

A SZÜLŐI BÁNÁSMÓD HATÁSA A PÁRVÁLASZTÁSRA A SÉMA-FÓKUSZ ELMÉLET TÜKRÉBEN

NAGY ANIKÓ¹ – MOLNÁR JUDIT² – BALÁZS KATALIN³ –
VÁGYI PETRA²

¹ Debreceni Egyetem, Magatartástudományi Intézet

Debreceni Egyetem, Pszichológiai Intézet

² Személyiség és Klinikai Pszichológia Tanszék

³ Szociál- és Munkapszichológiai Tanszék

E-mail: aniko.nagy77@gmail.com, mojudit@gmail.com,
balazs.katalin@arts.unideb.hu, vagyipetra@gmail.com

Beérkezett: 2013. május 14.–Elfogadva: 2013. szeptember 15.

Kutatásunkban a szülői bánásmód párválasztásra gyakorolt hatását vizsgáltuk. A Young-féle séma-fókuszú elméletre alapozva a frusztrálódott fejlődési alapszükségletek oldaláról közelítettük meg a kérdést, így a pár tagjainak maladaptív sématarományai közötti specifikus illeszkedéseket kerestünk. Emellett összehasonlítottuk az ellentétes nemű szülő felől észlelt bánásmódot a partnertől tapasztalt bánásmóddal. Feltételezve, hogy az egyén, választásaiban a séma-kémia elvét követve, hajlamos olyan partnert választani, aki meglévő sémáit megerősíti, valószínűsítettük, hogy ezek jelentős hasonlóságot mutatnak.

Vizsgálatunkban a Young-féle Séma Kérdőívet, a Young-féle Szülői Gondoskodás Kérdőívet, a Pár Kérdőívet és demográfiai kérdőívet használtuk, amelyet 35 pár, azaz 70 fő töltött ki.

Eredményeink a maladaptív sématarományok jelentős illeszkedését nem erősítették meg, ugyanakkor figyelemre méltó együttjárásokat mutattak a szülő és a választott partner bánásmódja között. Férfiak esetében az anyai bánásmód hatása egyértelmű hasonlósági választásokban nyilvánulhat meg, míg nőknél az apa viszonyulása hasonlósági és komplementer választásokat egyaránt eredményezhet.

Kulcsszavak: párválasztás, szülői bánásmód, alapvető fejlődési szükségletek, séma-fókuszú elmélet, maladaptív sémataromány, séma-kémia, hasonlósági választás, komplementer választás

BEVEZETÉS

A párkapcsolat minden ember életének kiemelkedő területe: alapvető szükségletünk, hogy megfelelő társra találjunk, akivel bensőséges, intim kapcsolatot alakíthatunk ki. A párválasztás jelensége tudatos és tudattalan motívumokat egyaránt magába foglal; háttere igen összetett. Jelen vizsgálatunkban a szülői bánásmód és a korai szükségletek sérülésének párválasztásra gyakorolt hatásait kívánjuk részletesebben feltárni. A kérdést egy specifikus szempontból, Jeffrey Young séma-fókusz elméletére építve közelítjük meg (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003).

A kötődési munkamodellek kialakulásánál jelentős szerepet játszik az egyén által megtapasztalt szülői bánásmód (BOWLBY, 1973), a partnerkapcsolat vonatkozásában pedig fontossá válik az ennek nyomán beépülő férfi és női kép is. Kutatásunkban arra kerestük a választ, hogy az észlelt szülői bánásmód, az egyén fejlődési alapszükségleteinek sérülése, illetve az ezek mentén kialakuló korai maladaptív sémák (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003) milyen hatással vannak a felnőttkori párválasztásra. A párkapcsolat életünk azon kiemelt területe, ahol alapszükségleteinket felnőttként is próbáljuk kielégíteni (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010), így feltételeztük, hogy ezek korai sérülése befolyásolja a felnőttkori választásokat. Ezt sugallja a séma-kémia elmélete (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003), miszerint a maladaptív sémákkal rendelkező egyének hajlamosak olyan személyhez vonzódni, aki aktiválja sémáikat. Kérdésfeltevésünket tovább árnyaljuk az ellenkező nemű szülő felől tapasztalt bánásmód párválasztásra gyakorolt hatásainak vizsgálatával.

Kutatásunk relevanciáját az adja, hogy a jelenleg egyéni módszerként alkalmazott séma-fókuszú megközelítés párterápiás szintre való emelése újabb kezelési alternatívát nyújthatna a kapcsolati problémákkal rendelkező párok számára.

ELMÉLETI ÁTTEKINTÉS

A korai kötődés és korai szükségletek szerepe a párválasztásban

A korai kötődési tapasztalatok és szükségleti frusztrációk felnőttkori intim kapcsolatokra gyakorolt hatását több jelentős elméleti megközelítés is hangsúlyozza. Áttekintésünkben elsősorban azon irányzatokat emeljük ki, amelyek általánosabb vagy szűkebb értelemben a jelen tanulmányunkban központi szerepet betöltő séma-fókusz elmélet teoretikus alapjai közé is sorolhatók.

A *pszichodinamikus modellek* a párválasztásról úgy vélekednek, hogy az korai kötődési tapasztalatok és sérülések által determinált. A kapcsolati választásokban olyan intrapszichikus szükségleteknek tulajdonítanak szerepet, amelyeket a szocializációból és a származási családból hozunk magunkkal (korai kapcsolati kötődési minták, szülőimágók leképződései). A párválasztást tudattalanul determinált folyamatnak tekintik, amelyben rejtett szükségletek eléggülhetnek ki. A gyermekkorból hozott késztetések mentén az egyén kereshet olyan párt, aki önmagához ha-

sonló (nárcisztikus választási szükséglet), vezetheti a szülőimágó megtalálása (incestuózus – ödipális választás), keresheti az önmagát kiegyenlítő részt is a másik egyénben, azt a komplementer funkciót, amellyel a saját hiányosságai kiegészülhetnek a partner révén (komplementer választás) (BAGDY, 2002).

A *tárgykapcsolat-elméleti nézőpont* a hangsúlyt a gondozó és a gyermek kapcsolataira helyezi, mivel ezek mint őskapcsolatok befolyásolják az egyén egészséges fejlődését, illetve hatással vannak a felnőttkori kapcsolatokra is (SZÉKELY, 2003). Siegel megfogalmazza, hogy a személy identitása, intim kapcsolatainak jellege a mentális struktúra egészséges fejlődésétől függ (SIEGEL, 1992). A felnőttkori intim kapcsolatok alapját a gyermekkori reprezentációs világ elemei képezik (SZÉKELY, 2003). Winnicott elmélete nyomán egyes szerzők a pszichoszomatikus kapcsolat fogalmát, amelynek gyökerei a korai anya-gyermek kapcsolat élményeiben vannak, kiterjesztik a felnőttkori, intim kapcsolatokra, ahol azt a komplex érzelmi-testi kötelék megléte teszi lehetővé (SCHARFF és SCHARFF, 2004). Scharff megfogalmazásában a pár a két fél tudatos és tudattalan tárgykapcsolati egységeinek a rendszeréből tevődik össze. A párra jellemző működésmód megjeleníti az eredeti családban, illetve más közeli kapcsolatokban megélt érzelmeket, törekvéseket, magatartási mintákat (SCHARFF, 2005).

A *kötődésemélet* atyja, John Bowlby evolúciós-etológiai alapokon nyugvó modelljében szintén az anya-gyermek kapcsolat jelentőségére mutat rá (AINSWORTH és BOWLBY, 1991). BOWLBY (1973) szerint a gyermek kötődési tapasztalatai belső munkamodellekben képződnek le. A belső munkamodellek által determinált kötődési mintázatok vizsgálata nyomán Mary Ainsworth és munkatársai három kötődési stílust írtak le (biztonságosan kötődő, bizonytalanul kötődő/elkerülő, bizonytalanul kötődő/ambivalens), amelyet később Main és Solomon egészített ki a dezorganizált kategóriával (MAIN és HESSE, 1999). Bowlby a belső munkamodelleket tartós és stabil képződményeknek tekintette (COBB és DAVILA, 2009), amelyek automatikusan és tudattalanul a későbbi életévekben is befolyásolják a közeli kapcsolatok percepcióját és az azokban tanúsított viselkedést (COLLINS és ALLARD, 2003). Többek között ez adott lendületet HAZAN és SHAVER (1987) munkásságának, akik elsőként írtak le a felnőttkori romantikus kapcsolatokat kötődési folyamatként (COLLINS és ALLARD, 2003), s vizsgálataikban hasonlóságokat figyeltek meg a gyermek és gondozója, illetve a felnőtt partnerek közötti kapcsolatokban (VANKÓ, 2012). HAZAN és SHAVER (1987) úttörő vizsgálatai nagy lendületet adtak a felnőtt kötődés kutatásának, amely napjainkban is népszerű tudományos kérdéskör. A kategoriális mérőeszközöket dimenzionális mérőeljárások kidolgozása követte, amelyekből kiemelkedik BARTHOLOMEW és HOROWITZ (1991) négy-kategoriás modellje, illetve a hazánkban Nagy László által adaptált Közvetlen Kapcsolatok Élményei Kérdőív, amely egyszerre kategoriális és dimenzionális mérési lehetőséget nyújt (NAGY, 2005).

