

DOKTORI ÉRTEKEZÉS TÉZISEI

Szélesné dr. Ferencz Edit

A PSZICHOLÓGIAI IMMUNRENDSZER VIZSGÁLATA, A KORAGYERMEKKORI EMLÉKEK INDIVIDUÁLPSZICHOLÓGIAI ÉRTELMEZÉSÉN KERESZTÜL



DE Bölcsészettudományi Kar
2007

TARTALOMJEGYZÉK

I. Az értekezés célkitűzése, a téma körülhatárolása	4
II. Alkalmazott módszerek.....	5
Kérdésfelvetés	5
A, Életstílus-diagnosztika: A Koragyermekkori emlékek Individuálpszichológiai elemzése.....	6
<i>Individuálpszichológiai strukturált interjú a koragyermekkori emlékek elemzéséhez</i>	7
B, A pszichológiai immunrendszer vizsgálata	8
<i>Kérdőív a pszichológiai immunrendszer vizsgálatára</i>	9
Vizsgálati Minta:	9
III. Eredmények	10
IV. Következtetések.....	14
V. A szerző legfontosabb művei az értekezés témakörében	16

I. Az értekezés célkitűzése, a téma körülhatárolása

„A PSZICHOLÓGIAI IMMUNRENDSZER VIZSGÁLATA, A KORAGYERMEKKORI EMLÉKEK INDIVIDUÁLPSZICHOLÓGIAI ÉRTELMEZÉSÉN KERESZTÜL” című disszertáció a jelzetteknek megfelelően két tematikus egységet és szemléleti keretet integrál, melyek egymással — a jelenségek dinamikus kölcsönhatása miatt — kapcsolatban állnak.

Az értekezés célja, hogy az individuálpszichológiai pszichoterápia folyamatában használt módszerek közül, a koragyermekkori emlékek elemzését bemutassa, és vizsgálati eredményeivel támassza alá azok diagnosztikai hasznát az Életstílus értelmezésében. Ehhez a személyiség 'pszichológiai immunrendszerét' igyekeztünk feltérképezni, összefüggéseket keresve az emlékek tartalma, és a stresszrezisztenciát biztosító személyiségjegyek között.

A munka célja továbbá, hogy az individuálpszichológia integratív elméletének — mely nagy jelentőséget tulajdonít a személyiség problémamegoldó képességének, — és a kognitív-interakcionista szemléletnek a találkozási pontjait megmutassa.

A pszichoterápia folyamata során a terapeuta és kliense kapcsolatában megjelenik egy-egy önéletrajzi emlékezet-foszlány, egy-egy koragyermekkori emlék, a kapcsolatuk érzelmi befolyásán át, hangulatukba illeszkedően idéződnek fel ezek a tartalmak, s a gyógyítás során létrejövő emocionális élmény által változtatható, korrigálható a személyiség Életstílusa is. A mélylélektani irányzatok közül *Alfred Adler individuálpszichológiája*, terápiás elméletében és gyakorlatában is nagy szerepet tulajdonít a *koragyermekkori élmények* felidézésének, értelmezésének a személyiség 'életstílusáról' való gondolkodás folyamatában. Az individuálpszichológia elmélete szerint az Életstílusban testet öltve jelenik meg a személyiség működése, az elv, amely az egyén egyediségének kifejtését tartalmazza. Az egyén cselekedetei életstílusából erednek, pszichikus funkciói életstílusának megfelelően működnek, így a személyiség viselkedési jellegzetességei, a fölényretörésvég kifejeződése, kisebbségérzés, a kompenzáció módja, alkotó-önteremtő képessége, fiktív irányultsága az életstílusban jutnak kifejezésre. *Az életstílussal, az individuálpszichológia egy hierarchikusan fölérendelt kognitív struktúrát is konceptualizál, ami funkcióját tekintve szelektív információ-felvételben, specifikus információfeldolgozásban és jellegzetes cselekvésszerveződésben nyilvánul meg.* Az életstílus, és az életstílusra jellemző

