

Az Identitásstátuszok és Érzelmi Intelligencia Kapcsolata



Mihály Lili Kata
HYX1XM
Pécsi Tudományegyetem
Témavezető: Láng András
36. OTDK

Absztrakt

A kutatás célja az volt, hogy felmérje a kapcsolatot Marcia négy identitásstátusza és az érzelmi intelligencia között. Korábbi vizsgálatokból is szembetűnhet a két jelenség vizsgálatának hiánya, esetleg csak részleteik vizsgálata, így kutatásunkban mind a kérdőíveket, mind az általuk mért jelenségeket megpróbáltuk bemutatni. Az Érzelmi intelligenciát, valamint az identitásstátuszokat egymást támogató konstruktumoknak tekinthetjük, viszont ebben a kutatásban az identitásstátuszok oldaláról közelítjük meg a kérdést, miszerint következtethetünk e az érzelmi intelligenciára egy-egy identitásstátuszból. Vizsgálatunkhoz a AES-HU és DIDS kérdőíveket használtuk, melyeket online módon töltöttek ki résztvevőink. Azt feltételeztük, hogy a magasabb érzelmi intelligencia kiforrottabb identitásstátusszal függ össze, mely hipotézisünk részben teljesült is. További eredményeink azt mutatták, hogy az egyén életében a magasabb exploráció pozitív kapcsolatban áll az érzelmi jelzésekre való érzékenységgel, a rumináció esetében pedig negatív kapcsolatot találtunk néhol, mely a jövőbeli kutatások számára irányadó lehet. Teljesült azon hipotézisünk is, melyben azt feltételeztük, hogy a magasabb elköteleződéshez magasabb érzelmi intelligencia társul általánosságban. Vizsgálatunkból az is kiderült, hogy az identitásstátuszok más megközelítést igényelhetnek a mai felgyorsult társadalomban (INFOCO). Kutatásunk irányadó lehet a jövőbeli kutatások számára az identitás státuszok személyalapú megközelítésének tekintetében, mely előre vetíti, hogy az eredeti felosztástól eltérő mintázatokat mutathatnak a jövőbeli identitásstátuszok. Valamint az elmélet absztraktságából kifolyólag többféle mérőeszköz bevonásával és az identitásstátuszok életkorbeli kiterjesztésével pontosabb képet kaphatnak a jövőbeli kutatások mind az EQ-val való kapcsolatáról, mind a modernkori társadalmakban élő emberek identitásának alakulásáról.

Kulcsszavak: *Identitás, Érzelmi intelligencia, Marcia, elköteleződés, exploráció*

Teoretikus háttér

Identitás

Identitás, mint koncepció/fogalom régóta foglalkoztatja az embereket, köztük olyan nagy gondolkodókat is, mint Arisztotelész vagy Platón (Williams, 1989). A mai identitás fogalom azonban messze eltér a régebbi definícióitól. Ez legfőképpen annak a köszönhető, hogy egyre népszerűbbé vált a 20. század során, egyre többet foglalkoztak vele. Így mint szociális konstruktum egy sokkal komplexebb fogalomkör ölel fel, mint annak idején (Fearon, 1999). Szociális konstruktum alatt minden egyén identitásának személyes és szociális síkon való megfogalmazódását értjük. Identitásunkat több síkon is értelmezzük – mind csoportbeli hovatartozás, mind a saját magunk által kialakított kép is része-, viszont egy átfogó vizsgálat során ezeket a részeket sem hagyhatjuk ki. Már e rövid bevezetőből is látszik, hogy megannyi különböző aspektusból lehet vizsgálni és milyen komplex maga a fogalom (Fearon, 1999).

Az identitás meghatározásával az elmúlt évtizedekben számtalan elméletalkotó foglalkozott. Abrams és Hogg (1988) úgy definiálták az identitást, mint az emberek fogalma arról, kik ők, milyen emberek és hogyan viszonyulnak más emberekhez. Megint mások, mint például Deng (Francis Mading Deng & Brookings Institution, 1995), aki az identitást, mint az egyének önmeghatározása, valamint csoporttagságaik (pl.: rassz, etnikum, vallás, nyelv) összességeként határozza meg. A fentebb bemutatott definíciókból is látszik, hogy mind hasonlóképpen közelítik meg az identitást. Mind az önmeghatározás és a más emberekkel való közös pontok mentén, így ezen leírások elég közel állnak egymáshoz jelentésbeli tartalmaikkal. Nagy vízválasztó Erikson, akinek az identitás definíciója 1968-ban, és egészen a szótárakig jutott. Az ő definíciója már magába foglalta az önreflexió folytonosságát, valamint a másokhoz való viszonyulást (Erikson, 1968), így nem meglepő, hogy pszichoszociális fejlődési elméletében egy egész fejlődési szakasznak az alappillére az identitáskeresés.

A mai "identitástudat" fogalom 1983-ban (Gleason) Erik Erikson "identitásválság/identitáskrízis" fogalmából formálódott több, mint négy évtizeden keresztül. Fearon (1999) mutatott rá- az identitásról szóló értekezést követően -, hogy az "identitás" fogalma, ahogyan ma ismerjük, történelmi szempontból viszonylag új. Egy 2001-es cikk (Smelser, 7160. o.) az identitást úgy határozza meg, hogy "ki az ember", míg definíciójuk szerint az én, megmutatja, hogy "hogyan létezik az ember", a szuperego pedig azt próbálja megmutatni, "milyennek kellene lennie". A pszichoanalitikus megközelítésben nem esett szó az ego és a környezetének kapcsolatáról, ám Erikson egyike volt azon úttörőknek, akik a pszichoszociális fejlődés elméletében erre is kitért, majd őt követően az identitás már nem csak

a fejlődés elméletekben vált fontossá, hanem patológiás esetekben is (Lichtenstein, 1961; Mahler, 1967).

Erikson pszichológiai krízisekről szóló értekezése a legrégebbi fejlődésemélet, amely az individuum teljes életútját lefedi; a gyakorlatban még mindig használjuk - de a kutatásban statisztikai érvénytelensége miatt nem szokás. Az Erikson elméletére épülő szakaszok használatának vannak hátrányai, mivel a pszichoszociális elmélet nem tárgyalja részletesen a kamasz küzdelmeit az egyes szakaszokban, és nem terjed ki minden kamaszkorban lévő fiatal életére. Luthar (1997, 473. o.) még azt is kiemelte, hogy a szociokulturális környezetet jobban kell megvilágítani annak megértéséhez, hogy az identitás kialakulása kontra diffúzió szakasz talán inkább "identitáskoherencia kontra elidegenedés"-ként megnevezhető. Amellett, hogy Erikson szakaszait statisztikailag érvénytelennek találták, a legújabb kutatások (Bgt és mtsai., 2022) bebizonyították, hogy még mindig sok helyen releváns és hasznosan alkalmazható.

Erikson a "krízis" kifejezést olyan fejlődési formaként használja, amely fordulópontot jelent az egyén életében, ahogyan a krízisre válaszol, és amely vagy pszichológiai jólétben vagy a megküzdési stratégiával kapcsolatos rossz alkalmazkodásban végződik a jövőben. Erikson (1968) úgy fogalmazott, hogy minden szakasznak megvannak a maga - freudi elnevezéssel "normatív" - konfliktusai, amelyek valamilyen módon mindenki életében megjelennek.

Az 5. szakasz az identitás versus szerepkonfúzió néven ismert, általában a tinédzserkortól a serdülőkorig tartó időszakot öleli fel - bár Erikson hangot adott annak, hogy bizonyos szakaszok egyes egyének életében eltolódhatnak, valamint hangsúlyozta, hogy ne hivatkozzunk rájuk úgy, mint korábbi vagy későbbi szakaszok (Erikson, 1968). Az identitáskríziseket Marcia elmélete helyezi új megvilágításba. A pszichodinamikus (ego pszichoanalitikus) elmélet alapkerete magában foglalja mind Erikson pszichoszociális fejlődéseméletét, mind Marcia identitásstátuszait (Smelser, 2001, 7159. o.). Marcia a felfedezést és az elköteleződést osztályozta alacsony és magas minősítéssel, amely négy különböző identitásstátuszt eredményezett (*Elért identitás, Korai zárás, Identitás diffúzió és Moratórium*). Tekinthetjük ezeket kategóriáknak, amelyek az egyén valamelyik kategóriájának eléréséhez kapcsolódnak, vagy dinamikusabb megközelítést alkalmazhatunk arra vonatkozóan, hogy a különböző fázisok hogyan követik egymást - például, hogy a felfedezés hogyan kapcsolja össze a fázisokat az egyén életében (Waterman, 1982).

Marcia teóriája

1. Ábra

Útkeresés és Elköteleződés minden egyes státuszban (Marcia 1993 alapján)

	Elért identitás	Moratórium	Korai zárás	Diffúz
Útkeresés	Jelen van	Folyamatban van	Hiányzik	Jelen van / hiányzik
Elköteleződés	Jelen van	Jelen van de még nem meghatározható	Jelen van	Hiányzik

Marcia eredeti tanulmányában közzétett egy mátrixot az identitástatuszokról, és az azokban megjelenő finomhangolásokról (1. ábra). Amint az látható (1. ábra), az Elért identitás a legstabilabb az összes közül. Az ebbe a kategóriába esők már elkötelezték magukat az életük különböző területein - a szakmájukkal, ideológiájukkal, és az emberek felé mutatott stabil értékrendjükkel kapcsolatban is. A legtöbbféle nyomás - csoport, stressz, elfogadás - nem hat rájuk, így jóval inkább esélyesek arra, hogy életfelfogásuk és gondolkodásuk is összetettebb, mint a többi státuszba soroltaké (Smelser, 2001). Aktív jövőképük is van, amelyet magasabb erkölcsi eszménykép kísér (Marcia és mtsai., 1993), és ellenállnak az önértékelésüket csökkentő vagy növelő folyamatoknak, hiszen már konzisztens önképpel rendelkeznek (Smelser, 2001).

A korai zárók életéből hiányzik az identitáskrízis, és többnyire identitásmintákat használnak, melyeket egy tekintélyszemélytől vettek át (Cole és mtsai., 2006). Általában elkötelezett identitással rendelkeznek, de alacsony vagy egyáltalán nem megjeleníthető az útkeresés mozzanata az életükben, és ez megmutatkozik a tekintélyszemélyekhez, például szülőkhöz, tanárokhoz, vallási vezetőkhez való viszonyukban is. Ők azok, akik a leginkább hajlamosak arra, hogy mások nézőpontját teljes egészében átvegyék, és általában nagy valószínűséggel támogatják a vezető figuráik értékeit, döntéseit is, azok megkérdőjelezése nélkül. A korai zárók többsége egy változatlan önképet mutat, akik sosem kérdőjelezték meg és szervezték át személyiségüket. Ezek az egyének a családjukra sokszor irróalisan utalnak, bár a családjukhoz fűződő érzéseiket fele-fele arányban kiegyensúlyozottnak írják le (Smelser, 2001). Marcia (és mtsai., 1993) még "átruházott identitásúak" is nevezi őket, akiknek általában van egy meghatározott élettervük - egy vezető figura által mutatott út, vagy minta -, amelyet

csak követni és teljesíteni akarnak kritika és felülvizsgálat nélkül. Ez azt is eredményezi, hogy a kognitív folyamatok tekintetében ők a legkevésbé rugalmasak, bár látszólag szeretnek lemondani a véleményükről - a felszínen - általában mélyen ragaszkodnak a véleményükhöz, és elutasítják mások ötleteit, leginkább azokét, akik nézőpontja szembenáll az övéikkel (Smelser, 2001).

