

# KONFLIKTUSOS MAGATARTÁSFORMÁK KIALAKULÁSA

HÓDI SÁNDOR

I.

## FRUSZTRÁCIÓ, VESZÉLYÉRZÉS, STRESSZREAKCIÓ

Mindennapi életünk tele van váratlan, számunkra sokszor kínos, kellemetlen helyzetekkel, eseményekkel. Lehetnek ezek jelentéktelenebb, apróbb bosszúságok, eltörünk például egy poharat vagy tányért, elkésünk munkahelyünkről, izgalmas film nézése közben elromlik a tévé, az üzletekben nem kapjuk meg azt, amire szükségünk lenne, nem várt szemrehányás ér bennünket stb. De lehetnek súlyosabb következményekkel járó, végletes helyzetek is: jelentős anyagi veszteség ér bennünket, nem újítják fel munkaszereződésünket, megromlik egészségünk, váltságba jut házaséletünk, figyelmetlenségéből balesetet idézünk elő, kedves ismerősünk haláláról értesülünk stb. Azt a szorongást, bosszúságot, tehetetlenséget, amit ilyenkor érzünk, azt a feszültséget és indulatot, ami ilyenkor felgyülemlik bennünk, a pszichológia *frusztrációnak* nevezi.

A frusztráció tehát egy kellemetlen, visszás helyzet átélése, kényszerű elszenvedése, pszichés stresszállapot, amit a szervezet és az idegrendszer tartósan nem tud elviselni. A szorongást mielőbb fel kell oldanunk, a feszültségtől meg kell szabadulnunk, különben enyhébb vagy súlyosabb lelki sérülések és szervi károsodások léphetnek fel.

A frusztráció szó eredeti — mélylélektani — jelentése csak a szervezet szempontjából létfontosságú, szükségletek kielégítésének meghiúsulásával kapcsolatban fellépő feszült, kínos, szorongásos állapotokra terjedt ki. A pszichoanalízis ennek kétféle lehetséges formájáról beszél. Az egyik eset, ha valamely szükségletünk kielégítése már folyamatban van, de az váratlan és kényszerítő körülmények miatt megszakad. (Pistike jóízűen majszol egy tábla csokoládét, de váratlanul betoppan édesanyja, és elszedi tőle valamilyen magyarázattal.) A másik esetben eleve akadályoztatva vagyunk a kínzóvá váló szükségletünk kielégítésére

irányuló cselekvésben. (Szeretnénk magunknak megvenni valamit, de nincs rá pénzünk.)

Kétségtelen, hogy a legitenzívebb frusztrációt az éhség és a szomjúság jelenti számunkra. De egyéb biológiai szükségletünk kielégítésének elhúzódása is kínos frusztrációval jár. Az ember szükségleteinek köre azonban, mint jól ismert, nem szűkíthető le pusztán az organizmus működése szempontjából fontos anyagszere-változásokra. A társas kapcsolatok hiánya, a hátrányos társadalmi helyzet, az alacsony munkabér, a megoldatlan lakáskérdés stb. éppoly frusztráló körülményt jelenthet számunkra. Általában véve elmondható, hogy a társadalmi létforma differenciálódásával az emberi szükségleteknek olyan széles köre jön létre, annyiféle hiányállapot léphet fel, az egyéni életút szempontjából olyan sokféle veszélyhelyzet áll elő, hogy a frusztrációt kiváltó körülményeket lehetetlen volna mind számba venni.

A frusztráció szó átfogóbb jelentése ezekre a hiányállapotokra, veszélyhelyzetekre, elönytelen konstellációkra terjed ki.

Közbevetőleg el kell mondanunk, hogy e jelentős értelmezésbeli különbség miatt a frusztráció fogalmának használata különböző ellenvetésekre adhat okot. Ha ragaszkodunk a szó eredeti jelentéséhez, ahogyan az a pszichoanalitikusok első nemzedékének körében használatos volt, abban az esetben a frusztráció olyan ritka jelensége volna a modern ember életének, ami szóra sem volna érdemes. Mindenképpen — mint mondja Fromm — ahhoz túl ritka jelenség volna, hogy a belőle származtatott széles méreteket öltő szorongásra és agresszióra magyarázattal szolgálhasson.<sup>1</sup> Ha viszont átfogó értelemben használjuk, fennáll a veszély, hogy olyasmit értünk alatta, amire ma sokkal divatosabb kifejezésünk is van. A szakmai publikációk jelentős részében ugyanis frusztráció helyett — ugyanazon jelenségkörre vonatkozóan — a *pszichológiai stressz* a használatos fogalom.

Ennek ellenére úgy véljük, hogy a frusztráció használható fogalom, és a pszichológiai stressz fogalmával nem helyettesítik, hanem *kiegészítik* egymást. Ugyanannak a jelenségnek más-más vonatkozására utalnak. Ami ugyanis *élményszinten* frusztrációt jelent, az a szervezet *adaptációs zavarának* kiváltó tényezőjeként mint pszichológiai stresszor jön szóba. Hogy ezt a két fogalmat olykor szakemberek is felcserélik egymással, annak nemcsak a frusztráció kellően nem definiált jelentésében van a magyarázata. Legalább annyira hozzájárul ehhez Selye stresszfogalmának félreértett, leegyszerűsített használata. Különösen pszichológusok részéről figyelhető meg az a törekvés, hogy a stresszt a „lelki feszültség” fogalomkörére szűkítsék. Kizárólag ezáltal válik a frusztráció szó feleslegessé. Holott a Selye-féle stressz csak annyiban jelent „idegfeszült-

<sup>1</sup> Vö. Erich Fromm: *Anatomija ljudske destruktivnosti*. Naprijed. 1976. 79—81. old.

séget”, amennyiben történetesen éppen valamilyen tartós frusztráció váltja ki a szervezet adaptációs zavarát jelentő stresszállapotot.

