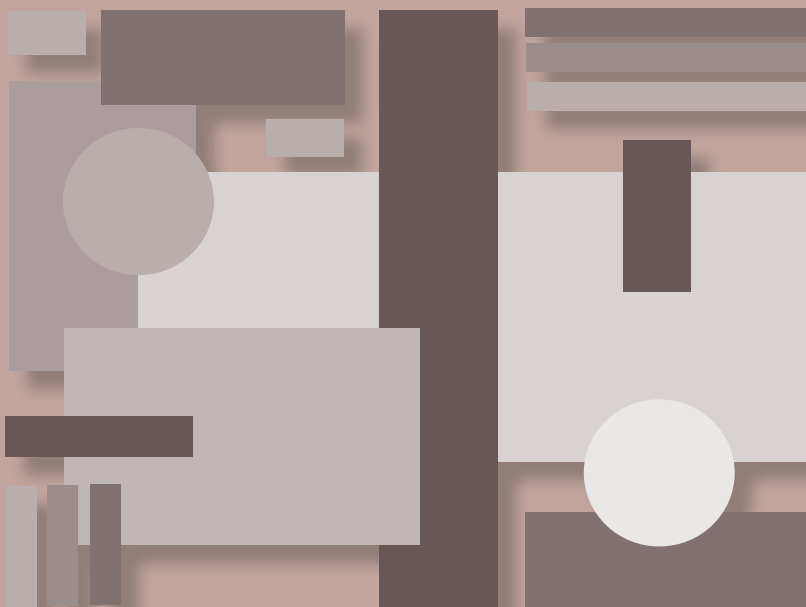


SPECIMINA OPERA IUVENUM

Szemelvények 5.

6

Válogatás a PTE BTK XXXIV. Országos Tudományos
Diákköri Konferencián (2019) I-III. helyezést elért
hallgatóinak pályaműveiből

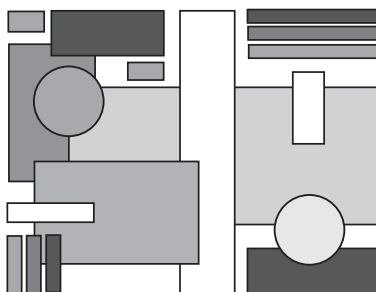


TUDOMÁNYOS DIÁKKÖRI TANÁCS

PÉCSI TUDOMÁNYEGYETEM BÖLCSESZETTUDOMÁNYI KAR

Szemelvények 5.

Szemelvények 5.



Válogatás a PTE BTK XXXIV. Országos Tudományos Diákköri
Konferencián (2019) I–III. helyezést elért hallgatóinak pályaműveiből

Szerkesztette:

BÖHM GÁBOR – CZEFERNER DÓRA – FEDELES TAMÁS

Specimina Operum Iuvenum
a Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi
Kar Tudományos Diákköri Tanácsának sorozata

A sorozat szerkesztői:
BÖHM GÁBOR és FEDELES TAMÁS

A kötet megjelenésére a Nemzeti Tehetség Program Hazai Tudományos
Diákköri műhelyek támogatása PTE BTK Kari Tudományos Diákköri
Konferencia című pályázat (NTP-HHTDK-19-0078) keretében kerül sor.

A kötet megjelenését támogatta:



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA



EMBERI ERŐFORRÁS
TÁMOGATÁSKEZELŐ



Nemzeti
Tehetség Program

© A szerzők
© A szerkesztők

Tartalom

Előszó	7
--------------	---

HUMÁNTUDOMÁNYOK

NYELVÉSZET

FUTÓ BETTINA

A logikai <i>is</i> -től a pragmatikai <i>is</i> -en át a metakognitív <i>is</i> -ig	13
--	----

HUSZICS ALIZ

Szintén	50
---------------	----

KARÁCSONYI KRISZTNA

A magyar főnevek szintaktikai szerkezete: deverbális, reprezentációs és relációs főnevek	85
---	----

TÖRTÉNETTUDOMÁNY

ANDRÁSFALVY CSENGE ZSUZSANNA

Az 1956-os forradalom pécsi eseményei női szemmel	123
---	-----

BÁRDONICSEK DOMINIKA

A szovjet büntetésvégrehajtás egy sajátos válfaja: a Gulág női táborai. Mindennapok és a túlélésért folytatott küzdelem a szögesdrót mögött	151
---	-----

PEDAGÓGIA ÉS PSZICHOLÓGIA

ARANY-NAGY ZSUZSANNA

A gamifikáció mint a könyvtári és pedagógiai munkát segítő módszer	193
---	-----

IHÁSZ VIRÁG

- Érzelemkifejező arcok vizuális keresése a saját életkor iránti
elfogultság számításba vételével 231

JÁRDAHÁZY EVELIN

- Észlelt szülői reakciók a distresszre és hatásuk
a serdülők pszichés jóllétére 248

ROSENBERGER EVELIN

- Így szoronganak ők – avagy a Sötét Hármas és a szorongás
különböző típusai közötti együttjárások feltérképezése 294

STUMMER KRISZTINA

- Leányok a pécsi kereskedelmi szakképzésben – A Pécsi Városi
Női Felső Kereskedelmi iskola fejlődése 1912 és 1948 között 327

SZENNAI MARTIN

- Az Én a pixelekben 347

SZONDY NOÉMI LUCA – LESTÁK DOMINIKA – BEDA BALÁZS

- Serdülők online szexuális kommunikációja: sexting az erotika
és az abúzus tükrében 382

TÁRSADALOMTUDOMÁNYOK

PELCZER DÓRA

- Super-féle munkaérték vizsgálat a Dél-Dunántúlon – Társasjáték
fejlesztése mint pályaeorientációs eszköz 437

- A kötet szerzői 481

Előszó

Kötetünkben a XXXIV. Országos Tudományos Diákköri Konferencia (OTDK) díjazott hallgatóinak tanulmányaiból adunk közre válogatást. 2019 tavaszán az országos tudományos fórumon a pécsi bölcsészek négy szekcióban összesen 71 pályamunkával vettek részt. Közülük 17 kiemelkedő eredmény született: hét pályamű szerzője első, hat dolgozat készítői második, négy munkáé pedig harmadik helyezést értek el, míg karunk 13 hallgatója különdíjban részesült.

Az OTDK szekcióiban – és a jelen kötetben – bemutatott pályaművek különösen erős mezőnyben kiválóan teljesítő, leendő fiatal tudósok kitartó munkáját dicsérik. A hosszú hónapokig, nem egyszer évekig tartó kutatások tanulmánnyá érlelt eredményeit veheti kezébe az újdonságok iránt fogékony olvasó. Gyűjteményes kötetünkben számos tudományterület képviselteti magát, így található értekezés a magyar és egyetemes történelem, a magyar nyelvészet, a pszichológia és pedagógia köréből egyaránt.

A jelen kötetben közreadott munkák a tudományterületek széles skáláját reprezentálják, amely egyúttal karunk széles képzési portfóliójának egyes részeit is megjeleníti. E tanulmánygyűjteménynek, ahogy a sorozat korábban megjelent darabjainak is az a legfontosabb célja, hogy a tudomány iránt fogékony új generáció első jelentősebb eredményeit közreadja, amely egyúttal a Bölcsészkaron folyó tehetséggondozó munkáról is tanúságot tesz. Nem titkolt célunk ugyanakkor, hogy e tanulmányok közreadásával elmélyült kutatásokra ösztönözzük a tehetséges, ambiciózus hallgatóinkat, akik még csak a kezdő, sokszor bizonytalan lépéseket tették meg az önálló tudományos felfedezések irányába vezető úton. Bízunk abban, hogy ebbéli törekvéseink nem maradnak eredménytelenek, és a jövőben még többen mérettetik meg eredményeiket a kari és országos fórumokon, tovább öregbítve ezzel a pécsi bölcsészképzés presztízsét.

Észlelt szülői reakciók a distresszre és hatásuk a serdülők pszichés jóllétére

Detected parental reactions to distress and their effects
on the mental well-being of adolescents

In our research, we investigated the parental reactions to distress, detected by adolescents, the subsystems of attachment, and the impact of difficulties in emotional regulation on the self-actualization of the universal psychological need. During the process, more than 210 students completed the survey package, which contained questions in regards of parental reactions to distress, attachment, emotional regulation, and universal psychological needs. The participants fulfilled two separate questionnaires about their mother and father in the investigation of parental reactions to distress and attachments. For the testing of the results, we designed two individual model considering the maternal, and the paternal sides. The parental reactions to distress had an effect on the dimensions of attachment, these influenced the difficulties in emotional regulation, which ultimately impacted the universal psychological needs. Some of the variables of certain levels even had a direct effect on the self-actualization of the psychological needs.

Irodalmi áttekintés

A kötődés típusaival és hatásaival rengeteg tanulmány foglalkozik. Kutatásunkban serdülők körében vizsgáltuk a distresszre adott szülői válasz, a kötődési dimenziók, valamint az érzelmszabályozási nehézségek kapcsolatát, illetve ezek hatását a serdülők alapvető pszichológiai szükségletmegélésére. Ezen összefüggések feltárásának fontosságát mutatja, hogy az alapvető pszichológiai szükségletek bizonyított összefüggésben állnak a pszichés jóllétel,²⁰ így minden olyan bejósoló kapcsolat feltárása fontos lehet, amely hatással van az alapvető pszichológiai szükségletek megélésének minőségére.

²⁰ PATRICK 2007.

Kötődésméletek

A kötődés kutatásának történeti áttekintése

A közeli kapcsolatok és azok minősége nagy befolyással bír a pszichés jólétre, a kötődés kutatása és a kötődésméletek kidolgozása fontos eszköz volt ennek megértéséhez.

A kötődéssel kapcsolatos első kísérletek HARLOW (1958) nevéhez köthetők, aki – a korai kapcsolatokra helyezve a hangsúlyt – majomkölyköknél a veleszületett kontaktusigényt vizsgálta. A híres „szőranya-drótanya” kísérlet eredményei azt mutatják, hogy a kapcsolat nyújtotta biztonság legalább olyan fontos volt a majomkölykök számára, mint a táplálkozás szükségletének kielégítése. BOWLBY (1958) tekinthető a kötődésméletek alapjainak lefektetőjének, aki korábbi megközelítések alapján részletesen vizsgálta a jelenséget. Az evolúciós szemlélet szerint a kötődésnek adaptív funkciója van, a védelem szempontjából fontos, míg a pszichoanalízis képviselői szerint az anya, mint szükségletkielégítő „funkció” fontos a csecsemő számára. BOWLBY (1958) elutasítja a pszichoanalitikus elméleteket, úgy véli, a gyermek kötődése anyjához nem a szükséglet-kielégítő funkcióból eredeztethető. Szerinte a kötődés egy önálló, viselkedéses motivációs rendszer, amely a születéstől fogva működik, amolyan veleszületett hajlam egy speciális kapcsolat létrehozására. Terápiás munkája során azt találta, hogy a tünetek és az anyai depriváció, az anyai gondoskodás hiánya között összefüggés van. A kötődés ugyanakkor nem egyenlő a ragaszkodással, sokkal inkább köze van a stressz- és érzelemszabályozáshoz. A kötődési viselkedést jól körülírható helyzetek váltják ki, mint például egy distresszt okozó szituáció, ugyanakkor a rendszer akkor is aktív, ha épp nincs látható kötődési viselkedés. A kötődési rendszer állandó kölcsönhatásban áll a többi rendszerrel, mint pl. félelem, exploráció. A kötődés létrejöttének jellemző viselkedéses jegyei vannak, így például szorongás hatására a kötődési viselkedés megfigyelhetően felerősödik, a gyermek egy számára ijesztő helyzetben azonnal a kötődési személy közelségét és védelmét keresi, egyfajta biztonsági bázist nyújt számára. Ehhez tartozó viselkedéses jegy

a szeparációs szorongás, amely megfigyelhető, ha a gyermeket a kötődési személytől elválasztják, és ez ellen ő tiltakozik.²¹

A kötődés kutatásának áttekintésekor nem lehet elsiklani AINSWORTH és munkatársai (1978) kutatása, az Idegen helyzet kísérlet mellett, melyben a kötődési viselkedéses rendszer és más viselkedéses rendszerek (pl. exploráció) interakcióját figyelték meg. A vizsgálatban a fő megfigyelési szempont az volt, hogy az egy év körüli gyermekek miként reagáltak, ha édesanyjuk egyedül hagyta őket egy idegen szituációban. A helyzetre adott válasz, valamint édesanyjuk visszaérkezésére adott reakcióik alapján három fő kötődési típust állapítottak meg:

- A „B” típusú kötődésű gyermekek biztonságosan kötődnek. Anyára és idegen emberekre megkülönböztetett reakciót adnak, az anyával érzelmetlen kontaktus figyelhető meg. Az anya távozására látható a distressz, visszatéréskor meg tudja nyugtatni a gyermeket.
- Az „A” típusba elkerülő kötődésű gyermekek tartoznak, akiknek érzelmentes kontaktusuk van az anyával, a kötődési személy távozásakor a manifeszt distressz hiányzik megnyilvánulásából, ugyanakkor a distressz vegetatív jelei jelen vannak. Ezt a típusú kötődést később 2 különböző formára különítették el, így azon belül beszélhetünk *félelemteli* és *elutasító* kötődésről.
- A harmadik kötődési mintázat a „C” – *ambivalens/ellenálló típus*. Ezek a gyermekek állandó monitorozás alatt tartják a szülőt, távozásakor intenzív distressz-reakció jelentkezik és érzelmi-indulati megnyilvánulások. Ennek oka az anyai viselkedés bejósolhatatlanságában gyökerezik, a gyermek nem tudhatja, mikor számíthat rá és mikor sem.

A korai kapcsolatok meghatározó szerepet játszanak az érzelemszabályozásban, mivel ebben a korai szakaszban a gondozó a felelős azért, hogy segítsen a gyermeknek szabályozni érzelmeit. Példát mutat és a gyermeket érő distressz esetén pedig segít megküzdeni a problémával.²² AINSWORTH és munkatársai (1978) kutatásában az érzelemszabályozás is fontos szempont volt. Kísérletükben megfigyelték, hogy a biztonságosan kötődő gyer-

²¹ RUTTER 1988.

²² LAIBLE 2017.

mekek érzelmkifejezése és érzelmszabályozása egyaránt optimális. Más jellemző viszont az elkerülő, illetve ambivalens kötődésű gyermekekre. Az elkerülő kötődésnél a gyermek bizonytalan, szorongó, érzelmkifejezéseit pedig túlszabályozza, distressz jeleit nem mutatja. Az ambivalens kötődésű gyermek viselkedésére ennek ellenkezője igaz, hiszen rájuk az érzelmkifejezések alulszabályozása jellemző, ennek hátterében a kiszámíthatatlan szülői viselkedés állhat.²³

A kötődéssel kapcsolatban sok elmélet említi a belső működési munkamodellt²⁴, amely az első években szerzett kötődési tapasztalatokon alapul és a személy későbbi kapcsolataira is jelentős befolyással bír. Ekkor megtanulja a gyermek, hogy a kötődési személy mennyire megbízható, szerető, segítő és ezek alapján magára vonatkoztatva, hogy ő maga mennyire hatékony a segítség megszerzésében, mennyire szerethető, valamint a kapcsolat, melyet kialakítottak mennyire biztonságot nyújtó. A gyermek ezek alapján tudja, mit várhat el a kötődési személytől, így azt is, hogy később mit várhat el és hogyan viselkedjen számára fontos személyekkel kapcsolatban. Vitatható, hogy későbbi kapcsolatainkat kizárólag ez a belső működési munkamodell határozná meg. A modell bizonyosan valamelyest stabil, ugyanakkor flexibilitást mutat, több tényező hathat rá, például a serdülőkorban megjelenő változások, új típusú kapcsolatok megjelenése.

