

PSZICHOLÓGIAI ESZKÖZÖK AZ EMBER MEGISMERÉSÉHEZ

Korszerű ismeretek viselkedéselemzőknek

Szerkesztette: Hámori Eszter

RÖVID TARTALOM

BEVEZETÉS *(A szerzők és a szerkesztő)*

I. RÉSZ: AZ ÉRZELMEKTŐL A POZITÍV PSZICHOLÓGIÁIG *(Nábrády Mária)*

1. fejezet: Az érzelmekről
2. fejezet: Érzelmek és személyiség
3. fejezet: Pozitív pszichológia

II. RÉSZ: BEVEZETÉS A CSALÁDPSZICHOLÓGIÁBA ÉS A VALLÁSPSZICHOLÓGIÁBA

1. fejezet: Bevezetés a családpszichológiába *(Horváth-Szabó Katalin)*
2. fejezet: A hit hatásai *(Kézdy Anikó)*

III. RÉSZ: BEVEZETÉS A PSZICHODIAGNOSZTIKÁBA

1. fejezet: Segítő kapcsolat, kommunikáció és etika *(Géczy Anna)*
2. fejezet: Az első interjú jelentésvilága *(Géczy Anna, Hámori Eszter)*
3. fejezet: A pszichodiagnosztika eszköztára *(Géczy Anna, Pataky Ilona)*
4. fejezet: A gyermekpszichodiagnosztika alapjai *(Hámori Eszter, Péley Bernadette)*

RÉSZLETES TARTALOM

BEVEZETÉS

I. RÉSZ: AZ ÉRZELMEKTŐL A POZITÍV PSZICHOLOGIÁIG

1. AZ ÉRZELMEKRŐL *(Nábrády Mária)*

BIOLÓGIAI HANGSÚLYÚ ÉRZELEM-ELMÉLETEK

Az evolúciós aspektus

Agyi érzelmi rendszerek

Az érzélem testi megnyilvánulásai - a periféria szerepe

Diszkrét emóciók, alapérzelmek

KOGNÍCIÓ ÉS ÉRZELEM

Az értékelés meghatározó szerep

A kogníció és emóció kapcsolata

A tudatosság kérdése

INTEGRÁLÓ JELLEGŰ MEGKÖZELÍTÉSEK

ÉRZELMEK ÉS KULTÚRA ÖSSZEFÜGGÉSEI

Történelmi, kulturális különbségek

A társas kapcsolatok és az érzelmek: a szociális tényezők

AZ ÉRZELMI FEJLŐDÉSRŐL

Az érzelmek kialakulása

Nemi különbségek az érzelmekben

ÖSSZEFOGLALÁS

KULCSFOGALMAK

2. ÉRZELMEK ÉS SZEMÉLYISÉG *(Nábrády Mária)*

ÉRZELMEK A SZEMÉLYISÉGELEMÉLETEKBEN

Temperamentum kutatások, vonás-pszichológia, faktor-elméletek

A pszichoanalízis és a dinamikus iskolák

Fenomenológiai megközelítés

Kognitív-szociális megközelítések

Integráló megközelítések

Epstein személyiség-modellje

Kognitív-affektív személyiségrendszer

Cloninger pszichobiológiai modellje

ÉRZELMI INTELLIGENCIA

Az intelligencia különböző formái

Az érzelmi intelligencia fogalom és mérése

ÉRZELEM ÉS EGÉSZSÉG

Érzelmi betegségek

Érzelmek a pszichoterápiában

ÖSSZEFOGLALÁS

KULCSFOGALMAK

3. POZITÍV PSZICHOLOGIA *(Nábrády Mária)*

ÖNFELEDTSÉG ÉS KONTROLL

Az áramlat (flow)

A motiváció külső vagy belső jellege

A jó közérzet (jól-lét), boldogság és elégedettség

AZ EMBERI TERMÉSZET

Pozitív személyiség

Pozitív csoportvonások mint az evolúció termékei, illetve mint kulturális termékek