A kötődésemélet jelentős hatással volt a sématerápiára, Bowlby belső munkamodell fogalma átfedésben van a korai maladaptív séma fogalmával (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010). A belső munkamodellek vagy korai maladaptív sémák az anya-gyermek interakcióra épülnek, majd általánosítódnak a jövőbeli tapasztalatokra, s befolyásolják az információfeldolgozást: a személy rávetíti azokat a

jövőbeli kötődési személyekre, s úgy fog viszonyulni hozzájuk, ahogyan az eredeti kötődési személyekhez (VANKÓ, 2012). A korai maladaptív sémák, illetve a belső munkamodellek tehát egyaránt elvárásokat és hiedelmeket tartalmazó, önfenntartó képződmények, amelyek befolyásolják önmagunk, mások és a világ észlelését (VANKÓ, 2012), s ezen keresztül a kötődési viselkedést.

A youngi séma-fókusz elmélet

A Young-féle séma-fókusz elmélet integratív jellegénél fogva a pszichoanalízis, a kognitív irányzat, a tárgykapcsolat-elméletek, valamint a Gestalt elméleti és terápiás elemeit egyesíti egy konceptuális modellbe, s nyújt egységes magyarázóelvet és kezelési módszertant többek között súlyos párkapcsolati problémák és kielégítő bensőséges kapcsolat fenntartásával kapcsolatos, régóta fennálló nehézségek kezelésében is (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

Korai maladaptív sémák, fejlődési alapszükségletek, szülői bánásmód

A korai maladaptív sémák emlékekből, érzelmekből, kogníciókból és testi érzetekből álló kiterjedt, önsorsrontó mintázatok, amelyek az egyén önmagára és másokkal való kapcsolatára vonatkoznak. Kialakulásuk gyermekkorra vagy serdülőkorra tehető, de egész életen át fejlődnek és jelentős mértékben diszfunkcionálisak (UNOKA, 2011). A séma-fókusz elmélet szerint minden ember öt alapvető fejlődési szükséglettel bír, melyeknek nem megfelelő kielégítése korai maladaptív sémák kialakulásához vezet (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010). Ezek a következők:

1. Biztonságos kötődés szükséglete: a biztonság, elfogadás, gondoskodás, empátia és az érzelmek megosztásának, valamint a kötődés stabilitásának igénye;
2. Autonómia, kompetencia, én-azonosság szükséglete: a sikeres teljesítmény, független működés, később a leválás igénye;
3. Korlátok állítása a primer vágyteljesítés elé: a belső, morális korlátok és önkontroll-funkciók kiépítésének szükséglete, amely lehetővé teszi a felelősségvállalást, elköteleződést, reális célok felállítását és azok elérését;
4. Érzelmek és szükségletek szabad kifejezése: a saját igények, vágyak, szükségletek és érzések (többek között harag és más negatív érzések, ellenvélemények) kifejezésének szükséglete;
5. Spontaneitás és szabad kezdeményezés szükséglete: önindította, önkifejező, örömteli cselekvések kezdeményezésének és kivitelezésének, az ellazultság átélésére való képességnek, illetve pozitív érzések kifejezésének igénye (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

Az elmélet értelmében az egészséges pszichés fejlődés záloga, hogy ezen szükségletek adaptív kielégülést nyerjenek. A gyermek elsődleges gondozóinak fontos feladata, hogy felismerjék, hitelesítsék ezen szükségleteket, s megfelelő keretek között kielégítsék vagy megtanítsák a kielégítéshez (máskor késleltetéshez) szükséges készségeket, illetve megtanítsák gyermeküket a mások szükségleteivel való hasonló, adaptív bánásmódra (UNOKA, 2011). Ha ez nem valósul meg, a destruktív, toxikus élmények halmozódása következtében maladaptív sémák alakulnak ki. Ezt a folyamatot a temperamentum és a környezet interakciója határozza meg (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

A sémaelmélet a gyermekkori élmények négy alaptípusát jelöli meg, amelyek elősegíthetik a korai maladaptív sémák kialakulását:

1. a szükségletek toxikus be nem töltése: valami lényeges dolog hiányzik a gyermek környezetéből;
2. traumatizáció, viktimizáció: a gyermeket megalázzák, bántalmazzák;
3. a szükségletek túlzott kielégítése: valamiből, ami mértékkel egészséges lenne, túl sokat kap a gyermek;
4. jelentős személyekkel szembeni szelektív internalizáció, identifikáció (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

A kialakult sémák viszonylag reálisan tükrözik az egyén gyermekkori környezetét, és védelmezőek abban a kontextusban, azonban a felnőttkori környezetet már irreálisan, torzultan képezik le. Ezért nevezzük őket maladaptívnek, diszfunkcionálisnak (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

Az alapszükségletek sérülése mentén öt fő sématautomány alakulhat ki, amely 18 specifikus korai maladaptív sémát tartalmaz.

I. tartomány: Elszakítottság és elutasítás

A biztonságos kötődés szükségletének sérülése az elszakítottság és elutasítottság alapélményét eredményezi az egyén életében. Ezek a személyek képtelenek másokkal biztonságos, kielégítő kötődést kialakítani. Úgy gondolják, életükben a stabilitás, a gondoskodás, illetve a valakihez tartozás igényét senki nem fogja tudni betölteni. Az erre hajlamosító családi háttér általában labilis, abuzív, érzelmileg rideg, robbanékony, bántalmazó, elutasító, vagy a külvilágtól elszigetelt. Az ide tartozó sémák súlyosságukat tekintve a legsúlyosabbak, hiszen nagyon korai életévekben alakulnak ki. A gyermekkorukban traumatizált egyének felnőttként is krónikus kapcsolati problémákkal jellemezhetőek.

Ebbe a sématautományba sorolható specifikus korai maladaptív sémák: Érzelmi depriváció, Elhagyatottság-instabilitás, Bizalmatlanság-abúzus, Csökkentértékűség-szegény, Társas izoláció.

II. tartomány: Károsodott autonómia és teljesítőképesség

Ez a tartomány a gyermek kompetencia- és autonómiaszükségletének sérülése mentén alakul ki. Az ide tartozó sémákkal rendelkező személyeknek olyan várakozásaik és elképzeléseik vannak magukkal és a világgal kapcsolatban, amelyek za-

varhatják a szülőktől, illetve más szignifikáns személyektől való elkülönülést és a független létezést. A gyermeki környezetet jellemezhet a túlengedékenység, túl-
 óvás, illetve jellegzetes családi szerkezet az, ahol nincsenek világos határok a tagok között. A szülői magatartás a gyermek magabiztosságát ássa alá, a gyermek családon kívüli kompetens magatartását nem jutalmazza, minek következtében az önálló identitás kialakulása nem megy végbe, sérül a sikeres teljesítményre való képesség. Ezek a személyek képtelenek célokat kitűzni és ezeket önállóan elérni, tehát felnőttkorban is gyermeki szinten vannak a kompetencia tekintetében.

Az idetartozó specifikus sémák a Dependencia-inkompetencia, Sérülékenység-veszélyeztetettség, Összeolvadtság-éretlenség, Kudarca ítélettség.

III. tartomány: *Károsodott korlátok*

Azoknál az egyéneknél alakul ki, akik szülei nem állítottak reális korlátokat a gyermek primer vágyteljesítő magatartása elé, s így esetükben nem fejlődtek ki a megfelelő korlátok az önfegyelem és a kölcsönösség területén. Nehézséget okoz számukra mások jogainak és szükségleteinek a tiszteletben tartása, az együttműködés, ígéreteik betartása, a felelősségvállalás, valamint gondjuk akad a hosszú távú célok elérése során. A környezet többnyire elkényeztetettnek, önzőnek, felelőtlennek, nárcisztikusnak tartja ezeket az embereket. A család, amelyben az ilyen egyének felnőttek, gyakran túl engedékeny, kényeztető, más esetekben a gyermeket megfelelő irányítás nélkül hagyó, esetleg torz értékrendet képviselő. Az így felnőtt személyek azt tanulták meg, hogy a másokra vonatkozó szabályok rájuk nem érvényesek, nem kell önkontrollt gyakorolniuk, így felnőttként is képtelenek a késztetéseiket keretek között tartani, vágyaikat késleltetni, vagy a pillanatnyi előnyökről a hosszú távú jutalmak érdekében lemondani.

Az idetartozó specifikus sémák: Feljogosítottság-grandiozítás, Elégtelen önkontroll-önfegyelem.

