

dr. Fekete Károly (opponens), dr. Héjser Gábor (külső opponens), Csoma Judit Margit (külső opponens) és dr. Kustár Zoltán.

A továbbiakban a doktori dolgozat összefoglalását és a bírálók kiértékelését közöljük.

Somfalvi Edit:

A gyermekkori szorongás oldása bibliai történetekkel

I. A kutatás célja

Amikor egy kisgyermek fél vagy szorong, a legegyszerűbb őt ölbé venni és mesélni valami szépet, érdekeset és biztatót neki, hogy szűnjön a félelme, oldódjon a szorongása. Lelkipásztorként sokszor kellett megállnom magányos emberek, kórházi ágyakon fekvő betegek vagy gyászolók mellett temetéseken. Gyakran tapasztaltam, hogy saját szavaim elégtelennek bizonyultak, ami a bátorítást illeti, de egy jól megválasztott alapige vagy elbeszél-olvasott történet érezhetően oldotta a magányos, a beteg vagy a gyászoló ember szomorúságát, szorongását. E tapasztalatok sora vetette fel bennem a lehetőségét annak, hogy talán célzatosan lehet használni a bibliai történeteket szorongásoldásra. Ahogy a kutatás elkezdődött, kiderült, hogy a szorongás és a történetmegértés többek között korosztályfüggő, ezért le kellett szűkítenem a kutatási területemet a kisgyermekkora, mely a gyermek életében körülbelül 12 éves koráig tart. A kutatás célja tehát annak az összefüggésrendszernek a felfedezése, amelyben leírható, hogy a mindenki által oly jól ismert szorongás, ezen belül a gyermekkori szorongás oldható bibliai történetek elbeszélésével. Az összefüggésrendszer alappillére a Kijelentés, amelyben beszéde által Isten világot és benne embert teremt, hogy az emberrel a szavak, a beszéd, a hallás és a megértés által kapcsolatot teremtsen. Erre az alappillére épül rá az az összefüggésrendszer, amit a teológiai, a pszichológiai, ideglettani és más tudományos kutatási eredmények alkotnak, s aminek egy részét ebben a dolgozatban szándékoztunk bemutatni. Ki akartuk deríteni, igazolható-e a kutatás alaptézise, mely szerint a gondolati, belső képek alkotása szorongást oldó hatással bír, ezért a jól megválasztott bibliai történetek meghallgatása, melyek előidézik a belső képalkotást, szintén szorongásoldást eredményez?

A kutatás rész céljai között nevezhetjük meg a szorongás folyamatának alapos feltérképezését különös tekintettel a kisgyermekkora, illetve a lányoknál és fiúknál előforduló hasonlóságokra és különbségekre. Ide tartozik még a szorongás beszűkítő és készítő jellegének megkülönböztetése, a hit és a szorongás kapcsolatának a vizsgálata, illetve hogy milyen hatással van a szorongás a gyermek-felnőtt kapcsolatra.

Rész célként nevezhetjük meg a kommunikáció jelenségének és folyamatának a vizsgálatát, különös tekintettel a bibliai történeteken alapuló kommunikációt, a köztes gondolati tér, a morfikus és morphogenetikus tér létét és működésének leírását, a biblio- és bibliaterápia lehetőségeit, illetve a *verbális deszenzibilizáció* vagy *deszenzibilizáció* módszerének az ismertetését.

Végül részcélként fogalmazhatjuk meg a felvázolt elméleti megalapozás gyakorlati alkalmazhatóságát.

II. A feldolgozás módszere és a disszertáció gondolatmenete

A dolgozat tartalmazza a témafelvetés teológiai indoklását, elméleti megalapozását és a gyakorlati megközelítést. Mindegyik rész adatolásra és az adatokban megmutatkozó többféle szempont egymás utáni bemutatására épül, valamint a gyakorlati megközelítés része egy projektmegvalósítás, mely a hipotézist ellenőrzi kisiskoláskorú gyermekek bevonásával. Mindhárom rész következtetések megfogalmazásával zárul, majd ezeket a dolgozat legvégén végkövetkeztetésként fogalmazzuk meg.

Az első fejezetben írtuk le a kutatás teológiai alapvetését, valamint a narratív teológia és narratív pszichológia határán megfogalmazható következtetéseket a történetmondással és hallgatással kapcsolatban.