A kötődés vizsgálatának új perspektívái

A klasszikus kötődéseméletek a kora gyerekkori kötődést helyezték a középpontba, csak valamivel később jelentek meg a későbbi kötődési viselkedésre vonatkozó vizsgálatok. HAZAN és SHAVER (1987) például Bowlby és Ainsworth kötődéseméletein keresztül vizsgálta a felnőtt romantikus partnerkapcsolatokat. Úgy gondolták, hogy a gyermek-gondozó kapcsolatban és a felnőtt párkapcsolatban ugyanazon motivációs és kötődési rendszerek állnak a háttérben. A kötődés négy fő összetevőjeként azonosították a közelségkeresést, a biztonságos menedéket, a szeparációra adott tiltakozást, va-

²³ JANTEK-VARGHA 2016.

²⁴ BRETHERTON 1999.

lamint a biztonságos bázist. A négy fő vonás mellett különbséggént emelik ki, hogy míg a gyermekkori kötődés egy aszimmetrikus, függő és szexualitástól mentes viszony, addig a párkapcsolati kötődés kölcsönös és reciprok, továbbá szexuális jellege is van. A kötődési rendszer eleinte az anya-gyermek kötődést foglalja magába, majd a gyermek fejlődése és érése, valamint a serdülőkorban bővülő szociális hálója hatással lesz rá, a kortárs kapcsolatok formálják a már említett belső működési munkamodellt.²⁵

A korai kötődésemelletek a kötődési viselkedéseket és azok jellemzőit típusokba sorolták. Később FRALEY, HEFFERNAN, VICARY és BRUMBAUGH (2011) megalkottak egy olyan kérdőívet, mely két dimenzió mentén méri a kötődést, amelyek az elkerülés és szorongás. A *szorongás* alrendszere a kötődési személy (gyermek esetében pl. a szülők) elérhetőségét, közelségét és válaszkészségét méri. Ha a személy eltérést észlel a számára optimális közelség és a valós közelség között, fellép a szorongás. Az *elkerülés* dimenziója a kötődési viselkedés szabályozásáért felelős, meghatározza a kötődési személytől való távolságot. AINSWORTH és munkatársai (1978) által kidolgozott kötődési típusok bővített változata – melyben az elkerülő típus két részre oszlik – megfeleltethető a szorongás és elkerülés dimenziók tengelyén létrejövő kombinációknak. Ezek alapján alacsony szorongásértéket mutatnak a biztonságosan kötődő és elutasító elkerülő kötődésű személyek, náluk magasabb ingerküszöb figyelhető meg az elutasítás tekintetében. Ugyanakkor magasabb mértékű szorongást élnek át a félelemteli elkerülők és az ambivalens – vagy más néven elárasztott kötődésű személyek. Utóbbi típusba tartozó gyermekeknél az anya kiszámíthatatlan viselkedése miatt a gyermek sosem tudhatja, mikor várhat megfelelő válaszkészséget, így ezek a gyermekek minden distressz szituációban heves jelzést adnak gondozójuk felé, hiszen minél többször jeleznek, annál nagyobb arányú odafigyelést kapnak. A másiktól való távolságot szabályozza az elkerülés alrendszere, így ezen a dimenzión a biztonságosan kötődő és elárasztott kötődésűek mutatnak alacsonyabb értékeket, míg a két elkerülő kötődési típusba – elutasító és félelemteli – tartozó személyek magasabbakat. Az elkerülés dimenzióját a közelségtől való félelem és a kisebb mértékű bizalom jellemzi.²⁶

²⁵ JANTEK-VARGHA 2016.

²⁶ Uo.

Serdülőkori kötődés

Bár a serdülőkor az önállósodás és a társakba vetett növekvő bizalom ideje, mégis a szülőtől való szándékos távolodás ellenére a serdülők továbbra is náluk keresik a támogatást distressz helyzetben.²⁷ A serdülőkor egy biológiai, kognitív és szociális változások sokaságával dústott időszak, ebből adódóan sok problémát okozhat a gyermek és szülei életében egyaránt. A neurológiai struktúrákban és funkciókban bekövetkező változások az absztrakt gondolkodás és problémamegoldás fejlesztésére szolgálnak, de egyes neurotranszmitterek szintjének változása és hormonváltozás is megfigyelhető, melyek többnyire mind hatással vannak a viselkedésre. A szülőkkel töltött idő lecsökken, a barátokkal töltött idő pedig növekedést mutat, az ébren töltött órák családdal töltött száma akár 21%-os csökkenést mutathat a gyermekkor és serdülőkor között.²⁸

Az élet több területén megjelenő változások a serdülőt egy kötődéssel kapcsolatos dilemma elé is állítják: a szülőkkel való kapcsolat fenntartása miképp valósuljon meg ebben az időszakban, miközben felfedeznek új társas szerepeket és kötődési kapcsolatokat fejlesztenek barátaikkal, romantikus partnereikkel. Fontos, hogy a sikeres átmenet ebben a helyzetben nem a szülőkről való teljes leválással valósul meg. Az egészséges átmenet az autonómia és felnőttkor felé megkönnyíthető a biztonságos szülői kötődés által. Serdülőkorban a kötődés- és a szülők funkciója néhány dologban változást mutat, némelyikben pedig állandóságot. Kora gyermekkorban fontos a közelség, valamint a fizikai elérhetőség, a szülők így tudják biztosítani a gyermek komfort érzetét, mikor egy negatív élethelyzetbe kerülnek. Később a serdülőknél már nincs szükség ugyanolyan fokú közelségre, mivel úgy is érzik a biztonságot, ha tudják, hogy szüleik támogatóak akkor is, ha épp nincsenek jelen. A szülői érzékenység és válaszkészség ugyanakkor továbbra is alapvető kell, hogy legyen a biztonságos kötődés fenntartásában, serdülőkorban is, ez főként az autonómia kialakításában játszik szerepet.²⁹

²⁷ BARBOT-HEINZ-LUTHAR 2014.

²⁸ MORETTI-PELED 2004.

²⁹ Uo.

A biztonságos kötődés ellenére konfliktusok megjelenhetnek a serdülő-szülő kapcsolatban, ezek jelenléte önmagában nem a rossz kapcsolat jele. Előfordulásuk normális, a konfliktuskezelési módok viszont meghatározó fontosságúak. A serdülők, akik megértve érzik magukat szüleik által még egy konfliktushelyzetben is, magabiztosabbak lehetnek, nem kerülnek a konfliktusokat, és nem rohannak idő előtt a függetlenségbe a szüleik támogatása nélkül. A biztonságos kötődés protektív faktor lehet a serdülők számára, hiszen kevesebb érzelmi probléma, jobb szociális képességek és jobb megküzdési stratégiák jellemzik őket.³⁰ LAIBLE vizsgálatában (2007) 117 serdülővel töltetett ki kérdőívcsomagot, amellyel a szülőkhöz és társakhoz való kötődés, szociális viselkedés és érzelmi kompetencia kapcsolatát vizsgálta. A biztonságosan kötődő serdülők szociálisabban kompetensebbek, magasabb fokú érzelmi jártasságra tesznek szert, ezáltal jobbak lesznek empátiás készségeik, érzelemkifejező készségük és érzelmi tudatosságuk is. Mindebben jelentős szerepe van a szüleikkel kialakított közeli kötődési kapcsolatnak. Amit ebben a kapcsolatban tanulnak, fontos szerepet játszik a megfelelő társas viselkedésben. Mivel magasabb fokú empátiával rendelkeznek, ezek a serdülők nagyobb arányban mutathatnak proszociális magatartást, valamint alacsonyabb arányban agresszív viselkedést.³¹ Az alkoholfogyasztás, kábítószer használat szintén alacsonyabb számban fordul elő biztonságos kötődés esetén. Lányoknál kisebb arányú a tinédzserkori terhesség, az étkezési zavarok és a testsúly miatti aggodalom is. Szorongás, depresszió, agresszió és magatartási problémák, illetve bűnözés mind alacsonyabb számban fordulnak elő abban az esetben, ha a serdülő ebben az időszakban is megfelelő kötődési kapcsolatot tud szüleivel fenntartani. A klinikai kutatások szintén az előzőeket alátámasztandó kimutatták, hogy a nem biztonságos kötődés kockázati tényezője lehet kábítószer használatnak, agresszivitásnak és öngyilkosságnak egyaránt.³²

Sok szülő érezheti úgy, hogy kis befolyása van serdülő gyermeke életére, kevés információval rendelkezik az őt érintő változásokról és ezek fontosságáról, észlelhetik a megnövekedett konfliktusok számát, amelyeket személyes visszautasításként élhetnek meg, ám ez téves észlelés, ugyanak-

³⁰ Uo.

³¹ LAIBLE 2007.

³² MORETTI–PELED 2004.

kor a felmerülő kommunikációs nehézségek fényében érthető. Mindezek ellenére ebben az időszakban is ugyanolyan fontos a szülő válaszkészsége, jelenléte és odafigyelése.³³

Serdülők által észlelt, distresszre adott szülői reakciók

Az elmúlt években megkérdőjeleződött az a gondolat, miszerint a szülőknek a serdülőkorban is hasonló befolyása volna a gyermekük viselkedésére, mint egy korai gyermekkori szakaszban. A kötődéssel kapcsolatos kutatások ugyanakkor továbbra is azt bizonyítják, hogy a szülő-gyermek kapcsolat ebben az életszakaszban is nagy hatást gyakorol a serdülő életére, hiszen továbbra is a szülők azok, akik distressz esetén a biztos pontot jelentik. Továbbá pedig az, hogy gyermekük distresszére milyen reakciót adnak, valamint az, hogy a serdülő ezt hogyan észleli, annak szintén jelentős hatása lehet az ő életére, annak több aspektusára.³⁴

A szülőktől való csökkenő függés és kötődés ellenére a serdülők továbbra is biztonságos bázisként tekintenek rájuk, stresszel teli helyzetekben próbálnak ugyanúgy a szülőkre támaszkodni. Amelyik szülő-serdülő kapcsolatban ez megfelelően tud működni, ott egy biztonságos kötődési modell figyelhető meg. Szüleiket ezek a serdülők olyan személyként észlelik, akik alkalmasan reagálnak az ő kötődési jelekre, bízhatnak megfelelő válaszkészségükben egy distressz helyzetben is, amikor a leginkább vágnak a támogatásra. Ezen tényezők fontossága kiemelendő, hiszen ebben a periódusban a serdülők által észlelt szülői válaszkészség az általuk kifejezett distresszre egy fontos jelző lehet, a szüleikkel való kötődésükre és saját magukra nézve is, ugyanis ez is részét képezi a már említett belső működési munkamodellnek, amely a gyermekkorban észlelt szülői válaszokat tartalmazza és hatással lesz a későbbi kötődési kapcsolatokra is.³⁵ A gyermek distresszére adott negatív szülői válasz következményeket vonhat maga után, alacsonyabb szintű szociális kompetencia és a negatív érzelmek megnövekedett szintje figyelhető meg

³³ Uo.

³⁴ BARBOT-HEINZ-LUTHAR-2014; MORETTI-PELED 2004.

³⁵ BRETHERTON 1999.

ezeknél a serdülőknél. Ugyanakkor a pozitív válasz kedvezőbb társas és érzelmi beállítódást és magasabb szintű kompetencia érzetet eredményezhet.³⁶

A serdülő distresszére adott szülői reakciók tehát hatással vannak a gyermek érzelmi és társas életére egyaránt, a szülői válasz háttérében pedig gyakran a kötődés minősége állhat. A szorongás és elkerülés kötődésdimenziók által létrehozott négy fő típus a következő: biztonságos, elutasító elkerülő, félelemteli elkerülő és elárasztott kötődés. Distressz vagy konfliktus helyzetben a kötődési rendszer aktiválódik, a szülő kötődési stílusa pedig kiterjed az ilyen helyzetekre adott válaszára is. RHOLES és munkatársai (1997) szerint az elkerülő és elárasztott kötődésű kapcsolatot fenntartó felnőttek több negatív reakciót mutatnak szülőként, szülő-gyermek kapcsolatukban. Hasonlóan, azok a szülők, akiknek saját bevallásuk szerint romantikus kapcsolatuk az elkerülő kötődési típussal jellemezhető, kisebb mértékű érzelmi támogatást mutattak gyermekük felé, aki egy fájdalmas kórházi kezelésen esett át, mint a biztonságos kötődésű szülők. Az elárasztott kötődési stratégiájú anyák pedig szorongóbb magatartást mutattak, miközben tinédzser lányukkal jövőbeli terveit és céljait vitatták meg.³⁷

A gyermek distresszére adott szülői válaszokkal kapcsolatos irodalom nem túl kiterjedt, BARBOT, HEINZ és LUTHAR (2014) ugyanakkor összegyűjtötte a szülői reakciók lehetséges kategóriáit, létrehozva ezzel „The Perceived Parental Reactions to Adolescent Distress” kérdőívüket, mely a serdülők által észlelt, distresszre adott szülői reakciókat méri. A kategóriáknál fontos szempont volt a felnőtt kötődési stílusok és szülői szenzitivitás figyelembevétele. A kérdéssort külön anyára és apára állították össze, hiszen úgy gondolták, a serdülőnek külön „forgatókönyve” van érzelmei kimutatására és a törődés fogadására attól függően, hogy melyik szülőjükről van szó. Az általuk meghatározott négy fő kategória: megnyugtató, önfókusz, elkerülés és durvaság. A *megnyugtató* egy támogató közeget teremtő szülő reakciója, aki figyel gyermeke problémáira és próbál segítséget nyújtani. Az *önfókusz* kategóriába olyan reakciók tartoznak, melyekben a szülő a gyermeke distressz állapota miatt maga is hasonló nehéz érzelmi helyzetbe kerül, átveszi a distressz állapotot és rosszabb kimenetel esetén a serdülő feladata lesz, hogy megnyugtassa

³⁶ BARBOT-HEINZ-LUTHAR 2014.

³⁷ Uo.

szülőjét. *Elkerülő* reakciókat ad az a gondozó, aki nem hallgatja meg gyermeke problémáját, nem érdeklődik felőle, inkább próbálja háritani és más felé terelni a problémamegoldást. *Durva* vagy szigorú kategóriába tartoznak azon szülői válaszok, melyek a gyermeket okolják saját nehéz helyzete miatt, mint ha a serdülő saját distressz állapotát magának köszönhetné.³⁸

A serdülőkorban is kiemelkedő fontosságú tehát a megfelelő kötődés megléte a szülőkkal, valamint distressz esetén a szülő válaszkészsége, ezek ugyanis nagy befolyással bírnak a gyermek érzelmi és társas életére, amelyek mindennapjaikat meghatározzák.

Az alapvető pszichológiai szükségletek és kapcsolatuk a kötődési stílusokkal

Az elmélet három alapvető pszichológiai szükségletet emel ki, melyek az optimális pszichés fejlődés és működés alappillérei: autonómia, kompetencia és kapcsolódás. Az autonómia az önállóság megélését, ön-meghatározás és ön-irányítás szükségletét foglalja magába. Fontos, hogy a személy hű és hiteles legyen saját maga és saját akarata felé, érezze, hogy saját tetteinek ő a kezdeményezője és irányítója. A kompetencia szükségletébe a megfelelés és alkalmasság érzete, valamint a kreativitás tartozik – annak az érzése, hogy a személy képesek végrehajtani azt, amit szeretne és amit kell. A harmadik alapvető pszichológiai szükséglet a kapcsolódás, amely megfelelő szintű ki-elégüléséhez az elfogadás érzete, a közelség és intimitás érzése szükséges, a személynek éreznie kell, hogy hatékony interakciót képes folytatni másokkal. Beletartozik ebbe a személy által fenntartott kapcsolatok minősége is.³⁹

A teljes pszichés egészség mindhárom szükséglettel való elégedettséget magába foglalja, ezek közvetlen kapcsolatban állnak a pszichés jólléttel, meghatározóak az élet számos területén, mint például párkapcsolat, szülő-gyermek kötődés, munka, oktatás és egészség. Hatásuk van a motivációs rendszerre, kontroll-érzetre, a pszichés egészség előremozdítására, de az önbecsüléssel és az étellel való elégedettséggel is kimutatható ezen három alapvető pszichológi-

³⁸ Uo.

