

Az égisz érő fa tetején. A mesék és a személyiség kapcsolódási pontjainak elemzése

Horváth Dorottya
Pécsi Tudományegyetem, Pécs

Bevezetés

Jelen tanulmány célja a személyiség és a mesék kapcsolódási pontjainak feltérképezése. Óvodás korú gyermekek körében végzett kutatások igazolták, hogy a közös mesefeldolgozás jótékony hatással van a szókinész, a kifejezőkészség és a nyelvi tudatosság fejlődésére (Gazda 2020), ugyanakkor a hazai szakirodalom kevésbé tér ki a meseterápia és a felnőtt személyiség összefonódására.

A témaválasztást tehát az a kérdésfeltevés indokolta, hogy vajon különböznek-e azok a felnőtt kutatási személyek, akik rendszeresen találkoznak mesékkel, vagy akár részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson azoktól, akik ritkán kerülnek kapcsolatba mesékkel. A hipotézisek vizsgálata a szociális készségek, az érzelemszabályozás, az interperszonális reaktivitás és a természetfelettihez fűződő viszonyulás mentén történik.

1. Szakirodalmi áttekintés

1.1. A személyiség alappillérei

1.1.1. A személyiség fogalma

Mielőtt a személyiség egyes aspektusait vizsgálnánk, fontos tisztáznunk, hogy pontosan mit takar a pszichológiai szakterminológiában a személyiség kifejezés. A személyiség elnevezés a latin *persona* szóból származik, amely maszkot jelent, s olyan tulajdonságok összességének tekinthető, amelyek tartósan és tipikusan jellemzik az egyént (Oláh–Gyöngyösiné 2007). Allport (2000) megfogalmazása nyomán elmondható, hogy a személyiség rendszerszerű struktúra, amely szorosan összefügg a testi működéssel, s a viselkedésben, a gondolatokban, az érzésekben személyenként egyedi módon manifesztálódik.

1.1.2. A vonásméletek

A különböző személyiségtípusok kategorizálása egészen az ókorig nyúlik vissza. A klasszikus típusok a testi és lelki jellegzetességek közötti kapcsolatok feltárására összpontosítottak (Peck–Whitlow 1983), majd a 20. században a klasszikus kategóriák helyébe a tisztán pszichológiai típusok léptek (Nagy–Gyöngyösiné 2007). A lélektan fejlődésével az egymástól élesen elkülönülő személyiségtípusokat felváltották a vonások, amelyek egyfajta kontinuumot jelölnek (Mircsics 2006). Allport (2000) szerint a vonás egyfajta dinamikus tulajdonság, amely meghatározza a viselkedést.

1.1.2.1. Claude Robert Cloninger bio-pszicho-szociális modellje

Cloninger bio-pszicho-szociális megközelítése a személyiség legátfogóbb és legkidolgozottabb koncepciója a mai vonásméletek között. Négy temperamentum- és három karakterfaktorból tevődik össze (Sheldon et al. 1978). A temperamentum az emocionális ingerekre adott automatikus válaszokban megnyilvánuló különbségeket jelenti, ezek túlnyomórészt öröklöttek. Temperamentumfaktor az újdonságkeresés, az ártalomkerülés, a jutalomfüggőség és a kitartás (Cloninger 1993, 2008).

Az újdonságkereső személy bátran fedezi fel környezetét, ugyanakkor ingerlékeny is egyben. Az impulzivitást az egyhangúság vagy a büntetés elkerülése indokolja (Nagy–Gyöngyösiné 2007). Azok az egyének, akik kevésbé újdonságkeresők, nem kedvelik az ismeretlen ingereket, rendezettek és kitaratóak (Cloninger 1993, 2008).

Az ártalomkerülés a viselkedés gátlásának öröklött mintázata; elkerülés, bizonytalanságtól való félelem, féltékenység az idegenekkel szemben. Ezzel ellentétben azok a személyek, akiket kevésbé jellemez ártalomkerülés optimisták, magabiztosak.

A jutalomfüggő temperamentumvonás a szociális elismerésre való érzékenység, segítőkészség kapcsán jelenik meg. Fokozott kötődési szükséglet és szociális érzékenység jellemzi a jutalomfüggő személyeket (Nagy–Gyöngyösiné 2007). A jutalomfüggőséggel dominánsan nem jellemezhető személyek szociálisan elkülönültek, érzelmileg függetlenebbek.

A kitarató temperamentum ambiciózus, szorgalmas, perfekcionista személyiségre utal. Az alacsony kitaratásértékkel bíró személy tétlen, féltékenységből abbahagyja azt, amibe belekezdett, s gyakran saját és/vagy mások várakozásai alatt teljesít.

Karakterfaktor az önirányítottság, az együttműködés és a transzcendenciára való hajlam. Az önirányítottság a személy kontrollra, szabályok betartására, viselkedéses alkalmazkodásra való képessége (Cloninger 1993, 2008). Az önirányított karakterrel rendelkező személy eredményesen és céltudatosan, tetteiért felelősséget vállalva él.