A második rész tartalmazza a használt teológiai, pszichológiai és lelkipedagógiai alapfogalmak ismertetését, a kisgyermek fejlődési kríziseinek a leírását, különös tekintettel a szorongásos zavarok előfordulására. A gyermekkor születéstől kisiskoláskorral bezárólag értelmeztük, külön figyelembe vettük a lányok és a fiúk fejlődésbeli különbözőségeit. Meghatároztuk a szorongást mint élettani-lélektani folyamatot, annak megnyilvánulási formáit és az arra adott kóros védekezési módokat. Kerestük a védelmet nyújtó és beszűkítő szorongás közötti határt, a határon megteremtendő egyensúlyt, valamint vizsgáltuk, lehet-e a hit és a szorongás pozitív kapcsolatban. Vizsgáltuk a felnőttek lehetőségeit, hogyan ismerhetik fel a gyermekben a szorongást, illetve, hogy mit (re)aktiválhat bennük a gyermek szorongása. Végül kerestük a kapcsolatteremtés és kommunikáció lehetőségeit kisgyermekkel, hogy szükség esetén oldani tudjuk a szorongást.

A munka harmadik részében a szorongás oldásának gyakorlati lehetőségei közül a történetmondást ismertettük, annak pszichodinamikai folyamatát csoportos találkozáskor. Megfogalmaztuk a történetmondás hatásmechanizmusát, ahol bevezettük a morphogenetikus/morfogenetikus mező fogalmát mint az erőterét, amelyben a történet „hat”; illetve a történet hatását a belső képalkotásra. Megvizsgáltuk a Freud osztrák neurológus-pszichiáter szerinti identifikációs vágy erejét a gyermekeknél, illetve a Jung által kollektív tudattalannak elnevezett közös emlékezet archetipikus hőseinek a gyógyító jelenlétét a gyermek tudatában.

Mindezek után következett a fenti elmélet speciális alkalmazása, a hipotézis bibliai történetekre való applikálása. Először megvizsgáltuk a bibliai történeteket mint a gyermekkor szorongásoldás lehetséges segítőit, majd ismertettük a hipotézis ellenőrzésével kapcsolatos feladatokat és a megvalósítási lépéseket. A hipotézis ellenőrzése egy projekt keretében történt, amelyet kisiskolás csoportokban valósítottunk meg, ahol lányok és fiúk vegyesen voltak. Első lépésként felmértük, milyen szorongások jellemzik a fiúkat és lányokat kisiskoláskorban.

korban. Ezután következett a történet kiválasztása, a felmérőlapok, kérdőívek megfogalmazása, a kritériumok meghatározása. Gyermekpszichológust és tanítónókat vontunk be a munkába. A projektet megtervező lelkipásztor-kutatónak pasztorálpszichológusi képzettsége is van a teológusi képzettség mellett. Természetesen a szorongásszint és a szorongásfajta felmérésénél nem diagnosztikai céllal közelítettünk, mert ahhoz speciális képzés és jogosítványok szükségesek, hanem csak arra voltunk kíváncsiak, hogyan fogalmazzák meg a gyermekek önmaguknak és nekünk, hogy mitől és mennyire félnek, illetve szoronganak. A történet meghallgatása után pedig a változások megfogalmazását gyűjtöttük be és összesítettük.

A projektben részt vevő kisiskolás csoportok egy része gyülekezeti vallásórás gyermek volt, egy része iskolai vallásóra keretében vett részt a munkában, amelynek a fejezet végén bemutatjuk dokumentációját és kiértékelését. Itt tartom fontosnak megjegyezni, hogy munkánk magyarul jelent meg, és angolul olvasható szakirodalmat dolgoz fel, ezekre támaszkodva fogalmaztunk meg következtetéseket.

III. A kutatás eredményei

Isten jelenléte az életünkben történetek által fejeződik ki, a transzcendens Isten róla és teremtett világáról szóló elbeszélésekben válik felfoghatóvá és megismerhetővé. Jelenléte bátorító, erőt adó, gyógyító jelenlét. Hipotézisünk szerint nemcsak a jelenléte gyógyító, hanem a jelenlétéről és tetteiről szóló történetek is gyógyító hatással vannak, esetünkben a gyermekkori szorongást oldhatják. Kutatásaink erre irányultak, s a dolgozat fejezetei ennek a feltevésnek szolgáltak különböző megközelítésű megalapozásául.

