
SZOLGÁLATI VISELKEDÉS LÉLEKTANA

OKTATÁSI SEGÉDANYAG

A BÜNTETÉS-VÉGREHAJTÁSI FELÜGYELŐ SZAKKÉPZÉS SZÁMÁRA

KÉSZÍTETTÉK:
BIRÓ MÓNICA BV. ŐRNAGY
KISRÉTINÉ KISS MÓNICA C. BV. ALEZREDES
UZONYI ADÉL BV. ALEZREDES

BÜNTETÉS-VÉGREHAJTÁSI SZERVEZET OKTATÁSI, TOVÁBBKÉPZÉSI ÉS REHABILITÁCIÓS KÖZPONTJA

BUDAPEST

2017

TARTALOM

Tartalom	2
I. Bevezetés a pszichológiába	6
A pszichológia tárgya	6
A pszichológia ágai	6
II. Pszichológiai kísérletek és a börtön	9
A KONFORMITÁS	9
ENGEDELMESSÉG A TEKINTÉLYNEK	10
A STANFORD-I BÖRTÖNKÍSÉRLET - AZ EMBERBEN REJLŐ GONOSZ ÉS HÉTKÖZNAPI HŐSÖK	12
ÉRDEKESSÉGEK, LINKEK	15
III. Kommunikáció	16
Kommunikációs alapismeretek	16
Verbális csatorna	17
A nonverbális csatorna	17
Mimika	17
szemkontaktus	17
Hanghordozás	18
A tér kommunikációs szerepe	18
Érintés	18
Gesztusok	19
Szimbólumok, emblémák	19
A verbális és nonverbális csatornák összhangja	19
Az asszertív kommunikáció	20
Az asszertív kommunikáció lépései	20
Az agresszív viselkedés	1
A passzív viselkedés	2
ASSZERTIVITÁS A MUNKAHELYEN	2
Kommunikáció a börtönben	3
Kommunikáció a fogvatartottakkal	3
Kommunikáció agresszív helyzetben	4
Kommunikáció a börtön hierarchikus szervezetében	5
IV. Az idegrendszer és a stressz	7

Az idegrendszer alkotórészei, szerveződése	7
Az idegrendszer anatómiai felépítése	8
Az idegrendszer működése	9
A stressz	10
A STRESSZ JELLEMZŐI	11
STRESSZRE ADOTT REAKCIÓINK	12
ADRENALIN	13
A PSZICHOSZOMATIKUS EGYSÉG	14
MEGKÜZDÉS A STRESSZEL	14
V. A személyiség alakulása	16
A személyiségfejlődést meghatározó tényezők	16
1. Testi adottságok	17
2. Társadalmi környezet	17
3. Személyes környezet	17
VI. SZOCIALIZÁCIÓ, SZOCIÁLIS TANULÁS	19
A szocializáció szakaszai	19
A Szociális tanulás módjai	20
Az utánzás	20
Tanulás modellek alapján	20
Azonosulás	21
VII. Az ERKÖLCSI FEJLŐDÉS	22
1. A csecsemőkor	22
2. Szoktatás révén kialakuló szabálytanulás	22
3. A szabályok belsővé válása	23
Az érzelmi fejlődés zavarának következményei az erkölcsi fejlődésre	23
VIII. A DEVIÁNS VISELKEDÉS	25
A deviáns viselkedés alapvető formái	25
A deviancia kritériumai	25
A deviáns magatartás kialakulásának folyamata	26
A deviancia és a korai kötődés kapcsolata	27
A bűncselekmény, mint deviáns viselkedés	29
IX. A SZTEREOTÍPIÁKTÓL AZ ELŐÍTÉLETEKIG	30
A sztereotípiák	30
Az előítélet	30

Az előítélet tárgya	31
Az előítéletesség fokozatai (Allport)	31
Az előítéletek okai	31
Az előítéletesség mérséklése	32
X. AZ AGRESSZIÓ	33
Az agresszió meghatározása	33
Az agresszió oka	33
A frusztrációra adott reakciók	34
Frusztráció és agresszió a börtönben	34
XI. NORMALITÁS, ABNORMALITÁS, A LELKI- ÉS VISELKEDÉSZAVAROK OSZTÁLYOZÁSA, MEGJELENÉSÜK BÖRTÖNKÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT	36
A normalitás fogalma	36
Az antiszociális viselkedés háttere	36
A lelki-és viselkedészavarok osztályozása	37
1. Organikus (szervi) eredetű zavarok	37
2. Skizofrénia	37
3. Hangulatzavarok	37
4. szorongásos zavarok	37
5. Értelmi fogyatékoság	38
6. Személyiségzavar (pszichopátia)	38
A kényszergyógykezelés	40
XI. Az öngyilkosság	41
Fogalma, az elkövetés típusai	41
Rizikófaktorok	41
Az öngyilkosság magyarázó elmélete	42
Preszuicidális szindróma – azaz az öngyilkosságot közvetlenül megelőző időszak jegyei	43
Öngyilkosság a börtönökben	43
Megelőzés a börtönben	45
XII. A TOTÁLIS INTÉZETEK	46
A totális intézet fogalma	46
A totális intézet személyiségre gyakorolt hatása	46
XIII. ELTÉRŐ BÁNÁSMÓDOT IGÉNYLŐ FOGVATARTOTTAK	48
1. Előzetesen letartóztatottak	48
2. Első büntényesek	49

3. Visszaesők (többszörösen visszaesők, súlyos visszaesők)	49
4. Fiatalkorúak	50
5. Nők	51
6. Hosszú tartamú szabadságvesztésre ítélték	51
7. Lelki- és viselkedészavarokkal küzdő fogvatartottak	52
<i>Felhasznált irodalom</i>	54

I. BEVEZETÉS A PSZICHOLÓGIÁBA

A PSZICHOLÓGIA TÁRGYA

A büntetés-végrehajtási szervezetnél is elengedhetetlen, hogy pszichológiával foglalkozunk: egyrészt a saját pszichés működéseinkkel kell foglalkoznunk, másrészt pedig embereket irányítunk. Az előbbi az olyan esetekben fontos, amikor meg akarjuk érteni, milyen hatást gyakorol ránk a stressz, hogyan tudnánk jobban kezelni a konfliktushelyzeteket, mennyire meggyőző a kommunikációnk. A fogvatartottak irányítását tekintve pedig a pszichés sajátosságaik megismerése könnyebbé teszi munkánkat. A pszichológiai alapismeretek továbbá abban is segítenek, hogy mérlegelni tudjunk sok, a mai világban a pszichológia nevében kimondott általánosítást, álhírt, esetleg félrevezető információt.

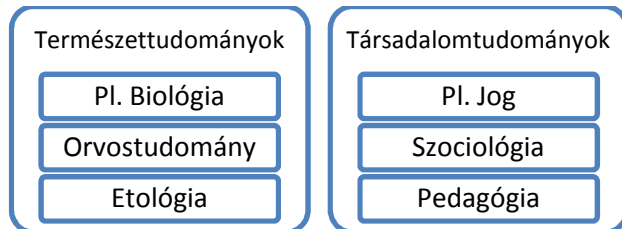
A pszichológia egy viszonylag fiatal tudomány, szűk értelemben vett fogalma:

.....
A LELKI JELENSÉGEKET ÉS A VISELKEDÉST VIZSGÁLÓ TUDOMÁNY.
.....

Mint sok tudomány, a pszichológia is a filozófiából alakult ki 1879-ben: a filozófiai értelemben felvetett eszméket elkezdtek tudományos alapossággal vizsgálni. Ebben az orvostudomány jelentős segítséget nyújtott – a mai napig a pszichológia egyfajta híd az élettan és a filozófia között.

Az alapvető lelki jelenségeink a következők: érzékelés, észlelés, figyelem, emlékezet, gondolkodás, motiváció, érzelmek.

A tudományok rendszerében a pszichológia határterület a természettudományok és a társadalomtudományok között. Ez abból következik, hogy az ember egyszerre biológiai és társadalmi lény. A következő ábra mutatja, hogy milyen tudományterületekkel van kapcsolata a pszichológiának:



A pszichológiának minden olyan tudománnyal kapcsolata van, ami emberekkel foglalkozik. A pszichológusnak ismernie kell az alapvető testi működéseket, főként az idegrendszer működését. Ugyanakkor az ember társadalmi lény, élete egyfajta kultúrában, szabályok között zajlik. Életünk története nem független attól a közegtől, amiben élünk. Mint később látni fogjuk, testi-lelki egyensúlyunk életünk minőségét határozza meg.

A PSZICHOLÓGIA ÁGAI

Az általános pszichológia a lelki élet mindenire vonatkozó törvényszerűségeit kutatja.

A felnőtt, egészséges, teljes értékű ember lelki jelenségeit vizsgáló tudományág. A pszichológia központi területének tekinthető, amelyre a többi alkalmazott lélektani ágak épülnek. Szigorú értelemben vett kísérleti tudomány.

A személyiségpszichológia az emberek közötti lelki különbségekkel foglalkozik. Az egyéni jellemzőket próbálja elméleti rendszerbe foglalni és a gyakorlatban, tesztekkel vizsgálni.

A kutatások során azt találták, hogy az emberek között lelki életük tekintetében sokkal nagyobb különbségek vannak, mint a testi tulajdonságokat illetően. Sokféle irányzat, „típustan” született a személyiség leírására. Ennek gyökerei szintén az ókorba nyúlnak vissza: már Hippokratész kísérletet tett a személyiség típusokba sorolására, melynek alapjául a vérmérsékletet (temperamentum) jelölte meg. A XX. században Kretschmer a testalkatból próbált következtetni elmebetegségi hajlamra.

A ma is érvényesnek tekintett személyiségelméletek közül C.G. Jung felfogását ismertetjük. (A témát a tréning során már érintettük, tesztekkel is alátámasztva.) Jung szerint az ember viszonya a külvilághoz kétféle irányultságú lehet:

kifelé forduló személyiség (extravertált): az ilyen emberek a környezetből sokféle ingert fognak fel, azokra gyorsan reagálnak. Érdeklődési körük széles, könnyen teremtenek kapcsolatokat de hajlamosabbak a felszínességre, meggondolatlanságra.

befelé forduló személyiség (introvertált): kerülik a változatos környezeti ingereket, egyszerre egyféle dologgal szeretnek elmélyülten foglalkozni, megfontoltabbak. Zárkózottabbak, de kapcsolataik tartósabbak, mélyebbek.

extraverzió _____ introverzió

Hangsúlyozzuk, hogy ezek az irányultságok az élet különböző területein egyformán értékesek, hasznosak lehetnek. Fontos, hogy olyan foglalkozást válasszunk, ami illeszkedik a személyiségünkhöz.

Természetesen az emberek nem sorolhatók egyértelműen egyik vagy másik típusba, inkább a két végpont között az egyikhez közelebb állnak. Ezek a típusok összefüggenek öröklött idegrendszeri sajátosságokkal is, tehát már kisgyermekkorban megnyilvánulnak. Életünk első felében kevésbé változnak, csak az élettapasztalat segíti elő, hogy az egyféle, esetleg szélsőséges irányultság kiegészüljön a másik előnyös tulajdonságaival.

A fejlődéslélektan: az általános lélektan mellett szükség volt arra, hogy a lelki jelenségeket fejlődésükben is megértsük.

A fejlődéslélektan a születéstől a felnőtté váláson keresztül az öregkorig vizsgálja a pszichikus funkciók alakulását. Ezen belül a gyermekekkel foglalkozó ág a gyermeklélektan.

Szemléletének alapja, hogy a gyermek nem kicsinyített felnőtt, hanem attól minőségileg különbözik.

Kialakulásához tartozik, hogy Binet 1900-ban gyermekek értelmi fejlettségének megállapítására kifejlesztte az első intelligenciatesztet, melyre a beiskolázások általánossá válása miatt volt szükség.

A klinikai pszichológia a lelki- és viselkedészavarokkal foglalkozik. (ld. a XI. fejezetben). Feladata a lelki betegségek megállapítása (diagnosztika) és a gyógyítás (pszichoterápia) is.

Átmeneti lelki problémák, válsághelyzetek szinte minden ember életében előfordulnak (pl. válás, gyász). Amennyiben megoldásuk elhúzódik, célszerű terápiás segítséget igénybe venni.

Alkalmazási területe igen széles, pl. egészségügyben, igazságügyi szakértésben szerepe van a klinikai szakpszichológusoknak. A lelki egészség (mentálhigiéné) megőrzését szolgálják a személyiségfejlesztő módszerek, önismereti csoportok.

A szociálpszichológia azt vizsgálja, milyen pszichológiai tényezők befolyásolják az emberek társas viselkedését. Foglalkozik a csoportokon belüli együttműködéssel, a csoportközi előítéletekkel is A

büntetés-végrehajtási munkában ezeknek a kérdéseknek kiemelt szerepe van. Pl. a konformitás jelensége, a Milgram-féle engedelmisségi kísérlet, a stanford-i börtönkísérlet. Ezeknek külön fejezetet szentelünk (II. fejezet).

A kriminálpszichológia a bűnelkövetés pszichológiai hátterével foglalkozik. Keresi azokat a személyiséglélektani sajátosságokat, amelyek a bűnelkövetés pszichológiai meghatározói. Elsősorban az érzelmi, indulati folyamatokra, az ösztönéletre, az erkölcsi fejlődésre összpontosít.

A bűnelkövetők személyiségét vizsgálja az alábbi szempontok szerint:

- intelligencia;
- elmeállapot. Ez a kettő fontos a beszámíthatóság kérdésénél;
- indulatok kezelése (agresszivitás);
- erkölcsi normák beépülése.

Visszatérünk még a kriminálpszichológia területére a Deviáns viselkedés, valamint a Lelki- és viselkedészavarok című fejezetben.

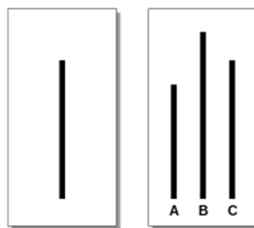
A mai változó világ további területeket hívott életre, ahol a pszichológia kutatási eredményeit a gyakorlatban alkalmazzák. Ilyen például a sportpszichológia, a munka- és szervezetpszichológia, a reklámpszichológia, valamint a kriminálpszichológia részterületeként a börtönpszichológia.

II. PSZICHOLÓGIAI KÍSÉRLETEK ÉS A BÖRTÖN

Az ebben a fejezetben elkövetkező három kísérlet a munkánk szempontjából kiemelt jelentőséggel bír. Mindhárom alapvetően megváltoztatta abbéli hitünket, hogy autonóm, másoktól független lények vagyunk. A konformitás az első ilyen terület: maga a jelenség azt foglalja magában, hogy az egyén mennyire hajlandó megváltoztatni a nézeteit, véleményét, érzéseit a csoporthoz való illeszkedés érdekében. A következő a tekintélynek való engedelmesség, a harmadik pedig a helyzet hatalma viselkedésünk, egyéniségünk felett.

A KONFORMITÁS

Solomon Asch az 1950-es években azt vizsgálta, hogy a csoport milyen hatást gyakorol az egyén véleményére, nézeteire. Ehhez egy egyszerű észlelési feladatot választott, ahol egyértelmű a jó válasz. A kísérleti személyeket egyesével egy-egy 7 fős csoportba sorolták, ahol rajtuk kívül a másik 6 beépített ember volt. A kísérleti személyeknek egy egyszerű vonalat kellett megfigyelniük, majd a következőnek érkező képen kiválasztaniuk, melyik ugyanolyan hosszú, mint az eredeti képen levő vonal.



1. ÁBRA: A VONALAK ASCH KÍSÉRLETÉBEN.

A kísérleti személy mindig az utolsók között válaszolt, a többiek viszont 18 feladatból az első 6-ra helyes, az utolsó 12-re egyöntetűen helytelen választ adtak. Arra voltak kíváncsiak, vajon a kísérleti személy helyesen válaszol-e, vagy pedig a többiek egyöntetű, ám rossz válasza mellett dönt. Ne feledjük, a feladat könnyű és egyértelmű. Az első próbák során, ahol nem volt csoportnyomás a kísérleti személyeken (nem adott egyöntetű rossz választ a csoport többi tagja), a rossz válaszok aránya 0,4% volt. Ehhez képest csoportnyomás alatt a kísérleti személyek 32%-a igazodott mind a 12 kérdésnél a csoport többi tagjához, és 75% pedig legalább egy feladatban válaszolt rosszul. Ugyanakkor 25% egyszer sem idomult a csoportvéleményhez.

A kísérleti személyeket megkérdezték, miért az adott (rossz) megoldást választották. Magyarozatként a következőket adták:

- a kísérletvezető ezt akarta hallani és ők nem akarták tönkretenni a vizsgálatot;
- elképzelhető, hogy megerőltették a szemüket, vagy rossz szögben ültették őket a képek elé;
- elhitték, hogy helyesen válaszoltak(!);
- tudták, hogy rosszul válaszolnak, de nem akartak kilógni a sorból, esetleg butának látszani.

A helyes választ adók is elmondták a döntésük okait: ők nem a csoporttal nem foglalkoztak, hanem képesek voltak felülemelkedni a kételkedésükön a jó megoldás érdekében.

A kísérlet többszöri megisméltése során még a következőket találta Asch:

- 1-2 fős csoport még nem, de három fős csoport már képes ilyen magas konformitási hajlandóságot produkálni;

- ha a beépített többség nem egységes, az csökkenti a konformitást;
- mint ahogy az is csökkentette a konformitást, ha a kísérleti személyeknek lehetősége volt egy privát papírra leírni a válaszukat (annak ellenére, hogy mindenki más hangosan is elmondta a maga véleményét).

Asch így rávilágított a csoportszabályok követésének sajátosságára, annak erejére és veszélyeire. Kísérletei inspiráltak Stanley Milgram-et az engedelmisségi vizsgálatok elvégzésére, amelyek arra találtak bizonyítékot, hogy a konformitás kényszere és a tekintély nyomása alatt teljesen átlagos emberek is képesek akár kegyetlen tettek végrehajtására.

ENGEDELMESSÉG A TEKINTÉLYNEK

1963-ban és 1974-ben Stanley Milgram a Yale Egyetemen egy engedelmisségi kísérletsorozatba kezdett. Újsághirdetésben egy tanulási kísérletben való részvételre toboroztak embereket. Elmondták, hogy a vizsgálatban ők lesznek a tanárok, akik szópárokat olvasnak fel a kísérleti személynek, akinek utána négy lehetőségből ki kell választania, hogy az első szónak mi volt a párja.



1. ÁBRA: A KÍSÉRLETI SZEMÉLY MEGKAPJA AZ INSTRUCIÓKAT. FORRÁS: [HTTPS://GRANDYZER.FILES.WORDPRESS.COM/2010/11/MILGRAM.JPG](https://grandyzer.files.wordpress.com/2010/11/milgram.jpg)

Ha a tanuló hibát követett el, akkor meg kellett nyomniuk egy gombot, amivel áramütést adtak neki.

A tanár látta, hogy a tanulót beszíjazzák egy székbe egy paraván mögött, és elektródát kapcsolnak a csuklójára. Utána leültették egy vezérlőasztal elé, ahol 30 kapcsolót látott. Minden kapcsoló egy adott szintet képviselt, 15 volttól, 450 voltig, azaz gyenge áramütéstől a veszélyes áramütésig. A kísérletvezető arra utasította, hogy minden egyes hibánál az előző szinthez képest eggyel erősebb áramütést adjon.



2. ÁBRA: A VEZÉRLŐASZTAL. FORRÁS: [HTTP://AFFLICTOR.COM/2015/01/28/MILGRAM-WAS-A-FANTASTIC-DRAMATURG/](http://afflictor.com/2015/01/28/milgram-was-a-fantastic-dramaturg/)

A tanuló természetesen nem kapott áramütést, a valódi kísérleti személy a tanár volt, akit a kísérletvezető folyamatosan nyomás alatt tartott, buzdítva, kényszerítve a kísérlet folytatására. Erre

pedig azért volt szükség, mert a tanuló egyre inkább hibázni kezdett, ellenállt a kísérletnek, majd tiltakozott az áramütés ellen. 300 voltnál elkezdte rugdosni a falat, ezután pedig elhallgatott.



3. ÁBRA: A TANULÓ. FORRÁS: [HTTP://AFFLICTOR.COM/2015/01/28/MILGRAM-WAS-A-FANTASTIC-DRAMATURG/](http://AFFLICTOR.COM/2015/01/28/MILGRAM-WAS-A-FANTASTIC-DRAMATURG/)

Az eredmény a kísérletvezetők elvárásait is felülmúlta. Azt találták, hogy a kísérleti személyek 65%-a mindvégig engedelmeskedett, elment a legnagyobb, a 450 voltos áramütésig. Minden személy belekezdett a kísérletbe, egyetlen személy sem állt meg 300 voltig, amikor a tanuló rugdosni kezdte az elválasztó paravánt.

Mi hoz létre ekkora engedelmességet?

Egyrészt Milgram szerint az evolúció tartja ezt fenn, különben nem tudna az ember társadalmi munkamegosztásban élni és dolgozni, nem lenne képes olykor magas céloknak (is) alárendelődni.

Másodjára a **helyzetből fakadó tényezők** rendkívül erős hatással bírnak:

1. **társas normák:** a kísérleti személyek elköteleződtek a feladatnak, megállapodtak a kísérletvezetővel, beleegyeztek, hogy az utasításokat követik, befejezik a feladatot. Nagyon erős társas norma az, hogy az ilyen megállapodást nem szegjük meg, ráadásul a kísérleti személyek szép lassan vonódtak bele ebbe az elköteleződésbe, mivel a kísérlet jó darabig teljesen ártalmatlannak tűnt.
2. **Felügyelet jelenléte:** a kísérletvezető folyamatosan jelen volt és nyomást gyakorolt a résztvevőkre. Ez a hatás eltűnt, ha kiment a szobából és telefonon adta ki az utasításait. (A fejezet végén levő érdekességek, linkek között van olyan youtube videó a kísérletről, ahol látható a kísérleti személyek helyzetben tanúsított dilemmázása, olykor kétségbeesése).
3. **Áttételek:** bár a személyek tudták, hogy erőszakos cselekedeteket követnek el, a körülmények mégsem adtak erről közvetlen tapasztalatot. A tanuló a paraván mögött volt, nem látták, nem tudtak vele kommunikálni, csak egy kapcsolót kellett megnyomniuk egy gépen. Az engedelmesség jócskán csökkent, ha a tanulót látták, vagy nekik kellett odatartaniuk az elektródát a kezéhez, növekedett viszont ha még neki is utasítania kellett egy következő személyt a gomb megnyomására.
4. **Ideológiai igazolás:** egy olyan magyarázat, ami indokolja a hatalommal rendelkező személy tekintélyét és igazolja, hogy a legképtelenebb utasítását is követnie kell. Itt a tudományos kísérletekbe vetett hit az, ami arra sarkallja a résztvevőket, hogy akaratukat alávéssék a tekintélyszemélynek.

Látható, hogy a konformitás és az engedelmesség komoly károkat is tud okozni, mégis nem véletlenül marad fenn a csoport iránti lojalitás a fejlődésünk során. Ezek a folyamatok biztosítják azt, hogy az ember társas lényként egy csoport tagja maradjon, kitartson annak szabályai mellett és cserébe védelmet, támogatást kapjon. Mérhetően egészségesebbek azok az emberek, akik mellett egy támogató csoport (család, barátok, közösség) áll. Ennek fontosságára a stressznél is visszatérünk.

