

## A megvalósult projekt elméleti kerete és célkitűzései:

A stressz és megküzdés kutatásban az egészségpszichológia, a pozitív pszichológia és az un. salutogenikus szemlélet (Antonovsky, 1989) térhódításának és befolyásának köszönhetően a hangsúly a stresszel szemben védelmet biztosító un. protektív tényezők feltárására és azonosítására helyeződött. Az egyes kutatóműhelyek kimutatták, hogy a személyiség protektív faktorai pl. az optimizmus, a koherencia érzék, a tanult leleményesség, a szívósság erősítik a megküzdő személy pozícióját a stresszel szembeni küzdelemben és meghatározó szerepet játszanak az egészségfenntartásban. A salutogenikus paradigma keretében végzett nemzetközi kutatások eredményei, valamint a megküzdési eredményesség és a személyiségjegyek összefüggésére vonatkozó saját korábbi vizsgálataink (Oláh, 1993) tapasztalatai alapján azt feltételeztük, hogy a stresszhatások eredményes leküzdésének szolgálatában létezik egy a protektív személyiség jegyeiből integrálódó preventív rendszer amely védekező képességünket a változó feltételekhez igazodóan folyamatosan fejleszti és irányítja önmagunk és környezetünk átalakításának folyamatát, szavatolva ezáltal hatékonyságunkat és jól működésünket (egészségességünket). Ezt a preventív és proaktív védelmet nyújtó és a stresszel való küzdelemben alkalmazkodási eredményességet szavatoló rendszert Pszichológiai Immunrendszerként (PI) definiáltuk. A pszichológiai immunitás egy olyan aktív védettség amely egy komplex kognitív eszközrendszer (PI) birtoklásával, ezen rendszer azonnali aktiválásának képességével írható le minden olyan helyzetben amikor az integrált pszichikus működés külső vagy belső akadályoztatása, az egyén pszichikus fejlődését, céljainak realizálását veszélyeztető külső vagy belső körülmény valamint az életműködés ellenható tényező lép fel. A PI természetére és struktúrájára vonatkozó kiinduló elméleti modellünk szerint a PI-be integrálódó személyiség komponensek közös vonása, hogy: a pozitív következmények anticipálására hangolják a kognitív apparátust, az énhatékonyság érzést fokozzák a megküzdési folyamatban, a célelési szándékot és az önszabályozási hatékonyságot erősítik a nehezített alkalmazkodási feltételek esetén is.

A fenti jellemzőkkel bíró személyiség jegyeket egységesítő PI tagoltságára vonatkozóan azt feltételeztük, hogy a PI három alrendszerből épül fel, amelyek azonos funkciókat teljesítő „pszichológiai antitesteket” tömörítenek.

A Monitorozó-Megközelítő Alrendszer a fizikai és a szociális környezet megismerésére, megértésére, kontrollálására, a lehetséges pozitív következmények monitorozására hangolja a kognitív apparátust. Az optimizmus, a koherencia érzék, a kihívás keresés képessége és a kontrollképesség alkotja ezt az alrendszert.

Az Alkotó-Végrehajtó Alrendszer azokat a személyiségjegyeket integrálja amelyek aktualizálásával a nehezített alkalmazkodási helyzet körülményei megváltoztathatóak és amelyek birtokában a személy igényeinek megfelelően képes eljutni a választott céljaihoz, továbbá képes arra, hogy akár az önmaga megváltoztatására akár a fizikai vagy szociális környezet átalakítására szőtt terveit szándékainak megfelelően valósítsa meg. A leleményesség, a problémamegoldó képesség, az énhatékonyság, a szociális forrást mobilizáló képesség és a szociális alkotóképesség illeszkedik ebbe az alrendszerbe.