Moratóriumba esők általában éppen identitáskrízisen mennek keresztül. Ahogy azt az 1. ábrán is láthatjuk, már bizonyos fokú elkötelezettséget mutatnak, viszont még mindig az útkeresés szakaszába esnek. A formát öltő elkötelezettségükből kifolyólag az önértékelésük viszonylag a stabilabb identitásúak közé sorolják őket. Smelser (2001) szerint, ha érzelmileg terheltek, "identitásválság" következhet be az életükben. A jövő felé veszik az irányt, de még életüknek egy olyan szakaszában vannak, amikor egyszerűen semmiben sem biztosak, és gyakran úgy érzik, hogy az életük egy cirkusz (Marcia és mtsai., 1993). Ebben az identitási státuszban az egyének gyakran bizonytalan kötődési stílust követnek -bár ez csak az életük ezen szakaszára jellemző-, mely magyarázható azzal, hogy az keresik érdeklődési köreiket, és bizonytalanabb világgéppel rendelkeznek, mint azok, akik az előző két státuszba esnek (Smelser, 2001). Jelenlegi felfedezések szerint a legmagasabb szintű erkölcsösséget mutatják, és szigorú önkritikát gyakorolnak. Emellett hajlamosak a meggondolatlan önfeladásra is, miközben igyekeznek kialakítani saját értékrendjüket, személyiségüket amellet, hogy megkülönböztetik magukat a szüleiktől. Ők azok, akik általában elutasítják a tekintélyelvű értékek támogatását - nem úgy, mint az korai zárás státuszban eső egyének (Smelser, 2001).

A negyedik identitásstátusz az identitás diffúzió, amely szintén a moratóriummal áll összefüggésben, mivel az ebbe a kategóriába esők sem elkötelezettek. A diffúzióba tartozó egyének általában már próbálkoztak különböző identitásokkal, de még nem tudtak elköteleződni. Ők azok, akiknél általában nem jelenik meg az útkeresés (Marcia és mtsai, 1993) sem a stabil identitás. Mindemellet az ebbe a csoportba esők állnak a legtávolabb az elköteleződéstől, mivel nincs központi én-érzésük, a legvulnerábilisabb identitással rendelkeznek. Ezeknek az egyéneknek nincs sok jövőérzésük, nincsenek megvalósítható elképzeléseik. Hasonlóan az elért identitásban lévő egyénekhez inkább jelenorientált viselkedés jellemzi őket, viszont velük ellentétben ők nem dolgoznak jól nyomás alatt, rendezetlen gondolkodásuk, valamint manipulálni tudják önértékelésüket, hogy azáltal jobban érezzék magukat, és pozitívabban értékeljék teljesítményüket. A diffúzió státuszában lévő személyek kapcsolódnak a legkevésbé a szüleikhez, mivel gyakran nem tudnak megfelelni az azonos nemű szülői képnek (Smelser, 2001). Ez a szülőkkel szembeni távolságtartás az életük más területein

is megmutatkozik, hiszen mindegyik státusz közül ők azok, akik a legbizonytalanabban kapcsolódnak a világhoz, a környezetükhöz és önmagukhoz is (Smelser, 2001).

Marcia elmélete alapján láthattuk, hogy a különböző identitástatuszok eltérő viselkedési válaszokkal és életvezetéssel járnak. Identitásunk magját általában a szüleink és saját magunk által felépített építőkövek alkotják (Marcia és mtsai., 1993). Ezek a státuszok az egyén életében a szakmájával, ideológiájával és az emberek közötti értékrendjével kapcsolatos elkötelezettség és útkeresés mértékére összpontosítanak (Smelser, 2001). Később Luyckx és mtunkatársai (2008) a fent említett négy identitástatuszt alkotó két dimenziót (exploráció és elköteleződés) öt dimenzióra bővítette. Háromféle újabb faktort emeltek be; a szélességi és a mélységi explorációt, amelyek a felfedezett téma, terület, tulajdonság stb. iránti elkötelezettséget mérik, valamint a ruminatív explorációt, amely a pszichológiai distressz és a ruminatív viselkedés kombinációja. Ez a faktorszerkezet nem csupán kibővíti Marcia elméletét, hanem dinamikusabb nézőpontba is helyezi azt, ahol az állapotok követhetik egymást, (Luyckx és mtsai., 2008). A Luyckx és mtsai. (2008) dinamikusságot az identitás dimenziók változásának lehetőségére értik, így az egyén először elköteleződik identitása mellett, majd identifikálódik azzal, ezért példának okáért egy korai zárásba eső egyén élete során a moratóriumba esők közé is tartozhat, majd elérheti identitását. Bár a ruminatív exploráció független a kétciklusosságtól, az így kapott identitástatuszok mégis kibővíülhetnek a 'ruminatív' előjelzővel, mint 'ruminatív moratórium' vagy 'ruminatív diffúzió'. A ruminatív előjel legfőbb szerepe pedig, az adott identitástatuszt egyfajta negatívan konnotáló explorációval felruházni.

Érzelmi intelligencia

Az identitás formálásában kulcsszerepet játszik a környezet mellett a már említett önreflexió és önkritika is, melyet az egyén gyakorol. Így Marcia elméletétől az érzelmi intelligencia nem áll oly messze, hiszen ahogyan az identitástatuszok bemutatásánál is láthattuk, hiszen minden státusz külön érzelmi fókuszú állapottal jár. Az exploráció kitűnő példája az egyének tapasztalatszerzésének, hiszen a tényszerű tudás és ismeretek mellett emocionális téren is gazdagodnak. Az érzelmi ismeretek megszerzése óhatatlanul mind pozitív, mind negatív tapasztalások velejárói, mely evaluációja és elsajátítása már külön környezeti tényezők függvényében történik. Az olyan érzelmi intelligenciához köthető dimenziók pedig, mint érzelmi biztonság, motiváció, empátia, interperszonális relációk kezelése, szülőkhöz való viszonyulás, mind összefüggésben állhat a különböző identitásállapottal.

Érzelmi intelligencia, mint egészen új fogalom Golemanhoz köthető (1995), aki először sikerlistás könyvében írt róla (*Érzelmi intelligencia*), hogy mit is takar maga a fogalom, és

hogyan képezi részét a mindennapi életünknek. Mindemellett az érzelmi intelligencia nem a 'legégetőbb kérdés' helyét foglalja sok kultúrában (Feldman Barrett & Salovey, 2002). Az érzelmi intelligenciával (a továbbiakban: EQ) kapcsolatos fontos kérdés, milyen összetevői vannak, valamint mennyire releváns az egyén személyiségének kialakulásakor. Az EQ legkorábbi formáját Salovey alapdefiníciója adja meg öt dimenzió mentén: 1. Az érzelmek ismerete - ez a saját érzelmek ismerete. 2. Az érzelmek kezelése -, hogyan tudja valaki kezelni az érzelmeit. 3. Az önmotiváció - az, hogy hogyan kezeli az ember a pozitív érzéseket, hogyan vidítja fel magát és szortírozza az érzéseit a célok vagy a mentális állapot elérése érdekében. 4. Az érzelmek felismerése másokban -, ezt empátiának is nevezzük. 5. A kapcsolatok kezelése - mint az EQ kialakulásakor leggyakrabban tárgyalt téma, az emberek kapcsolataiban való interakció művészete (Goleman, 1995).

Az érzelmi intelligencia felemelkedése után a kezdeti kedvező megítélést gyors zuhanás vette át, így a 60-as évekre már 'haszontalan' fogalomként emlegették. Ez azért történhetett, mert a népszerű magazinok tudományosabb szemléletet képviseltek az IQ-ról, míg az EQ-t manipulatív technikaként és olyan készségnek kezelték, melyet a saját előnyünk kovácsolására használhatunk – mások ellen is. Így nem véletlen, hogy akkoriban nem vették túl komolyan, tekintettel az előbb utalt cinikus írásokra. Bár mindkét konstruktum intelligenciaként szerepel, elkülönített jelentéssel bírnak mely jelentések korrelálhatnak egymással bizonyos aspektusokból, ezt pedig több empirikus kutatás is igazolta már a múltban (pl. Feinberg, 1941; Goleman, 1995).

Az IQ jól ismert fogalma száz éve széles körben elfogadott, míg az EQ hatását nem kutatják ilyen régóta, komolyan, hiszen csak úgy, mint az identitás szintén egy meglehetősen új területnek számít. Maga az IQ régimódi értelemmutató rendszer lett, mivel az embereket vagy okosnak vagy butának írta le - mindamellett, hogy az IQ-teszteket sokszor általánosítva több kultúrára is alkalmazták arra való tekintet nélkül, hogy a különböző kultúrákból származó emberekre sokszor alkalmazhatatlan volt. Ez az úgynevezett "IQ gondolkodásmód" (Gardner, 1999) még mindig része társadalmunknak, mert olyan tesztekkel, mint a SAT vagy az ACT, - érettségi vizsgák, amelyek csak a pillanatnyi kognitív teljesítményünk alapján határozhatják meg a jövőnket -, kizárunk sikeres munkavállalókat, vagy éppen tehetséges diákokat is. Gardner (1999) volt az első, aki megpróbált új szint vinni az IQ-elméletbe, ennek az összetett fogalomnak a szétbontásával, ezáltal azt a korábban kezeltnél változékonyabb jelenségként kezelte. A Gardner (1999) által szétbontott IQ-n belül megkülönböztetett logikai-matematikai, nyelvi, térbeli, zenei, testi-kinesztetikus, interperszonális, intraperszonális-önreflektív, valamint természeti intelligenciát is. Jól látszik elméletében, hogy a már Salovey (és mtsai.

2004) által felállított különböző EQ dimenziók átfedést alkottak Gardner (1999) IQ dimenzióival (intrapersonális intelligencia, interperszonális intelligencia. Az EQ és IQ kapcsolatáról azért kell szót ejtenünk, mivel legtöbbször ennek kettőnek a kapcsolatával foglalkoznak a kutatások, mint azt már előzetesen érintettük. Az EQ megjelenése óta egyfajta összekapcsolódás érhető tetten az IQ-val. A legtöbb esetben a kutatások kidomborítják, hogy a magas IQ ritkán jár együtt alacsony EQ-val, ahogyan az alacsony EQ is ritkán jár együtt magas IQ-val (Goleman, 1995; Checa & Fernández-Berrocal, 2015, Gutiérrez-Cobo és mtsai., 2016). Amennyiben pedig a Gardner által szétbontott intelligencia dimenziókat vizsgáljuk meg, láthatjuk, hogy egyes intelligenciaterületek ismerete, valamint explorációja valóban előjelezheti az egyén magasabb EQ-ját.

A nemek közötti különbségek mind az IQ, mind az EQ esetében megfigyelhető egy vékony határmezsgye mentén. A férfiak esetében a magasabb EQ-szint azt jósolja, hogy az egyén kevésbé töprengő, az élet különböző területein elkötelezettebb, és több felelősséggel is képes megbirkózni. Emellett ezen férfiak képesek lehetnek érettebb etikai véleményt alkotni, és legtöbbjük állítása szerint elégedett az élethelyzetével, valamint a környezetével, amelyben él. A nők esetében a magasabb EQ-szint számos aspektusban hasonló tulajdonságokat jósol, mint a magasabb EQ-val rendelkező férfiak. Emellett ki szokták emelni azt is, hogy ezek a nők biztonságosabb viselkedést mutatnak és nyitottabbak. Amikor új helyzetekben találják magukat bátrabban mernek az emberek között megnyílni és érvényesíteni magukat. Emellett képesek érzelmeiket is megérteni és kifejezni sokkal határozottabban, mint azt a férfiak teszik. Az EQ fontos szerepet játszik abban, hogy egy ember milyenné válik, hogyan formálódik identitása. Így például azok a fiúk, akik nem artikulálják érzelmeiket, nagyobb valószínűséggel válnak öntudatlanná saját és mások érzelmeivel kapcsolatban (Goleman, 1995), míg megint mások érzelmeik széleskörű ismeretével könnyebben alakítják saját útjukat, nyitottabbak új ötletekre, meglátásokra.

Mélyebb szinten az érzelmeink kezdettől fogva életünk részei. Először a szagok döntötték el, hogy mi jó és mi nem, mi veszély illata és mi az az illat, ami pozitív érzéseket kelt bennünk. Nem csoda, hogy a Madeleine-effektus (Ernst, 2014) és az MHC-receptorok (Penn & Potts, 1998) az érzelmi életünk részei. LeDoux elsőként emelte ki az amygdala szerepét az érzés érzelmi világában, és arra a következtetésre jutott, hogy az amygdala szerepe az emberi agy működésében alapvető érzéseink-érzelmeink érzékelésében kulcsfontosságú (pl. undor, ellenszenv, kellemes íz, biztonság, elfogadás stb.) Ez az esszé nem fog mélyebben ezeknek a kognitív funkcióknak a működésébe betekintést nyújtani, viszont megkerülhetetlen a téma,

hogy pszeudotudományos jelleg nélkül beszélhessünk a továbbiakba az érzelmek belénk kódolt szerepének fontosságáról.