magatartás különösen világos azon problémák és nehézségek szempontjából, melyekkel az ember konfrontálódik, mert a „szükségben” azokhoz az eszközökhöz nyúl, amelyek számára gyerekkora óta „privát logikája” alapján úgy tűntek, hogy eredményre vezetnek. Az adleri koncepció magában foglalja a korábbi fejlődési szintek meghaladását, a képességek fejlesztését, a helyzetek feletti uralom megszerzését, dinamikailag a mindenkori hiányok, fogyatékoságok, problémahelyzetek-, szorongás leküzdését, a hátrányérzésnek teljesítményekkel való kiegyenlítését. A problémamegoldó viselkedés és a nehézségekre, valamint a frusztrációkra adott reakciók, a viselkedés- és kognitív pszichológiában a coping és a kontroll-, valamint a pszichológiai immunrendszer koncepcióiban, differenciálódnak. Így válik Adler a Lazarus (1966) által leírt „megküzdési mechanizmusok” előhírnökévé. Egy nehezített alkalmazkodási helyzetben, szorongás, stressz esetén, a személyes jelentőséget is az Életstílusa által értékeli az ember. Az optimális megküzdés adaptív, vagy maladaptív természete a fölényretörekvés célszerű, vagy célszerűtlen viselkedésmódjának, az én-hatékonyságának, az anyagi- szociális és pszichológiai „vagyon” mobilizálhatóságának függvénye.

Ez az értelmezési keret ösztönzi a kutatást, hogy a személyiség életstílusát a koragyermekkori emlékek alapján vizsgálva kapcsolódási pontokat keressünk a stresszrezisztenciát biztosító személyiségjegyek, a pszichológiai immunrendszer színvonala között.

II. Alkalmazott módszerek

Kérdésfelvetés

Az első emlékek leképezik az ember életstílusának prototípusát, mivel az individuálpszichológia felfogása szerint a szubjektív 'tendenciózus appercepció' az emlékeket szelektálja és a célirányos pszichikai egységesség az emlékezet teljesítményét is befolyásolja. A korai emlékekben kristályosodnak ki a vélemények, célok, hangulatok, érdekek és a gyerek 'cselekvési stílusa'. A gyermekkori emlékeket - az individuálpszichológia értelmében - a személyiség érthető, hirtelen felismerhető kifejeződéseként értékelhetjük, és a magatartás és beállítódás specifikus tendenciáit diagnosztikai célokra használhatjuk.

A fenti megállapítások alapján várható, hogy a gyerekkori emlékek tartalma kapcsolatba hozható a személyiségjegyek széles spektrumával, és hogy ezek

különböző aspektusok alapján feltárhatók, s a preventív, diagnosztikus munkában biztonsággal felhasználhatók.

Hipotézis:

- ***A pszichológiai immunrendszer minőségére következtetni lehet az életstílus-diagnosztikában alkalmazott koragyermekkorai emlékek individuálpszichológiai elemzése által.***
- ***A koragyermekkorai emlékek tartalmi, reprezentációi jelzik a pszichológiai immunrendszert alkotó személyiségjegyek erősségét.***

Az individuálpszichológia elmélete alapján az várható, hogy az emberek *autonóm, bátor életstílussal, azaz kifejezett önérték-érzéssel, bizalommal, kezdeményező aktivitással és jól fejlett közösség-érzéssel* hatékonyan küzdenek meg a problémákkal és erős „pszichológiai immunrendszerrel” rendelkeznek. *Ezt az életstílust a koragyermekkorai emlékekben megjelenő pozitív élmény, az emlékező aktív magatartása, együttműködése, változtatásra való képessége, pozitív én-képe írja le.*

Módszerek:

A, Életstílus-diagnosztika: A Koragyermekkorai emlékek Individuálpszichológiai elemzése

Alfred Adler, úgy gondolta, hogy az első, legkorábbi emlékek, amelyekről az ember beszámolhat, nagy jelentőségűek az életstílus tökéletesebb megértésében. Abból indult ki, hogy a domináns, fölényes helyzetért folytatott harc formája rámutat az egész személyiségre, s ezt a lelki fejlődés különböző pontjain meg lehet találni.