³⁹ RYAN–DECI 2000; PATRICK et al. 2007; KORMAS–KARAMALI–ANAGNOSTOPOULOS 2014.

ai szükséglet kapcsolata.⁴⁰ Azon személyek, akik magasabb arányú autonómia és kompetencia szükséglettel való elégedettségéről számoltak be, általában pozitívabbnak élték meg mindennapjaikat, jobb napokat éltek meg, úgy érezték, hogy több pozitív és kevesebb negatív hatás éri őket, továbbá kevesebb testi problémáról számoltak be, mint pl. fejfájás, alvási nehézségek vagy gyomorpanaszok.⁴¹ Az alapvető pszichológiai szükségletekkel való elégedettség negatív korrelációt mutat a distresszel, a depresszióval és a szorongással is.⁴²

A kötődés számos pszichés tényezővel mutat kapcsolatot, kutatások alapján az alapvető pszichológiai szükségletmegélésre is nagy hatást gyakorol. A nem biztonságos kötődés erősen korrelál a pszichés distresszel, ahogyan a depresszív tünetekkel is a mindennapokban. KORMAS, KARAMALI és ANAGNOSTOPOULOS (2014) kutatásukban egyetemistáknál vizsgálták az alapvető pszichológiai szükségletmegélés kapcsolatát a kötődési szorongással és depresszív tünetekkel. Eredményeik szerint a magasabb arányú kötődési szorongás az alapvető pszichológiai szükségletekkel való alacsonyabb elégedettségéhez vezethet, ami hozzájárulhat a depresszív tünetek mindennapokban való megjelenéséhez is. A biztonságos kötődésű személyek magasabb szintű alapvető pszichológiai szükségletekkel való elégedettségéről számoltak be. Ebből következhet, hogy amennyiben valakinek ilyesfajta pszichés szükségleteit – pl. autonómia szükségletét – támogatják, abban az esetben ez jobb szükségletmegeléssel párosul, mindamellet, hogy kapcsolatát érzelmi bizalom és biztonságos kötődés jellemzi.⁴³ Ahogyan a kedvező pszichológiai szükségletmegélés, úgy a kötődési személyhez tartozó biztonság érzete is kapcsolódik a pszichés jólléthez. LA GUARDIA, RYAN, COCHMAN és DECI (2000) szerint az autonómia, valamint a kompetencia szükségletének megélése és az azzal való elégedettség erősen bejósolja a kötődési személyhez való biztonságérzetet. Ennek oka abban gyökerezhet, hogy a személy egy biztonságosan kötődő kapcsolatban képes az alapvető pszichológiai szükségletei kedvező megélésére, ezáltal elégedettebb is lesz. Kutatások tehát bizonyították a kötődési biztonság és az alapvető pszichológiai szükségletmegélés kapcsolatát. A biztonságos kö-

⁴⁰ PATRICK et al. 2007; KORMAS–KARAMALI–ANAGNOSTOPOULOS 2014.

⁴¹ PATRICK et al. 2007.

⁴² KORMAS–KARAMALI–ANAGNOSTOPOULOS 2014.

⁴³ PATRICK et al. 2007; KORMAS–KARAMALI–ANAGNOSTOPOULOS 2014.

tődés és a pszichológiai szükségletmegélés összefüggésbe hozható a pszichés jólléttel is, ami pedig a mindennapi élet minőségének meghatározója.

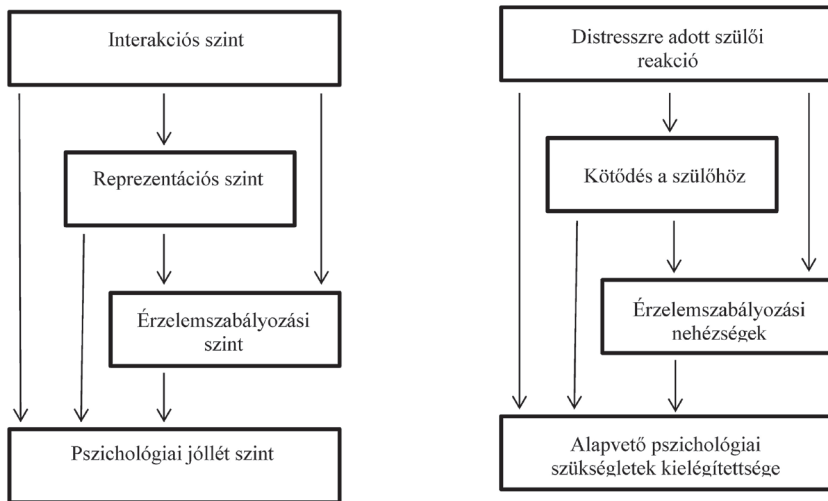
Célkitűzések

Kutatásunk fő célja a serdülők alapvető pszichológiai szükségletmegélésébe való bepillantás volt. Ehhez vizsgáltuk, hogy azok a serdülők, akik különböző módon kötődnek a szüleikhez, különböző válaszokat kapnak az őket ért distressz szituációban, illetve ezekből adódóan különböző érzelemszabályozási stratégiákkal rendelkeznek, miként élik meg mindennapjaikat. Az alapvető pszichológiai szükségletek közé sorolható az autonómia, a kompetencia, valamint a kapcsolódás. A serdülők által észlelt, distresszre adott szülői reakciók típusai, továbbá a kötődés két dimenziója – elkerülés és szorongás – és az érzelemszabályozási nehézségek hatását egyaránt vizsgáltuk arra nézve, hogy ezek miként jósolják be az autonómia, illetve kompetencia megélését, valamint a kapcsolódási szükségletek kielégítettségét.

Kutatásunk alapját egy elméleti modell képezte (1. ábra), amely egyes szintjeinek megfeleltethetőek a fentebb leírt változók. Mivel egy feltáró jellegű vizsgálatról van szó, így jelen esetben hipotéziseinket maga az elméleti modell, illetve az abban található feltételezett kapcsolatok foglalják magukba. Legfelül az interakciós szint áll, amelyben a serdülő a kötődési személyhez fordul egy őt ért distressz miatt, ez a személy – jelen esetben a szülő – pedig erre valamilyen típusú választ ad, legyen az akár pozitív, vagy éppen negatív. A kötődési személy által adott válasz meghatározó erővel bír a reprezentációs szintre, ahol a különböző kötődési típusok találhatók, jelen esetben ezek a két kötődési dimenzió tengelyén helyezkednek el, amelyek az elkerülés és a szorongás. Feltételeztük, hogy míg egy megnyugtató típusú pozitív válasz alacsonyabb kötődési elkerülést és szorongást von maga után, addig a negatívabb, valamint kevésbé hatékony választípusok (önfókuszú, elkerülő, durva válasz) inkább magasabb elkerüléssel és szorongással járnak.

A két kötődési dimenzió hathat az érzelemszabályozásra; feltevésünk szerint magasabb szintű érzelemszabályozási nehézségekkel jár a kötődési elkerülés és a szorongás megléte, hiszen a kötődési elkerülés egy túlszabályozó rendszer, amelyben a distressz nem kerül kimutatásra, míg a szorongásnál

az érzelmek alulszabályozása az általános, ahol a kötődési rendszer akkor is bekapcsol, amikor nincs veszély helyzet. Mindez pedig befolyásolja a negyedik szintet, vagyis a pszichológiai jóllét szintjét, amely a felsőbb szintekhez alkalmazkodik, azok határozzák meg, hogy az alapvető pszichológiai szükségletek kielégülése milyen szinten tud végbemenni. Az érzelemszabályozási nehézségek megjelenése negatívan befolyásolja az említett szükségletek megélésének mértékét, ezen túl pedig a pszichológiai jóllét szintjét közvetlen módon is befolyásolhatja az interakciós szint, illetve reprezentációs szint egyaránt. Ezek alapján tehát a megnyugtató választípus például kedvezően, a negatív válaszok (önfókuszú, elkerülő, durva) pedig negatívan alakíthatják a szükséglet kielégülését, a kötődési elkerülés és szorongás magasabb szinte pedig szintén csökkent szükségletmegéléshez vezethet. Ezen kívül az interakciós szint is állhat közvetlen kapcsolatban az érzelemszabályozással, vagyis egy kedvezőtlen distresszre adott reakció közvetlen úton előidézhetheti a serdülőnél az érzelemszabályozási nehézségeket.



1. ábra: Az elméleti modellek

Vizsgálat bemutatása

Minta bemutatása

A vizsgálatban használt kérdőívcsomagot 241 középiskolás diák töltötte ki, a hiányos adatok miatt 31 fő kizárásra került, a statisztikai elemzéseket a végső 210 fős mintával végeztük. A 210 főből 85 férfi és 125 női kitöltő, átlag életkoruk 15, 27 év (szórás: 1,103 év). A vizsgálati személyeknek választ kellett adniuk arra, hogy kollégiumban élnek-e (34 igen, 176 nem), illetve, hogy kivel élnek együtt: anyukájával és apukájával 160 diák, anyukájával és nevelőapukájával 16, apukájával és nevelőanyukájával 3, csak anyukájával 26, csak apukájával 3, valamint szüleitől távol valamilyen rokonnal 2 diák él. A statisztikai elemzések komplexitásának kezelhető szinten tartása végett nem vettük figyelembe a nemzet, kort, kollégiumi-, illetve családi körülményekre vonatkozó demográfiai adatokat, ezek vizsgálatba való beépítésére a későbbiekben sor kerülhet, amely részletesebb kifejtése a limitációkat taglaló fejezetben történik. A vizsgálat kezdete előtt a diákok szülei beleegyező nyilatkozatokat kaptak, melyeket abban az esetben kellett kitölteni visszajuttatniuk, amennyiben nem engedélyezték gyermekük vizsgálatban való részvételét. A kérdőívek kitöltése teljes mértékben anonim és önkéntes volt.

Mérőeszközök bemutatása

A kérdőívcsomag, melyet a középiskolás diákok kitöltöttek – a már említett demográfiai kérdéseken kívül – 4 részből állt. Az első fő részben a serdülők által észlelt distresszre adott szülői reakciók kérdőíves mérése történt. A következőben a szülő-gyermek kötődésre vonatkozó kérdésekre kellett választ adniuk a diákoknak. Az első két kérdőívet mind anyára, mind pedig apára vonatkozóan kitöltötték a serdülők. A harmadik részben érzelmszabályozási nehézségekkel kapcsolatos kérdéssort, a negyedikben pedig az alapvető pszichológiai szükségleteikre vonatkozó kérdéseket kaptak.

Az említett négy kérdőív részletes bemutatása:

1. Az első kérdőív – melyet mind anyára, mind pedig apára vonatkozóan kitöltöttek a diákok – a *serdülők által észlelt distresszre adott szülői reakciókat* mérte.⁴⁴ A kérdőív 12 tételből áll, melyre 5 fokú skálán adtak választ a kitöltők. A kérdéssor 4 változóval dolgozik, melyek a következők:
 - *megnyugtató* – mely egy megnyugtató, együtt érző szülői reakciót tükröz (pl. „félreteszi a dolgait és igazán rám figyel”),
 - *önfókusz* – amely változó tételei szerint a szülő átveszi a distressz állapotot és inkább a serdülő feladata lesz a megnyugtató (pl. „anyanyira aggódni kezd, hogy a végén nekem kell megnyugtatom”),
 - *elkerülés* – a szülő elhárítja a problémát és annak megoldását, figyelmen kívül hagyja a serdülő distresszét (pl. „próbálja kerülni a témát vagy próbál átsiklani felette”),
 - *durvaság* – egy támadó szülői reakciót tükröz, a gyermeket okoló magatartást méri a változó (pl. „engem okol, hogy ilyen helyzetbe hoztam magam”).
2. A kötődés mérésére a *Kapcsolati struktúrák kérdőívet* használtuk, mely FRALEY, HEFFERNAN, VICARY és BRUMBAUGH (2011) nevéhez fűződik, magyar adaptálását BIRKHOFFER és KÖKÖNYEI végezte (2008) és JANTEK és VARGHA (2017) publikálta. A 9 tételt 7 fokú skálán értékelhették a diákok, anyára és apára vonatkozóan egyaránt. A kérdőív a szorongás és elkerülés dimenzióin/alrendszerin keresztül méri a kötődést.
 - *szorongás* – a kötődési személy elérhetőségét, válasz készségét ellenőrzi, ha a személy eltérést észlel a számára optimálisnak vélt közelség és a valós közelség között, szorongás lép fel (pl. „Aggódok, hogy anyám nem törődik annyira velem, mint én vele”),
 - *elkerülés* – a kötődési viselkedés szabályozásáért felelős dimenzió, a magasabb pontszám a kötődési viselkedés erőteljesebb deaktivációját jelzi (pl. „Inkább nem mutatom ki anyámnak, hogy mit érzek mélyre a szívemben”).

⁴⁴ PRAD; BARBOT–HEINZ–LUTHAR 2014.

3. Az érzelemszabályozás méréséhez a GRATZ és ROEMER (2004) által kidolgozott, majd KÖKÖNYEI (2008) által magyarra fordított *Érzelemszabályozási Nehézségek Kérdőívet* (DERS) használtuk, melyet Gratz és Roemer érzelemszabályozás definíciójuk operacionalizálására dolgoztak ki. A kérdőív 36 tételt tartalmaz, melyekre 5 fokú Liker típusú skálán kell választ adnia a kitöltőnek. 6 szempont alapján méri a személy érzelemszabályozási nehézségeit és stratégiáit. A 6 faktor a következő: *érzelmi reakciók elfogadhatatlansága, nehézségek a célirányos viselkedés fenntartásában, impulzuskontroll nehézségek, érzelmi tudatosság hiánya, érzelemszabályozó stratégiákhoz való csökkent hozzáférés, érzelmi tisztaság hiánya*. Vizsgálatunkban az eredmények jól követhetősége érdekében csak a kérdőív összpontszámával dolgoztunk, így a faktorok részletesebben nem kerülnek kifejtésre.

4. Az *Alapvető Pszichológiai Szükségletek Skála*⁴⁵ a diákok alapvető pszichológiai szükségletmegélését volt hivatott mérni. Ezek megélésének lehetősége hatással van arra, hogy a serdülők hogyan érzik magukat a mindennapokban, milyenek a kapcsolataik. Ezen kérdőív 9 állítást tartalmazott, melyeket 7 fokú skálán értékelhettek a tanulók. A kérdőív által felmérhető három változó:
 - *autonómia* – mennyire élik meg önállóságukat (pl. „Úgy érzem, szabadon eldönthetem, hogyan élem az életemet.”),
 - *kompetencia* – mennyire érzik magukat kompetensnek (pl. „Az ismerőseim azt mondják, hogy jó vagyok abban, amit csinálok.”),
 - *kapcsolódás* – milyen kapcsolatot ápolnak ismerőseikkel, barátaikkal (pl. „A körülöttem lévő emberek törődnek velem.”).

Eredmények

Vizsgálatunk során több típusú statisztikai próbát alkalmaztunk: az anyai és apai reakciók, illetve kötődésdimenziók összehasonlítására kétmintás

⁴⁵ BPNS; RYAN–DECI 2000.

t-próbát, külön a két szülőnél az egyes változók összehasonlításához Pearson-féle korrelációt alkalmaztunk. A szülői reakciók alapvető pszichológiai szükségletekre vonatkozó hatását, a kötődési dimenziókon és érzelmszabályozáson keresztül többszörös hierarchikus lineáris regresszióval vizsgáltuk. A kérdőívek által mért változók átlag- és szórásértékeit, valamint a skálák belső megbízhatóságát a dolgozat mellékletben található 1. táblázat foglalja össze.

Az anyára és az apára vonatkozó értékelések összehasonlítása

Azon változókat, melyeket anyára és apára vonatkozóan egyaránt kitöltöttek a serdülők, kétmintás t-próba segítségével vetettük össze. Ezek eredményei a melléklet 2. táblázatában találhatóak. A serdülők által észlelt, distresszre adott szülői válasz változói a megnyugtató, az önfókusz, az elkerülés, valamint durvaság, a kötődés két dimenziója pedig az elkerülés és a szorongás. A distresszre adott észlelt durvaságon kívül a többi változó mentén szignifikáns különbségeket találtunk az anyai-, illetve apai értékek között. Ezek a két szülő közti azon különbségeket mutatják meg, hogy a serdülő miképp látja szüleiével való kapcsolatát, miként észleli egyik, vagy másik szülője reakcióját az őt érő distressz szituációban.