A magasabb EQ persze nem jelenti azt, hogy az egyén nem fog kríziseket és identitásbeli konfliktusokat átélni élete során, viszont utat nyithat a könnyebb megküzdésre, és talán hamarabb eléri az identitásukat, mint társaik. Ezzel szemben azok, akik nem élnek át identitáskríziseket életük során, hanem másoktól vett példák összeszedésével érik el identitásukat (korai zárók), kevésbé valószínű, hogy kudarcot vallanak az érzelmeikkel való megküzdésben, mivel bevált mintákat és stratégiákat vesznek át, és talán hajlamosabbak a kiegészésre (Goleman, 1995). Végül soron az EQ megmutathatja, hogy a jövőben mennyire esélyes céljaink elérése (Goleman és mtsai., 2020).

Azok az egyének, akik már fiatal korban gyümölcsoztették a pozitív gondolkodásukat, például úgy, hogy úgy nevezett motivátorokká, és célorientált egyénekké váltak (sportolók, iskolai projektek bajnokai stb.), a későbbiekben is színvonalas teljesítményt tudnak nyújtani, de minden esetre a problémákhoz és a mindennapi élethelyzetekhez nagyobb lelkesedéssel és derűlátással fordulnak (Goleman, 1995). A pozitív érzések megélése a negatív érzésekkel és a pszichológiai nyomással szemben szintén bizonyítottan javítja az egyén stratégiai és egyéni gondolkodását, miközben könnyebben és önállóbban boldogulnak később az életben. Az érzelmek hatékonyabb kezelése azt is előrevetíti, hogy az egyének szélesebb körben és finomhangoltabban gondolkodnak, célokat tűznek ki és érnek el (Goleman, 1995).

A mályvacukor-kísérlet sokak számára ismerős lehet. A kutatás megmutatta, hogy a viselkedés gátlása, vagyis az impulzuskontroll a későbbiekben sikeresebb élethez vezetett. Mind szociálisan, mind érzelmileg különbségek mutatkoztak azok között, akik vártak, és azok között, akik megragadták a pillecukrot. Azok az egyének, akik a kísérlet során nem mutattak kiemelkedő türelmet, később a későbbi életükben határozatlan és makacs viselkedést mutattak (ami arra is utalhat, hogy kevésbé voltak képesek önállóan felkészülni és átlátni a helyzeteket), amihez gyakran provokatív temperamentum társult, szemben azokkal, akik türelmesek voltak. Később jobb megküzdési stratégiákat fejlesztettek ki, ami arra is utal, hogy a türelmetlenebb csoport a szüleiktől vagy más feljebbvalóktól már megtanult mintákat tudta használni a váratlan helyzetek, például a lefagyások kezelésére, hogy alkalmazkodni tudjon az adott helyzetekhez (Goleman, 1995).

Azok a gyerekek, akik tovább vártak a pillecukorra, sokkal nagyobb hajlamot mutattak arra, hogy kifejezzék saját véleményüket és ötleteiket, szilárdabb identitással rendelkező egyéniségekké válnak. Később a SAT-eredményeik is azt mutatták, hogy minél türelmesebbek voltak a gyerekek, később nemcsak magasabb volt az IQ-juk, de EQ-juk is

magasabb volt a másik csoporthoz képest. Mint már említettük, összefüggést figyeltek meg az IQ és az EQ között. Bár az IQ -a kutatások szerint- nem változtatható, az EQ nagyon is fejleszthető (Goleman, 1995).

A megküzdési stratégiákban azok az egyének, akiken idegességet tapasztalnak a feladatok végrehajtása során, potenciálisan blokkolva vannak. Kognitív és intellektuális képességeik nyomás alatt csökkennek, és az egyének, bár képesek lennének a feladatok megoldására, mégsem tudják megoldani magát a feladatot. Ez azt bizonyítja, hogy az egyén nemcsak az intellektusát, hanem más képességeit is elveszíti a figyelmi torzítás során-, beleértve a helyzet kevésbé pontos értékelésének és megítélésének képességét, az érzelmekre való reflektálást és az önreflexiót is. A fent említett nyomás a munkamemóriára is hatással van, olyan mértékben, hogy az agy nem képes minden releváns információt befogadni és feldolgozni; így az egyének nem képesek intellektuális erőfeszítést tenni bizonyos helyzetekben és helytállni problémák megoldásában, így kevésbé vagy egyáltalán nem fognak logikus döntéseket hozni. Ez azt is eredményezheti, hogy ezek az egyének képtelenek lesznek teljes mértékben önellátásra, mivel a szorongásuk a működési zavarok miatt függővé teszi őket másoktól (Goleman, 1995).

Az EQ szerepe az érzelem regulációban is megnyilvánul, alakítja azt. Ez azért is fontos kiemelnünk, mivel a magasabb érzelmi megküzdési képességgel (EQ-val) rendelkező egyének kevésbé lesznek szorongóak, és így könnyebben tudnak arra koncentrálni, hogy kialakítsák identitásukat. Személyiségük kialakítása mellett több fókuszot tudnak helyezni arra, hogy hogyan birkózzanak meg ez életükben helyetfoglaló krízisekkel. Mivel jobban tudnak önmagukra és a külvilágra koncentrálni, nem hagyják, hogy különböző mentális és külvilágból fakadó ingerek elvonják a fókuszukat vagy hogy kész sablonokkal oldanának meg szituációkat, és úgy birkóznának meg kríziseikkel. Walter (és mtsai., 1989) ezt a "céltudatos öncélú késleltetett kielégülés" jelenségének nevezi, amikor az egyén az érzelmi szabályozást egy cél (egy vállalkozás felépítése, egy probléma megoldása, egy mérkőzés megnyerése stb.) elérésének szolgálatába állítja, miközben elkerüli azokat az impulzusokat, melyek gátolnák a cél elérésében. Goleman (1995) az érzelem reguláció esszenciájaként utal erre a fogalomra, mely így vitathatatlanul a magas EQ velejárója.

A "funkcionális rögzülés", más néven perszeveráció az egyén életében jelentkező nyomás egyik szélsőséges példája, amikor a szorongó egyén képtelen egy adott helyzetben egy adott eszközt másképp használni, mint ahogyan azt megszokta, és ezzel megakadályozza, hogy ténylegesen megoldja a problémákat. Kutatások azonban kimutatták, hogy azok az emberek, akik előzőleg megnézték egy vidám filmet, sokkal nagyobb valószínűséggel tudták leküzdeni a

"funkcionális rögzülést", mint azok, akik kevesebb pozitív hatást tapasztaltak. Az enyhe hangulatváltozások a gondolkodási és tervezési képességünket is befolyásolják, így az érzelemszabályozás és az EQ alacsonyabb szintjével rendelkező egyéneknek a célok elérése és a döntéshozatal is nehezebben megy, mint a magasabb érzelemszabályozási és EQ-szinttel rendelkezőknek (Goleman, 1995).

C. R. Snyder, a Kansasi Egyetem pszichológusa végzett egy tanulmányt az egyetemisták és a remény kapcsolatáról; és azt találta, hogy azok a diákok, akik reményteljesebbek voltak társaiknál, több megoldási lehetőséget térképeztek fel és keményebben dolgoztak, mint azok a társaik, akik néha feladták, ezzel is bizonyítva, hogy bár a diákok IQ-ja hasonló, a magasabb EQ-val rendelkezők jobb megküzdési stratégiákat használtak. Míg a magasabb EQ-val rendelkezők képesek voltak újraértékelni a helyzetet, amikor kudarcot vallottak, és legközelebb jobban teljesítettek (Goleman, 1995).

Egy másik fontos jelenség az önismeret, az "én megfigyelése", vagy 'metakogníció' és 'meta-érzelem' jelenléte az egyén életében (Goleman, 1995). Bárhogyan is nevezzük, talán ez az egyik legfontosabb emberi tulajdonság, amikor az EQ-ról és az identitáskrízisekről beszélünk. Bár az önismeret fogalmát a pszichoanalitikusok sokféleképpen fogalmazták meg, leginkább az érzelmek és azok megélésének tudatosítása, az érzelmekkel kapcsolatos érzelmek megélése, a szenvedélyek tudatosítása alatt értik (Goleman, 1995). Az öntudatosság (Goleman és mtsai., 2020) szerint az, amikor az egyén tisztában van önmagával és a környezetével, és mégis képes eldönteni, hogy hogyan értékelendő egyes cselekedeteket és helyzeteket minőségileg. Emellett utal arra a képességre is, hogy képes másoktól tanulni. Ezek az egyének tisztában vannak azzal is, hogy mások hogyan látják őket, ami azt is jelenti, hogy visszamenőleg is képesek értelmezni azt, amit másoktól tanultak a személyiségükről, cselekedeteikről és reakcióikról. A jövőben képesek hozzáállásukon, cselekedeteiken és reakcióikon is változtatni annak érdekében, hogy minél kedvezőbb végkimenetel legyen számukra egy-egy szituációnak (Goleman és mtsai., 2020). Az szociális kaméleonokat is meg kell azonban említsük, mivel ők is azon tudatos emberek közé tartoznak, akik képesek a saját előnyükre fordítani szociális érzékenységüket. Ez a megküzdési stratégia, is egyfajta megoldás arra, hogy az egyén szükségszerűen beolvadjon bár, de ne legyen saját erőforrásaira rászorulva mikor egy-egy szituációban helyt kell állniuk. Esetükben arról van szó, hogy képesek elsajátítani mások érzelmi mintáit, és azokat felhasználva a környezetük szereplőivé válni megannyi szituációban, valamint a korai zárókra jellemző környezettől átvett személyiségekkel helytállni. Ők érzelmileg kompetensek, de kevésbé rendelkeznek saját érzelmi világukkal, mivel a környezet túlzott monitorozásával

inkább csak másolnak, minthogy maguk számára saját megküzdési és érzelmi stratégiákat fejlesztenének ki (Goleman, 1995).

Ahogy az érzelmi intelligencia kapcsán is érintettünk megannyi aspektust, láthatjuk, milyen komplex és sokszor absztrakt fogalommal állunk szemben, így nem meglepő, hogy sokan próbálták megfogni, és különböző modellekbe rendezni. Ahhoz, hogy hűek maradjunk az eredeti modellhez, Salovey és Mayer (1997 in Salovey és mtsai., 2004) képesség alapú intelligencia modellje az, mely képes megfogni az EQ-t mint információ feldolgozó készséget, s mint önálló intelligencia dimenziókként kezeli a modell a különböző érzelmi intelligencia dimenziókat. Modelljünkben az Érzelmek kifejezése és észlelése, az Érzelmek szabályozása, valamint az Érzelmek használata a probléma megoldásban dimenziók különülnek el és alkotnak EQ-faktorokat, melyekkel az egyének általános érzelmi intelligenciáját lehet mérni.

Marcia identitásstátuszai és az EQ kapcsolata

Az EQ és az identitásstátuszok szerepe általában érintőlegesen merül fel a kutatások során. Seaton & Beaumont (2011) azt találták, hogy az identitással kapcsolatos elkötelezettség - és az intimitás - pozitív kapcsolatban áll az EQ-val. Brown és munkatársai (2003) -éppúgy, mint Lukács (2012) - kimutatták, hogy a magasabb EQ, magasabb önhatékonyságra hajlamosít a pályaválasztási döntések meghozatalában (jövővel kapcsolatos elképzelések) és a pályaaorientációban.

A magyar kutató Lukács (2012) is azt találta, hogy a magabiztosabb döntéshozók az élet számos területén elkötelezettebbek, míg a szorongó egyének általában hajlamosabbak több explorációt végezni, esetleg nagyobb az igényük identitásuk felfedezésére- ők a DIDS identitás kérdőívet használták (Luyckx és mtsai., 2008), és a magyar középiskolás mintától az egyetemi hallgatókig gyűjtött adatokat vizsgálták. Ezzel párhuzamban más kutatók megállapították, hogy az alacsonyabb EQ összefügg a maladaptív döntéshozatallal (Seaton, 2008 in Maher és mtsai., 2017). A nemek tekintetében, a lányok általában magasabb intimitást mutatnak (Maher és mtsai., 2017), ami ugyanolyan pozitívan korrelál az EQ-val, mint az identitás. Ezek a nemi különbségek nem csak kultúrákon átívelőek (Sharabany és mtsai., 2008, in Maher és mtsai., 2017), hanem széles körben alátámasztottak (Seaton & Beaumont, 2008; Seaton & Beaumont, 2011).