Az Önregulációs Alrendszer a figyelem és a tudati működés feletti kontrollt biztosító, (szinkronképesség = a figyelem irányításának képessége a kívánt tevékenységre) a célelésben a perzisztenciát (kitartásképesség) szavatoló, az akadályok, kudarcok és veszteségek következményeként kialakuló érzelmi állapotok kontrollálását garantáló (ingerlékenységátlás, impulzivitáskontroll, érzelmikontroll) az önszabályozás dinamikus, kontextushoz illeszkedő módját szavatoló coping potenciálokat, protektív személyiségjegyeket integrálja.

A három alrendszer dinamikus kölcsönhatásban egymás működését szabályozva biztosít egy szenzitíven a pozitív és éntszolgáló információk és hatások monitorozására és asszimilálására

irányuló, az énéjlődést támogató hatások integrálását facilitáló, az önkiteljesítést a kontextushoz igazító rugalmas szervezeti működést és alkalmazkodást.

A pszichológiai immunrendszert alkotó komponensek mérésére szerkesztett Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív alkalmazásával végzett korábbi vizsgálataink (Oláh, 1999, 2000) igazolták, hogy a rendszerbe integrálódó 16 immunvonás (optimizmus, koherencia érzék, kihívás keresés, kontroll képesség, öntisztelet, leleményesség, problémamegoldó képesség, énhatékonyság érzés, szociális forrást mobilizáló képesség, szociális alkotóképesség, szinkronképeség, érzelmi kontroll, impulzivitás kontroll, ingerlékenység gátlás)) fejlettségi szintje a stressztűrőképességet a megküzdési kapacitást és az egészségfenntartást szavatoló tényező.

*A most lezárult kutatási projektünk azt kívánta feltárni, hogy az egészségfenntartásban kiemelkedő szerepet játszó protektív személyiség komponensek kiépülését milyen szocializációs hatások formálják mik azok a biopszichoszociális tényezők amelyek facilitálják az immunvonások megerősödését és növelik a pszichológiai immunrendszer működési hatékonyságát serdülők körében.*

Vizsgálataink egyik kérdése az volt: Milyen biopszichoszociális tényezők formálják az optimális fejlődés útját serdülőkorban 10 és 17 éves kor között? A kérdésre követéses, longitudinális vizsgálat keretében kerestük a választ.

Vizsgálatunkban az optimális fejlődés útját bejárónak tekintettük azokat a serdülőket akiknek pszichoszomatikus statusa kielégítő (tünetmentesek), pszichológiai jóllétük egyértelmű (a Pszichológiai Jóllét skálán az átlagtól egy szórásnyi értéket mutatnak felfelé) flow-élmény gyakoriságuk a Flow skálán az átlagtól egy szórásnyira felfelé helyezkedik el. Az optimális fejlődés markereként tekintettük az önbeszámolókon túl az obszervációs adatokat, a szülők által a gyerekről kitöltött Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív eredményeit, amely arról informál, hogy a megfigyelők tapasztalata szerint is a gyermek (serdülő) képes megküzdni a napi kihívásokkal, kontrollképes a társas helyzetekben, leleményes új szituációkban, képes önuralmat gyakorolni nehezített helyzetekben, optimistán szemléli a világot, kitartó céljai elérésében és a kudarcokból tanulva gyorsan regenerálódik. A megfigyelők által kitöltött kérdőíven az átlagtól egy szórásnyira felfelé terjedő értéktartományban elhelyezkedő fiatalokat szintén az optimális fejlődés útján járóknak tekintettük. Az optimális fejlődés dimenzióját pszichometriailag vizsgálatunkban a fent említett adatok alapján határoztuk meg, a pszichoszomatikus status, a pszichológiai jóllét, a flow élmény gyakoriság és a megfigyelés alapján rögzített pszichológiai immunkompetencia magas értéke jellemezte az optimális fejlődés ún. pozitív pólusát, a fejlődési deficitet, mint ellentétes pólust a fent felsorolt változók alacsony számszerűsített értéke reprezentálta. Az optimális fejlődés markerei (kielégítő pszichoszomatikus status, pszichológiai jóllét, flow élmény gyakoriság) vizsgálataink output-jaként szerepeltek ezen változók alakulásán terveztük lemérni azt, hogy milyen előzmény faktorok formálják a serdülők fejlődését immunkompetenciájuk erősödését vagy gyengülését. A fejlődés menetét befolyásoló szignifikáns biopszichoszociális tényezők közül vizsgálataink fókuszába a családi pszichológiai környezet (Komplex család vagy egyszerű család mint pszichológiai tényező) a szülők személyisége (Big Five dimenziók mentén) megküzdési kapacitása, pszichológiai immunkompetenciája és érzelmi intelligenciája állt. Vizsgáltuk továbbá azt is, hogy a fejlődő gyermek egyes adottságai (Big Five dimenziók mentén, valamint IQ, kreativitás és érzelmi intelligencia vonatkozásában) és a szocializációs tényezők milyen kölcsönhatásban járulnak hozzá az optimális fejlődéshez.