Az anyák szignifikánsan magasabb pontszámot értek el a megnyugtató típusú reakcióban, mint az apák. Ezek alapján a serdülők distressz helyzetben gyakortább érzik az anya felől a megnyugtató, támogató magatartást, mint az apa felől. Az önfókusz szintén az anyákra jellemzőbb, vagyis a serdülők úgy érzik, hogy egy őket ért distressz szituációban gyakrabban az anya az, aki maga is szorongó állapotba kerül, az apáknál ez az észlelt reakció kevésbé jellemző az eredmények alapján. Ugyanakkor az apák szignifikánsan magasabb pontot értek el az elkerülő reakcióban, valamint a két kötődési dimenzióban is. A serdülők úgy észlelték, hogy az apa gyakrabban próbál hátrítani distressz helyzetben, mint az anya. Az apa sokkal inkább hagyja figyelmen kívül a problémát, valamint a kötődési elkerülés és kötődési szorongás dimenzió is kedvezőtlenebb értékekkel rendelkezik, mint az anyák. A serdülők ezek alapján az apa személyét távolabbinak érzik a kötődés terén is.

Az apára vonatkozó eredmények

Az apai változók összefüggése az érzelemszabályozási nehézségekkel és az alapvető pszichológiai szükségletek kielégülésével

A négy kitöltött kérdőív változóinak kapcsolatát, azok apára vonatkozó eredményeit a melléklet 3. táblázata ismerteti.

A serdülő által észlelt, distresszre adott megnyugtató apai válasz szignifikáns negatív korrelációt mutatott a kötődési elkerüléssel, kötődési szorongással, valamint az érzelemszabályozási nehézségekkel is. Ezek alapján amennyiben az apa részéről a serdülő megnyugtató magatartást tapasztal egy distressz helyzetben, úgy kevésbé érzi magát távol az apától, kevésbé jellemzi a kötődési szorongás és kisebb valószínűséggel tapasztal érzelemszabályozási nehézségeket, mint abban az esetben, ha az apa reakciója nem megnyugtató. Pozitív összefüggés látható ugyanakkor az apai megnyugtató, valamint az alapvető pszichológiai szükségletek változói között. Tehát, ha a serdülő által észlelt apai reakció megnyugtató, akkor autonómia, kompetencia és kapcsolódás szükségletmegélése kedvezőbb lesz. Ezáltal jobban megéli önállóságát, kompetensebbnek érzi magát és kapcsolataiban jobban tapasztalja a közelség érzését is.

Az apa részéről tapasztalható önfókuszú reakció egy serdülő által átélt distressz helyzetben szignifikáns együttjárást mutatott az érzelemszabályozási nehézségekkel. Amennyiben a gyermek által átélt distressz hatására az apa maga is szintén hasonló állapotba kerül, akkor a serdülőnél nagyobb arányban jelenhetnek meg érzelemszabályozási nehézségek, mint azoknál a serdülőknél, akiknél apai részről nem jelenik meg ilyen reakció. Az apa felől tapasztalt elkerülő és durva reakció szignifikánsan pozitív kapcsolatot mutatott a kötődési elkerüléssel és szorongással. Amennyiben a serdülő úgy érzi, hogy az apa nem hallgatja meg, nem figyel problémájára – tehát elkerülő magatartást mutat –, vagy éppen szigorral reagál, és a serdült okolja, abban az esetben megjelenik a kötődési szorongás és elkerülés, a gyermek távolinak érzi az apát, illetve fél az apa szeretetének elvesztésétől. Szintén együttjárást találtunk az említett két változó mentén az érzelemszabályozási nehézségekkel kapcsolatban is. Azoknak a serdülőknek, akik distresszükre

az apa felől ilyen elkerülő vagy durva reakciót észlelnék, magasabb arányban lehet érzelmszabályozási nehézségük, mint azoknak, akik nem ilyen típusú apai reakcióval találkoznak. Az apa elkerülő és durva magatartása negatív korrelációt mutatott az alapvető pszichológiai szükségletekkel, beleértve az autonómia, kompetencia és kapcsolódás szükségletét is. Vagyis, ha a serdülő úgy érzi, hogy distresszére az apa elkerülő vagy durva magatartást mutat, akkor az ő alapvető pszichológiai szükségletmegélése problémába ütközik, támogató közeg nélkül nehezen éli meg autonómiáját, kevésbé érezheti magát megfelelőnek, alkalmasnak és kapcsolódási nehézségei is lehetnek.

Mindkét kötődési dimenzió szignifikánsan pozitív kapcsolatban állt az érzelmszabályozási nehézségekkel. Hasonlóan az elkerülő és durva distresszre adott reakciókhoz, magasabb arányban léphetnek fel érzelmszabályozási nehézségek azoknál a serdülőknél, akik az apával való kötődésnél problémákat tapasztalnak, távolabbinak érezhetik az apát, mint azt ők igényelnék, illetve jobban tartanak az apa szeretetének elvesztésétől. A kötődés két dimenziója, továbbá az érzelmszabályozási nehézségek is negatív korrelációt mutattak az alapvető pszichológiai szükségletekkel, tehát amennyiben az apa nem tűnik elérhetőnek, illetve nem érezhető válaszkészsége, akkor a serdülő alacsonyabb szintű alapvető pszichológiai szükségletmegélésről számolhat be, mint azon társai, akik biztonságosabb szinten kötődnek az apához. Érzelmszabályozás tekintetében pedig annak a serdülőnek, akinek érzelmszabályozási nehézségei vannak, alapvető pszichológiai szükségletmegélése szintén nehézségekbe ütközhet, beleértve ebbe az autonómia megélését, a kompetencia érzését és a kapcsolódás szükségletét.

Az apára vonatkozó distresszre adott reakciók, kötődési dimenziók és érzelmszabályozási nehézségek hatása az alapvető pszichológiai szükségletmegülésre

Annak megállapítására, hogy a serdülők által észlelt, distresszre adott apai reakciók, az apára vonatkozó kötődés és az érzelmszabályozási nehézségek miként befolyásolják az alapvető pszichológiai szükségletmegélést, többszörös lineáris regressziók sorozatát végeztük.

Az első két elemzésben arra voltunk kíváncsiak, hogy az apára vonatkoztatott kötődés két dimenzióját miképp befolyásolják a distresszre adott szülői reakciók változói. Ezek eredményeit a melléklet 4. *táblázata* foglalja össze.

A distresszre adott apai reakciók az apára vonatkozó kötődési elkerülés varianciájának 55%-át, a kötődési szorongás varianciájának 32%-át magyarázták. Mindkét kötődési dimenzió mentén azt találtuk, hogy az apai megnyugtató reakció fordított arányban, az elkerülő válasz pedig egyenes arányban befolyásolta a kötődési elkerülést és kötődési szorongást. Ezek alapján amennyiben a serdülő a distressz helyzetére egy megnyugtató apai választ kap, akkor kisebb mértékű az apa-serdülő kötődésben az elkerülés és a szorongás. Ugyanez fordítottan igaz az elkerülő szülői válasza, tehát a serdülő distresszére adott elkerülő apai válasz magasabb kötődési elkerülést és szorongást jósol be, vagyis az apát távolinak és kevésbé válaszkésznek észlelheti a serdülő.

A következő hierarchikus többszörös lineáris regresszió elemzésben azt vizsgáltuk, hogy a distresszre adott szülői reakciók változói, valamint ezen felül a két kötődési dimenzió miképp befolyásolják az érzelemszabályozási nehézségeket. Ennek eredményei a melléklet 5. *táblázatában* találhatók. A distresszre adott szülői reakciók változói alkotják az 1. modellt, amelyek megtalálhatóak a 2. modellben is, ami ezeken kívül kiegészült még a két kötődési dimenzióval. Az 1. modell változói 15%-át magyarázták az érzelemszabályozási nehézségek varianciájának, míg a 2. modell – a kötődési elkerüléssel és szorongással kiegészülve – újabb 7%-át magyarázta a distresszre adott reakciókon felül.

Az 1. modell alapján az önfókusz és az elkerülés pozitív bejósoló erővel bírt az érzelemszabályozási nehézségekre. Ezek alapján, ha a serdülő distresszére elkerülő vagy az apa részéről is distresszt megjelenítő reakciót kap, akkor az előrevetítheti az érzelemszabályozási nehézségek megjelenését. A 2. modellt tekintve megállapíthatjuk, hogy minél elkerülőbb és szorongóbb az apára vonatkozó kötődés, annál gyakoribb érzelemszabályozási nehézségekről számoltak be a serdülők, mivel a két kötődési dimenzió szignifikáns hatást gyakorolt ezekre. Továbbá összevetve az 1. és 2. modell eredményeit, az elkerülés, mint észlelt distresszre adott reakció szignifikáns hatása eltűnt, így valószínűsíthetően ez a kötődési dimenziókon keresztül érvényesíti hatását az érzelemszabályozási nehézségekre.

A következő három hierarchikus többszörös lineáris regresszió elemzésben azt vizsgáltuk, hogy három egymásra épülő modell miképp jósolja be az alapvető pszichológiai szükségletmegélést, vagyis az autonómia, kompetencia, valamint a kapcsolódás szükségletének megélést. Az eredmények alapján láthatóvá válik, hogy miképp befolyásolják a distresszre adott apai reakciók, ezeken felül a kötődési dimenziók, mindezeken felül pedig az érzelemszabályozási nehézségek az alapvető pszichológiai szükségletmegélést. Az eredményeket a melléklet 6. táblázata foglalja össze. Az 1. modellt elemezve megállapítható, hogy a serdülő által tapasztalt megnyugtató reakció mindhárom szükséglet kielégüléséhez szignifikánsan és egyenes arányban járult hozzá, tehát egy ilyen észlelt apai reakció elősegítheti az alapvető pszichológiai szükségleteket megfelelő mértékű kielégülését. Az 1. modellnél maradva, látható, hogy az önfókuszú apai válasz negatív hatással bírt az autonómia szükségletére, az elkerülés pedig a kapcsolódásra. Az önfókuszú szülői reakciónál a serdülő distressz helyzetére a szülő – jelen esetben az apa – maga is hasonlóan szorongó helyzetbe kerül. Amennyiben a serdülők ilyen típusú választ tapasztalnak, az eredmények alapján csökkent mértékű autonómiát élhetnek meg. Az elkerülő reakció pedig bejósolhat kapcsolódási szükségletekben megjelenő nehézségeket, ezek a serdülők kevésbé élik meg az elfogadást, közelséget.

A 2. modellben a kapcsolódás szükségleténél a kötődés dimenziói nem járultak hozzá szignifikáns eredményekkel a modellhez. Ugyanakkor az autonómia és kompetencia szükségletben mutatkozó varianciát szignifikánsan jósolta be a modell. A kötődési dimenziók beemelése viszont elűntette a megnyugtató reakció szignifikáns hatását az autonómia és kompetencia szükségletére nézve, vagyis azt feltételezhetjük, hogy ez a típusú serdülő által észlelt apai reakció a kötődési elkerülés és szorongás dimenzióján keresztül gyakorolt hatás a két alapvető pszichológiai szükségletre és azok kielégülésére.

A 3. modell az előzőekhez képest az érzelemszabályozási nehézségekkel bővült, ami mindhárom szükséglet bejósolására fordítottan gyakorolt hatást. Minél több érzelemszabályozási nehézséggel küzd tehát a serdülő, annál kevésbé éli meg autonómiáját, kapcsolódási szükségleteit mindennapjaiban, valamint annál kevésbé érzi magát kompetensnek. Az érzelemszabályozási nehézségek bekerülése az autonómia és kompetencia kielégültsége esetében

minden egyéb változó szignifikáns hatását eltüntette, vagyis ezek a változók feltételezhetően az érzelemszabályozáson keresztül hatottak az autonómia és kompetencia szükséglet megélésére. A kapcsolódási szükséglet esetében a megnyugtató reakció szignifikáns hatása megmaradt. A distresszre adott megnyugtató apai válasz tehát közvetlen módon is kifejtette kedvező hatását a kapcsolódási szükséglet kielégíttetésére.

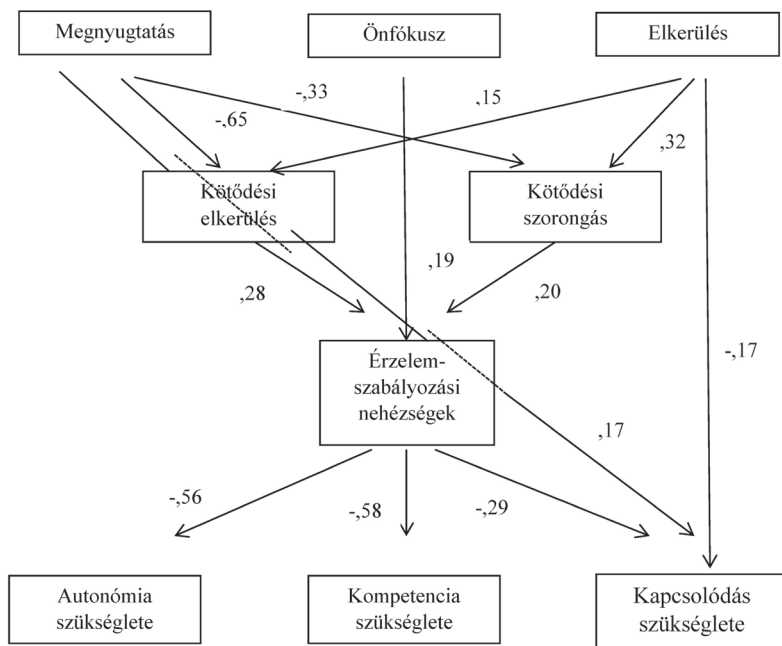
Az apára vonatkozó modell áttekintése

A fent említett hierarchikus rendszerek együttes tesztelésére megalkottunk egy átlátható modellt, amely összefoglalja a változók közti összes szignifikáns kapcsolatot. Az apára vonatkozó modellt a 2. ábra foglalja össze. A modell statisztikai szempontból megfelelő illeszkedést mutatott: $\chi^2_{(19)} = 19,781$; $p > 0,4$; CFI = 0,999; TLI = 0,998; RMSEA = 0,014 (CI90% = 0,000 – 0,063).

A modell legfelső szintjén a serdülők által észlelt, distresszre adott szülői reakció típusai helyezkednek el – a durvaság kivételével, ez a változó nem hozott szignifikáns eredményeket. Fő célunk az egyes szinteken elhelyezkedő változók alapvető pszichológiai szükségletekre gyakorolt hatásának feltérképezése volt. A modellben feltüntetett változók közül némelyek direkt, mások indirekt hatást gyakorolnak az egyes alapvető pszichológiai szükségletek kielégülésére. A direkt hatásban az adott változó egyenes úton járul hozzá a szükséglet kedvező, vagy épp kedvezőtlen megéléséhez. Erre jó példa jelen esetben a megnyugtató reakció, valamint az elkerülő reakció kapcsolódási szükségletre gyakorolt direkt hatása. Míg a szülő felől észlelt megnyugtató válasz a kapcsolódási szükséglet pozitív megéléséhez járulhat hozzá közvetlen módon, addig az elkerülés ezzel ellentétben kisebb mértékű kapcsolódás, közelség megéléshez vezethet. Indirekt hatásnál a változó nem közvetlen úton, nem magára a szükségletre hat, befolyása egy másik szinten lévő változón keresztül figyelhető meg. Az önfókuszú reakció egyik szükségletre sem bír szignifikáns közvetlen befolyással, sokkal inkább az érzelemszabályozási nehézségeken keresztül fejt ki hatását. A megnyugtató, valamint elkerülő válaszok a kapcsolódásra gyakorolt közvetlen hatások mellett a kötődési dimenziókon keresztül is hatnak az egyes

szükségletek kielégülésére, ugyanakkor ez nem mondható el az önfókuszú reakcióról, ami a kötődéstől függetlenül csak az érzelemszabályozási nehézségeken keresztül érvényesíti negatív hatását a szükségletmegélésre. Összefoglalva tehát az egyes változók befolyását az alapvető pszichológiai szükségletmegélésre, elmondható, hogy a megnyugtató, valamint elkerülő reakciók közvetlen hatást gyakorolnak a kapcsolódási szükségletre, ezen felül a kötődési elkerülésre, valamint kötődési szorongásra is. A kötődési elkerülés és szorongás egyaránt hatást gyakorol az érzelemszabályozási nehézségekre, amit az önfókuszú reakció – a kötődési dimenziókat megkerülve – szintén bejósol. Az érzelemszabályozási nehézségek pedig végül hatást gyakorolnak az összes alapvető pszichológiai szükséglet kielégülésére, beleértve ebbe az autonómia-, és a kompetencia érzését, valamint a kapcsolódás szükségletét egyaránt.