Az együttműködés a társas elfogadás, a segítőkészség és az együttérzés formájában manifesztálódik (Nagy–Gyöngyösiné 2007). Az alacsony szintű együttműködési készséggel bíró egyének szociálisan intoleránsak, nem együttműködők (Cloninger 1993, 2008).

A transzcendenciára való hajlam arra utal, hogy az egyén képes a természetfeletti létezésének elfogadására; segíti a mindenséggel való egyesülést, az önmagunkról való megfélemlődést (Margitics–Figula é. n.) Az alacsony transzcendenciaértékkel rendelkező személyek türelmetlenek, önértékesek és kevésbé alázkodóak (Cloninger 1993, 2008).

Az elméletalkotó és munkatársai (1994) a modell nyomán hozták létre a Temperamentum és Karakter Kérdőívet (TCI), amely egészséges és pszichopatológiai problémával rendelkező személyek személyiségprofiljának leírására és diagnosztikus elemzésére is alkalmas (Cloninger et al. 1994).

1.1.3. Érzelemszabályozás

Az emberi személyiségvonásokkal szorosan összefügg, hogy az egyén jellemzően milyen stratégiákat alkalmaz az affektív ingerek feldolgozása során. Az érzelmi reguláció olyan célirányos idegrendszeri, kognitív és viselkedéses folyamat, amely az érzelmek intenzitását, színezetét, időbeli megjelenését és kifejezését egyaránt befolyásolja (Kriston–Pikó 2017).

Érzelemszabályozó stratégia lehet az ingerszelekció, a szituáció módosítása, a figyelmi fókusz megváltoztatása, a kognitív értékelés vagy a testi, affektív, viselkedéses válaszreakció (Gross 2015). A negatív érzelmek szabályozására irányuló gondolkodási stratégiákat a Kognitív Érzelmek Reguláció Kérdőív (CERQ) méri (Miklósi et al. 2011).

1.1.4. Empátia és interperszonális reaktivitás

Az empátia kifejezés köznyelvi értelemben beleérző készséget jelent, azonban fogalma nem egyértelműen determinált a pszichológiai szakterminológiában. Egyes források a kognitív, mások pedig az affektív történéseket hangsúlyozzák. Az integratív nézőpont e két elgondolás ötvözése révén alakult ki (Hoffman 1987).

Az empátia komplex értelmezésére alapozva Davis olyan kérdőívet (Interperszonális Reaktivitás Index) alkotott, amely a kognitív, affektív és viselkedéses összetevőket egyaránt górcső alá veszi (Fülöp et al. 2012).

1.2. Mesék és személyiség

A mesék olyan ősi kincsek, amelyek évszázadok tapasztalatai, hiedelmei mentén formálódtak. Az élet nagy dilemmáit, kríziseit, választási helyzeteket elevenítik meg szimbolikus formában. A mese mindig egy konfliktusra, krízisre épül, amelyet az egyén megoldani igyekszik; ezzel modellezve a személyiségfejlődés egyes állomásait, helyes megoldási mechanizmusait.

A mesék egészségmegőrző és terápiás hatása abban rejlik, hogy tudatosan, manifeszt észlelhető képpé és történeté alakítják az ösztöntörekvéseket; vágyakat, érzelmeket és indulatokat. A mese magával ragadja a hallgatót a krízishelyzetbe, majd végig vezet a megoldáshoz vezető úton (Antalfai 2014).

A szociális készségek fejlődése és a mesék összefüggései mentén kiinduló pontot jelent, hogy a mesék mindig az adott kultúra morális értékrendjének közvetítői, s **a proszociális viselkedési formákat közvetítik** (Nyitrai 2016).

A varázslatos, mesebeli világban az nyeri el méltó jutalmát, aki **képes megérteni és átérezni** az elesett karakterek nézőpontját, és képes **alázatosan, elfogadóan viszonyulni** feléjük. A mesék központi szereplői a végkifejletkor **könyörületesek**, korántsem bosszúállók az útjukat keresztezőkkel szemben. A mesehősöket gyakran kísérik segítők, ami a **társas problémamegoldás** folyamataira kínál szimbolikus megoldási módokat (Boldizsár 2017).

Cooper, Collins és Saxby (1994) szerint a mesék, történetek hatására fejlődik a **problémamegoldó készség, a másik személyhez fűződő empátiás viszonyulás és törődés** egyaránt. A mesék olyan **adaptív megoldási lehetőséget kínálnak a problémahelyzetek során**, amely őseink tapasztalatai mentén formálódott (Nyitrai 2016).

Kiemelt jelentőségű a kommunikációs felek és a helyzet sajátosságaihoz igazodó **szociális kommunikáció** (Szerencséd, hogy öreganyámnak szólítottál...) használata. Bettelheim (1985) szerint a mesékben rejlő negatív karakterek **segítik a spirituális elfogadást**, hiszen akárcsak mindennapi életünkben, a negatív és a pozitív pólus egyensúlya mentén jön létre a harmónia.

