell, 1999), illetve a partner kevésbé volt támogató, mint a tervezett terhesség esetén (Fischer, Stanford, Jameson, DeWitt, 1999). Esetünkben ott harmonikusabb a párkapcsolat, ahol az anyák a gyermeket várják, vagy ott várják a gyermeket, ahol harmonikus a párkapcsolat. Úgy tűnik, a várt babák esetén a párkapcsolat minősége kedvezőbb, ami alapja lehet egy biztonságosabb kötődés, kiegyensúlyozottabb szülő-gyermek kapcsolat kialakulásának (Frosh, Mangelsdorf, McHale, 1998), hiszen vizsgálati adatok azt mutatják, hogy a párkapcsolati harmónia a biztonságos kötődéssel, míg a konfliktusok a bizonytalan, dezorganizált kötődéssel (Cummings és Davies, 1994, 1996, 2002) függnek össze.

Mintánkon az, hogy az édesanyát hogyan várták annak idején a saját szülei, nem mutatott összefüggést azzal, hogy ő maga hogyan várta a saját gyermekét. Elképzelhetőnek tartjuk, hogy akár a kedvezőtlen tapasztalatok felülírására is sor kerülhetett. Az mindenképpen szerencse, hogy azok között a gyermekek között, akikre a vizsgálat kiterjedt, kevesen voltak olyanok, akiket nem, vagy nem mostanra vártak (520:54, azaz a válaszadók 10%-a).

Az általunk vizsgált populációban eredményeink megerősítik azt a feltételezésünket, miszerint *a gyermekkori kedvezőtlen tapasztalatok az anyáknál* megtörve egy transzgenerációs átörökítési folyamatot, adott esetben kompenzációs attitűdöt mobilizálhatnak.

Bizonyítást nyert mintánkon, hogy a csecsemő-, kisgyermekkori és későbbi családi szocializációs élmények nem függetlenek, összekapcsolódnak, egymásra épülhetnek. Akinél az igen korai viselkedés úgy marad fenn a családi emlékezetben mint probléma (sírósság, alvási, evési probléma, anyásság, túlzott ölbé kérezkodás, hiszti, harapósság), az felnőttként úgy emlékszik vissza, hogy szüleinek nem volt jó élmény az ő kiskora, kevésbé értékeli pozitívnak a gyermekkorát és kedvezőtlenebb szülői bánásmódról számol be, mint azok, akiknél nem minősültek problémásnak a kisbabakori viselkedések. A legátfogóbb „hatása” a hisztis, akaratos viselkedésnek van. A legtöbb problémás viselkedés a szülői túlvédéssel mutat szignifikáns összefüggést, ami azért is fontos, mert a túlvédés bizonyos kutatások szerint olyan faktor, mely együttjárást mutat a depresszióval (Narita és mtsai, 1999).

Úgy véljük, hogy a kedvezőtlenebb gyermekkori tapasztalatokról számot adó anyák törekednek egyrészt saját gyermekeiknél minél odaadóbb anyai magatartást tanúsítani, nem elkövetni azokat a hibákat, amik számukra fájdalmat okoztak, másrészt kompenzálni a saját hajdani kielégítetlen érzelmi szükségleteiket. Így a kedvezőtlen gyermekkori tapasztalatok az anyáknál egy transzgenerációs átörökítési folyamatot megtörve beindíthatnak egy kompenzációs attitűdöt: azaz az anya intenzívebb testi közelségre vágyik gyermekével, ami a hordozásban nyilvánulhat meg.

Bowlby (2009) a „hosszú átölelést” tekinti a feszültségszökkentés leginten-

zívebb formájának, ami alkalmas a kisgyermek megnyugtatóására. Mi a hordozást a „hosszú átöleléssel” analóg viselkedésnek gondoljuk, ami a felnőtteknél is örömet, megnyugvást okoz. Úgy véljük, hogy a gondoskodásra és kompenzációra egyaránt alkalmas lehet a hordozás. A mamák és babák vágya az intenzívebb testi közelségre kielégülhet a hordozásban. Érdekes módon a származási családban csak az apai viselkedés bizonyult kiemelkedőnek, azaz a hordozói magatartásban szignifikáns különbséget kizárólag az apai szeretet és túlvédés mentén találtunk. A hordozó anyák kevesebb apai szeretetről és magasabb túlvédésről számoltak be, mint azok, akik nem hordoznak. Flouri (2005) is kiemeli kutatásában, hogy a középkorú nők pszichés terheltségének mértéke negatív irányú kapcsolatban van a gyermekkorukban szüleik részéről tanúsított észlelt anyai és apai bevonódással. A két szülő közül az apai bevonódás játssza a kiemeltebb szerepet.

Az anyaság és az aktuális párkapcsolat összefüggéséről elmondhatjuk, hogy azok az édesanyák, akik az anyaságukban kedvezőtlen változásokat tapasztaltak, úgy érzik, párjuk kontrollálabb magatartást tanúsít, mint akik ilyen negatív élményekről nem adnak számot. A párkapcsolat egyéb jellemzőiben nincs eltérés az anyaságukat érintő negatív változásokat tapasztaló és nem tapasztaló anyák között. Ez az eredmény összecseng Simpson, Rholes, Campbell, Wilson (2003) vizsgálataival, akik a saját beállítódás mellett a házastárs szerepét igen meghatározó tényezőnek találták. Bizonyították, hogy a szülővé válás olyan stresszteli időszak, amikor a bekövetkező életesemények hatására még a kötődési orientáció is megváltozhat, vagy éppen megerősítést nyerhet.

Az anyai szerepben tapasztalt kellemetlenségek (pl. gyermekkel; idegenekkel, kiterjedtebb családdal; leterheltséggel, szabadidő hiányával; partner hiányosságaival, valamint az anya kimerültségével, önvádjával kapcsolatban) mennyiségileg nem, azonban az egyes formái összefüggést mutatnak a párkapcsolat minőségével. Amennyiben az anya a kellemetlenségek forrásaként a tágabb családját, vagy idegeneket nevezett meg, akkor párját gondoskodóbbnak észlelte, a párkapcsolati elégedettsége magasabb volt, valamint gyakoribbak a pozitív érintések a párjával, mint akik nem neveztek meg ilyen forrást. Úgy tűnik, hogy mintánkban, ha a nukleáris családon kívülről érkezik olyan hatás, ami az anyát kellemetlenül érinti, „aktivizálódik” a házastársi alrendszer és pozitívabb működést mutat, mint ahol nincs ilyen negatív beavatkozás. Abban az esetben, ha az anyasággal kapcsolatos kellemetlenségek forrásaként a párjának valamilyen hiányosságát jelölte meg az anya, akkor hajlamosabb arra (csak tendenciális a kapcsolat), hogy elégedetlenebb legyen a párkapcsolatával, mint akik nem párjukat hibáztatják.

Az anyák aggodalma (pl. a gyermek egészsége, anyai kompetencia, a gyermek szociabilitása) két területen mutat összefüggést a párkapcsolattal. *A baba egészségéért* aggódo édesanyák nagyobb mértékű gondoskodást észlelnek a párjuk részéről, mint akik nem aggódnak gyermekük egészségéért. Tehát úgy

tűnik, a gyermek egészsége olyan tényező, ami a partnert gondoskodóbb magatartásra készteti a párkapcsolatban. Azonban azok az anyák, akik aggódnak az *anyai kompetenciájuk* miatt, szignifikánsan kevésbé érzik gondoskodónak a párjukat, elégedetlenebbek a párkapcsolatukkal és kevésbé gyakoribb közöttük a pozitív érintés, mint akiknek nincsenek anyai kompetenciájukkal kapcsolatos kétségeik. Ez az összefüggés természetesen azt is jelentheti, hogy gondoskodó partner és magasabb párkapcsolati elégedettség mellett érzik magukat kompetens anyáknak a nők. Ezen összefüggést azért tartjuk kiemelten fontosnak, mert korábbi kutatások szerint az anyai kompetencia hiánya együtt jár a szülés utáni depresszióval (Gauthier, Guay, Senécal, Pierce, 2010), ami az anya-gyerek kapcsolat sérülését eredményezheti.

Az *apai hordozó magatartás mentén a párkapcsolat minősége* eltérő mintázatot mutat. A gyermeküket hordozó apákat az anyák szignifikánsan gondoskodóbbnak észlelik, elégedettebbek a párkapcsolatukkal, valamint ezeknél a pároknál – az anya szerint – gyakoribb a pozitív érintés is, mint ahol az apa nem hordoz. Az apa affiliatív viselkedésének és főként babájáról való gondoskodásának kedvező hatását a párkapcsolatra korábbi vizsgálatok is hangsúlyozzák. (Levy-Shiff, 1994). Úgy tűnik, hogy a hordozás felfogható úgy is, mint a gyermek felé irányuló gondoskodás, avagy az anya tehermentesítése, de mindenképpen olyan apai viselkedés, amely kedvezőbb párkapcsolati megéléssel jár együtt az anya részéről.

A KUTATÁS KORLÁTAI ÉS KITEKINTÉS

A *kutatás korlátai* között említhető az adatgyűjtésből fakadó egyoldalúság, ugyanis a válaszadóink 82%-a nagyon magas iskolai végzettségű. A minta további kérdéseket is felvet: vajon az internetes hozzáférés, tájékozódás leginkább az iskolázott nők számára hozzáférhető-e, vagy maga a téma iránti elkötelezettség (is) főként rájuk jellemző olyan mértékben, hogy hajlandóak legyenek időt, energiát áldozni egy vizsgálati felhívásra. Ezért az eredményeink értelmezésénél az általános érvényű következtetések levonásától tartózkodunk.

Vizsgálatunk a párkapcsolatot és a szülőséget a nők észlelésén keresztül mutatja be, ami messze nem teljes, azonban – a mi kultúránkban is – a szülővé válás bár nagyon hasonló folyamatként zajlik, mégis az apák erőforrásait kevésbé veszi igénybe, mint az anyákét. Az apáknak kevesebb követelménynek kell eleget tenniük, mint az anyáknak, tényszerűen is kevesebb viselkedéses és szerepdefiníciós változásra kényszerülnek. Ez azzal magyarázható, hogy nem ők az elsődleges gondozói a babának, amin a gondozói felelősséget és belevonódást értjük (Levy-Shiff, 1999).

Valamennyi önbeszámoló eljárásra épülő kutatásnál fennáll a szubjektív torzítás lehetősége, azonban azt is tudjuk, hogy függetlenül az objektív tények-

tól a szubjektív érzelmi hatásoktól átszótt személyes élményeknek meghatározó szerepe van a párkapcsolatban (Murray, Holmes, Griffin, 1996). Továbbá a retrospekció torzító hatása is érvényesülhet a szülők párkapcsolatának megítélésénél, azonban az is ismeretes, hogy a gyermekek képesek szüleik párkapcsolatát értékelni, s értékelésük nagymértékben egyezik a szülők saját minősítésével (Ablow, Measelle, Cowan, Cowan, 2009).

Mivel elemzéseink nagy része együttjárásokra világít rá és ok-okozati összefüggésekre nem, a továbbiakban szükségesnek tartjuk – például a kompenzáció érzelmi aspektusainak vizsgálatához – a tudatos szintnél mélyebb feltárást is lehetővé tevő technikák (mélyinterjú, megfigyelés, vagy kísérleti módszer) alkalmazását.

Eredményeink megerősítettek bennünket abban, hogy a gondoskodó magatartás észlelése a párkapcsolat minőségét döntően befolyásolja, ami pedig az anyaság és az anya-gyerek kapcsolat biztos bázisaként szolgálhat. Vizsgálatunk tanulságai a prevencióban, valamint pár- és családterápiában egyaránt kamatoztathatóak.

Ez úton köszönjük dr. Bagdy Emőke professzorasszonynak, hogy a „Gyermek az életünkben” című kutatási program vezetőjeként a különböző hordozó, kötődő nevelést propagáló egyesületek, fórumok (Nyitott Akadémia, Ölbabababa Egyesület és a Babahordozó Anyák Egyesülete) bevonásával biztosította a vizsgálat alapjául szolgáló felmérést. Továbbá hálánkat szeretnénk kifejezni minden édesanyának a kutatásban való önkéntes részvételéért.