A megnyugtató közvetlen pozitív hatása miatt a serdülő – amennyiben ilyen típusú reakciót tapasztal az apa felől distressz helyzetben – sokkal inkább érezheti a közelséget, biztonságot és intimitást kapcsolataiban. Ezen kívül a megnyugtató reakció a kötődési elkerülés és szorongás kisebb szintjét is eredményezi, amelyek kisebb arányú érzelemszabályozási nehézségeket jósolnak be. Amennyiben pedig nincsenek, vagy csupán kisebb mértékű érzelemszabályozási nehézségei vannak a serdülőnek, akkor az alapvető pszichológiai szükségletmegélése kedvezőbb lesz, önállóbbnak és kompetensebbnek, alkalmasabbnak érezheti magát, kapcsolatait is megfelelőbbnek érezheti. Abban az esetben viszont, ha a serdülő saját distresszére egy elkerülő, hárító apai választ észlel, az fentebb megnyugtató reakciónál leírt összes szinten negatív hatás érvényesül. A kapcsolódásra gyakorolt közvetlen negatív hatásán kívül az elkerülő reakció magasabb szintű kötődési elkerüléssel és szorongással jár együtt, ez a serdülő nem érzi elég közelinek és válaszkésznek az apát, amiből kifolyólag érzelemszabályozási nehézségei lehetnek, ami pedig kedvezőtlenül hat az alapvető pszichológiai szükségletek megélésére. Az önfókuszú reakció közvetlenül idéz elő érzelemszabályozási nehézségeket, amelyek pedig azt eredményezik, hogy a serdülő kevésbé éli meg önállóságát, alkalmasságát és kapcsolataiban is problémákba ütközhet.



2. ábra: Az apai változók hatásait összefoglaló modell

Az anyára vonatkozó eredmények

Az anyai változók összefüggése az érzelemszabályozási nehézségekkel és az alapvető pszichológiai szükségletek kielégülésével

Az apához hasonlóan, a serdülők anyára vonatkozóan is kitöltötték az általuk észlelt distresszre, valamint kötődésre vonatkozó kérdőíveket. Ezek eredményeit és kapcsolatukat az érzelemszabályozási nehézségekkel és az alapvető pszichológiai szükségletekkel a mellékletben található 7. táblázat foglalja össze.

Az apánál megfigyelhető eredményekhez hasonlóan az anyánál is negatív korreláció mutatkozott a megnyugtató distresszre adott reakció és a kötődési dimenziók között. Tehát a serdülő, amennyiben distresszére megnyugtató

anyai választ tapasztal, abban az esetben megfelelőnek érzi az anya közelségét és válasz készségét. Az anyai megnyugtató magatartás a kötődés két dimenzióján kívül az érzelmszabályozási nehézségekkel is szignifikánsan negatív kapcsolatot mutatott, vagyis a serdülők, akik problémájára az anya odafigyel, és támogató magatartást mutat, kevésbé küzdenek érzelmszabályozási nehézségekkel, mint azok a serdülők, akiknél az anya kevésbé támogató a distresszes helyzetben. Szignifikánsan pozitív korreláció mutatkozott viszont a megnyugtató és az alapvető pszichológiai szükségletmegélés között. Ezek alapján, ha a serdülő a fentebb írtak szerint megnyugtató választ kap distressz helyzetére, akkor alapvető pszichológiai szükségletmegélése kedvezőbb lesz, jobban megéli önállóságát, kompetensebbnek érezheti magát és kapcsolatai minőségét is pozitívabbnak ítéltethi.

Az anya önfókuszú reakcióját tekintve csak a kötődési elkerüléssel, valamint érzelmszabályozási nehézségekkel kapcsolatban találtunk szignifikáns összefüggéseket – méghozzá pozitív irányban. Amennyiben a serdülő által átélt distressz miatt az anya maga is hasonlóan szorongó helyzetbe kerül, akkor ez magasabb arányú kötődési elkerüléssel járhat, mintha az anya maga nem kerül distresszes állapotba. Ezek a serdülők távolinak érezhetik az anyát, nem érzékelhetik megfelelőnek válasz készségét. Az önfókusz a kötődési elkerülésen kívül pozitív összefüggést mutat még az érzelmszabályozási nehézségekkel, tehát az anyáknál – hasonlóan, mint az apáknál – az ilyen típusú serdülő által észlelt reakció érzelmszabályozási nehézségek megjelenéséhez vezethet.

Az anya irányából tapasztalt elkerülő és durva típusú válasz hasonló eredményeket mutattak. Az ilyen típusú reakciók szignifikáns együttjárást mutattak mindkét kötődési dimenzióval, valamint az érzelmszabályozási nehézségekkel is. Ebből következik, hogy amennyiben a serdülő az anya felől elkerülő reakciót észlel distressz helyzetére, vagy éppen szigorú, vádló választ kap, az kötődési elkerüléssel és szorongással, valamint érzelmszabályozási nehézségekkel járhat együtt. Továbbá az elkerülő és durva distresszre adott reakciók szignifikánsan negatív kapcsolatot mutattak az alapvető pszichológiai szükségletmegéléssel, ez alól kivételt képez a durvaság kapcsolódási szükségletre gyakorolt hatása, ahol nem találtunk szignifikáns korrelációt. Ezek alapján egy negatív anyai válasz – legyen az elkerülés, vagy durvaság – negatív hatást gyakorol az alapvető pszichológiai szükségletek

megélésére, tehát csökkent autonómia-, és kompetenciaérzéssel, valamint kapcsolódási nehézségekkel járhat együtt – ez utóbbi csupán az elkerülő magatartásra igaz.

Mindkét kötődési dimenzió szignifikáns összefüggést mutatott az érzelmszabályozási nehézségekkel, vagyis a kötődési elkerülés és szorongás egyaránt érzelmszabályozási nehézségekkel járhat együtt. A kötődési dimenziók szignifikáns negatív kapcsolatot mutattak mindhárom alapvető pszichológiai szükséglettel, tehát a serdülők, akik távolabbinak érzik az anyát, mint azt ők igényelnék, valamint nem érzik megfelelőnek válaszkészségét, kedvezőtlenebb alapvető pszichológiai szükségletmegeléslről számoltak be. Hasonlóan ehhez, az érzelmszabályozási nehézségek is szignifikáns negatív kapcsolatot mutattak az alapvető pszichológiai szükségletmegeléssel.

Az anyára vonatkozó distresszre adott reakciók, kötődési dimenziók és érzelmszabályozási nehézségek hatása az alapvető pszichológiai szükségletmegeléslre

Az anyánál annak megállapítására, hogy a serdülők által észlelt, distresszre adott anyai reakciók, az anyára vonatkozó kötődés és az érzelmszabályozási nehézségek miként befolyásolják az alapvető pszichológiai szükségletmegeléslést, hasonlóan jártunk el, mint az apai változóknál.

Első lépésként az észlelt, distresszre adott anyai reakció kötődési dimenziókat bejósoló hatását teszteltük többszörös lineáris regresszió elemzés segítségével. Ennek eredményeit a melléklet 8. táblázata foglalja össze. A distresszre adott anyai reakciók az anyára vonatkozó kötődési elkerülés varianciájának 41%-át, a kötődési szorongás varianciájának 34%-át magyarázták. Mindkét kötődési dimenzió esetében látható, hogy az anyai megnyugtató, mint distresszre adott reakció szignifikánsan negatív hatást gyakorolt rájuk, tehát amennyiben a serdülő megnyugtató választ kap distressz helyzetére, akkor kisebb arányban jelentkezik anyával való kapcsolatában a kötődési elkerülés és szorongás. Az önfókuszú, valamint durva distresszre adott reakcióknál szignifikáns pozitív hatás találtunk a kötődési elkerülés dimenziójára nézve, tehát azon anyák serdülő gyermekei, akik ilyen típusú választ kapnak distressz helyzetükre, gyakrabban érezhetik távolabbinak és kevésbé válasz-

késznek az anyát. Az elkerülő, hárító típusú szülői válasz pedig hasonlóképp jósolta be a kötődési szorongást.

Az apai elemzésekhez hasonlóan az anyára vonatkozó eredményeknél is 2 modellel vetettük össze az eredményeket a következő szinten hierarchikus többszörös lineáris regresszió elemzés segítségével. Az 1. modell tartalmazza a distresszre adott szülői reakciók változóit, a 2. modell pedig a kötődési dimenziókkal egészíti ki az elsőt. Ennek eredményei a dolgozat mellékletének 9. táblázatában található. Az érzelemszabályozási nehézségek varianciájának 13%-át magyarázó 1. modellen túl, a 2. modell annak további 9%-át magyarázta. Az 1. modell eredményeit nézve megállapítható, hogy az anya felől észlelt megnyugtató reakció szignifikánsan negatív hatással volt az érzelemszabályozási nehézségekre. Tehát annak a serdülőnek, aki az anya felől támogató választ kap egy distressz helyzetben, kevesebb érzelemszabályozási nehézséggel kell szembenéznie.

A 2. modellben a két kötődési dimenzió szignifikáns bejósolója volt az érzelemszabályozási nehézségeknek. Vagyis az eredmények alapján azok a serdülők, akik anyával való kapcsolatukban kötődési elkerülést és kötődési szorongást érzlelnek, több érzelemszabályozási nehézségről számoltak be. Az anyai megnyugtató hatás szignifikáns hatása eltűnt a 2. modellben, a két kötődési dimenzióval való kiegészülés miatt. Ebből arra következtethetünk, hogy az anyai megnyugtató válasza kötődési elkerülés és szorongás mérséklésén keresztül fejt ki hatását az érzelemszabályozási nehézségek mérséklésére. Hárommodelles hierarchikus többszörös lineáris regresszió elemzéssel vizsgáltuk az anyai változók (distresszre adott észlelt reakciók, kötődési dimenziók), valamint az érzelemszabályozás bejósoló erejét az alapvető pszichológiai szükségletmegélésre vonatkozóan. Ennek eredményeit mutatja be a melléklet 10. táblázata.

Az érzelemszabályozási nehézségek mindhárom alapvető pszichológiai szükséglet megélésére szignifikáns negatív hatást gyakoroltak, vagyis amennyiben a serdülő érzelemszabályozási nehézségekről számolt be, kedvezőtlenebbnek gondolta önállóságának és kompetenciájának, valamint kapcsolati szükségleteinek megélését is. A kapcsolódási szükségleteknél az érzelemszabályozási nehézségek változó minden korábbi modellben megjelenő szignifikáns hatást kiolt, vagyis a kapcsolódás szükségletére egyetlen másik változó sem gyakorol direkt hatást. Az autonómia, valamint kom-

petencia szükségletére ugyanakkor ez nem igaz, mivel mindkettő szükséglet megélésére pozitív befolyással bír az anyai megnyugtató reakció még a 3. modellben is. Ez a típusú distresszre adott válasz közvetlen módon gyakorol szignifikáns pozitív hatást az autonómia és kompetencia szükségletének kielégülésére. Továbbá az anyára vonatkozó kötődési elkerülés szignifikánsan negatív bejósoló erővel bír az autonómia szükségletére nézve, tehát azok a serdülők, akik anyával való kapcsolatukban kötődési elkerülésről, az anyától való távolságérzetéről számolnak be, kevésbé érzik úgy, hogy meg tudnák élni önállóságukat a mindennapokban.

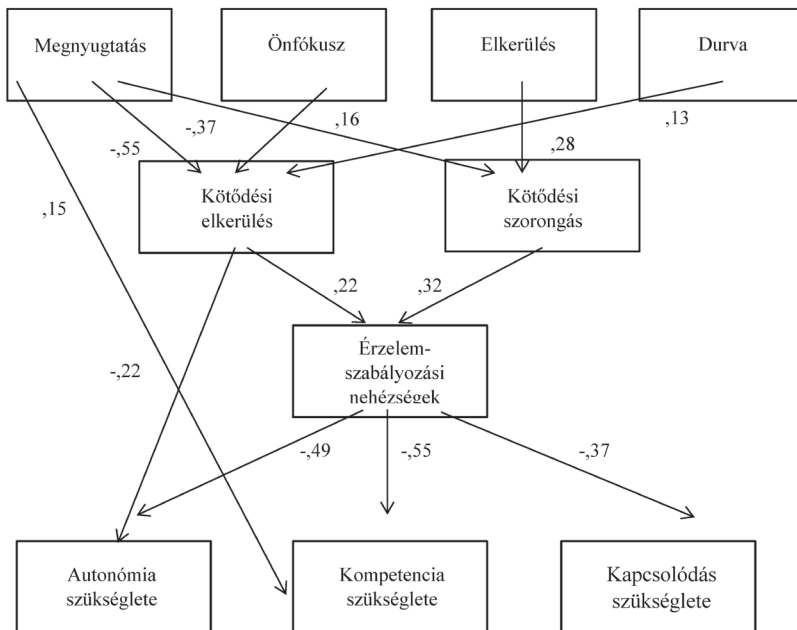
Az anyára vonatkozó modell áttekintése

Az apai elemzésekhez hasonlóan, az anyáknál leírt következtetések tesztelésére is összeállítottunk egy modellt, melyben csak a szignifikáns eredmények szerepelnek. Az anyára vonatkozó modellt a 3. ábra tartalmazza. A modell statisztikai szempontból megfelelő illeszkedést mutatott: $\chi^2_{(25)} = 32,404$; $p > 0,1$; CFI = 0,990; TLI = 0,982; RMSEA = 0,038 (CI90% = 0,000 – 0,071). A modell struktúrája és felépítése követi az apáknál bemutatott modellét, a durva típusú reakcióval kiegészítve, amely változó az apáknál ugyan nem, de az anyák esetében már mutatott szignifikáns kapcsolatokat. Ebben az esetben is a modell alapján jól követhető, hogy a serdülő által észlelt, distresszre adott szülői reakció típusai, a kötődési dimenziók, valamint az érzelmszabályozás milyen módon befolyásolják az egyes alapvető pszichológiai szükségletek megélését. A legfelső szinten a distresszre adott anyai reakció típusok találhatóak, majd a kötődés két dimenziója – az elkerülés és a szorongás, ezután az érzelmszabályozási nehézségek, legvégül pedig az autonómia, kompetencia és kapcsolódás szükséglete áll.

Az apai modellnél leírtakhoz hasonlóan, az anyára vonatkozó modellnél is találhatunk direkt, illetve indirekt hatásokat egyaránt. Direkt hatást gyakorol például a kompetenciára a distresszre adott megnyugtató reakció, vagyis ez a változó függetlenül attól, hogy a kötődésben jelen van-e elkerülés vagy szorongás, esetleg van-e érzelmszabályozási nehézség, közvetlenül pozitív befolyással bír a kompetencia szükségletének kedvező mértékű megélésére. Ezen kívül még egy szignifikáns direkt hatás figyelhető meg az anyai mo-

dellben, ez pedig a kötődési elkerülés hatása az autonómia szükségletére. Ez egy negatív bejósoló erővel bíró kapcsolat, tehát amennyiben a serdülő távolinak érzi az anyát, esetleg nem érzi megfelelő mértékű válaszkészségét, akkor kedvezőtlen mértékű szükségletmegélésről számolhat be az autonómia terén, úgy érezheti, hogy nem tudja megfelelő mértékben megélni önállóságát.