IV. tartomány: *Kóros másokra irányultság*

Ez a sémata tartomány az érzelmek és szükségletek szabad kifejezéséhez kötődik, így azok a személyek, akiknek ide tartozó maladaptív sémáik vannak, túlzottan mások szükségleteinek kielégítésével törődnek, saját igényeiket pedig háttérbe szorítják. Ennek hátterében a mások elismerésére való vágyakozás, a valakihez kötődés érzésének fenntartása, vagy a másik haragjának és bosszújának elkerülése áll. Sokszor nincsenek tudatában saját ellenérzéseiknek, preferenciáiknak, másokkal folytatott interakcióikban a másik reakcióira, megnyilvánulásaira koncentrálnak. Ezek az egyének gyermekkorukban nem követhették természetes vágyaikat, s felnőttként is külső tényezők irányítása alá vetik magukat a belső ösztönzők helyett. A családi környezetben jellemző a feltételeken alapuló elfogadás: a gyermek saját személyiségének fontos aspektusait kénytelen elnyomni, hogy szeretetet és figyelmet kapjon szüleitől.

Az idetartozó specifikus sémák a Behódolás, Önfeláldozás, Elismeréshajszolás.

V. tartomány: Fokozott éberség és gátlás

Azok, akiknél a spontaneitás, szabad kezdeményezés szükséglete sérült, elfojtják saját, spontán késztetéseiket és érzéseiket. Merev, internalizált szabályoknak való megfelelésre törekszenek, ami az önkifejezés, az ellazulás, a közeli kapcsolatok vagy akár az egészség rovására is mehet. A származási családot leginkább zord, fojtott és szigorú, sokszor büntető légkör jellemzi. A szülők számára az önkontroll, az önfegyelem és az önmegtagadás értékei voltak elsődlegesek a spontaneitással és az örömteljes érzésekkel szemben. Jellemző lehet a perfekcionizmus, az érzelmek elrejtése, a hibák elkerülésére való túlzott törekvés. Az ilyen sémákkal rendelkező személyek fokozott éberséggel reagálnak a negatív életeseményekre és hajlamosak sötétben látni az életet. Folyamatosan éberek és körültekintőek, monitorozzák a környezetüket, pesszimista, állandóan aggodalmaskodó ember benyomását keltethetik.

Az idetartozó specifikus sémák a Negativizmus-pesszimizmus, Érzelmi gátoltság, Könyörtelen mércék, Büntető készenlét (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

A 18 specifikus korai maladaptív sémát (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010) az 1. táblázat szemlélteti.

1. táblázat. Sématautomatizmusok és a hozzájuk tartozó specifikus korai maladaptív sémák

I. Elszakítottság és elutasítottság sématautomatizmus	
1. Érzelmi depriváció	Az a hiedelem, hogy a személy gondoskodás, empátia, érzelmi támogatás és védelem iránti normál mértékű szükségletei nem fognak teljesülni.
2. Elhagyatottság	Annak érzete, hogy a fontos kötődési személyek hosszú távon nem képesek az érzelmi szükségletek kielégítésére, mert instabilak vagy kiszámíthatatlanok, vagy el fogják hagyni a személyt egy másik értékesebb kedvéért.
3. Bizalmatlanság / Abúzus	Annak megelőlegzése a személy részéről, hogy a többiek bántják, abúzálják, megalázzák, megcsalják, hazudnak neki, manipulálják vagy kihasználják; szándékosan, igazságtalanul, szélsőséges közönyösség következtében.
4. Csökkentéértékűség	Az a hiedelem, hogy az egyén egy lényeges szempontból tökéletlen, nem kívánatos. alsóbbrendű, értéktelen; vagy hogy a jelentős másik nem lenne képes őt szeretni, ha igazán ismerné.
5. Társas izoláció	Elszigeteltség érzése, a másoktól különbözőség megélése, illetve a csoportokon, közösségeken kívül állás érzete.

II. Károsodott autonómia és teljesítőképesség sémata

6. Dependencia-inkompetencia	Az a hiedelem, hogy képtelen kompetensen ellátni a mindennapi kötelezettségeit mások jelentős segítségével nélkül.
7. Sérülékenység-veszélyeztetettség	Túlzott félelem attól, hogy egy küszöbön álló katasztrófa bármelyik pillanatban bekövetkezhet, és képtelen lesz azt megelőzni.
8. Összeolvadottság	Túlzó érzelmi bevonódás és közelség egy vagy több jelentős személlyel, ami a teljes individuálódás vagy a normális fejlődés rovására megy.
9. Kudarcra ítélttség	Az a hiedelem, hogy kudarcot vallott, elkerülhetetlenül kudarcot fog vallani, vagy alapvetően csökkent képességű kortársaihoz képest számos területen.

III. Károsodott korlátok sémata

10. Feljogosítottság-grandiozitás	Az a hiedelem, hogy a többiekhez képest felsőbbrendű, különleges jogokkal és privilégiumokkal van felruházva, vagy a normális szociális interakciót szabályozó kölcsönösség szabályai nem kötik meg.
11. Elégtelen önkontroll-önfegyelem	Az egyén számára rendkívül nehéz vagy nem hajlandó arra, hogy személyes céljai eléréséhez szükséges önkontrollt és frusztrációs toleranciát gyakoroljon, vagy érzelmeit és késztetéseit ne juttassa azonnal és túlzott mértékben kifejezésre.

IV. Káros másokra irányultság sémata

12. Behódolás	A kontroll fokozott mértékű átadása másoknak, többnyire azért, hogy a haragot, bosszút vagy az elhagyatást elkerülje. Az alárendeltség két fő formája: szükségletek alárendelése, érzelmek alárendelése.
13. Önfeláldozás	Túlzott hangsúly azon, hogy a mindennapi szituációkban önként megfeleljen mások igényeinek, saját elégedettségének rovására. Legáltalánosabb okai: ne okozzon fájdalmat másoknak, elkerülje az önzésből fakadó bűntudatot, és fenntartsa a rászorulóknak ítélt másikkal a kapcsolatot.
14. Elismeréshajszolás	Túlzott hangsúlyt fektet arra, hogy elnyerje mások jóváhagyását, elismerését vagy figyelmét, illetve hogy beilleszkedjen mások közé, ami a biztonságos és igazi éntudat kialakulásának rovására megy. Önbecsülése elsősorban mások reakcióitól függ.

V. Aggályosság és gátlás sémata

15. Negativizmus-pesszimizmus	Átható, az egész életen átívelő fókuszálás az élet negatív aspektusaira (fájdalom veszteség, csalódottság, konfliktus, bűntudat, megoldatlan problémák, potenciális hibák, elhagyatás stb.), miközben minimalizálja vagy figyelmen kívül hagyja az élet pozitív aspektusait.
-------------------------------	--

16. Érzelmi gátoltság	A spontán cselekedetek, érzelmek vagy a kommunikáció túlzott gátlása – leginkább abból a célból, hogy mások rosszallását, a szégyenérzetet vagy saját késztetési feletti kontroll elvesztését elkerülje.
17. Könnyörtelen mércék	Az a hiedelem, hogy az egyénnek törekednie kell arra, hogy a viselkedés és a teljesítmény nagyon magas, internalizált mércéinek megfelelően, többnyire azért, hogy a kritikát el tudja kerülni. Emiatt állandó nyomás alatt érzi magát vagy nehezebbé esik lassítani, és túl kritikussá válik magával és másokkal szemben.
18. Büntető készenlét	Az a hiedelem, hogy az embereket keményen meg kell büntetni, ha hibát követnek el. A sémával rendelkező egyén általában haragos, intoleráns, büntető és türelmetlen azokkal szemben, akik nem felelnek meg elvárásainak.

Korai maladaptív sémák és felnőttkori kapcsolatok

A sématerápia alaptétele, hogy pszichés alapszükségleteink egész életünkben elkísérnek bennünket, s amennyiben azok adaptív kielégítése gyermekkorban csorbát szenvedett, ez maradandó nyomot hagy felnőttkori beteljesülésükön is. A maladaptív sémák önfenntartó jellegük és jellegzetes információtorzító mechanizmusok révén felnőttkorban paradox módon azt eredményezik, hogy az egyén akaratán kívül maga hozhatja létre azokat a körülményeket, amelyek gyermekkorában a legkárosabbak voltak a számára (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010). A séma-kémia elmélete szerint az egyén hajlamos olyan személyekhez vonzódni, s olyan párt választani, akik meglévő sémáit aktiválják. Ezt a sémák önfenntartó, önbeteljesítő jellege magyarázza. A személy tudattalanul olyan helyzeteket és kapcsolatokat választ és tart fenn, amelyek megerősítik a sémát (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003). A séma szűrő-funkciója a sémába illő információkat kiemeli, az annak ellentmondóakat gyakran érvényteleníti (UNOKA, 2011), így a séma-reprezentált világ újbóli igazolásokat nyer. Ebben szerepet játszanak a viselkedéses komponensek is, amelyeket nem a sémák részeinek, hanem azokra adott reakcióknak tekinthetünk. YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR (2010) rámutatnak, hogy a sémákhoz való alkalmazkodás érdekében a személyek már gyerekkorban olyan megküzdésmódokat alakítanak ki (elkerülés, túlkompenzálás, elfogadás), amelyek az eredeti, toxikus környezetben védelmező, tehát adaptív funkciót töltenek be, fennmaradásuk révén később viszont a sémák megerősödéséhez vezetnek, s együttesen komoly akadályt gördítenek az elé, hogy a személy felnőttkori kapcsolataiban adaptívan elégítthesse ki pszichés alapszükségleteit.