A frusztráció egyébként éppen azáltal veszélyeztetheti testi és lelki épységünket, hogy pszichológiai stresszorként tartós adaptációs zavart válthat ki. Ennek az adaptációs zavarnak a következtében aztán sokféle idegrendszeri és lelki zavar alakul ki. De a magas vérnyomás, a gyomor- és nyombélfekély, a reumatikus megbetegedések, a szív- és vér- edényrendszeri, valamint a vesebetegségek egész sora jöhet létre adaptációs betegségként.\*

A pszichológiai stresszoroknak ezt a károsító hatását abban kell keresnünk, hogy az általuk kiváltott stresszreakció közvetlenül befolyásolja a vegetatív idegrendszer működését, illetve fokozza a hipofízis-mellékvesekéreg-rendszer aktivációs szintjét. De minthogy a pszichológiai stresszhatásokat frusztráció formájában az ember közvetlenül át is éli, ez az intenzív élmény alapvetően befolyásolja a tudat gondolati-tartalmi körét, a figyelem irányát és terjedelmét, a képzetáramlás jellegét, az emlékezet működését stb. A stresszhatás tehát egyidőben két különböző szinten vált ki reakciókat, nem feltétlenül azonos intenzitásban.

A stresszhatást követő akut bevezető fázist rendszerint az affektusok hevessége, az erős ellenállás, a különböző védekezési manőverek megjelenése, „bevetése” jellemzi. Olykor, korábbi stresszhatások nyomán, ez az akut fázis „váratlanul” pszichiátriai zavarok kialakulásához vezet. Más esetekben csak hosszabb-rövidebb idő elmúltával lépnek fel vegetatív, illetve pszichopatológiai tünetek, miután az elhárító mechanizmusok mozgósítása nem jár sikerrel. De az adott konfliktushelyzettel — stresszhatással — kapcsolatban látszattmegoldás is felléphet, ami hosszabb távon eredményez krónikus megbetegedéseket. Természetesen, ha sikerül a pszichológiai stresszhelyzetre megoldást találni, sikerül a feszültséget eliminálni, az egyensúly helyreáll, megnyugvás következik be.

A frusztráció során fellépő feszültség és szorongás meglátszik *viselkedésünkön* is. Mindenki észreveszi a másik emberen, különösen hozzátartozóin és ismerősein, ha az nyugtalan, ideges. Észrevehető ez annak ellenére is, hogy a belső feszültség viselkedési szinten igen eltérő formában juthat kifejezésre. Van, aki például hangoskodóvá válik, ha frusztráció éri, más viszont inkább hallgatásba burkolózik. Egyeseknél ilyenkor motorikus nyugtalanság lép fel, lázas tevékenykedésbe kezdenek, míg másoknál, velük ellentétben, szinte cselekvési bénultság lép fel. Egyéni különbségekről beszélünk, ami egyúttal azt jelenti, hogy a veszélyhelyzetekben tanúsított magatartás személyiségünk viszonylag állandónak tekinthető jellemzője.

Veszélyhelyzetekre tehát nemcsak stresszreakcióval válaszolunk, nemcsak frusztrációként éljük meg azokat, hanem különböző *kifejezőmozgásokban* viselkedési szinten is megnyilvánítjuk helyzetünkkel kapcsolatos

\* Vö. Selye János: *Életünk és a stressz*. Akadémiai Kiadó. Budapest, 1966.

félelmeinket és szorongásunkat. Ennek kapcsán azt mondhatjuk, hogy a frusztráció, a pszichológiai stresszállapot és a veszélyérzés, veszélyállapot *egyazon komplex idegéletteni folyamatnak* különböző szintjeire és a különböző szinteken bekövetkező sajátos történésekre utalnak. Mégpedig: a frusztráció az affektív állapotra, a pszichológiai stressz a vegetatív és neurohormonális reakciókra, a veszélyérzés pedig a viselkedés szintjén megnyilvánuló kifejezőmozgásokra.

Gondolatmenetünket azzal kezdtük, hogy mindennapi életünk tele van váratlanul előálló kellemetlen helyzetekkel, testi és lelki megterhelést jelentő szituációkkal. Hogy ezekben a váratlan és kellemetlen szituációkban mennyire tudunk helytállni, hogy a testi és lelki túlterhelést mennyire vagyunk képesek tolerálni, az egyrészt attól függ, hogy milyenek a velünk született idegrendszeri adottságaink, másrészt hogy milyen feszültségszabályozó rendszert és védekező, elhárító mechanizmusokat alakítottunk ki magunkban a frusztrációkból, pszichés stresszhatásokból, veszélyérzésekből származó feszültség feldolgozására, eliminálására.