A modellen végighaladva elmondható tehát, hogy szignifikáns hatást gyakorol a kötődési elkerülésre a megnyugtató, önfókuszú és durva reakció, kötődési szorongásra pedig a megnyugtató, valamint elkerülő distresszre adott válasz. A megnyugtató és mindkét kötődési dimenzióval negatív kapcsolatban áll, míg a többi reakció típus pozitív hatással bír a kötődés alrendszerére, tehát az önfókuszú és durva válasz, valamint az elkerülő szülői válasz esetén megjelenik a kötődési szorongás, illetve távolabbinak érezhetik ezek a serdülők az anyát, mint azt ők igényelnék. Az apai modellhez hasonlóan, mindkét kötődési dimenzió hatást gyakorol az érzelmszabályozásra, vagyis, ha a serdülő kötődési elkerülésről és szorongásról számol be, akkor érzelmszabályo-



3. ábra: Az anyai változók hatásait összefoglaló modell

zási nehézségek is megjelenhetnek nála. Az érzelmszabályozási nehézségek pedig negatívan befolyásolják mindhárom alapvető pszichológiai szükséglet kielégülését. Ezáltal azok a serdülők, akik több érzelmszabályozási nehézségről számolnak be, kevésbé élik meg önállóságukat, kevésbé érzik magukat alkalmasnak, kompetensnek, és kapcsolódási nehézségeik lehetnek.

Megvitatás

A serdülőkor a dinamikus fejlődés, a nagyléptékű változások időszaka. A biológiai és kognitív változásokon kívül számos szociális, társas életben történő változás is végbemegy. Ez a szakasz az önállósodás ideje, növekszik a társakba vetett bizalom, megindul a szülőktől való távolodás. Ugyanakkor az is bizonyított tény, hogy a távolodás vágyától függetlenül a serdülőknek ugyanolyan szükségük van a szülő támogató válaszára, mint korábban, hiszen ekkor még ugyanolyan biztonsági bázisként, kötődési személyként tekintenek rájuk, mint korábban. A biztonságos kötődés hiánya számos problémához vezethet serdülőkorban – mint pl. magatartási problémák, érzelmi problémák – ugyanakkor megléte a gyermek pozitív fejlődéséhez járulhat hozzá ebben a szakaszban is, nagy hatással lehet érzelmi tudatosságára és empátiás készségeire egyaránt.⁴⁶ Ezen tények alátámasztására saját kutatásunk is alkalmas, hiszen a serdülő distresszére adott szülői reakciók, valamint a kötődési dimenziók vizsgálata során kiderült, hogy mind a distresszre adott válaszok, mind pedig az elkerülés és a szorongás kötődési dimenziók szignifikáns hatást gyakorolnak az érzelmszabályozásra, valamint alapvető pszichológiai szükségletmegélésre egyaránt.

Az általunk vizsgált tényezők, vagyis a distresszre adott reakciók, a kötődési dimenziók, az érzelmszabályozási nehézségek, valamint az alapvető pszichológiai szükségletmegélés mértéke közötti kapcsolatok feltárása fontos eredményekkel szolgált, amelyek megfelelnek a témában található szakirodalomban leírtaknak és ki is egészítik azt. A serdülő által észlelt, distresszre adott választípusok közül a megnyugtató reakció a kötődési dimenziókkal negatív korrelációt mutatott, tehát a serdülők, akik egy őket ért distressz

⁴⁶ MORETTI–PELED 2004; BARBOT–HEINZ–LUTHAR 2014.

esetén a kötődési személytől pozitív, odaforduló választ tapasztaltak, kisebb arányban számoltak be kötődési elkerülésről vagy szorongásról. Ennek köszönhetően szüleikkel való kapcsolatuk kiegyensúlyozottabb, biztonságosabbnak tűnik számukra, hiszen nem tapasztalnak szeparációs szorongást, illetve nem kerülnek el szüleiket.⁴⁷

A választípusok és a kötődési dimenziók együtt járásán túl fontos vizsgálni ezek érzelmszabályozással való kapcsolatát is. Korábban bizonyítást nyert, hogy a biztonságosan kötődő serdülők sikeresebbek érzelmeik szabályozásában, mint azon társaik, akik a kötődés nem biztonságos formáiról számoltak be.⁴⁸ Vizsgálatunkban hasonló eredményeket kaptunk az érzelmszabályozással kapcsolatban. Anyára és apára vonatkozó elemzéseink egyaránt kimutatták, hogy az elkerülő, valamint durva választípus, illetve a két kötődési dimenzió – elkerülés és szorongás – esetében együtt járás figyelhető meg az érzelmszabályozási nehézségekkel kapcsolatban. Tehát azok a serdülők, akik negatív választ kaptak egy distressz helyzetben, illetve kötődési elkerülésről számoltak be – vagyis nem érezték szüleiket elég válasz késznek vagy támogatónak –, valamint kötődési szorongást tapasztaltak, nagyobb arányban mutatták jeleit érzelmszabályozási nehézségeknek is. Vagyis a negatív szülői válasz és a nem megfelelő kötődési kapcsolat érzelmszabályozási nehézségekkel járhat a serdülőnél. A korábbiakban említett eredmény, miszerint a megnyugtató szülői válasz negatív korrelációt mutatott mindkét kötődési dimenzióval, kiegészül azzal, hogy ez a reakció típus az érzelmszabályozási nehézségekkel is negatív kapcsolatot mutat. Ennek alapján azoknál a serdülőknél, akik ilyen pozitív választ kapnak egy negatív élethelyzetben, nem csupán kisebb arányú kötődési elkerülés és szorongás figyelhető meg, de érzelmszabályozási nehézségek is kisebb eséllyel jelennek meg náluk. Ezen eredmények jól illeszkednek korábbi vizsgálatokhoz, illetve fontosságukat alátámasztja, hogy a biztonságosabban kötődő serdülők bizonyítottan magasabb szintű empátiás készségekkel rendelkeznek, érzelmi tudatosságuk és érzelm kifejező készségük is megfelelőbb.⁴⁹ Ezeket az érzelmekkel kapcsolatos jártasságokat a serdülők a közeli kötődési kapcsolatból tanulják.

⁴⁷ KOBAK–SCEERY 1988.

⁴⁸ COOPER–SHAVER–COLLINS 1998; LAIBLE 2007.

⁴⁹ ZIMMER–GEMBECK et al. 2017.

Mivel ezeket a társas viselkedésben fontos tényezőket megtanulják, kevesebb agressziót mutatnak, és kisebb arányban figyelhető meg ezeknél a serdülők-nél érzelmszabályozási nehézség is.⁵⁰

A szülői reakció típusok, a kötődési dimenziók és az érzelmszabályozási nehézségek korrelációinak feltárása után fontos kitérni ezek kapcsolatára a serdülők pszichés jóllétével. A három alapvető pszichológiai szükséglet megé-lése és az ezekkel való elégedettség közvetlen hatással van a pszichés jóllétre, vagyis, ezáltal a mindennapi életre, annak több területére. Egy olyan személy, aki mindhárom alapvető pszichológiai szükségletének kielégülésével elége-dett, jobbnak élheti meg a mindennapokat, úgy érezheti, hogy több pozitív és kevesebb negatív hatás éri. Kutatások bizonyítják, hogy a kötődési szemé-lyhez való biztonságos kötődés szintje hatással van erre a pszichés jóllétre, va-lamint fontos tény, hogy a nem biztonságos kötődés erős kapcsolatban áll a pszichés distresszel, valamint a depresszív tünetekkel a mindennapi életben.⁵¹ Hasonló eredményeket kaptunk vizsgálatunk során. A kötődési elkerülés, va-lamint kötődési szorongás megléte – többnyire az érzelmszabályozási nehé-zségeken keresztül – kedvezőtlen alapvető pszichológiai szükségletmegéléssel járt együtt. Egy nem biztonságos kötődésben, ahol a serdülő távolinak, elér-hetetlennek és nem megfelelően válasz késznek érzi a szülőt, úgy gondolhatja, hogy nem tudja megfelelő szinten megélni önállóságát, nem elég alkalmas fel-adatai elvégzésére, továbbá kapcsolataiban szintén tapasztalhat nehézségeket. Ezzel szemben, ha a serdülő megnyugtató és támogató választ kap distresszé-re, az lehet egy biztonságos kötődés jele, ami közvetlen módon hozzásegítheti a kedvezőbb pszichológiai szükségletmegéléshez. Érezheti, hogy amennyiben a szülő, mint támogató, biztos háttér jelen van, bátrabban mer önállósodni és sokkal inkább érezheti, hogy képes végrehajtani az adott feladatot.

Az egyes változók kapcsolatainak vizsgálata után fontos említést tenni ar-ról, hogy a kötődési személy distresszre adott választípusait, illetve a kötődési dimenziókat eltérő mértékben érezték jellemzőnek a serdülők a két szülőre nézve. Az anyák részéről szignifikánsan magasabb arányban észlelték a ser-dülők megnyugtató szülői választ, illetve kisebb arányú kötődési elkerülésről és szorongásról számoltak be, mint az apák esetében. Az anyával kapcsolat-

⁵⁰ MORETTI–PELED 2004; LAIBLE 2007.

⁵¹ PATRICK et al. 2007; KORMAS–KARAMALI–ANAGNOSTOPOULOS 2014.

ban ez egy magasabb arányú, biztonságosabb kötődést jelezhet, valószínűleg az anyát elfogadóbbnak, válaszkészebbnek érzik, a vele való kapcsolatban a közelség-távolság megfelelőbb a serdülők igényeinek, mint ahogyan az apa felől tapasztalják. A megnyugtató szülői válasz a már bemutatott eredmények alapján negatív kapcsolatban áll a kötődési elkerülés és szorongás dimenzióival, ezért ez tekinthető egy újabb bejósoló erőnek arra nézve, hogy a serdülők esetleg biztonságosabbnak tarthatják a kötődési kapcsolatukat az anyával. A serdülők szerint az apák nagyobb arányban mutatnak elkerülő magatartást, akár egy a serdülőt ért distressz szituációban, akár pedig a kötődés terén. Ez később oka lehet annak, hogy a serdülő kevesebb érzelmet mutat ki az apa felé, kevésbé osztja meg vele problémáit. Bár bizonyított tény, hogy mindkét szülőhöz ugyanolyan kötődés fűzheti a gyermeket, illetve mindkét személy ugyanolyan megfelelő gondozó és kötődési személy lehet, ennek ellenére érvényesülnek egyéb tényezők, amelyek hatással lehetnek a serdülő-szülő kapcsolatra nézve. A kulturális meghatározottságból adódóan általánosságban az anya tölt több időt a korai időszakban a gyermekkel, így valószínűleg túlnyomórészt ő lesz az elsődleges kötődési személy is. Ebből adódóan a későbbiekben továbbra is az anya személye jelentheti a biztonságos bázist, ő az, aki a legtöbb distressz jelzésre reagál és kielégíti a felmerülő szükségleteket.⁵²

A vizsgálat legfőbb részére – az apai és anyai változókra futtatott útvonal-elemzésekre – áttérve látható, hogy az eredmények igazolták és finomították a kutatási célkitűzésben bemutatott elméleti modellünket, illetve az azzal kapcsolatban megfogalmazott feltevéseinket. Általánosságban elmondható, hogy a szülői reakciótípusok, a szülőkkel kapcsolatos kötődési dimenziók az alapvető pszichológiai szükségletmegélés minőségét meghatározzák – olykor mindezt az érzelemszabályozáson keresztül –, ugyanakkor az általánosítás mögé pillantva látható, hogy az apai-, illetve az anyai hatások között itt szintén különbségek mutatkoznak. Ebből adódóan az előzőekben tárgyalt szülői eltérések fontossága a két útvonal elemzés esetében is megmarad, hiszen a distresszre adott válaszok, valamint a kötődési dimenziók másképp segítik elő vagy éppen gátolják a serdülők szükségleteinek kielégülését a két szülő esetében. A korábbiakban bemutatott modellekben direkt, illetve indirekt hatások láthatóak. A direkt hatások modellünkben olyan közvetlen bejósoló erővel

⁵² COLLINS–RUSSEL 1991; LIEBERMAN–DOYLE–MARKIEWICZ 1999; WALL–ARNOLD 2007.

rendelkező kapcsolatok, amelyek nem a modell több változóján végighaladva érvényesítik hatásukat az alapvető pszichológiai szükségletmegélésre, hanem egyenes úton befolyásolják azokat. A két szülőre vonatkozó útvonalakat összehasonlítva a legfontosabb ezen direkt hatások megfigyelése, hiszen az anyai és apai modellt nézve más-más változóknál láthatóak közvetlen hatások. Míg az anyánál az alapvető pszichológiai szükségletek közül a kompetencia és az autonómia, addig az apánál a kapcsolódási szükséglet megélésének minősége az, amire az említett változók befolyással bírnak. Az anya esetében ez a direkt hatás a megnyugtató szülői választól, valamint a kötődési elkerüléstől indul, apánál pedig a megnyugtató és az elkerülő típusú reakciók irányából. A serdülő által észlelt, distresszre adott megnyugtató, odafigyelő és támogató reakció mindkét szülőnél pozitívan hat tehát a pszichés szükségletekre, anyánál a kompetenciára, apánál pedig a kapcsolódásra. Amennyiben az anya pozitív, megnyugtató választ ad gyermeke distresszére, akkor a serdülő nagyobb arányban érzi magát kompetensnek, megfelelőnek és alkalmasnak. Az apa részéről érkező megnyugtató válasz pedig a serdülő kapcsolataira nézve lesz pozitív hatással, ugyanis jobban meg tudja élni a közelséget és intimitást, sokkal inkább érezheti, hogy képes hatékony interakciót folytatni másokkal. Az apai elkerülő reakció szintén hatással van a serdülő kapcsolódási szükségletére, csak éppen negatív irányban. Anyánál fontos direkt hatás a már említett autonómia szükségletmegéléssel való kapcsolat. Az eredmények alapján a modellben látható, hogy a kötődési elkerülés dimenziója az, amely az anya esetében közvetlen negatív hatással bír az autonómiára nézve, ez alapján amennyiben a serdülő kötődési elkerülésről számol be, akkor ez negatívan hat az autonómia megélésének minőségére. Vagyis, ha a serdülőnek nem megfelelő a kapcsolata az anyával, távolinak érzi őt, nem érzi azt, hogy elég figyelmet fordít irányába, akkor kevésbé érzi magát autonómnak, önállónak. Habár ez az időszak a távolodásról és a leválásról szól, fontos része ennek az autonómia kialakítása, mégis ez akkor működik megfelelően, ha a serdülő maga szabályozhatja azt, hogy mennyire szeretne távolodni vagy közel maradni, jelen esetben viszont nem a serdülő, hanem az anya az, aki távoli és nem elérhető. Így már nem a serdülő szabályozza a folyamatot, vagyis az autonómia szükségletének megélése zavart szenved.⁵³ Pozitív esetben minél inkább érzi az anya irányából a

⁵³ RYAN-LYNCH 1989; DANIELS 1990.

támogatást, odafigyelést, annál inkább képes lesz megélni saját önállóságát. Az anya támogatása, jelenléte tehát egyaránt fontos mindkét olyan alapvető pszichológiai szükséglet megélésénél, amely a serdülő belső szüksége, ezzel elérkezve a két szülő közti legfontosabb különbséghez, amely az útvonal elemzések alapján levonható. Mivel tehát az anyánál látott direkt hatás a kompetenciára és az autonómiára vonatkozott, melyek sokkal inkább belső szükségletek, az apánál látott kapcsolódás pedig külső tényezőkhez kötött szükséglet, így ez tekinthető a legfőbb különbségnek és egyben legalapvetőbb konklúciónak a két szülőre alkotott modell összevetésekor. A kompetencia és az autonómia sokkal inkább a serdülő saját maga iránti szüksége, annak az érzése, hogy képes valamit véghez vinni, és ő alkalmas a feladatra. Nem arra irányul, hogy mások miként vélekednek róla, vagy milyen a kapcsolata más emberekkel, hanem sokkal inkább belső, saját tényezőkre és magával kapcsolatos szükségletek megélésére. A kapcsolódás ezzel szemben egy kifelé irányuló, társas szükségletként értelmezhető, amely másokkal való kapcsolatára, azok minőségére irányul. Az eredmények alapján tehát az anya az a személy, aki a sokkal inkább a serdülő belső szükségleteire hat, míg az apa az, aki a befolyással bír kapcsolataira, társas érintkezéseire. Az anya személye sok esetben tekinthető állandóbbnak egy gyermek életében, ugyanakkor, ha a serdülő látja azt, hogy az apa jól kezeli a problémákat, kapcsolatok terén kitartó, nem lép azokból ki elhamarkodottan, akkor a serdülő is jobban kitart egy-egy kapcsolata mellett, jobban épít a társakkal való közelségre. Az anya ezzel szemben többnyire az a személy lesz, aki a gyermek belső szükségleteit, magabiztosságát építi. Fontos megemlíteni, hogy ezek a különbség szintén ugyanazon kulturális meghatározottságokra vezethetők vissza, melyekről korábban említés esett a két szülő közötti különbségek tárgyalásakor.⁵⁴