Unger Vivien Éva (2020) kutatási eredményeinek elemzése nyomán kirajzolódott, hogy 3 és 7 éves kor között a gyermekek élményvilága és érzései a mese segítségével könnyen megismerhetők és értelmezhetők (Unger 2020, Szücs 2020). Empirikusan bizonyított tény továbbá, hogy a mesék jótékony hatással vannak a **szókincs, a kifejezőkészség, a nyelvi-grammatikai és stilisztikai tudatosság** fejlődésére (Gazda 2020).

Azok a gyermekek, akik gyakran hallgatnak mesét, képességstruktúrájukat tekintve 1,5 évvel előzik meg azokat a társaikat, akik ritkábban találkoznak mesékkel (Nagy 1980). Kutatások eredményei bizonyították, hogy a közös mesefeldolgozás pozitívan befolyásolja a **csoporton belüli együttműködést, elfogadást és szóbeli megnyilvánulásokra ösztönöz** (Nyitrai 2016).

A mesék és a gyermeki képességfejlődés kapcsolódási pontjainak elemzése tehát egészen napjainkig aktuális és kutatott terület, azonban a hazai szakirodalom kevésbé tér ki a mesék és a meseterápia kapcsolódási pontjaira a felnőtt személyiség egyes aspektusait tekintve. Jelen kutatás irányvonala elsősorban a **szociális készségeket, az érzelmszabályozást, az interperszonális reaktivitást és a természetfelettihez fűződő viszonyulást**, élményeket érinti.

2. Hipotézisek

Első hipotézis: Az elméleti megfontolások és az előzetes szakirodalmi adatok alapján feltelezem, hogy azokat a kutatási személyeket, akik gyermekkorukban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel, jobban jellemzik a Temperamentum és Karakter Kérdőív jutalomfüggőség és együttműködés dimenzióinak egyes alfaktorai, tehát szignifikánsan különbözni fognak azoktól a személyektől, akik gyermekkorukban és jelenleg is ritkábban találkoznak mesékkel.

Második hipotézis: Feltételezem, hogy a sajátélményű meseterápián való részvétel pozitív hatást gyakorol a transzcendenciaélményre, tehát azok a kutatási személyek, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, szignifikánsan különbözni fognak a Temperamentum és Karakter Kérdőív transzcendencia dimenziója mentén azoktól a kutatási személyektől, akik nem vettek még részt sajátélményű meseterápiás foglalkozáson.

Harmadik hipotézis: Feltételezem, hogy a sajátélményű meseterápián való részvétel pozitív hatást gyakorol az érzelemszabályozásra és az interperszonális reaktivitásra, tehát azok a kutatási személyek, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, szignifikánsan különbözni fognak a fent említett területek mentén azoktól a kutatási személyektől, akik nem vettek még részt sajátélményű meseterápiás foglalkozáson.

3. Módszertan

3.1. A kutatási minta

A kutatásban való részvétel anonim, önkéntes módon ment végbe. A kérdőív közzététele online felületeken történt. A kérdőívcsomagot 249 személy (218 nő és 31 férfi; átlag életkor 37,8) töltötte ki.

A hipotézisek vizsgálata során a kutatási minta két különböző felosztását alkalmaztam. Az 1. csoportot azok a résztvevők alkották, akik gyermekkorukban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel, a 2. csoport tagjai pedig ennél ritkábban.

A 3. csoportba azok a személyek tartoztak, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, a 4. csoportba pedig azok, akik még nem. A vizsgálati és kontroll csoportok leíró statisztikai elemzését az 1. és 2. táblázatok szemléltetik.

	Csoportok	
Elemzés	1. csoport	93
	2. csoport	15,6
Átlag életkor	1. csoport	41,21
	2. csoport	36,13
Életkori szórás	1. csoport	11,63
	2. csoport	12,58
Minimum életkor	1. csoport	19
	2. csoport	16
Maximum életkor	1. csoport	65
	2. csoport	68

1. táblázat: A táblázat az 1. hipotézis teszteléséhez kialakított csoportok leíró statisztikai elemzését ábrázolja.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

	Csoportok	
Elemszám	3. csoport	59
	4. csoport	190
Átlag életkor	3. csoport	43,7
	4. csoport	36,2
Életkori szórás	3. csoport	11,81
	4. csoport	12,15
Minimum életkor	3. csoport	21
	4. csoport	16
Maximum életkor	3. csoport	65
	4. csoport	68

2. táblázat: A táblázat a 2. és 3. hipotézis teszteléséhez kialakított csoportok leíró statisztikai elemzését ábrázolja.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

3.2. A kutatási eszköz

A kutatási eszköztár egy saját összeállítású kérdőívcsomagból tevődött össze. A kérdőívcsomag demográfiai és bevezető, tájékoztató jellegű kérdésekkel kezdődött, végül három standardizált kérdőív kitöltésére (TCI rövid változata, Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív rövid változata, Interperszonális Reaktivitási Index) kérte a résztvevőket.

