

Mentálhigiéné és Pszichoszomatika 8 (2007) 2, 173–176

DOI: 10.1556/Mentál.8.2007.2.7

LEVÉL A SZERKESZTŐHÖZ

VÁLASZ FÜZÉKI BÁLINT REFLEXIÓJÁRA

Füzéki Bálint számos izgalmas és megválaszolásra váró kérdést vet fel „A megbocsátás pszichológiája: kialakulása, hatásai, fejlesztése” című cikkemmel kapcsolatban. Az alábbiakban ezekre a felmerülő kérdésekre reflektálok, illetve kiegészítem a korábban írottakat.

Fogalmi tisztázás

A megbocsátást a pszichológiai szakirodalomban bevett módon neveztük „konstruktumnak” (ugyanúgy, ahogy beszélünk a szorongás vagy az agresszió konstruktumáról is). A szerző vitatja, hogy a „kegyelem jogi fogalom lenne” – egyetértünk azzal, hogy a fogalom több tudományterületen is előkerül.

A bosszúálló megbocsátás fogalma („a megbocsátás akkor helyénvaló, ha a sértett már bosszút állt”) felveti a bosszúvágy és a megbocsátás közti ellentmondásos kapcsolat kérdését. Enright és mtsai (1994) a megbocsátás ezen típusát még nem tekinti valódi megbocsátásnak és úgy gondolják, hogy a prekonvencionális erkölcsi gondolkodásra jellemző. Ekkor ugyanis a személy „összetéveszti a büntetést [...] a megbocsátással” (McCullough és mtsai 2006, 48. o.).

Humánspecifikus-e a megbocsátás? A megbocsátás etológiai és biológiai alapjai

Izgalmas kérdés a megbocsátás humánspecifikus volta. Annak ellenére, hogy sokan az emberi kultúra és moralitás eredményének tekintik a megbocsátást, több tényező utal eme viselkedésmintázat evolúciós gyökereire.

Mind primátáknál, mind nem primátáknál (pl. delfinek, hiénák) agresszív konfliktusok után gyakran megfigyelhetők társas interakciók (a csimpánzoknál például egymás átölelése). Ezek a magatartásmintázatok az agresszió által sérült szociális kapcsolatok helyreállítását szolgálják, és elsősorban a magas szintű kooperációval jellemezhető fajoknál mutathatók ki (Call és mtsai 2002; de Waal 2004). Érdekes vizsgálatról számol be de Waal és Johanowicz (1993). Öt hónapon keresztül együtt neveltek medvemakákókat (*Macaca arctoides*) és rhesusmajmokat (*Macaca rhesus*). Az agresszió utáni pozitív társas interakció az előbbi fajnál igen gyakori, míg a rhesus majmokban ritkán figyelhető csak meg. Az 5 hónapos vizsgálat végére azonban a rhesus majmokban megnőtt a „kiengesztelő”, illetve „megbocsátó” magatartás gyakorisága.

A megbocsátás evolúciós folytonosságát annak biológiai gyökerei is alátámasztják. Farrow és mtsai (2001) szerint a megbocsátásra vonatkozó ítéletek meghozatala során elsősorban a posterior cingulate gyrusban mutatható ki megnövekedett aktivitás. Farrow és mtsai (2005) hasonló vizsgálatukban a posterior cingulate gyrus mellett a medialis frontális gyrusban és a bal oldali posterior temporális gyrusban találtak aktivitásnövekedést. Izgalmas eredményük még, hogy a megbocsátást célzó intervenciós beavatkozást követően megnövekedett aktivitást mértek a posterior cingulate gyrusban.

A megbocsátás biológiai gyökereinek tárgyalásakor nem tekinthetünk el az empátia idegrendszeri hátterétől. Itt csak utalunk rá, hogy az ún. *tükörneuron-rendszer* (mely mind egy adott akció kivitelezésekor, mind egy fajazonos társ megfigyelésekor aktivitásfokozódást mutat) működését tekintik ma az empátia idegrendszeri alapjának (részletesen l. Kulcsár 2005). A kísérleti eredmények alapján az emocionális tükroneuron-rendszer részét képező inzula tekinthető a szociális és viscerális agy találkozási pontjának, ezen az agyterületen keresztül „válnak zsigerivé” a pozitív és negatív társas hatások. Elfogadhatónak tűnik az a feltételezés, hogy a megbocsátás fizikai egészségre kifejtett hatása az inzulán keresztül érvényesül.

Kognitív és/vagy érzelmi megbocsátás

A megbocsátás döntési (racionális) és érzelmi típusát, illetve aspektusát csak nehezen lehet szétválasztani egymástól. A megbocsátás racionális megközelítése szerint erkölcsi érzékünk fejlődésével párhuzamosan fejlődik a megbocsátásról alkotott felfogásunk is. McCullough és mtsai (2006) szerint ugyanakkor „a megbocsátáshoz több kell, mint pusztán racionalitás: ez csak az egyik összetevője a receptnek” (i. m. 79. o.). Ilyen összetevő például az empátia és a pozitív érzelmek megjelenése. A megbocsátás pozitív (egészségvédő) hatásai elsősorban az érzelmi megbocsátás megjelenésekor jelentkeznek.