Az útvonalelemzéseknél maradva, a szülői különbségektől elvonatkoztatva fontos egy utolsó eredmény megemlítése, amely az apai modellnél látható. Az apa felől észlelt, distresszre adott reakciók közül az önfókusz közvetlen hatást mutatott az érzelmszabályozási nehézségekre. Az eredmény alátámasztja az elméleti modellben feltételezett distresszre adott reakciók és érzelmszabályozási nehézségek közti közvetlen kapcsolatot. A serdülő tehát, amennyiben distresszé az apa felől olyan választ kap, amelyben maga az apa

⁵⁴ FONAGY–TARGET 2001.

is szorongó, negatív érzelmi töltetű állapotba kerül, akkor abban az esetben a serdülőnél érzelmszabályozási nehézségek léphetnek fel. A serdülő számára ez egy olyan tapasztalat, amelyben azt látja, hogy a distressz egy kezelhetetlen helyzet, a megoldás helyett az aggodás kerül előtérbe, így egy teljes összeomlást képvisel ez a reakció típus (MORRIS et al, 2007). Az apák a felmérés alapján gyakran adnak elkerülő, esetleg durva választ, amelyek szintén negatív hatással vannak a legtöbb változóra – beleértve ebbe a kötődési dimenziókat, érzelmszabályozást és alapvető pszichológiai szükségletmegélést –, ám ezek a típusú reakciók többnyire valamiféle útmutatást, kezelési lehetőségét kínálnak a serdülő számára, még ha az nem is a leghatékonyabb típus. Az önfókuszú reakcióban az apa nem képes kezelni a helyzetet, tehetetlen, rosszabb esetben még a serdülő feladata lesz a megnyugtató. Mivel ez az apától egy szokatlan választípus és egyúttal érzelmszabályozási nehézség jeleire utalhat, így a serdülő – ezt látva példaként – nagy valószínűséggel maga is ilyen nehézségekkel kell, hogy szembenézzon.⁵⁵

Limitációk és kitekintés

A kutatásban felhasznált változókat, valamint a bemutatott eredményeket a továbbiakban érdemes lehet bővíteni a serdülők korára, illetve nemére vonatkozó adatokkal, továbbá a jövőben vizsgálati szempont lehet még a gyermek szülői háttere. Fontos lehet ugyanis, hogy kivel él együtt, valamint, hogy kollégiumban vagy otthon él-e. Ezen adatok rendelkezésünkre állnak, ugyanakkor a statisztikai elemzések kezelhető szinten tartása végett egyelőre nem vettettük őket össze a vizsgált változókkal.

Fontos szempont lehet továbbá, hogy a distresszre adott reakciótípusokkal foglalkozó kérdőív nem ad teljes képet a szülői válasziról, hiszen az csak a serdülő által észlelt reakciókat méri. Bizonyos okokból kifolyólag elképzelhető, hogy a serdülő egyes jelzéseket, válaszokat tévesen értelmez vagy épp figyelmen kívül hagy, ezért érdekes lehet esetleg szülők szemszögéből is vizsgálni a jelenséget. Szintén az elemzések kezelhetősége végett az apai és anyai változók külön-külön kerültek elemzésre. Ezzel az volt a célunk,

⁵⁵ CISLER et. al. 2010.

hogy az anyai és apai hatások összevethetők legyenek. Ugyanakkor nagyon valószínű, hogy ezek a hatások nem külön fejtik ki hatásukat az érzelmszabályozásra vagy az alapvető pszichológiai szükségletek megélésére, hanem egymást is befolyásolják. Családok bevonásával végzett vizsgálatok erre is fényt deríthetnek a jövőben.

Rövidítések

- BARBOT–HEINZ–
LUTHAR 2014 BARBOT, Baptiste – HEINZ, Sasha L. – LUTHAR, Suniya S.: Perceived Parental Reactions to Adolescent Distress (PRAD): Development and Validation of a Brief Measure. *Attachment and Human Development* 16. (2014) 1–21.
- BREThERTON 1999 BREThERTON, Inge: Updating the ‘internal working model’construct: Some reflections. *Attachment & Human Development* 1. (1999) 343–357.
- BOWLBY 1958 BOWLBY, John: The nature of the child’s tie to his mother. *The International journal of psycho-analysis* 39. (1958) 350–373.
- CISLER et al. 2010 CISLER, Josh M. – OLATUNJI, Bunmi O. – FELDNER, Matthew T. FELDNER – FORSYTH, John P.: Emotion Regulation and the Anxiety Disorders: An Integrative Review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 32. (2010) 68–82.
- COLLINS–RUSSELL 1991 COLLINS, W. Andrew – RUSSELL, Graeme: Mother–Child and Father–Child Relationships in Middle Childhood and Adolescence: A Developmental Analysis. *Developmental Review* 11. 1991. 99–136.
- COOPER–SHAVER–
COLLINS 1998 COOPER, M. Lynne – SHAVER, Phillip R. – COLLINS, Nancy L.: Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of personality and socialpsychology* 74. (1998) 1380.
- DANIELS 1990 DANIELS, Jill A.: Adolescent separation–individuation and family transitions. *Adolescence* 25. (1990) 105.
- FONAGY–TARGET 2001 FONAGY, Peter – TARGET, Mary: Fathers in modern psychoanalysis and in society: The role of the father and child development. In: Trowell, J., Etchegoyen, A. (eds.): The Importance of Fathers: A Psychoanalytic Re–evaluation. London, 2001. 45–66.

- p>FRALEY et al. 2011 FRALEY, R. Chris – HEFFERNAN, Mary E.– VICARY, Amanda M. – VICARY–BRUMBAUGH, Claudia Chloe: The Experiences in Close Relationships–Relationship Structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships.
- Psychological Assessment*
23. (2011) 615–625.
p>GRATZ–ROEMER 2004 GRATZ, Kim L. – ROEMER, Lizabeth: Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale.
- Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*
26. (2004) 41–54.
p>HARLOW 1958 HARLOW, Harry F.: The nature of love.
- American psychologist*
13. (1958) 673–685.
p>JANTEK–VARGHA 2016 JANTEK, Gyöngyvér – VARGHA András: A felnőtt kötődés korszerű mérési lehetősége: A közvetlen kapcsolatok élményei – kapcsolati struktúrák (ECR–RS) kötődési kérdőív magyar adaptációja párkapcsolatban élő felnőtt személyeknél.
- Magyar Pszichológiai szemle*
71. (2016) 447–470.
p>KOBAK–SCEERY 1988 KOBAK, R. Rogers – SCEERY, Amy: Attachment in Late Adolescence: Working Models, Affect Regulation, and Representations of Self and Others.
- Child Development*
59. (1988) 135–146.
p>KORMAS–KARAMALI– KORMAS, Constantinos – KARAMALI, Georgia – ANAGNOSTOPOULOS, Fotios: Attachment Anxiety, Basic Psychological Needs Satisfaction and Depressive Symptoms in University Students: A Mediation Analysis Approach.
- International Journal of Psychological Studies*
6. (2014)
p>KÖKÖNYEI 2008 KÖKÖNYEI Gyöngyi: Érzelmszabályozás krónikus fájdalom-ban. Doktori disszertáció, Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Bp., 2008.
p>LA GUARDIA–RYAN–DECI 2000 LA GUARDIA, Jennifer G. – RYAN, Richard. M. – COUCHMAN, Charles E. – DECI, Edward L.: Within–Person Variation in Security of Attachment: A Self–Determination Theory Perspective on Attachment, Need Fulfillment, and Well–Being.
- Journal of Personality and Social Psychology*
79. (2000) 367–384.
p>LAIBLE 2007 LAIBLE, Deborah: Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior.
- Personality and Individual Differences*
43. (2007) 1185–1197.

- LIEBERMAN–DOYLE–MARKIEWICZ 1999
LIEBERMAN, Melissa – DOYLE, Anna–Beth – MARKIEWICZ, Dorothy: Developmental patterns in security of attachment to mother and father in late childhood and early adolescence: Associations with peer relations. *Child development* 70. (1999) 202–213.
- MORETTI–PELED 2004
MORETTI, Marlene M. – PELED, Maya: Adolescent–parent attachment: Bonds that support healthy development. *Paediatrics and Child Health* 9. (2004) 551–555.
- MORRIS et al. 2007
MORRIS, Amanda Sheffield – SILK, Jennifer S. – STEINBERG, Laurence – MYERS, Sonya S. – ROBINSON, Lara Rachel: The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development* 16. 2007. 361–388.
- PATRICK et al. 2007
PATRICK, Heather – CANEVELLO, Amy – KNEE, C. Raymond – LONSBARY, Cynthia: The Role of Need Fulfillment in Relationship Functioning and Well–Being: A Self–Determination Theory Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology* 92. 2007. 434–457.
- RUTTER 1989
RUTTER, Michael: Attachment és a társas kapcsolatok fejlődése. *Pszichológia* 9. (1989) 407–435.
- RYAN–LYNCH 1989
RYAN, Richard M. – LYNCH, John H.: Emotional Autonomy versus Detachment: Revisiting the Vicissitudes of Adolescence and Young Adulthood. *Child Development*, 60. 1989. 340–356.
- RYAN–DECI 2000
RYAN, Richard M. – DECI, Edward L.: The darker and brighter sides of human existence. Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11. (2000) 319–338.
- WALL–ARNOLD 2007
WALL, Glenda – ARNOLD, Stephanie: How involved is involved fathering? An exploration of the contemporary culture of fatherhood. *Gender & Society* 21. (2007) 508–527.
- ZIMMER–GEMBECK et al. 2017
ZIMMER–GEMBECK, Melanie J. – WEBB, Haley J. – PEPPING, Christopher A. – SWAN, Kellie – MERLO, Ourania – SKINNER, Ellen A. – DUNBAR, Michael: Is parent–child attachment correlate of children’s emotion regulation and coping? *International Journal of Behavioral Development* 41. (2017) 74–93.

Melléklet

1. A mért változók átlag- és szórásértékei és a skálák belső megbízhatósága

Változó	Átlag	Szórás	Cronbach α
Anyai megnyugtató	12,0000	2,62122	0,830
Anyai önfókusz	5,5905	2,76061	0,830
Anyai elkerülés	4,0524	1,59308	0,575
Anyai durvaság	6,3381	2,86289	0,812
Apai megnyugtató	10,8524	3,18371	0,873
Apai önfókusz	4,2238	2,24406	0,854
Apai elkerülés	4,9429	2,38748	0,755
Apai durvaság	6,0619	2,97051	0,826
Anyára vonatkozó kötődési elkerülés	16,8571	7,73599	0,882
Anyára vonatkozó kötődési szorongás	5,0333	3,42435	0,845
Apára vonatkozó kötődési elkerülés	20,5381	8,91754	0,900
Apára vonatkozó kötődési szorongás	5,8095	4,31886	0,902
Érzelmszabályozási nehézségek összpontszám	85,3429	21,94440	0,924
Autonómia szükséglet kielégültsége	33,3619	7,48028	0,786
Kompetencia szükséglet kielégültsége	28,2286	6,04252	0,749
Kapcsolódási szükséglet kielégültsége	42,3810	8,43027	0,851

2. A distresszre adott serdülők által észlelt anyai és apai reakciók, illetve az anyára és az apára vonatkozó kötődési dimenziók összehasonlítása; kétmintás *t*-próbák eredményei

Változó	Anyai érték		Apai érték		t	p
	Átlag	Szórás	Átlag	Szórás		
Megnyugtató	12,0000	2,62122	10,8524	3,18371	6,048	< 0,001
Önfókusz	5,5905	2,76061	4,2238	2,24406	7,711	< 0,001
Elkerülés	4,0524	1,59308	4,9429	2,38748	- 5,756	< 0,001
Durvaság	6,3381	2,86289	6,0619	2,97051	1,431	0,154
Szülőre vonatkozó kötődési elkerülés	16,8571	7,73599	20,5381	8,91754	- 5,865	< 0,001
Szülőre vonatkozó kötődési szorongás	5,0333	3,42435	5,8095	4,31886	- 2,837	0,005

3. Az apai változók összetűgése az érzelmszabályozási nehézségekkel
és az alapvető pszichológiai szükségletek kielégültségével; Pearson-féle korreláció eredményei

	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. Apai megnyugtató	0,140*	-0,499**	-0,303**	-0,726**	-0,490**	-0,242**	0,291**	0,287**	0,400*
2. Apai önfokusz		-0,025	0,144*	-0,067	0,015	0,177*	-0,120	-0,094	-0,066
3. Apai elkerülés			0,405**	0,476**	0,483**	0,307**	-0,254**	-0,256**	-0,381**
4. Apai durvaság				0,332**	0,260**	0,220**	-0,192**	-0,159*	-0,270**
5. Apára vonatkozó kötődési elkerülés					0,438**	0,360**	-0,343**	-0,334**	-0,375**
6. Apára vonatkozó kötődési szorongás						0,330**	-0,276**	-0,290**	-0,302**
7. Érzelem-szabályozási nehézségek összpont- szám							-0,558**	-0,583**	-0,375**
8. Autonómia szüksé- glet kielégültsége								0,737**	0,561**
9. Kompetencia szüksé- glet kielégültsége									0,534**
10. Kapcsolódási szük- séglet kielégültsége									

Megjegyzés: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

4. A serdülők által észlelt, distresszre adott apai reakciók szerepe az apára vonatkozó kötődés bejósolásában; többszörös lineáris regresszióelemzések eredményei

Változó	Apára vonatkozó kötődési elkerülés				Apára vonatkozó kötődési szorongás			
	standard β	p	ΔR^2	p	standard β	p	ΔR^2	p
Apai megnyugtató	- 0,641	< 0,001			-0,340	< 0,001		
Apai önfókusz	0,014	0,777			0,067	0,258		
Apai elkerülés	0,122	0,033	0,551	< 0,001	0,305	< 0,001	0,321	< 0,001
Apai durvaság	0,087	0,102			0,023	0,721		

5. A serdülők által, észlelt distresszre adott apai reakciók és az apára vonatkozó kötődés szerepe az érzelmszabályozási nehézségek bejósolásában; többszörös hierarchikus lineáris regresszióelemzés eredménye

Modell	Változó	Érzelmszabályozási nehézségek			
		standard β	p	ΔR^2	p
1.	Apai megnyugtató	- 0,142	0,063		
	Apai önfókusz	0,193	0,004		
	Apai elkerülés	0,216	0,006	0,148	< 0,001
	Apai durvaság	0,062	0,394		
2.	Apai megnyugtató	0,118	0,225		
	Apai önfókusz	0,177	0,006		
	Apai elkerülés	0,123	0,123		
	Apai durvaság	0,031	0,659		
	Apára vonatkozó kötődési elkerülés	0,308	0,001	0,070	< 0,001
	Apára vonatkozó kötődési szorongás	0,183	0,016		

6. A serdtűlők által észlelt, distresszre adott apai reakciók, az apára vonatkozó kötődés és az érzelemszabályozási nehézségek szerepe az alapvető pszichológiai szükségletek kielégültségének bejósolásában; többszörös hierarchikus lineáris regresszióelemzések eredményei