1907 óta élt Adlerben az a meggyőződés, hogy az ember aktívan vesz részt saját emlékei kiválasztásában. A számtalan benyomás közül, amelyeket az ember gyermekkorában szerez, az emlékezés időpontjában csak azokat választja ki, amelyekről - még, ha homályosan is - úgy érzi, hogy abban a pillanatban jelentőséggel bírnak számára. Az emlékek olyan élettörténetet testesítenek meg, amelyet az ember magának teremt, amelyet újra és újra magának sugall. Az ebbe nem illő objektív élettörténeti adatokat, az appercepciós séma segítségével tendenciózus módon kiszűri, az ezeket az adatokat megváltoztatja vagy elhagyja.

Adler a korai emlékekben, a célnak megfelelő konstrukciókat lát, olyan konstrukciókat, amelyek szentesítik az eszközöket és az utakat, amelyekkel az individuuum a célja felé törekszik. A korai emlékek nem a múltbeli események objektív leírásai, hanem jelenlegi magatartásokat és intuíciókat tükröznek vissza. Az első emlékek igen specifikus információt adnak a személyes életstílusról, és egy meghatározott érettségi állapotot tükröznek. Terápiás értékű eljárás a kliensnek a korai emlékekben tükröződő fejlődési vonala alapján megmutatni, egyre növekvő szociális érdeklődését. A gyerekkori emlékek érzelmi tónusukban megváltozhatnak, ha a pszichoterápia folyamán az életstílusban is változás következik be. Az ember így másra fog emlékezni, vagy az eseménynek, amire emlékszik, más jelentést fog adni.

Az első emlék fontosságának felismerése az individuálpszichológia jelentős lépése. Ha helyesen értelmezünk, a tudatos emlékek segítségével a személyiség mélységei tárulhatnak fel, diagnosztikus támpontokat kaphatunk elemzésükből a preventív-, gyógyító munkánkhoz.

Individuálpszichológiai strukturált interjú a koragyermekkorai emlékek elemzéséhez

Az életstílusnak csak kevés szisztematikus operacionalizálása létezik és ezek szinte kizárólag mind az USA-ból származnak. Európában az individuálpszichológiai kutatás súlyozottan a minőségi, ideografikus, egyedi esetkutatásnak köteleződött el. Mivel az individuálpszichológia esetében egy pszichológiai és terápiás irányzatról van szó, amely az embert 'ezerszínű individualitásában' értelmezi és mindenekelőtt a terapeuta képzett személyiségének mélylélektani értelmű hermeneutikus, intuitív 'eszközeivel' vizsgálja és írja le, ezért elméleti szempontból és történelmileg sem kézenfekvő az empirikus-statisztikai vizsgálati módszerek kifejlesztése. Emellett Alfred Adler erősen gyakorlatorientált volt és az egyes személyek megsegítésére irányult a figyelme, ezért elméleti és gyakorlati okokból egyaránt az egyedi esetek kutatásával foglalkozott és saját maga sem fejlesztett ki célzottan, csoportok vizsgálatára vonatkozó kérdőíveket.

Ezekből az okokból kifolyólag nem túl nagy számban található operacionalizált életstílusra vonatkozó meglévő anyag az empirikus kutatáshoz, ahogyan azt már említettük. Ezen munka teóriaértelmezése azonban elsősorban Alfred Adler eredeti, komplex, mélylélektani orientációjához kötődő alapkoncepciójára támaszkodik. Ezért

az életstílus meghatározásához egyetlen korábbi tesztet sem használtunk fel az eddigi individuálszichológiai kutatásokból.

A koragyermekkorai emlékek tartalmi jegyeinek feltárását egyéni strukturált interjú formájában végeztük el, melyet Louis (1985) szempontjai alapján állítottunk össze. Ez az elemzési módszer az individuálszichológiai pszichoterápiás gyakorlatban elfogadott, az intuitív szubjektív élményvilág, az életstílus megértésének folyamatában.

Az interjúk felvételére 2002-2004 folyamán, a szorgalmi időszakban került sor.

Az interjú során feltett kérdésekre adott válaszok elemzését a tartalomelemzés módszerével végeztük. A kora gyermekkorai emlékek alapján az emlékező, a megadott individuálszichológiai szempontok mentén maga konstruálta válaszát, elemezte beállítódását. A kérdező – szükség esetén - bátorítással, biztatással segítette a felidézés folyamatát. A megjelenő válaszokat csoportosítottuk. A felállított kategóriáknak, matematikai statisztikai módszerrel, - szórás-analízissel /ANOVA teszt/, kétmintás t-próbával, - történt mérhető, értelmezhető eredménnyé alakítása.