IRODALOM

- Ablow, J. C., Measelle, J. R., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2009). Linking marital conflict and children's adjustment: The role of young children's perceptions. *Journal of Family Psychology*, 23, 485-499.
- Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46, 333-341.
- Antoine, C. (2010). *A terhésség és az anyaság pszichológiája*. Budapest: Saxum
- Atkinson, L., Goldberg, S., Raval, V., Pederson, D., Benoit, D., Moran, G., Poulton, L., Myhal, N., Zwiers, M., Gleason, K., & Leung, E. (2005). On the relation between maternal state of mind and sensitivity in the prediction of infant attachment security. *Developmental Psychology*, 41, 42-53.
- Baldoni, F. (2010). Attachment, danger and role of the father in family life span. *Erdélyi Pszichológiai Szemle*, 4, 376-403.
- Bar-Haim, Y., Sutton, D. B., Fox, N. A., & Marvin, R. S. (2000). Stability and change of attachment at 14, 24, and 58 months of age: Behavior, representation, and life events. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 381-388.
- Belsky, J., & Isabella, R. (1985). Marital and parent-child relationships in the family of origin and marital change following the birth of a baby: A retrospective analysis. *Child Development*, 56, 342-349.
- Benoit, D., & Parker, K. C. H. (1994). Stability and transmission of attachment across three generations. *Child Development*, 65, 1444-1457.
- Bowlby, J. (2009). *A biztos bázis*. Budapest:
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1992). *When partners become parents: The big life change for couples*. New York: Basic Books
- Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2009). Couple relationships: A missing link between adult attachment and children's outcome. *Attachment & Human Development*, 11, 1-4.
- Cowan, P. A., Cowan, C. P., & Metha, N. (2009). Adult attachment, couple attachment and children's adaptation to school: An integrated attachment template and family risk model. *Attachment & Human Development*, 11, 29-46.
- Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M., & Henderson, V. K. (1989). Marriage, adult adjustment, and early parenting. *Child Development*, 60, 1015-1024.
- Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M., Riedel, C., Scalf-McIver, L., & Suster, A. (1985). Intergenerational influences on the parent-infant relationship in the transition to parenthood. *Journal of Family Issues*, 6, 543-564.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (1994). *Children and marital conflict: The impact of family dispute and resolution*. New York: Guilford
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (1996). Emotional security as a regulatory process in normal development and the development of psychopathology. *Development and psychopathology*, 8, 123-139.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2002). Effects of marital conflict on children: Recent advances and emerging theme in process-oriented research. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43, 31-63.
- Danis I. (2007). Szülői és tágabb környezeti tényezők szerepe a szülővé válás folyamatában és a korai anya-gyermek kapcsolat kialakulásában [Doktori értekezés]. Letöltve: <http://www.brightfuture.>

- hu/images/publications/PhD_Danis_korai%20sz%C3%BCl%C5%91-gyermek%20kapcsolat_ssz%C3%BCl%C5%91v%C3%A9%20v%C3%A1l%C3%A1s_k%C3%B6t%C5%91d%C3%A9s_csal%C3%A1di%20k%C3%B6rnyezet_disszert%C3%A1ci%C3%B3%202007.pdf
- Dollander, M. (2004). La dépression périnatale paternelle. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 52, 274-278.
- Fischer, C. R., Stanford, B. J., Jameson, P., & DeWitt, J. M. (1999). Exploring the concepts of intended, planned, and wanted pregnancy. *The Journal of Family Practice*, 48, 117-122.
- Flouri, E. (2005). Women's psychological distress in midadulthood: The role of childhood parenting experiences. *European Psychologists*, 10, 116-123.
- Fonagy, P., Steele, H., & Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant-mother attachment at one year of age. *Child Development*, 62, 891-905.
- Frosch, C. A., Mangelsdorf, S. C., & McHale, J. L. (1998). Correlates of marital behavior at 6 months postpartum. *Developmental Psychology*, 34, 1438-1449.
- Gauthier, L., Guay, F., Senécal, C., & Pierce, T. (2010). Women's depressive symptoms during the transition to motherhood: The role of competence, relatedness, and autonomy. *Journal of Health Psychology*, 15, 1145-56.
- Hadházi É., & Gérecz Á. (2014). *Intimitás, a kötődés, szülői bánásmód és depresszió függvényében*. In Vassányi M., Fülöp J. & Mirnics Zs. (Szerk.). *Kapcsolatban – Istennel és emberrel*. Pszichológiai és bölcsészeti tanulmányok (pp. 32-54). Budapest: L'Harmattan
- Gottman, J. M., & Katz, L. F. (1989). Effects of marital discord on young children's peer interaction and health. *Developmental Psychology*, 25, 373-381.
- Grych, J. H., & Clark, R. (1999). Maternal employment and development of the father-infant relationship in the first year. *Developmental Psychology*, 35, 893-903.
- Hadházi É. (2002). *A gyermekvárás és a koragyermekkor időszakában kialakuló szülői attitűdök vizsgálata* (Doktori értekezés). Debreceni Egyetem, Debrecen
- Hadházi É. (2012). *Az érintés párkapcsolati összefüggései, női szemmel*. Előadás a Magyar Pszichiátriai Társaság XVII. Vándorgyűlésén. Debrecen, 2012. január 25-28.
- Hadházi É., Gérecz Á., & Végh F. (2011). *Az intimitás mérése – előzetes eredmények magyar mintán*. Poszterelőadás a Magyar Pszichológiai Társaság Jubileumi XX. Országos Tudományos Nagygyűlésén. Budapest, 2011. május 25-27.
- Hamilton, C. E. (2000). Continuity and discontinuity of attachment from infancy through adolescence. *Child Development*, 71, 690-694.
- Harris, K., & Campbell, E. (1999). The plans in unplanned pregnancy: Secondary gain and partnership. *British Journal of Medical Psychology*, 72, 105-120.
- Heider, D., Bernert, S., Matschinger, H., Haro, M. J., Alonso, J., & Angermayer, M. C. (2007). Parental bonding and suicidality in adulthood. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 41, 66-73.
- Hendrick, S. S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The Relationship Assessment Scale. *Journal of Social & Personal Relationships*, 15, 137-142.
- Isabella, R. A. (1994). Origins of maternal role satisfaction and its influences upon maternal interactive behavior and infant-mother attachment. *Infant Behavior and Development*, 17, 381-387.

- KSH (2014). Érdekessegek a szubjektív jóllét (well-being) magyarországi vizsgálatából. *Statisztikai Tükör*, 8, 1-4.
- KSH (2013). Élveszületések és termékenység, 2012. *Statisztikai Tükör*, 7, 1-3.
- Kubička, L., Matějček, Z., David, H. P., Dytrych, Z., Miller, W. B., & Roth, Z. (1995). Children from unwanted pregnancies in Prague, Czech Republic revisited at age thirty. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 91, 361-369.
- Levy-Shiff, R. (1994). Individual and contextual correlates of marital change across the transition to parenthood. *Developmental Psychology*, 30, 591-601.
- Levy-Shiff, R. (1999). Fathers' cognitive appraisals, coping strategies, and support resources as correlates of adjustment to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 13, 554-567.
- Matejcek, Z., Dytrych, Z., & Schüller, V. (1978). Children from unwanted pregnancies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 57, 67-90.
- Matejcek, Z., Dytrych, Z., & Schüller, V. (1980). Follow-up study of children born from unwanted pregnancies. *International Journal of Behavioral Development*, 3, 243-251.
- Metha, N., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2009). Working models of attachment to parents and partners: Implications for emotional behavior between partners. *Journal of Family Psychology*, 23, 895-899.
- Moss, E., Cyr, C., Bureau, J. F., Tarabulsy, G. M., & Dubois-Comtois, K. (2005). Stability of attachment during the preschool period. *Developmental Psychology*, 41, 773-783.
- Murányi-Kovács E., & Kabainé Huszka A. (1988). *A gyermekkori és a serdülőkori személyiségzavarok pszichológiája*. Budapest: Tankönyvkiadó.
- Murray, L. S., Holmes, G. J., & Griffin, D. W. (1996). The self-fulfilling nature of positive illusions in romantic relationships: Love is not blind, but prescient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1155-1180.
- Murray, L. S., Rose, P., Holmes, G. J., Derrick, J., Podchaski, E. J., Bellavia, G., & Griffin, D. W. (2005). Putting the partner within reach: A dyadic perspective on felt security in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 327-347.
- Narita, T., Sato, T., Hirano, S., Gota, M., Sakado, K., & Uehara, T. (1999). Parental child-rearing behavior as measured by the Parental Bonding Instrument in a Japanese population: Factor structure and relationship to lifetime history of depression. *Journal of Affective Disorders*, 57, 229-234.
- NICHD Early Child Care Research Network (2000). Factors associated with fathers' caregiving activities and sensitivity with young children. *Journal of Family Psychology*, 14, 200-219.
- Paley, B., Cox, M. J., Harter, K. S. M., & Margand, N. A. (2002). Adult attachment stance and spouses' marital perceptions during the transition to parenthood. *Attachment and Human Development*, 4, 340-360.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A Parental Bonding Instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.
- Ranschburg J. (1980). A fiatal házások problémái. In Szilágyi V. (Szerk.). *A családi élet mai problémái: Ahogyan hazai szakértőink látják* (pp. 99-108). Budapest: Tankönyvkiadó
- Rózsa S. (2006). Méréselméleti és statisztikai alapfogalmak. In Rózsa S., Nagybányai Nagy O. & Oláh A. (Szerk.). *A pszichológiai mérés alapjai* (pp. 68-90). Budapest: Bölcsész Konzorcium
- Satir, V. (1999). *A család együttélésének művészete*. Budapest: Coincencia
- Şen, S., & Kavlak, O. (2012). Transgenerational attachment in Manisa, Turkey. *Contemporary Nurse*, 41, 126-132.

- Simon, G. M. (2008). Structural couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.). *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 323-349). New York: Guilford
- Simpson, J. A., Rholes, S. W., Campbell, L., & Wilson, C. L. (2003). Changes in attachment orientations across the transition to parenthood. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39, 317–331.
- Thompson, R. A., & Raikes, H. A. (2003). Toward the next quarter-century: Conceptual and methodological challenges for attachment theory. *Development and Psychopathology*, 15, 691–718.
- Thompson, R. A., Lamb, M. E., & Estes, D. (1982). Stability of infant-mother attachment and its relationship to changing life circumstances in an unselected middle-class sample. *Child Development*, 53, 144–148.
- Tóth I., & Gervai J. (1999). Szülői Bánásmód Kérdőív (H-PBI): A Parental Bonding Instrument (PBI) magyar változata. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 54, 551-566.
- Varga K. (2009). Szexualitás, szülés, kötődés: Az oxitocin pszichoemotív hatásai. In Bagdy E., Demetrovics Zs. & Pilling J. (Szerk.). *Polihistória – köszöntők és tanulmányok Buda Béla 70. születésnapja alkalmából* (pp. 449-476). Budapest: Akadémiai
- Varga K. (2010). A kötődés kulcsa: A centrális oxitocin rendszer. In Németh T., Bürger N. & Kovács R. (Szerk.). *Pszichoszomatikus betegségek csecsemő- és kisgyermekkorban – Regulációs zavarok. XII. Családbarát Konferencia* (pp. 41-50). Budapest: Országos Gyermekegészségügyi Intézet
- Varga K. (2011a). Az oxitocin mint neurotranszmitter, a perifériás hatókörön túl. *Lege Artis medicinae*, 21, 779-784.
- Varga K. (2011b). A transzgenerációs hatások az epigenetikai kutatások tükrében. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 66, 507–532.
- Vargha A. (2007). *Matematikai statisztika pszichológiai, nyelvészeti és biológiai alkalmazásokkal* (2. kiadás). Budapest: Pólya
- Wampler, K. S., Shi, L., Nelson, B. S., & Kimball, T. G. (2003): The adult attachment interview and observed couple interaction: Implications for intergenerational perspective on couple therapy. *Family Process*, 42, 497-515.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71, 684–689.
- Whiffen, V., & Johnson, S. (1998). An attachment theory framework for the treatment of childbearing depression. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5, 478-493.
- Wilhelm K., & Parker G. (1988). The development of a measure of intimate bonds. *Psychological Medicine*, 18, 225-234.
- Wolf, M. S., & van Ijzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child Development*, 68, 571-591.
- Wong, M. S., Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., & Neff, C. (2009). Parental beliefs, infant temperament, and marital quality: Association with infant-mother and infant-father attachment. *Journal for Family Psychology*, 23, 828-838.
- Woodhouse, S. S., Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2009). Perceptions of secure base provision within the family. *Attachment & Human Development*, 11, 47-67.

A PÁRKAPCSOLATI HIEDELMEK KÉRDŐÍV HAZAI ADAPTÁLÁSÁNAK EREDMÉNYEI

Dr. Szabó-Bartha Anett¹ – Dr. Szondy Máté²

¹ Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Klinikai Pszichológiai Tanszék, e-mail: szabobartha@gmail.com

² Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Klinikai Pszichológiai Tanszék

Absztrakt

Jelen vizsgálatunk célja a Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív (Relationship Beliefs Inventory) magyar változatának validitás- és reliabilitás-vizsgálatának elvégzése.

Az 5 skálából álló kérdőív a párkapcsolatokról kialakított diszfunkcionális hiedelmek feltérképezésére készült, melyek sok esetben összefüggésbe hozhatók a párkapcsolatban megjelenő distressz, konfliktusok és a kapcsolati elégedetlenség mértékével.

Az 576 fő bevonásával készült vizsgálat során a következő eredményeket kaptuk: két alskála (*A véleménykülönbség kapcsolatromboló, A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek*) alacsonyabb Cronbach-alfa értéke mellett is a kérdőív belső reliabilitása megfelelőnek tekinthető. A strukturális elemzés az eredeti kérdőívhez hasonló ötfaktoros szerkezetet mutatott.

A szociodemográfiai tényezőkkel a *Szexuális tökéletességre* vonatkozó hiedelmek mutatták a legerősebb összefüggést: így ennek szintje magasabb volt a férfiaknál, a fiataloknál, illetve azoknál, akik még nem élnek házasságban (csak együtt járnak). A kérdőív a validálós skálákkal az elvárt irányú kapcsolatot mutatta: a kapcsolatra vonatkozó diszfunkcionális elképzelések negatív kapcsolatban álltak az élettel való elégedettséggel, illetve a párkapcsolatra vonatkozó elégedettséggel.

A kérdőív így alkalmasnak tekinthető a párkapcsolati hiedelmek mérésére, és annak felhasználása a kutatás mellett a terápiás munkában is hasznos eszköz lehet, a kapcsolati problémák mögött meghúzódó hibás kogníciók feltárására és tudatosítására.

Kulcsszavak: párkapcsolati hiedelem ■ diszfunkcionális kapcsolati hiedelem ■ párkapcsolati elégedettség ■ élettel való elégedettség

Abstract

The aim of this study is to adapt the Hungarian version of the Relationship Beliefs Inventory (RBI), and to examine its validity and reliability.

RBI – that consists of 5 scales – is used extensively in marital research for measuring dysfunctional relationship beliefs. A widely accepted assumption is that these unrealistic beliefs about marriage contribute to marital difficulties, distress, and marital dissatisfaction.