Marcia kiterjesztett státuszai (Luyckx és mts. 2008) és az EQ közötti kérdőívek kölcsönhatását még nem vizsgálták az előzetes kutatások, valamint a modernebb identitás megközelítés és EQ kapcsolatát, mint konstruktumok kapcsolatát vizsgáló kutatások sem igazán találhatók. Általában a kutatások a már említett fogalmak darabjainak kapcsolatát

szokták vizsgálni, így például az intimitás, a pályaválasztás vagy az interkulturális befolyást, esetleg motivációt vagy empátiát az elköteleződés vagy exploráció vonatkozásában.

Mindezen eredmények ismeretében kutatásunk az identitásstátuszok - Marcia (1968) elméletét követve - és az érzelmi intelligencia (Goleman, 1995) közötti kapcsolatra összpontosít. Az identitásstátuszok modern megközelítését fogjuk alkalmazni - (Luyckx és mtsai., 2008), amely az eredeti négy dimenziónál többet tartalmaz -, és megpróbáljuk megtalálni a kapcsolatot az érzelmi intelligenciával (Salovey és mtsai., 2004). amely egy összetettebb fogalom, mint a korábban használt kutatások. A korábbi tanulmányok és kutatások különböző (fentebb felsorolt) szempontokra összpontosítottak, mint például az intimitás (Seaton & Beaumont, 2011; Maher és mtsai., 2017), a nemek (Sharabany és mtsai., 2008, in Maher és mtsai., 2017), a vezetői szerep, dominancia stb. de nincs olyan tanulmány, amely az érzelmi intelligenciára - mint széleskörű fogalomra - és az identitásstátuszokra koncentrál.

Hipotézisek

H1. Azok az egyének, akik minél elkötelezettek az identitásuk iránt, - az elért identitáshoz közelítenek- érzékenyebbek lesznek az érzelmi jelzésekre. Az elkötelezettség és EQ között pozitív kapcsolatot feltételezünk.

H2. Minél több explorációt végeznek az egyének - képességeiket és lehetőségeiket tekintve-, annál érzékenyebbek lesznek az érzelmi jelzésekre. Az exploráció és EQ között pozitív kapcsolatot feltételezünk.

H3. Az érzelmi jelzésekre való nagyobb érzékenység azt jelentheti, hogy az egyén érettebb identitással rendelkezik. Így az elért identitással rendelkező egyének fognak a legmagasabb EQ pontszámokkal rendelkezni.

Módszer

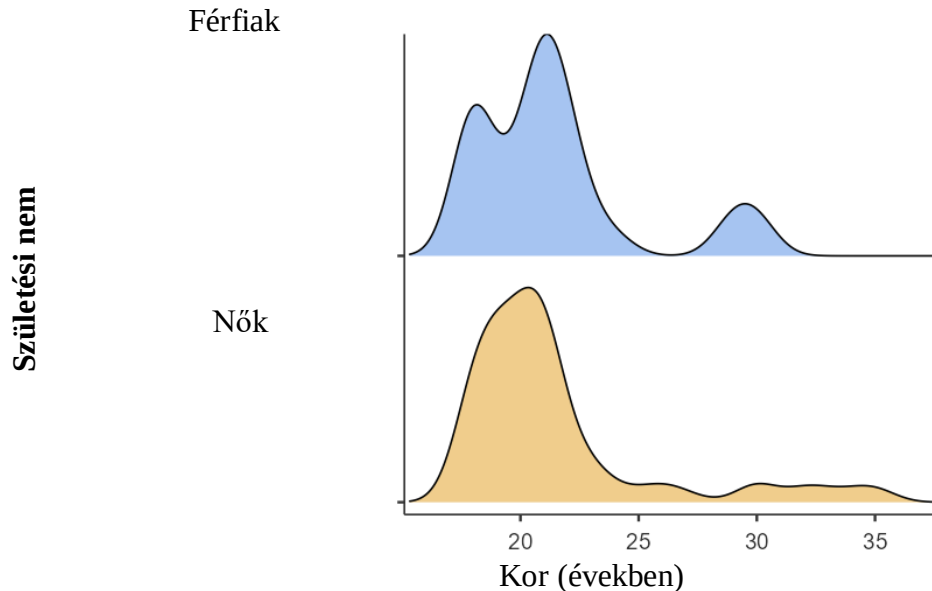
A vizsgálati résztvevők bemutatása

A kutatásban összesen 150 személy vett részt 112 (75%) nő és 38 (25%) férfi. A kiskorúakat kizártuk a felmérésben való részvételből, ezért a minta 18 éves kortól 82 éves korig terjed. Mindemellett Marcia elméletéhez hűen kizártuk azokat is, akik 35 évesnél idősebbek voltak, mivel elmélete szerint a 35 év feletti személyek olyan egyénekként kezelendők, akik már elérték, megformálták identitásukat.

A résztvevők számának csökkentése után összesen 123 résztvevő maradt a mintánkban 89 (72%) nő és 34 (28%) férfi. Az átlagéletkoruk 21,5 év volt, ($SD=3,95$). Mivel adataink a szűrés után sem voltak normális eloszlásúak (Shapiro Wilk $W=0,750$, $p<0,00001$), életkoruk mediánját, 21 évet említhetjük (2. ábra). A résztvevők között volt 25 középiskolás (20%), 15 kizárólag érettségivel rendelkező személy (12%), 76 olyan résztvevő, aki egyetemen tanult vagy tanul (62%), és 7 olyan személy, aki szakmát tanult/tanul (6%). A résztvevők közül 66 fő (72%) soha nem tanult pszichológiát egyetemen, mint szakirány.

2. Ábra

Az életkor eloszlása nemi bontásban



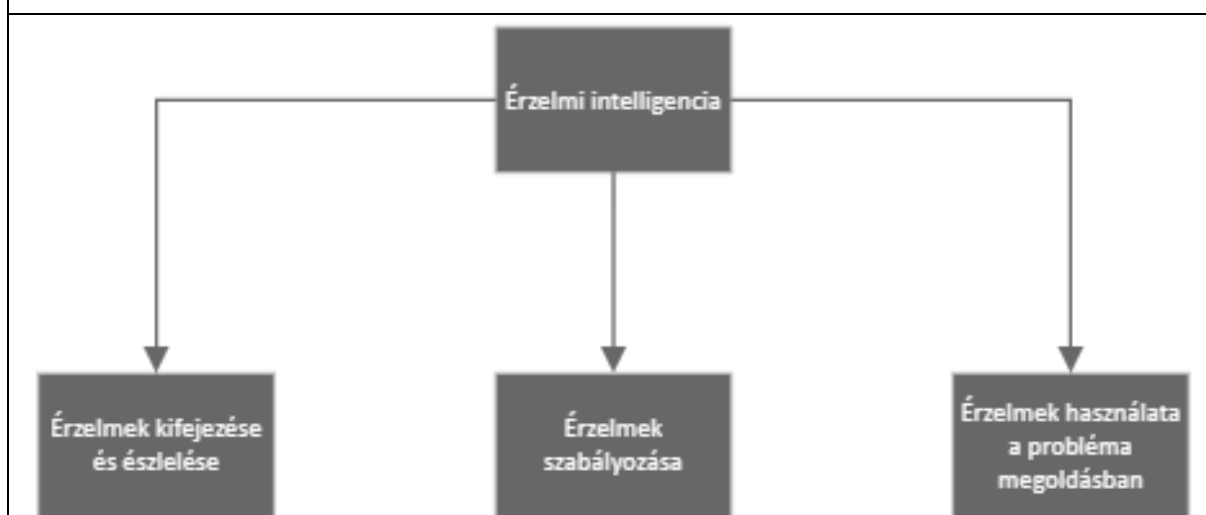
Mérőeszközök

- Érzelmek felmérése skála

A skála Salovey és Mayer (1990) érzelmi intelligencia három ágú modelljén alapul (3. Ábra). Shutte és mtsai. (1998, idézi Kun és mtsai., 2011) - a kérdőív eredeti készítői - nem adtak konkrét nevet az eredeti skálának - többféle elnevezése is van, mint Schutte Self Report Emotional Intelligence (SSREI), Emotional Intelligence Scale (EIS) vagy néha Schutte Self Report Inventory (SSRI), de Kun és mtsai. (2011) a Magyar változatát az érzelmek felmérése skálának nevezte el.

3. Ábra

Az érzelmi intelligencia háromágú modellje



Megjegyzés. Salovey és Mayer 1990 nyomán

Az AES-HU kérdőív az Assessing Emotions Scale adaptációja, mely eredetileg három skálát mér: "Az érzelmek értékelése", "Optimizmus és érzelemszabályozás", "Az érzelmek intraperszonális és interperszonális használata", de a gyakorlatban megbízható (magyar változat Cronbach-alfája: 0,61-0,77), valamint mozgó faktorai miatt általában 1-6 faktoros modellekkel alkalmazzák (Nagy, 2012).

- Az identitás fejlődésének dimenziója skála

A DIDS skálát Luyckx és munkatársai (2008) fejlesztették ki, az egyének útkeresési és elköteleződési faktorainak vizsgálatára Marcia elméletének komplexebb értelmezése által. A DIDS 25 kérdést tartalmaz az öt dimenzióra vonatkozóan (1-5. kérdés: Elkötelezettség vállalása (a továbbiakban: CM), 6-10: Mélységi exploráció (a továbbiakban: ED), 11-15: Széleskörű exploráció (továbbiakban: EB), 16-20: Azonosulás az elkötelezettséggel (a továbbiakban: IC),

21-25: Ruminatív exploráció (a továbbiakban: RE). 5 kérdés mindegyikre vonatkozóan. A DIDS (Luyckx és mtsai., 2008) magyar változatának tételait Rivnyák és mtsai. (2022) validálták, és további kutatásokban is bizonyították, hogy a DIDS mint eszköz megbízható és érvényes is (Cronbach-alfája a különböző faktoroknak itemekre bontva található meg: CM=0,66-0,89; IC=0,38-0,91, EB=0,49-0,83; ED=0,55-0,84; RE=0,54-0,85 (Luyckx és mtsai., 2008)).

A kutatás menete

A vizsgálat során megvizsgáltuk az identitásfejlődés és az érzelmi intelligencia közötti kapcsolatot. Az adatfelvétel online formában történt, mely során a vizsgálati személyek egy kérdőívcsomagot töltöttek ki, mely körülbelül 15-20 percet vett igénybe. A vizsgálat Google űrlap segítségével folyt, és minden olyan személynek lehetőségében állt kitölteni a kérdőívet, aki a kérdőívhez fért, és idősebb volt, mint 18 év. A kérdőív csomagban első körben a demográfiai adatokra kérdeztünk rá életkorra, tanulmányokra, nemre, párkapcsolati státuszra stb. vonatkozóan. Majd ezt követően a már fentebb említett kettő kérdőív kitöltésére volt lehetősége kitöltőinknek (DIDS és AES-HU) 6 pontos Likert-skála segítségével (1= „Egyáltalán nem értek egyet”, 2= „Nem értek egyet”, 3= „Nem annyira értek egyet”, 4= „Valamennyire egyet értek”, 5= „Egyet értek”, 6= „Teljes mértékben egyetértek”).

Minden résztvevő beleegyezését adta a vizsgálatban való részvételhez, és nem volt kiskorú a résztvevők között. A résztvevőket nem kérdeztük meg mentális egészségükről vagy érzelembefeldolgozási problémáikról - ilyen esetek az alexitímia -, hanem feltételeztük, hogy pszichológiai értelemben véve egészséges felnőttekről van szó. Ezenkívül a vizsgálat megkezdése előtt a résztvevőket részletesebben tájékoztattuk a kérdőívekről és a kísérlet valódi céljáról. A vizsgálati személyeket részletesen tájékoztattuk a kutatás menetéről és biztosítottuk őket a kutatás anonimitásáról.

Az adatok statisztikai elemzéséhez a Jamovi 2.3.2 programot használtuk, és minden esetben ellenőriztük az alkalmazott statisztikai program feltételeit (pl. normalitás vizsgálat).