A STANFORD-I BÖRTÖNKÍSÉRLET - AZ EMBERBEN REJLŐ GONOSZ ÉS HÉTKÖZNAPI HŐSÖK

„AZT AZ ALAPVETŐ KÉRDÉST VETEM FEL, HOGY VALÓJÁBAN MENNYIRE ISMERJÜK ÖNMAGUNKAT, MENNYIRE LEHETÜNK BIZTOSAK ABBAN, MIT TENNÉNK, VAGY MIT NEM A SZÁMUNKRA TELJESEN ISMERETLEN HELYZETBEN.” PHILIP ZIMBARDO

Az 1950-es és 60-as évek jelentős szociálpszichológiai kutatásai és megfigyelései után (a fenti kísérletek, a II. világháború és az amerikai politikai események megfigyelései) Philip Zimbardo 1971-ben előkészített egy olyan kísérletet, amelyben az emberi agresszió mögötti tényezőket szeretne volna megfigyelni. Ehhez egy olyan helyzetet teremtett, ahol provokálta a hatalom és alárendelődés viszonyát, a névtelenség és személytelenség érzetét. Ehhez a börtönhelyzet tűnt a leginkább alkalmasnak: a San Fransisco melletti Stanford Egyetem alagsorában berendeztek egy börtönt, amelyhez 24 főt kerestek kísérleti személyként.

75 jelentkezőből 24-et választottak ki, majd véletlenszerűen dőlt el, hogy a középosztálybeli, iskolázott) fiatalok közül ki lett fogvatartott (12 fő) és felügyelő (9 fő, a maradék három fő tartalék volt). Ez azért fontos, mert egyik csoport sem volt agresszívabb, erőszakosabb a másikonál, így lehetett kiküszöbölni a személyiség torzító hatását. Senki nem akart előzőleg felügyelő lenni, mindenki a fogvatartott szerepre vágyott inkább.

A kísérletet 1971 augusztusában 2 hétre tervezték, a fogvatartottakat meglepetésszerűen a 0. napon



2. ÁBRA: A KÍSÉRLETI SZEMÉLYEK LETARTÓZTATÁSA.
FORRÁS: PRISONEXP.ORG/THE-STORY

a helyi rendőrség szállította be a börtönbe.

A szerepbe való lélektani bevonódást segítette a rabosítás, az utána következő megalázó befogadó eljárás, a hétköznapi börtönökhöz hasonló házirend és ruházatuk. A felügyelők esetében ezt azzal segítették, hogy a kísérlet előtti két napon részt vettek a börtön végső berendezésében, a befogadást már ők végezték, a ruházatuk, felszereléseik, eligazításuk mind segítették a gyors átlényegülést.



3. ÁBRA: A FOGVATARTOTTAK ÉS FELÜGYELŐK RUHÁZATA FORRÁS: PRISONEXP.ORG/THE-STORY

A szabályok mindkét csoportra vonatkozóan egyértelműek voltak. A fogvatartottak számára házirend és a viselkedésükre vonatkozó szabályok voltak lefektetve, amelyeket a felügyelők maguk fogalmaztak meg. A felügyelők számára az első eligazítás során a rend és biztonság fenntartására, a szökések megakadályozására vonatkoztak az elvárások, amelyeket Zimbardo a gyanakvós légkörrel hangsúlyozott. A fizikai erőszak tiltott volt mindkét fél részére.

„A KÍSÉRLET MEGSZÜNT KÍSÉRLETNEK LENNI ATTÓL A PILLANATTÓL FOGVA, HOGY AZ EMBEREK ELKEZDTEK REAGÁLNI ARRÁ, AMI KÖRÜLÖTTÜK TÖRTÉNIK”

A 14 naposra tervezett kísérlet hamar elkezdett meglepő fordulatokat venni: önkényes és ellenséges



4. ÁBRA: A 416-OS FOGVATARTOTT ÉNEKEL A 3. NAPON. FORRÁS: PRISONEXP.ORG/THE-STORY

felügyelői viselkedés az elejétől, lázadás és a börtön elleni támadási kísérlet szervezése a 2. napon, a felügyelők kontrolljának elvesztése a 3. napon. Ez utóbbira szomorú példa egy új fogvatartott (416-os) érkezése, akit arra kényszerítettek, hogy hosszú időn át üvöltve énekeljen a lelki szabadságról, miközben a többiek ritmusra fekvőtámaszokat nyomnak. Ő mondta ki: „a szolgálatváltás mindig rettegéssel töltött el... Azt képzeltem, valódi börtönben vagyok” – ennek oka a kiszámíthatatlanság, önkény megjelenése a felügyelők viselkedésében.

A 3. napon már válogatott megalázásokban van részük a fogvatartottaknak, amelyben Hellmann ('John Wayne') felügyelő jár az élen. Megfosztották őket az élelemtől, ágyneműtől, ágytól, alvástól, a fürdési és mosdóba járási lehetőségektől, pusztá kézzel takarították velük a WC-t. Önkényeskedtek a szabályokat tekintve, állandó zaklatásnak voltak kitéve a névsorolvasást, sorakozást tekintve. Az 5.



4. ÁBRA: FOGVATARTOTTAK PAPÍRZACSKÓVAL A FEJÜKÖN, A MOSDÓBA KÉSZÜLŐDVE FORRÁS: WWW.PRISONEXP.ORG/THE-STORY

nap estéjén egy kívülről érkező munkatárs világít rá, hogy amit már akkor látnak, az nem egy kísérlet, amelyben kísérleti alanyként hétköznapi fiatal emberek vesznek részt, hanem olyan emberek, akik elveszítették erkölcsi ítélőképességüket, ezért tanúsítanak folyton megalázó, embertelen magatartást a fogvatartottak ellenében. Vita alakult ki, és ez tényszerűen belátásra, hogy a kísérletnek most kell véget vetni. A 6. nap reggelén ezt meg is tette. Utólag félelmetes érzésnek mondta el, hogy ő is teljesen bevonódott a kísérletbe parancsnokként, egyetértett a módszerekkel, és a problémákat jelző fogvatartottak szavahihetőségét és szándékait folyamatosan megkérdőjelezte.

Az egész kísérlet filmre lett véve, utána a résztvevőkkel egyéni interjúkat vettek fel. Ezeket alaposan kielemezték. Ezek alapján megállapították, hogy a felügyelők viselkedésük alapján véve három típusba sorolhatók:

- a szabályokat szigorúan, következetesen betartó felügyelők;
- a fogvatartottakat megsajnáló, kisebb engedményeket nyújtó felügyelők;
- kíméletlen, domináns, a hatalmukkal azonnal visszaélő felügyelők ('John Wayne').

A fogvatartottak viselkedéses típusai:

- konform, a szabályokat betartó fogvatartottak;
- a nyomás alatt összeomló, zavarttá váló fogvatartottak;
- lázadó, a szabályokat felrúgó fogvatartottak.

A kísérlet legfontosabb tanulsága az volt, hogy nem a személyiségbeli tényezők eredménye az volt, hogy a hatalmi helyzet csábításának nem tudtak ellenállni. **A helyzet az, amelynek hatalma van felettünk**, a helyzeti tényezők nyomása okozza az addigi viselkedés megváltozását, az egyén gyökeres megváltozását. Ehhez pedig jelen kell lennie az alábbi pszichológiai jellemzőknek:

- új környezet, amelyben az emberek új viselkedésük megválasztásakor nem tudnak a korábbi irányvonalakhoz igazodni;
- jelen van a személytelenség (deindividuáció): az egyén elveszíti egyéniségét, csak egy szám, egy egyenruha marad belőle. Ennek hatására a csoport számára a múlt és a jövő lényegtelenné válik, eltávolodik, csak az itt és most van, ahol az önérték és érzelmek tombolnak;
- a tekintély nyomást gyakorol felette;

- megjelennek az öngazolás és racionalizáció folyamatai: az addigi életükkel annyira ellentétes a börtönbeli szerepük, hogy elkezdik kimagyarázni magukat a helyzetből, amelyben mélységesen hisznek is. Emellett érzéketlenné válnak az ellenérvekre, az okokat másokban, mások viselkedésében találják meg.
- megjelenik a dehumanizáció: a másik fél elveszíti emberi mivoltát, nem ismerik a nevét, a múltját, az érzelmeit, szenvedéseit. Így válik belőle egy tárgy, amellyel bármit meg lehet tenni.

A fenti tényezők jelenléte oda vezethet, hogy egy személy már tartósan átlépi a határokat és kialakulhat a **hatalom patológiája**. Zimbardo fogalmazta meg ennek tüneteit a kísérlet során megfigyelték alapján:

- A hatalom önmagában és annak megtartása a legfontosabb tényező a személy életében.
- A kontroll felvillanyozó – örömet okoz a személynek
- A felügyelők a fogvatartottak minden apró ellenállására agresszióval válaszoltak
- Az agresszió (még ha közvetett is volt, tehát nem fizikailag testesült meg) egyre hatványozta önmagát. Az egyik nap tanúsított formája a következő nap kiinduló szintje lett, amire mindig továbbiakat kellett helyezni.
- Az agresszív felügyelő lett a szerepmódel, amely mögött két lélektani tényezőt lehetett felfedezni:
 - o egyrészt meghonosodott az az alapelv, hogy nem mondok ellent a másoknak, ezzel közös frontot alakítva a fogvatartottak előtt
 - o másrészt jelen van az a kimondatlan elvárás, hogy a felügyelő legyen mindig kemény és határozott. Ha nem így tesz, akkor gyengének, gyávának bélyegzik.
- A felügyelők már a második napon a fogvatartottaknak járó dolgokat elkezdtek kiváltságként kezelni

ÉRDEKESSÉGEK, LINKEK

Milgram kísérlet:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=47&v=yr5cjyokVUs

<https://www.youtube.com/watch?v=xOYLCy5PVgM>

The Experimenter (film), 2015. Rendező: Michael Almareyda

A stanford-i börtönkísérlet:

A stanfordi börtönkísérlet (film), 2015. Rendező: Kyle Patrick Alvarez.

The Psychology of Evil, TED előadás. Philip Zimbardo.

Feature Film: The Stanford Prison Study.
http://www.youtube.com/watch?v=L_LKzEqIPto&t=545s. 2017. május 8.

III. KOMMUNIKÁCIÓ

KOMMUNIKÁCIÓS ALAPISMERETEK

A kommunikáció olyan folyamat, amelynek során a kommunikáló felek tudatosan vagy tudattalanul információt közölnek, hatást gyakorolnak egymásra. Szűkebb értelemben információcsere. A kommunikáció folyamatosan zajlik, ami azt jelenti, hogy **nem kommunikálni lehetetlen**. Születésünktől kezdve bármit teszünk, befolyásoljuk, informáljuk környezetünket.

A kommunikációs folyamatban az alábbi elemek vannak jelen:

Adó: aki, vagy ami kibocsátja az információt (aki éppen beszél, vagy jelez valamit)

Kód: az az eszköz, amellyel az információt olyan állapotba lehet hozni, hogy a csatornába bejuttatható legyen.

Szóbeli kommunikáció, vagyis beszéd esetén ez a kód a nyelv, a művészetben, amely szintén egyfajta kommunikáció– maga a festés lehet a kód. Egy művész pl. festményben fejezheti ki az érzelmeit, egy politikai párt egy plakáttal az aktuális hatalomról kialakított véleményét.

Csatorna: közeg, amely az adót és a vevőt összeköti (pl.: a beszéd, síketeknél a jelnyelv).

Hír: (információ) a kommunikáció tartalma, a mondanivaló.

Vevő: az információt veszi, dekódolja, értelmezi (pl. ha idegen nyelven kommunikálunk, a hallott beszéd jelentésének megfejtése).

A vevő értelmezése erősen függ a kommunikációs helyzettől, a felek kapcsolatától, a vevő személyiségétől. Egy paranoid téveseszmékkel élő beteg az ártalmatlan mimikai jeleket, mint például a mosolygás, is tévesen értelmez, ad neki a saját személyisége szerinti mögöttes jelentést.

A kommunikáció kétirányú, dinamikus folyamat. A vevő és az adó folyamatosan szerepet cserél. Ez sokszor ismétlődhet, amikor párbeszédet folytatunk valakivel, mi több, amikor hallgatunk valakit, nemcsak vevők vagyunk, de ahogyan azt a későbbiekben látni fogjuk, adók is.

Kommunikálni többféle csatornán is képesek vagyunk, nemcsak a beszéddel fejezhetjük ki a gondolatainkat, érzéseinket, hanem más módokon is.

Az egyik csatornát **verbális csatornának** nevezzük, és a szóhoz kötött információt, a nyelvhasználatot jelenti (a latin „verbum” kifejezés jelentése: ige). A nyelv az egyik legemberibb készségünk, a beszéd kulturális termék, az ember fejlődéstörténete során alakult ki.

Valamennyi ma ismert nyelv (az angol, a magyar csakúgy, mint Afrika belső részein élő törzsek nyelvei) a nyelvtani rendszert tekintve hasonló fejlettségi szintű, nincs különbség a primitív körülmények között élő és a fejlett országok között. Különbség a fogalom készletben, különösen az elvont fogalmakat kifejező szókincsben van. Ez pedig a társadalmi szerkezet differenciáltságával és a kultúra fejlettségével arányos.

A szavakon kívüli, illetve azokkal párhuzamosan haladó egyéb kifejező megnyilvánulásokat összefoglalóan **nonverbális csatornának** nevezzük.

A kommunikációban a különböző csatornák együttesen és egyidejűleg vesznek részt.

Tekintsük át e két csatorna jellemzőit.

VERBÁLIS CSATORNA

A nyelv közmegegyezésen alapuló jelrendszer, amely önmagában is alkalmas arra, hogy bármely információt közöljünk vele. A nyelv használatánál azonban figyelembe kell venni azt, hogy a szavak nem mindig jelentik ugyanazt a feladó és a vevő számára, mert más-más érzés és tapasztalat társulhat egy-egy szóhoz.

A kommunikáció akkor sikeres, ha a partnerek korábban szerzett ismereteire és közös történéseire épít (pl. szakszavak használata, a fogvatartottak sajátos szóhasználata, amit jó, ha mi is értünk).

Ne feledjük a verbális kommunikációt tekintve a humort sem: hatékony szabályozó, feszültségoldó eszköz két vagy több ember között, derűt, nevetést vált ki a másik félből, hozza őket közelebb hozzá őket egymáshoz és elveszi a helyzetek élét.

A nyelvhasználat sokszorosan a normák szabályozása alatt áll, egyes társadalmi rétegekhez és csoportokhoz kötött. Ami az egyik társadalmi közegben, csoportban elfogadható, az másutt rosszállást, elutasítást válthat ki (pl. a káromkodás egyes társadalmi csoportokban tabunak számíthat). Bár a nyelv bonyolult jelrendszer, amellyel mindent kifejezhetünk, a kommunikációs folyamatban mégis **sokkal többet közlünk, mint amennyit szavakkal kifejezünk**. Beszélő partnerünk általában nemcsak szavakkal hat ránk, hanem a beszédet kísérő mosolyával, hangjával, mozdulataival is – azaz a nonverbális kommunikációjával.

A NONVERBÁLIS CSATORNA

A nonverbális csatornán közölt jelzések folyamatosan kísérik és minősítik közléseinket.

A nonverbális kommunikáció formái:

MIMIKA

A mimika kommunikációs szerepe az emberben nem biológiai maradvány, hanem egyedi emberi sajátosság.

Az arcjátéknak, az arckifejezésnek az alapvető **érzelme**k kommunikációjában (öröm, undor, harag, félelem, meglepetés, szomorúság, érdeklődés) igen jelentős szerepe van. A mimikával közvetített alapvető érzelmek kultúrától és helyzettől függetlenül jól felismerhetők, azonosíthatók. Bár mimikai jelzéseinket sikeresen tudjuk kontrollálni, és erre törekszünk is, feszült helyzetben mégis sokat árulhatnak el érzelmi állapotunkról. Általában az arc felső harmadából származik a legtöbb információnk a beszélőről.

SZEMKONTAKTUS

A tekintet saját **érzéseinkről, szándékainkról** tájékoztatja partnereinket; a szemkontaktus gyakorisága, felvétele vagy éppen elzárása, pedig a kommunikációs folyamatot szabályozza. Tájékoztat arról, hogy mit akar a kommunikáló fél elérni a másiktól, mit akar kérni, esetleg mire akar hatással lenni.

Csoport esetében jelzi a rejtett kommunikációs hálózatot, azáltal, hogy bizonyos kérdések, állítások esetében kire irányulnak a tekintetek, ki felé fordulnak testükkel a csoporttagok. A szemkontaktus

jelezheti az intimitás, az összetartozás, a biztonságkeresés, vagy éppen az elfordulás, kiközösítés szándékát is.

A szemkontaktus hatáskeltő, figyelemfelkeltő eszköz is, nyomatékosítjuk a mondanivalónkat, felhívjuk az előttünk álló személy figyelmét szándékunkra azzal, hogy a szemkontaktust folyamatosan fenntartjuk. A határozott kommunikáció szerves része.

HANGHORDOZÁS

A verbális kommunikációval együtt jelen lévő jelrendszer a hanghordozás (vokális jelzések). A hanghordozás nagymértékben **befolyásolja, módosítja a kimondott szavak értelmét**. Ennek a szónak a jelentéséhez: barát, többnyire pozitív érzelmek tapadnak, a hanghordozás (gúnyos, közömbös, dühös) azonban lényegesen megváltoztathatja a szó jelentését. A hangunk lehet barátságos, közömbös, elárulhat szorongást, kétségbeesést, örömet.

Érzelmek, viszonyulásunk mutatkozhatnak meg benne – ez a hétköznapi nyelvben is megjelenik, mikor azt mondjuk például, hogy „kemény hangon beszélt”, „felemelte a hangját”, „nem megfelelő hangot ütött meg”.

A beszéd sebessége, a hangsúly, a hangmagasság, a ritmus, a hangerő, a hang tónusa mind olyan hangbeli jelzés, amely alátámasztja a verbális csatorna közléseit, sok esetben pedig módosítja azt. Például egy vizsgán az egyenletes hangerő meggyőző a bizottság szemében, ha viszont elcsuklik a hangunk, arról a tudásunk bizonytalanságára következtethetnek.

Munkánk során különösen odafigyelünk, ha feszültséget, izgalmat árul el: hangunk különösen jól jelzi a belső ellentmondást, a belső feszültség hirtelen emelkedését. Hanghordozásunkat a legnehezebb tudatosan kontrollálni.

A vokális jelzések között gyakran akkor is különbséget tudunk tenni, ha nem látjuk a beszélőt. Telefonbeszélgetés során elég jól meg tudunk mondani, hogy a másik örül, esetleg közönyös, a pillanatnyi csendből is következtetünk.

A TÉR KOMMUNIKÁCIÓS SZEREPE

A társas helyzetekben a térköz, a távolság szabályozása is kommunikatív jelzés. A térköz a kommunikáló felek kapcsolatáról árul el sokat: a térköz szabályozása függ a státuszkülönbségektől és a kapcsolatok érzelmi jellegétől. Minél jobban vonzódunk valakihez, annál kisebb távolságot tartunk vele a térben, illetve minél távolabbi a hierarchiában a szerepünk, annál nagyobb távolságot kell tartanunk a másik személytől.

Gondoljuk végig: két személy beszélget, messziről látjuk, hogy közel hajolnak egymáshoz. Egy másik helyzetben két személy egymástól két lépés távolságra, egyenes, feszes tartással áll egymással szemben. Mit gondolunk mindkét esetben a beszélő felek viszonyáról?

A viszonynak nem megfelelő távolság esetén a másik fél előre- vagy hátralép. Általában a személyiség komolyabb zavarának a jele, ha valaki nem tudja tartósan a távolságtartási szabályokat betartani. A fogvatartottak olykor túl közel lépnek a felügyelőhöz: bizalmaskodó vagy provokáló szándékkal.

A térközsabályozást kulturális szokások is befolyásolják (országoként, sőt vidékenként is eltérő, pl. városi és falusi emberek vonatkozásában).

ÉRINTÉS

Az érintést szigorú kulturális normák szabályozzák. Míg egyes kultúrákban az érintés bizonyos helyzetekben elvárt és megengedett, más kultúrákban ugyanez kifejezetten tiltott.

Az érintéssel is sok mindent kifejezhetünk: biztatást, elutasítást, fölérendelt szerepünket.

Ne érintsünk meg zaklatott, feszült állapotú, illetve alkohol, kábítószer hatása alatt álló egyént. Náluk kiszámíthatatlan reakciókat válthat ki egy egyébként vigasztalásnak vagy nyugtatásnak szánt érintés.

GESZTUSOK

Amikor kommunikálunk, egész testünkkel tesszük azt. A gesztusok közé a fej, a kezek, karok és esetleg a lábak mozgását soroljuk. E testrészek a kommunikáció során általában mozgásban vannak. Egy részük tudatos jelzés, más részük öntudatlan, de a másik fél figyelni, észleli azokat és reagál rájuk.

A test mozgása, a végtagmozgás dinamikája, gyakorisága, összerendezettsége, a hirtelen jövő ideges mozdulatok mind-mind valamiféle belső állapotról adnak jelzést. Az erőteljes, széles gesztusok nagyobb érzelmi telítettséget jeleznek, intézkedés közben azt sugallhatják a másik félnek, hogy ezeket az érzelmeket már nehéz kontrollálni. Merev, gesztusok nélküli kommunikáció ugyanakkor féltékenységet, akár félelmet, szorongást jelezhet.

Például a kezek nagyon érzékenyen mutatják a feszültséget: kézremegés, apró, ismétlődő kézmozdulatok, saját test – főleg a másik kéz és az arc, ruha – megfogása, babrálása lehetnek ilyen jelek.

A gesztusokban van a legtöbb egyezményes jelzés: például a győzelem jele; a kezekkel való hívás, elutasítás; ökölbe szorított kezek mutatása; igenlés, tagadás jelzése.

A testtartás is igen sokféle információt hordoz (életkorról, betegségről).

SZIMBÓLUMOK, EMBLÉMÁK

A szimbólumok és emblémák használata is kulturálisan szigorúan szabályozott.

Ruházkodásunk (márkák, divat követése, alkalomhoz illően viselünk ruhát), hajviseletünk, lakásunk, kocsink, ékszereink informatív jellegűek. Sok esetben tudatosan alkalmazzuk őket, hogy magunkról közöljünk valamit. Az emblémák tájékoztathatnak bennünket az egyén személyiségének sajátosságairól és társadalmi hovatartozásáról, akár vagyoni helyzetéről. Például a régebbi korok szigorú előírásokkal bírtak a férfi és nő ruházkodásával kapcsolatban; a fogvatartottak, bár a szabályok szerint csak formaruhát viselhetnek, mégis megtalálják a módját, hogy átszabott ruhájukkal közöljék a hierarchiában elfoglalt helyüket, a szervezettel való szembehelyezkedésüket, esetleg vagyoni helyzetüket, lehetőségeiket.

A VERBÁLIS ÉS NONVERBÁLIS CSATORNÁK ÖSSZHANGJA

A KOMMUNIKÁCIÓ AKKOR HITELES ÉS HATÉKONY, HA A KÉT CSATORNÁN KÖZÖLT INFORMÁCIÓ ÖSSZHANGBAN VAN EGYMÁSSAL. HA A VERBÁLIS ÉS NONVERBÁLIS CSATORNÁN KÖZÖLT INFORMÁCIÓ EGYMÁSNAK ELLENTMOND, A NONVERBÁLIS CSATORNA ÜZENETE KERÜL ELŐTÉRBE, MIVEL AZT KEVÉSBÉ TUDJUK TUDATOSAN KONTROLLÁLNI.