Ennek a feldolgozásnak a sikerét kétségtől jelentős mértékben befolyásolja az is, hogy az egyén hogyan itéli meg, milyennek látja helyzetét, hogy „sérülésérzésének” nagysága arányban áll-e a szituáció veszélyességével. Ezzel kapcsolatban minden bizonnyal helytálló Engels észrevétele, mely szerint a remény, amit a környezet nyújt biztonságos pártfogásával, jelentős mértékben csökkenti a „sérülésérzés” mértékét. És fordítva, a reménytelenség, a környezet részéről megnyilvánuló közöny és érdektelenség már viszonylag enyhe testi vagy lelki károsodás nyomán is tartós és súlyos betegségek kialakulását eredményezheti.<sup>3</sup>

A frusztrációval járó heves affektusok jelenléte, a félelmi érzések elmondása és megjelenítése egyébként éppen arra irányul, hogy a veszélyhelyzetben, stresszállapotban levő ember rezonanciát váltson ki környezetéből. Akár megértésre talál ez a segélykérés, akár nem, az ember mindenképpen rákényszerül arra, hogy valamilyen feszültségszabályozó rendszert dolgozzon ki a maga számára, hogy valamiképpen hatástalanítsa szorongását. Mivel ez a feszültségszabályozási mód, illetve védekező-elhárítórendszer határozza meg döntően az ember cselekvési stratégiáját, ez válik a viselkedés alapvető motivációs bázisává, nemcsak az egyén személyi alkatának fog viszonylagos állandóságot nyújtani, de rányomja bélyegét az egyéni életszervezés jellegére és irányultságára is.

A személyiség alapvető irányultsága után kutatva tehát mindennek előtt az *indulatoknak* ezt a *regulációját* kell tüzetesebb vizsgálat tárgyává tennünk.

<sup>3</sup> Pertorini Rezső—Polcz Alaine: *Orvosi pszichológia a gyakorlatban*. Medicina Könyvkiadó. Budapest, 1976, 22. old.

## FESZÜLTSGFORRÁSOK

Bár a frusztráció (pszichológiai stresszorok, veszélyállapotok) mindig félelmet és szorongást váltanak ki az emberből, megengedhetetlen leegyszerűsítés volna az így kiváltott feszültséget kizárólag csak lelki zavarok és adaptációs betegségek forrásaként emlegetni. Kétségtelen ugyan, hogy a frusztrációs feszültség sikertelen semlegesítése, illetve a stressz-állapot állandósulása e tünetek kialakulásához vezethet. Csakhogy ez inkább a kivételesen nehezített életkörülmények következménye és nem annyira a „szabályos” életszerveződés jellemzője. Az ember számára ugyanis elvileg adott annak a lehetősége, hogy frusztrációs feszültségét cselekvési szinten reagálja le, vagyis hogy ezt a feszültséget *manuális és intellektuális tevékenysége* motivációs bázisaként használja fel. Nemcsak veszélyforrás, de erőforrás is ezért minden új frusztrációval járó élmény-állapot, mert az így keletkezett feszültség készletet az embert kreatív gondolkodásra, a helyzet megoldását kereső cselekvésre. Az értelmes, célszerű cselekvésben, vagyis a hatékony viselkedésben lereagált feszültség erősíti, teherbíróbbá teszi személyiségünket. A sikeresen feldolgozott pszichés stresszállapot mintegy „immunitást” nyújt a hasonló szituációkkal szemben. Célszerű és hatékony viselkedési stratégia kialakítása, képességeink kibontakoztatása, az elmélyült kreatív gondolkodás elsajátítása nem is volna lehetséges a frusztrációk sorozatának elsenvedése nélkül.

De lássuk, melyek azok a stresszt kiváltó pszichológiai hatások, amelyek a modern társadalmak gyakorlatilag áttekinthetetlenül sokféle frusztrációs szituációja ellenére tipikusnak tűnnek a mai ember életére. Pertorini Rezső és Polcz Alaine az egyszerűbb áttekinthetőség kedvéért az alábbi csoportosítást javasolják ezen a téren.<sup>4</sup>

- Személyek vagy tárgyak elvesztése, vagy annak fenyegető veszélye
- Életveszély, fizikai sérülés, vagy a sérülés veszélye
- Alapvető biológiai szükségleteink — „ösztoneink” — kielégíthetlensége.
- Az agresszió realizációjának, semlegesítésének gátló körülménye
- Új, váratlan szituációk, amelyekre a személyiség „nincs felkészülve”
- Izoláció, mozgáskorlátozás, vagy ingerszegény környezet
- Információ és feladattúlterhelés

A jellegzetesnek tartott pszichológiai feszültségforrások felsorolását persze tovább lehetne folytatni, mint ahogy természetesen elképzelhető más csoportosítás is. Lényegében azonban, úgy véljük, hogy a legfontosabb feszültségforrások itt érintve vannak. Hogy ezek a szituációk mért jelentenek az ember számára kínos frusztrációt, aligha igényel külön magyarázatot.

<sup>4</sup> I. m.

A fenti felsorolásból legfeljebb azt hiányolhatjuk, hogy nem esik szó benne az ún. pszichoszociális ártalmakról. Azokról a tulajdonképpen nevelési ártalmakról, amelyek, bár elsősorban gyermekkorban jelentenek nehezen elviselhető stresszállapotot, következményeikben mégis hosszabb távon is éreztetik hatásukat. Leginkább oly módon, hogy megzavarva a személyi magatartás erkölcsi szilárdságának kialakulását, meghiúsítják a személyi magatartás társadalmi szabályozásának legtökéletesebb — vagyis viszonylag konfliktusmentes — módját.