3.2.1. Demográfiai és bevezető, tájékoztató jellegű kérdések

A demográfiai kérdések a vizsgálati személyek nemére, életkorára, lakóhelyére, iskolai végzettségére, foglalkozására terjedtek ki. A bevezető, tájékoztató jellegű kérdések elsősorban a mesékkel való találkozás gyakoriságára, helyszínére, a sajátélményű meseterápiás foglalkozáson való részvételre irányultak. A válaszadás feleletválasztással ment végbe.

3.2.2. Cloninger-féle Temperamentum és Karakter Kérdőív

A szerző faktoranalízis felhasználásával hozta létre modellje nyomán a kérdőívet, amely négy temperamentum-, (újdonságkeresés, ártalomkerülés, jutalomfüggőség, kitartás) és három karakterfaktort (önirányítottság, együttműködési készség, transzcendenciaélmény) tartalmaz (Szabó et al. 2016).

Az újdonságkeresés explorációs aktivitást, ingerlékenységet, új ingerek keresésére és a büntetés aktív elkerülésére való készletést jelöl. Az ártalomkerülés a viselkedés gátoltságára utal; feszült, félnék viselkedésmintában manifesztálódik. A jutalomfüggőség a viselkedés folytatásában, fenntartásában játszik szerepet. A kitartás temperamentumfaktor a tökéletességre való törekvést, az általános motivációs szintet, kitartást, szorgalmat és túlteljesítést takarja.

Az önirányítottság a siker érdekében tett erőfeszítések, kompromisszumok mértékét jelöli egy személy jellemében. Azok a személyek, akiknek személyiségében az együttműködési karakterfaktor megfelelő mértékben van jelen, szociálisan toleránsak, empátikusak. A transzcendenciaélmény spirituális egyesülést jelent a természettel, az univerzummal és annak körforgásával (Cloninger 2008).

Az eredeti kérdőív 240 állítást tartalmaz, amelyek 25 alfaktorra (faktoronként 5–13 item) különülnek el. A kitöltő igaz vagy nem igaz válaszlehetőségek közül választja ki az önmagára leginkább vonatkoztathatót. Egyenes és fordított itemek egyaránt megtalálhatók a kérdőívben. Magyar mintán Rózsa és munkatársai (2005) validálták (Rózsa et al. 2005).

Jelen kutatásban a TCI rövidített változata került felhasználásra. Az 55 tételes, rövidített változatot (TCI55) Szabó Gábor és munkatársai hozták létre. Az érvényességet és a megbízhatóságot hazai mintán tesztelték, s az eredmények elemzését követően

„Kizökkent világ” – Szokatlan és különleges élethelyzetek: a nem-konvencionális, nem “normális”, nem kiszámítható jelenségek korszaka?

XXIV. Apáczai-napok Tudományos Konferencia tanulmánykötete

megállapították, hogy a kiválasztott tételek megfelelően reprezentálják az eredeti kérdőívet. (Szabó et al. 2016).

3.2.3. Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív

A Kognitív Érzelem-Reguláció Kérdőív (CERQ) azoknak a tudatos folyamatoknak a vizsgálatára irányul, amelyek determinálják az érzelemszabályozást (Gross 2015). Önkitöltő módszer, a válaszadás 5 fokú Likert-skálán történik (Miklósi et al. 2011). Kizárólag pozitív tételeket tartalmaz.

A kérdőív öt adaptív (elfogadás, pozitív fókuszváltás, tervezés, pozitív átértékelés, perspektívába helyezés) és négy maladaptív (önvád, rumináció, katasztrofizálás, mások hibáztatása) kognitív érzelemszabályozó mechanizmust vizsgál (Miklósi et al. 2011).

Jelen vizsgálatban a kérdőív rövid változatát használtam, amelyet Nadia Garnefski és Vivian Kraaij alkotott meg (Garnefski–Kraaij 2006). A kérdőív 18 itemet tartalmaz, mind a kilenc alskálához 2-2 item tartozik.

3.2.4. Interperszonális Reaktivitás Index

Davis az Interperszonális Reaktivitás Index kérdőívet (IRI) azon elgondolására alapozta, hogy az empátia olyan összetett pszichés korrelátum, amelynek kognitív, érzelmi és viselkedéses komponensek egyaránt összetevői (Davis 1983). A kérdőív magyar validálását Fülöp Emőke, Devecsery Ágnes és Csabai Márta (2012) végezték.

A résztvevők 5 fokú Likert-skála segítségével értékelik az állításokat. Pozitív és fordított tételek egyaránt megtalálhatók. A kérdőív 28 állítást tartalmaz, amelyek négy alskálára tagolódnak. Minden alskála 7 tételből áll (Fülöp et al. 2012). Az alskálák a következők: perspektívaelfogadás (kognitív komponens), személyes distressz (affektív komponens), empátia törődés (viselkedéses komponens) és fantázia (az esztétikai dimenziót és a beleérző készséget vizsgálja).