Vizsgálataink másik kérdése az volt, hogy a szülők személyisége (Big Five dimenziók mentén) és megküzdési kapacitása (pszichológiai immunkompetenciája) milyen összefüggést mutat a gyermek (serdülő) megküzdési kompetenciáival valamint milyen családi pszichológiai környezet (simplex, komplex, integráló vagy differenciáló) facilitálja a gyermek stressztűrőképességének, pszichológiai immunkompetenciájának kiépülését.

Projektünk azért választotta a longitudinális stratégiát mert vizsgálataink középpontjában a pszichológiai immunitást szavatoló személyiség jegyek (protektív faktorok, pszichológiai antitestek) fejlődési trendjének, implantálódási folyamatának a feltárása állt a szocializációs hatások (családi környezet, szülők személyisége) függvényében. A fejlődési trendre vonatkozó kérdésfeltevés és vizsgálati szempont a pszichológiai védettséget garantáló immunvonásoknak a 10 és 17 éves kor közötti életszakaszban mutatkozó növekedését, erősödését kívánta empirikus úton feltárni.

***A megvalósult vizsgálatok, a vizsgálati minta és a kutatás céljaira kifejlesztett módszerek:***

A kutatás célkitűzéseit követve vizsgálataink serdülőkorú fiatalokra és azok szüeleire és családi környezetükre irányultak.

**A szülők vizsgálata:**

A szülők vizsgálatával azt kívántuk tisztázni, hogy személyiség jegyeik, megküzdési kapacitásuk, pszichológiai immunkompetenciájuk valamint érzelmi intelligenciájuk milyen hatást gyakorol az általuk nevelt gyermekük protektív személyiség jegyeinek, érzelmi intelligenciájának és megküzdési kapacitásának valamint szubjektív jóllétének és pszichoszomatikus státuszának alakulására. A családi környezetről a Komplex Család Kérdőív (Csíkszentmihályi és Rhatunde 1996) alkalmazásával nyertünk adatokat. Ezt a kérdőívet a serdülők töltötték ki, a kapott információk a családi pszichológiai környezet percepcióját tükrözik a gyermek szemszögéből.

A szülők vizsgálatára 2004 és 2005-ben került sor. Az első korcsoportba tartozó 431 mindhárom évben megvizsgált gyermek 253 szülője, a második korcsoportba tartozó 442 gyermek 263 szülője és a harmadik korcsoportba tartozó 461 gyermek 227 szülője vállalta a vizsgálatban való részvételt így 743 szülő töltötte ki az alábbi teszteket: BFQ (Big Five Questionnaire) (Rózsa, Kő, Oláh 2006), Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív (Oláh, 2005), Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív (Oláh, 2005), Szociális és Emocionális Intelligencia Teszt (Oláh, 2005), Pszichológiai Jóllét Kérdőív (Ryff, 1995) Pszichológiai Immunkompetencia Obszervációs Változat (Oláh, 2005) /ebben a tesztben a szülő gyermekének az immunvonásairól nyilatkozik/.