The results of the study, which recruited 576 subjects, shows that the reliability of the inventory is acceptable, although Cronbach's alpha is lower for two subscales (*Disagreement*

is destructive, Partners cannot change) than for the others. The structural analysis confirmed the five-factor structure of the inventory.

Results indicate strong correlation between subscale *Sexual perfectionism* and some socio-demographic factors: values of Sexual perfectionism were higher among men, younger participants, and partners living together (but not in marriage).

Examining the validity of the inventory, relationship beliefs show negative correlation with general life satisfaction, and marital satisfaction.

Conclusion of our study is that the Hungarian version of RBI is appropriate for identifying dysfunctional relationship beliefs. This inventory can be used not only in the fields of research, but can be useful for therapeutic application in order to reveal unrealistic relationship beliefs causing marital conflicts.

Key words: relationship beliefs ■ dysfunctional relationship beliefs ■ relational satisfaction ■ general life satisfaction

BEVEZETÉS

A kognitív-viselkedésterápiás nézőpont szerint az érzelmeinket és viselkedésünket nagyban meghatározza az, ahogyan a világot észleljük, strukturáljuk. Ezek a kogníciók az előzetes élményeink, tapasztalataink alapján kialakított attitűdökön, sémákon vagy hiedelmeken alapulnak. Adaptív értékük szempontjából a hiedelmeink lehetnek hatékonyak, hasznosak a számunkra, bizonyos esetekben azonban túlságosan merevvé, rigiddé, diszfunkcionálissá válhatnak. Ilyen esetben az egyén a helyzetet, az abban megjelenő ingereket, információkat torzult módon észlelheti, ami negatív irányba befolyásolhatja az érzelmi és viselkedéses reakcióit. Ilyen kognitív hiedelmeket kialakíthatunk szinte bármivel kapcsolatban: önmagunkról, másokról, a világ működéséről, a kapcsolatainkról, a múltunkról, a jövőnk alakulásáról. Jelen cikkünkben egy olyan mérőeszközt mutatunk be, amely speciálisan a párkapcsolatról kialakított kognícióinkat vizsgálja: ez pedig nem más, mint a Relationship Beliefs Inventory (RBI) (magyarul: Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív) (Eidelson és Epstein, 1982).

1. Elméleti áttekintés

1.1. A párkapcsolati hiedelem fogalma, mérőeszközei

A **párkapcsolati hiedelmek** az intim kapcsolatok különböző aspektusaira irányuló kognícióinkat jelentik, melyek magukba foglalják a párkapcsolatra, illetve a másik fél viselkedésére, gondolkodására, érzéseire irányuló elvárásainkat, szándékainkat, attribúcióinkat, melyek meghatározzák a kapcsolati viselkedésünket, valamint az azzal kapcsolatos érzéseinket, hozzáállásunkat (Eidelson és Epstein, 1982).

Amennyiben a párkapcsolati hiedelmek diszfunkcionálissá – azaz túlságosan szélsőségesse, merevvé – válnak, az kedvezőtlenül hathat a kapcsolat minőségére és az azzal kapcsolatos érzelmi megélésre egyaránt.

A kapcsolati hiedelmek kialakulásának gyökere visszavezethető egészen a gyermekkorra. Gondoljunk itt azokra a kapcsolatokra, nőkre, férfiakra vonatkozó sokat hallott mondatokra, történetekre, melyeket gyerekként a családtagjainktól, elsősorban szüleinktől hallottunk, illetve nem szabad elfeledkeznünk azokról a párkapcsolati mintákról sem, melyeket a családi közegben tapasztaltunk meg. Ezek a korai tapasztalatok később kiegészülnek azokkal a személyes élményekkel, melyeket a serdülőkorba, majd felnőttkorba élve saját párkapcsolatainkban élünk meg. Továbbá számolnunk kell az egyéb forrásból származó ismeretekkel, információkkal is, úgymint a könyvek, filmek és a média által a párkapcsolatokról sugallt elképzelésekkel. Ezek alapján formálódik bennünk egy attitűd, elvárás a párkapcsolatokra vonatkozóan, mely lehet funkcionális vagy diszfunkcionális egyaránt. Ez utóbbiról akkor beszélhetünk, amikor az adott hiedelem túlságosan szélsőségesse, merevvé válik, és annak rugalmas megváltoztatására nem vagyunk képesek az új, esetlegesen az adott hiedelemnek ellentmondó, azt megcáfoló tapasztalat esetén sem. Ezek a diszfunkcionális attitűdök lehetnek azok, amelyek a párkapcsolatban mutatott viselkedésünket és az abban megélt érzelmeinket is szélsőséges irányban befolyásolják, és konfliktust eredményeznek a kapcsolatban. Így például, amikor valaki elvárja a párjától a „gondolatolvasást”, azaz úgy véli, hogy egy jól működő kapcsolatban a partnernek mindig tisztában kell lennie a másik igényeivel, elvárásaival, anélkül, hogy ezt ki kellene mondani, gyakran jelentkezik konfliktus azokban a helyzetekben, amikor a partner erre nem képes. Párkapcsolati hiedelmekkel azonban nem csupán a párkapcsolatban élő egyének rendelkeznek, bár sok esetben ezek megléte és diszfunkcionalitása abban aktivizálódik, hanem ott vannak mindannyiunk fejében. Előfordulhat, hogy egyes diszfunkcionális hiedelmek (pl. a másikkal való összeolvadástól való félelem) már magát a párkapcsolat kialakulását is megakadályozzák. Így ezek feltérképezése indokolt lehet egyedülálló személyek esetében is, nem csupán konfliktusos párkapcsolatban élőknel. A párkapcsolati hiedelmek vizsgálatára, mérésére irányuló kutatások már az 1980-as években elindultak, és feltérképezésükre számos mérőeszköz született. Ezek közül néhányat a teljesség igénye nélkül az 1. táblázatban foglaltunk össze.

MÉRŐESZKÖZ	SZERZŐ, ÉVSZÁM
Relationship Beliefs Inventory (RBI)	Eidelson-Epstein, 1982
Marriage Beliefs Inventory	Peters, 1984
Fear of Close Personal Relationship Questionnaire	Sheehan, 1989
Relationship Beliefs Scale (RBS)	Fletcher-Kinmonth, 1992
Relationship Beliefs Questionnaire (RBQ)	Romans-DeBord, 1995
Interpersonal Cognitive Distortion Scale	Hamamci, 2004

1. táblázat Párkapcsolati hiedelmek vizsgálatára kialakított mérőeszközök

Ezek a kérdőívek, skálák különböző dimenziók mentén osztályozzák a párkapcsolati hiedelmeket, melyek ismertetésére jelen cikkünkben nem térünk ki. Részletesen az általunk adaptálni kívánt Relationship Beliefs Inventory-t ismertetjük a későbbiekben. A választásunk azért esett erre a kérdőívre, mert olyan hiedelmek beazonosítására alkalmas, melyek gyakran fellelhetők a konfliktusos kapcsolatok hátterében. Mint a később ismertetésre kerülő kutatásokban is látni fogjuk, ez az egyik leggyakrabban használt mérőeszköz a kapcsolati hiedelmek diszfunkcionalitásának felmérésében.

1.2. A párkapcsolati hiedelmek összefüggése a párkapcsolati működéssel

A korai kutatások a párkapcsolat működését a korai maladaptív sémák, illetve az általános diszfunkcionális attitűdök vonatkozásában vizsgálták.

Ide tartozik pl. Freeman (1998), Yousefi, Etemadi, Bahrami és Ahmadi (2010), valamint Dumitrescu és Rusu (2012) vizsgálata, melyek azt igazolták, hogy a diszfunkcionális sémák, hiedelmek általában kedvezőtlenül befolyásolják a pár tagjai közti kapcsolat alakulását. Ez érthető, hiszen ezek az egyénben megjelenő szélsőséges elvárások, attitűdök gyakran jelentik a pár tagjai közti konfliktusok forrását, fokozva köztük a kapcsolati distressz mértékét, és e révén hozzájárulnak a kapcsolattal való elégedettség csökkenéséhez. . Ami közös ezen vizsgálatok eredményében, az annak igazolása, hogy a korai maladaptív sémák és diszfunkcionális hiedelmek előfordulása alapján nagy eséllyel bejósolható a kapcsolattal való elégedettség mértéke, bizonyos esetekben akár a válás bekövetkezésének előfordulása is (Yousefi és mtsai, 2010). Ennek oka, hogy az egyén a saját sémáin, hiedelmein keresztül észleli a valóságot és értékeli partnerét, annak viselkedését. Amennyiben ezek a hiedelmek szélsőséges irányba térnek el, az a partner és a párkapcsolat észlelését negatív irányba torzíthatja, így eredményezve feszültséget és konfliktust a pár tagjai között.

Ezen kutatásokkal közel egy időben a vizsgálatok egy másik vonulata arra hívta fel a figyelmet, hogy vannak olyan specifikus hiedelmek, melyek kifejezetten a párkapcsolatra vonatkoznak, és úgy tűnik, hogy ezek jóval nagyobb befolyással bírnak a párkapcsolat alakulására, működésére, az azzal való elégedettségre, mint az általános diszfunkcionális hiedelmek és maladaptív sémák.

Így többek között Jones és Stanton (1988) vizsgálata is megerősítette, hogy a kapcsolati hiedelmek jobban bejósolják a kapcsolatban megjelenő distressz mértékét, mint az általános diszfunkcionális hiedelmek. Hamamci (2005a; 2005b) szintén kapcsolatot talált a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek mértéke és a házastársi konfliktus gyakorisága és intenzitása között.

Egy nagyszabású holland felmérés (1285 fő) esetén azt nézték, hogy a diszfunkcionális, szorongáskeltő kapcsolati hiedelmek hogyan befolyásolják a pár

tagjainak kapcsolatuk fenntartása érdekében mutatott viselkedését, valamint mindez hogyan hat a kapcsolatukkal való elégedettségük mértékére. Az eredmények azt mutatták, hogy a szorongáskeltő kapcsolati hiedelmek (pl.: *összeolvadástól való félelem, elhagyástól való félelem* stb.) negatív irányba befolyásolják a kapcsolati elégedettséget azáltal, hogy gátolják az intimitás kialakulását elősegítő viselkedéseket a pár életében (Faber, 2010).

Bizonyos esetekben ezek a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek olyan mértéket ölthetnek, melyek akár bizonyos tüneti viselkedésekkel is kapcsolatot mutathatnak. Így megemlíthetünk egy vizsgálatot, ahol depresszióval kezelt nők esetében összefüggést találtak a tünetek mértéke és bizonyos diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek (pl.: *gondolatolvasás, szexuális tökéletességre törekvés, az egyet nem értés kapcsolatromboló, a partner képtelen a változásra*) között, és mindez befolyásolta a v.sz.-ek kapcsolattal való elégedettségét is (Uebelacker-Whisman, 2005).

A diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek és a párkapcsolati konfliktusok megoldásának összefüggéseit vizsgálva Bradbury és Fincham (1993) azt találták, hogy az irracionális kapcsolati hiedelmek gyakran interferálnak a hatékony problémamegoldással. Az eredmények alapján úgy tűnik, hogy azok a házastársak, akik szélsőséges párkapcsolati hiedelmekkel rendelkeznek, nem kerülnek el a házastársi problémák megbeszélését, ugyanakkor viselkedésükre a kritikusság és ellenségesség jellemző, és többnyire partnerüket okolják a fennálló problémák miatt.

A korábbi kutatási eredményekkel összhangban Esmaeilpour, Mahdavi, és Khajeh (2013) szintén azt találták, hogy a kapcsolati elégedettséget a kapcsolat időtartama, és a kapcsolati készségek mellett jelentősen meghatározzák a kapcsolatra vonatkozó hiedelmek, úgymint: „*A jó kapcsolatot könnyű fenntartani*”, „*Mindent közösen kellene csinálnunk*”, „*Képesnek kell lennünk egymás összes igényét kielégíteni*” stb.. Érdekltségképpen itt kell megemlítenünk, hogy ez volt az első olyan vizsgálat, amely azt találta, hogy a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek nem minden esetben befolyásolják negatív irányba a kapcsolati elégedettséget, bizonyos hiedelmek szélsőségességük ellenére is pozitív kapcsolatban állhatnak vele. Jelen esetben ez a kapcsolat könnyű fenntarthatóságára vonatkozó hiedelem volt. Úgy tűnik tehát, hogy bizonyos esetekben a kapcsolati hiedelmek motiválóan is hathatnak a kapcsolatra, és mint elérendő célok jelenhetnek meg abban.