4. Eredmények

A hipotézisek teszteléséhez szükséges változók nem mutattak normál eloszlást a Kolmogorov-Smirnov normalitásvizsgálat eredményei alapján, ezért kizárólag non-parametrikus Mann-Whitney U próbát alkalmaztam.

4.1. Az első hipotézis vizsgálata

Az első hipotézis tesztelése annak mérlegelésére irányult, hogy azok a kutatási személyek, akik gyermekkorukban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel (1. csoport), szignifikánsan különböznek-e a Temperamentum és Karakter Kérdőív jutalomfüggőség és együttműködés dimenzióinak egyes alfaktorai mentén azoktól a személyektől, akik ritkábban találkoznak mesékkel, mint heti rendszeresség (2. csoport). A különbségvizsgálathoz Mann-Whitney U próbát használtam, amelynek szignifikáns eredményei a 4. táblázatban megtekinthetők. Non-parametrikus adatok lévén a két csoport medián és interkvartilis terjedelemeit vettem figyelembe, azonban az átlag és szórás értékeit is feltüntettem a csoportok között szignifikáns különbséget mutató változók mentén (3. táblázat).

Alfaktor	Csoport	Medián	Interkvartilis terjedelelem	Átlag	Szórás
TCL.C.1	1. csoport	1,00	0,00	1,145	0,309
	2. csoport	1,00	0,50	1,253	0,391
TCL.C.2	1. csoport	1,00	0,00	1,124	0,241
	2. csoport	1,00	0,50	1,205	0,300
TCL.C.3	1. csoport	1,00	0,00	1,038	0,169
	2. csoport	1,00	0,00	1,080	0,209
TCL.C.4	1. csoport	1,00	0,00	1,048	0,166
	2. csoport	1,00	0,50	1,186	0,337
TCL. RD.3	1. csoport	1,25	0,50	1,320	0,350
	2. csoport	1,25	0,75	1,417	0,359

3. táblázat: Az 1. és a 2. csoport medián, interkvartilis terjedelelem, átlag és szórás értékei a csoportok között szignifikáns különbséget mutató változók mentén az 1. hipotézisvizsgálat során.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

Mann-Whitney U próba eredményei (1. hipotézis tesztelése)		
	Statistic (U)	p
TCL.C.1	6302,5	0,028
TCL.C.2	6295,0	0,030
TCL.C.3	6635,5	0,037
TCL.C.4	5924,0	0,000
TCL. RD.3	6106,5	0,031

4. táblázat: A táblázat az 1. hipotézis vizsgálata során a két csoport között szignifikáns különbségeket mutató alsókálák eredményeit tartalmazza.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

Az eredmények elemzése nyomán kirajzolódott, hogy a Temperamentum és Karakter Kérdőív jutalomfüggőség és együttműködés dimenzióinak egyes alfaktorait tekintve szignifikáns különbség mutatkozik az 1. és a 2. csoport eredményei között; az 1. hipotézis beigazolódott. Azokra a személyekre, akik gyermekkorban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel, szignifikánsan jellemzőbb a szociális elfogadás (C1), az empátia (C2), a segítőkészség (C3), a könyörületesség (C4) és a személyes kötődés (RD3) azokhoz a vizsgálati alanyokhoz mérten, akik gyermekkorukban és jelenleg is kevesebb alkalommal találkoznak mesékkel.

4.2. A második hipotézis vizsgálata

A második hipotézisvizsgálatot az a feltételezés indokolta, miszerint a sajátélményű meseterápiás foglalkozáson való részvétel pozitív hatást gyakorol a transzcendenciaélményre, tehát azok a kutatási személyek, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson (3. csoport), szignifikánsan különbözni fognak a Temperamentum és Karakter Kérdőív transzcendencia dimenziója mentén azoktól a kutatási személyektől, akik még nem (4. csoport). A vizsgálathoz Mann-Whitney U próbát használtam, amelynek eredményeit a 6. táblázat szemlélteti. Non-parametrikus adatok lévén a két csoport medián és interkvartilis terjedelelem értékeit vettem figyelembe, azonban az átlag és szórás értékeit is feltüntettem a 2. hipotézis kapcsán vizsgált változók mentén (5. táblázat).

Alfaktor	Csoport	Medián	Interkvartilis terjedelem	Átlag	Szórás
TCL.ST	3. csoport	1,17	0,50	1,274	0,321
	4. csoport	1,50	0,50	1,524	0,328
TCL.ST.1	3. csoport	1,00	0,50	1,246	0,387
	4. csoport	1,50	1,00	1,500	0,405
TCL.ST.2	3. csoport	1,00	1,00	1,381	0,449
	4. csoport	1,75	0,50	1,640	0,402
TCL. ST.3	3. csoport	1,00	0,50	1,195	0,322
	4. csoport	1,50	1,00	1,432	0,396

5. táblázat: A 3. és a 4. csoport medián, interkvartilis terjedelem, átlag és szórás értékei a 2. hipotézis kapcsán vizsgált változók mentén.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