**A serdülők vizsgálata**

A serdülőket longitudinális kutatási stratégia alkalmazásával vizsgáltuk, a követést 12 évre tervezzük, a három éves (2002 és 2005 közötti) követés eredményeiről számolunk be ebben a zárójelentésben. A longitudinális stratégia választását az immunvonások fejlődési trendjének nyomonkövetésén túl a prospektivitás lehetősége motiválta, ilyen vizsgálati stratégiával a serdülőkori szocializációs hatások hosszútávú, jövőt alakító szerepét empirikus úton tudjuk monitorozni. A 2002-ben elindított követéses vizsgálatokban 3 korcsoporttal dolgoztunk, a 10 évesek, a 12 évesek és a 14 évesek korcsoportjával, ez a vizsgálati terv lehetőséget kínál a fejlődési trendek általánosíthatóságának ellenőrzésére hiszen ugyanazon fejlődési szakasz jellemzőit különböző mintákon vizsgáljuk. Az alábbi táblázat, a mérési pontokat a vizsgálatban résztvevőket és az alkalmazott módszereket mutatja be.

A vizsgálat éve	1. korcsoport (10 évesek a vizsgálatok kezdetén)	2. korcsoport (12 évesek a vizsgálatok kezdetén)	3. korcsoport (14 évesek a vizsgálatok kezdetén)	Alkalmazott módszerek
2002	482 fő	502 fő	524 fő	7 db
2003	472 fő	487 fő	502 fő	7 db
2004	431 fő	442 fő	461 fő	11 db

A táblázatból kiolvasható, hogy a 2002-ben elindított longitudinális vizsgálat 1508 fő részvételével kezdődött és 3 év elteltével 1334 olyan személyünk maradt akivel minden tervezett vizsgálatot el tudtunk végezni, a projekt így közel 85 %-os mintatartással fejeződött be.

A 2002-es mérési ponton mindhárom korcsoportban az alábbi módszereket alkalmaztuk: Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív, Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív, Szociális és Érzelmi Intelligencia Teszt, (SZEMIQ) Big Five Kérdőív (BFQ), Flow Kérdőív, Komplex Család Kérdőív, Langer- féle Intelligencia Teszt.

2003-ban a következő tesztekkel vettük fel (szintén mindhárom korcsoportban): Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív Obszervációs Változat (a tanulóról nyilatkozik két öt jól ismerő társa), Big Five Kérdőív Obszervációs Változat, Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív Obszervációs Változat, Iskolai Tantárgy Flow Kérdőív (6 tantárgyra), Kreativitás tesztek, Pszichoszomatikus Statusz Kérdőív.

A 2004-es (a projekt utolsó mérési pontja) vizsgálatok alkalmával mindhárom korcsoportban a következő tesztekkel adminisztráltuk: Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív, (State-Trait és Prototípus változat) Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív, Szociális és Érzelmi Intelligencia Teszt, (SZEMIQ) Big Five Kérdőív (BFQ), Flow Kérdőív, Komplex Család Kérdőív, Folt-teszt (Oláh, 2001) Szubjektív Jólét Kérdőív (Ryff, 1995), Pszichoszomatikus Statusz Kérdőív.

1. táblázat A projekt keretében alkalmazott összetett mérési eljárások és pszichológiai változók bemutatása