Partnerideál – Az ellenkező nemű szülő szerepe

Vizsgálatunkban külön figyelmet szenteltünk az ellenkező nemű szülő párválasztásban betöltött szerepének, figyelembe véve, hogy a partnerideál kialakulásában több szerző is figyelemreméltóan hangsúlyozza az ellenkező nemű szülő viselkedésének, vele kapcsolatos elvárásainak szerepét (BUDA és SZILÁGYI, 1988). Szexuálpszichológiai tanulmányok szerint a partnerideál kialakulása kisgyermekkorban kezdődik, alakító tényezői az Ödipusz-konfliktus, a heterogén barátság vagy szerelem. A folyamat nagyrészt tudattalan, a partnerideált projekció révén az egyén rávetíti egy potenciális, neki tetsző partnerre (SZILÁGYI, 2006).

Ezt emeli ki elméletében OLIVIER (1980) is, aki szerint az első párkapcsolatba mind a férfi, mind a nő magával hozza a primer tárggyal kapcsolatos gyermeki tapasztalatait. A felek tudattalanjában megoldatlanul lappangó ödipális konfliktus eredményeképpen bekövetkezhet, hogy a kapcsolatban a férfi fokozatosan azzal a nővel találja magát szemben, aki benne az anyát idézi fel (OLIVIER, 1980; idézi LUKÁCS, 2005). Férfiaknál gyakran megfigyelhető, hogy a korai anyakapcsolati mintát áthelyezik későbbi, felnőtt tárgykapcsolataikba, s az itt megjelenő konfliktusaik meglehetősen jól leképezik az anyával való egykori küzdelmeiket. A múlt patogén viszonyulásainak rendezésére, vagy megismétlésére irányuló tudattalan vágy az ismételtetés irányába hajtja az egyént, a pár mindkét tagjának célja a másik félből felszínre hozni az ödipális tárggyal kapcsolatos vonásokat, melynek következményeként a kapcsolati dinamikában primitív anya-apa képek jönnek elő (LUKÁCS, 2005).

JUNG a fiatalkori párválasztás tekintetében egyenesen „sorskényszerről” beszél. Nézete szerint a felnőttkorba lépő házasságképes egyének választását tudattalan motívumok vezérlik, amelyek szülői befolyásból fakadnak: a férfi számára az anyához, a lány számára az apához való viszony a meghatározó (JUNG, 1997). Jung véleménye szerint a házasság harmóniája ősképek, archetípusok projekcióin alapul. Minden férfiban megtalálható egy nő képe (anima), a nőkben pedig egy férfi képe (animus). Az anima karakterét az anya, az animusét alapvetően az apa formálja. Ha a férfi olyan nővel találja szemben magát, aki szimbolikusan megtestesíti a benne élő animát, akkor szerelmes lesz belé (JUNG, 1993), és pozitív aspektusokban ez segíti abban, hogy megtalálja a megfelelő házastársat.

MÓDSZER

Jelen vizsgálat középpontjában az a kérdés áll, hogy az egyén frusztrált fejlődési alapszükségeinek hatása tetten érhető-e a párválasztási folyamatban. Kérdésünk arra alapozzuk, hogy a felnőtt párkapcsolatokban szintén jelen vannak a pszichés alapszükségeket, amelyek kielégítésének gyermekkori zavarai a felnőttkori intim kapcsolatokra is kifejűk hatásukat, a séma-kémia elmélete alapján pedig feltételezhető, hogy megjelenhetnek specifikus illeszkedések a párok maladaptív sématautomái között. Kérdésfeltevésünk másik aspektusa specifikusan az

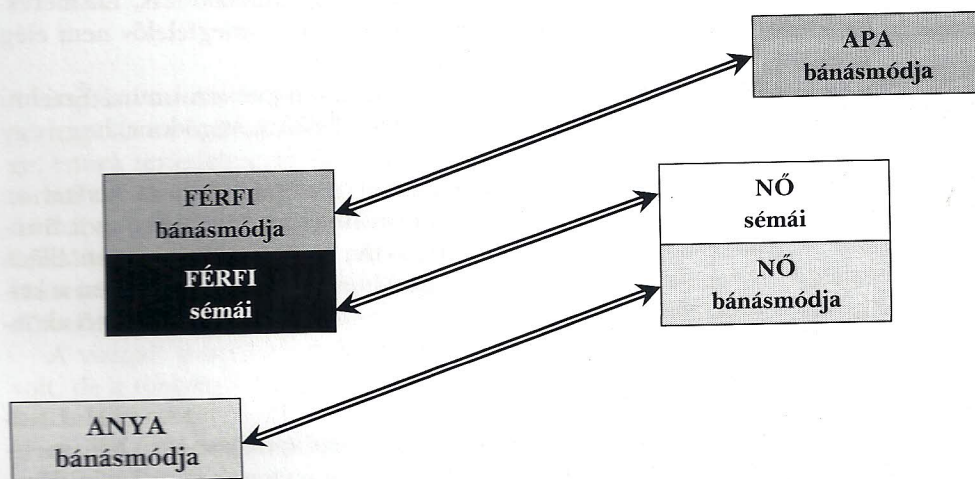
ellenkező nemű szülő felől tapasztalt bánásmód és a választott partner bánásmódja közötti esetleges összefüggések feltárása. Elképzelésünk szerint férfiak esetében az anyai bánásmód reprezentációja, míg nők esetében az apai bánásmód játszik a párválasztásban szerepet, vélhetően hasonlósági választások mentén.

A vizsgálat hipotézisei

1. *hipotézis:* Feltételezzük, hogy a fejlődési szükségletek betöltésének korai zavarai hatással vannak a párválasztásra, ami a sémák további megerősödéséhez vezet. Feltételezzük tehát, hogy ha egy pár mindkét tagja maladaptív sématartomány(ok)kal bír, azok között jellegzetes összefüggés (hasonlóság vagy komplementaritás) ábrázolódik.

2. *hipotézis:* Valószínűnek tűnik, hogy férfiak esetében az anyai bánásmód reprezentációja hatással van a párválasztásra. Feltételeztük tehát, hogy a választott partner bánásmódja hasonlóságot mutat az anyai bánásmódjával, azaz a férfiak hajlamosak olyan nőt választani, aki úgy viszonyul hozzájuk, mint annak idején az anyja.

3. *hipotézis:* Valószínűnek tűnik, hogy nők esetében az apai bánásmód reprezentációja hatással van a párválasztásra. Feltételeztük tehát, hogy a választott partner bánásmódja hasonlóságot mutat az apai bánásmóddal, azaz a nők hajlamosak olyan férfit választani, aki úgy viszonyul hozzájuk, mint annak idején az apja.



1. ábra. Kutatási hipotézisek

Vizsgálati eszköz

A kérdőív négy egységből állt. Az első egységet a *demográfiai kérdések* képezték. Ezek az egyének nemére, életkorára, legmagasabb iskolai végzettségére, jelenlegi párkapcsolatuk fennállásának időtartamára, valamint arra vonatkoztak, hogy álltak-e valaha kezelés alatt, illetve érezték-e ennek valaha szükségét.

A kérdőív második felében a *Young-féle Séma Kérdőív* (YSQ-L2, YOUNG és BROWN, 1990, 2001) maladaptív sémákat vizsgáló 114 állításból álló változata került felvételre. A vizsgálati személyeknek egy hatfokú Likert-skálán kellett eldönteniük, hogy az adott item mennyire jellemző rájuk (a két végpont: egyáltalán nem jellemző és teljesen jellemző rám). Az állítások specifikus sémánként és sématautomatonyonként is csoportosíthatóak, az adatok elemzése során elsősorban a sématautomatonyokat vettük figyelembe. A továbbiakban a sématautomatonyok sémái lesznek összefoglalva, illetve egy-egy tipikus item is feltüntetésre kerül.

I. tartomány: *Elszakítottság és elutasítás* (Érzelmi Depriváció, Elhagyatottság-instabilitás, Bizalmatlanság-abúzus, Csökkentértékűség-szegény, Társas izoláció). Példa: „Aggódok, hogy szeretteim elhagynak, vagy elhanyagolnak.”

II. tartomány: *Károsodott autonómia és teljesítőképesség* (Dependencia-inkompetencia, Sérülékenységi-veszélyeztetettség, Összeolvadtság-éretlenség, Kudarcra ítéltesség). Példa: „A hétköznapi életben nem támaszkodhatom saját véleményemre.”

III. tartomány: *Károsodott korlátok* (Feljogosítottság-grandiozitás, Elégtelen önkontroll-önfegyelem). Példa: „Úgy érzem, amit én tudok nyújtani, az többet ér mások hozzájárulásánál.”

IV. tartomány: *Kóros másokra irányultság* (Behódolás, Önfeláldozás, Elismeréshajszolás). Példa: „Próbálom a lehető legjobbat nyújtani, a »megfelelő« nem elég jó.”

V. tartomány: *Fokozott éberség és gátlás* (Negativizmus-pesszimizmus, Érzelmi gátoltság, Könyörtelen mércék, Büntető készenlét). Példa: „Aggódok, hogy egy rossz döntés katasztrófához vezethet.”