B, A pszichológiai immunrendszer vizsgálata

Az Oláh Attila (2004, 654.) által definiált *pszichológiai immunrendszer*, már fogalmában is hordozza azt az adleri beállítódást, mely szerint a személyiség a „test-lélek eleven kölcsönhatása” által jelenik meg. (Adler, 1931/1994, 25.) A lelki sajátosságoknak egy olyan szerveződése, amely a személyiség védekező rendszerét biztosítja, azt a feltételezést is megengedi, hogy e dimenzióknak a kialakításával, fejlesztésével, erősítésével a megelőző- gyógyító lélektani munka „tárgya” ragadható meg.

Az életfeladatokkal való megküzdés a személyiségfejlődés folyamán hol magából a fejlődés követelményeinek való megfelelés teljesítéséből származó „krízisek” miatt, hol az interperszonális, tágabb értelemben társadalmi folyamatok, helyzetek okozta kritikus szituációk miatt válik próbatételé.

Számunkra, a válaszadási lehetőségek palettáján lévő, a pszichológiai immunrendszer coping-potenciál dimenzióit képviselő magatartások, életstílus-jegyek érdekesek, amelyek feltételezhetően az életfeladatok megoldásában fellépő kritikus helyzetekben a megküzdés sikerességét vetíthetik előre.

Az individuum életstílusa a különböző jegyek alapján differenciáltan megkülönböztethető és leírható: az *önértékének* érzése által ill. a kisebbségi érzés, a *közösségérzés mértéke* alapján ill. a szociális elidegenedés révén, az *aktivitás ill. a passzivitás foka* alapján, a *kompenzációs törekvések* típusa szerint - erősség vagy gyengeség megnyilvánulásán keresztül - és ezen kompenzatorikus módszerek szociális tendenciái által, - szociálisan hasznos, konstruktív, vagy szociálisan haszontalan, destruktív módszerekkel.

Kérdőív a pszichológiai immunrendszer vizsgálatára

A megküzdési stratégia dimenzióinak vizsgálatára az Oláh Attila által 1996-ban kidolgozott Pszichológiai Immunrendszer- nek nevezett megküzdő potenciálokat tartalmazó kérdőívét használtuk. (Oláh, 1996/1999)

A kérdőív 16 skálát mér, melyek egy-egy megküzdő-potenciál dimenziót azonosítanak. A vizsgálati személyek négyfokú skálán adják meg annak a mértékét, hogy milyen szinten érvényes rájuk nézve az adott állítás. Az egyes skálákra 5-5 állítás vonatkozik. (*Pozitív gondolkodás, Kontrollképesség, Koherenciaérzék, Öntisztelet, Növekedésérzés, Rugalmasság/kihíváskeresés, Társas monitorozás képessége, Leleményesség, Én-hatékonyság-érzés, Társas mobilizálás képessége, Szociális alkotóképesség, Szinkronképesség, Kitartás képessége, Impulzivitás kontroll, Érzelmi kontroll, Ingerlékenység gátlás*)

A kérdőívek felvételére az individuálpszichológiai interjút követően, egyéni teszt-helyzetben került sor, hogy kizárjuk a teszt itemek befolyását az emlékek tartalmaira.

Vizsgálati Minta:

Vizsgálatunkban 144 önként jelentkező, tanár szakos egyetemi hallgató vett részt. Kiválasztásunk alapját az az individuálpszichológiai tézis adja, mely szerint a serdülőkori próbatételt követően a személyiség életstílusa kialakult, és így alkalmassá kell, hogy váljon az életfeladatok megoldására.

A Vizsgálati személyek átlagéletkora 22;3 év. (szórás: 1,59)

A nemi megoszlást tekintve a férfiak a teljes minta 18%-át alkották.

III. Eredmények

A, A pszichológiai immunrendszer coping potenciál dimenzióinak összehasonlítása az emlékekben megjelenő ÉN-KÉP alapján

A koragyermekkori emlékekben megjelenő, a személyiség önértékelése során felszínre kerülő tulajdonságokat az emlékező önjellemzése alapján, három csoportba soroltuk:

Pozitív én-kép: a v. sz. az emlékekben önmagát egyértelműen hatékony, kompetens, én-erőt sugárzó, idealizált, a közösség szempontjából együttműködésre irányuló, teljesítményében sikeresnek, pozitívnak ítélt tulajdonságokkal ruházta fel, pl. bátor, eleven, erős, megbízható, magabiztos, érdeklődő, segítőkész stb.

