

I. A kutatás célja

Amikor egy kisgyermek fél vagy szorong, a legegyszerűbb őt ölebe venni és mesélni valami szépet, érdekeset és biztatót neki, hogy szűnjön a félelme, oldódjon a szorongása. Lelkipásztorként sokszor kellett megállnom magányos emberek, kórházi ágyakon fekvő betegek vagy gyászolók mellett temetéseken. Gyakran tapasztaltam, hogy saját szavaim elégtelennek bizonyultak, ami a bátorítást illeti, de egy jól megválasztott alapige vagy elbeszélt-elolvasott történet érezhetően oldotta a magányos, a beteg vagy a gyászoló ember szomorúságát, szorongását. E tapasztalatok sora vetette fel bennem a lehetőségét annak, hogy talán célzatosan lehet használni a bibliai történeteket szorongásoldásra. Ahogy a kutatás elkezdődött, kiderült, hogy a szorongás és a történetmegértés többek között korosztályfüggő, ezért le kellett szűkítenem a kutatási területemet a kisgyermekkorra, mely a gyermek életében körülbelül 12 éves koráig tart. A kutatás célja tehát annak az összefüggésrendszernek a felfedezése, amelyben leírható, hogy a mindenki által oly jól ismert szorongás, ezen belül a gyermekkori szorongás oldható bibliai történetek elbeszélésével. Az összefüggésrendszer alappillére Kijelentés, amelyben beszéde által Isten világot és benne embert teremt, hogy az emberrel a szavak, a beszéd, a hallás és a megértés által kapcsolatot teremtsen. Erre az alappillére épül rá az az összefüggésrendszer, amit a teológiai, a pszichológiai, ideglettani és más tudományos kutatási eredmények alkotnak, s aminek egy részét ebben a dolgozatban szándékoztunk bemutatni. Ki akartuk deríteni, igazolható-e a kutatás alaptézise, mely szerint a gondolati, belső képek alkotása szorongást oldó

hatással bír, ezért a jól megválasztott bibliai történetek meghallgatása, melyek előidézik a belső képalkotást, szintén szorongásoldást eredményez?

A kutatás rész céljai között nevezhetjük meg a szorongás folyamatának alapos feltérképezését, különös tekintettel a kisgyermekkorra, illetve a lányoknál és fiúknál előforduló hasonlóságokra és különbségekre. Ide tartozik meg a szorongás beszűkítő és készítő jellegének megkülönböztetése, a hit és a szorongás kapcsolatának a vizsgálata, illetve hogy milyen hatással van a szorongás a gyermek-felnőtt kapcsolatra.

Rész célként nevezhetjük meg a kommunikáció jelenségének és folyamatának a vizsgálatát, különös tekintettel a bibliai történeteken alapuló kommunikációét, a köztes gondolati tér, a morfikus és morphogenetikus tér létét és működésének leírását, a biblio- és bibliaterápia lehetőségeit, illetve a *verbális deszenzitizáció vagy deszenzibilizáció* módszerének az ismertetését.

Végül rész célként fogalmazhatjuk meg a felvázolt elméleti megalapozás gyakorlati alkalmazhatóságát.

II. A feldolgozás módszere és a disszertáció gondolatmenete

A dolgozat tartalmazza a téma felvetés teológiai indoklását, elméleti megalapozását és a gyakorlati megközelítést. Mindegyik rész adatolásra és az adatokban megmutatózó többféle szempont egymás utáni bemutatására épül, valamint a gyakorlati megközelítés része egy projekt megvalósítás, mely a hipotézist ellenőrzi kisiskoláskorú gyermekek bevonásával. Mindhárom rész

következtetések megfogalmazásával zárul, majd ezeket a dolgozat legvégén végkövetkeztetésként fogalmazzuk meg.

Az első fejezetben írtuk le a kutatás teológiai alapvetését, valamint a narratív teológia és narratív pszichológia határán megfogalmazható következtetéseket a történetmondással és hallgatással kapcsolatban.

A második rész tartalmazza a használt teológiai, pszichológiai és lelkipozíciós alapfogalmak ismertetését, a kisgyermek fejlődési kríziseinek a leírását, különös tekintettel a szorongásos zavarok előfordulására. A gyermekkort születéstől kisiskoláskorral bezárólag értelmeztük, külön figyelembe vettük a lányok és a fiúk fejlődésbeli különbözőségeit. Meghatároztuk a szorongást, mint élettani-lélektani folyamatot, annak megnyilvánulási formáit és az arra adott kóros védekezési módokat. Kerestük a védelmet nyújtó és beszűkítő szorongás közötti határt, a határon megteremtendő egyensúlyt, valamint vizsgáltuk, lehet-e a hit és a szorongás pozitív kapcsolatban. Vizsgáltuk a felnőttek lehetőségeit, hogyan ismerhetik fel a gyermekben a szorongást, illetve, hogy mit (re) aktiválhat bennük a gyermek szorongása. Végül kerestük a kapcsolatteremtés és kommunikáció lehetőségeit kisgyermekkel, hogy szükség esetén oldani tudjuk a szorongást.