A legtöbb séma mérése öt állítás segítségével történik, ez alól kivétel az Elismeréshajszolás (14 állítás), a Negativizmus-pesszimizmus (10 állítás) és a Büntető készenlét (14 állítás) sémák. A séma akkor aktív, ha a személy minden állítás esetén legalább a közepesnél jobban egyetért az állítással. Legegyszerűbben a kritikus érték = $3,5 \times$ az állítások száma. A sématautomatony akkor tekinthető aktív-nak, ha legalább egy, a tartományra illeszkedő séma aktív.

A harmadik egység a *Young-féle Szülői Bánásmód Kérdőív* (YPI, YOUNG, 1994; UNOKA, 2007) volt, ami a szülői bánásmód aspektusait, maladaptív sémákra hajlamosító hatását méri. A teszt 72 állítást tartalmaz, melyet a személynek mindkét szülőre, vagy nevelőszülőre, gondozóra nézve kellett értékelnie táblázatos formában, a korábbival azonos hatfokú Likert-skálán (a két végpont: egyáltalán nem jellemző, teljesen jellemző rá). Az állítások a korábbiakhoz hasonlóan csoportosíthatóak sémákra és sématautomatonyokra vonatkozóan is. Példáit emek:

I. tartomány (*Elszakítottság és elutasítás*) példa: „Hazudott, becsapott vagy elhagyott.”

II. tartomány (*Károsodott autonómia és teljesítőképesség*) példa: „Azt az érzést keltette bennem, hogy nem bízhatom a saját döntéseimben vagy az ítélőképességemben.”

III. tartomány (*Károsodott korlátok*) példa: „Azt az érzést keltette bennem, hogy különleges vagyok, jobb, mint mások.”

IV. tartomány (*Kóros másokra irányultság*) példa: „Elvárta, hogy mindig a legjobban teljesítsek.”

V. tartomány (*Fokozott éberség és gátlás*) példa: „Azt az érzést keltette bennem, hogy a legkisebb hibám is súlyos következményekkel járhat.”

A negyedik egység, a Pár kérdőív alapját a Young-féle Szülői Bánásmód Kérdőív képezi, ugyanazokat az állításokat és ugyanolyan módon kellett a vizsgálati személyeknek megválaszolni a párjukra vonatkozóan, amelyeket korábban a szülőkre vonatkozóan válaszoltak meg. A 72 állításból három kizárólag a szülő-gyermek kapcsolatra volt vonatkoztatható (például „Meghalt vagy tartósan külön élt tőlünk, mikor gyermek voltam.”), így csak a fennmaradó 69 kérdést kellett megválaszolni a vizsgálati személyeknek. Az így kapott kérdőív segítségével tehát egyrészt a partner bánásmódját ugyanazon szempontok mentén lehet vizsgálni, mint korábban a szülő bánásmódját, ezáltal megragadhatók a hasonló viszonyulások, másrészt a partner maladaptív sémák aktiválódását elősegítő bánásmódja is tetten érhető. A kérdőív kiértékelése az alapjául szolgáló standard kérdőívével azonos módon történik.

Vizsgálati minta

A vizsgálati mintát 35 pár alkotta (35 férfi és 35 nő), önkényes mintavétel történt. A vizsgálati személyek toborzását nehezítette a kérdőív kitöltésének időigényessége, ennek terjedelme 12 A/4-es oldal volt. A kérdőív papír alapon és elektronikus formában egyaránt elérhető volt számukra, 9 pár papír alapon, 26 pár online formában töltötte ki azt. A kitöltés anonim módon történt, a pár két tagja külön kérdőívet kapott, amelyen nemüket, illetve közös pár-azonosítójukat kellett feltüntetniük. Szabadon dönthettek arról, hogy azonos időpontban töltik-e ki a kérdőíveket, elmondásuk szerint a kitöltés nagyjából egy órát vett igénybe.

A vizsgált személyek életkora 18 és 53 év közötti, az átlagos életkor 25,5 év volt, de a többség kora 29 év körüli (medián), ebből is látszik, hogy a minta életkor tekintetében nem normál eloszlású. A párok életkora közötti különbség átlagosan 2,3 év, ennek szórása 2,5, a maximális életkori különbség 4 év a nő és 11 év a férfi javára. A mintában két fő rendelkezik alapfokú végzettséggel, 38 fő középfokú végzettséggel és 30 fő felsőfokú végzettséggel. A kapcsolat terjedelme 4 hónap és 29 év között változik, az átlagos időtartam 4 év, a medián 7,2. A párok kiválasztásánál kritérium volt a minimum hat hónapos kapcsolat, mert feltételeztük, hogy ennyi szükséges ahhoz, hogy a partner bánásmódját reálisan meg tudják ítélni a felek. A kapcsolati formát tekintve a vizsgálatban részt vettek külön élő, élettársi kapcsolatban élő, valamint házaspárok is, azonban erre vonatkozó de-

mográfiai kérdés a kérdőívben nem szerepelt. Nem volt olyan vizsgálati személy a mintában, aki valaha kezelés alatt állt volna, viszont 18 fő érezte már ennek szükségét, közülük 7 férfi és 11 nő.

A vizsgálati személyek között nem volt olyan, akinél ne lett volna legalább egy aktív sémataromány. A második táblázatból látszik, hogy mely sémataromány hány embernél aktív, illetve közülük hány férfi és hány nő van. Leggyakrabban az V. sémataromány aktív a vizsgálatban részt vevők esetén. Gyakran jellemző a III. és a IV. tartomány sérülése, az előbbi egyértelműen a nőknél jelentkezik gyakrabban.

2. táblázat. A vizsgálati személyek aktív sématarományai

Aktív sémataromány	Férfi	Nő	Összes
I. Elszakítotttság és elutasítás	9	6	15
II. Károsodott autonómia és teljesítőképesség	6	10	16
III. Károsodott határok	9	17	26
IV. Kóros másokra irányultság	14	12	26
V. Aggályosság és gátlás	29	31	60

EREDMÉNYEK

A kapott adatok elemzése R statisztikai program (FOX, 2005; R Development Core Team, 2012) segítségével történt. A hipotézisek vizsgálatára az öt sémataromány mentén, páronkénti csoportosítás szerint került sor:

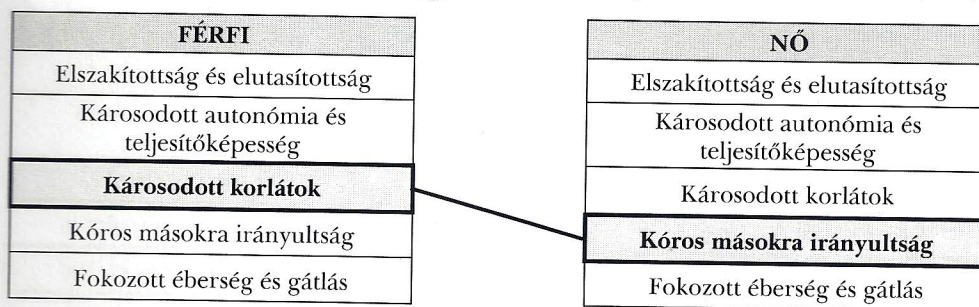
1. *hipotézis*: a nő maladaptív sématarományai és a férfi maladaptív sématarományai;

2. *hipotézis*: a férfi partnerének és az anyjának sématarományokat aktiváló bánásmódja;

3. *hipotézis*: a nő partnerének és az apjának sématarományokat aktiváló bánásmódja.

Ez hipotézisenként 25 összehasonlítást, 25 kontingenciatáblázatot eredményezett. A sémataromány inaktivitása esetén 0, aktivitása esetén 1-es kódolást alkalmaztunk. Az adatok elemzése Fisher-féle egzakt próba segítségével történt, mert a kontingenciatáblákon belül előforduló ($n < 5$) értékek nem tették lehetővé a Khi-négyzet próba alkalmazását. A Fisher-féle egzakt próba közvetlenül számítja a függetlenség valószínűségét, ez az egyetlen adat, amit az összefüggések vizsgálata után fel tudunk tüntetni. A nagy számú összehasonlítás miatt célszerű lenne a szignifikanciaszint csökkentett értékével dolgozni, de a kis mintanagyság miatt az eredeti szignifikanciaszint megtartása indokolt ($\alpha = 0,05$).

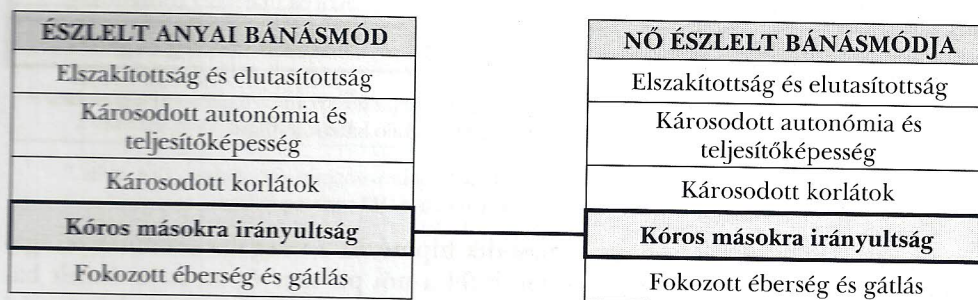
Először az első hipotézisnek megfelelően, a *párok maladaptív sématarományai közötti jellegzetes összefüggések vizsgálatára* került sor. Az egyetlen szignifikáns összefüggés ($p < 0,029$) a Károsodott korlátok sématarománnyal rendelkező férfiak, és a Kóros másokra irányultság sématarománnyal rendelkező nők között mutatkozott (2. ábra).