Negatív én-kép: a v. sz. az emlékekben önmagát egyértelműen inkompetensnek, éngyengének, leértékelt, interperszonális kapcsolataiban, teljesítményében sikertelennek, deviánsnak jellemezte, pl. félnk, gyáva, kiszolgáltatott, bizonytalan, összeférhetetlen, durva stb.

Összetett tulajdonságok: a v. sz. az emlékekben önmagát árnyaltabban, differenciáltabban, pozitív és negatív személyiségjellemzőkkel írta le, szemtelenül kíváncsi, nagyszájú de értelmes, stb.)

Szignifikáns eltérést az ANOVA teszt alkalmazásával, $p < 0,05$ szinten a mért coping potenciál dimenziókban, az önmaguknak egyértelműen *pozitív és negatív én-képet* tulajdonító személyek csoportjai között, a következő jellemzőkben lehetett találni: az emlékekben pozitív tulajdonságokkal rendelkező személyek pszichológiai immunrendszere, az *'impulzivitáskontroll'*, valamint az *'ingerlékenység-gátlás'* dimenziókban mutatott magasabb értékeket.

Ez azt jelenti, hogy azok a vizsgálati személyek, akik koragyermekkori emlékeikben önmagukat pozitív értékek mentén ítélték meg, hatékonyabbak az *önszabályozási mechanizmusok* tekintetében. Képesek arra, hogy neheztelt alkalmazkodási feltételek esetén is kontrollálják viselkedésüket, hatékonyan anticipálják reakcióik várható következményeit, és ennek megfelelően igyekeznek a leghatékonyabb magatartást kiválasztani. Ezzel összefüggésben az *ingerlékenység-gátlás* funkció is eredményesebb, az indulatok, a düh és a harag érzelme feletti racionális kontroll gyakorlásának képessége, a düh konstruktív módon való felhasználásának képessége.

Az *életstílus-jegyként* megjelenő pozitív önértékelés, az eredmények szerint

arra utal, hogy ha a személyiség az emlékekben sikeresnek, hatékonyan konstruálja önmagát, akkor ez a pszichológiai immunkompetenciájának fejlettségét is jelzi, kiemelve a kontrollfunkciók eredményességét.

B, A pszichológiai immunrendszer coping potenciál dimenzióinak összehasonlítása az emlékekben megjelenő ÉRZELMI TARTALOM alapján

Három kategóriába osztottuk az emlékekben megjelenő érzelmi-élményeket, melyeket az emlékező önmagának tulajdonított:

Pozitív érzelmek körébe soroltuk azokat az érzéseket, amelyek a személyiség harmóniájára, lelki egyensúlyára utaltak, pl. öröm, boldogság, kiegyensúlyozottság, büszkeség.

Negatív érzelmek csoportjába a személyiség számára diszkomfortézt jelentő emóciók kerültek, pl. szorongás, félelem, bűntudat, szomorúság, düh, stb.

Ambivalens érzelmi tartalom kategóriájába az egy emléken belül ugyanannak a „tárgynak” a vonatkozásában egyidőben, vagy időbeli eltolódással átélt ellentétes érzéseket tartalmazó emlékek kerültek. (Pl. öröm-szomorúság, kíváncsiság-bűntudat...stb.)