Eredmények

Pszichometria

A kérdőívek validitását és reliabilitását először pszichometriaival eszközökkel ellenőriztük le, melyet a faktorszerkezetekkel kezdtünk. Először a DIDS Cronbach-alfáját ellenőriztük. Mivel validált faktorszerkezettel rendelkezett, mind az 5 dimenziót ellenőriztük, és megállapítottuk, hogy az 5. dimenzió kivételével valamennyi dimenzió erős megbízhatóságot mutatott (Cronbach-alfa minden egyes DIDS-dimenzióra: Az elköteleződés=0.930, a mélységi felfedezés=0.856, a széleskörű felfedezés=0,889, az elköteleződéssel való azonosulás=0.899, a ruminatív felfedezés=0,632 – a többi faktor magas Cronbach-alfája mellett elfogadhatónak ítéltünk meg a ruminatív exploráció értékét, mivel az előző kutatások is megerősítették ezt a faktorszerkezetet, nem pedig mozgó-faktor-struktúrával rendelkező kérdőív, melynél feltételezhetnénk a faktorok elmozdulását).

AES-HU faktorszerkezet

1. Táblázat					
Faktor illeszkedések az eredeti magyar (Nagy, 2012), mintán, egy faktoron, valamint az általunk létrehozott struktúrán					
	CFI	TLI	RMSEA	SRMR	Chi-square
Eredeti faktorokkal	0,577(gyenge)	0,531(gyenge)	0,110(gyenge)	0,116(gyenge)	2,485 (jó)
1 faktorrall	0,408(gyenge)	0,349(gyenge)	0,129 gyenge)	0,131(gyenge)	3,05 (jó)
Általunk használt faktorokkal	0,855 (0,9-től →elfogadható)	0,828(gyenge)	0,0706 (elfogadható)	0,078 (jó)	1,614 (jó)

Az AES-HU kérdőív faktorainak CFA ellenőrzését elvégeztük, viszont mivel a kérdőív különböző vizsgálatokban többféle faktorilleszkedéseket mutatott (Nagy, 2012). Úgy ítéltük meg, hogy a törekeny faktorstruktúra miatt (Nagy, 2012), egy feltáró faktorelemzést (EFA) futtattunk az AES-HU kérdőíven, hogy megtudjuk, hogyan rendeződik az AES-HU a jelen kutatás mintáján. Maximum Likelihood extrakcióval és Oblimin rotációval rendezve a faktorokat, három faktort kaptunk (1. faktor=3, 9, 11, 16, 23, 24; 2. faktor=6, 7, 8, 12, 14, 22; 3. faktor=4,5,13,18). Leellenőrizve az egyes faktorok megbízhatóságát megállapítottuk, hogy a

Cronbach-alfa értékük jó az 1. és 2. faktorra, a 3. faktor pedig elfogadható a vizsgálatunkhoz, hiszen a magyar mintánál magasabb értékeket mutattak a különböző faktorok (faktor: 1=0,783; 2=0,766; 3=0,683). Hét elemet (1, 10, 15, 17, 19, 20, 21) kivettünk, mivel a faktorterhelésük vagy 0,4 alatt volt, vagy két faktorban töltődtek, vagy ezek az elemek 3-nál kevesebb elemmel alkottak egy faktort (5. Táblázat).

A három új faktort a következőképpen neveztük el; az elsőt "Intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében" (a továbbiakban: IIRE), a másodikat "Érzelemszabályozás és optimizmus" (a továbbiakban: ERO), a harmadikat pedig "Érzelmi megküzdés visszakövetése" (a továbbiakban: REC) faktornak neveztük el. Majd egy megerősítő faktoranalízissel megvizsgáltuk, hogy az általunk készített faktorok illeszkedése valóban megbízhatóbb struktúrát eredményez, és azt találtuk, hogy igen (1. Táblázat)

Pearson-féle korrelációs elemzés

Kutatásunkhoz első két hipotéziséhez (H1. és H2.) először korrelációs elemzést végeztünk el, hogy meghatározzuk a további statisztikai elemzések irányát. A változók közötti korrelációs együtthatókat a 2. táblázatban összegeztük. A Pearson-féle korrelációs elemzés során azt találtuk, hogy a DIDS-faktorok korreláltak az EQ-faktorokkal (ERO $r=0,377$, $p<0,001$; IIRE $r=0,212$, $p<0,05$; REC $r=0,259$, $p<0,01$). Az 'Elkötelezettség vállalása' (CM) és az 'Azonosulás az elkötelezettséggel' (IC) faktorok pozitív szignifikáns kapcsolatot mutattak mindegyik EQ faktoral – kivétel az IIRE faktor és CM esetében. Az 'Intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében' faktor csak az IC DIDS faktoral mutatott -pozitív-korrelációt, ami azért történhetett, mivel az ebbe a faktorba tartozó itemek többsége identifikációra vonatkozik csak („...mások hangjából meg tudom állapítani, hogy hogyan érzik magukat.”, „Arckifejezéseik alapján felismerem milyen érzelmeket élnek...”). Az explorációs faktoroknál a REC AES-HU faktor mutatott pozitív szignifikáns eredményt a szélességi és mélységi explorációkkal, míg a ruminatív exploráció esetében negatív szignifikáns korrelációt kaptunk az ERO faktoral (2. Táblázat).

2. Táblázat			
Pearson korrelációs mátrix a DIDS faktorok az EQ faktorokkal			
	ERO= Érzelemszabályozás és optimizmus	IIRE= Intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében	REC= Érzelmi megküzdés visszakövetése
CM= Elkötelezettség vállalása	0,403***	0,047	0,285**
IC=Azonosulás az elkötelezettséggel	0,377***	0,212*	0,259**
EB= Széleskörű exploráció	0,138	-0,016	0,490***
ED= Mélységi exploráció	-0,001	-0,071	0,246**
RE= Ruminatív exploráció	-0,349***	-0,134	-0,017
Megjegyzés. * = $p<0,05$; ** = $p<0,01$; *** = $p<0,001$			

Feltételezésünket, miszerint az érzelmi intelligencia és az elköteleződés/exploráció korrelálnak egymással beigazolódott, mivel a Lucyxs és mtsai. (2008) által meghatározott identitásdimenzió faktorok kapcsolatot mutatnak az általunk használt EQ faktorokkal.

Lineáris regresszió

A korrelációs eredményeinkből megállapítottuk, hogy valóban van kapcsolat a vizsgált tényezőink között, lineáris regresszióval pedig arra kerestük a választ, hogy vajon a DIDS dimenziók milyen hatással vannak bizonyos EQ faktorokra. Ezzel a harmadik hipotézisünkre (H3.) térünk át, hiszen feltételezésünk szerint az identitásstátuszok előjelezhetik az egyén EQ-játt.

3. Táblázat					
Lineáris regresszió az EQ faktoraival a DIDS dimenziókon					
Érzelemszabályozás és optimizmus				95% confidence interval	
	β	t	p	Lower	Upper
CM	0,133	0,808	0,421	-0,199	0,473
IC	0,068	0,447	0,655	-0,234	0,371
EB	0,180	1,766	0,080	-0,022	0,376
ED	0,0772	0,666	0,507	-0,132	0,266
RE	-0,213	-1,697	0,092	-0,597	0,046
Intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében				95% confidence interval	
	β	t	p	Lower	Upper
CM	-0,378	-2,602	0,010	-0,824	-0,112
IC	0,413	3,061	0,003	0,175	0,818
EB	0,009	0,106	0,915	-0,199	0,222
ED	0,017	0,169	0,866	-0,193	0,229
RE	-0,093	-0,833	0,407	-0,485	0,198
Érzelmi megküzdés visszakövetése				95% confidence interval	
	β	t	p	Lower	Upper
CM	0,174	1,753	0,082	-0,036	0,585
IC	0,068	0,745	0,458	-0,175	0,385
EB	0,269	4,362	<,001	0,221	0,587
ED	0,054	0,773	0,441	-0,112	0,255
RE	0,059	0,790	0,431	-0,1787	0,416
Megjegyzés. 'CM' = Elkötelezettség vállalása, 'IC' = Azonosulás az elkötelezettséggel, 'EB' = Széleskörű exploráció, 'ED' = Mélységi exploráció, 'RE' = Ruminatív exploráció					

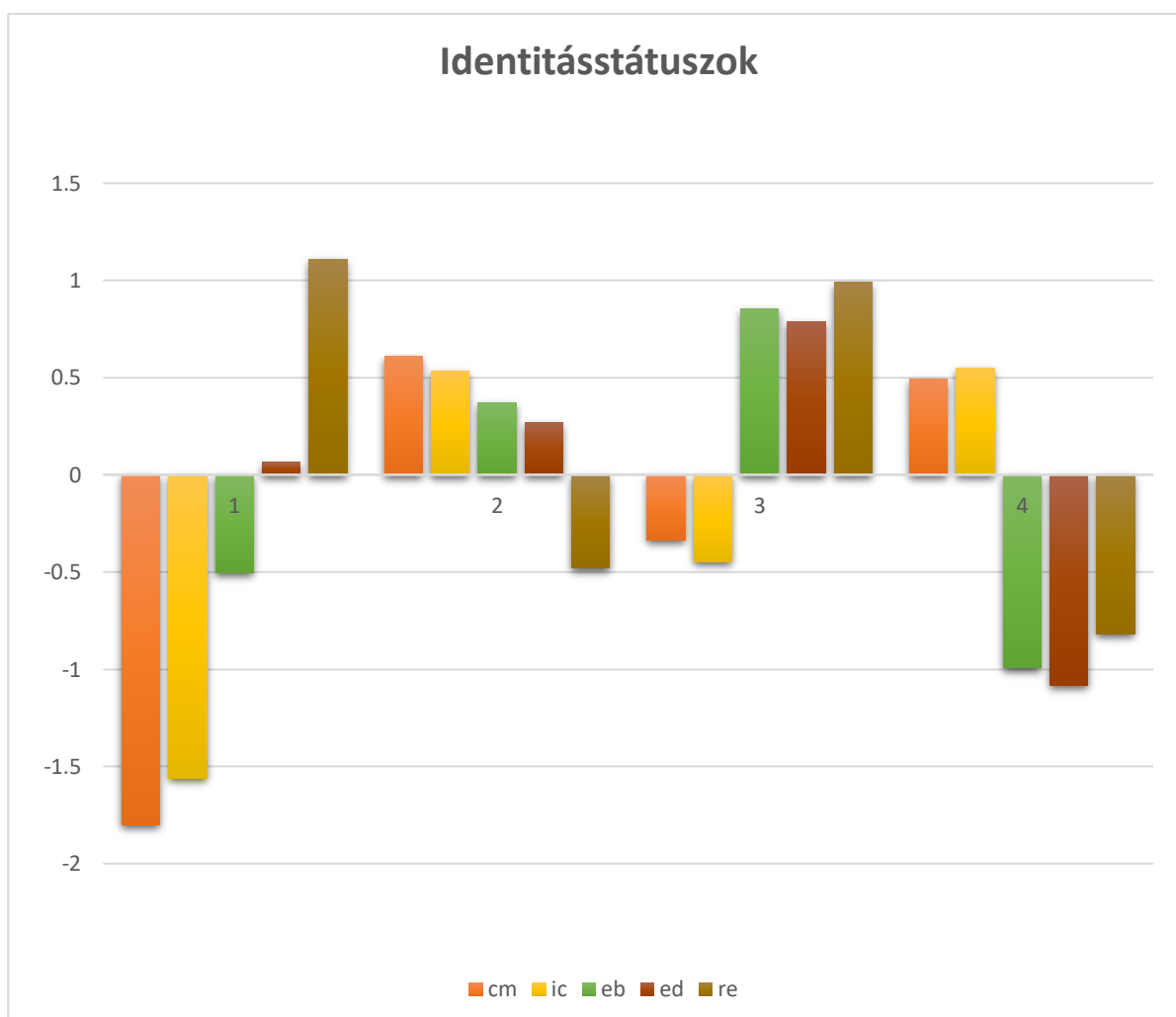
Eredményeink (3. Táblázat) azt mutatták, hogy a DIDS egyik dimenziója sem volt szignifikáns hatással az ERO faktorra ($F(5, 117) = 5,91$; $p < ,001$, 0,168-as korrigált R^2 -nal). Azonban a DIDS dimenziók közül a CM és IC szignifikáns hatást mutattak az IIRE faktorra (F

(5, 117) = 2,63; $p=0,027$; 0,0626-os korrigált R^2 -nal) (amint azt az 3. táblázatban láthatjuk.). A DIDS dimenziók szintén hatást mutattak a REC faktorra ($F(5, 117) = 11$; $p < ,001$ 0,290-es korrigált R^2 -nal), - ahogy azt a 2. táblázatban láthattuk – itt is az EB dimenzió volt az, amelyik erős hatást gyakorolt rá. Ugyanakkor semelyik másik explorációs faktor esetében nem találtunk szignifikáns kapcsolatot. Így eredményinkből bebizonyosodott, hogy nem lehet biztosan kijelenteni, hogy az egyes Luyckx (és mtsai., 2008) féle identitás dimenziók milyen mértékben és módon befolyásolják a különböző EQ faktorokat.