1.3. A Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív (Relationship Beliefs Inventory) ismertetése

A párkapcsolati hiedelmek mérésére kialakított eszközök közül a legelsőik közé tartozott az Eidelson és Epstein által 1982-ben kialakított Relationship Belief Inventory (RBI). A kérdőív tételeinek összeállítása először tapasztalati úton tör-

tént: a szerzők 20 párterapeutát kértek fel, hogy gyűjtsék össze azokat a párkapcsolatokban megjelenő hiedelmeket, melyek gyakran eredményeznek kapcsolati konfliktust a klienseiknél. Így kezdetben összesen 128 állítást sikerült összegyűjteniük. Ezeket az állításokat egy 47 párból álló klinikai mintán tesztelték, majd a tételek statisztikai vizsgálata (item-totál korreláció) során az eredeti 128 állításból álló listát egy 5-ször 12 itemből álló skálára csökkentették. Ezt a 60 tételből álló kérdőívet egy további 100 párból álló mintán vizsgálták be, és e során az 5 dimenzió mindegyikéből további 4 itemet kivettek. Így állt össze az összesen 40 tételt tartalmazó kérdőív, mely a párkapcsolati hiedelmeket 5 dimenzió mentén értékelte, melyek a következők voltak:

1. **Gondolatolvasás:** az ide tartozó állítások fejezik ki azokat az elvárásokat, melyek szerint a pár tagjainak tudniuk kellene olvasni egymás gondolataiban. Pl.: *„Feldühít, ha a partnerem nem veszi észre, mit érzek, és nekem kell elmagyaráznom neki.”*
2. **A véleménykülönbség kapcsolatromboló:** ezen hiedelmek szerint, amennyiben a pár tagjainak véleménye között eltérés van, az veszélyeztetheti a kapcsolat alakulását. Pl.: *„Ha a partnerem és én nem értünk egyet egymással valamiben, úgy érzem, hogy szétesőben van a kapcsolatunk.”*
3. **A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek:** ide tartoznak mindazok az állítások, melyek a partnerek saját viselkedésének, illetve a kapcsolat megváltoztatására való képtelenségét fejezik ki. Pl.: *„Nem hiszem, hogy a partnerem képes lenne változtatni a viselkedésén.”*
4. **Szexuális tökéletességre való törekvés:** ez a dimenzió a szexuális életben nyújtott tökéletes teljesítmény és a partner kielégítésének vágya iránti elvárásokat tartalmazza. Pl.: *„Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem elégítettem ki teljesen a partneremet szexuálisan.”*
5. **Nemek közti különbség:** az ide tartozó itemek a férfiak és nők személyisége és kapcsolati igényei közti különbségeket fogalmazzák meg. Pl.: *„A férfiak és a nők valószínűleg soha nem érthetik meg egymást igazán.”*

A kérdőíven végzett reliabilitás-vizsgálat során az 5 dimenzió esetében a Cronbach-alfa értékek 0,72-0,81 között mozogtak, míg a skálák közti korrelációs értékek 0,17-0,44 közé estek. A validitás-vizsgálat eredményei azt mutatták, hogy minél magasabb értéket ér el valaki az egyes dimenziókban, az annál magasabb szintű kapcsolati elégedetlenséggel jár együtt (Eidelson és Epstein, 1982). Továbbá azt találták, hogy párterápiák esetén a diszfunkcionális párkapcsolati hiedelmek magas szintje szignifikáns összefüggést mutat a terápia sikerességével kapcsolatos pesszimizmussal, a kapcsolat fenntartása helyett az annak lezárására irányuló szándékkal, illetve a párterápia helyett az egyéni terápia preferálásával. Valamint a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek a szelfre irányuló irracionális hiedelmekkel is szoros együttjárást mutattak. Hasonló eredményt kaptak Emmelkamp, Krol, Sanderman és Rüphan (1987), kiegészít-

ve a korábbi eredményeket azzal, hogy a diszfunkcionális kapcsolati hiedelmek magas értéke szoros összefüggést mutat a párkapcsolati feszültség, distressz mértékével is.

Végül meg kell említenünk James, Hunsley és Hemsworth 2002-ben zajló kutatását, mely egy 205 főből álló mintán vizsgálta újra az RBI faktor-struktúráját. Ennek eredményeként az eredeti 5 dimenzióból álló kérdőív helyett egy 6 faktoros struktúrát javasoltak, illetve felvetették néhány problémás item eltávolítását a kérdőívből (a „*Partner változtatási képtelensége*” dimenzió 4 itemét). A kérdőív dimenziói közül a legtöbbet jól definiáltak tekintették, kivéve a „*Nemek közti különbség*” dimenzióját, mely véleményük szerint további két faktorra bontható: az egyik a „*Nemek szükségletei, igényei közti eltérés*”, a másik a „*Másik nem megértésével kapcsolatos nehézségek*” alfaktorok.

2. Módszer

2.1. Vizsgálati személyek

Az adatfelvétel 2014-ben történt kényelmi mintavételi eljárással (papír-ceruza eljárással). A részvétel önkéntes alapon történt, a résztvevők nem kaptak kompenzációt a kutatásban való részvételért. A 2. táblázat tartalmazza a minta legfontosabb demográfiai jellemzőit.

A mintába való bekerülésnek nem voltak speciális kritériumai. Ugyanakkor törekedtünk arra, hogy a vizsgálatba minél több párkapcsolatban élő személy vegyen részt, mivel a kérdőív validálásához egyik mérőeszközként a Kapcsolati Elégedettség Skálát használtuk. A párkapcsolat jellege nem volt kitétel, így az együttjárástól a házasságig bármilyen párkapcsolati forma megfelelt.

ELEMSZÁM	ISKOLAI VÉGZETTSÉG	ÉLETKORI CSOPORTOK
teljes = 576	alapfokú = 14 (2,4%)	25 év és alatta = 459 (79,7%)
ffi (%) = 180 (31,1%)	középfokú = 382 (66,5%)	26-45 év = 83 (14,4%)
nő (%) = 396 (68,8%)	felsőfokú = 178 (31,1%)	46 év és fölött = 34 (5,9%)

2. táblázat A minta legfontosabb demográfiai jellemzői

A párkapcsolati státusz szempontjából a minta a következő megoszlást mutatja (ld. 3. táblázat).

EGYEDÜLÁLLÓ	EGYÜTTJÁRÁS	EGYÜTTÉLÉS	ELJEGYZÉS	HÁZASSÁG	ELVÁLT
215 (37,3%)	201 (34,9%)	69 (12%)	26 (4,5%)	54 (9,4%)	11 (1,9%)

3. táblázat A minta megoszlása a párkapcsolati státusz megoszlása szempontjából

A gyermekek száma így alakult: nincs gyereke 513 főnek (89,1%), 1 gyereke van 16 főnek (2,8%), 2 gyereke van 24 főnek (4,2%), 3 gyereke van 15 főnek (2,6%), 4 gyereke van 3 főnek (0,9%).

2.2 Eszközök

Az adatfelvétel során a következő mérőeszközök szerepeltek a kérdőívcsomagban:

Demográfiai adatok: A szokásos adatok mellett – nem, életkor, iskolai végzettség – kíváncsiak voltunk a családi állapotra, illetve a gyermekek számára.

Párkapcsolati Hiedelmek Kérdőív (Relationship Beliefs Inventory) (Eidelson és Epstein, 1982) A korábban már részletesen ismertetett mérőeszköz egy 40 itemből álló kérdőív, mely a párkapcsolati hiedelmek felmérésére szolgál. A kérdőív 5 skálájának mindegyikéhez (*Gondolatolvasás, A véleménykülönbség kapcsolattromboló, A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek, Szexuális tökéletességre való törekvés, Nemek közti különbség*) 8-8 tétel tartozik. A válaszadók 5-fokú skálán jelzik az állításokkal való együttértésük fokát, a kiértékelésnél pedig a skálákhoz tartozó tételek értékét átlagoljuk. A magasabb pontszám az adott hiedelem magasabb szintjét jelzi.

A kérdőív fordítását egymástól függetlenül 2 fordító végezte. Ezután a 2 verziót egyeztetettük és eltérés esetén kiválasztottuk az eredeti jelentéstartalmat leginkább tükröző változatot. Ezt követően került sor a kérdőív visszafordítására, majd annak jelentéstartalma összevetésre került az eredeti kérdőívével.

Kapcsolati Elégedettség Skála. A Hendrick (1988) által kidolgozott Kapcsolati Elégedettség Skála (Relationship Assessment Scale, RAS) a párkapcsolati elégedettség egyik leggyakrabban alkalmazott mérőeszköze. Az összesen 7 tételből álló valid és megbízható skála magyar változatát Martos és munkatársai (2014) készítették el. A kérdőívet csak azokkal a vizsgálati személyekkel töltetjük ki, akik jelenleg párkapcsolatban éltek.

Élettel való Elégedettség Kérdőív (Diener, Emmons, Larsen, Griffin, 1985, magyar verzió: Martos, Sallay, Désfalvi, Szabó, Ittész, 2014). Az SWLS-H öt tételből álló kérdőív, valamennyi tétel egyenesen mér, a válaszadók 7 fokú skálán adhatják meg az állításokkal való egyetértésük mértékét. A skála pontszámát a tételekre adott válaszok összegzése adja, a magasabb érték magasabb élettel való elégedettséget jelez.

EPQ Hazugság Skála (Eysenck és Eysenck, 1975, magyar változat: Eysenck és Matolcsy, 1984). A társas kíváncsiság irányába való torzítás mérésére alkalmaztuk az Eysenck Personality Questionnaire Hazugság alskáláját: a magasabb összegzett érték nagyobb torzításra utal (Cronbach-alfa = 0,869).

3. Eredmények

3.1 Strukturális elemzés

Az eredeti kérdőív ötfaktoros szerkezetet mutat – ennek az ötfaktoros megoldásnak az adatainkra való illeszkedését konfirmatív faktorelemzéssel ellenőriztük. A modellt öt korreláló látens változóval építettük fel és maximum likelihood becslést alkalmaztunk. A modell illeszkedési mutatói megfelelőek voltak (khi-négyzet = 312,1, $df = 51$, $p < 0,001$, NFI = 0,878, TLI = 0,901, CFI = 0,892). Ez azt jelenti, hogy az eredeti (ötfaktoros) faktor-stuktúra reprodukálható a hazai mintán is, a kérdőív magyar verziójával.

3.2. Megbízhatóság

A skála társas kívánatossági hatásra való érzékenységet az EPQ Hazugság Skálájával való korreláció segítségével vizsgáltuk. Ez alapján egyik alskála sem mutatott korrelációt a társas kívánatossággal.

A skála Cronbach-alfa értéke megfelelő belső reliabilitást jelez (Cronbach-alfa = 0,80). Az egyes alskálák Cronbach-alfa értékei a következőképpen alakultak: *Gondolatolvasási* hiedelmek: 0,68, a *Véleménykülönbségre* vonatkozó hiedelmeké 0,596, a *Változásra való képtelenségre* vonatkozó hiedelmeké 0,596, a *Szexuális tökéletességre* vonatkozó hiedelmeké 0,7, és végül a *Nemi különbségekre* vonatkozó hiedelmek Cronbach-alfa értéke 0,733 volt.

3.3. Összefüggés szociodemográfiai változókkal

Az egyes stratégiákban mutatkozó nemi különbségeket t-próbával ellenőriztük: a párkapcsolati hiedelmek közül egyedül a Szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekben találtunk szignifikáns nemi különbséget a férfiak „javára” (férfiak: 3,20, nők: 3,11, $F = 1,835$, $df=146$, $p = 0,05$).

A családi állapot hiedelmekre kifejtett hatását varianciaanalízissel és post hoc Bonferroni-próbával vizsgáltuk. A változásra való képtelenség hiedelme az egyedülálló személyeknél szignifikánsan magasabb volt, mint az együttjáró személyek esetén (2,22 vs. 2,06, $p = 0,03$), a szexuális tökéletesség hiedelme az együttjáróknál szignifikánsan magasabb értékű, mint a házasságban élőkénél (3,24 vs. 2,94, $p = 0,05$). A nemi különbségekre vonatkozó hiedelmek az eljegyzett személyeknél magasabbak, mint az együttélő pároknál (2,73 vs. 3,19, $p = 0,05$).

Az iskolai végzettség tekintetében nem találtunk szignifikáns különbségeket az egyes csoportok hiedelmeinek erőssége tekintetében.

Az életkor egyedül a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekkel állt – negatív – kapcsolatban ($r = -0,161$, $p = 0,000$): az életkor növekedésével csökkent a szexuális tökéletesség igényére vonatkozó hiedelem intenzitása. A gyermekek száma gyenge negatív korrelációt mutatott a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekkel ($r = -0,093$, $p = 0,025$) – ezt a kapcsolatot azonban az életkor közvetítette, annak kontrollálása után a korreláció megszűnt.

3.4. Validitás

A skála validitás-vizsgálatára az Élettel való Elégedettség Skálát és a Kapcsolati Elégedettség Skálát alkalmaztuk. Összességében negatív kapcsolati mintázat rajzolódott ki a párkapcsolati hiedelmek és az elégedettség mutatói között (4. táblázat). A korrelációs vizsgálat szerint a hiedelmek erősebb kapcsolatban állnak a párkapcsolati elégedettséggel, mint az általános élettel való elégedettséggel. A változtatásra való képtelenségre, illetve a Nemek közti különbségekre vonatkozó hiedelmek gyengébb együttjárást mutattak a validáló változókkal, mint a másik három hiedelemtípus.

	Élettel való Elégedettség (SWLS)	Kapcsolati Elégedettség (RAS)
Gondolatolvasás	-0,21*	-0,32**
A véleménykülönbség kapcsolatromboló	-0,28*	-0,30**
A partner változtatási képtelenségére irányuló hiedelmek	-0,11	-0,19*
Szexuális tökéletességre való törekvés	-0,19*	-0,34**
Nemek közti különbség	-0,08	-0,15*

4. táblázat A validitás-vizsgálat legfontosabb eredményei
(* $p < 0,01$, ** $p < 0,001$)

ÖSSZEFOGLALÁS

Kutatásunkban a Párpapcsolati Hiedelmek Kérdőív magyar verziójának hazai adaptálását végeztük el.

Az eredeti kérdőív több mint harminc évvel ezelőtt készült el. Cikkünk anonim lektora felveti annak a kérdését, hogy vajon ez alatt az idő alatt a társadalmi–kulturális változások (médiahatás, párpapcsolati sokszínűség, együttélés lehetőségeinek kibővülése, nők helyzetének és gondolkodásának megváltozása stb.) nem változtatták-e meg az emberek fejében élő hiedelmeket a párpapcsolatokra vonatkozóan. A felvetés jogos, megválaszolásához azonban más módszertani elrendezés (pl. fókuszcsoport, kvalitatív jellegű kutatás) szükséges.