2. ábra. A férfi III. sématartományának kapcsolata a nő IV. sématartományával

A specifikus sémák szintjén két sémakapcsolódás esetében mutatkozott szignifikáns összefüggés: egyrészt a férfi részéről a Feljogosítottság séma, a nő részéről pedig az Önfeláldozás séma ($p < 0,006$); másrészt a férfi Feljogosítottság sémája és a nő Elismeréshajszolás sémája között ($p < 0,020$). Az eredmények alapján elmondható, hogy az eredeti hipotézis komplementer sémákra és egy komplementer sématartomány összefüggésre vonatkozóan igazolódott. Azaz az adatok alapján feltételezhetjük, hogy a maladaptív sémák a párválasztásban szerepet játszhattak.

A második hipotézisnek megfelelően a férfi által választott partner bánásmódja és az anya bánásmódja is összevetésre került. A Kóros másokra irányultságra hajlamosító bánásmód az anya és a partner részéről szignifikáns ($p < 0,014$) összefüggést mutatott (3. ábra).



3. ábra. A IV. maladaptív sématartomány kialakulására hajlamosító anyai bánásmód kapcsolata a női partner IV. sématartományt aktiváló bánásmódjával

Ugyanakkor a férfi által észlelt Fokozott éberség és gátlásra hajlamosító anyai bánásmód mellett a partner azonos maladaptív viselkedésre hajlamosító észlelt bánásmódja is gyakran megmutatkozik, az összefüggés szignifikáns ($p < 0,025$) (4. ábra).

ÉSZLELT ANYAI BÁNÁSMÓD	NŐ ÉSZLELT BÁNÁSMÓDJA
Elszakítotttság és elutasítotttság	Elszakítotttság és elutasítotttság
Károsodott autonómia és teljesítőképesség	Károsodott autonómia és teljesítőképesség
Károsodott korlátok	Károsodott korlátok
Kóros másokra irányultság	Kóros másokra irányultság
Fokozott éberség és gátlás	Fokozott éberség és gátlás

4. ábra. Az V. sématartományra hajlamosító anyai bánásmód kapcsolata a női partner V. sématartomány aktiválódására hajlamosító bánásmódjával

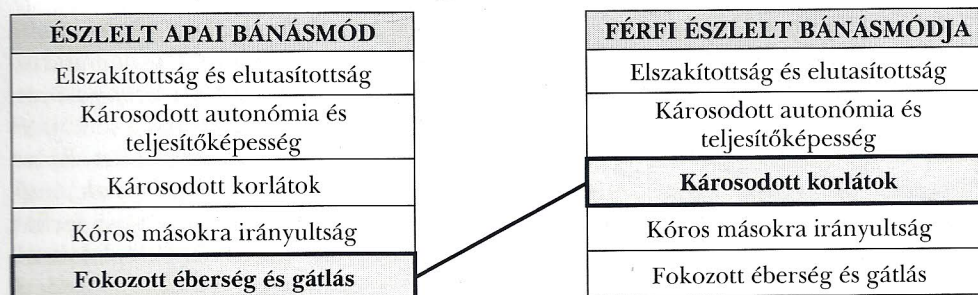
További szignifikáns ($p < 0,04$) összefüggést a férfi által észlelt érzelmek, szükségletek szabad kifejezését gátló anyai bánásmód és a női partner spontaneitást, szabad kezdeményezést nehezítő viszonyulása között jelentkezett (5. ábra).

ÉSZLELT ANYAI BÁNÁSMÓD	NŐ ÉSZLELT BÁNÁSMÓDJA
Elszakítotttság és elutasítotttság	Elszakítotttság és elutasítotttság
Károsodott autonómia és teljesítőképesség	Károsodott autonómia és teljesítőképesség
Károsodott korlátok	Károsodott korlátok
Kóros másokra irányultság	Kóros másokra irányultság
Fokozott éberség és gátlás	Fokozott éberség és gátlás

5. ábra. A IV. maladaptív sématartomány kialakulására hajlamosító anyai bánásmód kapcsolata a női partner V. sématartományt aktiváló bánásmódjával

Összegezve elmondhatjuk, hogy a második hipotézist a vizsgálat eredményei igazolták: specifikus összefüggések tárhatók fel a női partner és az anya észlelt bánásmódja között. Így feltételezhetjük, hogy az anya felől tapasztalt bánásmód nyomán beépülő női kép hatással lehet a férfiak párválasztására.

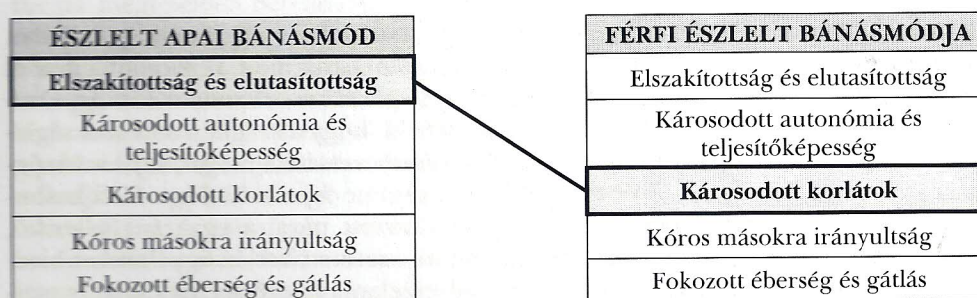
A harmadik hipotézisnek megfelelően, a nő partnerének észlelt bánásmódja és az apai észlelt bánásmód összefüggéseinek vizsgálatára is sor került. Az apa spontaneitást, szabad kezdeményezést frusztráló bánásmódja és a férfi partner korlátokat nem állító bánásmódja között mutatkozott szignifikáns ($p < 0,020$) összefüggés (6. ábra).



6. ábra. Az V. maladaptív sématartomány kialakulására hajlamosító apai bánásmód kapcsolata a férfi partner III. sématartományt aktiváló bánásmódjával

További szignifikáns ($p < 0,040$) kapcsolatot találtunk az apa biztonságos kötődést akadályozó bánásmódja és a férfi partner korlátokat nem állító bánásmódja között (7. ábra).

A harmadik hipotézisre vonatkozóan az adatok alapján kijelenthetjük, hogy a férfi partner és az apa észlelt bánásmódja között is vannak specifikus összefüggések. Így feltételezhetjük, hogy az apa maladaptív sémákra hajlamosító bánásmódja hatással lehet a nők párválasztására.



7. ábra. Az I. maladaptív sématartomány kialakulására hajlamosító apai bánásmód kapcsolata a férfi partner III. sématartományt aktiváló bánásmódjával

KÖVETKEZTETÉSEK ÉS JAVASLATOK

Jelen vizsgálatban a partnerek korai fejlődési szükségleteinek sérüléséből eredő specifikus maladaptív sémák kevesebb együttjárást mutattak, mint azt az elméleti háttér, elsősorban a séma-kémia (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003) alapján feltételeztük, melynek oka részben lehet a rendelkezésre álló kis mintanagyság is. Jelen körülmények között is kimutatható volt azonban, hogy a párok bizonyos korai maladaptív sémáinak együttes megjelenése valószínűbb.

A férfiak Károsodott korlátok és a női partner Mások által irányítottság sémata tartománya között szignifikáns összefüggés ábrázolódott. Az említett sémata tartományokon belüli specifikus korai maladaptív sémák szintjén a férfi Feljogosítottság sémája és a nő Önfeláldozás sémája, valamint a férfi Feljogosítottság sémája és a nő Elismerés hajszolás sémája között találtuk szignifikáns összefüggéseket. Ez azt jelzi, hogy a gyenge önkontrollal rendelkező, önmagukat feljogosítottnak érző, kapcsolataikban a kölcsönösség szabályait gyakran figyelmen kívül hagyó férfiak hajlamosak olyan nőt választani társként, aki saját érzéseit és szükségleteit elnyomja, alárendelődő, kapcsolataiban gyakran önfeláldozó, behódoló, mindenben a másiknak akar megfelelni, mert vágyik az elismerésére. Az ilyen pár tagjainak választásai komplementer jellegűek, a kapcsolat dinamikája az igények, szükségletek vonatkozásában kiegészítő sajátosságokat hordoz. Korrektív tapasztalatot egymás mellett ezen a téren nem szerezhetnek, ami maladaptív sémáik fennmaradását eredményezi.

Több specifikus eredményt hozott a szülői bánásmód reprezentációjának kapcsolata a választott partner észlelt bánásmódjával. Az adatok alapján a férfi anyjának Fokozott éberség és gátlásra való hajlamosítása hasonló bánásmóddal közeledő pár választásra hajlamosít. Az ilyen személy úgy észleli mind az anya gyermekkori, mind a partner jelenkori viszonyulását, hogy a másik akkor értékeli őt, ha megfelelő önkontrollal és önfegyelmel rendelkezik. A kapcsolati légkör hideg, fojtott és szigorú. Az egyénnek magába kell fojtania spontán, örömteli késztetéseit, és merev szabályok internalizására kényszerül, hisz ezzel elégheti ki a felé irányuló kapcsolati elvárásokat.