A vizsgálatokból megállapítható, hogy azok a személyek, akik *pozitív élményként* emlékeztek gyermekkoruk eseményére, a pszichológiai immunrendszer szignifikánsan ($p < 0,05$ szinten) magasabb színvonalát érték el a következő dimenziókban, az egyértelműen *negatív érzelmi tartalmú* emléket idéző emberekhez képest: *'pozitív gondolkodás, koherencia érzés, öntisztelet, növekedésérzés, leleményesség, én-hatékonyság-érzés, szociális alkotóképesség, szinkronképesség, kitartás'*. Ezekről a személyektől neheztelt alkalmazkodási feltételek esetén elvárható, hogy sikerorientált, optimista szemlélettel, kreatívan az összefüggések megértésére, megérzésére képesek, önmaguk értékességének megőrzésére önkiteljesedésre törekednek, célorientáltan, nagyfokú szociális alkotóképesség mozgósításával, magas figyelemkoncentrációval, kitartóan igyekeznek a stresszhelyzet megoldására. Az *ambivalens érzésekkel* rendelkező fiataloknál a *'pozitív gondolkodás, koherencia-érzés, öntisztelet, leleményesség, én-hatékonyság-érzés, szinkronképesség, érzelmi kontroll'* jegyekben volt szignifikáns ($p < 0,05$ szinten) pozitív irányú eltérés a *negatív érzelmeket* felidézőkhöz képest. Az *érzelmi kontroll-* funkcióban mutatott legmagasabb érték miatt feltételezhető, hogy kiemelkedő színvonalon képesek negatív emócióikat konstruktív viselkedéssé

átalakítani.

C, A pszichológiai immunrendszer coping potenciál dimenzióinak összehasonlítása az emlékekben megjelenő ÉRZELMI TARTALOM VÁLTOZÁSA alapján

Két csoportot hoztunk létre, az elsőbe azok a személyek kerültek, akiknek az emlékében a gyermek érzése a *negatív érzések irányába* változott. Pl. várakozást követő csalódás, vagy kudarc esetén...

A második csoportba azok tartoztak, akik az emlékekben egy negatív érzelmi állapotból *pozitív hangulatba* jutottak. Pl. szorongásból nyugalomba, bizonytalan helyzetből biztonságos helyzetbe kerültek...

A második csoportban a stresszrezisztenciáját biztosító személyiségjegyek erősebben jelennek meg. A különbség szignifikáns ($p < 0,05$ szinten), a következő változóknál: *'pozitív gondolkodás, koherencia érzés, öntisztelet, növekedésérzés, érzelmi kontroll'*. Azok az emberek, akiknek az emlékeiben egy negatív, a személyiség pszichés egyensúlyát veszélyeztető helyzet pozitív érzelmi irányba változott meg (általuk vagy mások által) optimistán, sikert remélve, ugyanakkor a helyzetek, változások ésszerűségének megértésére, megérzésére való képességgel rendelkeznek. Hisznek abban, hogy megértik a kihívások adta feladatokat, és értelmet találva képesek azok megoldására. Saját személyiségüket értékesnek, fejlődésre, kiteljesedésre képesnek élik meg, s fontos számukra, lelki egészségük megtartása. Kudarcélmény, vészhelyzet esetén negatív érzelmeik kontrollálásával és konstruktív viselkedésválasztással képesek megküzdeni.

Ebben az életstílus-jegyként kiemelt aspektusban, rávilágíthatunk arra a viszonyulási módra, mellyel a személyiség a *változásokat értelmezi, érzelmeivel kíséрни* tudja. Amennyiben az emlékekben megjelenő helyzet, melyre a személyiség fókuszál, korrektív, reparatív módon változott meg a számára, akkor ez utalhat arra a beállítódásra, hogy a személyiség a kihívásokhoz, változásokhoz reményteljesen áll hozzá, és önértékének ismeretében bízik a számára optimális megoldás létrehozásában. Jelenti ugyanakkor azt az elvárást is, hogy a krízishelyzetek törvényszerűen megoldhatók lehessenek.

D, A pszichológiai immunrendszer coping potenciál dimenzióinak összehasonlítása az EMLÉKEZŐ, EMLÉKBEN MEGJELENŐ VISELKEDÉSE alapján

Az egészségvédő viselkedés, a hatékony megküzdés a személyiség aktív magatartását kívánja. Érdemesnek tűnik ebből a szempontból is megvizsgálni, az emlékből **aktív**, cselekvőnek mutató, ill. **passzív**, szemlélő beállítódással jellemezhető személyek pszichológiai immunrendszerének szintjét.

Az aktivitás foka az életstílus energetikai komponenseként mutatja meg a személyiség állásfoglalását. Az aktivitás vagy passzivitás megjelenik abban a szerepben, amit az ember az emlékből játszik, cselekvőként, tevékenykedőként vagy nézőként, áldozatként, stb. Az erő általi kompenzáció, pl. a nagyzási fantáziákban a domináló, az önkényes, ill. másokat leértékelő cselekvésekben nyilvánul meg. A gyengeség általi kompenzáció a védelmet és segítséget kereső magatartásban mutatkozik meg.