ÖSSZEFOGLALÁS

KULCSFOGALMAK

HIVATKOZÁSOK

AJÁNLOTT OLVASMÁNYOK

II. RÉSZ: BEVEZETÉS A CSALÁDPSZICHOLOGIÁBA ÉS A VALLÁSPSZICHOLOGIÁBA

1. BEVEZETÉS A CSALÁDPSZICHOLOGIÁBA *(Horváth-Szabó Katalin)*

A családról

A CSALÁD PSZICHOLOGIAI FUNKCIÓI

Családi szocializáció

Nevelési stílusok

A különböző nevelési stílusok hatása a fejlődésre

A testvérkapcsolatok szocializációs szerepe

A szocializációs hatások összegződése

A HÁZASSÁGI KAPCSOLAT

A házasság születése: a párválasztás

Miért házasodnak az emberek? Házasodási motívumok

A párválasztás folyamata

A CSALÁD FEJLŐDÉSE

Az egyedi fejlődés menete

A házassági kapcsolat fejlődése

A házasság fejlődési szakaszai

A családi fejlődés szakaszai

A CSALÁD MŰKÖDÉSE

A házasság stabilitása

A házassággal való elégedettség

A házasság és a család belső világa

SPECIÁLIS SZÜKSÉGLETŰ CSALÁDOK

Egyszülős családok

Kétszülős, speciális helyzetű családok

Nevelőszülős családok
Örökbefogadó családok

ÖSSZEFOGLALÁS
KULCSFOGALMAK
HIVATKOZÁSOK

2. A HIT HATÁSAI *(Kézdy Anikó)*

VALLÁSOSSÁG ÉS EGÉSZSÉG

Vallásosság és testi egészség
Vallásosság és lelki egészség
Kognitív modellek a vallásosság hatásának leírására
Kutatások a vallás és egészség kapcsolatának témájában

HATÁRHELYZETEK ÉS VALLÁSOSSÁG

Veszteségek, betegségek, szenvedés és vallásosság
A normatív válságok és a vallás
A vallásos szimbólumok szerepe a krízisek megoldásában

VALLÁSOS MEGKÜZDÉSI MÓDOK

A vallásos megküzdés mint orientációs séma
Általános megküzdési stratégiák és vallásos megküzdés
A vallásos megküzdés kérdőíves vizsgálatai

ÖSSZEFOGLALÁS
KULCSFOGALMAK
HIVATKOZÁSOK

III. RÉSZ: BEVEZETÉS A PSZICHODIAGNOSZTIKÁBA

1. SEGÍTŐ KAPCSOLAT, KOMMUNIKÁCIÓ ÉS ETIKA *(Géczy Anna)*

A SEGÍTŐ KAPCSOLAT KOMMUNIKÁCIÓS ALAPELVEI

Személyi feltételek
Tárgyi feltételek
A rapport kialakítása
A kommunikáció alapszabályai
A kommunikáció csatornái
A verbális csatorna
Nem-verbális csatornák
A metakommunikáció

SEGÍTŐ KAPCSOLAT FOGYATÉKOSSÁGGAL ÉLŐKKEL

ÖSSZEFOGLALÁS
KULCSFOGALMAK
HIVATKOZÁSOK

2. AZ ELSŐ INTERJÚ JELENSÉGVILÁGA

AZ ELSŐ INTERJÚ ÁLTALÁNOS JELLEMZŐI *(Hámori Eszter)*

Mit is jelent az interjú?

Interjú és baráti beszélgetés – mi a különbség?

Az interjú célja és keretei – mit akarunk megtudni, miért és hogyan?

Kérdéstípusok az interjú során

AZ ELSŐ INTERJÚ FORMÁI *(Géczy Anna)*

Az első interjúk felosztása a formai jellemzők alapján

Az interjú célja szerinti felosztás

A felvételi interjú

A mentális státuszt vizsgálata

A krízisinterjú

A diagnosztikai interjú

PSZICHOTERÁPIÁS ELSŐ INTERJÚK *(Géczy Anna, Hámori Eszter)*

A pszichoterápiás első interjúk funkciói

A pszichoanalitikus első interjú

A viselkedésterápiás interjú

A viselkedésdiagnosztika forrásai

A személyközpontú interjú

A személyközpontú pszichoterápia alapelvei

A terapeuta-változók

ÖSSZEFOGLALÁS

KULCSFOGALMAK

HIVATKOZÁSOK

3. A PSZICHODIAGNOSZTIKA ESZKÖZTÁRA

Megbízhatóság és érvényesség a pszichodiagnosztikában *(Pataky Ilona)*

Etikai kérdések a pszichodiagnosztikában *(Pataky Ilona)*

KÉRDŐÍVEK ÉS BECSLŐSKÁLÁK A PSZICHODIAGNOSZTIKÁBAN *(Géczy Anna)*

A kérdőíves eljárásokkal kitűzhető célok

A kérdőívek típusai

Személyiségtesztek

A CPI

A Cattel-féle 16 személyiség-faktor kérdőív

Az MMPI

Becslőskálák

TELJESÍTMÉNYTESZTEK A PSZICHODIAGNOSZTIKÁBAN *(Pataky Ilona)*

A teljesítménytesztek rövid története

Az intelligencia fogalma

Az IQ jelentése és összefüggései

Az intelligencia, a teljesítmény mérése

A MAWI teszt

A Raven teszt

A Benton teszt

A Piéron teszt
PROJEKTÍV TESZTEK A PSZICHODIAGNOSZTIKÁBAN (*Pataky Ilona*)
A projektív technikáról általában
A projektív tesztek előnyei és hátrányai
Néhány projektív teszt