A kérdőív magyar verzióján meg tudtuk erősíteni az eredeti skála ötfaktoros faktorstruktúráját. A skála belső reliabilitása megfelelő, 2 alskála (*Véleménykülönbségre vonatkozó hiedelmek*, *Változásra való képtelenségre vonatkozó hiedelmek*) esetén a Cronbach-alfa értéke alacsony, ezen a jövőben egyes tételek kihagyása, illetve részletes itemanalízis segíthet.

A szociodemográfiai tényezők legerősebben a szexuális tökéletességre vonatkozó hiedelmekre voltak hatással: ennek szintje magasabb a férfiaknál, a fiataloknál, illetve azoknál, akik még nem élnek házasságban (csak együttjárnak).

A kérdőív a validálós skálákkal az elvárt irányú kapcsolatot mutatja: a kapcsolatra vonatkozó diszfunkcionális elképzelések negatív kapcsolatban állnak az általános, illetve a párkapcsolatra vonatkozó elégedettséggel.

Összességében a kérdőív magyar verziója megfelelő mérőeszköze a párkapcsolatok működésére vonatkozó hiedelmeknek. Kutatásunk legfontosabb korlátja a minta jellegéből fakad: a vizsgálati személyek mintegy 80%-a 25 év alatti volt, ami az eredmények életkori generalizálhatóságát csökkentette. Másrészt a minta körülbelül 37%-a aktuálisan egyedülálló személyekből állt. Az ő esetükben a párkapcsolati hiedelmek kérdőív kitöltése során értelemszerűen a múltbeli kapcsolatokra vonatkozó hiedelmek jelennek meg – ezzel szemben a jelenleg is kapcsolatban élő személyek „in vivo” élik meg a kapcsolati hiedelmeiket. Ezen kívül a minta jelentős része diplomás (illetve reménybeli diplomás) személyekből áll. Ezek a szociodemográfiai tényezők csökkentik a kapott eredmények általánosíthatóságát. A jövőben indokolt a skála szélesebb, heterogénebb mintán való vizsgálata.

A jelen cikkben ismertetett kérdőív mind az egyéni, mind a párterápiákban hatékony eszköz lehet azoknak a diszfunkcionális hiedelmek a feltárásában, melyek kapcsolati problémákhoz, konfliktusokhoz vezetnek, és segíthet az ezek következtében létrejövő érzelmi és viselkedéses folyamatok, következmények tudatosításában és megértésében. Bízunk benne, hogy jelen skála magyarországi adaptálása a téma empirikus kutatása mellett ezt a terápiás munkát is segíti.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bradbury T. N., & Fincham, F.D. (1993). Assessing dysfunctional cognition in marriage: A reconsideration of the Relationship Belief Inventory. *Psychological Assessment*, 5, 92-101.
- Diener, E., Emmons, E. R., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dumitrescu, D., & Rusu, A. S. (2012). Relationship between early maladaptive schemas, couple satisfaction and individual mate value: An evolutionary psychological approach. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63-76.
- Eidelson R. J., & Epstein N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Emmelkamp, P. M. G., Krol, B., Sanderman, R., & Rüphan, M. (1987): The assessment of relationship beliefs in a marital context. *Personality and Individual Differences*, 8, 775-780.
- Esmaeilpour, K., Mahdavi, N., & Khajeh, V. (2013). Predicting couples' marital satisfaction based on relationship beliefs and relationship skills. *Journal of Family Research*, 9, 29-44.
- Eysenck, E. H., & Eysenck, S. B. G. (1975). Manual of the Eysenck Personality Questionnaire. London: Hodder and Stoughton.
- Eysenck, S. B. G., & Matolcsi Á. (1984). Az Eysenck-féle személyiség-kérdőív (EPQ) magyar változata: A magyar és az angol felnőttek összehasonlító vizsgálata. *Pszichológia*, 4, 231-240.
- Faber, I. (2010). *The role of anxious relationship beliefs in relationship satisfaction and relational maintenance behavior. A comparison of anxious beliefs among couples and singles* (Dissertation). University Utrecht.
- Fletcher, G. J. O., Kininmonth, L. A. (1992). Measuring relationship beliefs: An individual differences scale. *Journal of Research in Personality*, 26, 371-397.
- Freeman, N. (1998). *Constructive thinking and early maladaptive schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction* (Doctoral dissertation). Available from ProQuest Dissertations and Theses.
- James, S., Hunsley, J., & Hemsworth, D. (2002). Factor structure of the Relationship Belief Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 729-744.
- Jones, M. E., & Stanton, A. L. (1988). Dysfunctional beliefs, belief similarity, and marital distress: A comparison of models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 7, 1-14.
- Hamamci, Z. (2005a). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33, 313-328.
- Hamamci, Z. (2005b): Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 23, 245-261.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50, 93-98.
- Martos T., Sallay V., Szabó T., Lakatos Cs., & Tóth-Vajna R. (2014). A Kapcsolati Elégedettség Skála magyar változatának (RAS-H) pszichometria jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15, 245-258.
- Martos T., Sallay V., Désfalvi J., Szabó T., Ittész A. (2014). Az Élettel való Elégedettség Skála magyar

- változatának (SWLS-H) pszichometriai jellemzői. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15, 289-303.
- Peters, T. P. (1984). The Marriage Beliefs Inventory (Master's thesis). Liberty Baptist Graduate School, Lynchburg, VA.
- Romans, J. S. C., & DeBord, J.(1995). Development of the Relationship Beliefs Questionnaire. *Psychological Reports*, 76, 1248-1250.
- Uebelacker, L. A., & Whisman, M. A. (2005). Relationship beliefs, attributions, and partner behaviors among depressed married women. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 143-154.
- Sheehan, P. L. (1987). *Relationships among combat trauma, fear of close personal relationships, and intimacy* (Doctoral dissertation). Indiana University School of Nursing.
- Sullivan, B. F. (1997). *The development, validation, and psychometric properties of the Relationship Belief Scale* (Doctoral dissertation). Ohio State University.
- Yousefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F, & Ahmadi Zadah, M. (2010). Comparing early maladaptive schemas among divorced and non-divorced couples as predictors of divorce. *Iranian Journals of Psychiatry and Clinical Psychology*, 16, 21-33.

PÁRKAPCSOLATI HIEDELMEK KÉRDŐÍV

A következőkben olyan állításokat olvashat, melyek a párkapcsolatainkban megjelenő hiedelmeinkre, érzéseinkre vonatkoznak. Kérjük mindegyik állítást értékelje 1-5-ig terjedő pontszámmal aszerint, ***mennyire érzi igaznak, jellemzőnek az adott állítást önmagára vonatkozóan.***

1. Egyáltalán nem értek egyet az állítással

2. Inkább nem értek egyet vele

3. Egyet is értek, és nem is

4. Inkább egyetértek vele

5. Teljes mértékben egyetértek vele

- _____ 1. Ha a partnerem valamiben nem ért velem egyet, valószínűleg nem tart sokra engem.
- _____ 2. Nem várom el a partneremtől, hogy mindig ráérezzen, hogy milyen hangulatban vagyok.
- _____ 3. Ha a kapcsolat elején valami elromlik, azt valószínűleg már nem lehet helyrehozni.
- _____ 4. Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem elégítettem ki teljesen a partneremet szexuálisan.
- _____ 5. A férfiaknak és a nőknek ugyanazok az alapvető érzelmi igényeik.
- _____ 6. Képtelen vagyok elfogadni, ha a partnerem nem ért velem egyet.
- _____ 7. Ha a partneremnek meg kell magyaráznom, hogy valami fontos számomra, az nem azt jelenti, hogy nem figyel rám eléggé.
- _____ 8. Nem hiszem, hogy a partnerem képes lenne változtatni a viselkedésén.
- _____ 9. Nem zavar, ha nem kívánom a szexet akkor, amikor a partnerem igényelné azt.
- _____ 10. A párkapcsolati félreértések általában a nők és férfiak közti veleszületett pszichológiai különbségekre vezethetők vissza.
- _____ 11. Személyes sértésnek veszem, ha a partnerem egy számomra fontos kérdésben nem ért velem egyet.
- _____ 12. Feldühít, ha a partnerem nem veszi észre, mit érzek, és nekem kell elmagyaráznom neki.
- _____ 13. A partnerünk igényei iránti fogékonyság fejleszthető.
- _____ 14. Egy jó szexuális partner bármikor képes izgalomba jönni.
- _____ 15. A férfiak és a nők valószínűleg soha nem érthetik meg egymást igazán.
- _____ 16. Szeretem, ha a partneremnek más a véleménye, mint nekem.
- _____ 17. Az egymással szoros kapcsolatban állók úgy érzékelik egymás igényeit, mintha olvasnának a másik gondolataiban.
- _____ 18. Ha a partnerem egyszer már megbántott, az nem azt jelenti, hogy máskor is ugyanígy fog viselkedni.

- _____ 19. Azt gondolnám, hogy valamilyen problémám van, ha nem lennék képes minden alkalommal jól teljesíteni szexuálisan, amikor a partnerem igényli azt.
- _____ 20. A nőknek és a férfiaknak ugyanazokra az alapvető dolgokra van szüksége egy kapcsolatban.
- _____ 21. Nagyon zavar, ha én és a partnerem nem egyformán vélekedünk ugyanarról a dologról.
- _____ 22. Számomra fontos, hogy a partnerem megérezze a hangulatváltozásaimat, és az alapján előre tudja, hogy mire van szükségem.
- _____ 23. Ha a partnered egyszer már megbántott, akkor valószínűleg újra meg fogja tenni.
- _____ 24. Akkor is elégedett tudok lenni a szexszel, ha a partnerem nem él át orgazmust.
- _____ 25. Nem gondolom, hogy a párkapcsolati problémák legfőbb oka a nők és férfiak közti biológiai különbség.
- _____ 26. Nem bírom elviselni, ha a partnerem vitatkozik velem.
- _____ 27. A partneremnek tudnia kellene, hogy mit érzek vagy gondolok, anélkül, hogy azt elmondanám neki.
- _____ 28. Hiszek abban, hogy ha akarna, akkor a partnerem képes lenne megváltozni.
- _____ 29. Nem az én kudarcom, ha a partnerem nem elégül ki teljesen szexuálisan.
- _____ 30. A házassági problémák egyik legfőbb oka, hogy a nőknek és a férfiaknak mások az érzelmi igényeik.
- _____ 31. Ha a partnerem és én nem értünk egyet egymással valamiben, úgy érzem, hogy szétesőben van a kapcsolatunk.
- _____ 32. Azok az emberek, akik igazán szeretik egymást, szavak nélkül is pontosan tisztában vannak egymás gondolataival.
- _____ 33. Ha nem vagyunk elégedettek azzal, ahogyan a kapcsolatunk működik, tudunk változtatni rajta.
- _____ 34. A szexuális teljesítménnyel kapcsolatos problémákat nem élem meg személyes kudarcként.
- _____ 35. Soha nem érthetjük meg igazán az ellenkező nemet.
- _____ 36. Vitáink során sem bizonytalanodom el a partnerem irántam való érzéseit illetően.
- _____ 37. Ha valamire meg kell kérnem a partneremet, az azt mutatja, hogy nincs ráhangolódva az igényeimre.
- _____ 38. Nem várom el a partneremtől, hogy képes legyen megváltozni.
- _____ 39. Feszült leszek, ha úgy érzem, hogy nem teljesítek jól szexuálisan.
- _____ 40. A férfi és a nő mindig rejtély lesz egymás számára.

EGY EGYSZERŰ, ÚJFAJTA KERESZT-VALIDÁLÁSI ELJÁRÁS BEMUTATÁSA

Takács Szabolcs¹, Kárász Judit²

¹ Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Általános Lélektani és Módszertani Tanszék, egyetemi tanársegéd; Budapest Főváros Kormányhivatala Munkaügyi Központ, Szervezési Osztály, statisztikai főreferens, email: tretarkhon@gmail.com

² Oktatási Hivatal Mérésértékelési Központ, statisztikai elemző

Absztrakt

Sűrűn előfordul kutatásokban, vizsgálatokban, hogy olyan kérdőívekkel szeretnénk dolgozni, amelyeket még nem tudunk korábban bevizsgálni, tesztelni. Arra a célra, hogy kapott válaszaink megbízhatóságát a lehetőségekhez képest mégis a legjobb módon – ugyanakkor egyszerűen – tudjuk biztosítani, nincs túl sok módszerünk.

A most bemutatásra kerülő eljárásban olyan lehetőséget vázolunk, melyben apróbb, egyenként egyszerű ellenőrző rutinok felhasználásával számos ponton biztosíthatjuk az általunk mért adatok biztonságát, stabilitását – növelve ezzel elemzéseink, eredményeink hitelességét.

Lényegét tekintve a *split-half* eljárást és a *bootstrap* algoritmust kombináltuk egyetlen eljárásban, s így olyan vizsgálati eszközhez jutottunk, mely két egyszerű rész eljárás el-sajátítása után bárki által könnyen alkalmazható, akár az általánosításokat is beleértve. *A dolgozatban annak megállapítására kívánunk egyszerű megoldást adni, hogy egy kérdőíves felmérést kitöltők közül az elsők válaszai (vagy akár nyugodtan általánosíthatjuk oly módon is az eljárást, hogy a kitöltők tetszőleges hányadának válaszai) és a további kitöltők válaszai között detektálhatók-e eltérések, vagy a kérdőívet kitöltők e tekintetben homogénnek tekinthetők?*

Kulcsszavak: Kereszt-validitás ■ split-half ■ bootstrap

Abstract

The problem of working with untested questionnaires for establishing research is well known: the possibilities for verifying the validity of the collected data is limited.