Az összehasonlítás eredményeiből kitűnik, hogy az emlékből *aktív*nak ítélt személyek – egy kivételével – a pszichológiai immunrendszert alkotó valamennyi dimenzióban magasabb szintet mutattak. Két változóban, a *'rugalmasság, kihíváskeresés'*, valamint a *'kitartásban'* érték el szignifikáns ($p < 0,05$ szinten) eltérést. Úgy tűnik, hogy az *aktivitás*-jellemző utal azokra a személyiségtulajdonságokra is, melyek révén a megküzdés folyamán a változást kihívásnak, a személyes fejlődés lehetőségének tekintik az egyének, és az akadályok leküzdésében kitartóak, céltudatosak.

E, A pszichológiai immunrendszer coping potenciál dimenzióinak összehasonlítása az emlékből megjelenő ANYAI, és TESTVÉRI SZEREPEK minősége alapján

Az emlékekben megjelenő szereplők közül az *anyának*, és a *testvérnek* tulajdonított pozitív (segítőképz, kedves, gondoskodó, gyöngéd, barátságos, együttműködő...stb.) és negatív (türelmetlen, figyelmetlen, dühös, csúfolódó, irigy...stb.) jellemzők alapján megkülönböztetett személyek pszichológiai immunrendszere a legtöbb dimenzióban a negatív anya, és testvér-képpel rendelkezőknél volt magasabb színvonalú. Szignifikáns eltérés a *'rugalmasság, kihíváskeresés, leleményesség, és a társas monitorozás képessége'* vonásokban adódott. Ezek a személyek a változást rugalmasan, kihívásként kezelik, képesek a

társaik felől érkező jelzéseket szelektíven, érzékenyen észlelni, s kreatív kapacitásuk lehetővé teszi számukra, hogy a „jég hátán is megéljenek”.

Feltételezhető, hogy ha az anya nem elégíti ki szükséges és elégséges mértékben és módon gyermeke gyöngédségigényét, akkor a kompenzáció révén a személyiség az empátiás képességét fokozza, és az autonóm személyiségfunkciókat erősíti, s így a pszichológiai immunrendszer hatékonyságát növeli. A testvérek közötti harcban, amennyiben az együttműködés nem alakulhat ki, hasonló területeken indulhat a kompenzáció.

Mindez alátámasztja azt az individuálpszichológiai tételt, mely szerint az életstílus kialakulása a személyiség kreatív alkotása, adaptív módon teremtve meg a személyes célt és eszközöket. Így lehetséges, hogy azok a környezeti tényezők, melyekben a személyiség szubjektív ítélete alapján neheztelt az együttműködés, ill. a közösségérzés fejlődését gátló tényezők vannak jelen, mégis a *kompenzáció* a hatékony megküzdési folyamatok fejlődését segítheti elő.

IV. Következtetések

Vizsgálatunkban megpróbáltuk az adleri pszichológia koncepcióinak integratív jellegére bizonyítékot találni, s így a kognitív pszichológiai stressz—megküzdés elméletében kidolgozott pszichológiai immunrendszer személyiségtényezőinek koragyermekkori emlékekben való megnyilvánulását lehetett felismerni, igazolni.

Az életstílus, mint a személyiség vélemény-, és viszonyulási rendszerének kifejeződése, a koragyermekkori emlékek elemzése által/révén megismerhető, s a vizsgálat eredményeként a Pszichológiai Immunrendszer, amely stresszhelyzetben egy pozitív belső emocionális környezet megteremtésével nyújt védelmet, a terápia folyamatában erősíthető. A holisztikus felfogás értelmében, ily módon a korrekív emocionális élményállapotok kihatásának következtében a biológiai védőrendszer működési hatékonysága is növelhető.