ÖSSZEFOGLALÁS
KULCSFOGALMAK
HIVATKOZÁSOK

4. A GYERMEKPSZICHODIAGNOSZTIKA ALAPJAI

A GYEREKEKKEL TÖRTÉNŐ KOMMUNIKÁCIÓ SAJÁTOSSÁGAI (*Péley Bernadette*)
Történetek és az énről szóló elbeszélés-változatok

A PSZICHODIAGNOSZTIKA GYERMEKEKNÉL – A FEJLŐDÉSI SZEMLÉLET (*Péley Bernadette*)

A normalitás fogalma gyermekkorban
A fejlődés iránya és összetettsége gyermekeknél – a „fejlődési vonalak” fogalma
A normalitás fogalma a „fejlődési vonalak” tükrében
Személyiségfejlődés és egészség

A GYERMEK ÉS A JÁTÉK (*Péley Bernadette*)

A JÁTÉK, MINT PSZICHODIAGNOSZTIKAI ESZKÖZ (*Hámori Eszter*)

A játék pszichodiagnosztikai és terápiás felhasználása – történeti szempontok
Pszichés problémák megjelenése a játékban
Amikor a gyermek „nem tud játszani”
A játékdiagnosztika eszközei

A RAJZ MINT PSZICHODIAGNOSZTIKAI ESZKÖZ (*Hámori Eszter*)

Történeti szempontok
A „rajzvizsgálatok, mint diagnosztikus eszközök” kidolgozásának időszaka
Korai gyermekrajz kutatások
A projektív rajzvizsgálatok, mint a „személyiség értékelésének eszközei”
A projektív rajztesztek kritikája

A GYERMEKI RAJZOLÁS MINT KREATÍV FOLYAMAT, AZ ÖNKIFEJEZÉS ÉS
ELBESZÉLÉS ESZKÖZE (*Péley Bernadette*)

„Beszélgetés rajzban” – A Winnicott-féle firkajáték
Robin esete

A GYERMEKEKKEL VALÓ FOGLALKOZÁS ETIKAI KÉRDÉSEI (*Hámori Eszter*)

ÖSSZEFOGLALÁS
KULCSFOGALMAK
HIVATKOZÁSOK

BEVEZETÉS

A pszichológia gazdag tudományának számos területe van, amelynek oktatása a pszichológus képzésben alapvető és szükséges. A pszichológia „nagy fejezetei”, mint amilyen a kísérleti pszichológia, a személyiséglélektan, a fejlődéslélektan, és a szociálpszichológia is, képviselve vannak, és professzionálisan oktatottak a jelenleg Magyarországon akkreditált pszichológusképzésekben. Jelen tankönyvnek éppen ezért nem célja, hogy azokkal a pszichológiai tudományágakkal foglalkozzon, amelyek oktatása – és ehhez kapcsolódó oktatási segédanyagai – kiemelkedő színvonalat képviselnek hazánkban.

Ez a tankönyv a BA szintű pszichológusképzés számára született meg. Célkitűzése, hogy az alapozó pszichológusképzésben a viselkedéselemző számára olyan elméleti és gyakorlati ismereteket nyújtson, amelyek túlmutatnak a kötelező törzsképzés anyagán, ugyanakkor kapcsolódnak is annak tematikájához, irányvonalaihoz. A könyv három nagy részből áll. Ezek – mint látni fogjuk – jól egészítik ki azokat az alapismereteket, amelyeket a viselkedéselemzőnek az elméleti képzésében el kell sajátítania a pszichológia tudományának „nagy fejezeteiből”. Tankönyvünk sajátossága, hogy olyan ismeretek oktatását segíti, amelyek a Pázmány Péter Katolikus Egyetem pszichológusképzésének sajátos profiljában jelennek meg. Ilyen például a családpszichológia és a valláslélektan, valamint a személyiséglélektan és a klinikai pszichológia speciális tematikájú fejezetei.