A munka harmadik részében a szorongás oldásának gyakorlati lehetőségei közül a történetmondást ismertettük, annak pszicho-dinamikai folyamatát csoportos találkozáskor. Megfogalmazzuk a történetmondás hatásmechanizmusát, ahol bevezettük a morphogenetikus/morfogenetikus mező fogalmát, mint az erőterét, amelyben a történet „hat”; illetve a történet hatását a belső képalkotásra. Megvizsgáltuk a Freud osztrák

neurológus - pszichiáter szerinti identifikációs vágy erejét a gyermekeknél, illetve a Jung által kollektív tudattalannak elnevezett közös emlékezet archetipikus hőseinek a gyógyító jelenlétét a gyermek tudatában.

Mindezek után következett a fenti elmélet speciális alkalmazása, a hipotézis bibliai történetekre való applikálása. Először megvizsgáltuk a bibliai történeteket, mint a gyermekkori szorongásoldás lehetséges segítőit, majd ismertettük a hipotézis ellenőrzésével kapcsolatos feladatokat, és a megvalósítási lépéseket. A hipotézis ellenőrzése egy projekt keretében történt, amelyet kisiskolás csoportokban valósítottuk meg, ahol lányok és fiúk vegyesen voltak. Első lépésként felmértük, milyen szorongások jellemzik a fiúkat és lányokat kisiskoláskorban. Ezután következett a történet kiválasztása, a felmérőlapok, kérdőívek megfogalmazása, a kritériumok meghatározása. Gyermekpszichológust és tanítónőket vontunk be a munkába. A projektet megtervező lelkipásztor-kutatónak pasztorál pszichológusi képzettsége is van a teológusi képzettség mellett. Természetesen a szorongásszint és a szorongásfajta felmérésénél nem diagnosztikai céllal közelítettünk, mert ahhoz speciális képzés és jogosítványok szükségesek, hanem csak arra voltunk kíváncsiak, hogyan fogalmazzák meg a gyerekek önmaguknak és nekünk, hogy mitől és mennyire félnek, illetve szoronganak. A történet meghallgatása után pedig a változások megfogalmazását gyűjtöttük be és összesítettük.

A projektben résztvevő kisiskolás csoportok egy része gyülekezeti vallásórás gyermek volt, egy része iskolai vallásóra keretében vett részt a munkában, amelynek a fejezet végén bemutatjuk dokumentációját és kiértékelését. Itt tartom fontosnak megjegyezni, hogy munkánk magyarul megjelent és

angolul olvasható szakirodalmat dolgoz fel, ezekre támaszkodva fogalmaztunk meg következtetéseket.

III. A kutatás eredményei

Isten jelenléte az életünkben történetek által fejeződik ki, a transzcendens Isten róla és teremtett világáról szóló elbeszélésekben válik felfoghatóvá és megismerhetővé. Jelenléte bátorító, erőt adó, gyógyító jelenlét. Hipotézisünk szerint nem csak a jelenléte gyógyító, hanem a jelenlétéről és tetteiről szóló történetek is gyógyító hatással vannak, esetünkben a gyermekkori szorongást oldhatják. Kutatásaink erre irányultak, s a dolgozat fejezetei ennek a feltevésnek szolgáltak különböző megközelítésű megalapozásául.

Az első rész bevezetése a történetmondásnak, mint az egyéni és közösségi lét- és kommunikációs formának a teológiai megalapozását végezte el, ezt követte a szó és a bibliai történet, mint létbe hívó és létben- téridőben tartó erő bemutatása. Felismertük Isten megvalósuló akaratát, mint történet, és a történetben Istennek az ember felé alkalmazott kommunikációs eszközét. A történetek alapján kialakuló istenképek veszélyeire is vetettünk egy pillantást, mert tisztázni akartuk, hogy a történetek alapján kialakuló istenképnek nem szabad sem neurotizálónak, sem elbátortalanítónak lennie, ezért nagyon fontos a gyermekeknek a megfelelő történetet elmondani, számukra egyértelmű nyelvezettel. A narratív pszichológia meglátásait felvillantó rész a lehetséges szorongásmentes identitás kialakulására mutatott rá, a narratív teológia megállapításai az identitást szintén formáló bibliai elbeszélő hagyományt mutatták fel, ezeket követően a történetmondást, mint szimbolikus cselekedet értelmeztük.