A digitális kommunikációban is megjelenik a nonverbális kommunikáció: emotikonokkal, dinamikus emotikonokkal. Ezekkel a verbális közlést pontosítjuk, árnyaljuk – a valódi testbeszéd, mimika hiányában. Mindezek az utóbbi 20 évben rendkívüli gyorsasággal változtak, fejlődtek. Ezekben is létezik kultúrák közötti különbség: az alábbi példa a boldog és szomorú állapot emotikonját mutatja a nyugati kultúrákban és Japánban.

	Happy	Sad
U.S.	:)	:(
Japan	(^_^)	(;_;

AZ ASSZERTÍV KOMMUNIKÁCIÓ

Az asszertivitás önérvényesítő kommunikációt jelent, amelynek során a másik felet is tiszteletben tartjuk. A beszélgetést nyertes-nyertes helyzetként kezeli, nem az a célja, hogy a másikat legyőzze, bebizonyítsa, hogy milyen okos, vagy több a másinál. Kommunikációja őszinte, és világos, nyugodt, határozott hangon és tempóban beszél, a szemkontaktust tartja, testtartása stabil.

Az asszertív egyén környezetével együttműködve képes elérni céljait, miközben figyelmes, tud nemet is mondani és jól kérdez. Kifejezi saját igényeit, véleményét egyenesen közli, „én-üzeneteket” használ, tényeket mond ki, rákérdez a másik álláspontjára, reagál a másik állapotára, felhívja az ellentmondásra a másik figyelmét, valamint kompromisszumra kész. Mindezek mellett a másikat partnerként kezeli, véleményét végighallgatja, megfontolja.

Közvetlen hatása, hogy növeljük társas hatékonyságunkat, képessé válunk másokat befolyásolni, jó kapcsolatokat fenntartani. Közvetve pedig az így megélt sikereink magabiztosabbá tesznek, önértékelésünk nő.

Az asszertivitásnak leginkább egyenrangú kapcsolatokban van értelme, a fogvatartottakkal szembeni határozott viselkedést a következő fejezetben tárgyaljuk.

Az asszertív kommunikációs stílus a szavak, kifejezések szintjén:

AZ ASSZERTÍV KOMMUNIKÁCIÓ LÉPÉSEI

<p>1. Írjuk le a tényeket. Ehhez tisztán kell látnunk a helyzetet, tisztában kell lennünk a saját érzéseinkkel is. Tényleg a helyzettel van problémánk, vagy a másik személy magatartásával, esetleg egy kívülálló ok miatt vagyunk dühösesek?</p>	<p>3 napja tettem rendet a lemezszekrényben. Most kiömlött kávé, szétdobált, összekeveredett nyomtatványok, hiányzó kulcsok vártak.</p>
<p>2. Gondolatok: tegyük hozzá azokat az információkat, gondolatokat, amelyek miatt fontos számunkra a helyzet. Érveljünk!</p>	<p>Ha nincs rend, nem fogjuk megtalálni a szükséges dolgokat, ha rendkívüli eseményhez kell mennünk az egyik szintre, nem fogjuk megtalálni a kulcsokat.</p>
<p>3. Figyelmesen hallgassuk végig a másikat. Az odafigyelés egyik buktatója, ha közben a saját gondolatainkat, válaszunkat fogalmazzuk magunkban – közben elszalaszthatunk olyan információkat, amelyek fontosak a helyzetben.</p>	<p>Mi történt? Mi az oka?</p>
<p>4. Fejezzük ki a helyzethez kapcsolódó érzéseinket. A mi kultúránkban ez a legnehezebb, ugyanakkor ne feledjük, ezt a másik akkor is észleli, ha nem mondjuk ki, ráadásul a saját szája íze szerint értelmezheti azt. Természetesen nem minden helyzetben adekvát az érzések kifejezése – például előljáróval szemben állva nagyon csínján kell bánni ezekkel.</p>	<p>Dühös lettem, mikor észrevettem. Azt sem szeretném, ha valaki bajba kerülne emiatt. Vagy: Úgy érzem, nem fontos neked a munkám és a közös együttműködés.</p>
<p>5. Igények kifejezése – konkrétan. Hangsúlyozzuk a kölcsönös megegyezés előnyeit, kompromisszumot is köthetünk.</p>	<p>Arra kérek, rakj rendet, mielőtt hazamész. Mindkettőnknek könnyebb lesz, ha ezt a rendet kölcsönösen fenntartjuk. Segítek, ketten gyorsabban készen leszünk.</p>

Igények, vélemény egyenes közlése	<ul style="list-style-type: none"> • Szeretném, ha megírnád ezt a jelentést holnapra. • Légy szíves, írd össze a listát a szállításba kerülő fogvatartottakról • Véleményem szerint ez egy jó terv • Szerintem ez a viselkedés megzavarja a fogvatartottakat.
Én-üzenetek	<ul style="list-style-type: none"> • Szerintem... • Úgy gondolom, hogy... • Véleményem szerint...
Rákérdez a másik álláspontjára	<ul style="list-style-type: none"> • Mit gondolsz erről? • Érdekel, hogy...
Reagál a másik állapotára	<ul style="list-style-type: none"> • Sajnálom, hogy nem... • Látom, nagyon fáradt vagy... • Látom, ideges lettél, mégis szánj rám egy kis időt...
Felhívja az ellentmondásra a másik figyelmét	<ul style="list-style-type: none"> • Tegnap abban maradtunk, hogy reggel egyeztetünk a zárkákban keletkezett károkról. Ennek ellenére mégis harmadjára kérdezek, és azt mondod, nem érsz rá. Mi ennek az oka?

Az asszertivitás arany középút az alárendelő/passzív és a fenyegető/agresszív viselkedés között.

AZ AGRESSZÍV VISELKEDÉS

Az agresszív ember úgy éri el célját, hogy a másikat leértékeli, nem a konfliktus megoldására törekszik, hanem a másik feletti dominancia megszerzésére (nyertes-vesztes helyzet). Véleményét tényként közli, a másikat minősíti, „te-üzeneteket” használ, a másik fél hibájának állítja be a konfliktust.

Nonverbálisan: erős hangú, kiabáló, a másik szavába vág, nem várja meg, míg válaszol. Farkasszemet néz, vagy fölényesen kerül a szemkontaktust, támadóak a mozdulatai, állandóan megsérti a másik saját terét, túl közel lép hozzá. Fejét felszegi, feszül az arca, állkapcsa, hitetlenkedő.

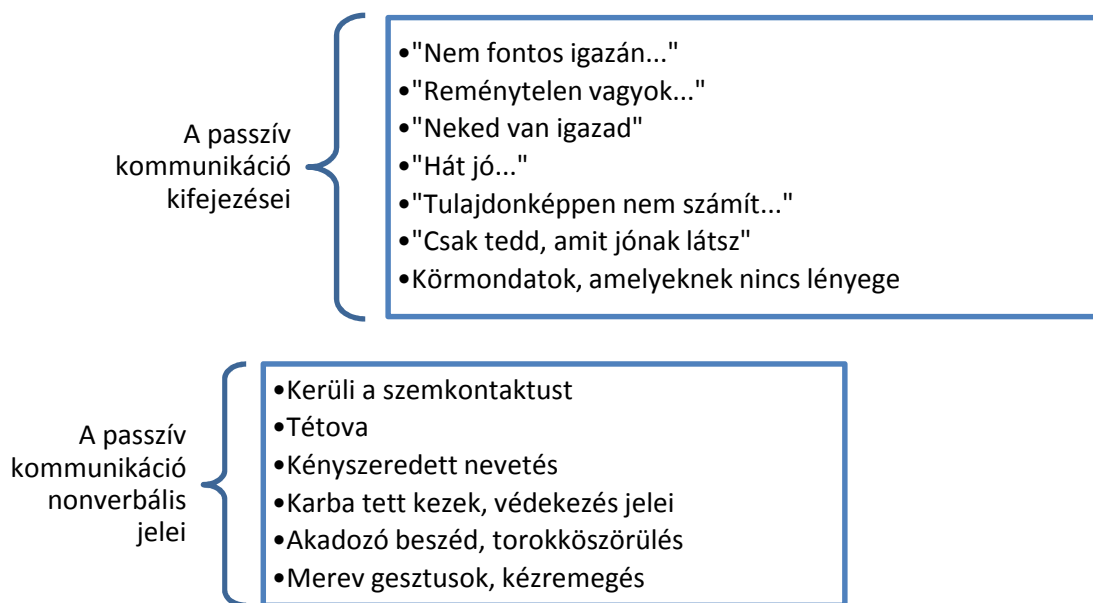
Véleményét tényként közli	<ul style="list-style-type: none"> • Mindenki így gondolja, ahogy én... • Akkor is nekem van igazam, akármit mondasz
Te-üzenetek	<ul style="list-style-type: none"> • Már megint te.... • Még mindig nem tanultad meg?
Minősíti a másikat, hibáztat	<ul style="list-style-type: none"> • Értelmetlen, amit mondasz • Ki vagy te? • A te hibád
Kéréseket instrukcióként, fenyegetésként ad elő	<ul style="list-style-type: none"> • Ha nem fejezed be a munkát, meglátod, mi lesz a következménye • Kifelé!

Az agresszió gyors és célravezető módszer, mégse felejtjük el, hogy rombol. Nagy hátránya, hogy az agresszív személy kapcsolatokat veszít: hosszú távon ellehetetleníti az együttműködést, kerülnek rá, félnek tőle.

A PASSZÍV VISELKEDÉS

A passzív egyén kerüli a nehéz helyzeteket, menekül a konfliktus elől, ha mégis belemegy, akkor nem tud kiállni magáért, nem képes saját igényeit érvényesíteni.

Nem fejezi ki őszintén, amit szeretne, hosszú körmondatokban beszél, tétovázó, bocsánatot kér. Nincs önbizalma, meggyőződése, hogy másokat bosszant, dühít a viselkedése. Úgy gondolja, hogy csak tökéletes viselkedéssel érhet célt, de mivel nincs önbizalma, nem is kezd bele a mondatba, megoldásba.



A passzív egyén engedékeny, kompromisszum kész, együttműködő, hosszú távon azonban ördögi körbe kerülhet. A másik érvei, akarata érvényesül minden helyzetben, emiatt ő háttérbe szorul, kimarad a döntésekből. Hosszú távon növekszik a feszültsége, csökken az önbizalma, bizonytalanná válik. Ha betelik a pohár, egy idő után a környezet számára is váratlanul kitör, ekkor azonban már nem tud a felhalmozódott feszültség miatt asszertív lenni, hanem többnyire agresszív módon teszi ezt. A kör bezárult.

ASSZERTIVITÁS A MUNKAHELYEN

Az asszertív készségek segítenek az intézetben végzett munka során tudatosítani szerepüket és feladataikat. Megtanulják, hogy miközben az előjáró szerepét elismerik, az alaki szabályokat betartják, ehhez igazodva ki tudnak állni jogaikért, kifejezik igényeiket. Emellett a közvetlen munkatársi viszonyokban fenntartsák a jó együttműködést, miközben kiállnak saját magukért:

- megalapozatlan igények visszautasítása agresszió vagy bűntudat nélkül,
- több időt kérnek egy adott feladat végrehajtására,
- visszautasítják az ésszerűtlen követeléseket,
- visszautasítják a túlzott igénybevételt,
- elfogadják a bírálatot.

KOMMUNIKÁCIÓ A BÖRTÖNBEN

KOMMUNIKÁCIÓ A FOGVATARTOTTAKKAL

A napirend betartásakor, a fogvatartottak ügyeinek intézésekor legtöbbször utasításokat, parancsokat hajtatunk végre. Az egyenruha, a rendfokozat, szerepünk egyértelművé teszik hatalmi, fölérendelt helyzetünket, mindazonáltal nem elégségesek ahhoz, hogy az elítéltek automatikusan kövessék is az utasításokat.

A fogvatartottakkal való bánásmód egyik kulcsfontosságú eleme az, ahogyan kommunikálunk velük, mind a verbális, mind a nonverbális csatornákon.

A határozott kommunikáció legfontosabb jegye, hogy testbeszédünk és szóbeli kommunikációnk egymást erősítve harmonizál egymással. A határozott kommunikáció legfontosabb nonverbális elemei:

- **Testtartás.** Forduljunk teljesen a másik felé. Álljunk, vagy üljünk egyenesen, kicsit előrehajolva, hogy a kellő, de szoros távolságot tartsuk. Mindvégig emeljük fel a fejünket. Lábunk szilárdan legyen a talajon (még akkor is, ha ülünk). Nyelvünkben beszédesek az alábbi kifejezések: kihúzza magát, magába roskad, elereszti magát – mind a testtartás kommunikációs jelentéseire hívja fel a figyelmünket.
- **Szemkontaktus:** Nézzünk egyenesen a másik szemébe, amikor igényünknek akarunk érvényt szerezni. Ez is segít közölni a tényt, hogy komolyan gondoljuk, amit mondunk. Célunk nem az, hogy a másikat agresszív bámulással győzzük le. Ha komolyan, állandóan a másik szemébe nézünk úgy, hogy néha alkalmanként félrepillantunk, ez segít közölni célunk intenzív voltát anélkül, hogy agresszívnak tűnnénk.
- **Arckifejezés:** Arckifejezésünk egyezzen meg üzenetünkkel. Az emberek gyakran mosolyognak, vagy éppen idegesen nevetnek, ha a másikkal közlik, hogy dühösek valami miatt, amit velük csinált. Ez viszont kettős üzenetet eredményez, ahol a mosoly és/vagy nevetés egyenesen aláássa a verbális üzenetet. Sokan nem is tudnak róla, hogy ilyen alkalmakkor mosolyognak, esetleg gúnyos arcot vágnak, vagy az undor ül ki arcukra. Ha más választásunk nem marad, igyekezzünk semleges, rezzenéstelen arccal végigvinni a helyzetet, érzelmeinket takarjuk el. **A cél, hogy kézben tudjuk tartani a helyzetet itt és most,** amiből bármikor kizökkenhet minket is és a fogvatartottat is egy nem helyénvaló arckifejezés.
- **Gesztikulálás.** Vannak, akik ilyenkor merevek és szoborszerűek. Fizikai merevségük csak rontja igényeik érvényesítését. Az üzenet, melyet kellő gesztikulálással hangsúlyozunk, további hangsúlyt kap. Vannak azonban gesztusok, melyek aláássák az igények érvényre juttatását. Különösen kifejező gesztusok vagy bármiféle gesztus túlzott alkalmazása valószínű, hogy elvesz az üzenetből. Az asztal csapkodása és mutatóujjunkkal a másikra való mutogatás feltehetőleg fokozni fogja a másik védekezését. Másrészt a vállvonogatás, beszéd közben száink valamilyen módon való eltakarása, a fészkelődés, az ékszerekkel való babrálás, egyik lábunkról a másikra álldogálás, a járkálás és hasonló mozgás jelentős mértékben csökkenti az asszertív üzenet hatását. Használjuk a gesztusainkat a mondandónk megerősítésére!
- **Hang:** A suttogó, monoton vagy kántáló hang ritkán győzi meg a másikat, hogy hagyja el territóriumunkat. A hangerő, a helyes hangsúlyozás alapvetően meghatározza az üzenetet. Beszéljünk hangosan, továbbá érthetően, világosan fejezzük ki magunkat.
- **A levegővétel:** Az, hogy legyen elegendő levegőnk, fontosabb a hatékony kommunikáció szempontjából, mint sokan képzelik. Ha kevés levegő van a tüdőkben, mellkasunk kisebb átmérőjű és kevésbé látszunk magabiztosnak. Ugyanakkor, a tüdőkben lévő kevesebb levegő kevesebb energiát eredményez – nekünk pedig minden energiánkra szükségünk van

az akaratumk érvényesítéséhez. A kevés levegő fokozott szorongáshoz vezethet, mely máris leblokkolja a teljesítményünket. Ha az emberek szorongani kezdenek – márpedig ilyen esetben legtöbbször azt teszik – hajlamosak rá, hogy visszatartsák lélegzetüket. Sokaknál a határozott testbeszéd óriási mértékben fokozódik, amikor megtanulják, hogyan helyezték el szilárdan lábukat a talajon, tartózkodjanak a görnyedt testtartástól (ami még a légzést is nehezíti), és megtöltsék tüdejüket levegővel, mielőtt belelépnek a helyzetbe.

- **Csendben maradni:** Rövid, aszertív üzenetünknek a megfelelő testbeszédrel való együttes elküldése után álljunk meg! Maradjunk csendben! Hallgatásunk teszi lehetővé a másoknak, hogy elgondolkodjon, mit is mondtunk neki.

KOMMUNIKÁCIÓ AGRESSZÍV HELYZETBEN

A fogvatartottak verbális közléseinek jelentése sokszor nem azonos a szavak tényleges jelentésével, nem tükrözi a valódi szándékát (dekódolás fontossága).

Például az a fogvatartott aki erősen felindult állapotban önakasztással fenyegetőzik, lehet, hogy azt akarja elérni, hogy valaki végre érdemben meghallgassa problémáját.

A rendszer sajátosságaiból fakadóan a fogvatartottak ellenérdekeltek abban, hogy információikat megosszák a személyzettel, illetve hogy viszonyulásukat nyilvánvalóvá tegyék, így sokszor vagyunk kénytelenek nonverbális jelzéseikre „hagyatkozni”.

A látható külsérelmi nyomok ellenére a fogvatartott tagadja, hogy társai bántalmazták, azt állítja, hogy nincs semmi baja a zárkával, közben a szemét lesüti, kézfejét tördéli, egyik lábról a másikkra áll.

Célunk ilyenkor mindenképpen az kell, hogy legyen, hogy az indulatok szintje csökkenjen, a fogvatartott megnyugodjon, képes legyen a racionális szempontokat figyelembe venni.

Az agresszió kezelése fontos része az Önök munkájának. A tréning folyamán alapvetően két szempontból közelítjük meg a témát: saját feszültségünk, agresszióink kontrolljával, valamint ehhez szorosan kapcsolódva a másik személy agressziójának higgadt kezelésével, ezáltal a professzionális viselkedés lehetséges módjaival foglalkozunk majd. Természetesen e kettő egymástól elválaszthatatlan: miközben a fogvatartott feszült, az agresszió különféle módokon jelenik meg a viselkedésében. Közben mi magunk is agresszívvá válhatunk, ami a higgadt, profi megoldás megjelenését jelentősen akadályozza, hibákat követhetünk el, ezalatt a fogvatartott is egyre inkább agresszívvá válhat. Az agresszió elfajulása pedig az intézet rendjét és biztonságát veszélyezteti. Az Önök feladata, hogy **megakadályozzák, hogy az agresszió és a konfliktusok ne fajuljanak el, megelőzzék az agresszió eszkálicióját**, minek következtében intézkedés válna szükségessé.

Itt természetesen arról a fajta agresszióról van szó, amelyre Önöknek főleg verbálisan kell reagálniuk. Öt lépcsőfoka létezik az agresszív helyzetben való kommunikációnak, amely az intézkedést megelőzi:

1. küzdelem kerülése
2. kapcsolatteremtés
3. aktív odafigyelés
4. konfrontáció
5. lezárás.

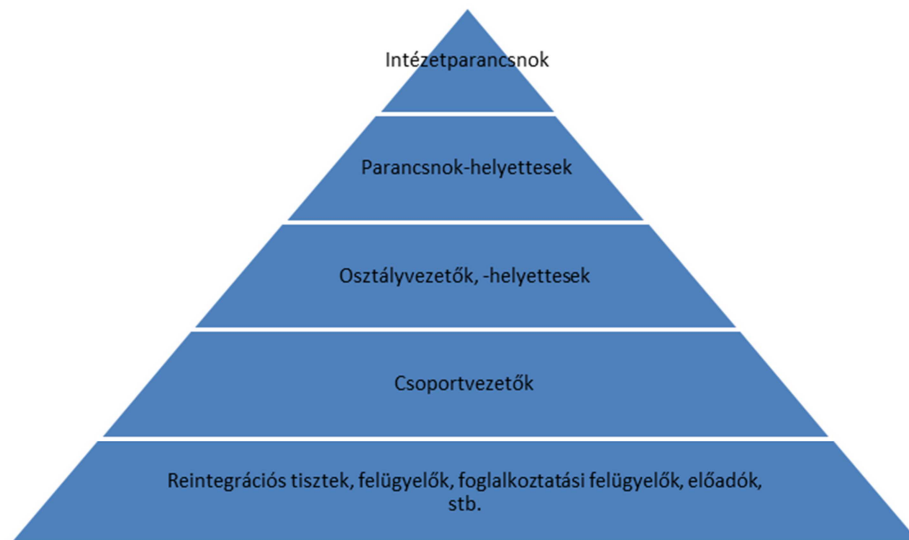
Ezek egyfajta folytonosságot is jelenthetnek, előfordul, hogy elég csak egyet alkalmazni, előfordul, hogy mintegy lépcsőként végig kell mennie minden fokozaton egészen a konfrontációig és az ügy lezárásáig.

1. **A küzdelem kerülése:** Általában elmondható, hogy az agresszió egyik formájánál sem tanácsos verbális csatározásba kezdeni. Ne hagyja, hogy egy fogvatartott a saját küzdőterére csalogassa, ott ő van előnyben, ő akar nyerni, kevesebb a veszítenivalója, ha az ő stílusában folyik az adok-kapok. Amennyiben lehet, hagyja figyelmen kívül a problémázását. Ez alól természetesen kivétel, ha nyíltan provokálja, becsméri Önt, illetve láthatóan agressziója már eléri azt a szintet, amire reagálni kell, esetleg intézkedést igényel. Ekkor lépünk tovább a következő szintre.
2. **Kapcsolatteremtés:** egy érzelmileg túlfűtött ember nem tud a másokra odafigyelni, nyugtalan. Ahhoz, hogy le tudja csillapítani, el kell érnie, hogy Önre figyeljen és meghallgassa Önt. Ezt úgy kell tennie, hogy ránéz a fogvatartottra, beszél hozzá, kapcsolatot teremt vele. Álljon elé, nézzen rá, érthetően szólítsa a nevén.
3. **Aktív odafigyelés:** A kapcsolatteremtés után a lecsillapítás azt jelenti, hogy hagyja, hogy az illető kiadja magából az érzelmeit, miközben irányítja is azt. Aktívan figyeljen, el kell fogadnia a másik állapotát, miközben hagyja, hogy kitombolja magát. Ezután meg kell tudnia, miért volt dühös. Végül ez teremt lehetőséget arra, hogy megoldja a problémát. Miközben kimondta az okokat, kitombolhatta magát, a feszültség is csökken, a fogvatartott nyugodtabbá válik.
4. Gyakran előfordul, hogy az első három lépés után sem nyugszik meg a fogvatartott, feszegeti a határokat és ehhez agresszív módszereket használ. Ekkor tovább kell lépni: a konfrontáció és a helyzet lezárása válik szükségessé.
5. **Konfrontáció:** Ön megmondja, milyen magatartást fogad el és milyen nem, gyakorlatilag szabályokat közöl. Ha a konfrontáció során az agresszió tovább nő, akkor fontos, hogy „énüzeneteket” használjunk, azaz a saját nevünkben beszélve mondjuk ezt el: „Megértem, hogy dühös a kint történtek miatt, DE...”. Ez a fajta kommunikáció kevésbé fokozza az agressziót, miközben a parancsoló, ítélkező hangnem („Mit hisztizik itt?”) csak tovább növeli.
6. **Lezárás:** A konfrontáció után zárjuk le az ügyet, ne maradjon lehetőség az agresszióknak tovább gyűrűznie. Ha egyértelmű volt, akkor nem kell még egyszer a szabályt elmagyarázni.

KOMMUNIKÁCIÓ A BÖRTÖN HIERARCHIKUS SZERVEZETÉBEN

Hazai börtöneink sok vonásukban totális intézmények, amelynek hatása van a személyi állomány hierarchiájára, ezen keresztül kommunikációjára is.