Cluster analízis

4. Ábra

Marcia kibővített dimenziói



Megjegyzés. 1=Diffúz identitás, 2= Elért identitás, 3= (ruminatív) Moratórium, 4= Korai zárás; 'CM'= Elkötelezettség vállalása, 'IC' = Azonosulás az elkötelezettséggel, 'EB' = Széleskörű exploráció, 'ED' = Mélységi exploráció, 'RE' = Ruminatív exploráció

Azon hipotézisünk vizsgálatára (H2), melyben azt feltételeztük az egyének egy kiforrottabb identitástatuszban magasabb érzelmi intelligenciával is rendelkezik, először egy Cluster analízisre volt szükségünk. Így először megállapítottuk, milyen identitástatuszokba sorolhatók a résztvevőink. Analízisünk kimutatta, hogy a DIDS kérdőív faktorait identitástatuszokba rendeztük- ahogyan előttünk a kérdőívet használó kutatások is tették (Crocetti és mtsai., 2011; Zimmermann és mtsai., 2013) (4. ábra). A dimenziókat az eredeti modell alapján neveztük el, viszont a mintánkból kifolyólag csupán négy státuszt tudtunk létrehozni úgy, hogy ezen identitástatuszok statisztikailag megfelelőek legyenek. Az eredetitől eltérően mintánkban egy a moratóriumhoz hasonló státusz domborodott ki, amit 'Ruminatív moratórium'-nak neveztünk el (4. ábra). A Ruminatív moratórium pedig, ahogy azt az ábrán is láthatjuk (4. Ábra) magas ruminatív explorációval rendelkezik az explorációs faktorok mellett.

ANOVA analízis

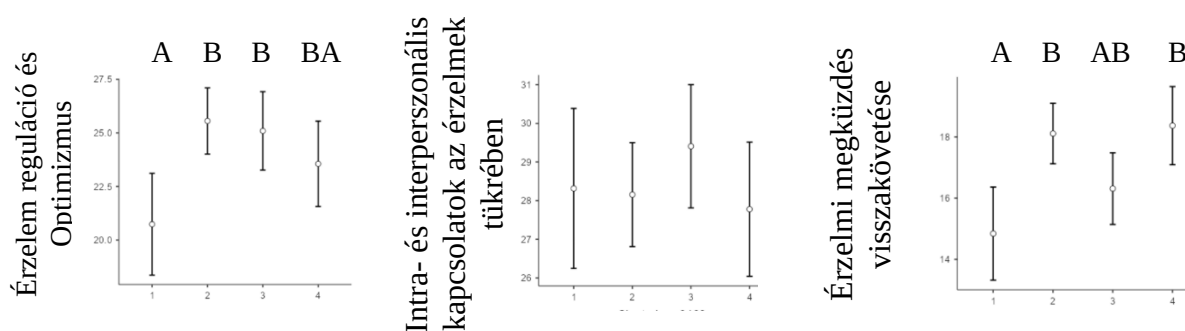
A DIDS 4 clusterére (1=Diffúz identitás, 2= Elért identitás, 3= (ruminatív) Moratórium, 4= Korai zárás) vonatkozóan ezután lefuttattunk egy ANOVA Post Hoc tesztet a H3. hipotézisre, melyhez először a cluster analízisre volt szükségünk. Az egyes EQ faktorok eredményei a különböző identitástatuszainkkal valóban kapcsolatban állnak (ERO-val: $F(3) = 4,23$; $p = 0,007$; $\eta^2 = 0,096$; IIRA-val: $F(3) = 11,96$; $p = 0,01124$; $\eta^2 = 0,1047$; REC: $F(3) = 6,09$; $p = 0,00068$, $\eta^2 = 0,133$) (4. Táblázat).

4. Táblázat						
ANOVA analízis az EQ faktorokkal és a DIDS clusterekkel						
Comparison			Mean Difference	df	t	P(tukey)
Clustering						
Érzelem reguláció és Optimizmus	1	2	-4,819	119	-3,368	0,006
		3	-4,357	119	-2,877	0,024
		4	-2,819	119	-1,800	0,278
	2	3	0,462	119	0,382	0,981
		4	2	119	1,571	0,399
	3	4	1,538	119	1,126	0,674
Intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében	1	2	0,160	119	0,129	0,999
		3	-1,090	119	-0,826	0,842
		4	0,538	119	0,394	0,979
	2	3	-1,251	119	-1,187	0,636
		4	0,378	119	0,341	0,986
	3	4	1,628	119	1,368	0,522
Érzelmi megküzdés visszakövetése	1	2	-3,269	119	-3,566	0,003
		3	-1,470	119	-1,515	0,432
		4	-3,528	119	-3,516	0,003
	2	3	1,799	119	2,321	0,099
		4	-0,259	119	-0,318	0,989
	3	4	-2,058	119	-2,350	0,093
Megjegyzés.1=Diffúz identitás, 2= Elért identitás, 3= (ruminatív) Moratórium, 4= Korai zárás						

Eredményeinket, ahogy a 4. táblázatban is láthatjuk, kimutatták, hogy az ERO szignifikáns eredményekkel rendelkezik az 1-4 és az 3-4 státuszok között, valamint a REC szintén szignifikáns eredményeket hozott az 1-4 és az 2-4 státuszok között. (4. táblázat.). Az IIRE faktoron viszont egyik identitásstátusz sem különbözött a másiktól szignifikánsan. Így hipotézisünk (H3.) részben beigazolódtott, ahogy azt az 5. ábrában is láthatjuk, hogy az elért identitású egyének magasabb érzelmi intelligenciával rendelkeznek érettebb identitással rendelkező egyének néhol magasabban helyezkednek el az EQ skálán.

5. Ábra

ANOVA identitásstátusz clusterok és az AES-HU faktorok összehasonlítása minden egyes EQ faktorra



Megjegyzés. 1=Diffúz identitás, 2= Elért identitás, 3=(ruminatív)Moratórium, 4= Korai zárás. Az ábrán az eltérő betűjelek a post hoc elemzés alapján egymástól szignifikánsan különböző csoportokat jelentenek.

Megvitatás

Az identitás kialakulása és elérése a mai napig olyan alapkőve a személyiség kialakítás folyamantának mely bár korokkal változik, bővül, alakul, alapjait tekintve mégis időtálló. Marcia rendszere, amiben az egyén útkeresés és elköteleződés révén van besorolva, még mindig az egyik legpontosabb elmélet, amely az egyén identitásállapotának értékeléséhez használható (Erikson, 1968). Azonban pusztán az elért identitástatusz még nem elég ahhoz, hogy valóban érett felnőtté váljon az egyén, hiszen szükséges bizonyos fokú érzelmi intelligencia is annak eléréséhez. A jelen kutatás célja az volt, hogy meghatározzuk az érzelmi intelligencia és Marcia identitástatusai közötti kapcsolatot, hogy lássuk, hogyan kapcsolható össze valakinek az érzelmi érzékenysége az identitástatuszával. Bár az érzelmi intelligencia és identitástatuszok vice versa kapcsolattal támogathatják egymást, ebben a kutatásban az identitástatuszokat vettük górcső alá, annak tekintetében, vajon előjelezhetik-e az érzelmi intelligencia fokát és milyenségét. Kutatásunk eredményei pedig azt mutatták, hogy mind a vizsgált kérdőívek faktorai között, s mind a teoretikus háttérben fölvázolt konstruktumok között kapcsolat található.

Az első hipotézisünk (H1), amely szerint: *Azok az egyének, akik minél elkötelezettek az identitásuk iránt, - az elért identitáshoz közelítenek- érzékenyebbek lesznek az érzelmi jelzésekre. Az elkötelezettség és EQ között pozitív kapcsolatot feltételezünk.* Vizsgálatunkban azt találtuk, hogy mindkét elköteleződés faktor (Elkötelezettség vállalása, Azonosulás az elkötelezettséggel) pozitív kapcsolatban áll az EQ faktorokkal. Ez csupán az IIRE EQ faktor és az Elkötelezettség vállalása DIDS faktor között nem teljesült, ami várható volt, mivel az IIRE faktor itemei az identifikációra vonatkoznak leginkább („*Felismerem milyen érzelmeket élnek át az emberek.*”, „*Könnyen megértem mások nem-verbális üzeneteit*”, „*Arckifejezéseik alapján felismerem milyen érzelmeket élnek át...*”). Lineáris regresszióink is megerősítette, hogy az identifikáció az elköteleződéssel pozitívan hat az intra- és interperszonális kapcsolatok kiértékelésére az érzelmek tükrében. Ám ugyanezen lineáris regresszió vizsgálat folyamán az is kidomborodott, hogy az elköteleződés vállalása viszont negatívan hat az IIRE faktorra, ami azzal magyarázható, hogy az egyének bár elköteleződnek identitásuk mellett, valamint szélességi explorációt végeztek, nem feltétlenül identifikálódtak szemlélet módjukkal, és még nem ástak mélyre elköteleződésüknek mélységi explorációval. A jelen kutatás megerősíti a korábbi eredményeket (Brown és mtsai., 2003; Lukács, 2012) az első hipotézissel (H1) együtt, valamint további bizonyítékokkal járul hozzá. Így elmondható, hogy azok az egyének, akik kevésbé elkötelezettek identitásuk iránt, még mindig keresik céljaikat és önmagukat, nem annyira érzékenyek az érzelmi jelzésekre, és nem rendelkeznek olyan magas érzelmi

intelligenciával, mint azok, akik elkötelezettebbek. Ezt támasztotta alá statisztikai elemzésünk korrelációs elemzése és lineáris regressziója is.

Második hipotézisünk (H2. *Minél több explorációt végeznek az egyének - képességeiket és lehetőségeiket tekintve-, annál érzékenyebbek lesznek az érzelmi jelzésekre. Az exploráció és EQ között pozitív kapcsolatot feltételezünk.*) eredményei, azt mutatták, hogy az Érzelmi megküzdés visszakövetése (REC) EQ faktor valóban pozitív kapcsolatban állt a mélységi és szélességi explorációval. Ezen eredményekből arra is következtethetünk, hogy az érzelmi stabilitás, önismeret, valamint a környezettel való elégedettség, mint egy mutatója az explorációs faktoroknak. A lineáris regresszió is alátámasztotta eredményeinket, és várakozásainkat megerősítette, mivel a szélességi exploráció pozitív hatást mutatott az érzelmi megküzdés visszakövetésével kapcsolatban.

A ruminatív exploráció esetében viszont fordított kapcsolatot találtunk az érzelemszabályozás és optimizmus EQ faktoral, ami a teoretikus háttérben is kidomborodott, hogy a rumináció sokszor negatív felhangot kaphat. Az ERO faktorunk pedig olyan itemekkel volt tele, mint „...tudom, mit kell tennem, hogy...”, „Olyan dolgokat teszek, melyek örömet okoznak nekem.” stb., mely itemekből is látszik, hogy inkább az elköteleződéssel állhatnak kapcsolatban, mintsem az explorációval. Viszont a ruminatív explorációról fontos megemlítenünk azt is, hogy az egyének a folytonos intruzív gondolatok miatt eltávolodhatnak az elköteleződéstől, így inkább érthető a negatív kapcsolat is, mint meghökkentő. Az explorációs faktorok egyike sem mutatott szignifikáns eredményeket az IIRE faktoral, ami szintén egy várt eredmény volt, mivel, az ebbe a faktorba tartozó itemek főleg identifikációval kapcsolatos állításokat tartalmaznak, mint azt első hipotézisünk során ki is fejtettük.