A további eredmények azt mutatják, hogy ha a férfinban anyjával kapcsolatban a spontaneitást, szabad kezdeményezést elnyomó bánásmód reprezentációja él (Kóros másokra irányultság sémata tartomány), partnere viszonyulását gyakran ugyanilyennek ítéli. Ez alapján az anya azt várta el, hogy a személy más szükségleteit helyezze előtérbe, külső tényezők irányításának vesse alá magát, saját szükségleteit, véleményét, negatív érzéseit (például harag) ne fejezze ki. Ha a férfi hasonló bánásmódú partnert választ, anyjára és választott párjára egyaránt jellemző, hogy elvárják tőle saját vágyainak visszafojtását, szeretetüket és figyelmüket bizonyos feltételekhez kötik. Ekkor a férfi szabad érzelemkifejezéssel kapcsolatos pszichés alapszükséglete a későbbiekben sem nyer adaptív kielégülést. Ugyanakkor ezeknél a férfiaknál egy másik párválasztási kimenet is valószínű: a választott női partner észlelt bánásmódja zord, fojtott és szigorú kapcsolati légkört hoz létre. A párkapcsolatban az önkontroll és önmegtagadás értékeit állítja előtérbe, nem megengedve a spontaneitást, örömteli érzések kifejezését, az ellazulást, azaz Fokozott éberségre és gátlásra hajlamosít.

A nők választásait tekintve az adatok alapján valószínű, hogy az apa Fokozott éberség és gátlásra hajlamosító magatartása, illetve az Elszakítottság-elutasítottság sémata tartománybeli sérülést okozó magatartása is a Károsodott korlátok sémata tartomány aktivitására hajlamosító partnerválasztáshoz vezet. Tehát akár az apa zord, követelő, büntető magatartása, amely a szabálykövetést, a teljesítménycentrikusságot részesítette előnyben az örömmel, ellazulással, spontán kezdeményezett tevékenységekkel szemben; akár az apa biztonságos kötődést akadályozó bánásmódja

(változékony, labilis, elhanyagoló, érzelmileg rideg, elutasító, nem elérhető), ugyanahhoz a bánásmódra való vágyhoz vezet. A választott férfit partner engedékeny vagy nem beavatkozó módon vesz részt a kapcsolatban. Nem állít korlátokat, szabályokat, és nem várja el, hogy mások szükségleteire tekintettel legyen. A választás tekintetében látszólag ellentétesség figyelhető meg. A rideg, elutasító, érzelmileg stabilan nem elérhető bánásmód, illetve a folyamatos alkalmazkodás helyett a nő túl engedékeny párt választ a korai tapasztalatok kompenzálására törekedve. Nem hagyhatjuk figyelmen kívül azonban, hogy a túl engedékeny magatartás fakadhat abból, hogy a partner nem észleli a valós szükségleteit és érdekeit, vagy érdektelen, be nem vonódó marad azokkal szemben. Ha a reális korlátokat nem állító magatartás mögött a partner érdektelensége, valódi bevonódásának hiánya húzódik meg, ez bizonyos értelemben hasonló az apa korai viszonyulásához.

Összességében valószínűnek tűnik, hogy a korai szükségletekkel és észlelt szülői bánásmóddal kapcsolatos tapasztalatok befolyásolhatják a felnőttkori kapcsolati választásokat. Eredményeink igazolják hipotézisünket, miszerint az ellenkező nemű szülő által okozott korai sérülések hajlamosíthatják az egyéneket olyan párválasztásra, amelyben a partner részéről észlelt bánásmód a hiányokat nem korrigálja, hanem rögzíti, így az adott pszichés alapszükséglet a felnőtt kapcsolatban sem tud adaptívan kielégülni. Ez összhangban van a séma-terápia alaptételével, miszerint azon személyek, akik gyermekkorukban nem élhették meg az elsődleges gondozói kapcsolatban szükségleteik adaptív kielégítését, így maladaptív sémákkal (sématarományokkal) rendelkeznek, nagy valószínűséggel felnőttkorban sem tudják megfelelően beteljesíteni azokat (UNOKA, 2011). A pszichés alapszükségletek kielégítésének fő tere felnőttkorban a párkapcsolat, ahol azok aktiválódnak, a hozzájuk kapcsolódó, önmagunkra, illetve a másokra vonatkozó reprezentációinkkal együtt. Ezen reprezentációkból fakadnak az egyén elvárásai, jóslatai a szignifikáns másik szükségletkielégítő viselkedésével kapcsolatban (UNOKA, 2011), amely a partner bánásmódjának észlelését, ugyanakkor magát a választásokat is befolyásolhatja. Az egyén önsorsrontó módon tudattalanul olyan helyzeteket és kapcsolatokat választ és tart fenn, amelyek megerősítik a sémát, emellett olyan módon kommunikál a másikkal, ami az elővételezett negatív reakciót váltja ki belőle, így a séma további megerősítést nyer (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2010).

Fentiek tükrében eredményeik összecsengenek BOWLBY (1973) belső munkamodellekről, s azok időbeli stabilitásáról alkotott elméletével is, amely a youngi elmélet egyik teoretikus alappillére, illetve a HAZAN és SHAVER (1987) által indított kötődéseméleti irányvonallal, amely a korai szülő-gyermek kapcsolat jellegzetességeit kiterjeszti a felnőtt, intim kapcsolatok területére.

El kell ismernünk azonban, hogy a párválasztás nem csak ezen múlik, ennél összetettebb jelenség, amelynek jelen kutatásban egy aspektusát ragadtuk meg, egy speciális megközelítésben.

Jelen vizsgálat az egyén fontos kapcsolatainak, kötődési mintázatainak feltárására alkalmas eszközt demonstrál. Az egyén által észlelt bánásmód vizsgálata lehetővé válik az élettörténetben fontos szerepet betöltő kapcsolatokra vonatkozóan. A tipikus választások feltárása a szülői bánásmód tükrében is értelmezhetővé válik, ami növelheti az egyéni terápia hatékonyságát.

A téma gyakorlati jelentőségét emellett az adja, hogy a jelenleg leginkább egyéni módszerként alkalmazott sémafókuszú terápia értékes eszköz lehet a párterápiák gyakorlatában is. A párkapcsolatok sémaorientált megértése és kezelése jelentős segítséget nyújthat a bemerevedett és maladaptív kapcsolati dinamika megbontásában, lehetővé téve a pár számára, hogy szükségleteiket a kapcsolatban adaptívabban, mindkettejük számára kielégítőbben tölthessék be.

A séma-fókuszú egyéni terápia az öt alapvető pszichikus szükséglet köré szerveződik (UNOKA, 2011). A terapeuta felméri, majd a korlátozott szülői újragondoskodás modellje (YOUNG, KLOSKO és WEISHAAR, 2003) alapján kielégíti, illetve megtanítja a klienst adaptívan betölteni életében ezen szükségleteit. Ehhez szükséges annak megfogalmazása, hogy az adott sérült szükségleteiből milyen sémák erednek, s a páciens maladaptív megküzdési módjai és tünetei hogyan akadályozzák meg alapszükségeinek adaptív beteljesülését. A terápia során a terapeuta kognitív stratégiákat, élményalapú munkát és viselkedéses technikákat is használ, miközben végig kiemelt hangsúlyt kap a terápiás kapcsolat szerepe mint fő korrektív tényező (UNOKA, 2011).

A séma-fókuszú párterápia szintre emelése szintén Young nevéhez fűződik (DIFRANCESCO, 2013), s ugyanezeket az elveket követi: gondos felmérés után a pár tagjainak frusztrált alapszükségeit állítja a kezelés fókuszába. Az ezekből eredő maladaptív sémák, sémamódok és coping stílusok, valamint a sémákat triggerelő helyzetek azonosításával a pár tagjai megismerik mintáikat és azok eredetét, a múltbeli események értelmet nyernek, és a pár reményt kap a változásra. A terapeuta felől megtapasztalt elfogadó, empatikus attitűd modellt nyújt a pár számára egymás mélyebb megértése felé. Ez segít egymás megértésében, és abban, hogy időt adjanak a másoknak és önmaguknak is a változáshoz. Az empatikus közegben a diszfunkcionális interakciós minták azonosítása, az önsorsrontó mintákkal való konfrontáció könnyebb és eredményesebb, mert kevésbé ütközik ellenállásba. A módszertan nem kizárólag edukatív és kognitív elemeket hordoz; a terapeutával való kapcsolat ebben a formában is igen hangsúlyos. A terapeuta igyekszik (korlátok között) betölteni a pár tagjainak sérült alapszükségeit, amellyel a megértésen túl *érzelmi élményt* is nyújt arról, milyen az, ha egy szükséglet kielégülést nyer. Ennek nyomán a későbbiekben a pár tagjai fokozatosan egymás (és önmaguk) alapszükségeivel kapcsolatban is megtanulják alkalmazni az adaptív szükségletkielégítő viselkedést, egyfajta szülői újragondoskodást. Ez egyben Egészséges Felnőtt működésmódjukat is erősíti, amelyet tovább stabilizálnak kapcsolati készségfejlesztő technikákkal, különös tekintettel a kommunikáció, az asszertivitás, az empátia készségeire.