A pszichoszociális ártalmak közül a szeretethiányt kell elsősorban megemlítenünk, mint ami a gyermek szocializációja szempontjából közvetlen patogén tényező: óhatatlanul retardált személyiségfejlődéshez vezet. De hogy a szeretethiány — mint permanens frusztráció — patogén hatását megérthessük, magáról a szocializációról kell előbb néhány szót ejtenünk.

Szocializáció alatt a pszichológia azt a fejlődési, érési folyamatot érti, amelynek során az egyén elsajátítja azokat a társadalmi értékeket, melyek a későbbiek folyamán a magatartás belső szabályozásának alapjául szolgálnak. Ennek értelmében egy személy akkor válik „szocializálttá”, ha magatartásában és cselekvésszervezésében a *szociális értékek* — az együttélés írott és íratlan törvényei, szabályai, tilalmai és elvárásai — meghatározó tényezőkké válnak.

Ennek a szocializációs folyamatnak három szakaszát, három lehetséges szintjét különbözteti meg a lélektan.

A viselkedésszabályozás legelemibb szintjén a szociális normák betartását a *jutalom* és a *büntetés* közvetlen gyakorlása biztosítja. A társadalmi normáknak, elvárásoknak megfelelő viselkedésformák elismerést és dicséretet váltanak ki a környezet részéről, ami egyúttal az egyén szorosabb befogadását „integrálását” is jelenti a társadalomba. Míg a szociális tilalmakat megszegő viselkedés közvetlen büntetést von maga után, aminek viszont fájdalommal kiváltott frusztrációs jellegében van „nevelő hatása”.

A viselkedésszabályozás következő fázisában már a *jutalom reménye*, illetve a *büntetéstől való félelem* a motivációs erő. Közvetlen visszajelzés helyett a környezet részéről *várható reakciók* lehetősége szabályozza már a viselkedést. Azt reméljük például, hogy ha a társadalmi normáknak megfelelően viselkedünk, előbb-utóbb elismerésben lesz majd részünk. És fordítva, a normaszegő viselkedés következményeinek gondolata is szorongást vált ki bennünk.

A harmadik szinten a viselkedésszabályozás már a *jutalom reménye*, illetve a *büntetéstől való félelem* nélkül funkcionál. Az egyén ezen a szinten már mintegy önmagában hordja a normákat, s a normákba ütköző cselekvés lehetőségének gátja a személyiség erkölcsi strukturájában rejlik. A „jutalom” is maguknak a vállalt erkölcsi értékeknek az érvényesítésében van. A helytállás önmagában hordozza jutalmát. Az ember

önmagára büszke, ha a nehéz körülmények ellenére legfőbb értékelvehez — pl. becsület, bátorság, tisztesség — híven cselekszik.

A személyi magatartás erkölcsi szabályozásának ezen a legmagasabb szintjén az etikus magatartásnak megfelelő társadalmi normák, elvárások tulajdonképpen már *jellemként* funkcionálnak. Az ember úgy érzi, hogy nem külső hatások vagy véletlen körülmények bírják rá elhatározásaira, hanem belső, lelki indítóokok, elvei és meggyőződése vezérlik ebben. Akarati megnyilvánulásainkat, törekvéseinket, meggyőződésünket, szükségleteinket stb. annyira sajátunknak érezzük, viselkedésünkkel kapcsolatos késztetéseinket, belső tiltásainkat annyira természetünkhöz tartozónak éljük meg, hogy eszünkbe sem jutna feltételezni, hogy e sajátos karaktervonásainkkal tulajdonképpen a velünk szemben támasztott külső elvárásoknak — s ezen elvárásokon keresztül meghatározott társadalmi viszonyoknak — szerzünk érvényt.

Érthető, hogy elvileg minden társadalom a magatartás erkölcsi szabályozásának ezt a leghatékonyabb módját szeretné elérni egyedeinél. Ezáltal ugyanis, karakterjegyeik, átfogó erkölcsi orientáltságuk révén az emberek maguk fogják védelmezni és igazolni azt az életformát, azokat a társadalmi viszonyokat, amelyeket egyébként büntetéssel és fényítéssel kellene rájuk kényszeríteni.

Egyik legfontosabb neveléslélektani kérdés tehát annak tisztázása, hogy miként érhető el a személyi magatartás erkölcsi szilárdságának ez a legmagasabb szintje. Hogyan biztosítható az adott társadalmi viszonyoknak megfelelő viselkedés?