A szigorúan tagolt katonai jellegű szervezet élén az intézet parancsnoka áll, irányítása alatt a parancsnokhelyettes tevékenykedik, neki az osztályvezetők vannak alárendelve, és így tovább, a hierarchia legalján a fogvatartottakkal közvetlenül foglalkozók találhatók. Ez egy piramis rendszerű szervezeti felépítés, amely a közvetlen információ-áramlást a legalsó és a felsőbb szintek között nem teszi lehetővé. Így az információ több lépcsőn keresztül jut el az egymástól távoli szintekhez, és ez magában hordozza a torzulás (kihagyás, beletoldás, hangsúlyeltolódás) lehetőségét.



Az intézetparancsnok is függő helyzetben van, felette az országos parancsnok, emellett bírói, ügyészi felügyelet mellett dolgozik ő is.

Az alábbi jellemzők jelennek meg az ilyen típusú hierachiában:

- Akadályozott információáramlás. Az információ hiánya, vagy torzulása a végrehajtókban frusztrációt válthat ki, csökkentheti a megelégedettség szintjét, növelheti a munkahelyi stressz mértékét.
- A szolgálati egységek elkülönülése, ennek nyomán az egyes szolgálati ágak (biztonság, bv. osztály, nyilvántartási osztály) tapasztalat és információcseréje akadályoztatott. Egyes szolgálati ágak felértékelik saját magukat a másikkal szemben, ez az együttműködést rontja.
- Autokratikus vezetési stílus, amely a dominanciát részesíti előnyben a beosztottak irányában. Mindezt jó, ha a beosztottakkal való bánásmód (hangulati tényezők, szociális és személyes problémák) terén a demokratikus stílus jelenjen meg.

Ez a három tényező az, amely a kommunikációt gátolja. Ezek mellett a rossz technikai feltételek, a munkahely elhelyezkedése, az egyes személyek, osztályok fizikai távolsága nem rontják a kommunikációt.

IV. AZ IDEGRENSZER ÉS A STRESSZ

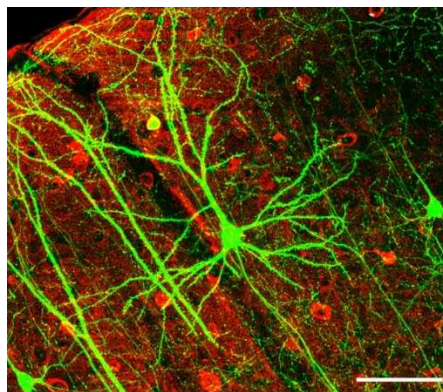
Történelmünk alig néhány ezer éve alatt az emberiség lenyűgöző eredményeket ért el az élet minden területén. Személyes történetünk, élettörténetünk is számos sikert hordoz a mindennapokban, még ha nem is éljük meg azokat „történelmi” jelentőségűnek. Egy jól megoldott feladat, egy sikeres vizsga, egy kellemes beszélgetés, de napi rutinjaink zökkenőmentes lebonyolítása is megmutatja, hogy képesek vagyunk a világ kisebb-nagyobb kihívásaihoz megfelelően alkalmazkodni. A siker titka **fejlett idegrendszerünk**, amelynek birtokában képesek vagyunk a világ megismerésére, tapasztalataink feldolgozására, problémamegoldásra, a viselkedésünk irányítására, változtatására, stb. Miközben idegrendszerünk dolgozik, maga is folyamatosan változik, az idegrendszerben zajló elektromos és biokémiai folyamatok változásai teszik lehetővé a környezethez való megfelelő alkalmazkodást.

A büntetés-végrehajtási munka számos olyan helyzettel szembesít, amikor gyors reagálásra, a viselkedés gyors változtatására, gondolkodásunk és érzelmeink felülvizsgálatára kényszerülünk. Emberekkel dolgozni az élet szinte bármely területén kihívást jelent; nehéz helyzetben, nehezen alkalmazkodó, nehezen kezelhető, stb. emberekkel dolgozni komoly felkészültséget igénylő kihívás, amelyben idegrendszerünk minden szempontból jelentős terhelésnek van kitéve. Hogy megértsük miért jelent számunkra ez a munka (vagy bármely életeseemény) stresszt, az hogyan, milyen folyamatokon keresztül hat a testünkre és a lelki működéseinkre, valamint hogy hogyan tudjuk ezt kezelni, illetve ellensúlyozni, meg kell ismernünk az idegrendszer működésének néhány alapvető sajátosságát.

AZ IDEGRENSZER ALKOTÓRÉSZEI, SZERVEZŐDÉSE

Mint minden működésnek a testünkben, a lelki működéseknek is van szerve, ez tehát az idegrendszer. Az idegrendszer a külvilágból jövő **ingerek felvételét és feldolgozását végzi**, és a változásoknak megfelelően lehetővé teszi a környezethez való **alkalmazkodást**.

Az idegrendszer **idegsejtekből** épül fel, amelyek alakja rendkívül változatos, ám azonosságot mutatnak speciális, nyúlványokkal rendelkező formájuk révén.



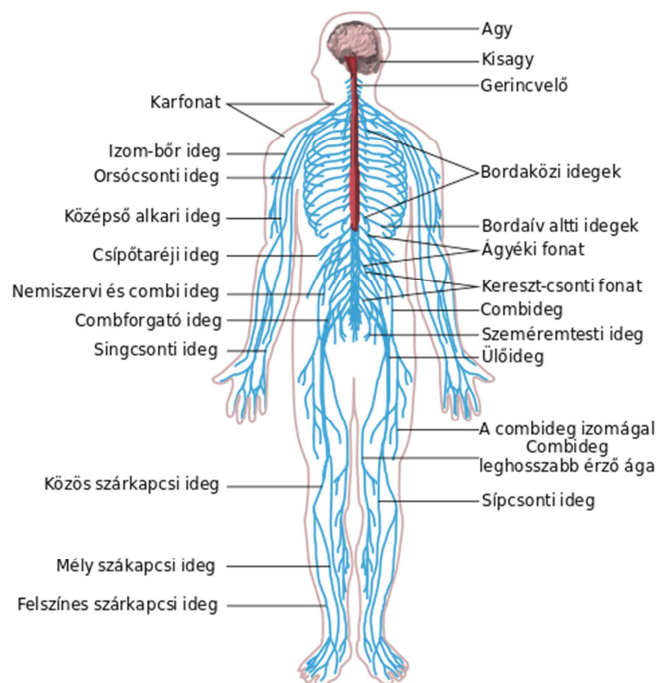
5. ÁBRA: EGY IDEGSEJT A KAPCSOLÓDÁSAIVAL

A nyúlványok által az idegsejtek összekapcsolódnak, ez teszi lehetővé az **információáramlást** az észlelés és a viselkedésváltozás között (pl. ha viszket a karom és megvakarom, megszólítanak és odafordulok, vagy veszélyt érzek és elmenekülök, stb.) Az idegsejtek az agykéreg néhány milliméter vastagságú szürkeállományát, a nyúlványok a fehérállományt alkotják.

Az idegrendszernek az idegsejtek összekapcsolódása révén minden része kapcsolatban áll egymással. Bár az idegsejtek milliárdjai látszólag kusza szövedéket alkotnak, valójában erre a bonyolult hálózatra nagyfokú **szervezettség** jellemző. Szervezetünk működésének szabályozásában a legegyszerűbb folyamatoktól a legkomplexebbekig változatos idegrendszeri struktúrák vesznek részt. Érdekes vázlatosan áttekintenünk, hogy melyek az idegrendszer működésének kisebb-nagyobb egységei, milyen részekből épül fel idegrendszerünk. Ez alapvető szervezeti működésünk megértését segíti, de alapját képezi olyan betegségek megismerésének is, amelyek börtönkörülmények között is előfordulhatnak (pl. depresszió, értelmi fogyatékoság, demencia).

AZ IDEGRENDSZER ANATÓMIAI FELÉPÍTÉSE

Életfolyamatainkat a **központi idegrendszer: az agy és a gerincvelő irányítja**. A szervezet egésze és a központi idegrendszer között a **környéki idegrendszeren: az agyidegeken és a gerincvelői idegeken** keresztül teremődik **kapcsolat**.



6. ÁBRA: A KÖZPONTI ÉS A KÖRNYÉKI IDEGRENDSZER

Agyunk a koponya üregében helyezkedik el, fő részei a **nagyagy, kisagy és az agytörzs**.

fenntartva belső környezetünk állandóságát. Az előbbi működések összességét **testi (szomatikus) idegrendszernek**, az utóbbiakat **vegetatív idegrendszernek** nevezzük.

Bár az alkalmazkodásban látszólag testi idegrendszerünk ép működése tűnik a legfontosabbnak (pl. helyváltoztatás), ahhoz, hogy elegendő energiát tudjunk mozgósítani, a belső szerveink fokozott működésének hatékony szabályozására van szükség (vagyis a vegetatív idegrendszer ép működésére). A vegetatív idegrendszer összetett idegi, biokémiai és hormonális impulzusok által lehetővé teszi ezt a fokozott működést (pl. gyorsítja a szívverést, a légzést, tágítja az ereket a vázizmokban, szűkíti az emésztőszervekben), ezt izgalmi (szimpatikus) működésnek nevezzük.

Izgalmi működés jellemzői	Nyugalmi működés jellemzői
<ul style="list-style-type: none">• a szív működés fokozódik• a vérkeringés gyorsul• a hörgőkcsék tágulnak• a vércukorszint emelkedik• a bélcsatorna működése csökken, erei szűkülnek	<ul style="list-style-type: none">• a szív működés csökken• a vérkeringés lassul• a hörgőkcsék szűkülnek• a vércukorszint alapszinten áll be• a bélcsatorna működése élénkül, erei tágulnak

Egy kis idő elteltével (amikor már nincsen szükség plusz energiára) visszaállítja a szervezet nyugalmi állapotát (szívverés, légzés lassul, vázizmok erei szűkülnek, emésztőszervek erei tágulnak, stb.), ezt nyugalmi (paraszimpatikus) működésnek nevezzük. Ez a működésmód evolúciós örökségünk, amely „harcolj, vagy menekülj” („üss, vagy fuss”, illetve „harcolj, vagy pucolj”) elnevezéssel utal azon tipikus helyzetekre (pl. a zsákmány elejtése, vagy az ellenségtől való menekülés), amelyek az emberiség fejlődésének hajnalán őseinket a legmarkánsabban készítették alkalmazkodásra, viselkedésváltoztatásra. Ma már természetesen nem kell mammutot elejtenünk és kardfogú tigrisektől elmenekülnünk, de számos csatát kell megvívunk életünk összetettebb, és sok szempontból kiszámíthatatlanabb színpadán. Az e küzdelmek okozta stressz jellemzőit a következő fejezet tárgyalja.

A STRESSZ

Tudományos kutatások és hétköznapi tapasztalataink is tanúsítják azt, hogy életünk során számos olyan helyzettel találkozunk, amelyek többé vagy kevésbé megterhelő élményt jelentenek számunkra, megnehezítik a hatékony alkalmazkodást, és a megküzdésre alkalmas viselkedés módokra készítetnek. Azokat a helyzeteket, amelyek testi vagy lelki egyensúlyunkat, jóllétünket veszélyeztetik, és ezáltal fokozott megküzdésre kényszerítenek, stressznek nevezzük. A fogalom a magyar Selye János nevéhez kötődik, aki 1936-ban tette közzé először ezzel kapcsolatos kutatásait.

Az emberek különböznek abban a tekintetben, hogy mely eseményeket és mennyire érzik megterhelőnek, és abban sem vagyunk egyformák, hogy mennyire és hogyan vagyunk képesek jól feloldani a nehéz helyzetek keltette feszültséget, megoldani a problémákat.

Hasonlítunk azonban abban, hogy azon események következményei, amelyek a fent leírt módon megterhelnek, és a viselkedésünk módosítására, megváltoztatására kényszerítenek, gondolkodásunkban, érzelmeinkben, viselkedésünkben, és testi működéseinkben egyaránt tetten érhetők.



8. ÁBRA: SELYE JÁNOS

A STRESSZ JELLEMZŐI

A stresszt keltő helyzetek fő jellemzői az alábbiakban foglalhatók össze:

- váratlanul következnek be,
- nem vagyunk képesek befolyásolni, vagy úgy gondoljuk, hogy nem vagyunk rá képesek,
- énképünket veszélyezteti,
- tartós alkalmazkodást kíván.

Váratlan események például a katasztrófák, balesetek, amelyekre nem készültek fel az azt elszenvedők. Ezek jelentős stresszt jelentenek az embereknek, amelynek tünetei akár tartósan is fennmaradhatnak.

Befolyásolhatatlan (bár nem feltétlenül váratlan) esemény, amikor elbocsátanak munkahelyünkről, vagy lekéssük a vonatot. Ezek enyhébb esetben bosszantóak, komolyabb esetben tartós stresszt jelenthetnek, leginkább akkor, ha a személy nem talál új munkahelyet, veszélybe kerül a megélhetése, sőt akár még saját kudarcának is tekintheti a veszteséget.

Ehhez kapcsolódik a stressznek az a jellemzője, hogy **énképünket veszélyeztetheti**, azaz ha nem tud a személy jól megoldani egy helyzetet, vagy szorong tőle, ez végül saját önbecsülését is veszélyezteti. Erre példa a rendkívül nehéz feladatok megoldása, a próbatételek, amelyek minket érnek. A versenyek, a vizsgák ilyen jelentős megpróbáltatást jelentenek – amelyeket ha sikeresen megoldunk, énképünket már nem veszélyeztetik, hanem építik. Természetesen még így is stresszesek – de általában pozitív jelentést hordoznak.

Végül a **tartós alkalmazkodást kívánó** helyzetekre példa a problémás házasságban való együttélés. Ha tartós beteg kerül a családba, azzal átrendezve a család életét, rendjét, szokásait, az szintén jelentős, tartós stresszt okozhat.

Mindezek alapján látható, hogy a stresszt kiváltó események lehetnek negatívak, illetve pozitívak is. A hangsúly azon van, hogy az embert ezek az események kimozdítják egyensúlyából, cselekvésre, alkalmazkodásra készítik. Örömteli esemény a házasságkötés,

gyermekszületés, új munkahely vagy iskola, mégis megterhelő mind a személy, mind a környezetében élők számára.

A büntetés-végrehajtási munkára a stresszt keltő helyzetek mely jellemzőit tudjuk vonatkoztatni? Miért?



STRESSZRE ADOTT REAKCIÓINK

Idézzünk fel egy olyan helyzetet, amelyben stresszt éltünk át ! Hol és hogyan éreztük a stressz hatását magunkon?

A stresszre adott önkéntelen reakcióink – ahogyan azt már fentebb is említettük – megmutatkozhatnak érzelmeinkben, gondolkodásunkban, viselkedésünkben és testi reakcióinkban.

Gyakori stresszre adott **érzelmi-hangulati** válasz a szorongás, ingerlékenység, düh, harag, lehangoltság. **Gondolataink** rendezetlenné válhatnak, nehezebbé válhat a koncentráció, csökkenhet a teljesítmény, negatív gondolatok kerülhetnek előtérbe (pesszimizmus, önértékelés csökkenése, stb), feledékennyé válhatunk. A **viselkedésünk** sokféle módon tükrözheti a stressz hatását; a társaktól való visszahúzódás, türelmetlenség, agresszivitás, a káros szenvedélyek felerősödése, de akár alvászavar, evészavar is lehet a következménye. Leghamarabb pedig **testünk** jelzi a fokozott készültség állapotát; stressz következtében érezhetjük, hogy izmaink megfeszülnek, a szívünk hevesebben ver, gyomrunk görcsbe rándul, száunk kiszárad, remegést, zsibbadást, izzadást, fejfájást érezhetünk.

Tartós stressz esetén **mentális zavarok** (pl. depresszió, kiégés), illetve **testi betegségek** is megjelenhetnek (pl. magas vérnyomás, gyomorfekély, stb.).

Ez utóbbiak különös figyelmet érdemelnek, mivel a büntetés-végrehajtás területén végzett munka tartós stresszt hordoz, és így a mentális és testi betegségek kialakulásának melegágyát képezheti.

A **depresszió** kialakulásának hátterében gyakran azonosítható tényező a stressz. A stressz hátterén kialakuló depresszió legfőbb oka a tartósan fennálló tehetetlenség érzése.

A **tanult tehetetlenség** elmélete azt magyarázza meg, miképp vezethetnek fásultsághoz és depresszióhoz a kellemetlen és befolyásolhatatlan események. Kutyákkal végeztek kísérleteket, ahol az állatokat olyan kísérleti dobozba tették, amelyben két, gáttal elkülönített rész volt. A kutyák gyorsan megtanulták, hogy átugorjanak a másik oldalra, amikor a

padlórácson keresztül enyhe áramütést kaptak. Ha egy fényjelet adtak az áramütés előtt néhány másodperccel, a kutyák megtanulták elkerülni az áramütést, és a fényjelzés esetén átugrottak a biztonságos rekeszbe. Ha azonban a kutya korábban egy másik rekeszben élt, ahol az áramütés elkerülhetetlen, befolyásolhatatlan és váratlan volt, nagyon nehezen, vagy egyáltalán nem tanulta meg, hogy a fényjelzés az áramütés elkerülésének lehetőségét jelzi. Ez a tanult tehetetlenség állapota.

Bár az embereknél ennél bonyolultabb a folyamat, a személyiség egyes vonásaitól is függhet, mégis a tanult tehetetlenség jelenségét lehet tetten érni egyes esetekben: ezért vannak olyan emberek, akik feladják a harcot, amikor nehézségekkel találkoznak; ezért nem lázadtak fel gyakrabban a foglyok a náci koncentrációs táborokban; a tartós bántalmazást, megaláztatást elszenvedő nők ezért maradnak hosszú évekig a házasságukban.



A **kiégés** tartós stresszre adott válasz lehet azon szakmákban, amelyek képviselői emberekkel dolgoznak. A kiégés összetett jelenség, amely krónikus érzelmi megterhelés nyomán fellépő fizikai, érzelmi és mentális kimerülés. Jellemzői a reménytelenség és inkompetencia (az az érzés, hogy a körülményeken nem tudunk változtatni) érzése, a célok elvesztése, a teljesítmény csökkenése, és a munkára, valamint a saját személyre vetített negatív attitűdök. A kiégés kialakulásában az egyéni tényezők (ki mit érez stressznek, milyen stratégiákat alakított ki a megküzdésre) és a munkával kapcsolatos tényezők (pl. túlterhelődés, veszélyes munka) is szerepet játszanak. Fontos megjegyezni, hogy a kiégés nem, vagy csak nehezen gyógyítható, a kiégés terápiája valójában a megelőzés. A kimerülés jeleit testünk félreérthetetlenül közvetíti, ha odafigyelünk ezekre, és képesek vagyunk változtatni, megelőzhetjük a kiégést.

A tartós stressz következtében kialakuló **testi betegségek** létrejöttének magyarázata a korábban már tárgyalt vegetatív idegrendszer sajátosságaiban rejlik.

ADRENALIN

A stressz-szel kapcsolatban gyakran emlegetik pozitív élményként az adrenalin felszabadulásával együtt járó testi jelenségeket. A vegetatív idegrendszer izgalmi működését többek között a mellékvesevelő által termelt adrenalin indítja be. Amennyiben a stresszt keltő helyzetet pozitívan értékeljük, kihívást és motivációt jelent, a feszültség elvezetése pedig örömteli és kielégítő módon történik meg, az adrenalin felszabadulásával együtt járó testi érzések pozitív élménnyé válnak, újra átélésük kívánatosává válik. Ezt a jelenséget figyelhetjük meg pl. extrém sportolóknál, vagy élhetjük át szexuális izgalom esetén, de az izgalom miatt bűncselekményeket elkövetők ismétlődő antiszociális viselkedését is magyarázhatja. A pozitív élményt az is fokozza, hogy stressz/izgalom esetén a várható sérülés okozta fájdalom enyhítésére (ld. őseink „harcolj vagy menekülj” helyzetét) endorfin is termelődik a testünkben, és ez a természetes fájdalomcsillapítóként működő fehérje kellemes testi érzéseket okoz. Az adrenalin felszabadulása, a helyzet pozitívként értékelése és az endorfin termelődése együttesen vezetnek az izgalmat kiváltó esemény kellemes megéléséhez. Az a cselekmény, amely által a feszültség levezetése lehetővé válik, de

közben másnak kárt okoz (pl. agresszió) hosszú távon a következmények által okozott stressz miatt egy önmagát generáló folyamattá válik, és egészségkárosító hatású.

A PSZICHOSZOMATIKUS EGYSÉG

Azt a kapcsolatot, amelyben – mint azt fentebb is láthattuk – a lelki működések befolyásolják, hatással vannak a testi működésekre, **pszichoszomatikus** egységnek nevezzük. A mindennapi szóhasználatban a pszichoszomatikus eredetű betegség kifejezés azokat a tünetcsoportokat takarja, amelyek létrejöttében a lelki eredetű tényezők a vegetatív idegrendszeri működésen keresztül testi változásokat, betegségeket hoznak létre.

MEGKÜZDÉS A STRESSZEL

Leküzdhető-e a stressz? A stressz által kiváltott érzelmek és feszültség, testi állapot nagyon kellemetlen, ezért ez a kellemetlenség arra indítja az embereket, hogy azt valahogyan csökkentsék. Többféle megoldási, megküzdési mód létezik, ezeket olykor felváltva használjuk:

- **Problémamegoldó stratégia:** az egyén szembenéz a problémával, a stresszt okozó helyzettel, és a probléma megoldására törekszik. Pl. a munkatársak közötti konfliktust megbeszéléssel, egyeztetéssel próbálják megoldani. Ezt tekinthetjük a legideálisabb megküzdési módnak.
- **Elterelő stratégia:** a stresszhelyzet által okozott feszültséget, szorongást a személy egy másik helyzetben levezeti, pl. sporttevékenység, hobbi, továbbképzés során. Fontos, hogy az elterelő tevékenység pozitív, kreatív legyen, az egyén számára örömet jelentsen.
- **Negatív elkerülő:** a probléma, stresszhelyzet elől „elmenekül”, azt negatív, romboló módon vezeti le. Pl. alkoholizmus, az egyén számára túlterhelő munka, drogok.
- **Kérődző:** az egyén a problémán hosszan rágódik, egyszer úgy gondolja, hogy megtalálta a megoldást, majd újra elveszi azt. Nem képes a problémát lezárni, újra és újra átgondolja. Ez önmagában is fárasztó, miközben a megterhelő helyzet sem oldódik meg.

Eredményes megküzdési módként azonosítható tehát a problémamegoldás, amelynek egyik leghatékonyabb eszköze az **asszertív kommunikáció**. Ennek gyakorlására tréningjeinken sor kerül. Amennyiben azonban a stresszkeltő helyzet megoldása nem lehetséges (pl. munka veszélyessége, kötelező túlórák), törekednünk kell arra, hogy legalábbis ellensúlyozzuk a stressz lehetséges hatásait. Sokat segít a rendszeres testmozgás, vagy különböző relaxációs technikák megtanulása, alkalmazása (relaxáció, meditáció, jóga, masszázs), amelyek szervezetünkben olyan anyagokat szabadítanak fel, amik a stresszhormonok felszabadulását blokkolják, és segítik a regenerálódáshoz szükséges anyagok termelődését. Érdemes odafigyelnünk arra is, hogy megpróbáljuk kordában tartani az ismétlődő stressz során keletkező automatikus negatív gondolatainkat („már megint elrontottam”, „nekem semmi sem sikerül”, stb.). Osszuk meg nehézségeinket családtagjainkkal, barátainkkal, keressük támogatásukat, tanácsaikat ! Sokszor a problémák mások általi meghallgatása már önmagában stresszoldó hatású. Végül szakítsunk elég időt arra, hogy szabadidőnkben olyan tevékenységeket folytassunk, amelyek örömmel töltenek el, energiát adnak, feltöltenek !