Mann-Whitney U próba eredményei (2. hipotézis tesztelése)		
	Statistic (U)	p
TCL.ST	3246,5	0,000
TCL.ST.1	3685	0,000
TCL.ST.2	3853,5	0,000
TCL.ST.3	3751	0,000

6. táblázat: A táblázat a 2. hipotézis vizsgálatának szignifikáns eredményeit szemlélteti.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

A próba eredményei alapján megállapítható, hogy a 2. hipotézis igazolást nyert; a transzcendencia dimenzió (ST) és minden alfaktora (ST1 – énről való megfélekedés vagy tudatos élményfelfogás; ST2 – transzperszonális azonosulás vagy énelkülönülés; ST3 – spirituális elfogadás vagy racionális materializmus) tekintetében szignifikáns különbség mutatkozott a 3. és a 4. csoport eredményei között. Azokra a személyekre, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, szignifikánsan jellemzőbb a transzcendencia való hajlam (ST), az énről való megfélekedés (ST1), a transzperszonális azonosulás (ST2) és a spirituális elfogadás (ST3), mint azokra a személyekre, akik nem vettek még részt sajátélményű meseterápiás foglalkozáson.

4.3. A harmadik hipotézis vizsgálata

A harmadik statisztikai elemzést annak a feltételezésnek a mérlegelése indokolta, amely szerint a sajátélményű meseterápián való részvétel pozitív hatást gyakorol az érzelemszabályozásra és az interperszonális reaktivitásra, tehát azok a kutatási személyek, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson (3. csoport), szignifikánsan különbözni fognak a fent említett területek mentén azoktól a kutatási személyektől, akik még nem (4. csoport). A vizsgálathoz Mann-Whitney U próbát használtam, amelynek szignifikáns eredményeit a 8. táblázat ábrázolja. A két csoport medián, interkvartilis terjedelem, átlag és szórás értékeit tüntettem fel a csoportok között szignifikáns különbséget mutató változók mentén (7. táblázat).

Alfaktor	Csoport	Medián	Interkvartilis terjedelem	Átlag	Szórás
IRI.PT	3. csoport	16,00	3,00	16,559	2,860
	4. csoport	16,00	5,00	15,658	3,268
IRI.EC	3. csoport	24,00	5,00	23,340	2,916
	4. csoport	22,00	6,00	22,032	4,420
CERQ.T	3. csoport	4,00	1,00	4,076	0,628
	4. csoport	4,00	1,00	3,850	0,714
CERQ.PÁ	3. csoport	4,50	1,00	4,314	0,615
	4. csoport	4,00	1,00	3,958	0,850

7. táblázat: A 3. és a 4. csoport medián, interkvartilis terjedelem, átlag és szórás értékei a csoportok között szignifikáns különbséget mutató változók mentén, a 3. hipotézisvizsgálat során.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

Mann-Whitney U próba eredményei (3. hipotézis tesztelése)		
	Statistic (U)	p
CERQ.PÁ	4349,0	0,008
CERQ.T	4639,5	0,041
IRI.PT	4759,5	0,079
IRI.EC	4646,5	0,047

8. táblázat: A táblázat a 3. hipotézis mérlegelésére irányuló statisztikai elemzés szignifikáns eredményeit ábrázolja.

Forrás: saját szerkesztés (2020)

A statisztikai elemzés eredményei nyomán a 3. hipotézis beigazolódott; a pozitív átértékelés (CERQ.PÁ), a tervezés (CERQ.T) és az empátias törődés (IRI.EC) kapcsán szignifikáns, a perspektívaátvétel (IRI.PT) esetén pedig marginális különbség mutatkozott a 3. és a 4. csoport eredményeit tekintve. Azokra a személyekre, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, szignifikánsan jellemzőbb a pozitív átértékelés és tervezés alkalmazása a kognitív érzelmemreguláció során, továbbá szignifikánsan jellemzőbb rájuk az empátias törődés és marginálisan a perspektívaátvétel.

Összegzés

Az első hipotézis, amely azt feltételezte, hogy azokat a kutatási személyeket, akik gyermekkorukban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel, jobban jellemzik a Temperamentum és Karakter Kérdőív jutalomfüggőség és együttműködés dimenzióinak egyes alfaktorai, beigazolódott.

Az elemzések eredményei nyomán megállapítható, hogy azokra a személyekre, akik gyermekkorban és jelenleg is legalább heti rendszerességgel kerülnek kapcsolatba mesékkel, szignifikánsan jellemzőbbek az olyan proszociális, együttműködéssel és jutalomfüggőséggel összefüggő viselkedésformák, mint a szociális elfogadás, az empátia, a segítőkészség, a könyörületesség és a személyes kötődés.

A hipotézisvizsgálat tehát felnőtt személyek körében is alátámasztotta azt az eredendően gyermeki személyiségfejlődésre vonatkozó megállapítást, miszerint a mesékkel való rendszeres találkozás elősegíti a szociális készségek fejlődését és a proszociális viselkedési formák megjelenését (Nyitrai 2016).