<b>Pszichológiai Immunszisztem Kérdőív</b>	<b>Flow Kérdőív</b>	<b>Megküzdési Mód Preferencia Kérdőív</b>	<b>BFQ Személyiségkérdőív</b>
<i>Pozitív gondolkodás</i>	<i>Flow</i>	<i>Probléma centrikusság</i>	<i>Dinamizmus</i>
<i>Kontrollérzés</i>	<i>Szorongás</i>	<i>Támaszkérés</i>	<i>Dominancia</i>
<i>Koherencia-érzés</i>	<i>Unalom</i>	<i>Feszültség kontroll</i>	<i>Együttműködés</i>
<i>Öntisztelet</i>	<i>Flow matematika órán</i>	<i>Figyelem elterelés</i>	<i>Udvariasság</i>
<i>Növekedésérzés</i>	<i>Flow biológiai órán</i>	<i>Emocionális fókusz</i>	<i>Pontosság</i>
<i>Kibívás, rugalmasság</i>	<i>Flow iradalom órán</i>	<i>Emocionális kiürítés</i>	<i>Kitartás</i>
<i>Társas monitorozás képessége</i>	<i>Flow nyelvtan órán</i>	<i>Önbüntetés</i>	<i>Érzelmi kontroll</i>
<i>Problémamegoldó képesség</i>	<i>Flow történelem órán</i>	<i>Belenyugvás</i>	<i>Impulzus kontroll</i>
<i>Énhatékony</i>	<i>Szorongás matematika órán</i>		<i>Nyitottság a kultúrára</i>
<i>Társas mobilizálás képessége</i>	<i>Szorogás biológia órán</i>		<i>Nyitottság a tapasztalatokra</i>
<i>Szociális alkotóképesség</i>	<i>Szorongás irodalom órán</i>		
<i>Szinkronképesség</i>	<i>Szorongás nyelvtan órán</i>		<i>Energia</i>
<i>Kitartás</i>	<i>Szorongás történelem órán</i>		<i>Barátságosság</i>
<i>Impulzusgátlás</i>	<i>Unalom matematika órán</i>		<i>Lelkiismeretesség</i>
<i>Érzelmi kontroll</i>	<i>Unalom biológia órán</i>		<i>Érzelmi instabilitás</i>
<i>Ingerlékenység gátlás</i>	<i>Unalom irodalom órán</i>		<i>Nyitottság</i>
	<i>Unalom nyelvtan órán</i>		<i>Szociális kíváncsiság</i>
<i>Pozitív jövőkép, érdeklődés</i>	<i>Unalom történelem órán</i>		
<i>Önszabályozás</i>			
<i>Alkotás, önmegvalósítás</i>			

Szubjektív Jólét Kérdőív	Szociális és Érzelmi Intelligencia Teszt	Folt teszt	Komplex Család Kérdőív	Szociális é Intelligen
<i>Önelfogadás</i>	<i>Szenzitivitás</i>	<i>Fluencia</i>	<i>Harmónia</i>	
<i>Pozitív emberi kapcsolatok</i>	<i>Akaratgyengesség és indulati kontroll hiánya</i>	<i>Flexibilitás</i>	<i>Involváltság</i>	
<i>Aotonómia</i>	<i>Emocionális inkompetencia</i>	<i>Szociabilitás</i>	<i>Szabadság</i>	
<i>Környezeti Kontroll</i>	<i>Empátiahiány és önzésre való hajlam</i>	<i>Ambíció</i>	<i>Támogatás</i>	
<i>Életcélok</i>	<i>Társas inkompetencia</i>	<i>Mezőfüggetlenség</i>	<i>Integritás</i>	
<i>Személyes Fejlődés</i>	<i>Konstruktív Megküzdés</i>	<i>Empátia</i>	<i>Differenciáltság</i>	
	<i>Menekülő Támaszváro Magatartás</i>	<i>Szorongás</i>	<i>Simplexitás</i>	
	<i>Támadó Magatartás</i>	<i>Érzelmi kontroll</i>	<i>Komplexitás</i>	
	<i>Önregulációs Képesség</i>	<i>Személyes éntudatosság</i>		
	<i>Önbüntetésre való Hajlam</i>	<i>Agreszióra való hajlam</i>		

Az 1. táblázatban a longitudinális vizsgálat sorozatban tanulmányozott legfontosabb pszichológiai változókat mutatjuk be.