A második részben a félelem és a szorongás közötti határt, valamint a két érzet közötti különbségeket térképeztük fel, majd a szorongás gyökerét és jelenségét vizsgáltuk meg. A félelem és szorongás pszicho-fizikai hatásai után a félelem (magyar fordításban szorongás) alapformáit mutattuk be Fritz Riemann német pszichoterapeuta leírása alapján, megfogalmazva, hogy nincs személyiség- és jellemfejlődés a szorongás megfelelő mértéke nélkül. A kisgyermek fejlődési aspektusainak és kríziseinek ismertetése után a stresszt és a konfliktust, mint a fejlődés enzimeit értelmeztük.

Excurzusban tájékoztattunk a kötődésformákról, megjegyezve, hogy a helytelen kötődés szorongáshoz vezet, majd a fiúknál és lányoknál fellépő, egyikre vagy másikra inkább jellemző szorongásformákat soroltuk fel. Ezt követte a szorongás megnyilvánulásának a leírása és az arra adott kóros védekezési módok, majd a szorongásoldás hatástalan és hatékony oldási módjainak a bemutatása. Felismertük a védelmet nyújtó és a beszűkítő szorongás közti határt és kerestük a határon megteremtendő egyensúlyt, majd leírtunk a facilitáló szorongás eszköztárából néhányat. Megállapítottuk, hogy a facilitáló szorongás is igénybe veszi a teljes személyiséget és vizsgáltuk a történetek jelentőségét a facilitáló és debilizáló szorongás között megteremtendő egyensúly szempontjából. Rákérdeztünk, hogy lehet-e a hit és a szorongás pozitív kapcsolatban, illetve, hogy hogyan történhet ez, a Riemann-féle személyiség jellemzőket figyelembe véve. Végül megvizsgáltuk, hogyan ismerheti fel a felnőtt a gyermek szorongását, a saját szorongása viszont áttételeit és hogyan kontrollálhatja azokat, valamint hogyan ismerheti fel a gyermeknek a felé irányuló áttételes érzéseit és hogyan reagáljon azokra.

A harmadik rész a gyakorlati lehetőségeket ismertette, először is, hogy hogyan alkalmazható a kommunikáció mint módszer a szorongásoldásban,

értelmezhető-e a kapcsolatba lépés kommunikációként, az elbeszélés szorongást oldó kommunikációként, valamint speciálisan a bibliai történet elbeszélése mint szorongást oldó kommunikáció. Bepillantottunk a tudat és a tudattalan szimbólumokkal kapcsolatos tevékenységébe, ezek hatásait a szorongásra, majd megvizsgáltuk a szorongást oldó történetmondást, mint diakóniát és mint lelkigondozást. Felfedeztük a gyógyító teret, amelyet leírunk morfikus és morfogenetikus mezőként, illetve a közös sokféleség tereként, megvizsgáltuk a biblioterápiát és a bibliaterápiát, mint lehetőségeket a szorongásoldásban, leírtuk a szisztematikus verbális deszenzibilizációt, mint módszert, majd megálltunk a narratív teológia és narratív pszichológia határán, hogy ellenőrizzük hipotézisünket, mely szerint van szorongásoldó hatása a bibliai történetek hallgatásának.

A gyakorlati rész első felében leírt módszerek ismertetése után következett a hipotézis ellenőrzésére megfogalmazott projekt leírása és a kérdőívek eredményeinek kiértékelése. A kiértékelés összefoglalásaként megfogalmazhatjuk, hogy hipotézisünk igaznak bizonyult, a bibliai történetek oldhatják a gyermekkori szorongást, lehet és kell tehát bibliai történeteket megosztani a gyermekekkel, nem csak azért, hogy ismeretet szerezzenek, hanem hogy hatalmat vegyenek a félelmeik, szorongásaik fölött. Az további kutatás témáját képezheti, hogy melyek azok a bibliai történetek, amelyek különböző szorongástípusokat és szorongásformákat hatékonyan oldhatnak.