Nézzük most a részletes tartalmat. A kötet indító, és terjedelmében is legnagyobb első része, *Az érzelmektől a pozitív pszichológiáig*. Az első rész fejezetei pszichológia alapképzésben résztvevők személyiségpszichológia alaptárgyának „folytatását”, a ’Fejezetek a személyiségpszichológiából’ című tantárgy tanulását kívánja segíteni. Ezt a tantárgyat sokféle tartalommal lehet megtölteni. Ezen a helyen a Pázmány Péter Katolikus Egyetem egyik kurzusához biztosítunk segédanyagot. A kurzus, ahogyan azt a cím is jelzi, az érzelmektől kiindulva jut el a mai személyiségpszichológia egyik meghatározó áramlatához, a pozitív pszichológiához. A szerző igyekszik érthetően, ugyanakkor szakszerűen fogalmazni, mert nem akarja megkerülni a szakma terminológiáját – mint tudjuk, aki diplomát akar, annak meg kell tanulni a szakmai szótárt. Nézzük tehát, milyen témákat érintünk utunkon az első részben.

Az első fejezet az érzelemelméleteket tárgyalja. A fejezetben áttekintheti az olvasó az érzelmekről szóló különböző, elsősorban biológiai hangsúlyú elméleteket, majd az érzelmek és a kogníció viszonyát, azon belül is a tudatos és tudattalan jelenségek kerülnek górcső alá. Külön taglaljuk azokat az elméleteket, amelyek alkalmasak több szempont együttes megjelenítésére, és alkalmat adnak az elméletek átfogó keretbe illesztésére. Az *Érzelmek és kultúra összefüggései* című alfejezetben az érzelmek historikus és kulturális kutatásait foglaljuk össze. Az érzelmi fejlődésről szóló alfejezet az érzelmeknek a fejlődés során történő megjelenését és alakulását, valamint a nyugati kultúrákban megjelenő nemi különbségeket tárgyalja.

A második fejezetben sorra vesszük az érzelmek szerepét az egyes személyiségmegközelítésekben. Összefoglaljuk Epstein kognitív-emocionális szelf-elméletét, Mischel kognitív-affektív személyiség-rendszerről vallott nézeteit és Cloningernek a

temperamentumról és a karakterről szóló pszichobiológiai modelljét. Ezután áttekintjük az érzelmi intelligencia fogalom fejlődését és különböző elméleteit, így a képesség-típusú (Mayer, Salovey), illetve a személyiségjegyként (Goleman, Bar'On) való felfogását, valamint a hasonló fogalmakat (szociális intelligencia, gyakorlati intelligencia, érzelmi kompetencia stb.). Megvizsgáljuk az egyes mentális és pszichés betegségekben fellépő érzelmi zavarokat, valamint az érzelem és a testi betegségek, illetve az immunitás kapcsolatát is.

Az első rész harmadik fejezete a pozitív pszichológia témakörét öleli fel. Az önfeledtség és önkontroll témájában a pszichológia új, széles skálát lefedő irányzatának alappilléreit ismertetjük. Csikszentmihályi flow-elmélete, Ryan és Deci ön-meghatározottságról vallott elképzelése kerülnek terítékre. Taylor és munkacsoportjának vizsgálatai a pszichológiai források és az egészség kapcsolatáról szólnak, más kurrens témák a jól-létet, a boldogságot, az emberi erőnyeket érintik.

A tankönyv második része bevezetést nyújt a család- és a valláspszichológiába, két olyan területbe, amely a PPKE Pszichológiai Intézetének programprofiljába tartozik, tehát speciálisan helyi oktatottságú anyag.

A Bevezetés a családpszichológiába című fejezet a család és a házasság funkcióival, születésével foglalkozik, és a fejlődésükkel kapcsolatos kiemelt kérdéseket tekinti át. Külön figyelmet fordít a házasság stabilitását és minőségét meghatározó tényezők ismertetésére és elemzésére. Széleskörű elterjedtségük, és a családtagok, különösen a gyerekek fejlődésére nagy hatással bíró jelentőségük miatt, részletesen foglalkozik a fejezet a speciális szükségletű családformák problémáival.

A hit hatásai című fejezet a könyv egyedi arculatát teszi gazdagabbá. A hit, illetve a vallásosság számos bizonyított és feltételezett hatása közül a fejezet először a vallásosságnak a testi és lelki egészségre tett hatását, e két terület kapcsolatának hatásmechanizmusát, a kapcsolatot módosító háttértényezőket tekinti át. Részletesebben bemutatja a vallásosság és egészség kapcsolatának kognitív modelljét. Mivel mind az egészség, mind a vallásosság összetett jelenség, ezért ismerteti e két terület kapcsolatát feltárni kívánó kutatások módszertani kihívásait is. Megvizsgálja a vallás szerepét a betegségekkel, a halállal, a szenvedés megtapasztalásával való találkozásban, valamint a személyiség fejlődésével együtt járó normatív krízisek területén. Kitér a fejezet arra is, hogy a vallásos szimbólumok milyen folyamatokon keresztül segíthetik a krízisek feldolgozását. A nehéz élethelyzetekben a vallás, illetve a vallásos megnyilvánulások segíthetik a krízissel való megküzdést, azaz megküzdési stratégiaként működhetnek. Az utolsó részben a vallásos megküzdéssel foglalkozó kutatásokat, valamint ezek módszertani kérdéseit tárgyalja a fejezet szerzője.