V. A SZEMÉLYISÉG ALAKULÁSA

Minden ember személyiség. Az élőlények közül egyedül az ember tekinthető személyiségnek. Minden ember más és más személyiség.

Mit is értünk ezen a szón: személyiség?

A személyiség fogalmának meghatározása nem könnyű feladat. A sok fogalom közül egy ismertetésére vállalkozunk, mégpedig Gordon Allport szavaival:

A SZEMÉLYISÉG AZ EGYÉN VISZONYLAG ÁLLANDÓ TESTI ÉS LELKI SAJÁTOSSÁGAINAK SPECIFIKUSAN FELÉPÍTETT MŰKÖDÉSI EGYSÉGE, MELYNEK LÉNYEGE A KÖRNYEZETHEZ VALÓ ALKALMAZKODÁS.

A személyiségbe tehát nem tartoznak bele a pillanatnyi pszichés állapotok, csak a viszonylag állandó sajátosságok.

A viszonylag állandó jelleg az egyes életkori szakaszokra vonatkozik. A személyiség fejlődése, alakulása nem egyenes vonalú, az érés, a fejlődés vonalára ugrásszerű változások, fejlődési csomópontok jellemzők, amelyek az emberi élet kezdetén és végén gyorsabb ütemben váltják egymást, mint az érett korban.

Kamaszkorban néhány év alatt olyan sok változás zajlik le bennünk (biológiai, érzelmi, kapcsolati, gondolkodásbeli, stb.), ami később csak évtizedek alatt történik meg. (Gondoljuk el milyen különbség van egy 12 és 17 éves gyerek között, illetve egy 29 és 34 éves felnőtt között!) A változó kor (klimax) ugyancsak sok változást hozhat egy hosszabb, viszonylag egyenletes fejlődést követően.

A személyiség működési egység, amely viszonylagos állandósága mellett fejlődik, változik, mozgásban van (ld. fentebb az alaklélektan és a pszichoanalízis modelljeit). Az egyes pszichés folyamatokat csak az egészszel összefüggésben szemlélhetjük.

A definíció rámutat a test és a lélek szoros és kölcsönös együttműködésére, egymásra hatására. A specifikus jelleg pedig azt jelenti, hogy az általános pszichés funkciók az ember esetében egyéni, csak rá jellemző struktúrába szerveződnek. A személyiség megismételhetetlenségét éppen a pszichés funkciók változatos sokfélesége (öröklött vagy szerzett tulajdonságok), és azok egyedi és sajátos szerveződése okozza.

Végül a környezet, amelyhez alkalmazkodunk, nemcsak fizikai, hanem társadalmi is. Nemcsak az eszközök használatát tanuljuk meg a fejlődés során, de az embertársainkkal való kommunikációt is, mások szükségleteinek, tulajdonságainak figyelembe vételét.

A SZEMÉLYISÉGFEJLŐDÉST MEGHATÁROZÓ TÉNYEZŐK

Hosszú időn keresztül sokat vitatott kérdés volt, hogy vajon az örökletes vagy a szerzett vonások jelentősebbek a személyiség kialakulásában. Hosszú évtizedek kérdésfelvetései, megfigyelései, kísérletei után ma már tudjuk - hiszen több tudományos kísérlet is igazolja -, hogy a két tényező csupán a tudományos kategorizálás számára választható szét, valójában egymással szoros összefüggésben ható személyiségformáló tényezők.

Tekintsük át ezeket a tényezőket:

1. TESTI ADOTTSÁGOK

- gének
- magzati fejlődéstörténet
- a megszületés pillanata
- a megszületéstől a halálig terjedő időszak testi történései.

Az első három pontban foglaltakat veleszületett tényezőknek nevezzük.

Az öröklés elsősorban alkati tényezőket és hajlamokat határoz meg, mint pl. testmagasság, haj és szemszín, érzékszervek működése, idegrendszeri működés sajátosságai (temperamentum). Örökletes sajátosság lehet pl. a zenei érzék, a hallás, amely csak abban az esetben lesz képesség, ha a környezet az adottság kibontakoztatásához hozzájárul, az adottság csupán alap, amely fejlesztésre szorul. Ebben áll a képzés, a nevelés nagy szerepe.

A magzati fejlődés és a megszületés folyamata mind a károsító tényezők, mind a pozitív hatások tekintetében nagy eltérést mutathat. Az anya pszichés állapota, életmódja, táplálkozása, a terhesség időszakában előforduló traumák, a koraszülés vagy műszeres beavatkozás mind hatótényezői a kialakuló személyiségnek.

2. TÁRSADALMI KÖRNYEZET

Ennek legfőbb elemei:

- történelmi korszak
- társadalmi struktúra fejlettségi szintje
- osztály-és rétegviszonyok.

Nyilvánvalóan egészen más környezeti, neveltetési és kulturális hatások érték azt az embert, aki az időszámítás előtti Spártában született vagy a XX. században, megint mások a környezeti hatások a XX. században Svédországban vagy Irakban, végezetül az osztály-és rétegviszonyoknak megfelelően más hatások érik azt a gyermeket, aki Magyarországon nagyvárosi értelmiségi család gyermekeként vagy tanyán élő gazdálkodó szülők gyermekeként látja meg a napvilágot.

3. SZEMÉLYES KÖRNYEZET

A közvetlen környezet azoknak a személyközi kapcsolatoknak a rendszere, amelyek az egyént élete, fejlődése során körülveszik:

- a család, azon belül például a testvérkapcsolatok
- pedagógiai intézmények (iskola, óvoda)
- munkahely
- baráti kapcsolatok, szerelmi kapcsolatok, ismeretségi kör, hobbikör

E tényezők igen sok eltérő egyedi hatást hoznak létre. Ilyen a szülők anyagi helyzete, iskolázottsága, nevelésről vallott elvei, testvérek száma, az iskola működési színvonala, és még több egyéb tényező.

Az eddig felsorolt hatások együttesen formálják a személyiséget. A személyiség váza, alapja már a korai gyermekévekben kialakul. A kialakuló személyiség a továbbiakban újabb szabályozó erőként kapcsolódik be a fejlődésbe. Önszabályozó funkciót lát el, egyre nagyobb mértékben vesz részt saját

maga formálásában, a környezeti ingerek, hatások szelekciója (egyesekeket felvesz, másokat elutasít) és sajátos élményfeldolgozása révén.

A személyiség fejlődését tehát a testi adottságok, a társadalmi és személyes környezet, valamint az önszabályozás együttesen alakítja.

VI. SZOCIALIZÁCIÓ, SZOCIÁLIS TANULÁS

A személyiség egész fejlődését átfogó szociális tanulási folyamatot, amely során az egyén társadalmi jellege kibontakozik, szocializációnak nevezzük.

A szocializáció a társadalomba való beilleszkedés folyamata, ebben a folyamatban az egyén megtanulja megismerni önmagát és környezetét, elsajátítja az együttélés szabályait, a lehetséges és elvárt viselkedésformákat. Az egyén és környezete kölcsönhatásában viselkedése úgy módosul, hogy egyre jobban megfeleljen a társadalom által előírt elvárásoknak és lehetőségeknek.

Összefoglalva: a szocializáció során az egyén megtanul emberi módon élni és viselkedni. Társas közegben, társas kapcsolatok révén, azok közvetítésével jutnak el hozzánk a társadalmi hatások, szokások, viselkedési normák és szabályok.

A szocializációs folyamat legfőbb közege az ún. mikromilió, a kiscsoportok színtere (pl. család, óvodai és iskolai csoportok, baráti kör, stb.).

A SZOCIALIZÁCIÓ SZAKASZAI

A szocializáció egy egész életen át tartó folyamat, amelynek leglényegesebb szakasza a **gyermekkori, elsődleges szocializáció**.

A gyermekkori szocializáció a személyes én kibontakozásával veszi kezdetét, fő közvetítő tényező ekkor még a család, elsősorban az anya. Ezért nevezzük a családot elsődleges szocializációs kiscsoportnak.

A személyiség megalapozása és differenciálódása a családban történik. A koragyermekkori időszak hatásai rendkívül jelentősek.

Ebben a folyamatban fontos tényezők:

- a szülők viselkedésmintái
- a gyermek viselkedésére adott reakciók, jelzések, amelyek módosítják, formálják magatartását
- a tudatos nevelés útján közvetített elvárások.

A szociális tér bővülésével (óvoda, iskola) a hatást gyakorló személyek köre szélesedik, a szocializáció a családon kívüli hatótérbe kerül, elsősorban a kortárs csoportok jelentősége fokozódik. Ezt a szakaszt nevezzük **másodlagos szocializációnak**.

A gyermek aktivitását, kezdeményezőképességét, érdeklődését ezek a személyes kapcsolatok serkentik. A szabályok, értékek beépülését a személyes és kölcsönös kapcsolatok érzelmi ereje katalizálja.

A szocializáció eszköze a kommunikáció, amely által az elvárt normákat és viselkedési szabályokat közvetítjük. Elsősorban a nyelv ilyen eszköz, amely lehetővé teszi a kultúra történelmileg felhalmozott értékeinek átadását is.

A szocializációt közvetítő rendszereknek az anyagi-technikai kultúra is szerves része: a tárgy- és eszközhasználat, az erre épülő fizikai és szellemi képességek, az emberi munka, a munka során átélt sikerek, elismerések.

A SZOCIÁLIS TANULÁS MÓDJAI

Tekintsük át azokat a módokat, ahogyan a társas tanulás történik!

AZ UTÁNZÁS

Egész életünket átszövi az utáNZás. Egyes kutatások alapján utáNZásra már a néhány órás újszülöttek is képesek.

Meltzoff és Moore kísérletében az éber újszülött fölé egy felnőtt hajol, és valamilyen megkülönböztethető arckifejezést ölt, például szélesre tátja a száját, vagy kinyújtja a nyelvét. Meltzoff és Moore beszámolója szerint a csecsemők gyakran utáNZózzák a felnöttek arckifejezéseit.

Az utáNZásra az állatvilágban is találunk példákat, gondoljunk a szinte egyszerre megugró vadállatcsapatokra: 50-60 gazella nem észleli egyszerre a veszélyt, mégis menekülni kezd fajtársait utáNZva.

Bölcsödei, óvodai csoportokban gyakran megfigyelhető jelenség, hogy a keservesen síró kisgyermek társai mintha átélnék az ovis érzelmi állapotát, szintén sírni kezdenek.

Ezek a példák rámutatnak, hogy az utáNZásra ösztönös késztetést érzünk. A kisgyermek utáNZással sajátítja el a beszédet, a különböző viselkedésmódokat, az eszközök használatát. A gyermek utáNZozza a környezetében fontos személyeket: szüleit, testvéreit, eszményképeit. Felnöttek életünk sem mentes az utáNZástól. Új munkahelyre belépve kollégáink viselkedését figyeljük meg és utáNZozzuk (pl.: hogyan kell viselkedni a fogvatartottakkal szemben), vagy eltérő kulturális közegbe érkezve átvehetjük az ott érvényes szokásokat, szabályokat.

Az utáNZás a tanulás egyik formája, amelyben a megerősítés rendkívül fontos szerepet játszik. Amely viselkedésnek jutalmazás a következménye, a viselkedésrepertoár részévé válik, amelyik magatartásformát a környezetünk büntetéssel, vagy a jutalom elmaradásával erősít meg, nem marad fenn. Az utáNZás történhet spontán és tudatos módon, az előbbi a gyermekort jellemzi, utóbbi a felnöttekben gyakoribb.

A gyermeki személyiségfejlődés igen fontos eszköze az utáNZásos tanulás. A kora gyermekkori utáNZás nem szándékos, nem tudatos törekvés, jórészt tudattalan. A gyermek akaratlanul is azt csinálja, amit környezete. Főként azokat a személyeket utáNZozza, akikkel szoros érzelmi kapcsolata van, átélve érzelmeiket. Az utáNZás tehát a beleélés, az empátia talaján fejlődik.

TANULÁS MODELLEK ALAPJÁN

Míg a csecsemő utáNZó viselkedése válogatás nélkül terjed ki környezete gyakran látott személyeire, a későbbi gyermekkorban és felnöttekben már tudatos modellkövető viselkedéssel is találkozunk.

Mitől válik valaki modellé?

A modellválasztás legfőbb motívuma a szeretet. A gyermek azt választja modellül akit szeret, a szeretett személy megjelenítésével jutalmazza önmagát.

A modellkövetésnek az a formája, amikor a gyermek azért utáNZoz valakit, mert azt tapasztalja, hogy a modell sikereket ér el, jutalomban részesül, az empátia fejlődésén alapul. Ilyenkor a gyermek

"megfigyeli", hogy a modell mivel ér el sikereket, átéli örömét, megpróbálja követni viselkedését, hogy hasonló elismerésben részesüljön.

Nagyon fontos tényező a büntetés elkerülése is. Ilyenkor az egyén azért választ modellként valakit, mert fél, hogy az illető megbüntetné, bántaná (pl. a tanulók választhatják éppen azt a tanárt modellül, akitől nagyon félnek, így csökkenthető a szorongás.). Az agresszív mintát a félelem miatt veszi át a gyerek – a mintával való azonosulás csökkenti félelmét – alkalmas helyzetben ő is hasonló agresszivitással cselekszik.

A modellkövetés felnőttkorra is jellemző, a fent felsorolt tényezők alapján.

A modellkövetést tehát elsősorban a látott viselkedés következményeinek mérlegelése különbözteti meg az utánzástól.

AZONOSULÁS

Az azonosulás fogalma szorosan kapcsolódik az utánzáshoz, de míg az utánzásnál viselkedésmintákat vesz át az egyén, addig az azonosulásnál lelkileg is idomul a modellhez.

Az azonosulás folyamatában a gyermek spontán módon veszi át az érzelmileg hozzá közel álló személyek tulajdonságait, viselkedésmódját és elvárásait, ez a **teljes azonosulás** folyamata. Felnőttkorban már tudatosabb ez a folyamat, és nem teljes, csak bizonyos magatartásmódok, viselkedések átvételére terjed ki (részleges azonosulás).

Azonosulási folyamatot válthatnak ki azok a feszültségek, amelyeket a gyermek akkor él át, amikor a szeretett és csodált szülő tiltásaival szembesül. A szülői elvárásoknak való megfelelés igénye és a tiltott szándékok közötti feszültség érzése arra készíti, hogy a feszültséget azonosulással csökkentse, magába építve a szülői tilalmakat. Így kerül el a vágyakról való lemondással járó, és a társas elvárásokhoz való alkalmazkodás között keletkező feszültséget. Ha a gyerek magáévá teszi a szülői követelést, elkerüli a büntetést, és átélheti a szülő dicséretét, örömét.

Az azonosulás folyamatában alakul ki az én önszabályozó képessége, az önkontroll funkciók.

Így válik az "én" részévé a "másik", így épül az egyénbe a társadalom szabályozó rendszere.

Meg kell említenünk a **ellenazonosulást** is, amikor a modell viselkedése arra készíti a megfigyelőt, hogy ne kövesse viselkedését. Ilyenkor ellentétes viselkedésre, véleményre, értékek követésére törekszik az egyén (alkoholista apa antialkoholista fia).

VII. AZ ERKÖLCSI FEJLŐDÉS

A belső tilalmi -és szabályozórendszer, azaz az erkölcsi szabályozás az utánczás, azonosuláson és a szabályok beépítésén keresztül a példaadás, a jutalmazás és büntetés hatására alakul ki.

A szocializált, önkontrollal rendelkező ember magatartásában azok az értékek, normák válnak meghatározókká, amelyeket az őt körülvevő szociális közeg közvetít, követendőként állít.

A külső elvárások belső irányító tényezővé válása azonban hosszantartó folyamat.

Most ezt a folyamatot vázoljuk fel (Popper Péter nyomán).

A belső viselkedésszabályozás lényege az erkölcsi normarendszer kialakulása – a különböző szokások, szabályok elsajátítása mellett. Az egyén sajátjaként megélt erkölcsi normarendszerének fejlődése, kialakulása környezeti hatásokra történik – amelyben a legfőbb szerepe a családnak van.

Ennek a fejlődésnek három szakasza van:

1. A CSECSEMŐKOR

Az újszülött még nem rendelkezik semmilyen szabályozórendszerrel. Az újszülött- és kisgyermekkorra jellemző sajátos élményfeldolgozási mód az énközpontúság, amely azt jelenti, hogy a gyermek minden viszonylatot, a körülötte lévő tárgyakat, személyeket, eseményeket a saját szempontjából éli meg, és dolgozza fel. Ez az élményfeldolgozási mód a kisgyermek fejlődési stádiumának megfelelő, rá jellemző. Ebben a fejlődési szakaszban még nem tudja átélni mások érzéseit, empátiás készséggel nem rendelkezik. A szabályok lassan alakulnak, és a napi ritmusra, szokásokra terjednek ki.

Ha a csecsemő kényelmetlenül érzi magát, vagy éhes, fázik, akkor sír, tekintet nélkül az időre, a szülő fáradtságára, igényeire.

2. SZOKTATÁS RÉVÉN KIALAKULÓ SZABÁLYTANULÁS

Ebben a szakaszban a felnövekvő gyermek a szabályokat már szoktatás révén sajátítja el: azért, mert el akarja kerülni a büntetést, egyben szeretné kiérdemelni a környezetének (család, rokon, pedagógus) jutalmazását, elégedettségét.

A viselkedésszabályozás tehát külső hatásokra történik.

A gyermek megtanulja a szabályokat, amelyek gyakran tiltásokat, korlátozásokat tartalmaznak, de azokat nem ismeri még teljesen, nem azonosul velük.

A kisgyermek megtanulja azt a szabályt, hogy ne szemeteljen erdőben, parkokban. A csokoládé papírját nem dobja el, amíg a szülő jelen van. Ha a szülő elfordul, és kényelmetlenné válik a papír kézbentartása, eldobja. Helyette kezével felfedezi a parkban a fákat, az egyes tárgyakat, kíváncsisága, mint motívum a szabályokat felülírja.

Erre a szakaszra az ideiglenes szabálykövetés jellemző, azaz addig fontos a szabály, amíg az azt képviselő felnőtt, szülő jelen van. Normasértés esetén az egyén a normaadóval kerül szembe.

Ennek a szakasznak az erkölcsi szabályozását nevezzük **külsődleges, vagy heteronóm szabályozásnak**.

Mielőtt áttekintenénk a következő szabályozási szintet, bemutatjuk az ún. terepasztal kísérletet. A kísérlet során a gyerekek azt a feladatot kapták, hogy mondják el, mit látnak az előttük álló terepasztalon (fákat, házakat, bábukat, dombot, stb.). Majd ezután megkérték őket, hogy helyükön maradván mondják el: mit láthat az a társuk, aki az asztal másik oldalán áll. Vajon egy 4-5 éves gyerek el tudja-e mondani, mit láthat a társa?

3. A SZABÁLYOK BELSŐVÉ VÁLÁSA

A viselkedésszabályozás belsővé válása akkor veszi kezdetét, amikor a gyermeki én-központúság fokozatosan leépül, és kialakul a gyermek empátiás készsége. A kezdetben külső követelmények fokozatosan beépülnek a személyiségbe, és belső viselkedésszabályozó erőkké, saját erkölcsi normarendszerré válnak.

A fent említett kísérletben egy ötéves gyermek a kérdésre válaszolva ugyanazt mondja el amit ő lát, mert nem rendelkezik még azzal a képességgel, hogy a másik nézőpontját átvegye. Ezzel szemben egy 12 éves gyermek már *el tudja képzelni*, hogy mit láthat az asztal másik oldalán álló társa. Az erkölcsi szabályozás kialakulásának feltétele, hogy a személy képes legyen viselkedését abból a szempontból is mérlegelni, hogy annak másokra nézve milyen következményei lehetnek.

A beépült tartalmak, szabályok, értékek belső fékező erőként hatnak, ezek megsértése büntudatot, feszültséget, szorongást eredményez (lelkiismeretfurdalás), amelyeknek megszüntetésére, jóvátételére törekszik az egyén.

Az erkölcsi szabályok belsővé válása akkor eredményes, ha a normaadó (szülő, felnőtt) és normaátvevő (gyermek) között kettősen motivált érzelmi kapcsolat alakul ki. Ez azt jelenti, hogy egyszerre van jelen a kapcsolatban a szeretet és a félelem. A gyermek szeretet és biztonság szükséglete, érzelmi egyensúlya a szülővel való szeretetteljes kapcsolatban valósul meg, annak elvesztése félelemmel tölti el. Ezért azokat a feltételeket, amelyeket a szülő vele szemben támaszt, úgy éli át, mint a kapcsolat megtartásának feltételét.

Ezt az erkölcsi fejlettségi szintet nevezzük **belső, autonóm szabályozásnak**.

A normaadó és normaátvevő közötti erős, biztonságos kapcsolat biztosítja az egyén erkölcsi normarendszerének megalapozását. Ennek hiányában a fejlődés menete zavart szenvedhet, amelyre a következőkben tekintünk át néhány példát.

AZ ÉRZELMI FEJLŐDÉS ZAVARÁNAK KÖVETKEZMÉNYEI AZ ERKÖLCSI FEJLŐDÉSRE

Ha a kapcsolatból hiányzik a félelem, a szülők **túlkényeztetik a gyermeket**, nem támasztanak követelményeket vele szemben. Mivel ebben az esetben szabálytanulás nem történik, ezek gyerekek nem tanulnak meg erőfeszítéseket tenni, felnőtt korukban beilleszkedési zavarokkal küzdenek.

*Az ilyen nevelési attitűd **túlkényeztető**, a gyermektől az alapvető viselkedési normákat sem várják el, szeretetük szinte majomszeretetté alakul. A gyermek mindent megkap, a szeretetet pénzben, értékes ajándékokban is kifejezik. Felnőve a fiatal addigi tapasztalatai alapján mindenkitől azt várja, hogy úgy szeresse és fogadja el, hogy ő azért semmit sem tesz. Nem tud alkalmazkodni – ahhoz saját igényeiről, akaratáról kellene lemondania –, nem tud társas környezetébe beilleszkedni – hiszen tennie kellene azért, hogy elismerjék, megszeressék.*

Az olyan családokban, ahol hiányzik a kapcsolatból a szeretet, a nevelésben főleg a **büntető, korlátozó** attitűd dominál. Az egyén az erkölcsi szabályokat félelemből tartja be, nem válik sajátjává, a heteronóm erkölcsi szinten megreked.

Az ilyen családban a kisgyermek azt tapasztalja, hogy amit ő csinál, az általában helytelen, és büntetendő, nem éli meg a szeretetet és elfogadást. Kamaszkorában – a személyiségfejlődés kritikus szakaszában - ez ellen fellázadhat, és a családon kívül, deviáns csoportokban keresheti az otthon meg nem kapott szeretetet, biztonságot, elfogadást. Ezek a kamaszok sokszor megszöknek otthonról, korai szerfogyasztóvá válhatnak.

A **szélsőségesen elhanyagoló** családokban nincsen szeretet, törődés és biztonság, sem a szülői szeretet elvesztésétől való félelem. Ebben az esetben semmiféle szabálytanulás, erkölcsi norma beépülése nem történik meg. Ez egy szélsőséges, ritka szülői bánásmód – a legtöbb családban, még ha nem is a legmegfelelőbbben, valamilyen módon azért törődnek a gyermekkel.