Harmadik hipotézisünkhöz, ahogy az 4. ábrán is láhattunk elsősorban elkészítettük a saját adataink által kirajzolt identitásstátuszokat, mely így négy identitásstátuszt rajzolt ki. Ez annak is köszönhető, hogy kitöltőink válaszainak száma, valamint a kérdőívek hosszúsága mentén, csupán a klasszikus négy identitásstátusz tudott kirajzolódni úgy, hogy valóban szignifikáns eredményeket kapjunk (z-score), az egymáshoz nagyon hasonló hat identitásstátusz helyett. A kapott státuszok pedig: Diffúz, Elért identitás, Ruminatív Moratórium, és Korai záró státuszokat lettek. Ahogy az első két hipotézisünk során feltérképeztük az egyes faktorok kapcsolatát, úgy az identitásstátuszokból is kirajzolódott, hogy a Diffúz státusz mutatja a leggyengébb eredményeket (mindegyik elköteleződés és exploráció faktor alacsony eredményeket mutatott, míg a ruminatív exploráció pozitív eredménye domborodott ki, mai az előzőekben pont fordított arányosságot mutatott) az EQ-val kapcsolatban, míg az Elért identitás a legmagasabbat. Maga a Ruminatív Moratórium pedig egy

olyan identitásstátusz, melyben az egyénekre jellemzően magasabb az exploráció, köztük a ruminálás is.

Harmadik hipotézisünkben pedig (H3. *Az érzelmi jelzésekre való nagyobb érzékenység azt jelentheti, hogy az egyén érettebb identitással rendelkezik. Így az elért identitással rendelkező egyének fognak a legmagasabb EQ pontszámokkal rendelkezni.*), hogy vajon egy érettebb identitásstátuszba eső egyén magasabb EQ-val fog-e rendelkezni, részben megerősítő eredményeket kaptunk. Az intra- és interperszonális kapcsolatok az érzelmek tükrében EQ faktoron egyik identitásstátusz sem mutatott különbséget a többitől. Ez nem váratlan eredmény, hiszen már az előző hipotézisünk igazolása során is láthattuk, hogy az IIRE faktor igen csekély mértékben mutat szignifikáns eredményeket. A magyarázat erre pedig abból fakad, hogy az intra- és interperszonális kapcsolatok érzelmi feldolgozása, megítélése jóval inkább a szociális készségek fejlődéséből fakad így nem függ sem az identitásstátuszoktól, sem az érzelmi intelligenciától, inkább az egyén szociális skilljeitől.

Ami viszont szembetűnő lehet, hogy az Elért identitás és a Diffúz identitásstátuszok (a másik két EQ faktoron ERO és REC) valóban különbséget mutattak egymástól az Elért identitásstátusz javára pozitívan. Mindamelllett, hogy ez igazolja hipotézisünket, eredményeink arra is rávilágítottak, hogy a különböző EQ faktorokon egymástól eltérő eredményt mutathatnak más identitásstátuszok. Esetünkben az ERO EQ faktoron a Korai zárók nem mutattak különbséget egyik identitásstátuszba esőtől sem, ám a REC EQ faktoron az Elért identitásúakhoz hasonlóságot mutattak. Ugyanígy a Ruminatív Moratórium identitásstátuszba esők nem mutattak eltérést az Elért identitásstátuszúaktól az ERO faktoron, majd a REC faktoron egyik identitásstátusztól sem különböztek szignifikánsan. Ezen eredményeink olyan finomhangolásokra mutathatnak rá, melyek a különböző identitásstátuszok jellegzetességei lehetnek. Tehát egy Korai záró esetében valószínűsíthető az érzelmi megküzdés visszakövetésének magasfokú képessége, hiszen egy a tekintélyszemélyektől is elsajátítható képességről beszélünk, ahogy Goleman (1995) is hangsúlyozta, kevésbé valószínű, hogy kudarcot vallanak az érzelmeikkel való megküzdésben, mivel bevált mintákat és stratégiákat vesznek át.

Ugyanebben az esetben viszont a Ruminatív Moratóriumba esőknél azt láttuk, hogy hasonlóak a többi identitásstátuszhoz, ami azért lehet, mivel a rumináció teret ad megküzdési stratégiáik újraértékelésében. Ahogy Erikson (1968) is megfogalmazta az önreflexió folytonossága a rumináció, a moratóriumba esőkre pedig emellett jellemző a magasabb erkölcsösség is, így saját erőforrásaik felfedezésébe körültekintőbbek és többet explorálóak azok az egyének, akik ebben a státuszban vannak. Az érzelemszabályozás és optimizmusnál

pedig a Korai zárók esetében a képességek inkább tanult jelenléte érhető tetten – az ERO faktor itemjei is ezt támasztják alá „...tudom, mit kell tennem, hogy ezt az érzést hosszasan fenntartsam.”, „Olyan dolgokat teszek, melyek örömet okoznak nekem.”. A Ruminatív moratóriumba esők az ERO faktoron azért mutathatnak az Elért identitás státuszúakhoz hasonló eredményt, mivel ők magasban explorálnak, így feltételezhetően pozitívan ruminálnak jövőjükön, és érzelmiregulációjuk során is több eszközzel rendelkezhetnek, mint a Korai zárók. Ezt Walter (és mtsai., 1989) is alátámasztja, miszerint a magasabb érzelmi megküzdés együtt jár azzal, hogy az egyén több fókuszot tud személyiségének kialakítására helyezni.

Ez a tanulmány számot adott a Marcia identitástatuszok és az EQ együttes használatáról, amelyeket már különböző kontextusokban mértek. Albert és Meyer (1998) negatív korrelációt talált az EQ és a korai zárás között, míg a mi eredményeink pozitív korrelációt mutattak egyes EQ faktorokon. Ezt az eredményt az öröklött életminták, megküzdési stratégiák, átvett identitások miatt kaphatták, hiszen az érzelmi érzékenységet is átvehetik. Mayer és munkatársai (1999) azt találták, hogy a szülői melegség és támogatás, valamint az étellel való elégedettség pozitívan befolyásolja az egyén érzelmi intelligenciáját, amit szintén sokan alátámasztottak (Mayer, 1998; Mayer és munkatársai, 1998 in Mayer és munkatársai 1999), és az örökléssel is összeegyeztethető.

A további tanulmányoknak célja lehet az, hogy újra gondolják, hogyan működhetnek a különböző identitástatuszok a jelenlegi társadalmainkban. Mint láthattuk, az Identitás elérése nem mutatott kiemelkedően magas eredményeket azokon a faktorokon, melyek az előzetes kutatásokban kiemelkedtek. Az ebbe a státuszba tartozó egyének magasabb ruminatív explorációt mutattak, mint az eddigi kutatásokban, ami jelzés értékű, mivel általában nem jár együtt az elért identitástatusszal. Az adatok összehasonlításából az is kiderült, hogy bár az érzelmi intelligencia és az identitási státuszok hatással vannak egymásra, félrevezető lehet azt mondani, hogy az elért identitással rendelkező személy magasabb érzelmi intelligenciával is rendelkezik minden téren. Viszont kutatásunk választ ad egyúttal arra is, hogy miért van oly kevés kutatás a témában, valamint miért csak elemeket vizsgálnak a kutatások, nem pedig nagy egészként nyúlnak ezen konstruktumokhoz.

Ezzel a megállapítással együtt fennállhat a lehetősége annak, hogy a modern társadalmakban lévő egyénekre a jövőben jóval jellemzőbb lesz a rumináció. Az elmúlt évtizedekben megnőtt az információáradat, amely befolyásolhatja az életünket. Egyre több, és több lehetőségünk van ismereteket gyűjteni és ismereteket átadni is. A mai társadalmunkban nem kötelez senki és semmi arra, hogy kitartsunk egy fajta életmód, szakma, esetleg ideológia mellett, így munkahelyeink, partnereink és barátaink is cserélődhetnek az idő és identitásunk

fejlődése során. Ezt nevezik információs-kommunikációs forradalomnak (INFOCO), ahol a Homo scriba-ból a Homo electronicusba váltunk át, ahol az embereket gyorsabb fejlődésre és több tudás és bölcsesség gyűjtésére készítetik, mint korábban. A határok és az időzónák sem jelentenek többé problémát az ember számára a technológiának köszönhetően, így bármikor elérhetünk szinte bármilyen információt (Targowski, 2009). Lehetőségünk van arra, hogy fejlesszük képességeinket, új készségeket, nyelveket, munkahelyeket és az életünkben fontos embereket fedezzünk fel, a mai kultúránkban bekövetkezett enyhe váltás miatt is válik a ruminatív felfedezés az életünk egyre nagyobb részévé, még akkor is, ha elért identitástudattal rendelkezünk. A ruminatív elemek így további társadalomfilozófiai kérdéseket vethetnek fel, melyek a pszichológia jövőjét is befolyásolhatják (Rimé és mtsai., 1992; Leggo, 2004; Wirth, 2021; stb.).

Kitekintés, Limitációk

Kutatásunk limitációja volt az, hogy az identitásstátuszok nem tekinthetők a fejlődés dinamikusabb részének, még az általunk használt DIDS klaszteralapú megközelítéssel sem, mely a személy alapú megközelítést támogatja. Így a jövőben egy az Identitás versus Szerepkonfúzió kívül eső egyének bevonására alkalmas kérdőívcsomag használata lenne szükséges a z általunk taglalt téma pontosabb mérésére. Jövőbeli kutatások figyelmébe ajánljuk az identitás dinamikusságát is, melyben az egyén többször is megélheti a státuszokat (státuszok ismétlődése, mom cycle). Ezáltal Marcia elmélete összetettebb jelenségnek tekinthető és hosszabb időintervallumra levetíthető, ami egy fontos aspektusa lehet a jövőbeli kutatásoknak. Megemlítendő még az is, hogy a kérdőívektől is függhet, hogy a hogyan kezelik a mért jelenséget. A további kutatásokban nagyobb minta és megbízhatóbb kérdőívek elősegíthetik a pontosabb feltárását az érzelmi intelligencia és az identitásstátuszok folyamatai közötti kapcsolatról. Az általunk mért jelenségek absztraktságából kifolyólag pedig egy célzottabb érzelmi intelligencia-identitásstátusz kapcsolat mérő kérdőívcsomag szintén hozzájárulhat az ilyesfajta kutatásokhoz. Továbbá egy strukturált identitásstátusz-interjú, vagy akár Marcia identitásstátuszok kiterjesztett változatának (Luyxs és mtsai., 2008) fejlesztése segítené a kutatókat abban, hogy még megbízhatóbb eredményeket tudjanak felmutatni.

A társadalmunkban (INFOCO) a fent említett kor béli elmozdulás miatt a további vizsgálatokban kiterjeszthetjük a korhatárt 35 évnél idősebb emberekre is, hogy megvizsgáljuk, hogyan párosulhat a ruminatív exploráció az egyes identitásstátuszokkal. Valamint az is figyelmet élvezhet a jövőben, hogy az identitásstátuszok egy dinamikus folyamatot képeznek, amely soha nem ér véget az emberek életében, ahogyan Erikson is

megállapította (Erikson, 1968). Ez a soha véget nem érő folyamat az egyének életében is megjelenhet, hiszen a státuszok többszöri átélése, krízisek, vagy hirtelen megrázó esemény életük újraértékelését okozhatja, ami azt eredményezheti, hogy ismét különböző identitástatuszokon mennek keresztül (pl. moratórium- diffúzió- identitás elérése újra, miután elvesztettük a fontos társunkat (Thomas és mtsai., 1988)).