A társadalmi szempontból kívánatos emberi magatartás kialakítása és szabályozása, egyfelől, mint látjuk, úgy történik, hogy a jutalom és a büntetés mint viselkedésszabályozó faktorok beépülnek az ember személyiségébe. Nemcsak brutális verés és tárgyi ajándékozás formájában kell ezt elképzelnünk. A szülők pozitív és negatív emocionális minősítőreakciója éppen úgy a büntetés és a jutalmazás fontos eszköze, mint a verés vagy a dicséret ellenében nyújtott kedvezmény, ajándék. Ez az emocionális kontaktus ugyanakkor, másfelől, átmenetet is jelent, lehetőséget teremt a viselkedésszabályozás magasabb szervezetségi szintjének megvalósulásához. A pozitív emocionális minősítőreakció szociális megerősítésként fog funkcionálni, amit a gyermek annál inkább követ, minél szorosabb a szülővel való kapcsolata, minél jobban törekszik szüleivel, illetve azok valamelyikével azonosulni. A negatív emocionális minősítőreakció viszont a szeretet elvesztésétől való félelmet jelenti a gyermek számára; és ez a félelem kényszeríti őt alkalmazkodó magatartásra.

Ranschburg hívja fel figyelmünket arra a körülményre, hogy önmagában a büntetés, megfelelő érzelmi kapcsolat nélkül, mennyire nem alkalmas a magas szintű normális életvezetés kialakítására. Fizikai fájdalom okozása kétségkívül eléggé hatékony nevelési módszer ahhoz, hogy újabb, hasonló situációban a gyermeket helyes magatartásra kényszerít-

se. De csak abban az esetben, ha ismét fennáll a konkrét büntetés veszélye. Ellenkező esetben — mondja Ranschburg — „cselekménye elkövetésében a gyermeket semmi sem fogja megakadályozni”.<sup>5</sup> A büntetés, legyen az testi fenyítés vagy dorgálás, tulajdonképpen csak akkor határos igazán, ha mögötte megalapozott, szilárd érzelmi kapcsolat rejlik. Ha a büntetés nem is annyira mint fájdalom hat, inkább a szeretet elvesztésétől való félelemként. A büntetés különböző formáinak alkalmazásától tehát csak akkor várható eredmény, ha az a gyermek számára fontos szeretet elvesztését jelképezi.

### PSZICHOSZOCIÁLIS ÁRTALMAK I. SZERETETLENSÉG

Éppen azért, mivel a szeretetmegvonással való büntetés nagyon érzékeny pontja minden gyermeknek, Ranschburg óva int a „rendkívül veszélyes fegyvernek” mint nevelési eszköznek az alkalmazásától. A gyermeknek ugyanis ahhoz, hogy azonosulni igyekezzék modelljével, hogy a legkülönbözőbb helyzetekben olyan magatartást kívánjon tanúsítani, amellyel a modell — szülő, nevelő — megelégedését váltja ki, lelke mélyén cseppnyi kételye sem szabad hogy legyen az iránt, hogy őt szeretik, és hogy ezt a szeretetet sohasem fogja elveszteni. A szeretetmegvonással való büntetés, a gyermek érzelmi zsarolása mint „nevelési eszköz” általában csak kóros lelki alkatú szülők részéről merül fel. Egészséges szülők sohasem hagynak kétséget gyermekük büntetésük felett.

Ha a fenntartás nélküli anyai, szülői szeretet hiányzik, ha a gyermek érzelmi elfogadása nem teljes, a gyermek szempontjából nincs miért és kiért elfogadni és elsajátítani a társadalom normáit. Hiszen számára ezeket a normákat az anya, illetve a család közvetíti. Szeretetlenség folytán az etikai struktúra kialakulása már a szerveződés kezdő lépéseiben sérül. Ha ez az állapot továbbra is fennmarad, ha tartós érzelmi kötődés később sem jön létre, az érzelmi kapcsolatok és a szociális viselkedés terén jóvátehetetlen károsodás alakul ki. Miután ugyanis a gyermek nem létesít a környezetében élő személyekkel, sem az általuk képviselt normákkal, szabályokkal érzelmi kapcsolatot, személyiségfejlődésének iránya egyoldalúvá válik, elszegényedik. Különösképpen észrevehető lesz ez a beszéd, a fogalomképzés szegényességén, az absztrakt gondolkodás hiányán, a másokkal való kapcsolatteremtés nehezítetttségén. S minthogy a szülők által képviselt kulturális értékek, etikai normák érzelmi kötőereje gyenge, később az eszmékkel és más személyekkel való azonosulás is akadályokba fog ütközni. Ennek következtében a személy erkölcsi struktúrája hiányosan fog kifejlődni. Hiányozni fognak a cse-

<sup>5</sup> Ranschburg Jenő: *Félelem, harag, agresszió*. Tankönyvkiadó. Budapest, 1981, 74—75. old.



lekvést szervező értékek, eszmék, a szociálisan adaptált viselkedést szolgáló gátlások, tiltások.

A szeretethiánynak általában két eltérő formáját különböztethetjük meg. Az egyik a *gyermek érzelmi elutasítása*, nem vállalása, a másik a többnyire kedélybeteg, neurotikus szülők *szeretetnyújtásra való alkalmatlansága*.