IV. Tézisek a nyilvános disputára

1. A történetmondás és történehallgatás létforma, melynek teremtője és fenntartója Isten Kijelentése.
2. Nincs fejlődés szorongás nélkül.
3. A szorongásnak kettős aspektusa van, béníthat, beszűkíthet és motiválhat, védelmet nyújthat. (debilizál vagy facilitál) A szorongás mértékének és a szorongást megélő személyiségének eredője az egyik vagy a másik.
4. Megfelelő feltételek mellett a hit és a szorongás lehet pozitív kapcsolatban.
5. A gyógyító tér léte, a morfikus mező, a morfogenetikus mező teszi lehetővé a verbális szisztematikus deszenzibilizáció módszerének alkalmazását a szorongásoldásban.
6. A történetmondás, ezen belül speciálisan a bibliai történetmondás oldhatja a gyermekkori szorongást a belső képalkotás mobilizálása által.

V. Summary of the PhD dissertation

This dissertation stands for the hypothesis of listening to specially selected Bible stories can dissolve anxiety in children. The main argument of my thesis is that framing inner images while listening to Bible stories can dissolve anxiety.

God is present in our lives by stories. The transcendent God can be grasped and recognized by stories told about Him, about Creation and about His deeds. His presence is encouraging, empowering and healing presence. In our understanding not only His presence is encouraging, empowering and healing, but the stories told about Him have the same attribute, in our case they can dissolve anxiety in the most vulnerable age-group, in children. Our research had as an aim to document this thesis from different angles, so this paper incorporates the theological support of the theme, explaining the most important physical and psychological expressions used in the research, the theoretical and the practical approach.

Introduction brought forward the theme, the description of the dissertation and the explanatory vocabulary of the most important expressions.

The first chapter started with the theological grounding of storytelling as a personal and common existential mood and communication form, then came the presentation of the WORD and Bible stories as a power of call into being and keeping in existence. We recognized God's fulfilling Will as a story, and the story as an instrument of communication for God. We got a glimpse on the risks that occur related to God's image created by telling the stories about

Him, because we wanted to clarify that this image shall not cause neurosis and shall not be unnerving, so it is very important which Bible story is chosen to dissolve anxiety and that the language used with children should be appropriate and easily grasped. The next part in the first chapter was the Narrative Psychology's approach in forming a stress-free identity, followed by Narrative Theology which presented the tradition of Bible-story-telling as a deep influence on forming a person's identity. We closed the first chapter with presenting storytelling as a symbolical act.

In the second chapter we mapped the border between fear and anxiety, the difference between the two feelings and we investigated the roots and the phenomenon of fear and anxiety. After acquainting the psycho-physical effects of fear and anxiety, we presented the basic forms of fear based on the work of the German Psychiatrist Fritz Riemann, and we concluded that there is no personal and character development without an appropriate level of stress and anxiety. Later we presented the aspects of child development and understood the stress and conflicts as the enzymes of growth and progress.

We had an excursus where we informed the readers about the forms of attachment, remarking that the incorrect forms of attachments might cause anxiety in children, then we presented the different forms of anxiety from gender point of view, some were more characteristic to boys and some were to girls. After this distinction we described the manifestation of anxiety and the pathological defense-forms against it, then the ineffective and effective methods of dissolving anxiety. We recognized the border between the protective and the constricting anxiety, we looked for the balance created on this border and we described some of the resorts of facilitating anxiety. We came to the conclusion that even the facilitating anxiety will make a great demand on the whole personality, and we examined the importance of stories

and storytelling in grasping the balance between the facilitating and debilitating anxiety.

We formulated the question, that can be possibly faith and anxiety in a positive relationship, if so, how can that happen, if we take in account the characteristics of personality enlisted by the German Psychiatrist Fritz Riemann in *The basic forms of fear*. In the last part of the second chapter we investigated, how can an adult recognize the anxiety of a child, her/his own transpositions and how can those be controlled, and even more, how can an adult recognize the child's transpositions on the adult and what adequate answer can be given.

The third chapter delineates the practical possibilities of dissolving anxiety by communication and by reading special bible stories.

Firstly, how can be used communication as method in dissolving anxiety in general and should we understand stepping in a relationship as a form of communication? Is storytelling an anxiety dissolving communication, and is Bible-story-telling a special type of anxiety dissolving communication? We got an insight in the work of the conscious and subconscious related to symbols, we looked for the impact of these on dissolving anxiety, then we examined the anxiety dissolving storytelling as deacon ministry and counseling.

We discovered the healing space or field, which is described as morphic and morphogenetic fields, or common manifold space, which cannot be touched, but it provides the space for learning, reconsidering and change. In the following sub-chapters we looked at the bibliotherapy, Bible therapy and Bibliolog therapy as possible answers in our search for adequate forms of dissolving anxiety. Later we described the systematical desensitization as the

method of our anxiety-dissolving work, and then we stopped on the border of Narrative Psychology and Narrative Theology, to verify our thesis that listening to special Bible stories has effect in dissolving anxiety in childhood.