A jelenség háttérben feltételezhető tényezők kapcsán fontos megemlíteni, hogy a mesékben a központi szereplők segítőkészséget és engedelmességet tanúsítanak a próbatételek során, s a végkifejletkor könyörületesekek, korántsem bosszúállóak az útjukat keresztezőkkel szemben (Boldizsár 2017).

A második hipotézis, miszerint a sajátélményű meseterápián való részvétel pozitív hatást gyakorol a transzcendenciára, szintén bizonyítást nyert. A transzcendencia dimenzió és minden alfaktorának pozitív pólusa, mégpedig az énről való megfélelkezés, a transzperszonális azonosulás és a spirituális elfogadás sokkal inkább jellemzi azokat a kutatási személyeket, akik részt vettek már sajátélményű meseterápiás foglalkozáson, mint azokat, akik nem.

A hipotézisvizsgálat eredményei visszautalnak azokra a szakirodalmi megfogalmazásokra, amelyek szerint a mesékben rejlő negatív karakterek **segítik a spirituális elfogadást** (Bettelheim 1985), hiszen a központi szereplők képesek **addigi jellemük bizonyos jellegzetességeiről megfélelkezve** részben, vagy teljesen **azonosulni** velük (Boldizsár 2017).

A harmadik hipotézisvizsgálat annak mérlegelésére irányult, hogy vajon a sajátélményű meseterápián való részvétel pozitív hatást gyakorol-e az érzelemszabályozásra és az interperszonális reaktivitásra. A feltételezés beigazolódott; a meseterápiában részesült személyeket pozitív átértékelés és tervezés alkalmazása jellemi a kognitív érzelemreguláció során, továbbá szignifikánsan jellemzőbb rájuk az empátiás törődés és marginálisan a perspektívaátvétel.

Az eredmények alapján tehát elmondható, hogy a sajátélményű meseterápiában részesült személyek sokkal inkább használnak adaptív érzelemszabályozási stratégiákat, és könnyebben képzelik bele magukat mások helyzetébe, nézőpontjába. Ez a jelenség ismételtén a mesék által közvetített értékrendhez fűződik (Nyitrai 2016).

Az nyeri el méltó jutalmát, aki képes beleképzelni magát elesett társai helyzetébe, s elfogadóan viszonyul hozzájuk (Boldizsár 2017). A mesék az akadályok leküzdésére, kitartásra, a problémák megoldására ösztönöznek, így általuk fejlődik a problémamegoldó készség, a másik személyhez fűződő empátiás viszonyulás és törődés (Cooper–Collins–Saxby 1994).

A kutatás folytatása során célszerű több időt szánni az adatgyűjtésre, s több olyan specifikus csoporttal felvenni a kapcsolatot, amelyek a jelenlegi minta jelentősen alacsony elemszámú részét képezik (sajátélményű meseterápiában részesült személyek). Ez a minta reprezentativitására való törekvés és a tendenciaszintű megállapítások pontosítása érdekében indokolt.

Érdekes lenne a mese- és/vagy irodalomterápia szociális készségekre, önálló életvezetésre, személyiségre gyakorolt hatását hosszmetzeti kutatás formájában vizsgálni túlmozgásos figyelemzavarral és autizmus spektrumzavarral élő felnőtt személyek körében, hiszen egyéni sajátosságaikból adódóan a szociális képességterület fejlesztése, megerősítése kiemelt jelentőségű gyógypedagógiai és pszichológiai megsegítésük során egyaránt.

Irodalom

- Allport, G. W. 2000. *A személyiség alakulása*. Szentendre: Kairosz, 379–396.
- Antalfai M. 2014. A Sárkány a mesében és az életünkben. *Fordulópont* 16(3): 11–24.
- Antalfai M. 2007. Személyiség és archetípusok Jung analitikus pszichológiájába. In: Gyöngyösiné Kiss E.–Oláh A. (szerk.) *Vázlatok a személyiségről*. Budapest: Új Mandátum Könyvkiadó, 166–190.
- Bennet, E. A.–Tamás B. P. 1999. *Az igazi Jung*. Budapest: Animula.
- Bettelheim B.–László K. 1985. *A mese bővölete és a bontakozó gyermeki lélek*. Budapest: Gondolat.
- Boldizsár I. 2017. *Meseterápia: mesék a gyógyításban és a mindennapokban*. Budapest: Magvető.
- Cloninger, C. R. 2008. The Psychobiological Theory of Temperament and Character: Comment on Farmer and Goldberg. *Psychological Assessment* 20(3): 292–299.