A megbocsátás és a bocsánat keresés kapcsolata

Füzéki Bálint szerint „a megbocsátást nem megkönnyíti, hanem egyáltalán lehetővé teszi az a feltétel, hogy az elkövető belássa korábbi hibás magatartását, próbálja azt jóvátenni, s ezt a megbántottnak is tudomására hozza”. A szakirodalom alapján a bocsánat keresés és a megbocsátás kapcsolata nem egyértelmű. Taft (2000) szerint a megbocsátás elengedhetetlen előzménye a bocsánat keresése. Több szerző (pl. Allan és Allan 2000; Darby és Schlenker 1989; Robbennolt 2003) szerint a megbocsátást segíti a bocsánat keresés. Zechmeister és mtsai (2002) eredményei szerint pedig a bocsánat keresés csökkenti a megbocsátás valószínűségét abban az esetben, ha azt a sértett személy nem érzi őszintének.

Közösségek és etnikai csoportok és a megbocsátás

Füzéki Bálint felveti a csoportközegben zajló megbocsátás tárgyalásának fontosságát. Az etnikai csoportokon esett sérelmek esetén több tényező is nehezíti a megbocsátást (McCullough és mtsai 2006). Ezekben az esetekben nem lehet egyetlen vétkest megnevezni, nem egyetlen személynek kell megbocsátani, hanem „seregnyi névtelen elkövetőnek”. Ezenkívül a konfliktust előidéző tettek gyakran feledésbe merülnek, és „az emlékezetben már csak a megtorlás véget nem érő körforgása marad meg”. McCullough és mtsai (2006) szerint „ilyen helyzetekben nem jelenthet megoldást a szó szoros értelmében vett megbocsátás”, hiszen „kinek is bocsátanánk meg halottaink, felmenőink, vagy bárki más nevében, amikor csak azokért az esetekért tudunk megbocsátani, amelyeket közvetle-

nül mi magunk szenvedtünk el, és csak azoknak, akik közvetlenül bennünket bántottak” (i. m. 242. o.).

Ennek ellenére ezekben az esetekben is lehetséges az ún. „másodlagos megbocsátás” – erre vonatkozó sikeres próbálkozások történtek a libériai törzsi háborúkat követően. Az egymással konfliktusban álló törzsek képviselői közösen vettek részt egy foglalkozáson, amely sikeresen növelte az empátia és a megbocsátás szintjét.

Szondy Máté

ELTE PPK Pszichológiai Intézet, Személyiség- és
Egészségpszichológiai Tanszék, Budapest
E-mail: szondymate@freemail.hu

Irodalom

- Allan, A., Allan, M. M. (2000): The South African Truth and Reconciliation Commission as a therapeutic tool. *Behavioral Sciences and the Law*, 18: 459–477.
- Call, J., Aureli, F., De Waal, F. B. M. (2002): Postconflict third-party affiliation in stump tailed macaques. *Animal Behaviour*, 63 (2): 209–217.
- Darby, B. W., Schlenker, B. R. (1989): Children’s reaction to transgression: effects of the actor’s apology, reputation and remorse. *British Journal of Social Psychology*, 28: 353–364.
- de Waal, F. D. (2004): Peace lessons from an unlikely source. *PLoS Biology*, 2 (4): 434–437.
- de Waal, F. D., Johanowicz D. L. (1993): Modification of reconciliation behavior through social experience: an experiment with two macaque species. *Child Development*, 64 (3), 897–908.
- Enright, R. D., Human Developmental Study Group (1994): Piaget on the moral development of forgiveness: identity or reciprocity? *Journal of Moral Education*, 21, 63–80.
- Farrow, T. F. D., Hunter, M. D., Wilkinson, I. D., Gouneea, C., Fawbert, D., Smith, R., Lee, K. H., Mason, S., Spence, S. A., Woodruff, P. W. R. (2005): Quantifiable change in functional brain response to empathic and forgivability judgments with resolution of posttraumatic stress disorder. *Psychiatry Reserach: Neuroimaging*, 140: 45–53.
- Farrow, T. F. D., Zheng, Y., Wilkinson, I. D., Spence, S. A., Deakin, W., Tarrrier, N., Griffiths, P. D., Woodruff, P. W. R. (2001): Investigating the functional anatomy of empathy and forgiveness. *Neuroreport* 12: 2433–2438.
- McCullough, M. E., Sandage, S. J., Worthington, E. L. (2006): *Megbocsátás. Hogyan tegyük múlt időbe a múltunkat?* Harmat Kiadó, Budapest.
- Kulcsár Zs. (2005): A társas interakciók pszichológiai hatásai és agyi mechanizmusai. Egy hipotézis körvonalai. Társas támogatás. In Kulcsár Zs. (szerk.): *Teher alatt...Pozitív traumafeldolgozás és poszttraumás személyiségfejlődés*. Trefort Kiadó, Budapest, 315–393.
- Robbenolt, J. K. (2003): Apologies and legal settlement: an empirical examination. *Michigan Law Review*, 102: 460–517.
- Taft, L. (2000): Apology subverted: the co modification of apology. *Yale Law Journal*, 109: 1135–1160.
- Zechmeister, J. S., Garcia, S., Romero, C., Vas, S. N. (2002): Don’t apologize unless you mean it: a laboratory investigation of forgiveness and retaliation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(4): 532–564.