Az első rész bevezetése a történetmondásnak mint az egyéni és közösségi lét- és kommunikációs formának a teológiai megalapozását végezte el, ezt követte a szó és a bibliai történet, mint létbe hívó és létben-tér időben tartó erő bemutatása. Felismertük Isten megvalósuló akaratát mint történet és a történetben Istennek az ember felé alkalmazott kommunikációs eszközt. A történetek alapján kialakuló istenképek veszélyeire is vetettünk egy pillantást, mert tisztázni akartuk, hogy a történetek alapján kialakuló istenképnek nem szabad sem neurotizálódnak, sem elbátortalanítónak lennie, ezért nagyon fontos a gyermekeknek a megfelelő történetet elmondani számukra egyértelmű nyelvezettel. A narratív pszichológia meglátásait felvillantó rész a lehetséges szorongásmentes identitás kialakulására mutatott rá, a narratív teológia megállapításai az identitást szintén formáló bibliai elbeszélő hagyományt mutatták fel, ezeket követően a történetmondást mint szimbolikus cselekedetet értelmeztük.

A második részben a félelem és a szorongás közötti határt, valamint a két érzet közötti különbségeket térképeztük fel, majd a szorongás gyökerét és jelenségét vizsgáltuk meg. A félelem és szorongás pszichofizikai hatásai után a félelem (magyar fordításban szorongás) alapformáit mutattuk be Fritz Riemann német pszichoterapeuta leírása alapján, megfogalmazva, hogy nincs személyi-

ség- és jellemfejlődés a szorongás megfelelő mértéke nélkül. A kisgyermek fejlődési aspektusainak és kríziseinek ismertetése után a stresszt és a konfliktust, mint a fejlődés enzimeit értelmeztük.

Exkurzusban tájékoztattunk a kötődésformákról, megjegyezve, hogy a helytelen kötődés szorongáshoz vezet, majd a fiúknál és lányoknál fellépő, egyikre vagy másikra inkább jellemző szorongásformákat soroltuk fel. Ezt követte a szorongás megnyilvánulásának a leírása és az arra adott kóros védekezési módok, majd a szorongásoldás hatástalan és hatékony oldási módjainak a bemutatása. Felismertük a védelmet nyújtó és a beszűkítő szorongás közti határt, és kerestük a határon megteremtendő egyensúlyt, majd leírtunk a facilitáló szorongás eszköztárából néhányat. Megállapítottuk, hogy a facilitáló szorongás is igénybe veszi a teljes személyiséget, és vizsgáltuk a történetek jelentőségét a facilitáló és debilizáló szorongás között megteremtendő egyensúly szempontjából. Rákérdeztünk, hogy lehet-e a hit és a szorongás pozitív kapcsolatban, illetve, hogy hogyan történhet ez, a Riemann-féle személyiség jellemzőket figyelembe véve. Végül megvizsgáltuk, hogyan ismerheti fel a felnőtt a gyermek szorongását, a saját szorongása viszontáttételeit, és hogyan kontrollálhatja azokat, valamint hogyan ismerheti fel a gyermeknek a felé irányuló áttételes érzéseit, és hogyan reagáljon azokra.

A harmadik rész a gyakorlati lehetőségeket ismertette, először is, hogy hogyan alkalmazható a kommunikáció mint módszer a szorongásoldásban, értelmezhető-e a kapcsolatba lépés kommunikációként, az elbeszélés szorongást oldó kommunikációként, valamint speciálisan a bibliai történet elbeszélése mint szorongást oldó kommunikáció. Bepillantottunk a tudat és a tudattalan szimbólumokkal kapcsolatos tevékenységébe, megfigyeltük ezek hatásait a szorongásra, majd megvizsgáltuk a szorongást oldó történetmondást mint diakóniát és mint lelkipozíciót. Felfedeztük a gyógyító teret, amelyet leírnak morfikus és morfogenetikus mezőként, illetve a közös sokféleség tereként, megvizsgáltuk a biblioterápiát és a bibliaterápiát mint lehetőségeket a szorongásoldásban, leírtuk a szisztematikus verbális deszenzibilizációt mint módszert, majd megálltunk a narratív teológia és narratív pszichológia határán, hogy ellenőrizzük hipotézisünket, mely szerint van szorongásoldó hatása a bibliai történetek hallgatásának.

A gyakorlati rész első felében leírt módszerek ismertetése után következett a hipotézis ellenőrzésére megfogalmazott projekt leírása és a kérdőívek eredményeinek kiértékelése. A kiértékelés összefoglalásaként megfogalmazhatjuk, hogy hipotézisünk igaznak bizonyult, a bibliai történetek oldhatják a gyermekkori szorongást, lehet és kell tehát bibliai történeteket megosztani a gyermekekkel nem csak azért, hogy ismereteket szerezzenek, hanem hogy hatalmat vegyenek a félelmeik, szorongásaik fölött. A további kutatás témáját képezheti, hogy melyek azok a bibliai történetek, amelyek különböző szorongástípusokat és szorongásformákat hatékonyan oldhatnak.