### A projekt fontosabb eredményei:

#### Módszerfejlesztést és sztenderdizációt eredményező munkák

A projekt keretében a következő módszerek kifejlesztésére, pszichometriai paramétereik ellenőrzésére és a 12-17 év korosztályi sztenderdjeinek az elkészítésére került sor:

Pszichológiai Immunkompetencia Kérdőív State Változat, Obszervációs Változat és Prototípus Változat, Komplex Család Kérdőív, Tantárgy Flow Kérdőívek, Pszichoszomatikus Statusz Kérdőív, Szubjektív Jólét Kérdőív, Folt- teszt.

A kutatás 1. táblázatban bemutatott összetett módszereinek elemzésére elkészült a TESZTMESTER nevű Értékelő és Profil Elemző Program (Oláh, A. és Selmeczi, G 2002, Psychostar, Szentendre) amely alkalmazásával lehetőség adódott az azonos profilokat mutató személyek csoportosítására és az így identifikált csoportok karakterisztikus fejlődési és biopszichoszociális jellemzőinek feltárására. (A következő kérdésekre kerestük pl. a választ: Milyen családi pszichológiai jellemzőkkel írható le a hasonló pszichológiai immunvonás profilt mutató serdülők csoportja? Vagy milyen pszichológiai immunvonás profilt mutat a érzelmi intelligencia profillal rendelkező szülők gyermekeinek mintája stb.) A Tesztmesteren kívül a projekt keretében két teszt könyv készült el (Oláh, A (2005) Az optimális élmény mérésének lehetőségei: Egy új szituáció-specifikus flow kérdőív teszt könyve, HI Press, Bp.; Oláh, A. (2005) SZEMIQ Képes fél-projektív teszt a szociális és érzelmi intelligencia mérésére. HI Press, Bp.), a Folt-teszt kifejlesztéséről egy könyvfejezetben számoltunk be (Oláh, A. 2002) A Folt teszt: a kreativitás és a személyiség átfogó vizsgálatára csoportosan is alkalmazható új projektív eljárás, In: Pléh, Cs., László, J. és Oláh, A. Tanulás, kezdeményezés alkotás, ELTE, Eötvös Kiadó.)

## **A projekt vizsgálati kérdéseire választ adó eredmények**

A projekt eredményeiről egy angol és egy magyar nyelvű monográfiában (Oláh, A. /2005/ *Érzelmek, megküzdés és optimális élmény*, Trefort Kiadó Bp.; Oláh, A./2005/: *Anxiety, Coping and Flow*. Trefort Kiadó Bp) továbbá 2 nemzetközi és 2 hazai konferencián, 6 könyvfejezetben és 16 szakfolyóiratcikkben jelentettünk meg részleteket (Izd. Csatolt irodalom jegyzék), itt röviden összefoglaljuk fontosabb eredményeinket a projekt kezdetén megfogalmazott kutatási kérdések mentén.

### *1. Milyen szocializációs tényezők facilitálják a protektív személyiség faktorok vagy immunvonások kiépülését, megerősödését?*