Vannak olyan családok, ahol létrejön a megfelelő, szereteten és annak elvesztésétől való félelmen alapuló kapcsolat, de az erkölcsi fejlődés mégis zavart szenved.

Sok fogvatartott számol be arról, hogy szerető, sokféle szabályt közvetítő családból származik, ahol meghallgatták, szükségleteit figyelembe vették. Mégis, bűncselekmény elkövetése miatt börtönben van. Vajon mi okozhatja az erkölcsi fejlődés hibáját?

Ha a szülő **antiszociális normákat** közvetít, a megfelelő kapcsolat révén a gyermek azokat beépíti, ám felnőttként alkalmatlanná válik a társadalmi beilleszkedésre.

A szociális beilleszkedési zavarokkal küzdő bűnelkövetők többnyire ebben a négy családtípusban nevelkednek.

A felnőtt ember viselkedésére optimális esetben az autonóm szabályozás jellemző, azonban különböző fejlődési zavaroknál, devianciáknál heteronóm szabályozás tapasztalható.

A fogvatartottak azért, hogy a büntetést (fegyelmi lapot, különböző szankciókat) elkerüljék az utasításokat végrehajtják, a szabályokat betartják. A szabálykövető viselkedés azonban nem jelenti a normák beépülését is a személyiségbe, a fogvatartott a börtön szabályaival (a társadalmi beilleszkedéshez szükséges szabályokkal) nem azonosul, a felügyelő jelenlétében, végrehajtja azokat, de büntudat, lelkiismeret furdalás a szabály megszegését nem kíséri.

VIII. A DEVIÁNS VISELKEDÉS

A DEVIÁNS VISELKEDÉS ALAPVETŐ FORMÁI

Minden társas együttélés alapvető feltétele valamilyen szabályozás. Minden társadalom, csoport elvárja egyedeitől, hogy a szabályokat ismerje, elfogadja és kövesse. A szabályoktól, a szokásoktól eltérő magatartás deviáns.

Azokat a magatartásmódokat nevezzük deviánsnak, amelyeket a fejlett társadalmak nagyjából egyaránt normaszegőnek tekintenek, az egyes társadalmi osztályok hasonlóan értékelnek, és a különböző jogi-, erkölcsi- és szokásrendszer is hasonlóan ítélnek meg.

A mi kultúránkban deviáns magatartásnak számít:

- a bűncselekmény elkövetése,
- az alkoholizmus és a kábítószer használat,
- a mentális zavarok egy része,
- az öngyilkosság.

E deviáns magatartásformák halmozottan akár egyetlen személyiségnél is előfordulhatnak.

K.M. 32 éves férfi fogvatartott, bűncselekménye emberölés, ítélete 14 év fegyház, jelenleg a 10. évet tölti. Fiatalon került börtönbe, első alkalommal, a bűncselekményt megelőzően is bűnelkövetésből élt. Szülei elváltak, édesanyja nevelte, aki sokat dolgozott, egy fiatalabb lány, és egy idősebb fiútestvére van. Kamaszként sok mindent kipróbált, anyja nem kontrollálta megfelelően. A család nehéz anyagi helyzetben élt, az apa nem volt jelen az életükben. K. csavargott, cigarettázott, és ivott, bár szakmunkásképzőt végzett, a szakmájában keveset és rendszertelenül dolgozott. Bejelentett, rendszeres munkahelye nem volt.

20 évesen egy olyan baráti társaságba került, ahol a pénzszerzés sajátos módját választották: „megbízta bennünk, és a pénzt kellett behajtanunk. Segítettünk sok barátunk”. Egy ilyen alkalommal olyan súlyosan bántalmaztak egy férfit, hogy az behalt sérüléseibe. A rendszeres és erős alkoholfogyasztás serdülőkorában átfordult rendszeres gyógyszeresedésbe (testépítő szerek, nyugtatók, kedélyjavítók), amely függőséghez vezetett. Miután börtönbe került, többször követett el öngyilkossági kísérletet. Barátnője és édesanyja a bűncselekménnyel – ő a hosszú börtönléttel és a sérthetlenség illúziójának elvesztésével szembesült.

A beszélgetésekkor a bűncselekményt még mindig mint apró tényt meséli el, mint balszerencséjét. Életét értékelve az eddig eltelt tíz évet bagatellizálja.

A DEVIANCIA KRITÉRIUMAI

DEVIANCIÁRÓL AKKOR BESZÉLHETÜNK, HA A TÁRSADALOM AZ ADOTT VISELKEDÉSFORMÁT ELLENŐRZÉSE ALÁ VONJA, ÉS DEVIÁNSNAK MINŐSÍTI AZT. AZ EGYES TÁRSADALMAK, CSOPORTOK KÖZÖTT AZONBAN LÉNYEGES KÜLÖNBBSÉGEK LEHETNEK.

Az italozás például férfias dolog, de az elvonókúrára kerülő italozót alkoholistának tartják, illetve vannak olyan kultúrák, ahol a drogfogyasztás /ópiumszívás/ nem minősül deviáns magatartásnak.

A szokástól eltérő viselkedés egyszeri, eseti előfordulása még nem, gyakori előfordulása már devianciának minősül.

Ha valaki egyszer issza le magát, nem minősítik alkoholistának, de ha mindennap, akkor igen. Nem minden szokásostól eltérő magatartás ítéhető azonban deviánsnak gyakorisága mentén. Emberölés esetén az egyszeri előfordulás is deviáns cselekedet.

A DEVIÁNS MAGATARTÁS KIALAKULÁSÁNAK FOLYAMATA

A deviáns magatartás kialakulásának olyan modelljét mutatjuk be, amely a zavar kialakulásának okát a szocializációs problémákra vezeti vissza.

Ha a kora gyermekkori, vagyis **az elsődleges szocializáció nem megfelelő módon zajlik**, a gyermek magatartása diszharmonikussá válik. Ez az érzelmi élet fejletlenségében, a normálistól eltérő világképben, zavart értékrendben, és a közösségi normákkal szemben tanúsított alkalmazkodási zökkenőkben nyilvánul meg. Az elsődleges szocializáció zavarait biológiai adottságok, enyhe idegrendszeri károsodások (pl. dyslexia, születés kori oxigénhiányos állapot, hiperaktivitás) is színezhetik.

Egy aktívabb csecsemő édesanyja, aki egyedül neveli gyermekét, az anyaszereppel nem tud megküzdeni, ezért gyermekével türelmetlen, néha visszautasító, máskor szeretetteljes. A gyermek nem tud eligazodni rajta, ezért fejlődése, viselkedése diszharmonikus lesz: az addig esetleg aktív gyermek visszahúzódóvá válik, vagy addigi aktivitása felerősödik, mivel az anyától kapott nem egyértelmű jelzések összezavarják.

Az elsődleges szocializáció zavaiból származó hátrányok, a **diszharmonikus viselkedés a későbbi közösségekben** (iskola, munkahely) konfliktusokat, feszültségeket, **alkalmazkodási sikertelenségeket** okozhatnak. A másodlagos szocializáció során a közösségek a saját normáiknak megfelelő magatartást várnak el az egyéntől, ha ez nem sikerül, fennáll a mentális betegségek, a feszültségoldó alkoholizálás, a narkomán magatartás, öngyilkossági kísérlet, kriminalitás kialakulásának veszélye.

A fenti példában említett túlaktív, fékezhetetlen gyermek első osztályba kerülve vélhetően sok nehézséggel szembesül, mert nem tud megfelelni a folyamatos odafigyelés követelményének, és magatartása miatt a társai is nehezen fogadják el. Az osztály az évek során kiközösíti, esetleg a tanító is nehezen kezelhető, speciális fejlesztésre szoruló gyermeknek fogja tartani. A gyermek nem tud beilleszkedni és megfelelni, kudarcainak megoldására nincsenek elégséges megoldási módjai, és miközben otthon sem kap segítséget és elfogadást, kamaszként feszültségeit ivással, kábítószer-fogyasztással, öngyilkossági kísérletekkel csillapíthatja.

Az énkép a környezet minősítő reakciói nyomán épül fel, környezetünk számunkra fontos tagjainak véleménye mintegy tükörként szolgál önmagunk megismerésében.

Amennyiben a deviáns viselkedést gyakran mutató egyént a társadalom abnormálisnak minősíti, az előbb-utóbb az egyén előtérben álló, tipikus tulajdonságaként rögzül (alkoholista, drogos, bűnöző). Az egyén nem deviáns cselekményében is az abnormalitást fedezik fel. **A környezet „bélyeget” ragaszt rá és ő ennek megfelelően viszonyul hozzá.** A környezetnek ez a negatív viszonyulása fokozatosan arra kényszeríti az egyént, hogy az elvárásnak megfelelően viselkedjen, a megbélyegzettek magatartását vegye fel.

A bűnelkövetőt a "büntetett előélet" bélyege tovább kíséri. Míg a nem normasértő közösség kizárja soraiból, addig a börtönökben a bűnelkövetőktől elfogadást nyer, és **így olvad be lassan a bűnelkövetők csoportjába**, veszi át sajátos érték - és normarendszerüket, ezáltal válik teljessé deviáns karrierje.

A DEVIANCIA ÉS A KORAI KÖTŐDÉS KAPCSOLATA

A deviáns személyiségfejlődést befolyásoló tényezők igen széleskörűek, a biológiai, a szociális és a pszichés tényezők egyaránt beletartoznak. Mi ebből a bonyolult problémakörből egyetlen tényezőt emelünk ki: a családon belüli szocializációs folyamatot.

Már szó volt arról, hogy a társadalmi normákat, értékeket, szokásokat, az elvárható viselkedésformákat a fejlődő, formálódó személyiség csoportok közvetítésével tanulja meg, veszi át. Ez a szocializáció folyamata. Legkorábbi és egyben leglényegesebb csoport a család, amely ellátja a gyermek biológiai gondozását, meghatározott magatartási és szerepmintákat közvetít, tudatosan nevel. A család, mint közvetítő rendszer hibásan, és jól is működhet. A deviáns fejlődéshez vezető pszichológiai történések tehát legkorábban ezekben a társas helyzetekben (család működése, anya gyermek kapcsolat zavarai) lehet tettenérni, megragadni. Ez a szakasz azért is lényeges, mert a gyermek életében bekövetkező szocializációs ártalmak minél korábbiak, annál kevésbé korrigálhatók a későbbiek során.

Az emberré válás folyamatában a társak, legfőképpen az anya (vagy egy állandó gondozó) biológiai szükséglet a csecsemő számára. Az anya-gyermek kapcsolat bioszociális egység, ezért a csecsemőnek korai elválasztása az anyától súlyos élettani és személyiségfejlődési problémákat okozhat.

Már a magasabbrendű emlősöknél is feltétel a fajra jellemző viselkedés kialakulásában a fajtárs, de főként az anya jelenléte. Harry Harlow híres kísérleteivel bizonyította, hogy a fajtársaktól és az



9. ÁBRA: HARRY HARLOW ÉS A KÍSÉRLET

anyától megfosztott kismajmok az elszigetelődés mértékének és idejének megfelelően súlyosan károsodtak. Az izoláció hatására társas közegben szélsőségesen agresszív, vagy visszahúzó, gátolt, szorongó magatartást mutattak. Felnőve sem szexuális életre, sem utódápolásra nem voltak képesek.



10. ÁBRA: A KÉTFÉLE 'ANYA' HARLOW KÍSÉRLETÉBEN



11. ÁBRA: A HOSSZÚ SZEPARÁCIÓ HATÁSAI

Hasonló megállapításra jutott Rene Spitz csecsemőotthoni körülmények között megfigyelt gyerekek fejlődési jellegzetességeit vizsgálva. Spitz szerint az anyahiány következtében kialakuló állapotnak két jellegzetes tünete van:

- a depresszió (levert lelkiállapot, búskomorság)
- hospitalizáció (beszűkült érdeklődés, elsivárosodott kapcsolatok).

A gyerekek fejlődése az anyahiány következtében minden tekintetben zavarttá vált. Életkoruknak nem megfelelő fejlettségi szintet mutattak mozgásban és beszédben, a betegségekkel, fertőzésekkel szemben kevésbé voltak ellenállóak.

Az anya-hiánybetegség Spitz szerint súlyos és helyrehozhatatlan károkat és sérüléseket okoz, amely felnőttkori lelki- és viselkedészavarok kialakulásában meghatározó szerepet tölthet be.

Ha Spitz megállapításai kissé túlzónak is tűnnek, az élet korai időszakában az anya hiánya, az "ősbizalom" sérülése, elvesztése mindenképpen érzelmi fogyatékosághoz vezet, és ennek mélyreható következményei lehetnek felnőttkorban.

Tehát az anya vagy állandó gondozó nélkül a normális személyiségfejlődés, a szocializáció folyamata súlyosan veszélyeztetett. Ugyanakkor a család, az anya jelenléte önmagában még nem biztosítja a gyermek harmonikus fejlődését.

A BŰNCSELEKMÉNY, MINT DEVIÁNS VISELKEDÉS

A kriminálpszichológia különbséget tesz a krízis (eseti) és krónikus bűnözés között.

A **krízis bűnözésnél** társadalmilag jól alkalmazkodó elkövetőkről van szó, akiknek életútjában a bűncselekmény kisiklásként értékelhető, vagyis olyan cselekedetként, amit a pszichés stabilitás átmeneti megingása pl. krízishelyzet, indulati labilitás váltott ki.

Tehát ebben az esetben:

- az elkövető személyisége ép
- életvitele a társadalmi normákat súlyosan nem sérti
- a bűncselekmény kisiklásként értékelhető, pl. krízishelyzet váltja ki.

A **krónikus bűnözésnél** a bűnözés az életvitel részévé vált, a személyiségben kimutatható az antiszociális torzulás (erről részletesebben még szó lesz).

Ebben az esetben:

- a személyiség *antiszociális*
- az életvitel a társadalmi normákat sérti
- a bűnözés életformává vált.

Tehát pszichológiai szempontból különbség van az antiszociális cselekedet és az antiszociális személyiség között. Mindez a jogi megítélésre is hat.

	cselekedet	személyiség
Krízisbűnözés	antiszociális	ép
Krónikus bűnözés	antiszociális	antiszociális

IX. A SZTEREOTÍPIÁKTÓL AZ ELŐÍTÉLETEKIG

A SZTEREOTÍPIÁK

Ahhoz, hogy egy társas helyzetbe sikeresen bekapcsolódhassunk, képesnek kell lennünk arra, hogy az embereket, akikkel dolgunk van helyesen észleljük, viselkedéseiket, érzelmeiket helyesen értelmezzük, illetve megértsük. Az a személy aki sokszor alkot hibás ítéletet társairól, valószínűleg sikertelen lesz a velük való kommunikációban. Észlelésünket sok tényező befolyásolja, torzíthatja, pl.: érzelmeink (akit szeretünk, több pozitív tulajdonsággal ruházhatjuk fel), vagy az ismeretség foka (akit jobban ismerünk helyesebben ítéelhetjük meg).

Amikor viszonylag kevés rendelkezésre álló információ alapján is úgy érezzük, hogy kielégítő leírást tudunk adni egy személyről, valószínű, hogy **sztereotípiáink** segítenek bennünket.

A sztereotípiák Csepli György megfogalmazása szerint :

"ÁLTALÁNOS ÉRVÉNYŰNEK VÉLT, TÚLZÁSON ALAPULÓ
LEEGYSZERŰSÍTETT KÉPEK BIZONYOS CSOPORTOSULÁSOKRÓL".

Beszélünk öregekről, fiatalokról, falusiakról, városiakról, svédekről és románokról, ezzel a megnevezéssel ismerni véljük őket. Sztereotípiák sok vicc alapját is képezik, pl. rendőrviccek, szőke nőkről szóló viccek.

A sztereotípiák **haszna** az egyszerűségben rejlik, takarékoskodunk, a "legkisebb erőfeszítés elve" alapján próbáljuk megismerni az embereket. Hajlamosak vagyunk arra, hogy a sztereotípiába beleillő információkra figyeljünk, azokat kiválogassuk, és ami annak ellentmond, azt figyelmen kívül hagyjuk. Különösen fontos ez a mindennapi emberismeretben, ahol gyakran lépünk érintkezésbe felszínesen ismert vagy ismeretlen személyekkel.

A sztereotípiák **hátránya** akkor jelentkezik, ha nem korlátozott ismereteknek tekintjük őket, hanem tényeknek, és ez határozza meg viszonyulásainkat, érzelmeinket, viselkedésünket. Velünk is előfordulhat, hogy számunkra kedvezőtlen sztereotípiába kerülünk be.

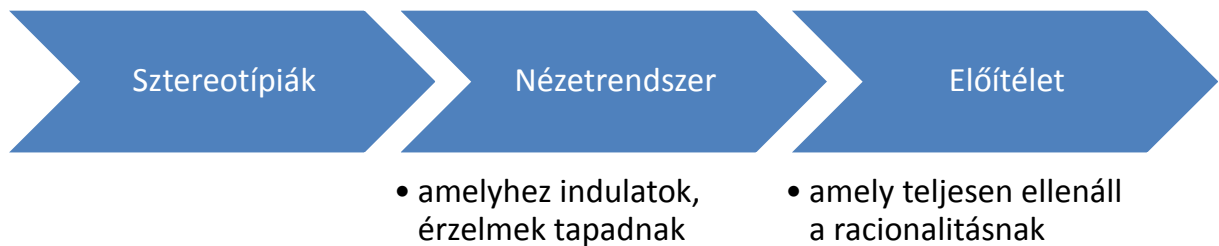
A sztereotípiák együttese **nézetrendszer** alkothat, amely csak a vele összhangban lévő információk számára nyitott, ezáltal tovább torzul. Mind a sztereotípiák, mind a nézetrendszer tartalmazza az igazság "szikráját", de ez eltúlozva hamissá válik.

AZ ELŐÍTÉLET

Előítéletről akkor beszélünk, ha a fent leírt nézetrendszer **érzelmekkel, indulatokkal társul**, így a racionális érvelés nem képes megingatni. Ekkor már hitként működik, így megfellebbezhetetlenné válik.

"AZ ELŐÍTÉLET OLYAN ELŐZETES ÍTÉLET, AMIN AZ ÚJONNAN FELTÁRT
ISMERETEK NEM KÉPESEK VÁLTOZTATNI" (GORDON ALLPORT).

Az előítélet tehát ellenáll a tapasztalatnak, a józan megfontolásoknak, "hibás és rugalmatlan általánosításon alapuló ellenszenv" (Csepli).



AZ ELŐÍTÉLET TÁRGYA

Előítélet elvileg bármire vonatkozhat, lehet pl. szexuális, gasztronómiai, kulturális, erkölcsi, politikai.

Az ilyen előítéletek leginkább az előítélet "birtokosára" hullnak vissza, ha előítélettel viseltetünk pl. az arab konyha iránt, nem megyünk ilyen étterembe.

Fontos megjegyezni, hogy vannak **pozitív előítéletek** is, ez általában arra a csoportra vonatkozik, amelyhez mi is tartozunk (nem, nemzet). Ez ugyanolyan torzításhoz vezet, mint a negatív előítélet.

Leginkább az emberek csoportjaira vonatkozó negatív előítéleteknek van jelentősége számunkra, mert ezek az emberek közötti együttélést zavarják, konfliktushelyzeteket teremtenek.

AZ ELŐÍTÉLETESSÉG FOKOZATAI (ALLPORT)

1. **szóbeli előítéletelesség:** magánszférában folytatott beszélgetés, vagy nyilvános felszólalás (ezt a jog már uszításnak nevezi). Ilyen pl. az a vélemény, hogy "ha van is kivétel, lényegében minden X csoportbeli egyforma".

2. **elkerülés:** az idegenkedést kiváltó csoport tagjainak kerülése, ezzel nem kívánatos személynek nyilvánítása.

3. **hátrányos megkülönböztetés, elkülönítés, koncentráció:** a csoport tagjait kizárják adott nemzet valamennyi polgárára érvényes jogok valamely részéből, pl. szabad letelepedés, munkavállalás, iskoláztatás, anyanyelv-használat (ilyen volt az apartheid rendszer Dél-Afrikában).

4. **fizikai agresszió:** a fenyegetéstől a csoport tagjainak erőszakos kitelepítéséig, bántalmazásáig terjedhet

5. **üldözés és kiirtás:** a csoport tagjait megfosztják emberi jogaiktól, velük szemben minden cselekvés megengedett. Az előítéletes személy öngazolásul a maga ellen irányuló üldözéssel gyanúsítja az idegen csoportot, miközben a valóságban ő az üldöző (pogrom, lincselés).

AZ ELŐÍTÉLETEK OKAI

Gondolkodásbeli okok: Egyöntetűség keresése, az ellentmondás-mentesség igénye a gondolkodásban.

Minden egyén számos csoport tagja, a saját csoportjával kapcsolatban általában pozitív a viszonyulása, míg más csoportokat ismeretlenségük, "másságuk" pusztán létük miatt negatívabban ítélik meg (mint láttuk az előítélet nem igényel gondolati erőfeszítést, mivel hit, érzelmek táplálják).

Szocializációs okok: Az előítélet a szocializációban gyökeredzik, társadalmanként, koronként különböző mértékű a "türelmetlenség hagyománya" (Pettigrew).

Megdöbbenő példája ennek, hogy amerikai vizsgálatok szerint már a 3 éves fekete gyerekek is tudták, hogy nem jó dolog feketének lenni. Nem fogadták el a fekete babákat azt gondolván, hogy a fehérek szebbek és értékesebbek. Aronson szerint ennek a kísérletnek nagy szerepe volt abban, hogy az USA Legfelsőbb Bírósága alkotmányellenesnek nyilvánította az iskolában alkalmazott faji diszkriminációt.

Személyiségbeli okok: Az egyéni élettörténet során felhalmozott feszültségek, szorongások, kudarcok átruházása más csoportok tagjaira. Ezt nevezzük **bűnbakképzésnek**, amelynek során más csoportokat teszünk felelőssé saját nehézségeinkért.

A kifejezés egy régi héber szokásból ered: Az Engesztelés Napján egy pap felolvasta a nép bűneit, miközben a kezét egy kecskebak fején tartotta, "ráolvasta" a vétkeket, ez után elengedték a pusztába, hogy vigye magával őket. Ma a bűnbak kifejezésen azt értjük, hogy valakit, vagy valakit (általában gyengébb, kisebb csoportot vagy személyt) okolunk olyasmért, ami nem az ő hibájából történt.

AZ ELŐÍTÉLETESSÉG MÉRSÉKLÉSE

Az előítéletek képzése mindennapos, többé-kevésbé mindenre jellemző hajlandóság. Az előítéleteket meggyőzéssel csökkenteni viszonylag kevés sikerrel kecsegtet, mivel alapja sokkal inkább érzelmi, hitbéli, mint racionális. Ha már egyszer létrejött, mindig megkeresi azokat az információkat, amik fenntartják, megerősítik.

Az előítéletek akkor válik veszélyessé, ha nem ismerjük fel, nem próbáljuk korrigálni magunkat. Aki emberekkel foglalkozik meg kell próbálnia túllépni a sztereotípiákon, és megismerni a másik valós tulajdonságait.

X. AZ AGRESSZIÓ

A börtönben az agresszió gyakran tapasztalt jelenség, ezért ezzel a jelenséggel kiemelten szükséges foglalkoznunk.

AZ AGRESSZIÓ MEGHATÁROZÁSA

- Az agresszió **társas** jelenség, belső vagy külső konfliktus megoldási eszköze.
- **Tanult**, célirányos tevékenység, amely más személynek **fizikai vagy lelki sérülést** kíván okozni, és amelynek indítatásakor a támadó részéről megvan a lehetősége, hogy elérje célját.
- Csak szociális megítéléssel lehet a cselekedetet agresszívnek vagy nem agresszívnek minősíteni.