Csakúgy, mint az egyéni módszerben, a séma-fókuszú párterápia középpontjában is az elsődleges szükségletek állnak. A módszer filozófiája szerint ezen szükségletek egyetemesek (szemben például az akarattal), kultúrától, származástól, kortól, nemtől függetlenek. Ez különösen igaz a szeretetkapcsolatok, biztonságos kötődés és elfogadás igényére, s ez megalapozza azt a reményt, hogy a pár tagjai ezekben egymásra tudnak rezonálni, s el tudnak indulni a gyógyító változás útján (DIFRANCESCO, 2013).

A séma-fókuszú párterápia enyhébb és súlyosabb párkapcsolati zavarok, nyílt és rejtett konfliktusok, kommunikációs és szexuális zavarok esetében ugyanúgy alkalmazható, mint eltávolodás, közös célok és értékek hiánya, esetleg kapcsolaton belüli bántalmazás esetén (DIFRANCESCO, 2013), ugyanakkor a módszertan részleteiből ismertetése meghaladja ezen tanulmány kereteit.

KORLÁTOK ÉS KITEKINTÉS

A bemutatott vizsgálat legfőbb korlátja a kis mintanagyságban rejlik, így sem a demográfiai tényezők mentén történő vizsgálatra, sem a specifikus sémák alaposabb vizsgálatára nem nyílt lehetőség. Hasznos lett volna a párkapcsolatra vonatkozóan több adatot gyűjteni, a párkapcsolati elégedettséget mérni; a korábbi párkapcsolatok számát, hosszát; a kapcsolati formát (együttélés, különélés, házasság stb.) felmérni.

Fontos azt is észrevenni, hogy csak az észlelt bánásmód került felmérésre, a szülő és a partner valós bánásmódjáról nincs adatunk, azaz az is előfordulhat, hogy a szülő által okozott specifikus sérülések csak a partner viselkedésének percepcióját torzítják. Ebben az esetben is van azonban relevanciája ennek a felismerésnek, hiszen ezen jellegzetes információtorzító mechanizmusok hatással vannak a kapcsolat működésére, a partner válaszreakcióira, s akár önbeteljesítő módon „hívhatják” is a partnerből az észlelt bánásmódot.

A sémák párválasztásra gyakorolt hatásának vizsgálata azonban kísérletes úton, fiktív profilok vonzóságát vizsgálva megtörténhetne.

A tanulmány egyik lektora felhívta a figyelmet arra is, hogy mintánkban nem szerepelnek olyan személyek, akik olyan súlyosságú sémákkal vagy coping stílussal (például elkerülő személyiségek) rendelkeznek, ami a tartós párkapcsolatot akadályozza. Ez kétségtelenül igaz, az ilyen személyek vizsgálata egy teljesen más mintán és feltételek között történhetne meg.

Tanulságos lehetne továbbá a különböző generációk párkapcsolataiban megjelenő tipikus maladaptív séma-kombinációk vizsgálata, s azok értelmezése a korosztályok megváltozott életkörülményeinek tükrében. Hasonlóképpen izgalmas lehetőség rejlik a párkapcsolati dinamika kultúrközi összehasonlító vizsgálatában is, különböző nevelési és párkapcsolati felfogást valló kultúrákban.

Jelen vizsgálatot tervezzük nagyobb mintával megismételni, az egyes sématarományokon belüli specifikus sémákra és a coping mechanizmusokra fókuszálva, a partnerkapcsolati választás és működés mechanizmusok mélyebb megértése érdekében.

IRODALOM

- AINSWORTH, M. D. S., & BOWLBY, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333–341.
- BAGDY E. (2002). *Párkapcsolatok dinamikája*. Budapest: Animula Kiadó.

- BARTHOLOMEW, K., & HOROWITZ, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226–244.
- BOWLBY, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- BUDA B. és SZILÁGYI V. (1988). *Párválasztás – a partnerkapcsolatok pszichológiája*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- COBB, R. J., & DAVILA, J. (2009). Internal working models and change. In J. H. OBEGI, & E. BERANT (Eds.), *Attachment Theory and Research in clinical work with adults* (pp. 209–234). New York: The Guilford Press.
- COLLINS, N. L., & ALLARD, L. M. (2003). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. In G. J. O. FLETCHER, & M. S. CLAR (Eds.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (pp. 60–86). Oxford, UK: Blackwell Publishing.
- DIFRANCESCO, C. *Schema Therapy for Couples és Marriages*. Letöltve: 2013. 05. 02-án: <http://www.wisconsinfamily.org/pdf/Couples-and-Marriages.pdf>
- FOX, J. (2005). The R Commander: A Basic Statistics Graphical User Interface to R. *Journal of Statistical Software*, 14(9), 1–42.
- HAZAN, C., & SHAVER, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 270–280.
- JUNG, C. G. (1993). *Az ember és szimbólumai*. Budapest: Göncöl Kiadó.
- JUNG, C. G. (1997). *Gondolatok a szexualitásról és a szerelemről*. Budapest: Kossuth Kiadó.
- LUKÁCS D. (2005). *Párkapcsolat, szexualitás, pszichoanalízis*. Budapest: Animula Kiadó.
- MAIN, M., & HESSE, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism? In M. T. GREENBERG, D. CICCHETTI, & E. M. CUMMINGS (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention* (pp. 161–184). Chicago: The University of Chicago Press.
- NAGY L. (2005). A felnőtt kötődés mérésének új lehetősége: a Közvetlen Kapcsolatok Élményei Kérdőív. *Pszichológia*, 25(3), 223–245.
- OLIVIER, C. (1980). *Les enfants de Iocaste*. Gonthier: Editions Denoel.
- SCHARFF, D. E., & SCHARFF, J. S. (2004). *Object Relations Family Therapy*. Lanham: Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- SCHARFF, D. E. (2005). *Object Relations Theory and Practice*. Lanham: Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- SIEGEL, J. (1992). *Repairing intimacy: an object relations approach to couples therapy*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- SZÉKELY I. (2003). *Tárgykapcsolat-elmélet családterápiában*. Budapest: Animula.
- SZILÁGYI V. (2006). *Szexuálpaszichológia*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.
- UNOKA ZS. (2007). *Személyiségvonások, tünetdimenziók, rossz szülői bánásmód vizsgálata és látnersérülékenységdimenziók azonosítása egyes pszichés zavarokban*. Doktori értekezés. Budapest: Semmelweis Egyetem.
- UNOKA ZS. (2011). Sématerápia. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 66(1), 31–45.
- YOUNG, J. E. (1994). *Young Parenting Inventory*. New York: Cognitive Therapy of New York.
- YOUNG, J. E., & BROWN, G. (1990). *Young Schema Questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York.

- YOUNG, J. E., & BROWN, G. (2001). *Young Schema Questionnaire*. Special Edition. New York: Schema Therapy Institute.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S., & WEISHAAR, M. E. (2003). *Schema Therapy*. New York: Guilford Press.
- YOUNG, J. E., KLOSKO, J. S. és WEISHAAR, M. E. (2010). *Sématerápia*. Budapest: VIKOTE.
- VANKÓ T. (2012). *Kötődés és korai maladaptív sémák vizsgálata egyes pszichés zavarokban*. Pécsi Tudományegyetem, Bölcsészettudományi Kar: Doktori értekezés.

THE EFFECT OF THE PARENTAL TREATMENT ONTO THE PAIR CHOICE IN THE MIRROR OF THE SCHEME FOCUS THEORY

NAGY, ANIKÓ – MOLNÁR, JUDIT – BALÁZS, KATALIN – VÁGYI, PETRA

In our research we examined the effect of parental treatment on partner choice. Based on the schema-focus theory by Jeffrey Young, we approached the issue from the side of frustrated developmental basic needs, and we were looking for specific patterns between the maladaptive schema domains the members of the couple might have. We also compared the treatment experienced from the parent in childhood (contrary sex) with the treatment experienced from the partner at the present. Assuming that people follow the schema-chemistry principle in their choices, and tend to choose a partner who strengthen and verify their existing schemas, we supposed that these show significant/remarkable similarity.

In our examination we used the Young Schema Questionnaire, Young Parenting Inventory, Partner Inventory, and Demographic Questionnaire. The list of questionnaire was completed by 35 pairs (70 persons).

Our results about the patterns of the maladaptive schema domains did not confirm the significant fitting, but noteworthy correspondence was showed between the parent's and the selected partner's treatment. In case of men, the effect of the maternal treatment may express itself in unequivocally similarity choices. In case of women the treatment experienced from their father may result in both similarity and complementary choices as well.

Key words: *partner choice, parental treatment, basic developmental needs, schema-focused theory, maladaptive schema domain, schema-chemistry, similarity choice, complementary choice*