Ezt a kérdést tanulmányozva a család jellemző pszichológiai légkörének, és a szülők (apa és anya egyaránt), személyiségének, érzelmi intelligenciájának valamint megküzdési mód preferenciájának hatását vizsgáltuk a gyermekeik pszichológiai immunkompetenciájára. Logisztikus regressziós modelleket alkalmazva eredményeink azt mutatják, hogy a gyermekek immunkompetencia szintjének alakulását (alacsony szint, átlagos, magas) mindhárom korcsoportban az un. komplex pszichológiai családi atmoszféra (amelyet az önállóság és szabadság támogatása mellett a követelmény állítás, és biztonságteremtés együttesen jellemez, a pszichológiai hatások komplexitása az integrálás és a differenciálás egyensúlyának a megteremtésében mutatkozik meg) magyarázza a legnagyobb százalékban, a szülők személyiség sajátosságai közül pedig a gyermek pszichológiai immunitásának megerősödéséhez legnagyobb arányban az érzelmi intelligenciájuk (anyák és apák esetében egyaránt) a lelkiismeretességük (apák esetében) a nyitottságuk (anyák és apák esetében egyaránt) és érzelmi kiegyensúlyozottságuk (anyák esetében) járul hozzá. A szülők megküzdési mód preferenciái vagyis az, hogy konkrét konfliktusokat milyen stratégiákkal próbálnak megoldani csak a 12 éves korosztályban mutat hatást a gyermekek pszichológiai immunkompetencia szintjére, konkrétan az emóció kiürítő stratégiák szülői alkalmazása (anyák esetén) negatívan hat a gyermekek pszichológiai antitestjeire, a probléma fókuszú stratégiák alkalmazásának preferenciája (apák esetén) pedig erősíti a gyermekek pszichológiai immunitás szintjét. A szülők protektív személyiségjegyei közül mindhárom korcsoportban a pozitív gondolkodás (mindkét szülő esetében) az önregulációs kapacitás /szinkronképeség, impulzivitás kontroll, ingerlékenység gátlás, érzelmi kontroll/ (az anyák esetében) és a szociális forrást mobilizáló (apák esetében) és a szociális forrást teremtő képesség (mindkét szülő esetében) magyarázza legnagyobb százalékban a gyermek immunvonásainak fejlettségi szintjét. A szülők ezekkel a vonásokkal facilitálják leghatékonyabban a pszichológiai immunitás implantálódását. A szülők személyiségét és a család pszichológiai jellemzőit együttkezelő mediációs elemzéseink arra világítanak rá, hogy a szülők megküzdési kapacitása akkor implantálódik a gyermekekbe a legmélyebben ha az egy komplex családi pszichológiai környezetben az önállóság támogatását és a védettséget dialektikusan garantáló szülői magatartáson keresztül manifesztálódik.

### *2. Milyen pszichoszociális és személyiségtényezők tényezők szavatolják az optimális fejlődést és az egészségfenntartást 12-17 éves kor között?*

Az optimális fejlődés útját bejárónak tekintettük azokat a serdülőket akiknek pszichoszomatikus statusa kielégítő (tünetmentesek), pszichológiai jóllétük átlagon felüli, flow-élmény gyakoriságuk magas. A fejlődés és növekedés szubjektív élménye és objektív ténye (obszervációs adatok) együttesen alkották azt az out-put-ot amelyet az optimális fejlődés markereként és az egészség mutatójaként tekintettünk. Vagyis az optimális fejlődés

dimenzióját pszichometriailag vizsgálatunkban a pszichoszomatikus status, a pszichológiai jóllét, és a flow élmény gyakoriság magas értéke jellemezte. A fejlődési deficitet, mint ellentétes pólust a fent felsorolt változók alacsony számszerűsített értéke reprezentálta. Ezen változók értékének alakulásán mértük le azt, hogy milyen előzmény faktorok és individuális jellemzők formálják pozitív irányba a serdülők fejlődését. A fejlődés menetét befolyásoló szignifikáns biopszichoszociális tényezők közül vizsgálataink fókuszába a családi pszichológiai környezet, (Komplex család vagy egyszerű család mint pszichológiai tényező) a szülők személyisége (Big Five dimenziók mentén) megküzdési kapacitása, pszichológiai immunkompetenciája és érzelmi intelligenciája állt. Vizsgáltuk továbbá azt is, hogy a fejlődő gyermek egyes adottságai (Big Five dimenziók mentén, valamint IQ, kreativitás és érzelmi intelligencia vonatkozásában) és a szocializációs tényezők milyen kölcsönhatásban járulnak hozzá az optimális fejlődéshez. A logisztikus regressziós modelleket alkalmazva eredményeink szerint mindhárom korcsoportban a flow élmény gyakoriságot egyértelműen két tényező a komplex családi háttér és a szinkronképesség (egy immunvonás) fejlettségi foka magyarázza a legnagyobb százalékban, a pszichoszomatikus status ugyanakkor alapvetően a gyermek alkati adottságainak a függvénye (a Big Five dimenziók közül a neuroticizmus magyarázza legnagyobb százalékban) ez az összefüggés azonban 17 éves korban már nem szignifikáns, itt a pszichológiai immunvonások (koherencia érzék, kontroll képesség, kitartás) illetve a megküzdési stratégia preferenciák (probléma fókusz, feszültség kontroll) jelentősége kerül előtérbe. Ugyancsak 17 éves korban a serdülők pszichoszomatikus statusát legmarkánsabban érzelmi intelligenciájuk fejlettségi szintje és önregulációs képességeik (érzelmi kontroll, impulzivitás, kontroll, irritabilitás kontroll) kimunkáltsága határozza meg. Eredményeink arra világítanak rá, az életkor előrehaladtával (12-től 17 éves korig) az egészségfenntartásban a kognitív személyiség tényezőknek (kontroll hit, koherencia érzék, célorientáció vagy kitartás) egyre jelentősebb a szerepe és ezek megerősödését, kiépülését a szülők szociális forrást mobilizáló képessége és szociális forrást teremtő képessége markánsan befolyásolja.