In this paper we propose an algorithm constructed from multiple simple steps that helps to establish the validity and stability of the results.

We combine the bootstrap and the split-half methods in a simple way allowing the algorithm to be applied in many situations.

The primary concern of the paper is to check whether the characteristics of the first responses are the same as those of later responses, or some differences can be detected among them.

Keywords: Cross-validity ■ Split-half ■ bootstrap

BEVEZETŐ

A kérdőívek minőségbiztosítási folyamata olykor hosszadalmas, fáradtságos munka, mely nem is mindig valósítható meg egyetlen felmérés során (kérdések újrafogalmazása, hibás, rosszul mérő itemek elhagyása, jól mérő tesztekkel való összehasonlítások stb.).

Cikkünkben egy olyan szituációt szeretnénk bemutatni, mely hasonló helyzetekre tetszés szerint általánosítható:

- Szeretnénk egy kutatáshoz gyors vizsgálatot végezni (például internetes felmérés);
- Saját magunk megfogalmazunk kérdéseket, melyek szakmai hozzáértésünk szerint egy (vagy akár több) jelenséget vizsgálnak;
- A felmérést idő vagy egyéb források hiányában egyetlen alkalommal tudjuk lebonyolítani;
- A kérdések átfogalmazására vagy egyéb, strukturális változtatásra nincsen módunk – abból a kérdéssorból kell gazdálkodnunk, amit az adott idő alatt sikerült lekérdezni.

Ilyen helyzetek gyakran előfordulhatnak – nem csak egy kisebb kutatás során, hanem akár nagyobb volumenű kutatásokban is, amikor bármely váratlan, előre ki nem számítható helyzet miatt kénytelenek vagyunk gyors kérdőíves felméréssel információhoz jutni.

Ilyen esetekben, ha csak nem áll rendelkezésünkre éppen a problémára adaptált már bemért kérdőív, kénytelenek vagyunk magunk összeállítani a kérdéseket. Az esetek döntő többségében nem várható el, hogy validált, többszörösen bevizsgált és éppen a számunkra fontos specifikus populációra is alkalmazható kérdéssorral rendelkezünk.

A következő fejezetekben bemutatunk egy könnyen, gyorsan adaptálható eljárást. A folyamat során egy általános validálási eljárás lépéseit fogjuk alkalmazni – nem szokványos módon. Egy validálási eljárás lépéseit több forrásból is áttekinthetjük: egy új hangulati kérdőív validálásának mozzanatait ismerhetjük meg például Halmai és munkatársai dolgozatában (Halmai, 2008), melynek eljárásait, illetve mutatóit adaptálni tudjuk a fent vázolt helyzetekre.

AZ ELJÁRÁSBAN HASZNÁLT MUTATÓK

A most bemutatásra kerülő eljárásban több statisztikai mutatót is használhatunk, melyeknek mind specifikus funkciója lesz. Bizonyos szabadságot tudunk magunknak biztosítani továbbá annak érdekében, hogy maga a módszer adott keretek között, de tetszőlegesen legyen módosítható. Erre azért van szükség, mert szeretnénk olyan algoritmust vázolni, amely tág körben használható és al-

kalmazható – így biztosítva azt, hogy változatos körülmények között tudjunk magunk számára könnyen adaptálható és formálható, mégis biztonságot garantáló eszköztárt kialakítani.

STABILITÁSI MUTATÓK

A kérdőíves felmérések során gyakori elvárás, hogy bizonyos indexeket, skálákat alakítsunk ki az általunk feltett kérdésekből. Ennek egyik leggyakrabban használt, általánosan elfogadott mutatója a Cronbach által megalkotott alfa-mutató (lásd például (Cronbach, 1951).

Ennek a mutatónak számtalan értelmezési lehetősége van, melyekre nem is szándékoznánk kitérni. Amit fontos az eljárás szempontjából figyelembe venni: elfogadott, hogy azon indexek vagy skálák, amelyek legalább 0,7-es alfa mutatóval bírnak, megbízhatónak, stabilnak tekinthetők¹.

Ebben a mutatóban sok mozgásterünk nincsen: széles körben elfogadott, sőt elvárt mutató, mely nélkül tesztünk megbízhatóságát nehézkes lehet elfogadtatni.

A soron következő fejezetben bemutatunk néhány olyan mutatót, eljárást, számítást, melyek szintén fontosak lehetnek egy-egy kérdőív stabilitását illetően – és amelyek stabilitási vizsgálata fontos szempont lehet.

Középértékek és szóródási mutatók

A különböző módokon² kialakított skálák (vagy akár az itemek) középértékeit és szóródási mutatóit nem csak jellemzési szempontból lehet vizsgálni. Ezen azt értjük, hogy e mutatóknak alapvetően kétfajta jelentése lesz e folyamatban – és érdemes is lehet kihasználni ezt a kétfajta szerepet.

Egyik oldalról a skáláinkat, indexeinket jellemzik a kialakított középértékek (pl. átlag, medián, módusz), illetve szóródási mutatók (pl. szórás, átlagos abszolút eltérés, terjedelem). Ezek a mutatók mind hasznos információval szolgálnak a skáláink vizsgálatakor.

¹ Megjegyeznénk, hogy a 0,7-es érték amolyan ökölszabály: elfogadható lehet bizonyos helyzetekben ennél kisebb érték is (meglátásunk szerint 0,5-nél kisebb értékek már valóban megbízhatatlanok); illetve a nagyon magas alfa értékek (0,9 felett) egyfajta redundanciát is jelezhetnek (a skálában szereplő egyes itemek többször vannak figyelembe véve, többször kérdeztünk rá azonos jelenségekre).

² Különböző módok gondolhatjuk az átlagolást, összegzést, vagy akár súlyozott átlagolást vagy összegzést. A bemutatásra kerülő módszer szempontjából lényegtelen kérdés, hogy milyen módszerrel alakítjuk ki a skáláinkat.

Másik oldalról azonban a skáláink stabilitását jellemezheti, hogy a vizsgált, számunkra fontosnak ítélt középértékek és szóródási mutatók (hiszen nem minden indexhez vagy skálához használunk minden mutatót) milyen módon ingadozhatnak egy – vagy akár több, további – újonnan elkészített felmérésben, vagy akár a felmérésünk időbeni lefolyása során (komoly gondot okozhat, ha például a kérdőívet először kitöltők lényegesen eltérő mutatókkal, paraméterekkel jellemezhetők, mint a későbbi válaszadók).

Kapcsolat a középértékek és a Cronbach-alfa között

A Cronbach által kifejlesztett (Cronbach, 1951) alfa-mutató az összes tesztfelezéssel kapott korrelációs együttható számtani átlaga – így lényegében egyfajta belsőkonzisztencia-mutatóként fogható fel.

A középértékektől és szóródási mutatóktól ezt a fajta stabilitást szintén elvárhatjuk: ha újra és újra felmérnénk a vizsgált populációt, akkor az általunk fontosnak ítélt paraméterek nem ingadozhatnak tetszőleges mértékben – egy bizonyos, általunk is elfogadható tartományon belül kellene maradniuk.

ELOSZLÁSVIZSGÁLATOK

Miután a középértékekkel és a szóródási mutatókkal az egyes vizsgálati populációk vagy részpulációk centruma és variabilitása görcső alá került, vizsgálhatjuk az egész populációnkban vagy részpulációnkban a változó egészének viselkedését is.

A vizsgált itemek valamilyen előre megadott módon való összegzéséből skálákat, indexeket alkotunk. Matematikailag igazolható, hogy jól definiált és jól specifikált adatok összegzéséből, átlagolásából a normális eloszlást jól közelítő véletlen változók alkothatók.

Ennek technikai megvalósítását olvashatjuk például Rowe munkájában (Rowe, 2002), mely dolgozatban többek között normális és egyenletes eloszlás generálására alkalmas technikai lépéseket, algoritmusokat ismertet a szerző, annak matematikai hátterével és viselkedésével egyetemben.

Érthető tehát, hogy az eloszlástól elvárhatunk egyfajta stabilitást – ugyanolyan módon, mint az első két mutató esetén. Elfogadható azonban az is, hogy ez a vizsgálat nem feltétlenül *szükséges* a számunkra, ugyanis az eloszlást viszonylag ritkán teszteljük utólagosan (azaz a kérdőív használatakor).

Egy kérdőív használatánál a belső stabilitás (például minden megkérdezett személy várhatóan ugyanazt értse egy-egy kérdésen) és utána a középértékek, szóródási mutatók stabilitása elengedhetetlen (például a vizsgált populáció tag-

jainak átlagos és átlagostól eltérő viselkedésének jellemzése). Az eloszlás pontos ismerete nélkül is³ számos hasznos információra tehetünk szert, így ezt a bonyolultabb vizsgálatot jelen cikkünkben kihagyjuk⁴.

BELSŐ ÖSSZEFÜGGÉSEK

A középértékek, szóródási mutatók és az egész eloszlás vizsgálata után a kérdőív különböző itemeinek, vagy még inkább skáláinak egymáshoz való viszonya is vizsgálatunk tárgyát képezheti – annak stabilitása is elengedhetetlen lehet egy-egy kérdőív állandóságának, megbízhatóságának vizsgálatakor.

A kérdőívben feltett kérdések egymáshoz való viszonya, viselkedése így szintén fontos lehet. A Cronbach-alfa vizsgálat egyfajta szempontból teszteli ezt a jelenséget, tehát e mostani lépést szintén ki is hagyhatjuk akár az eljárásból – azonban egyszerűsége okán mégis bemutatjuk annak érdekében, hogy az eljárás általánosításának módszertanát jobban láthatóvá tegyük.

A feltett kérdések közötti korrelációs együtthatók (Pearson-féle, vagy akár egyéb monotonitási együtthatók, mint a Spearman-féle, vagy a Kendall-féle mutatók) szintén számíthatók – és e mutatóktól is elvárható az a fajta stabilitás, mint a már említett mutatók, paraméterek, jellemzők esetén.

A Pearson-féle korreláció elmozdulásáról, viselkedéséről, illetve jelentéstartalmáról és használhatóságáról folyamatosan változott a felfogás és hozzáállás (bár természetesen bizonyos stabil, általánosan elfogadott álláspontok megmaradtak). Erről a folyamatról ír például Aldrich, dolgozatában arról értekezve, hogy a Karl Pearson eredeti munkájában megfogalmazott jelenségtől Yule munkásságáig milyen átalakulásokon, változásokon és fejlődésen ment keresztül a korrelációs együtthatók alkalmazása (Aldrich, 1995).

Azért fontos, hogy tisztában legyünk a különböző kapcsolati mutatókkal, mert ahogy a középértékeknél és a szóródási mutatóknál, úgy az összefüggések vizsgálatánál is elengedhetetlen, hogy a változók viselkedéséhez leginkább illeszkedő kapcsolati mutatókat válasszunk, és teszteljük azok stabilitását.

Mint az majd e dolgozatban felhozott példában is látható lesz, eljárásunk alkalmas arra, hogy bármely, szabadon (és megfelelően, a változókhoz jól illeszkedő módon) kiválasztott kapcsolati mutató tesztelhető legyen, így annak stabilitását szintén vizsgálni tudjuk.

³ A következő megfontolás áll a mögött, hogy magát az eloszlást nem feltétlenül kell vizsgálnunk. A kérdőív bevizsgálása után egy újabb személy által kitöltött kérdőív esetén a belső stabilitást és az átlagos vagy átlagostól eltérő viselkedést jogosan értelmezzük és vesszük figyelembe – de az eloszlást ilyen helyzetben nem tudjuk, és nem is nagyon szándékozunk vizsgálni. Ettől függetlenül – mint majd látható lesz – az eljárásban akár ez a szempont is vizsgálhatóvá válik, de ezt nem érezzük szükségyszerűnek, létfontosságúnak – ahogy például ezt a vizsgálatot Halmai és munkatársai is mellőzik már említett validálási tanulmányukban (Halmai és munkatársai, 2002).

⁴ Az eljárás általános voltának köszönhetően az eloszlások vizsgálatára is adaptálható.

AZ ELJÁRÁS LÉPÉSEI

A fenti szempontok alapján – mely tehát egy általános eljárást vázol – egy konkrét vizsgálat megtervezésének általános lépéseit, algoritmusát szeretnénk bemutatni.

Tételezzük fel, hogy kérdőíves felmérést helyezünk el az interneten, melynek kitöltésére egy hét áll a megkérdezettek rendelkezésére. Feltehető, hogy a kérdőív nem túl hosszú (bár az eljárást semmilyen módon nem befolyásolja a kérdőív hossza), gyorsan kitölthető – a megkérdezettek köre széles, és biztosítani tudjuk a folyamatos felmérést.

1. Készítsük elő a kérdőívet úgy, hogy a **kitöltés idejét**, illetve a kitöltés sorrendjét menteni tudjuk – a feldolgozás során ez kulcsfontosságú.
2. Az első 1-2 napon⁵ kitöltött kérdőíveket mentsük el.
3. A **számunkra fontos paramétereket (mutatókat)** számítsuk ki a meglévő kérdőívekből (például: Cronbach-alfa, átlag, szórás).
4. *Folytatódik a kitöltés.*
5. A kitöltés második felében beérkező kérdőívekből a lezárást követően **véletlenszerűen**⁶ válasszunk ki tetszőleges számú (legalább 200), **nagyobb elemszámú (50-100 fő itt is javasolt)** részmintát.⁷
6. A részminták **mindegyikén** számítsuk ki a korábbi mutatókat.
7. Így a számított mutatók olyan mintáját nyerjük, melyen vizsgálható, hogy az eredetileg kiszámított értékektől eltérnek-e vagy sem a randomizálásból származó minták mutatói.