A gyermek nyílt érzelmi visszautasítása György Júlia szerint kriminogén tényezőt jelent a személyiség fejlődésében. Különösképpen kriminogén tényező, ha testvérek is vannak és az anya érzelmi elutasítása csak egy gyermekre terjed ki. Mondjuk arra, aki őt volt férjére vagy egy gyűlölt személyre emlékezteti. Esetleg azért ellenszenves számára gyermeke, mert egy nem kívánt terhesség következménye. Ilyen érzelmi elutasítás léphet fel egyetlen leánygyermeknél fiúgyermek között, vagy fordítva, megkülönböztetett rossz helyzete lehet egyetlen fiúgyermeknek leánygyermek között. Vagy az elsőszülöttnék az utána jövő kisebbekkel szemben. A gyengébb fizikumú, rosszul fejlett, előnytelen külsejű gyermeknek az egészségesebb, virulensebb testvéreivel szemben. Ilyenné válhat annak a gyermeknek a helyzete, aki házasságon kívül született, vagy egy korábbi házasságból kerül a „közös” gyerekek közé. A megkülönböztetett visszautasítás, érzelmi mellőzés — mondja György Júlia — mindenképpen olyan traumatizáló élményt jelent a nem kedvelt gyermek számára, amit az feltétlenül meg fog bosszulni a későbbiekben kriminális cselekményeivel.<sup>6</sup>

Valamivel bonyolultabb a helyzet a gyermek *rejtett* visszautasítása esetén. Ha az anya tulajdonképpen nem szereti gyermekét, nem örül születésének, nem kívánta világrajjöttét, de mégis azt mutatja — sokszor önmagát is megtévesztve —, hogy szereti, törődik vele, ápolja, védi stb. Ez esetben a gyermek, megérezve az érzelmi kapcsolatban rejlő bizonytalanságot, ellentmondásokat, szeretné azt egyértelművé és biztonságossá tenni a maga számára. Mivel *mindenáron* biztosítani akarja anyja szeretetét, különösképpen engedékennyé válik. Ezért a vele szemben támasztott követelményeknek, magatartási elvárásoknak igyekszik maradéktalanul megfelelni. Ami az esetek jelentős részében gyakorlatilag nem lehetséges. Hiszen lehet-e kedélybeteg, neurotikus szülők kívánalmainak megfelelni? Lehet-e egy állandóan feszült atmoszférát teremtő szülői magatartáshoz igazodni? Lehet-e olyan szülők szeretetét megnyerni, akik „örökös kverulanciáikkal, hangoskodásukkal, paranoid vádaskodásaikkal vagy kényszer-neurotikus pedantériájukkal” kíméletlenül gyötrik a nekik teljesen kiszolgáltatott gyermekeket?<sup>7</sup>

Ez az érzelmileg kiszolgáltatott helyzet nem teszi lehetővé a gyermek számára az ellenkezést, s így nem teszi lehetővé számára az önállósulást

<sup>6</sup> Vö. György Júlia: *Az antiszociális személyiség*. Medicina Könyvkiadó. Budapest, 1967, 89—95. old.

<sup>7</sup> I. m. uo.

sem. Az ilyen személy érzelmileg nem képes felnőni, későbbi kapcsolataira is át fogja vinni ambivalens érzéseit. Nem tud elszakadni az érzelmi függőséget és kiszolgáltatottságot jelentő szerepkörtől. A rejtett visszautasítás nemcsak kapcsolataiban, de önmagát illetően is bizonytalanná teszi a gyermeket. Ezért kerül később az erkölcsi struktúra s egyáltalán az emberi kapcsolatokat meghatározó társadalmi érték- és normarendszer előtérbe. A helyzetéből fakadó érzelmi bizonytalanság készteti az egyént mintegy önmaga kiegészítéseképpen, a nagyobb társadalmi befogadás reményében, a kulturális értékek fokozott beépítésére, elmélyültebb gondolati munkára, ismeretszerzésre.

Mindeme körülmények alapján azt mondhatnánk, hogy a nyílt érzelmi visszautasítás inkább az *extravertált* magatartás kialakulásának kedvez, s szélsőséges esetben érzelmileg retardált pszichopátiás, antiszociális viselkedést eredményez. A rejtett érzelmi visszautasítás ellenben, mivel cselekvési megnyilvánulásaiban bizonytalanná és gátoltta teszi az embert, inkább az *introverzió*, illetve szélsőséges esetben a neurotizáló-dás különböző formáinak alapjait készíti elő.

Optimális esetben, ha tehát érett, egészséges lelkiüetű szülőkről van szó, akiknél a szeretetnyújtás természetes és a gyermek érzelmi elfogadása nincs feltételekhez kötve, tulajdonképpen nincs, ami kiváltsa az extroverzióra és introverzióra hajlamosító tényezőket. A gyermek, a számára biztonságot nyújtó érzelmi kapcsolat érdekében, hajlamos elfogadni és beépíteni személyiségébe a vele szemben támasztott szabályokat, értékeket. S ha ez a beépítési folyamat nem is zökkenőmentes, ha olykor ellenszegül is és szeretne érvényt szerezni más irányú elképzeléseinek, a szokásostól eltérő törekvéseinek, szükségleteinek, ez az ellenszegülés sosem vált ki katasztrofális következményeket. A gyermek nem veszi el miatta szülei szeretetét. Legfeljebb rosszallásukat váltja ki. Számára azonban rendszerint már ez is elég, hogy törekedjék újra megfelelni elvárásaiknak, mint ahogyan maguk a szülők is hajlanak arra, hogy bizonyos változások ellenére, a várakozásuktól eltérő személyiségalakulás esetén is elfogadják és szeressék gyermeküket. Voltaképpen ez a két oldalról is adott mozgási lehetőség, ez a tolerancia és kompromisszumos készség az érett személyiséggé válás feltétele. Aminek — hadd szögezzük ezt még egyszer le — nem annyira a helyes pedagógiai elvek ismerete s a nevelési gyakorlatban való jártasság a feltétele, mint a szülők érett személyisége, harmonikus kapcsolata és a gyermek szertete.