### *3. Milyen fejlődési trendet mutat a serdülők immunkompetenciája 12 és 17 éves kor között?*

A serdülők immunvonásainak fejlődési trendjére vonatkozó empirikus eredményeink azt mutatják, hogy a pozitív gondolkodást és az önregulációs képességet a 10 és 17 év közötti időszakban viszonylagos stabilitás jellemzi, az alkotó, mobilizáló és forrást teremtő képesség ugyanakkor a szocializációs feltételek (komplex család, szociális forrást teremtő és magas fokú érzelmi intelligenciával bíró szülők) függvényében markáns növekedést mutat.

Az immunvonások közül a koherencia érzék és a kitartás folyamatos erősödést mutat az életkor előrehaladtával a fiúknál, az érzelmi kontroll lineáris növekedését pedig a lányok esetében regisztráltuk.

### *4. Milyen vonások és megküzdési stratégiák terén mutatnak hasonlóságot a szülők és gyermekeik?*

A szülők és gyermekeik közötti hasonlóságot a Big Five dimenziók, az immunkompetenciát meghatározó protektív faktorok, az érzelmi intelligencia egyes komponensei és a megküzdési mód preferencia terén teszteltük mindhárom korcsoportban. A korrelációs elemzések fiúknál és lányoknál, apák és fiúk, anyák és lányaik esetében nem mutattak lényeges eltérést, kevés szignifikancia határt elérő eredmény adódott. A szignifikáns eredményeink szerint a pszichológiai immunitást szavatoló tulajdonságok közül a szülők és gyermekeik leginkább a pozitív gondolkodás, a kitartás és az önuralom terén mutatnak hasonlóságot. A korrelációk

jelentőségének értelmezésénél ismételten utalni szeretnénk a mediációs elemzéseink eredményeire amelyek egyértelműen rávilágítanak arra, hogy a szülők „immunvonásokat implantáló” hatása alapvetően akkor érvényesül ha képesek egy olyan szocializációs közeget olyan pszichológiai atmoszférát teremteni a családon belül (komplex családi atmoszféra) amely a személyiségükből jövő hatások „beépülését” asszimilálódását facilitálják.

Longitudinális projektünk (amelynek folytatását reméljük) eredményei sok ponton egybe csengenek Lea Pulkkinennek (2003) / University of Jyväskylä, Finnország / ugyancsak követéses kutatásban kimutatott eredményeivel ugyanakkor jelezni szeretnénk, hogy szisztematikusan a protektív faktorok fejlődési trendjének és biopszichoszociális determinánsainak a feltárására fókuszáló longitudinális projekttel a nemzetközi irodalomban sem találkoztunk.