Ezen a ponton döntést lehet hozni:

- amennyiben létrejött szignifikáns eltérés, úgy az a helyzet állt elő, hogy a kérdőívet kitöltők első hányada (vagy tetszőleges, véletlen része), illetve a válaszadók második (másik) hányada nem rendelkezik ugyanazokkal a jellemzőkkel. *Ez azt jelenti, hogy a kérdőívünk vélelmezhetően nem megfelelő, a különböző paraméterek eltérnek, változnak – instabil kérdőívvel dolgozunk, abból messzemenő következtetések levonása veszélyes;*
- amennyiben a paraméterek nem változnak szignifikánsan, úgy elmondható, hogy az első és második szakaszban kitöltők összességében homo-

⁵ Az időbeli korlátozás helyett dönthetünk úgy is, hogy egy adott darabszámú kitöltő választait várjuk meg. A különböző mutatók számítási stabilitása miatt érdemes legalább 50-100 kitöltő adatait megvárni, ha erre módunk van. Amennyiben ennél kevesebb kitöltővel tudunk csak dolgozni, úgy a számított paraméterek, mutatók becslésének hibája drasztikusan befolyásolhatja módszerünk működését, tehát a módszer alkalmazásához szükséges, hogy kellően nagy mintával rendelkezünk (100 fő felett a módszer már alkalmazható).

⁶ A véletlenszerű kiválasztás módszeréről és egy tetszőleges paraméter számításáról az 1. függelékben található SPSS-ben megírt SYNTAX leírásában ejtünk szót, illetve megadunk erre vonatkozóan egy lehetséges megvalósítási metódust.

⁷ 30-50 részminta akár elég is lehet, de Efron és Gong szerint 200-nál nagyobb részminta már bizonyosan elegendőnek tekinthető (Efron és Gong, 1983).

gén módon töltötték ki a kérdőívet, a számunkra fontos és későbbiekben használt mutatók stabilnak mondhatók.

A különböző tesztek gyorsak és egyszerűek, így igen kényelmes eljárást tudunk készíteni annak érdekében, hogy szinte bármely mutatót meg tudjunk vizsgálni, ami számunkra fontos lehet a kérdőív alkalmazása során.

Így még különböző statisztikai teszteket, próbákat sem kell alkalmaznunk, hiszen az úgynevezett **bootstrap eljárással**⁸ bármelyik paramétert tesztelni tudjuk anélkül, hogy statisztikai próbáink alkalmazási feltételeit biztosítanunk kéne.

Tegyük fel, hogy van időnk, illetve lehetőségünk a kérdőív második feléből egy 200-as részmintát készíteni.

- **Rögzítsük az eredetileg** kiszámított, vizsgálandó **mutatót (T)**;
- **Minden részmintából** számított mutatót rendezzünk nagyság szerinti sorrendbe;
- A 200 számított mutató nagyság szerinti sorrendjének 5. és 195. tagja (le-gyenek ezek $P(5)$ és $P(195)$) határozzon meg egy intervallumot.

Ekkor a következő döntést kell meghozni: amennyiben az eredetileg vizsgált paraméter (T) ebben az intervallumban van, ha tehát

$$P(5) < T < P(195),$$

úgy elmondható, hogy a paraméter 95%-os valószínűséggel nem mozdult el szig-nifikánsan a kérdőív két kitöltési szakaszában.

Ellenkező esetben viszont, ha tehát $T < P(5)$ vagy $T > P(195)$, akkor szignifi-káns eltérés tapasztalható az eredetileg számított paraméterhez képest a randomizált mintákban, azaz instabil a T paraméter.

EGY PÉLDA AZ ELJÁRÁS ALKALMAZÁSÁRA

Hogy könnyebben átlátható legyen a fenti algoritmus, egy példával illusztráljuk eljárásunkat⁹. A soron következőkben egy olyan példát vizsgálunk, ahol mate-matikai területeken mértük fel diákok teljesítményét, majd azokból egy „össze-sített” matematikateljesítményt számítottunk.

A kérdésünk az, hogy az „összevonás”, az összesített matematikai jártasság elkészítése jogos-e a különböző területeken mért részeredményekből, vagy ezek a vizsgált területek olyannyira különbözőek, hogy őket egyetlen mutatóban ösz-szevonni vétség lenne?

A 4 vizsgált terület: *tér és alakzat; változás és reláció; bizonytalanság;*

⁸ Az algoritmus 5-7. lépéseinek együttese tekinthető a bootstrap eljárásnak.

⁹ Az eredeti adatok az OECD PISA 2003 (OECD, 2003) felmérésből származnak, mely adatokat nem az eredeti kiértékelési módszer szerint dolgozzuk fel.

mennyiség. Hogy jobban lássuk, milyen területeket lehetne ide sorolni, vegyünk 1-1 példát az adott területhez:

- (1): *Tér és alakzat:* e feladatok esetén gondolhatunk olyan példára, hogy egy közterület díszburkolattal való fedéséhez mennyi burkolóanyagra van szükség, ha megadjuk a tér szélességét és hosszúságát, illetve kikötjük azt is, hogy a tér téglalap alakú.
- (2): *Változás és reláció:* olyan példára érdemes itt gondolni, melyben egy gyermek 3 éves és 6 éves kori testmagasságát kell összehasonlítani, és kíváncsiak vagyunk rá, hogy mennyivel nagyobb ruhákat kell vásárolni a gyermeknek, vagy akár (ha a ruhák méretétől függ azok ára) mennyivel drágább az öltöztetése.
- (3): *Bizonytalanság:* klasszikus statisztikai feladatokat lehet ide sorolni – egy diagramról le kell olvasni adatokat, vagy éppen fordítva: adott adatokhoz kell diagramot szerkeszteni.
- (4): *Mennyiség:* tegyük fel, hogy egy tanuló osztálykirándulásra külföldre utazik és a szülőknek valutát kell váltaniuk – de a diákoknak csak a helyi árviszonyokat tudták megmondani (a szállás ára euróban). Meg kell mondani, hogy az milyen mértékben terheli a családi költségvetést, ha az eurót adott árfolyamon tudják átváltani.

A változókon elért teljesítményekből szeretnénk egy együttes teljesítményértéket készíteni – amennyiben a vizsgálataink azt mutatják, hogy ezek a területek összehasonlíthatók egy matematikajelzőmérték mérő skálaváltozóban.

Vizsgálandó értékek:

- A 4 változót összefogó *Cronbach-alfa* mutató;
- Az összesített változóra jellemző átlag és szórás;
- A 4 változó közötti *korrelációs együtthatók*;

Erre a 4 értékre a későbbiekben szükségünk lesz, ha teljesítményt szeretnénk mérni: a Cronbach-alfa mutató melletti korrelációs vizsgálatot kizárólag azért tartottuk indokoltnak, mert a Cronbach-alfa mutató értéke függ a skála tételeinek számától: a tételek számának növelésével növekszik a Cronbach-alfa értéke is (Cronbach, 1951).

Másik oldalról a belső összefüggéseket árnyaltabban tudjuk vizsgálni és tesztelni a korrelációs együtthatók segítségével.

Minden vizsgálatot 5%-os szinten végzünk (ez azt jelenti, hogy az 5. és a 195. értéket nézzük a nagyság szerinti sorba rendezésnél). Azaz az első 300 eset értékeit alapul véve az érdekel minket, hogy az utánuk kitöltők közül 100 fős részmintákat vizsgálva találunk-e szignifikáns elmozdulást bármelyik vizsgált paraméterben (200 darab véletlen mintát választottunk ki¹⁰).

¹⁰ Azaz 200 darab 100 fős részminta eredményeit jegyeztük fel, és az összehasonlításhoz a bázisértékeket az első 300 kitöltő adatai szolgáltatták.

AZ EREDETI MUTATÓK ÉS PARAMÉTEREK BEMUTATÁSA

Az első 300 kitöltő eredményeit az alábbi táblázatokban foglaljuk össze.

MUTATÓ	MUTATÓ ÉRTÉKE (ELSŐ 300 KITÖLTŐ)
Cronbach-alfa	0,974
Képzett skála átlaga	483,99
Képzett skála szórása	89,39
Korreláció (1,2)	0,924
Korreláció (1,3)	0,916
Korreláció (1,4)	0,908
Korreláció (2,3)	0,925
Korreláció (2,4)	0,902
Korreláció (3,4)	0,902

1. táblázat Az első 300 kitöltő adataiból számított paraméterek

- A Cronbach-alfa értéket tehát a korábbiakban felsorolt 4 matematikai alterületre számított indexekre vizsgáltuk.
- Az átlagot és a szórást a 4 index átlagaként meghatározott matematika-teljesítmény-változóra határoztuk meg.
- A korrelációs együtthatók mögötti számok jelentése: a fenti felsorolásban a 4 matematikai terület kódját jelzi a tömörebb táblázat-kitöltés érdekében. A korrelációk minden esetben szignifikánsak lettek (minden esetben $p < 0,001$ szinten).

A RANDOMIZÁLT MINTA PARAMÉTEREINEK KONFIDENCIA-INTERVALLUMA

A randomizált értékek esetén tehát intervallumot határoztunk meg, így tesztelhetővé vált, hogy az első 300 kitöltő által számított paraméterek (mutatók) milyen mértékben mozdultak el – mennyire tekinthető stabilnak a fenti skálarendszer.

MUTATÓ	INTERVALLUM ALSÓ HATÁRA	INTERVALLUM FELSŐ HATÁRA
Cronbach-alfa	0,967	0,979
Képzett skála átlaga	478,32	504,71
Képzett skála szórása	80,27	97,59
Korreláció (1,2)	0,896	0,941
Korreláció (1,3)	0,886	0,94
Korreláció (1,4)	0,869	0,921
Korreláció (2,3)	0,891	0,94
Korreláció (2,4)	0,882	0,943
Korreláció (3,4)	0,889	0,941

2. táblázat A 200 darab 100 fős részmintából számított 95%-os konfidencia-intervallumok

A mutatókat azonos körülmények között, azonos beállításokkal számítottuk¹¹ az első 200 kitöltővel megegyező metodika szerint.

VÉGSŐ ADATOK, A TELJES KITÖLTÉS UTÁNI MUTATÓK ÉRTÉKE

A végső adatok során vizsgáltuk azt, hogy az előzetesen számított adatokhoz képest a későbbiekben randomizált minták értékei mutatnak-e valamifajta elmozdulást – illetve a végső lépésben az összes kitöltő által figyelembe vett értékeket is meghatároztuk.

Ezen utolsó lépésben ellenőrizzük, hogy kérdőívünk stabilitása megfelelő-e, illetve meghatározzuk azokat a mutatókat, paramétereket, amelyeket a teljes minta alapján végső paramétereknek tekinthetünk a kérdőív esetén:

MUTATÓ	INTERVALLUM ALSÓ HATÁRA	INTERVALLUM FELSŐ HATÁRA	VÉGSŐ PARAMÉTER	STABILITÁS
Cronbach-alfa	0,967	0,979	0,975	0
Képzett skála átlaga	478,32	504,71	488,6	0
Képzett skála szórása	80,27	97,59	89,66	0
Korreláció (1,2)	0,896	0,941	0,925	0
Korreláció (1,3)	0,886	0,94	0,916	0
Korreláció (1,4)	0,869	0,921	0,899	0
Korreláció (2,3)	0,891	0,94	0,925	0
Korreláció (2,4)	0,882	0,943	0,907	0
Korreláció (3,4)	0,889	0,941	0,907	0

3. táblázat Az első 300 kitöltő paramétereivel való összehasonlítás

A táblázat számadatai tehát a végső paraméter-értékeket tartalmazzák.

- A stabilitásnál lévő érték mutatja, hogy az adott paraméter benne volt a randomizálással meghatározott intervallumban (o), vagy elmozdult onnan.
- Amennyiben elmozdulás lenne, úgy a „+1”-es érték mutathatná, hogy az intervallum felső határa felett volt az első 200 kitöltő értéke (pozitív irányban tér el az első 200 kitöltő értéke a randomizált mintákhoz képest).
- A „-1”-es érték azt jelezné, hogy az intervallum alsó határa alatt található az első 200 kitöltő értéke – negatív irányban tér el az első 200 kitöltő a randomizált mintákhoz képest.

Esetünkben megfigyelhető, hogy minden mutató a randomizált minták intervallumában található (mind a teljes mintán számítva, mind az első 200 kitöltő által számított értékek esetén).

¹¹ A számításokhoz SPSS programcsomagot használtunk, de ahogy látszik a számításokból, lényegében bármely más programmal is megoldható lenne – tetszőleges táblázatkezelővel akár.

ÖSSZEFOGLALÁS

Az esettanulmány során olyan eljárást mutattunk be, mely alapvetően teljesen egyszerű részfeladatokból építkezik, mégis: ezeknek az egyszerű rutinoknak a kombinációja, egyszerre történő végrehajtása, tesztelése biztosíthatja számunkra azt, hogy egy kérdőív belső konzisztenciájának, kereszt-validálásának vizsgálati lehetőségét egyetlen mérésből megteremtsük.

Az alkalmazott rutinok végrehajtásához nincs szükség nagyobb számítógépes felszereltségre, hiszen mindezek a számítások egy táblázatkezelő segítségével is végrehajthatók – így egy internetes kérdőív felvétel során akár egyes ingyenesen elérhető, bármely operációs rendszerrel kompatibilis táblázatkezelőt felhasználva is biztosíthatjuk kérdőívünk stabilitását¹².

¹² Fontos kiemelni, hogy ez az eljárás nem helyettesíti (nem is helyettesítheti) az egyes validálási eljárások azon lépését, amikor más, már bemért kérdőívvel való pszichometriai összevetéseknek kell megfelelni.