A könyv harmadik nagy része a pszichodiagnosztikai eljárásokba nyújt elméleti és gyakorlati bevezetést, kiemelten kezelve azokat a módszereket, amelyek a BA szintű diploma birtokában lévő viselkedéselemző számára nélkülözhetetlenek.

A rész első fejezetében a pszichológia megismerő eszközei közül a megszokottnál nagyobb hangsúlyt kap a segítő kapcsolat jellegzetességeinek, és a kontaktusfelvétel technikájának, szempontjainak az ismertetése. Ugyanígy – a második fejezetben – az első interjú jelenségvilága, annak módszerei, és technikája szintén olyan ismeretanyagként kerülnek bemutatásra, amely kiemelten fontos a viselkedéselemző diplomát kapó hallgatók számára. A pszichodiagnosztikai eszköztárból (harmadik fejezet) ezen kívül alapszinten ismertetjük a kérdőíves módszereket, illetve ezek használatának gyakorlati szempontjait, valamint a teljesítményteszteket, és a projektív technikák háttérében álló elméleti, és gyakorlati modelleket. Tárgyaljuk a fontosabb teszteket, azok elméleti háttérét, illetve azokat az alapfogalmakat, melyek a tesztek diagnosztikai értékének megítélésében elengedhetetlenek. Ugyanakkor nem tekintjük feladatunknak a bonyolult, nagy gyakorlatot igénylő eljárásokkal

való részletes foglalkozást, hiszen az már a speciális, magasabb szintű képzések (pszichológus MA, illetve klinikai szakpszichológus képzések) tematikájához tartozik. Van azonban, ami minden, a pszichodiagnosztikában használatos módszerben közös, és ami a mérés szempontjából elengedhetetlen. Ezeket a fogalmakat – a megbízhatóság (reliabilitás) és az érvényesség (validitás) alapfogalmait – a rész bevezetőjében tisztázzuk.

Külön tárgyaljuk a felnőtt pszichodiagnosztikában, illetve a gyermekpszichodiagnosztikában (negyedik fejezet) ismeretes főbb elveket, eljárásokat, és módszereket. Az egyes alfejezeteknél külön figyelmet fordítunk a pszichodiagnosztikai tevékenységgel kapcsolatos *etikai kérdésekre*. Fontos ezekről szólnunk, mert a hazai pszichodiagnosztika történetének XX. századi fejezete leginkább az illegális mozgalmak történetével mutat hasonlóságot, annak minden előnyével és hátrányával. Olyan időszakban kerültek – egyébként nagyon fontos és hasznos – pszichodiagnosztikai tesztek bevezetésre és kipróbálásra, amikor a pszichológiai vizsgálatok alkalmazását még nem szabályozták megfelelő etikai előírásokkal. Elengedhetetlen ezért, hogy napjaink egyetemi oktatásában az emberekkel való foglalkozás etikai szempontjait már a kezdet kezdetén elkezdje elsajátítani, gyakorolni a pszichológusnak, vagy viselkedéselemzőnek készülő szakember.

Formailag a könyvet úgy állítottuk össze, hogy az minél hatékonyabban szolgálja az oktatás technikai szempontjait. Az egyes fejezetek elején jól áttekinthetővé teszi a témát a fejezet *részletes tartalomjegyzéke*. Ez követi minden egyes fejezet bevezetéseként néhány olyan *fontos kérdés*, amely az adott témában leggyakrabban felmerülhet, és amelynek megértése, megbeszélése a gyakorlati oktatási feladata lehet. A fejezetek végét rövid *összefoglalás* zárja. Ezt követi az adott témához kapcsolódó *kulcsfogalmak* listája, illetve a fogalmak rövid magyarázata. Végezetül, minden fejezet végén megtalálható a fejezetben *hivatkozott szakirodalmak* listája, amely nemcsak a forrásokról való bővebb tájékozódást segíti, hanem támpontot is nyújt a további segédanyagok kiválasztásához.

Piliscsaba, 2006. május 31.

A szerkesztő és a szerzők