After the review of methods described in the first part of the third chapter we verified our theses in practice by a special project run in primary school classes. We put up a project with questionnaires where we checked the type and level of anxiety of children before listening to the Bible story and after the listening of it. After the evaluation of the questionnaires we can formulate the conclusion, that our thesis proved to be true, listening of Bible stories can dissolve anxiety in children. This leads us from the possibility of reading Bible stories to children to the demand of doing so, not only to share information, but to enable them to gain authority upon their fears and anxiety. It can be the theme of a later research which Bible stories can dissolve efficiently different types and forms of anxiety in childhood and in adulthood as well.

VI. Theses for the public dispute

1. Telling stories and listening to stories is a way or form of life created and sustained by God's Word.
2. There is no development/growth without anxiety.
3. Anxiety has double aspect: it can disable or enable. The extent of anxiety and the character of the person will give the resultant which drives to disablement or enablement.
4. Near adequate circumstances faith and anxiety can be in positive relationship.
5. The existence of the healing space, the morphic and morphogenetic fields makes possible to use verbal systematic desensitization to ease anxiety.
6. Storytelling, especially bible-story telling can ease anxiety in childhood by mobilizing the ability of inner image-making.

VII. A doktori kutatás tárgyköréhez kapcsolódó

publikációk jegyzéke

MTMT azonosító 10051004

Megjelenés előtt:

Kolozsvár, *STUDIA* 2015: **Jónás történetének alkalmazhatósága a lelkigondozásban**

2014

1. Papp György

Somfalvi Edit (ford.);

"Vera iustitia et sanctitate praeditum...": Az istenképűség tartalma a Heidelbergi Káté szerint

STUDIA DOCTORUM THEOLOGIAE PROTESTANTIS: A KOLOZSVÁRI PROTESTÁNS TEOLÓGIA KUTATÓINTÉZETÉNEK KÖTETEI 5: pp. 187-197. (2014).

Praesentatio in Templo. Kolozsvár, Románia: 2013.11.14 -2013.11.16.

2. Somfalvi Edit

Az egyházzal szembeni társadalmi elvárások és az egyházzal kapcsolatos sztereotípiák mint akadályok a hatékony kommunikációban

In: Ungvári Zrínyi Imre (szerk.)

Életterünk, a kommunikáció: A társadalmi kommunikáció és a média etikai problémái . Kolozsvár: Egyetemi Műhely Kiadó - Bolyai Társaság, 2014. pp. 45-60. (ISBN:978-606-8145-43-3)

2009

3. Somfalvi Edit

„A prédikációt harmincnégy évvel később mondhattam el” (interjú Péter Miklóssal)

MEDIÁRIUM 3:(1-2) pp. 73-87. (2009)

2008

4. Somfalvi Edit

Kihívások a kisgyermek lelkipozításában (2)

KERESZTÉNY SZÓ 19:(1) pp. 13-15. (2008)

5. Somfalvi Edit

Kihívások a kisgyermek lelkipozításában (3)

KERESZTÉNY SZÓ 19:(3) pp. 22-25. (2008)

6. Somfalvi Edit

„Ha az ember belül rendben van, minden megpróbáltatást elvisel”
(interjú Csiha Kálmán erdélyi református püspökkel)

MEDIÁRIUM 2:(1-2) pp. 82-94. (2008)

2007

7. Somfalvi Edit

A bibliai történetek gyermekek számára való átadásának újabb szempontjai a mesepszichológia felismeréseinek fényében (1)

KERESZTÉNY SZÓ 18:(6) pp. 16-20. (2007)

8. Somfalvi Edit

A bibliai történetek gyermekek számára való átadásának újabb szempontjai a mesepszichológia felismeréseinek fényében (2)

KERESZTÉNY SZÓ 18:(7) pp. 24-27. (2007)

9. Somfalvi Edit

A történetmondás lelkipozói lehetőségei kisgyermekkorban

REFORMÁTUS SZEMLE 100:(2) pp. 363-397. (2007)

10. Somfalvi Edit

Kihívások a kisgyermek lelkipozásában (1)

KERESZTÉNY SZÓ 18:(9) pp. 24-27. (2007)

2003

11. Somfalvi Edit

Hogyan segítsük gyermekeinket hitben felnőni?

**AZ ÚT - TEOLÓGIAI TUDOMÁNY EGYHÁZI
SZOLGÁLAT** 29:(3) pp. 2-10. (2003)