.....
AZ AGRESSZIÓ TEHÁT TANULT, SZÁNDÉKOS ÉS INDÍTEKA SZERINT KÁRT,
FÁJDALMAT, SÉRÜLÉST OKOZÓ CSELEKMÉNY.
.....

A meghatározás felhívja a figyelmet arra is, hogy agresszív cselekménynek az minősül, amit az adott társadalmi megítélés annak tart. Gondoljunk a természeti népek beavatási szertartásaira, amelyek a mi kultúránkban agresszív cselekménynek minősülnek, ott a felnőtté válás, vagy más egyéb fontos esemény ünnepélyes aktusai.

AZ AGRESSZIÓ OKA

Megfigyelések és kísérletek egyértelmű megállapítása szerint az agresszió oka általában valamilyen előzetes frusztráció.

A frusztráció azt a helyzetet jelöli, amikor a motivált magatartás lefolyását valamilyen akadály gátolja: ekkor feszültséget érzünk.

A frusztrációs élmény bizonyos erősségű agresszív készenléte hoz létre. Az agresszív készenlétből nem feltétlenül lesz agresszív viselkedés, mert a szocializáció során elsajátított, agressziót gátló tényezők (szeretet, erkölcsi norma, részvét, tisztelet, szabálytudat, a szocializáció során beépült értékek, normák) megakadályozhatják azt.

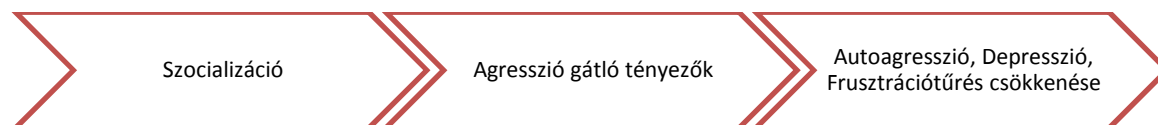
Ha az agresszió közvetlen kiélésére nincs lehetőség, akkor a keletkezett feszültség más módon kerül levezetésre.

Ilyen frusztrációs helyzet lehet pl. egy fontos megbeszélésről való kérés egy buszjárat kimaradása miatt, vagy amikor a főnökünk bejelenti, hogy nem mehetünk szabadságra az előre eltervezett időpontban. A fogvatartottak is folyamatos frusztrációnak vannak kitéve a szabályokból következően. A frusztrációt okozó hatás az egyén lelki életére mély benyomást gyakorolhat: dühöt, elkeseredést, reménytelenséget, szorongást válthat ki.



- Pl. düh, elkeseredés, szorongás

E folyamat ellen hatnak az agresszió gátló tényezők, amelyek a szocializáció termékei:



A FRUSZTRÁCIÓRA ADOTT REAKCIÓK

1. A frusztrációra adott elsődleges válasz az **agresszió**.
2. Amennyiben az agressziónk nem irányulhat a minket frusztráló személy felé, akkor megváltozhat az agresszió tárgya, **más személyre irányulhat, vagy akár önmagunk felé** is fordíthatjuk (öngyilkosság, falcolás formájában).

Gyakori jelenség gyerekeknél, hogy a szülő agressziót gátló, büntető magatartásának következményeként a nagyobb testvér a kisebb testvéren torolja meg sérelmeit. A büntetés-végrehajtási intézetekben is tipikus jelenség az agresszió eltolása. A felügyelettel szemben legátolt, ki nem élt agresszív indulatokat zárkán belül, a fogvatartott társakkal szemben vezethetik le.

3. A folyamatosan elszenvedett büntetések, a megfosztottság, a visszautasítás gyakran **depresszióhoz** vezethetnek. Ez a motiváltság csökkenésével, a gondolkodás beszűkülésével, a társas kapcsolatoktól való visszavonulással jár. Ez előfordulhat a fogvatartottakkal, vagy tartósan munkanélküli emberekkel.
4. Az egyéni frusztrációs érzékenységet **frusztrációtűrésnek** nevezzük. A frusztrációtűrés a szocializáció során alakul ki, az adott életkornak megfelelő optimális frusztrációkra az egyénnek szüksége van ahhoz, hogy felnőttkorában meg tudjon küzdeni a nehézségekkel. Ilyen optimális frusztráció többek között a szükségletek kielégítésének várakoztatása (például elviselni azt, hogy nem kaphatunk meg mindent rögtön, vagy nem mindig nekünk van igazunk).

Az ismétlődő feszültségek a frusztráció tűrés csökkenését, vagyis **túlérzékenységet** válthatnak ki. Ez azt jelenti, hogy azok a helyzetek is, amik korábban nem zavarták az egyént, stresszt okoznak.

FRUSZTRÁCIÓ ÉS AGRRESSZIÓ A BÖRTÖNBEN

A büntetés-végrehajtási intézetek totális jellegükből adódóan sokszorosan frusztrált helyzetet jelentenek az ott élőknek és a személyi állománynak is.

Totális intézménynek nevezzük azokat az intézményeket, ahol a bentlakók szükségleteinek kielégítését (evés, ivás, önrendelkezés, szeretet) egy csoport irányítja és ellenőrzi (lásd a XIII. fejezetet, amely a totális intézményekről szól).

Mint láthattuk, a frusztrációs élmény leggyakrabban agresszív készenlétet eredményez, agresszív indulatokat gerjeszt, így a börtönlakók agressziós szintje helyzetüknél fogva is lényegesen magasabb. A börtönhelyzet agresszióval telített helyzet, amelyben az agresszió kiélését akár a személyi állomány, akár a fogvatartott társak, akár a tárgyak, eszközök irányában büntetik, gátolják, megtorolják. Az agresszió legátolása gyakran vezethet helyzethez nem illő indulati kitörésekhez, önkárosító cselekményekhez, a személyiség széteséséhez, pszichés és pszichoszomatikus megbetegedésekhez.

A fogvatartottak agresszivitása óhatatlanul hat a velük foglalkozó személyekre, és emeli azok agressziószintjét, károsan befolyásolva mentálhigiénijüket (lelki egészségét), valamint a személyzet reakcióit a fogvatartottak felé.

Mit lehet tenni? Mi ebből az ördögi körből a kilépés lehetősége, a célszerű viselkedés?

A fogvatartottakkal közvetlenül dolgozó személyzetnek értenie és ismernie kell a börtönrezsimek működésével együtt járó pszichés folyamatokat és ezek kezelését. Ha nem személyünk ellen irányuló ellenállásnak, indulatoknak tulajdonítjuk a fogvatartottak feszült állapotát, hanem a helyzet velejárójának, megértve helyzetüket, ezzel saját magunkat is óvjuk. Nyugodt magatartással, a szabályoknak megfelelő intézkedésekkel megóvhatjuk saját egészségünket, általuk egyúttal csökken mindkét fél készítése az agresszív magatartásra.

XI. NORMALITÁS, ABNORMALITÁS, A LELKI- ÉS VISELKEDÉSZAVAROK OSZTÁLYOZÁSA, MEGJELENÉSÜK BÖRTÖNKÖRÜLMÉNYEK KÖZÖTT

A NORMALITÁS FOGALMA

Azt, hogy mit tartunk normális lelki működésnek, jóval nehezebb meghatározni, mint a testi működések esetében.

A statisztikai szempont önmagában nem elegendő (mint pl. a testmagasság esetében), gondoljunk csak az intelligenciára, ahol nem csak az átlagnál jóval alacsonyabb, hanem az átlagnál jóval magasabb intelligenciájú ember is abnormalis lenne statisztikai szempontból.

Társadalmi normák szabályozzák viselkedésünket, ami ettől számottevően eltér, szintén abnormalisnak minősülhet. Ez azonban társadalmanként, koronként eltérő lehet.

Bizonyos afrikai törzsekben nem szokatlan, hogy valaki hangokat hall amikor egyedül van. Az arab országok öltözködési, viselkedési szabályai a nőkre vonatkozóan nagyon eltérnek az európaiaktól.

Tehát a normalitás nem határozható meg csupán a társadalmi elfogadottsággal sem.

A statisztikai vagy társadalmi normáktól való eltérés helyett sok kutató javasolja a nem megfelelő alkalmazkodás fogalmának használatát.

A normalitás fogalma Freud meghatározása szerint úgy szól, hogy normális az, aki képes tanulni, szeretni, dolgozni.

A fentiek után tágabban meghatározva a normalitás fogalmát és körét:

.....
NORMÁLIS AZ, AKI:

1. ÖNÁLLÓ ÉLETVEZETÉSRE KÉPES,
 2. KÉPESSÉGEINEK MEGFELELŐ MUNKÁT VÉGEZ,
 3. ÖRÖMSZERZÉSRE, ÖRÖM ÉRZÉSÉRE KÉPES,
 4. ÉLETÉT KÖZÖSSÉGI, TÁRSADALMI NORMÁKNAK MEGFELELŐEN ÉLI.
-

Alkalmazkodási zavarról beszélünk, ha egyik vagy másik feltétel nem, vagy csak részlegesen teljesül.

Ha a fentiek közül a 4. kritérium nem teljesül, azaz a személy a közösségi, társadalmi normákat nem tartja be, akkor antiszociális viselkedésről beszélünk.

AZ ANTISZOCIÁLIS VISELKEDÉS HÁTTERE

Az antiszociális viselkedés hátterében a következő okok állhatnak:

- a személy **nem ismeri fel** a társadalmi követelményeket. Ekkor a beszámítási képesség hiánya áll fenn, ennek pedig pszichológiai szempontból két oka lehet: súlyos értelmi fogyatékoság, vagy elmebetegség.

- ismeri, de nem fogadja el - ilyenkor beszélünk a klasszikus antiszociális viselkedésről.
- ismeri, elfogadja, de nem képes azok teljesítésére – krízishelyzetbe kerül, ilyen a krízisbűncselekmény.

A LELKI-ÉS VISELKEDÉSZAVAROK OSZTÁLYOZÁSA

A lelki- és viselkedészavarok nagyon eltérő súlyosságúak lehetnek, az enyhébbeket a normálistól néha nehéz elkülöníteni. A teljesség igénye nélkül, csak a büntetés-végrehajtás szervezetében leggyakrabban előforduló zavarokra térünk ki.

1. ORGANIKUS (SZERVI) EREDETŰ ZAVAROK

Az **agy** sérülés, érrendszeri megbetegedés, alkohol vagy drog okozta károsodása. Különböző tünetek jelentkezhetnek, főleg a megismerő funkciók – mint az emlékezés, figyelem, gondolkodás – zavarai. Leggyakoribb formája a demencia (elbutulás), az intellektus olyan hanyatlása, ami már a hétköznapi tevékenységet is negatívan befolyásolja. Ilyen pl. az Alzheimer kór. A börtönben leggyakrabban az alkohol okozta károsodással találkozunk.

2. SKIZOFRÉNIA

A valósággal való kapcsolat lazulásával, gondolkodási zavarokkal (téveseszmék) és észlelési zavarokkal (hallucinációk), bizarr viselkedéssel jellemezhető betegségcsoport. Az intellektuális képességek legtöbbször nem károsodnak, az érzelmek azonban gyakran eltompulnak, vagy nem a helyzethez illően jelentkeznek. Leggyakoribb formája a paranoid skizofrénia ami üldöztetési, féltékenységi stb. téveseszmékkel, hallucinációkkal jár (fenyegetik, parancsolnak neki).

Ez néha erőszakos cselekedetekhez vezethet (általában ilyenkor önvédelmi jellege van), a beszámítási képesség hiánya miatt kényszergyógykezelés alá helyezik. Ritkán előfordul, hogy a betegség a fogvatartás idején lép fel, és pszichiátriai kezelést igényel.

3. HANGULATZAVAROK

A hangulat a **mánia** (felfokozott, emelkedett hangulat) és a **depresszió** (lehangoltság, levertség) között ingadozik, illetve tartósan egyik vagy másik irányba tolódik el, ez különböző intenzitású, súlyosságú lehet.

A mánia súlyos eseteiben az emelkedett hangulat csillapíthatatlan izgatottsággá fokozódik, az alvásigény lecsökken, a normális szociális gátlások eltűnnek, céltalan aktivitás (mozgás, gyors beszéd) mutatkozik, agresszivitással. Ezt rendszerint depresszió követi, amikor a hangulat nyomott, a személy passzív, érdektelen, örömezésre képtelen, önvádások, esetleg öngyilkossági gondolatok jelentkezhetnek. A depresszió önmagában is felléphet, ez a leggyakoribb hangulatbetegség.

Mindannyiunk életében előfordulhatnak olyan időszakok, amikor lehangoltak vagyunk, ezt csak akkor tekintjük abnormálisnak, ha nincs arányban valamilyen kiváltó eseménnyel (kudarccal, szeretett személy elvesztése, öregedés), vagy túlmeleg az a ponton, ahol a legtöbb ember kilábal belőle. A fogvatartás kezdeti időszakában, főleg első büntényes elítélteknél nem ritka reakció, de a későbbiekben is számtalan esemény (kapcsolatok megszakadása, haláleset) kiválthatja. Az öngyilkossággal való szoros összefüggése miatt erre figyelniünk kell.

4. SZORONGÁSOS ZAVAROK

Olyan betegségek tartoznak ide, melyeknek fő tünete a szorongás, ami olyan helyzetekben lép fel, amit az emberek többsége probléma nélkül megold. Ilyen betegség:

- a **fóbia**, amikor a szorongás egy meghatározott, de nem veszélyes helyzetben, vagy tárgy jelenlétekor lép fel, az egyén az ilyen helyzeteket kerülni igyekszik (különböző állatfóbiák, szociális fóbia: mások előtt való beszédől való félelem, stb.),
- a **hipochondria**, ami meghatározott betegségektől való félelemben nyilvánul meg,
- és a **pánikbetegség**, ami bejósolhatatlan szorongásos rohamok jelentkezésével jár. Ezekkel a zavarokkal a börtönben ritkán találkozunk, a szorongás nem "segíti elő" a bűnelkövetést.

5. ÉRTELMI FOGYATÉKOSSÁG

Jelentősen átlag alatti intellektuális teljesítményt nyújtó személyek tartoznak ide (IQ 70 alatti), ami alkalmazkodási készségük csökkenésében nyilvánul meg. Elmaradást mutatnak az iskolai előrehaladás, munkavégzésre való képesség, önálló életvezetés tekintetében, különösen nehezen alkalmazkodnak új környezetben. A börtönben ez olyan formában nyilvánul meg, hogy sorozatosak a zárka-konfliktusok körülöttük, emiatt normál körleten sokszor nem maradhatnak. Ez esetben a gyógyító-terápiás részlegen vagy a pszichoszociális részlegen helyezik el őket.

Súlyos értelmi fogyatékossgal a büntethetőséget kizáró ok, ekkor kényszergyógykezelést rendel el a bíró.

6. SZEMÉLYISÉGVAVAR (PSZICHOPÁTIA)

A személyiségzavarok általában már a serdülőkor elején megmutatkoznak, de ekkor még nehéz elkülöníteni az egyéb serdülőkori zavaroktól. Amennyiben a viselkedés zavara felnőttkorban sem rendeződik, egész életen át tarthat.

Jellemzői az alkalmazkodás rugalmatlansága, illetve olyan módja, ami jelentősen eltér az adott kultúra szokásaitól, elvárásaitól. Megnyilvánul a zavar az érzelmek, az indulati szabályozás, a gondolkodás és a másokkal való kapcsolat terén. Az ilyen emberek nem motiváltak viselkedésük megváltoztatására, mivel attól nem ők, hanem környezetük "szerved" (ellentétben a neurotikus és a hangulati zavarokkal). Pontosán a motiválatlanság miatt közösségbe illeszkedésük nehéz, gyakran kerülnek konfliktushelyzetbe, illetve okoznak konfliktusokat ők maguk.

A büntetés-végrehajtásban a beilleszkedés elősegítésére hozták létre a gyógyító-terápiás részlegeket, ahová a személyiségzavaros elítéltek az IMEI-ben történő kivizsgálás után kerülhetnek be.

Többféle formája van, ebből csak néhányat ismertetünk.

- A **paranoid személyiségzavar**: a személyt a mások iránti általános bizalmatlanság, gyanakvás, rosszindulat feltételezése jellemzi. Vélt sérelmeire tartós nehezteléssel, indokolatlannak tűnő dühkitörésekkel, esetleg okatlan féltékenységgel reagál. Agresszív megnyilvánulásai váratlanok, aránytalanok lehetnek, ez néha súlyos következményekkel jár.
- A **hisztériás személyiségzavart** a túlzott figyelemfelkeltés igénye, érzelgősség jellemzi. Gyorsan változó felszínes érzelmeket mutat, színészi előadásmóddal. Igényli, hogy mindig ő legyen a középpontban.
- Az **antiszociális személyiségzavar**.

AZ ANTISZOCIÁLIS SZEMÉLYISÉGVAVAR

Mint láthattuk, a devianciáról szóló fejezetben, sokféle szülői magatartás vezethet a deviáns magatartásformák kialakulásához. A szakmánk szempontjából legfontosabbnak tűnő antiszociális személyiségzavar jellemzőivel részletesebben is foglalkozunk.

A személyiségfejlődés során elszenvedett ártalmak következtében az érzelmi és indulati élet reakciómódjai gyermeki (infantilis) szinten rögzülnek, amelyek a következő jellemzőkben mutatkoznak meg:

A feszültségtűrési zavarai (frusztrációtűrő képesség)

A szocializáció során megtanuljuk vágyaink, szükségleteink késleltetett kielégítését, és eközben hozzászokunk a tartós, kis intenzitású feszültségek elviseléséhez.

Minden nap bemegyünk a munkahelyünkre (ha éppen aludni szeretnénk, akkor is), akár egy évig is képesek vagyunk dolgozni egy tartós fogyasztási cikk (televízió) megvásárlásáért.

Az érzelmileg éretlen személyiség (mint a gyermek) nehezen viseli, vagy nem viseli el az ezzel járó tartós, kis intenzitású pszichés feszültséget és a várakozást. Ezért gyakran, kisebb akadályok esetén is, munkahelyet változtat, bűncselekmény útján szerzi meg a vágyott dolgokat. Az erőfeszítést igénylő családi életből, párkapcsolatból is könnyen kilép, így jellemző a partnerek gyakori váltakozása.

Az állandóság hiánya, a munkahely és a párkapcsolatok változékonysága a kriminalitás felé való sodródást elősegítheti. A tartós, kisebb erőfeszítést igénylő, monotoníával járó helyzetekből való kilépés mellett keresi és igényli a nagy erősségű, rövid ideig tartó élmények, feszültségek meglétét, ilyen például bűncselekmények elkövetése. A személyiség éretlenségével hozható kapcsolatba a fokozott sodorhatóság, a hosszú távra való tervezés hiánya.

Agresszív feszültség szociálisan elfogadható levezetési forma nélkül

A gyermekkorban elszenvedett pszichés és környezeti ártalmak hatására feszültségeit csak egyféle módon, agresszióval képes levezetni.

Antiszociális értékek és normák beépülése

A szocializációs folyamatok elégtelensége következtében nem alakul ki szilárd belső erkölcsi normarendszer, a viselkedés külső szabályozottságú. A lelkiismereti funkciók működésének hiányában könnyen sodródnak antiszociális cselekményekbe (az erkölcsi szabályozásnál tanult heteronóm erkölcsi szabályozás jellemzi őket). A büntetőeljárás megbélyegző jellege és pszichés hatása egyre inkább az antiszociális közegbe sodorja őket. Itt találnak elfogadásra, és ezáltal egyre inkább rögzül az antiszociális érték- és normarendszer.

Érzelmi fejlődés zavarai

Elsősorban a tartós kötődési képtelenségben nyilvánul meg, ez összefüggést mutat az empátiás készség gyengeségével. Az énközpontúság miatt mások érzelmeire tekintettel lenni nem képes, viselkedése gátlástalan, manipulatív lehet. Az empátia hiányából következik, hogy mások sérelmére elkövetett cselekedetek után büntudatot sem érez.

Összefoglalva: az ilyen embereknek kevés a felelősségérzetük, erkölcsi érzékük, empátiás készségük fejletlen, büntudatot nem érznek. Viselkedésüket szinte kizárólag szükségleteik irányítják, ezért impulzivitás (meggondolatlan, gyakran agresszív cselekedetek) a tervezés, előrelátás hiánya jellemzi őket. Ebből kifolyólag gyakran kerülnek összeütközésbe a törvénnyel. Az antiszociális személyiségű emberek egy része azonban nem követ el bűncselekményt, de környezetük számára nagyon sok problémát, szenvedést okozhatnak.

A KÉNYSZERGYÓGYKEZELÉS

A fent részletezett lelki- és viselkedészavarok köréből a skizofrénia és az értelmi fogyatékoság olyan betegségek, amelyek bűnelkövetés esetén nem büntetést, hanem az intézkedések egy speciális formáját, a kényszergyógykezelés foganatosítását teszi szükségessé.

A 2012. évi C. törvény rendelkezik (17-18.§) a bűncselekmény elkövetése esetén az elkövető esetében büntethetőséget kizáró vagy korlátozó okokról. Egy ilyen ok a kóros elmeállapot, amely képtelenné teszi az elkövetőt cselekménye következményeinek a felismerésére, vagy arra, hogy e felismerésnek megfelelően cselekedjen.

Amennyiben kóros elmeállapotú az elkövető és nem büntethető, akkor a kiszabható intézkedés kényszergyógykezelés (78.§). Ennek három feltétele van:

- az elkövető személy elleni erőszakos vagy közveszélyt okozó bűncselekményt követ el, és
- tartani kell attól, hogy hasonló cselekményt követ el,
- büntethetősége esetén egyévi szabadságvesztés büntetést kellett volna kiszabni.

A kényszergyógykezelést az erre kijelölt, zárt intézetben kell végrehajtani a pszichiátria szakmai szabályai szerint. Ez az intézmény az Igazságügyi Megfigyelő és Elmegyógyító Intézet (IMEI) Budapesten.

XI. AZ ÖNGYILKOSSÁG

FOGALMA, AZ ELKÖVETÉS TÍPUSAI

Az öngyilkosság kizárólag emberi jelenség, az ember az egyetlen élőlény, amely önmagáról, saját létezéséről gondolkodik, jövőjét előrevetíti, létezésének evidenciájával rendelkezik. Ezek miatt képes önmaga létezésének célját, avagy értelmetlenségét megélni, majd öngyilkosságot eltervezni és végrehajtani is.

Öngyilkosságot követ el az az ember, aki életének önmaga vet véget. Három kritériuma van:

- a meghalás tudatos szándéka;
- egy módszer képze, amely alkalmas az élet kioltására;
- e módszer megvalósítása.

Az öngyilkosság egy bonyolult bio-pszicho-szociológiai jelenség, amely utal a biológiai okok, a pszichés történések, és a személyt körülvevő szűkebb és tágabb társas környezet bonyolult összefonódására. Minden esetet **csak egy okra visszavezetni lehetetlen**, semmiféle egyszerűsített sablon nem tud magyarázatot adni az öngyilkosságra készülő, majd azt elkövető egyén lelkében zajló történésekre.

