

TDK 2022

A tánc és a személyiség kapcsolata

absztrakt

Vécsey Boglárka, Horváth Milla

Korábban elméleti modellt alkottunk a tánc improvizáció hatásmechanizmusának jobb megértésére, melyben korábbi eredmények alapján a személyiség is fontos szerepet játszik. Dolgozatunk csak egy részlete egy nagyobb volumenű munkának, amely hobbi szintű táncosokkal végzett intervenció eredményeire épül. Célunk a személyiség és a tánc improvizáció hosszú távú hatása közti kapcsolat megértése. Dolgozatunkban hobbi szintű táncosokat ($n = 53$) vizsgáltunk akik egy hét alkalmas táncos intervencióban vettek részt. Kutatásunkban kontrollcsoportot ($n = 35$) is alkalmaztunk, akik csak az első alkalommal töltötték ki kérdőíveinket. Az intervencióban résztvevő táncosok minden héten egy alkalommal nagyjából 30 percet improvizáltak. Táncolás előtt és után kitöltötték a Pozitív és Negatív Affektivitás Skálát (AB), a Mentális Egészség Tesztet (J), az Észlelt Stressz Kérdőívet (PSS) és a Félelem a Negatív Megítéléstől Kérdőívet (FÉLNE), ezen kérdőívekből készült egy lelki egészségnek (LE) nevezett egységes mutató. Az intervenció kezdetén és végén táncosaink kitöltöttek három vonás kérdőívet: A Cloninger-féle Temperamentum és Karakter kérdőívet (TCI), az Érzelmek Mérése Skálát (AES-HU), valamint a Spielberger-féle Vonásszorongás Kérdőívet (STAI-T). Elemzéseinkben a korábbi munkánkban kapott eredményeket vetettük össze vonás kérdőíveink eredményeivel. A személyiség nagyrészt nem befolyásolja közvetlenül a tánc improvizáció hatását. Az érzelmi intelligencia viszont részben közvetlenül befolyásolja milyen hatással lesz a tánc improvizáció a lelki egészségre. Indirekt hatása az ártalomkerülésnek és önirányítottságnak volt, melyek a kezdeti lelki egészségen keresztül befolyásolták a tánc improvizációs hatást. Az érzelmi intelligencia szintje a kezdeti szubjektív jóllét növelésén keresztül csökkenti a tánc improvizáció lelki egészségre gyakorolt hatását. A vonásszorongás a kezdeti észlelt stressz szinten keresztül növelte a stressz szintben bekövetkező javulás mértékét. A személyiség és annak komponensei tehát fontos szerepet játszanak a táncos személyek lelki egészségének változásában. Gyakorlati szempontból azt gondoljuk eredményeinknek relevánsak lehetnek a tánc, mint terápiás eszköz alkalmazhatósága szempontjából.

Kulcsszavak: Kulcsszavak: Személyiség, TCI, vonásszorongás, vonás érzelmi intelligencia, tánc, lelki egészség, affektivitás, észlelt stressz, jóllét, szociális szorongás