Egy másik korlát lehet, hogy az általunk használt kérdőívek, mivel számos kérdőív létezik az identitástatuszokról mind klinikai mind szubklinikai mintára (SCIM Kaufman és mtsai., 2014; EIQ by Shilling, 1975; EOM-EIS II. by Bennion & Adams, 1986; EIPQ by Balisteri, 1989; DISI by Dellas & Jernigan, 1990; U-MICS by Wim Meeus, 2001 stb.) és az érzelmi intelligenciáról (SSREI by Salovey and Mayer, 1990; TMMS by Salovey és mtsai. 1995; Emotional intelligence inventory by Bar-On, 1997; SEAS by Freudenthaler & Neubauer, 2005; TEIQue-SF by Petrides, 2009; stb.), megkérdőjelezhetjük az AES-HU és a DIDS kérdőívek mérési képességét (faktorszerkezet, mért szempontok stb.) a két megfigyelt jelenség (érzelmi intelligencia és Marcia identitásállapotai) együttes előrejelzésére. Emellett a faktorstruktúrák nem mutattak jó illeszkedést a kérdőívekhez sem kiváló faktorstruktúrát, ami manipulálhatja az eredményeket, és megerősítési torzulásokat eredményezhet. A jelen dolgozat nemcsak a kétféle kérdőív közötti kapcsolatot vizsgálta közelebbről, hanem megpróbált némi betekintést nyújtani abba, hogy mennyire megbízhatóak. További tanulmányoknak meg kell vizsgálniuk, hogy a mai társadalom hogyan alakult át a "rumináció" tekintetében -, hiszen manapság bárki számára elérhető egy-egy egyetemi képzés, továbbképzés akár nyugdíjas korban is, mint azt már említettük. Az információ mennyisége hatással lehet az egyénekre, és az identitásállapotok másképp alakulhatnak. Ez a mi társadalmunkban is megmutatkozik, ahol a kialakuló információs-kommunikációs forradalom miatt különbözünk az előttünk élt generációktól, ami természetes, és nem figyelmen kívül hagyható.

Irodalomjegyzék

- Abrams, D., & Hogg, M. A. (1988). Comments on the motivational status of self-esteem in social identity and intergroup discrimination. *European Journal of Social Psychology*, 18(4), 317–334. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420180403>
- Alberts, C., & Meyer, J. C. (1998). The relationship between Marcia's ego identity statuses and selected personality variables in an African context. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 20(4), 277–288. <https://doi.org/10.1023/a:1005373108406>
- Bgt, T., Suovuo, Koskinen, J., & Sutinen, E. (2022). ARTIKKELI Designing Terminal Encounters with Erikson and Kübler-Ross for Life Before Death. *THANATOS*, 10(2), 2021. https://thanatosjournal.files.wordpress.com/2022/02/suovuo_et_al_designing-terminal.pdf
- Brown, C., George-Curran, R., & Smith, M. L. (2003). The Role of Emotional Intelligence in the Career Commitment and Decision-Making Process. *Journal of Career Assessment*, 11(4), 379–392. <https://doi.org/10.1177/1069072703255834>
- Checa, P., & Fernández-Berrocal, P. (2015). The Role of Intelligence Quotient and Emotional Intelligence in Cognitive Control Processes. *Frontiers in Psychology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01853>
- Crocetti, E., Luyckx, K., Scignaro, M., & Sica, L. S. (2011). Identity formation in Italian emerging adults: A cluster-analytic approach and associations with psychosocial functioning. *European Journal of Developmental Psychology*, 8(5), 558–572. <https://doi.org/10.1080/17405629.2011.576858>
- Cole, M., Cole, S. R., Bíró Szilvia, Csibra Gergely, & Al, E. (2006). *Fejlődéslelektan*. Osiris.
- Erikson, E.H. (1968). Identity: youth and crisis. Chapter 3. The life cycle: epigenesis of identity (pp. 91-141). New York, NY: W.W. Norton.
- Ernst, A. (2014). Review: The Proust Effect: The Senses as Doorways to Lost Memories. *Perception*, 43(12), 1404–1406. <https://doi.org/10.1068/p4312rv>
- Fearon, J. (1999). *WHAT IS IDENTITY (AS WE NOW USE THE WORD)?* <http://www.web.stanford.edu/group/fearon-research/cgi-bin/wordpress/wp-content/uploads/2013/10/What-is-Identity-as-we-now-use-the-word-.pdf>

- Feinberg, H. (1941). IQ correlated with EQ. *Journal of Educational Psychology*, 32(8), 617–623.
<https://doi.org/10.1037/h0057239>
- Feldman Barrett, L., & Salovey, P. (2002). *The wisdom in feeling : psychological processes in emotional intelligence*. Guilford Press.
- Francis Mading Deng, & Brookings Institution. (1995). *War of visions : conflict of identities in the Sudan*. Brookings Institution.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed : multiple intelligences for the 21st century*. Basicbooks.
- Goleman, D. (1995). *Working with emotional intelligence*. Bloomsburg.
- Goleman, R. D., Bradberry, D. B., Carnegie, T. G., Griffith, K., Griffith, J., Empath, C., Power, L., & Mind, J. (2020). *Dark Psychology: 7 Books in 1 - The Art of Persuasion, How to influence people, Hypnosis Techniques, NLP secrets, Analyze Body language, Gaslighting, Manipulation Subliminal, and Emotional Intelligence 2.0*. Charlie Creative Lab.
- Gutiérrez-Cobo, M. J., Cabello, R., & Fernández-Berrocal, P. (2016). The Relationship between Emotional Intelligence and Cool and Hot Cognitive Processes: A Systematic Review. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 10. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2016.00101>
- Kaufman, E. A., Cundiff, J. M., & Crowell, S. E. (2014). The Development, Factor Structure, and Validation of the Self-concept and Identity Measure (SCIM): A Self-Report Assessment of Clinical Identity Disturbance. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37(1), 122–133. <https://doi.org/10.1007/s10862-014-9441-2>
- Kun, B., Urbán, R., Balázs, H., Kapitány, M., Nagy, H., Oláh, A., & Demetrovics, Z. (2011). Factor structure of the Hungarian adaptation of Assessing Emotions Scale. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 66(3), 449–466. <https://doi.org/10.1556/mpszle.66.2011.3.1>
- Leggo, C. (2004). The Curriculum of Becoming Human: A Ruminant. *International Journal of Whole Schooling*, 1(1), 28–36. <https://eric.ed.gov/?id=EJ854547>
- Lichtenstein, H. (1961). Identity and Sexuality: A Study of their Interrelationship in Man. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 9(2), 179–260.
<https://doi.org/10.1177/000306516100900201>

- Lukács, É. F. (2012). *A pályaválasztás és identitásfejlődés összefüggései, A pályaválasztási bizonytalanság típusai az identitásállapotok tükrében.*
- Luthar, S. S. (1997). *Developmental psychopathology : perspectives on adjustment, risk, and disorder* (pp. 472–475). Cambridge University Press. (Original work published 1997)
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 58–82.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>
- Maher, H., Winston, C. N., & S., U. R. (2017). What it feels like to be me: Linking emotional intelligence, identity, and intimacy. *Journal of Adolescence*, 56, 162–165.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.02.012>
- Mahler, M. S. (1967). On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 15(4), 740–763.
<https://doi.org/10.1177/000306516701500401>
- Mannerström, R., Hietajärvi, L., Muotka, J., & Salmela-Aro, K. (2018). Identity profiles and digital engagement among Finnish high school students. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(1). <https://doi.org/10.5817/cp2018-1-2>
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., & Orlofsky, J. .L. (1993). *Ego Identity : a Handbook for Psychosocial Research*. Springer-Verlag.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267–298. [https://doi.org/10.1016/s0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/s0160-2896(99)00016-1)
- Nagy, H. (2012). An examination of the factor structure and validity of the Assessing Emotions Scale (AES). *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(3), 431–447.
<https://doi.org/10.1556/mpszle.67.2012.3.2>
- Penn, D., & Pots, W. (1998). Advances in Immunology. In *Google Books* (pp. 411–414). Academic Press.
<https://books.google.hu/books?hl=hu&lr=&id=TtxVLwieSjoc&oi=fnd&pg=PA411&dq>

=mhc+receptors+in+mating&ots=8JCCOpOQBe&sig=l3xgaEtQqWNMTH6bqzeG9_7cPyU
&redir_esc=y#v=onepage&q=mhc%20receptors%20in%20mating&f=false

- Rimé, B., Philippot, P., Boca, S., & Mesquita, B. (1992). Long-lasting Cognitive and Social Consequences of Emotion: Social Sharing and Rumination. *European Review of Social Psychology*, 3(1), 225–258. <https://doi.org/10.1080/14792779243000078>
- Rivnyák, A., Járdaházi, E., Arató, N., Péley, B., & Láng, A. (2022). The Assessment of Dual-Cycle Identity Models Among Secondary School Students: The Hungarian Adaptation of DIDS and U-MICS. *Frontiers in Psychiatry*, 13(1664-0640). <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.804529>
- Salovey, P., Brackett, M. A., & Mayer, J. D. (2004). *Emotional intelligence : key readings on the Mayer and Salovey model*. Dude Pub.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Seaton, C. L., & Beaumont, S. L. (2011). The Link Between Identity Style and Intimacy: Does Emotional Intelligence Provide the Key? *Identity*, 11(4), 311–332. <https://doi.org/10.1080/15283488.2011.613586>
- Smelser, N. J. (2001). *International encyclopedia of the social & behavioral sciences / 10 [H]*. (J. E. Marcia, Ed.; pp. 7159–7163). Elsevier, Pergamon.
- Targowski, A. (2009). *Information technology and societal development*. Information Science Reference.
- Thomas, L. E., Digiulio, R. C., & Sheehan, N. W. (1988). Identity Loss and Psychological Crisis in Widowhood: A Re-Evaluation. *The International Journal of Aging and Human Development*, 26(3), 225–239. <https://doi.org/10.2190/hj85-cpv9-0wru-a8px>
- Walter, M., Yuichi, S., & Rodriguez, M. L. (1989, May 26). *Delay of gratification in children*. Science. <http://links.jstor.org/sici?sici=0036-8075%2819890526%293%3A244%3A4907%3C933%3ADOGIC%3E2.0.CO%3B2-G>
- Waterman, A. S. (1982). Identity development from adolescence to adulthood: An extension of theory and a review of research. *Developmental Psychology*, 18(3), 341–358. doi:10.1037/0012-1649.18.3.341

Williams, C. J. F. (1989). *What is identity?* Clarendon Press ; New York.

Wirth, J. M. (2021). Liberation through Rumination: Expanding the Ranges and Concerns of Philosophy. *Philosophy East and West*, 71(4), 1093–1107.

<https://doi.org/10.1353/pew.2021.0073>

Zimmermann, G., Lannegrand-Willems, L., Safont-Mottay, C., & Cannard, C. (2013). Testing New Identity Models and Processes in French-speaking Adolescents and Emerging Adults Students. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(1), 127–141. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0005-7>

Appendix

5. Táblázat

AES-HU faktorok töltődései mintánkon

	Faktor			Uniqueness
	1	2	3	
1.7. Értem a nem-verbális üzeneteket, amelyeket mások küldenek nekem.	0.774			0.357
3.1. Nehéz megértenem mások nem-verbális üzeneteit.	- 0.770			0.440
3.2. Tisztában vagyok a másoknak küldött nem-verbális üzeneteim jelentéseivel.	0.689			0.489
3.3. Arc kifejezéseik alapján felismerem milyen érzelmeket élnek át az emberek.	0.654			0.554
3.6. Már mások hangjából meg tudom állapítani, hogy hogyan érzik magukat.	0.469			0.781
3.7. Nehéz megértenem, hogy mások miért éreznek úgy, ahogy érez. <i>(fordított item)</i>	0.425			0.828
2.4. Olyan dolgokat teszek, melyek örömet okoznak nekem.		0.781		0.351
2.3. Amikor pozitív érzelmeket élek át, tudom, mit kell tennem, hogy ezt az érzést hosszasan fenntartsam.		0.738		0.457
2.2 Jó dolgokra számítok.		0.702		0.498
1.10. A jó hangulatokat hívom segítségül, amikor akadályokba ütközöm.		0.530		0.671
2.5. Tudom, hogy miért változnak az érzéseim.		0.427		0.812
1.8. Új ötletek jutnak eszembe, amikor érzelmi változásokon esek át.			0.718	0.466
1.3. Hangulatváltozásaim kapcsán új lehetőségeket fedezek fel.			0.658	0.584
1.5. Amikor jó hangulatban vagyok, könnyen jutnak eszembe új ötletek.			0.516	0.620
1.2. Életem egyes fontos eseményei újraértékeltették velem, hogy mi az, ami fontos, és mi az, ami nem.			0.463	0.732
Megjegyzés. 'Maximum likelihood' extrakcióval és 'oblimin' rotációval rendezett faktorok, 0.4 alatti töltődések nélkül, az itemek számozása az eredeti magyar változat mintája alapján történt.				