FÜGGELÉK

Az alábbiakban egy SPSS programban megírt SYNTAX állományt mutatunk be. A SYNTAX állományt elláttuk megjegyzésekkel annak érdekében, hogy részint érthető legyen annak minden fontosabb blokkja, sora; részint pedig adott esetben átformázható legyen, saját igényeink szerint legyen alakítható. Az alábbi eljárást egymás után mondjuk 200-szor futtatva, az eredményeket például EXCEL programcsomagba feljegyezve tudjuk a dolgozatban közölt eljárást megvalósítani.

Amennyiben menüvezérelt módon szeretnénk megoldani, az eljárást a SELECT CASES menüpontban találhatjuk meg.

```

USE ALL.      **** Ez azt jelenti, hogy a teljes mintából válogatunk ****

do if $casenum = 1.
  compute #s_$_1=200.
  compute #s_$_2=4600.
end if.
do if #s_$_2 > 0.
  compute filter_$ = uniform(1)* #s_$_2 < #s_$_1.
  compute #s_$_1 = #s_$_1 - filter_$.
  compute #s_$_2 = #s_$_2 - 1.
else.
  compute filter_$ = 0.
end if.

*** E fenti szakasz egy makró, melyben egy új változót illeszt a program a meglévő
*** adatállomány VÉGÉRE filter_$ néven, mely filterről azt tudjuk, hogy az első 4600 főt veszi
*** alapul, és innen választ ki 200 főt
*** Vegyük észre: ha az s_$_1=200 sorban a 200-as számot 300-ra írjuk át, akkor 300 főt fog
*** választani - az s_$_2=4600 sorban lévő 4600-as érték átírásakor tudjuk megadni, hogy az
*** első hány darab esetet használja a program.

VARIABLE LABEL filter_$ '200 from the first 4600 cases (SAMPLE)'.
FORMAT filter_$ (f1.0).
FILTER BY filter_$.
EXECUTE .

*** E fenti részben megadjuk, hogy mi legyen az új változó neve, formátuma - illetve, hogy ez
*** a változó filterként működjön, tehát amely esetben ez az érték 1-es, úgy figyelembe
*** veszi a program az elemzéskor - míg ha ez az érték 0, úgy kimarad az adott egyén az
*** elemzésből.

RELIABILITY
/VARIABLES=mean_m_1 mean_m_2 mean_m_3 mean_m_4
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL/MODEL=ALPHA.

*** E fenti blokkban a kiválasztott egyénekre számítja ki a Cronbach-alfa mutató értékét.

DESCRIPTIVES
VARIABLES=mean_m
/STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX SEMEAN KURTOSIS SKEWNESS .

*** Kiszámítjuk a mean_m változó átlagát, szórását, minimumát, maximumát, az átlag
*** standard hibáját, valamint a változó ferdeségét és csúcsosságát.

FILTER OFF.
USE ALL.
EXECUTE .

*** Kikapcsoljuk a filtert, újra az egész adatállományon dolgozhatunk - és futtatjuk az
*** eljárást. Az egész blokkot többször egymás után futtatva elérhetjük a dolgozatban közölt
*** eredményeket. ***

```

IRODALOMJEGYZÉK

- Aldrich, J. (1995). Correlations genuine and spurious in Pearson and Yule. *Statistical Science*, 10, 364-376.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297-334.
- Efron, B., & Gong, G. (1983). A leisurely look at the bootstrap, the jackknife, and cross-validation. *The American Statistician*, 37, 36-48.
- Halmai Zs., Dömötör E., Balogh G., Sárosi A., Faludi G., & Székely A. (2008). Egy új hangulati kérdőív validálása egészséges mintán. *Neuropsychopharmacologia Hungarica*, 10, 151-157.
- Rowe, P. (2002). *Contributions to metric number theory: Technical report*. Letöltve 2013. 09. 08-án: <http://digirep.rhul.ac.uk/items/369924aa-e6aa-8ca8-691b-c74c8375fa7a/1/>
- OECD PISA 2003 felmérés. Letöltve 2013. 11. 06-án: www.oecd.org/pisa/pisaproducts/pisa2003/

A GOOD THERAPIST AMUSES THE CLIENT – SO THAT THE CLIENT HEALS HIMSELF

About Neuro-Linguistic Programming from
the perspective of Mag. Peter Schütz¹ MBA

Roland Kasek

KRE Institute of Psychology, E-mail: roland@kasek.com

When I first talked with Gyula Biro, that I would like to interview you and asked for help in organising these meetings, his phone rang and it was you calling. What do you think about synchronicity and the collective unconscious?

These concepts are a little out of my reach. I'm on my phone a lot and there's a very high chance that I'd call my friends in the afternoon around 6-7 because that's when we have time to chat, after I've finished with my daily tasks. But I'll give you another example: my wife and I have known each other for a long time, sometimes when the phone rings, I can "feel" it's her at the other end of the line. But to be honest, I think I have just learned the frequency at which we search each other's company and I can feel she will call. It's easier to assume that things happen because of probability rather than search for the real "esoteric" reasoning behind things. Probably we condition ourselves to different things, and then try to tell ourselves that it's due to some higher power, because it's more credible for us that way.

In my experience, NLpt also operates with conditioning, involving other therapeutic practices, making it much more effective. How did this method develop?

Bandler, Grinder and Pucelik put NLP into a sort of draft based on Virginia Satir's, Milton Erickson's and Fritz Perls' therapeutic practices and extended by the work of Chomsky, Bateson, and Korzybski.

¹ Peter Schütz (1952), Vienna, psychologist, psychotherapist. Sigmund Freud's descendant, short psychotherapeutic methods expert. And accredited group psychotherapist, codeveloped and teaches the Neuro-Linguistic Psychotherapy (NLpt) and professional NLP since the late 80's. The Secretary General of the European Association and author of several research and publications on NLpt. More information: www.schuetz.at/ps

And in the US, behavioristic approaches are pervasive... The content and process of the work and the emphasis on conscious and unconscious modelling that they carried out was very impressive – at least for short time conditioning – with excellent thoughts and theories. On the other hand, a strong science and research phobia, coming from an anti-establishment tradition and the characters from 2 of the 3 founders, did not help the credibility of NLP. This had to be put in balance much later within the European Association for Neuro-Linguistic Psychotherapy frame.²

However, we, who met it as already trained psychodynamic psychotherapists, were not too happy with our American friend's commercially well organized but professionally simplistic and ethically highly doubtful marketing approaches. In the US, due to other working law regulations, you only have 2 weeks vacation – so NLP is sold in 2 weeks long sect-like seminars for up to 150 participants to get a NLP Practitioner certificate. Compare that to our professional programme, where a maximum of 25 students need 37 days, with 4-5 different trainers, to acquire the knowledge required for basic NLP coaching. This has been so since 1985. Obviously, the short manipulative version sells much better. As a professional in this field and in the interest of good work with clients, we go for professional quality and sustainable excellence. That is why, in addition to the enhanced structure, we decided to adapt the name, as well. From NLP to professional NLP and neurolinguistic psychotherapy. You cannot buy a € 100 diploma here or learn NLP from a CD or e-book. To work with people efficiently you need professional training and highly qualified instructors with exceptional curricula.

Our professional NLP coaching training (Austrian standard) is 2.5 years, our psychotherapy training is around 5 years long. We require a strong psychology background from our applicants. This is the main reason why in 1999, the scrutineers of the European Association for Psychotherapy (EAP) stated that NLP's reputation in general is pretty bad, but due to our training system, NLPt will be approved of with appreciation. The two are poles apart, i.e. a Lada is a Lada while a Mercedes is a Mercedes, although they both roll. Apart from NGO, we have 6 government accreditations for coaching and psychotherapy, and the efficacy has been proven.³

The only change in the name of both is a "t" at the end, which makes telling which is which quite difficult. Is there any reasoning behind this?

² Learn more at: www.eanlpt.org

³ Learn more at: www.nlpt.at/res1.pdf

Partly financial, partly out of tradition and loyalty. If we had unlimited resources, it would be easy to spread a new name, on the other hand, changing the name totally might imply, for some, the denial of our origins. NLP is known worldwide and the added “t” indicates a very high quality standard for it, with an improved version directed towards therapy. I also trust people who want to work with others that differentiate. Obviously, it is important that there is a distinction, as I have seen myself that since the late 80 ‘s more and more people jump on the “NLP-train”. They wanted to get rich and manipulative quickly, even though many trainers were far from acceptable standards and that was what the students modelled on. These reduced trainings spread like an infectious disease and the brilliant blueprint that was once created had been lost. To avoid this, we chose slower growth, focusing our resources primarily on development and training.

What are your development strategies and research goals?

To prove to the Academic world and the press that NLP /NLPt really function !! Initially, we had a problem with the research, due to our small number of trained therapists. But even with our disabilities we managed to do a comparative analysis RCR Study at the end of 90's⁴. 55 clients participated in traditional therapy, while our team of 37, treated a group of 60 (paired according to their medical history) with the NLPt method. After the treatment the group involved in traditional therapy reported that 47.5% of them didn't feel any different, 8% felt worse. Whilst those involved with the NLP therapy reported that 1.9% of them felt the same, 0% felt worse and in addition nearly two thirds of them felt much better. It would be sufficient if we could just keep up the quality. Of course, in the meantime our work is developing, although at slower pace, because every change comes with responsibility. We must also be certain that any development achieved will advance us forward and enhance the method.

If I understand correctly, this rigorous training system greatly contributed to your membership in the EAP?

Yes, we requested the initiation of the recruitment process, because it was thought that self-reference is rather problematic. In other words, stating things about ourselves can easily be questionable and might also seem rather frivolous and narcissistic . In most European countries, it's considered enough if someone claims they're a therapist. In some places you can call yourself a psychotherapist without having any formal training, which can be very misleading. However, it was important for us to not only develop a training program a psychotherapist,

⁴ Genser-Medlitsch, M. & Schütz, P. (2004): /Czy neurolingwistyczna psychotherapia jest efektywna/? In: Nowiny Psychologiczne. Warszawa: Polskie Towarzystwo Psychologiczne

who knows his craft, would be proud of, but to have the acceptance of professional organizations. We were granted EAP membership back in 1999. In fact, this means that the industry giants acknowledge our work, while the other branches of NLP, especially the manipulative commercial versions prove to be interfering and disturbing.

Also, please note that professional NLP and NLPt is a synthesis of goal orientation, Gestalt, systemic, cognitive, psychodynamic, linguistic and hypnotherapeutic approaches. It gives a lot of competence and takes some time to get competent.⁵ You'll understand it quickly, but it takes some time and effort to get competent in applying it with inner and outer conflicts and goals.

What has changed over the years? How did the economic processes affect the emerging challenges and problems that needed solving?

Above all, the processes are much more streamlined, technology accelerates development and puts more and more pressure on the less competent workers, thus, reducing their actual mobility.

We also develop a very thorough process for competence check with videos, so that the clients can trust the certificates. Of course, this can be improved with personal development, but professional NLP and NLPt isn't magic, it can't fix everything. For example, we cannot cure ADHD. Research has shown though, that among other things, depression, phobias, PTSD, psychological allergies, systemic topics, compulsion and lack of motivation can be treated excellently. Thus, with our NLPt method, we managed to improve the life quality of a large number of people. Of course it will take time until the CEOs recognize this.

How is it possible to continue with short term therapy, when you come to the conclusion that to reach your wanted goal, you have to jump over a bigger, different barrier?

This is not only relevant for psychotherapy, but also for the much larger field of professional NLP coaching. Incorrect goal orientation and incomplete assessment is to blame here. The same is true concerning execution of work. In general, untrained coaches and therapists believe that the goal is obvious from the first sight. Even if time does justify the first assumption, you still need to create a report and find out what actually blocks the client from achieving their goals. The rest is a matter of professional training and practice. In other words, if the therapist is well-trained, organized and in the right state of mind.

⁵ A short summary on the key paradigm is at:
<http://www.nlpzentrum.at/outcome1/outcomeframe1.pdf>.

As I understand the emphasis is on the latter, am I correct?

Yes. How you can help, if you yourself need help? How can you give what you don't have? The well-being of the soul is most important, then the mind, followed by professional readiness. You have to maximize these three factors, to create a balanced environment in which the clients can develop and safely transform their coping strategy for a better life. NLPt training and professional NLP –for the Coaching field - at this high level has been seen in many countries in Europe, and thanks to Doctor Biró, it is also present in Hungary⁶.

How would it be possible to draw policy makers' attention to the differences due to methodological and ethical reasons?

In many European countries, NLPt is accepted in therapeutic practice, however, in the corporate world, much more is needed. Firstly, there are way too many „wizards and snake oil merchants” out there, who use newly introduced concepts to dazzle and scam the average number-driven sales manager because these concepts are difficult to verify. Yet, we don't have to worry about them being burnt like witches, as was the case in the old days, as soon as people realize they are frauds. Of course, on a large scale, this is tragic for trained NLPt therapists and professional NLP coaches who, because of these people, NLP at times gets a bad reputation, and we lose the opportunity to bring a real positive change for the environment. Do you know what NLP really stands for?

Kérdőn nézek.

New Laughing Program. Depressed people don't laugh. The people that we work with laugh more and more each day. A good therapist and coach needs competence and humour. Or in the words of NLP and systemic psychiatry professor Harry Merl: “A good therapist or coach amuses his client so that the client heals himself.”

ACKNOWLEDGEMENTS

The author thanks his professors, dr. Gyula Biró for his time and support in the past years, and the help in organizing the present interview, and Tímea Bóta for the inspiration.

⁶ About trainings in Hungarian: www.nlphungaria.hu