## PSZICHOSZOCIÁLIS ÁRTALMAK II. SZEPARÁCIÓS FÉLELEM

A szeretetlenség mellett a másik leggyakoribb és úgyszintén súlyos következményekkel járó pszichoszociális ártalom az ún. *szeparációs félelem*.

A szeparációs félelem a gyermek egyedülmaradásával, magára hagyásával kapcsolatban lép fel először, hogy magány formájában, a későbbi életek során még számtalanszor visszatérjen. A szeparációs félelem következményeit tekintve fontos szerepet játszik az a körülmény, hogy a gyermek első ilyen jellegű frusztrációs élménye mennyire hatott traumatizálóan alakuló személyiségére, hogy az egyedülmaradás, magárahagyás mennyire hagyott vissza maga után feldolgozatlan feszültséget, az elhagyással kapcsolatos nyugtalanító félelmeket. Ertől függ ugyanis, hogy az ember későbbi életeiben hogyan tudja elviselni a társadalom utaltatásait, hogy milyen fokú frusztrációt fog jelenteni számára személyi kapcsolatformáinak elkerülhetetlen változása: a szülőktől, illetve a gyermekkori családtól való elszakadás, időnként a megértő társak, barátok hiánya, vagy az elmagányosodás.

Az egyedülléthez fűződő traumatizáló élmények a szülők érzéketlensége vagy hanyagsága folytán olyan fokú szeparációs félelmet válthat ki és rögzíthet a gyermekben, ami a későbbi életek folyamán elviselhetetlenné teszi nemcsak a magányt, de az egyedülmaradás lehetőségével járó — fenyegető — szituációkat is. A szeparációs félelemtől szenvedő ember életének bármelyik szakaszában ugyanazt éli át, amit gyermekkorában élt át magárahagyottságában. Hogy ti. elhagyták, elfordultak tőle, senki nem szereti, nincs szüksége senkinek rá. Nem véletlen, hogy a szuicid cselekmények hátterében minden esetben kimutatható ez a személyiségromboló és önpusztító érzés.

Hogy a szeparációs félelem kialakulásának hátterét jobban megérthessük, közelebbről is meg kell ismerkednünk a gyermek fejlődésében a személyi kapcsolatok, a társas létforma jelentőségével.

Ranschburg írja, hogy az újszülöt számára az anyja sokáig az „univerzális ént” jelenti, hiszen életének valamennyi aktusában jelen van. Ha éhes, ő nyújtja a mellét, ha álmos, ő ringatja el. Minden igénye, szükséglete kizárólag az anyja révén valósítható meg. Ennélfogva sokáig nem is „tudja” megkülönböztetni magát az anyjától. Nemcsak azért, mert ehhez intellektuális funkciói még nem eléggé fejlettek, hanem mert számára *minden érzése az anyja ténykedésével áll összefüggésben.*<sup>8</sup> A gyermek, kezdetben, csak e szoros kapcsolatban tud létezni. Az anyja gesztusaiban, mozdulataiban — ahogyan őt tisztába teszi, ringatja —, mosolyában, szavaiban stb. kifejezésre jutó érzelmi reakciók jelentik számára a biztonságérzést. S így végül is nemcsak kínzó szükségleteinek ki-elégítéséhez, hanem elfogadható, jó közérzetéhez is nélkülözhetetlen az anyja jelenléte, vele való törődése. Ennek a hiányérzetnek — mondja Ranschburg — a gyermek egész későbbi fejlődése szempontjából óriási jelentősége van.

Mindenekelőtt ez a hiányérzet fogja rádöbbeneni a gyermeket az „én”

<sup>8</sup> Ranschburg Jenő: i. m. 47. old.

és a „másik” vagyis saját személye és az anyja különállására. Ebben a frusztráló hiányérzetben éli meg magát a *különválást*. Immár nemcsak biológiai, hanem pszichológiai szinten is, különálló lényé kell válnia. S ahogyan különálló lényé válik, megkerülhetetlenül magára is marad.

Nem mindegy, hogyan zajlik le ez a folyamat. Számunkra nem szükséges, hogy lépésről lépésre nyomon kövessük ezt a fejlődéslélektani folyamatot, elég ha tisztán látjuk a szeparációs félelem megjelenésének okát és körülményeit. Ha felismerjük annak a félelemérzésnek a szükségszerű megjelenését, amit a 7—8 hónapos gyermekek magukra maradva leginkább hangos sírással juttatnak kifejezésre. A szülők sokszor hajlamosak azt hinni, hogy sírásával a gyermek kizárólag valamely fontos szervi szükségletére hívja fel a figyelmet. S ha e téren mindent rendben találunk, nem értik, miért sír a gyermek. Nem gondolnak arra, hogy a gyermek számára az anya vagy az ismerős családtagok jelenléte, közelsége is szükséglet, s hogy a magára hagyott gyermek ebből kifolyólag éppoly intenzív frusztrációnak van kitéve, mint ha éhes vagy szomjas lenne.