Az emlékekben individuálisan feltűnő vagy domináló aspektusok, mint bátorság, önérték-érzés, kitartás, aktivitás, emocionális összetartozás, bizalom, magányosság, elhagyottság, féltékenység, és hasonlóak kifejezik a különböző életstílus-jegyeket és azok dinamikáját. Az életstílus-jegyek tükröződnek a különböző cselekvésekben, a dolgok kimenetelében, témákban, beállítódásokban, jelenlévő és távollévő

személyekben, az emlékeket kísérő hangulatokban, affektusokban és az ezekben megnyilvánuló életről, önmagukról és másokról alkotott véleményekben. A közösségérzés és a szociális elidegenedés feltárul a "mi- vagy én-szituációk ábrázolásából", a további előforduló személyekhez való kötődés típusából, legyenek ezek a családban vagy barátok között, barátságosak vagy ellenségesek, vagy legyen kötődve, vagy izoláltan és egyedül. A kompenzáció erő- vagy gyengeség révén megjelenő formája megmutatja a törekvést, mellyel a személyiség az önérték-érzését igyekszik biztosítani.

A koragyermekkorai emlékek elemzésénél, a terapeutának lehetősége van a pszichológiai immunkompetencia egyes dimenzióinak színvonaláról is képet kapni. A pszichológiai immunrendszer funkciói megmutatkoznak az emlékek tartalmaiban: az önszabályozás hatékonysága tükröződik az emlékekben megjelenő én-képben; az emlék hangulata, annak változása, a személyiség emlékekben mutatott aktivitása utal a környezet megismerésének, megértésének, kontrollálásának, a lehetséges pozitív következmények elvárásának módjára; az emlékekben reprezentálódó társas kapcsolatok minősége jelzi a szociális környezet megváltoztatására irányuló kompenzatórikus képességek fejlettségét.

V. A szerző legfontosabb művei az értekezés témakörében

- **A Pszichológiai Immunrendszer vizsgálata a koragyermekkori emlékek individuálpszichológiai értelmezése által**, Alkalmazott Pszichológia, Elfogadva: 2007 04. 18. – megjelenés alatt!
- **Alfred Adler hagyatéka: az individuálpszichológia szemlélete**, Pszichoterápia, 2007 - lektorálás alatt!
- **Az individuálpszichológia értékei az egészségpszichológia számára** - „IP Útjain” 2006/1.sz. (Kiadja: Magyar Individuálpszichológiai Egyesület) 2006. október (35-39. old.)
- **„Pannónia” serdülőpszichiátriai multicentrikus-multidimenzionális felmérés**, Mentálhigiéné és Pszichoszomatika, 2006/4. (317 – 327. old.)
Szerzők: *Csorba János, Bóna Adrienn, Fekete Zsuzsa, Gyurcsó Mária, Palaczky Mária, Sörfőző Zsuzsa, Steiner Péter, Szélesné Ferencz Edit, Takács Zsuzsa*
- **Az individuálpszichológia pedagógiai szemléletének újabb vetülete - a pszichológiai immunrendszer fejlesztése**, Új Pedagógiai Szemle, 2005. október (34-41. old.)
- **Önsértő magatartású gimnáziumi tanulók jellemzői - Psychiatria Hungarica 2004/Supplementum**
Szerzők: *Csorba János, Steiner Péter, Szélesné dr. Ferencz Edit*
- **Az eredményes, sikeres megküzdési stratégia pedagógiai aspektusai** - Svájci Integratív Pszichológiai Pedagógiai Egyesület Kiadványa, 2005 (15-22. old.)
- **Előszó (Vorwort)** In: Integrative Elterngrundausbildung – Die Kenessey Methode, IfiPP, 2005, Zürich (4. old.)
- **Brachfeld Olivér: Kisebbségérzés az egyénnél és a csoportban - Ajánlás, lektorálás.** Veszprémi Egyetem Kiadó, 2002.
- **Stressz, megküzdés, önismeret, a stresszoldás technikái** In.: Teleház KHT kiadványa, szöveggyűjtemény 2001.
- **Serdülőkori próbatétel.** „IP füzetek” 1999/1.sz. (Kiadja: Magyar Individuálpszichológiai Egyesület) 1999. június (25-29. old.)
- **A családkonstelláció.** "Az Individuálpszichológia útjain" c. folyóira 1996/1. sz. (Kiadja: Magyar Individuálpszichológiai Egyesület) 1996. december (32-36. old.)
- **Mosak: Párkapcsolatok kérdőív (fordítás).** Szuhányi Mária: Individuálpszichológiai kiképzés jegyzete, 1993.