Mo- del	Változó	Autonómia szükséglet kielégültsége					Kompetencia szükséglet kielégültsége					Kapcsolódási szükséglet kielégültsége				
		standard β	p	AR ²	p		standard β	p	AR ²	p		standard β	p	AR ²	p	
1.	Apai megnyugtatás	0,237	0,002				0,231	0,003				0,285	<0,001			
	Apai önfókusz	-0,149	0,028	0,127	<0,001		-0,128	0,061	0,116	<0,001		-0,099	0,121	0,222	<0,001	
	Apai elkerülés	-0,120	0,131				-0,138	0,084				-0,206	0,006			
	Apai durvaság	-0,050	0,499				-0,014	0,845				-0,086	0,216			
	Apai megnyugtatás	0,051	0,609				0,043	0,671				0,203	0,036			
2.	Apai önfókusz	-0,138	0,038				-0,115	0,086				-0,094	0,142			
	Apai elkerülés	-0,057	0,486				-0,069	0,406				-0,178	0,025			
	Apai durvaság	-0,027	0,708	0,035	0,017		0,008	0,915	0,038	0,012		-0,076	0,277	0,007	0,416	
	Apára vonatkozó kötődési elkerülés	-0,229	0,018				-0,219	0,024				-0,102	0,272			
	Apára vonatkozó kötődési szorongás	-0,114	0,148				-0,140	0,076				-0,051	0,494			
3.	Apai megnyugtatás	0,108	0,226				0,104	0,235				0,231	0,015			
	Apai önfókusz	-0,053	0,378				-0,023	0,701				-0,052	0,411			
	Apai elkerülés	0,002	0,979				-0,005	0,949				-0,149	0,055			
	Apai durvaság	-0,012	0,850				0,024	0,705				-0,069	0,313			
	Apára vonatkozó kötődési elkerülés	-0,080	0,361	0,183	<0,001		-0,059	0,497	0,213	<0,001		-0,029	0,755	0,044	0,001	
	Apára vonatkozó kötődési szorongás	-0,025	0,720				-0,045	0,518				-0,008	0,914			
	Érzelemszabályozási nehézségek	-0,483	<0,001				-0,522	<0,001				-0,237	0,001			

7. Az anyai változók összefüggése az érzelemszabályozási nehézségekkel és az alapvető pszichológiai szükségletek kielégültségével;
Pearson-féle korreláció eredményei

	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1. Anyai megnyugtató	0,086	- 0,553**	- 0,418**	- 0,593**	- 0,522*	- 0,289**	0,412**	0,398**	0,262**
2. Anyai önfokusz		0,09	0,234**	0,149*	0,017	0,139*	- 0,099	- 0,120	- 0,019
3. Anyai elkerülés			0,299**	0,407**	0,493**	0,262**	- 0,301**	- 0,299**	- 0,222**
4. Anyai durvaság				0,413**	0,328**	0,247**	- 0,247**	- 0,219**	- 0,102
5. Anyára vonatkozó kötődési elkerülés					0,474**	0,365**	- 0,475**	- 0,411**	- 0,269**
6. Anyára vonatkozó kötődési szorongás						0,421**	- 0,305**	- 0,332**	- 0,205**
7. Érzelemszabályozási nehézségek összpontszám							- 0,558**	- 0,583**	- 0,375**
8. Autonómia szükséglet kielégültsége								0,737**	0,561**
9. Kompetencia szükséglet kielégültsége									0,534**
10. Kapcsolódási szükséglet kielégültsége									

Megjegyzés: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

8. A serdülők által észlelt, distresszre adott anyai reakciók szerepe az anyára vonatkozó kötődés bejósolásában; többszörös lineáris regresszióelemzések eredményei

Változó	Anyára vonatkozó kötődési elkerülés				Anyára vonatkozó kötődési szorongás			
	standard β	p	ΔR^2	p	standard β	p	ΔR^2	p
Anyai megnyugtatótatás	- 0,500	< 0,001			- 0,324	< 0,001		
Anyai önfókusz	0,158	0,005	0,414	< 0,001	0,018	0,767	0,343	< 0,001
Anyai elkerülés	0,087	0,177			0,283	< 0,001		
Anyai durvaság	0,141	0,023			0,104	0,115		

9. A serdülők által észlelt, distresszre adott anyai reakciók és az anyára vonatkozó kötődés szerepe az érzelmszabályozási nehézségek bejósolásában; többszörös hierarchikus lineáris regresszióelemzés eredményei

Modell	Változó	Érzelmszabályozási nehézségek			
		standard β	p	ΔR^2	p
1.	Anyai megnyugtatótatás	- 0,189	0,026		
	Anyai önfókusz	0,130	0,058	0,130	< 0,001
	Anyai elkerülés	0,126	0,110		
	Anyai durvaság	0,099	0,188		
2.	Anyai megnyugtatótatás	- 0,001	0,992	0,094	< 0,001
	Anyai önfókusz	0,097	0,144		
	Anyai elkerülés	0,023	0,767		
	Anyai durvaság	0,042	0,559		
	Anyára vonatkozó kötődési elkerülés	0,176	0,034		
	Anyára vonatkozó kötődési szorongás	0,310	< 0,001		

A kötet szerzői

ANDRÁSFALVY CSENGE ZSUZSANNA 2015-ben kezdte meg tanulmányait a PTE BTK magyar–történelem tanári szakán. Másodévesként bekapcsolódott a Pécs8 nevű programba, mely a baranyai megyeszékhely 1945 és 1990 közötti történelmét hivatott feltárni és a széles közönségnek ismertetni. Ennek kapcsán kezdett el az 1956-os forradalom pécsi eseményeivel foglalkozni naplók és interjúk segítségével. Akkor írt dolgozatával I. díjat nyert az ELTE és a Nemzeti Emlékezet Bizottsága közös pályázatán. 2019 áprilisában I. helyezést ért el pályaművével a XXXIV. OTDK Humán Tudományi Szekciójában. Témavezetője: Dr. habil. Bánkuti Gábor, egyetemi docens.

ARANY-NAGY ZSUZSANNA a PTE-n informatikus könyvtáros, majd könyvtárostanárra szakon szerzett diplomát. Jelenleg a Budapest IX. Kerületi Szent-Györgyi Albert Általános Iskola és Gimnázium könyvtárostanárára, valamint az ELTE BTK Irodalomtudományi Doktori Iskolájának Könyvtártudományi programjának hallgatója. Kutatási területe az iskolai könyvtárak szerepvállalása a közoktatásban. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában II. helyezést ért el. Aktív tagja a Magyar Könyvtárosok Egyesületének és a Könyvtárostanárok Egyesületének. 2019-ben a Könyvtárostanárok Egyesületének kuratóriuma neki ítélte „Az év ígéretes könyvtárostanárára” címet. Témavezetője: Dr. Koller Inez, egyetemi adjunktus.

BÁRDONICSEK DOMINIKA a PTE Interdiszciplináris Doktori Iskolájának elsőéves hallgatója. A Modernkori Oroszország és Szovjetunió Történeti Kutatócsoport tudományos titkára és szerkesztőbizottsági tagja. Angol és orosz nyelvtudás birtokában, részben pszichológiai szempontból vizsgálja a Gulág női táborait az életkörülmények, a kiszolgáltatott élethelyzetek és a szovjet birodalmi modell logikájának működése szemszögéből. Eddigi tanulmányai során több konferencián is részt vett. 2019-ben a XXXIV. OTDK-n és a Fia-

tal Ruszisták I. Prezentációs Kupáján III. helyezést ért el. Több publikációja is megjelent, köztük egy kismonográfia, A szovjet büntetés-végrehajtás egy sajátos válfaja: a Gulág női táborai (1934–1953). (MOSZT Könyvek 13.) címmel. Témavezetője: Dr. habil. Bebesi György, egyetemi docens.

BEDA BALÁZS jelenleg a PTE BTK klinikai és egészségpszichológia szakirányán végzi mesterképzését. Gyakorlati tapasztalatát ifjúságsegítőként civil szervezeteknél szerezte, ahol többek között krízisintervenciós programokban vett részt és szexedukációs projekteket valósított meg. Korábbi tanulmányai során végzett kutatási tevékenységei főképp szexuálpszichológiához köthetők, melyekben kvalitatív és kvantitatív módszerekkel vizsgálta a digitális térben megjelenő szexuális viselkedéseket, valamint később a poliamor kapcsolatokat. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában II. helyezést ért el. Témavezetője: Dr. habil. Lábadi Beatrix, egyetemi docens.

FUTÓ BETTINA a PTE BTK ötödéves osztatlan magyar–történelem tanárszakkos hallgatója. Érdeklődési területei közé az alkalmazott és a generatív elméleti nyelvészet tartozik. A XXXIV. OTDK Humán Tudományi Szekciójában A logikai *is*-től a pragmatikai *is*-en át a metakognitív *is*-ig című pályaművével II. helyezést ért el. Témavezetői: Prof. Dr. Alberti Gábor, egyetemi tanár és Dr. habil. Farkas Judit egyetemi docens.

HUSZICS ALIZ a PTE BTK ötödéves osztatlan magyar–történelem szakos hallgatója. Tudományos érdeklődése középpontjában az elméleti nyelvészet, azon belül is a szintaxis áll. Az első szimpózium, amelyen előadóként részt vett 2018-ban az Össznyelvész Konferencia volt. A 2019. évi XXXIV. OTDK Humán Tudományi Szekció Általános, leíró és kognitív nyelvészeti tagozatában III. helyezést ért el és különdíjban részesült. Ugyanabban az évben a lublini LingBaW konferencián is részt vett. Témavezetői: Dr. habil. Farkas Judit egyetemi docens és Dr. Kleiber Judit egyetemi adjunktus.

IHÁSZ VIRÁG felsőfokú tanulmányait 2015-ben kezdte a PTE BTK Pszichológia Intézetében. 2018-ban pszichológia alapképzésben megszerezte diplomáját. Még ugyanebben az évben megkezdte pszichológia mesterfokú tanul-

mányait a PTE Fejlődés és Klinikai Pszichológia Tanszékén. Jelenleg Visual Cognition and Emotion Lab tagja és részt vesz a Kohorsz 18 Dél-dunántúli vizsgálataiban is. A XXXIV. Országos Tudományos Diákköri Konferencia Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában a bírálóbizottság második helyezést és különdíjat ítelt neki. 2018-ban és 2020-ban részt vett a Budapest CEU Conference on Cognitiv Development nevű rendezvényen. Témavezetője: Zsidó András, egyetemi tanársegéd.

JÁRDAHÁZI EVELYN a PTE-BTK Pszichológia szak mesterképzésében vesz részt. Tanulmányait 2013-ban kezdte Pedagógia alapszakon, majd 2016-tól Pszichológia szakos hallgató. Tudományos érdeklődése középpontjában kezdetektől fogva a fejlődéslélektan áll, jelenleg a serdülők által észlelt distresszre adott szülői reakciók hatásainak vizsgálatával foglalkozik. Diákköri tevékenységét a 2016-os TDK kari fordulóján kezdte, ezt követte a 2017-es OTDK, amelyen bemutatott írása később publikálásra került. Eddigi munkája során számos Pszichológia Intézetben folyó kutatásban vett részt, valamint 2019-ben évben másodszor nyerte el az Új Nemzeti Kiválóság Program Ösztöndíját. A XXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekció Fejlődépszichológia tagozatában I. helyezést ért el és különdíjban részesült. Témavezetője: Dr. habil. Láng András, egyetemi docens.

KARÁCSONYI Krisztina a PTE BTK „Oktatás és Társadalom” Neveléstudományi Doktori Iskola Nevelésszociológia Alprogramjának elsőéves, a Kerényi Károly Szakkollégium mentora. A 2019-es, XXXIV. Országos Tudományos Diákköri Konferencia Humán Tudományi Szekciója Általános, leíró és kognitív nyelvészet tagozatán II. helyezést ért el, valamint Hajdú Péter különdíjban részesült. Kutatási területe a magyar főnévi szerkezet generatív nyelvészeti szempontú elemzése volt, jelenleg a romani nyelvet tanulmányozza behatóbban elméleti nyelvészeti, szociolingvisztikai és nyelvpedagógiai szempontból. A pályamunka témavezetője Dr. Farkas Judit egyetemi docens.

LESTÁK DOMINIKA a PTE BTK Pszichológia szakán szerzett alapszakos diplomát, a mesterképzést a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen folytatja Fejlődés- és Klinikai Gyermekpszichológia specializáción. Korábbi kutatási terü-

letei között szerepelt a digitális térben megjelenő szexuális kommunikáció és érzelmszabályozás, a felnőtt kötődés és a kodependencia témaköre. További tudományos érdeklődésébe tartozik a prenatális időszak, a csecsemőkori mozgásfejlődés, illetve a korai táplálás pszichológiája. A Pécsi Pszichológiai Napok konferencián a *Serdülők online szexuális kommunikációja* című előadással I. helyezést ért el. Gyakorlati tapasztalatot a Down Alapítványnál szerzett, ahol különböző fejlesztési programokban vett részt. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában II. helyezést ért el. Témavezetője: Dr. habil. Lábadai Beatrix, egyetemi docens.

PELCZER DÓRA a PTE BTK Emberi erőforrás tanácsadó mesterszakán diplomázott. Tanulmányai alatt társelnöki tisztséget töltött be a Társadalmi Befogadás Szakkollégiumban. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában III. helyezést és különdíjat szerzett. Részt vett a „Hogyan tovább?” életút társasjáték megalkotásában, amelyet számos helyen bemutattak és az érdeklődők ki is próbálhattak. Főbb kutatási területe a pályaorientáció és az egyének érték- és preferenciarendszere. Témavezetője: Dr. habil. Vámosi Tamás, egyetemi docens.

ROSENBERGER EVELIN a PTE BTK mesterszakos pszichológus hallgatója, tanulmányait klinikai és egészségpszichológia szakirányon végzi. Fő kutatási területei a szorongás és a stressz. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi szekcióban III. helyezést ért el. 2019-ben elnyerte az Új Nemzeti Kiválóság Program egyéves kutatói ösztöndíját. Témavezetője: Dr. Csókási Krisztina, egyetemi adjunktus.

STUMMER KRISZTINA a PTE BTK-n szerzett német-pedagógia alapszakos diplomát, ezt követően neveléstudomány mesterszakon végzett. Jelenleg az „Oktatás és Társadalom” Neveléstudományi Doktori Iskola első éves hallgatója. Kutatási területe a nők kereskedelmi szakképzése a 20. század első felében, kifejezetten egy pécsi intézmény tükrében. A XXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában II. helyezést ért el. Az elmúlt években számos országos és nemzetközi konferencián mutatta be kutatási eredményeit. Témavezetője: Vörös Katalin, egyetemi tanársegéd.

SZENNAI MARTIN 2013-ban kezdte tanulmányait a PTE BTK Pszichológia szakán. Kétszer vett részt OTDK-n, először a alapszakos tanulmányai során, majd később mesterképzés alatt. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában I. helyezést és különdíjat szerzett. Tudományos érdeklődése az online bántalmazás és a szelf köré összpontosult. Szintén ebben az évben szerezte meg a második diplomáját, s jelenleg klinikai szakpszichológus rezidensként dolgozik a PTE KK Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikán. Témavezetője: Dr. habil. Láng András, egyetemi docens.

SZONDY NOÉMI A PTE BTK Pszichológia szakán fejlődés- és klinikai gyermekpszichológia szakirányon végzi mesterképzést. Alapképzése során az online térben történő szexuális kommunikációval és a digitális tudatossággal foglalkozott, a jelenleg pedig a gyásztanácsadás és a perinatális időszak témái állnak érdeklődése középpontjában. Gyakorlati tapasztalatot relaxációs gyakorlatvezetőként, illetve drogambulanciás segítőként szerzett az elmúlt években. A XXXIV. OTDK Pedagógiai, Pszichológiai, Andragógiai és Könyvtártudományi Szekciójában II. helyezést ért el. Témavezetője: Dr. habil. Lábadi Beatrix, egyetemi docens.

ISSN 2064-079X
ISBN (print) 978-963-429-515-0
ISBN (pdf) 978-963-429-516-7

A kötet angol nyelvű összefoglalóit gondozta: Madarász Fanni

Kiadja a PTE BTK Kari Tudományos Diákköri Tanácsa
Felelős Kiadó a PTE BTK KTDT elnöke
Nyomdai előkészítés és nyomdai munkák: Séd Kft.
Felelős a Kft. ügyvezetője