Mások közelségének igénye, az anya megnyugtató jelenlétének szükséglete, amit Hermann Imre *függőségi motívumnak* nevez, persze nem csak sírást eredményez. Ennél sokkal kevésbé szembevetendő pszichológiai folyamatokat indít be. Hogy távollevő anyját valamelyest „pótolja” vagy legalább „jelképesen közelebb hozza magához” (Ranschburg), a gyermek *utánozni* fogja anyja cselekvéseit, *azonosulni* fog vele. Nemcsak arról van szó, hogy az anya viselkedését másolja le, hogy pusztán utánozza őt cselekvéseiben: a cselekvésekben megnyilvánuló érzelmekkel, élményállapotokkal, világképpel igyekszik azonosulni. A gyermeknek ez a belső késztetettsége a szocializációs folyamatban felbecsülhetetlenül fontos szerepet játszik. Az első életévek után az anya, illetve a szülők mellett új *modellek* jelenhetnek meg. Ezek azonban szükségképpen csakis olyan felnőttek lehetnek, akik az anya — szülők — szerepkörét bővítve tovább mint óvónő, orvos, tanár stb. részeseivé válnak a gyermek függőségi motívumának, és így döntő szerepet játszanak személyiségének formálásában.

Az érzelmileg kiegyensúlyozott családban az egészségesen fejlődő gyermeknél a szeparációs félelem gyorsan veszít intenzitásából. Ennek magyarázatát a kutatók abban látják, hogy a két-három éves gyermek részben már fel tudja fogni, hogy az anyja egyik helyiségből másikba való távozása nem azonos elvesztésével, s ugyanakkor az áthallatszó ismerős neszek is megnyugtatóan hatnak rá. De az intellektuális funkciók mellett legalább annyira fontos szerepet játszik a szeparációs félelem csökkentésében a mozgásfejlődés is. A két-három éves gyermek ugyanis, ha tudja, melyik helyiségben tartózkodik az anyja az ismerős neszek alapján, már utána tud menni, ha kedve van, bármikor meggyőződhet jelenlétéről. A szülőknek a lakásból való eltávozása azonban már nagyobb problémát szokott jelenteni. Még nagyobb próbatételt jelentenek a gyer-

mek első óvodai napjai. Az új óvodai, ritkábban iskolai közösségekben átmenetileg intenzív szeparációs félelem léphet fel, ami azonban nem feltétlenül káros hatású. Az új modell, az óvónő vagy tanítónő a megalapozott anya—gyermek kapcsolat kiegészítését, továbbszélesítését jelentheti, elősegítve és siettetve az új közösségbe való beilleszkedést.

A szeparációs félelem s vele az izoláció személyiségromboló hatására R. Spitz kísérletei mutatnak rá leginkább. Spitz a csecsemők két csoportját hasonlította össze. Az első csoportban árva gyermekek voltak, a másikban börtönbüntetésüket töltő anyák gyermekei. Mindkét csoport teljesen azonos, jó táplálkozási és kifogástalan higiénikus körülmények között élt. Az első csoportban a gyermekgondozók megfelelően tisztán tartották és ápolták a csecsemőket, de ezenfelül nem foglalkoztak velük. A másik csoportba tartozó gyermekekkel, ezenfelül, esténként, a börtönbüntetésüket töltő anyák kedvükre foglalkozhattak. Az eredmény: az első csoportban a halálozás az első életévben 50% felett volt! A másik csoportban 3%, ami megfelelt az átlagos gyermekhalálozási arányszámnak.<sup>9</sup>

A szeparációs félelem esetében olyan frusztrációról van szó, ami az ember társadalmi meghatározottságának lényegi vonásaival áll kapcsolatban. Mert természetesen nemcsak a gyermek számára szükségesek a személyi biztonságot nyújtó kapcsolatok. A felnőtt számára sincs fájdalommasabb és nehezebben elviselhető állapot, mint a társaktól való izoláció. Olyannyira így van ez, hogy úgyszólván minden időben és minden társadalomban az intézményes izoláció büntető szankcióként használatos. A börtön nemcsak a mozgásszabadságban való korlátozás miatt hat depresszív; a megszokott környezet elvesztése, az ismerős személyek hiánya, nélkülözése még fájdalmasabbá teszi ezt az állapotot.

A mai ipari társadalmakban a magány nyomasztó élményével sok ember kénytelen megismerkedni büntetőszankcióként alkalmazott intézményes izoláció nélkül is. Bár tulajdonképpen, a dolgok lényegét tekintve, a magány esetében is intézményes izolációról van szó, csak sokkal kevésbé szembetűnő formában. Hiszen az elidegenedett társadalmi létforma, mint tudjuk, kizárólag intézményesen szervezett: szigorú normákhoz és szabályokhoz kötött érintkezés- és kapcsolatformákat tesz lehetővé. Ha tehát az éltető személyi kapcsolatok mind több ember számára hiányoznak, ha az ember kénytelen beérni a csereviszonyok által nyújtott lehetőségekkel, ez az emberi együttélés meghatározott szervezeti, intézményes jellegének következménye. Az emberi elmagányosodásnak ezzel a lehetőségével éppen a modern társadalmakban jelentkező affektív zavarok széles megnyilvánulási köre miatt célszerű tisztában lennünk.

(Folytatása a következő számban)

<sup>9</sup> L. erről még Pertorini Rezső—Polcz Alaine: i. m. 73. old.