- Cloninger, C. R.–Przybeck, T. R.–Svrakic, D. M.–Wetzel, R. D. 1994. The Temperament and Character Inventory (TCI): A Guide to its Development and Use. Washington University, St. Louis, Missouri: Center for Psychobiology of Personality.
- Cloninger, C. R.–Svrakic, D. M.–Przybeck, T. R. 1993. A Psychobiological Model of Temperament and Character. *Archives of General Psychiatry* 50(12): 975–990.
- Cooper, P. J.–Collins, R.–Saxby, H. M. 1994. *The Power of Story*. Macmillan Education AU.
- Davis, M.H. 1983. Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 44: 113–123.
- Fülöp E.–Devecsery Á.–Csabai M. 2012. Az érzelmi bevonódás és a kiégés összefüggései pszichiáter rezidensek körében = Relationship Between Emotional Involvement and Burnout Among Psychiatric Residents. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika* 13(2): 201–217.
- Garnefski, N.–Kraaij, V. 2006. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire–Development of a Short 18-item Version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences* 41(6): 1045–1053.
- Gazda P. 2020. *A mesék, mondókák fejlesztő hatása az óvodáskorú gyermekek beszédfejlődésére*. Doctoral dissertation, SOE.
- Gross, J. J. 2015. Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry* 26(1): 1–26.
- Hoffman, M.L. 1987. The Contribution of Empathy to Justice and Moral Judgment. In: Eiseberg, N.–Strayer, J. (eds.): *Empathy and its Development*. New York: Cambridge University Press, 47–80.
- Kriston P.–Pikó B. 2017. A kognitív érzelmi önszabályozás szerepe serdülőkorban a depresszió, a pszichoszomatikus tünetek és a szubjektív jóllét szintjében. *Psychiatria Hungarica* 32(2): 168–177.
- Margitics F.–Figula E. (é. n.). Iskolai erőszak során támadóvá, áldozattá vagy provokatív áldozattá váló tanulók egyes személyiségjellemzői.
- Miklósi M.–Martos T.–Kocsis-Bogár K.–Perczel-Forintos D. 2011. A kognitív érzelmszabályozás kérdőív magyar változatának pszichometriai jellemzői. *Psychiatria Hungarica* 26(2): 102–111.
- Mirnic Zs. 2006. *A személyiség építőkövei. Típus-, vonás-és biológiai elméletek*. Budapest: Bölcsész Konzorcium.
- Nagy J. 2009. *Fejlesztés mesékkel. Az anyanyelv, a gondolkodás fejlődésének segítése mesékkel 4–8 éves korban*. Szeged: Mozaik Kiadó.
- Nagy L.–Gyöngyösiné Kiss E. 2007. A személyiség tipizálása a klasszikus és modern temperamentum elméletekben. In: Gyöngyösiné Kiss E.–Oláh A. (szerk.) *Vázlatok a személyiségről*. Budapest: Új Mandátum Könyvkiadó, 10–40.
- Nyitrai Á. 2012. A kompetenciák fejlődése, a fejlődés nyomon követésére és segítésére alkalmas módszerek az óvodában. In: *Hét aranyalma. Módszertani gyűjtemény óvodapedagógusoknak*. Budapest: Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt., 137–162.
- Nyitrai Á. 2016. Mese és mesélés. *Iskolakultúra* 26(4): 75–83.
- Oláh A.–Gyöngyösiné Kiss E. 2007. A személyiség fogalma és vizsgálati módszerei: mérés, kutatás, elmélet. In: Gyöngyösiné Kiss E.–Oláh A. (szerk.) *Vázlatok a személyiségről*. Budapest: Új Mandátum Könyvkiadó, 10–40.
- Peck, D.–Whitlow, D. 1983. *Személyiségelméletek*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- Rózsa S.–Kállai J.–Osváth A.–Bánki M. C. 2005. *Temperamentum és Karakter: Cloninger pszichobiológiai modellje*. A Cloninger-féle Temperamentum és Karakter Kérdőív felhasználói kézikönyve. Budapest: Medicina.

„Kizökkent világ” – Szokatlan és különleges élethelyzetek: a nem-konvencionális, nem “normális”,
nem kiszámítható jelenségek korszaka?

XXIV. Apáczai-napok Tudományos Konferencia tanulmánykötete

- Sheldon, W.–Stevens, S. S.–Tucker, W. B. 1978. Útban egy alkati pszichológia felé. In: Halász L.–Marton L. M. (szerk.) *Típustanok és személyiségvonások*. Budapest: Gondolat Kiadó, 59–91.
- Szabó G.–Szántó Zs.–Susánszky É.–Martos T. 2016. A Cloninger-féle Temperamentum és Karakter Kérdőív rövidített magyar változatának (TCI55) pszichometriai jellemzői hazai mintán. *Psychiatria Hungarica* 31(4): 348–358.
- Szücs D. 2020. *A gyermekkori személyiség megismerése a mese, a játék és a rajz eszközeivel: A média hatása az óvodáskorú gyerekek személyiségére*. Doctoral dissertation, SOE.
- Unger V. É. 2020. *A mese, mint személyiség megismerési eszköz. Koragyermekkori személyiségfejlődési konfliktus megoldásának vizsgálata meserajz-módszer alkalmazásával*. Doctoral dissertation, SOE.