4 típusa van az öngyilkosságot elkövetők viselkedésének:

1. halálkereső: az öngyilkosság pillanatában biztos abban, hogy meg akar halni, ekkor ez kizárólagos alternatíva, de ez viszonylag gyorsan (1 óra, 1 nap alatt) átcsaphat bizonytalanságba.
2. halálvállaló: eltökélt, és meggyőződése, hogy tetteivel csak befejez egy már rég elkezdődött folyamatot (pl. idősök, betegek, Hemingway)
3. haláltagadó: nem hiszi el, hogy a halállal létezése véget ér. Egy jobb és boldogabb világ kezdődik. (pl. gyermekkori öngyilkosságok, túlvilágban hívők, szekták)
4. halálkihívó: nincs meggyőződve arról, hogy meg akar halni. Ugyanolyan erős a lelkiismeret furdalás felkeltése másokban és a figyelemfelhívás, mint a halálvágy.

Emellett meg kell említeni a következő jelenségeket:

- krónikus öngyilkosság: veszélyes munka, hobbi, alkoholfogyasztás
- kiterjesztett öngyilkosság: öngyilkossága előtt más embereken is elköveti tettét (pl. családtagon, iskolatársakon)

RIZIKÓFAKTOROK

Az önsértést elkövető személyek esetében több hasonló tényező fedezhető fel:

1. **Súlyos elhúzódo stressz, krízis**, amely kapcsolati vagy megélhetési (gazdasági) nehézségekkel is társul. Pl. munkanélküliség, kamaszkori szerelem elvesztése, haláleset a családban, rossz bánásmód.
2. **Pszichiátriai betegség: depresszió**, skizofrénia, súlyos személyiségzavar, **alkohol- és drogfüggőség**. A depresszió önmagában előhívja az önkárosító gondolatokat.

3. **Alacsony szintű problémamegoldó képességek:** a szocializáció eredményeként mutathatják a családból hozott minták elégtelenségét. Ehhez társulhat még a **modellkövetés:** a média által felkapott esetek, híres emberek öngyilkossága mintaként szolgál. Pl. médiasztárok öngyilkossága, híres helyszínek, családban előforduló öngyilkosság, vagy azzal való fenyegetőzés.
4. **Agresszivitás és impulzivitás:** az impulzivitásra hajlamos személyek egyértelműen sérülékenyek. Sokszor maga a megoldhatatlan helyzet is előhívja az agressziót. Az önpusztító cselekmények vagy a kifelé fordított agresszió előtérbe kerülése a külső korlátozásoktól függ (pl. börtönök, az élethelyzet hozta tehetetlenség): ahol a külső korlátozás túl erős, ott a személy a felhalmozódó agressziót önmaga felé fordíthatja.
5. **Ismételt önsértés:** korábbi öngyilkossági kísérlet növeli az újabb elkövetésének kockázatát. Ez azonban nem mindig igaz: ha a kísérlet változást, átrendeződést eredményez a személy életében, kapcsolataiban, konfliktusaiban, a korábbi kísérlet nem vezet újabbakhoz, illetve befejezett öngyilkossághoz. Az, hogy nem követ el újabb kísérletet, annak is lehet a következménye, hogy a kísérlet során szerzett élmények és tanulságok a személyiség érését, fejlődését okozzák, amelyek egy életre „kisütik” az önpusztítás programját.

Az elkövetők **90%-a** valamilyen formában **közli szándékát**. Ez SOHA nem a szándék gyengeségére utal. Nem mindig határozott a közlés, lehet pl. a reményvesztettség, céltalanság kifejezése. Ennek célja, hogy az egyéni problémáiban érjen el valami változást. Ha nem történik semmi, újabb öngyilkossági kísérlet történik. A szándék komolyságát kutatni felesleges, hiszen az öngyilkossággal fenyegetőző ember is veszélyeztetett: a komoly segítség biztos, hogy nem ront a helyzeten, míg az elhanyagolás, fegyelmezés, kételkedés a legkomolytalanabb öngyilkossággal zsarolót is tettekbe hajszolhatja.

AZ ÖNGYILKOSSÁG MAGYARÁZÓ ELMÉLETE

A kutatások abból az alapvető kérdésből indulnak ki, hogy az életében ugyanolyan jelentős veszteséget megélt (gyász, betegség, csalódás, csőd stb.) 100 emberből miért csak 3-6 személy lesz öngyilkos, és miért él és küzd tovább a többség?

A „cry for help” (segélykérés) szindróma elméletén túl ma a kognitív modell ad egyértelműbb magyarázatot az öngyilkosságra. A kognitív modell szerint önmagában a depresszió nem vezet öngyilkossági készítéshez, ill. kísérlethez. Ehhez szükséges az egyén gondolkodásában megjelenő **reménytelenség**, merev hiedelmek önmagára és jövőjére vonatkozóan, amelyek gyenge problémamegoldó készséghez vezetnek.

„Minek is élek én, csak teher vagyok neked, meg nincs semmi perspektívám, ennyi pénzzel hogy lehet megnősülni?” Húszas évei elején járó, öngyilkosságot elkövetett fiú.

Ez utóbbiak egy-egy kudarc esetén sikertelenségre kárhozzatnak, amelyek ismétlődve a jövőkép bizonytalanságát, negatív énképet és vele együtt fokozódó szorongást okoznak. Ha több ilyen kudarc követi egymást, a személyen eluralkodik a reménytelenség és tehetetlenség, ekkor pedig egy kis kockázatú esemény is az öngyilkosság gondolatát hívhatja elő.

Enyhébb reménytelenség esetén az önkárosító tett célja a figyelemfelkeltés és segítségkérés, súlyos reménytelenség esetén pedig a menekülés.

A gátolt menekülés modellje az alábbi három tényezőt tárta fel az öngyilkosságot választó személyek gondolkodásában:

1. Túlzott **érzékenység** a kudarcokra, megaláztatásokra. Olyan, mintha egy **negatív szűrőn** keresztül szemlélné az életének és környezetének eseményeit. Mindez azzal az érzéssel árasztja el, hogy menekülnie kell.
2. Úgy érzi, hogy **képtelen elmenekülni**. Ezt a korábbi emlékeire alapozza, amelyekben nagyobb arányban szerepelnek a kudarcok, rosszul megoldott helyzetek, és ebben a memóriájának sajátos torzulása is segíti. Ha a jelenlegi helyzetet sikeresen megoldja, akkor az öngyilkossági készlet megszűnik. Ha megoldhatatlannak találja (esetleg próbát is tesz rá, de nem jár sikerrel), reménytelenségbe süllyed.
3. Végül azt éli meg, hogy **ennek az állapotnak sosem lesz vége**: ez maga a **reménytelenség**. Ekkor nem képes pozitív dolgot elképzelni a jövőben.

Az idő előrehaladtával egyre enyhébb ingerek váltják ki az öngyilkossági készletet. Ennek oka a memóriának az a sajátossága, hogy könnyebben idézünk fel egy dolgot abban a hangulatban, amelyben először találkoztunk vele. Ekkor a rossz hangulat, súlyosbodó depresszió előhívja az önmagára vonatkozó rossz gondolatokat, kudarcokat, érzéseket, és ez, mint egy teljes minta aktiválódik újra és újra, és taszítja az egyént egyre gyorsabban, egyre mélyebbre. Mindezekben az egyén problémamegoldó készségeinek kudarca döntő szerepet játszik.

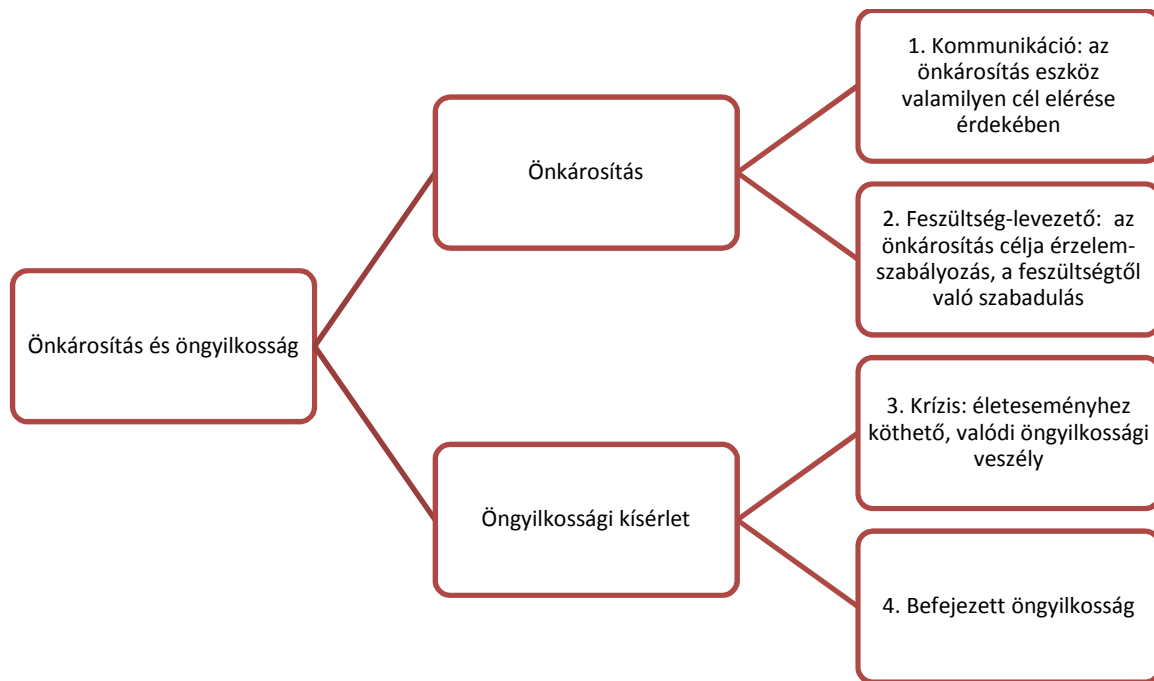
PRESZUICIDÁLIS SZINDRÓMA – AZAZ AZ ÖNGYILKOSSÁGOT KÖZVETLENÜL MEGELŐZŐ IDŐSZAK JEGYEI

- Fokozódó dinamikus beszűkülés: beszűkül az érdeklődése, a motivációi, emberi kapcsolatai, nem érdekli semmi, megszakítja a kapcsolatait, vagy azok maguktól megszakadnak
- Az agresszivitás gátlódása, ami így önmaga felé kezd irányulni
- menekülés a fantáziavilágba: Itt érik meg az öngyilkosság gondolata és terve. Elképzelel problémáinak megoldódását, különféle kimeneteit, halálát, temetését, az emberek reakcióit. Ezt az erőteljes indulati gócot gyűjtja be egy élmény, valamely újabb (valós, vagy szimbolikus) frusztráció, sérelem. Ekkor cselekvéssé érik a terv. Ezt követi a segítség kérése, majd ha nem kap odafigyelést és segítséget, akkor betetőzik az öngyilkossági cselekedettel.

ÖNGYILKOSSÁG A BÖRTÖNÖKBEN

A börtönök totális intézményi jellegéből fakadóan a fogvatartottak életének minden területe egy helyen, pontos előírásoknak megfelelően, órarendszerűen zajlik. Életük nagy részét a zárkában töltik, ennek megfelelően történik az önkárosító cselekmények nagy része a zárkában, és annak is az egyetlen olyan helyiségében, amely intim területként szolgál: a mellékhelyiségben. Ez az elzártság ideális terepet nyújt a hasonló cselekedetek véghezviteléhez.

A börtönbeli önkárosítást ketté kell osztani, az alapján, hogy az önkárosításhoz a meghalás szándéka is kapcsolódik-e.



Az önkárosítás a börtönben sajátos formákat ölt, ezek megjelenése jellemzően kamaszkorban kezdődik. Formái változatosak lehetnek: falcolás az alkaron, combon, hason; tárgyak nyelése; égetés; tűbeszúrás; közvetettebb formái az étkezés megtagadása, látványos kötélfonás. A fenti ábrából látható, hogy ezeknek több háttere és célja lehet:

- Az első esetben ez eszköz a fogvatartott mindennapi helyzetében való változás eléréséhez (jellemzően elhelyezéssel, fegyelmezással kapcsolatos konfliktusok).
- A második esetben a fogvatartott feszültség-levezetésként „alkalmazza” az önkárosítást, ez egyfajta (éretlen) érzelmszabályozás az esetében (pl. „nem bírom a fogdát”, „nem akartam mást bántani, inkább behúztam”, „magamon vezetem le az ideget”). A cél a belső üresség elfedése a test fájdalmával, illetve egyes esetekben ezzel vezeti le a már elviselhetetlenné fokozódó feszültséget.
- A valódi szuicid veszélyeztettség (3. és 4. eset) a korábbiakban már tárgyalt tényezők fennállása esetén mérlegelendő (1. bekezdés: depresszió, skizofrénia, krízis, élethelyzet-változás, korábbi kísérlet). A fogvatartott viselkedésében megjelenő jelek: egyre fokozódó labilitás, nő az önkárosítások gyakorisága és súlyossága. Túlnyomórészt agresszív elkövetők hajlamosak önkárosításra is, ekkor az addig kifelé irányuló agresszió befelé fordítva „talál utat” magának. Agressziójának irányíthatatlansága megjelenhet abban is, hogy az addig problémamentes fogvatartott konfliktusba keveredik az intézettel, társaival.

A veszélyeztető időszakok:

- börtönbe kerülés időszaka, első pár hét;
- ítélethirdetés és az ítélet jogerőre emelkedése;
- a családi kötelékek lazulása;
- anya, gyermek halála,
- szabadulás előtti időszak;
- súlyos pszichiátriai betegség (depresszió, skizofrénia), annak „kifejlődési” fázisa is.

Hagy hangsúlyozzuk ki, hogy a **reménytelenség** megjelenése a börtönkörülmények között is kulcsfontosságú az öngyilkosság és önkárosítás tekintetében.

MEGELŐZÉS A BÖRTÖNBEN

Törvényben rögzített feladatunk a fogvatartottak életének és testi épségének megóvása. Ennek kiemelt fontosságú részfeladata az öngyilkosságok megelőzése. A megelőzés érdekében a fogvatartottakkal közvetlenül foglalkozó személyi állománynak az alábbi jelenségekre érdemes odafigyelnie :

- a családi kapcsolatokban bekövetkező változásokat (haláleset, válás, súlyos egészségi probléma, terhesség, gyermekszületés, rendszertelenné váló kapcsolattartási formák stb.),
- a büntetőeljárás cselekmények kedvezőtlen alakulását,
- a közösségen belüli konfliktushelyzeteket,
- a környezettel való kapcsolat intenzitásának megváltozását,
- a fogvatartottak hangulatváltozásait,
- a korábban rendezett kapcsolattartási formák megszűnését vagy megváltozását (ennek során a hozzátartozóiknak írt vagy tőlük kapott leveleiket, telefonbeszélgetéseiket fokozottan ellenőrizték, az így megszerzett információkat a személyi állomány minden érintett tagja részére továbbítják; krízishelyzetben vegyék igénybe a börtönlelkész és jogerős szabadságvesztés büntetésüket töltő elítéltek esetében a büntetés-végrehajtási pártfogó felügyelő segítségét is).

XII. A TOTÁLIS INTÉZETEK

Ebben a fejezetben a totális intézetek, köztük a börtön jellegzetességeiről, a személyiségre gyakorolt hatásairól lesz szó. Majd a következő fejezetben a különös bánásmódot igénylő fogvatartotti csoportok leírása következik, amelyekben támpontokat adunk a velük való bánásmód formálására, leírjuk speciális jellemzőiket, amelyek a börtönben való alkalmazkodásukat befolyásolják. Minden speciális csoporthoz egy-egy esetet is közreadunk, amely az adott csoport jellemzőit hordozza egy fogvatartott helyzetének szemléltetésén keresztül.

A TOTÁLIS INTÉZET FOGALMA

A totális intézet olyan intézet, ahol a bentlakókat a társadalomtól valamilyen ok miatt elszigetelik, életük szigorú szabályok szerint, uniformizáltan, erőteljes irányítás és állandó ellenőrzés mellett folyik egy meghatározott cél elérése érdekében. Mindez az elszemélytelenedés irányába hat, a személy belekényszerül egy sablonos, a konform viselkedést előnyben részesítő világba.

Ilyenek lehetnek: börtönök, hagyományos elmeógyógyintézetek, kolostorok.

Jellemzői:

- Sok **hasonló szituációban** lévő személy él egy intézetben, akiket valamennyi időre **elzárnak a társadalomtól**.
- Erősíti a dependenciát, **függőségi helyzetet** teremt, ami a társas készségek elsatnyulását okozhatja.
- **Megbélyegez**, ezáltal befolyásolja a környezetnek a személlyel kapcsolatos véleményeit, reakcióit, viselkedését,

Különböznek azok a totális intézmények ahol önként vállalt az elszigetelődés (pl.: kolostor) és ahol kényszerből történik (pl.: börtön).

A fentiekén túl **a börtönt, mint totális intézetet** jellemzi:

- Az elszigetelés fizikai, technikai eszközei veszélyességet sugallnak.
- A szabad életben az alapvető élettevékenységek (alvás, étkezés, munka, szórakozás) általában más-más helyszínen, változatosan, különböző emberek társaságában, nagyrészt önálló döntés alapján folynak le. Ezzel ellentétben a totális intézetekben ezek egy helyen összpontosulnak, mindig több társ jelenlétében zajlanak.
- Mindenkitől ugyanazt a viselkedést követelik meg.
- A napi tevékenységek szigorú rend (házirend, napirend) szerint zajlanak, az egész rendszert felülről irányítják.

A TOTÁLIS INTÉZET SZEMÉLYISÉGRE GYAKOROLT HATÁSA

A totális intézet hatásai a személyiségre:

- A szabályok, reménytelenség és az uniformizáltság miatt a bentlakó elveszítheti a magáról és másokról kialakult képét.
- Érzelmi stresszsel, frusztrációval, agresszióval telített helyzet.
- Kialakul az informális hierarchia.

- Sykes szerint a megfosztottság (depriváció) 5 típusa jellemzi a börtönbe kerülők életét (szabadság, javak és szolgáltatások, heteroszexuális kapcsolatok, autonómia, biztonság).

A környezet tehát személytelen, a szigorú rend is ezt erősíti, az egyhangúság, az unalom, frusztráció érzése, és a személy megfosztottsága a fogvatartottakban erős érzelmi stresszt okoz. A börtönbe kerülés ráadásul megfosztja őket a kapcsolataiktól, szabad akaratuktól, munkájuktól, hobbijuktól – mindazon dolgoktól, amelyek a mindennapokban a stresszt enyhíthetnék.

A védekezés egyik lehetséges formája a fogvatartottak között kiépülő **informális (bizalmas, nem hivatalos) hálózat**. Ez a hálózat a hivatalosan működő, szabályos intézeti élet mögötti illegális, sajátos törvényekkel szabályozott szerveződés. Fő célja, hogy a fogvatartottak önbecsülését és viszonylagos önállóságát visszaadja, akik így védekeznek a totális intézet személyiségromboló hatásai ellen. Az informális hálózatnak a személyzet szempontjából vannak:

- **előnyei:** a hálózat egy-egy tagja a többi fogvatartotttól információt adhat, továbbá sok energiát is elszív a fogvatartottaktól – pl. az itt kialakuló barátságok, szorosabb kapcsolatok lefoglalják őket, a kint elveszített kapcsolatokat ezek pótolhatják
- **hátrányai:** nehéz ezeket a hálózatokat megismerni, ugyanakkor az intézetet érintő komoly, olykor rendkívüli eseményhez vezető történések itt dőlnek el, pl. gyógyszerek és drogok terjesztése, zsarolások.

XIII. ELTÉRŐ BÁNÁSMÓDOT IGÉNYLŐ FOGVATARTOTTAK

A totális intézet személyiségre gyakorolt hatásait vizsgálva a fogvatartottakról általában tettünk megállapításokat. Az alábbiakban néhány speciális fogvatartotti csoportot emelnénk ki, amelyek eltérő bánásmódot igényelnek.

Speciális fogvatartotti csoportok:

1. Előzetesen letartóztatottak, nem jogerős elítéltek
2. Első bűntényesek
3. Visszaesők
4. Fiatalkorúak
5. Nők
6. Hosszú tartamú szabadságvesztésre ítélték
7. Lelki- és viselkedészavarral küzdő fogvatartottak

1. ELŐZETESEN LETARTÓZTATOTTAK

Az ebbe a csoportba tartozó fogvatartottak életkorukat, élethelyzetüket, iskolai végzettségüket, bűncselekményüket, büntetett előéletüket tekintve rendkívül sokszínűek. Általános jellemzőjük a **jövőkép bizonytalansága**, amely a büntetőeljárás kimenetelétől függ. Az előzetesen letartóztatott kiszakad addigi környezetéből, a szabad élet szabályai semmivé válnak, helyette a totális intézet hatásai érvényesülnek. A leghumánusabb módon végzett befogadás is megalázó, lealacsonyító lehet számukra: lefényképezik, átkutatják őket, elveszik és letétezik személyes dolgaikat, nyilvántartási számot kapnak. Nagyon erős a kontraszt a szabad élet és a sok tekintetben a fegyház fokozatra jellemző elhelyezési körülmények között, ez az adaptációt kezdetben megnehezítheti.

Az elfoglaltság hiánya, az állandó bizonytalanság érzése **a pszichés tüneteket felerősíti** (nő a szorongás, gyakoriak a hangulati ingadozások, depresszió, önkárosító gondolatok, ill. cselekedetek, váratlan viselkedésváltozások). Elkezdődik egy önigazolási folyamat, amellyel bűncselekményüket magyarázzák.

Sz. F. 25 éves férfi, nem jogerős büntetését tölti, első bűntényes. Bűncselekménye emberkereskedelem, amelyért első fokon 6,5 év büntetést kapott. Iskolai végzettsége 8 általános, szülei nevelték fel egy Budapest környéki kistelepülésen nehéz körülmények között. „Már akkor úgy gondoltam, hogy felnőttnek lenni borzasztóan nehéz lehet”. 3 éve került börtönbe, 31 hónapot töltött előzetes letartóztatásban. Bekerülése után 9 hónappal élettársa elhagyta, amelyet azóta sem dolgozott fel. Barátai és családja fokozatosan eltávolodtak tőle, egyre ritkábban kap levelet és csomagot. Nevelője szerint az utóbbi hetekben viselkedése megváltozott, feszült, kedvetlen, visszahúzódozó lett, ugyanakkor továbbra is alkalmazkodó, szabálykövető a viselkedése. Intellektusa alacsony, nehezen kommunikál. Elmondja, hogy sok rossz dolog történik vele az utóbbi hónapokban, amelyek érzelmileg megviselik, több konfliktusa volt fogvatartott társaival és egy felügyelővel. Érzí, hogy szellemileg leépül, olvasni nem tud, mert elkalandozik a figyelme. Nem tudja mi vár rá, ítélete is bizonytalan, ezektől egyre feszültebb, zárkózottabb.

Az előzetesen letartóztatott fogvatartottak **viselkedése tehát változékonyabb, kiszámíthatatlanabb**, ez a velük való bánásmódot megnehezíti.

2. ELSŐ BÜNTÉNYESEK

Az első büntényesek ítéleti ideje általában rövidebb, rendelkeznek a feltételes szabadságra bocsátás lehetőségével, ezért a kezdeti adaptációs nehézségeken túljutva kellően **motiváltak** arra, hogy alkalmazkodjanak a bv. intézet rendjéhez, szabályaihoz. Igyekeznek elkerülni a fegyelmi büntetést, mivel egyes intézetekben ez a feltételes szabadulás megítélésénél kizáró ok.

Különleges figyelmet abból a szempontból érdemelnek, hogy segíteni kell őket abban, hogy felismerjék: a társadalomba való visszailleszkedésüket nem az segíti elő, ha az informális hierarchia szabályaihoz alkalmazkodnak (börtönre szocializálódnak).

K.E. 30 éves férfi, bűncselekménye rablás, okirattal való visszaélés, 7 év fegyház büntetését tölti. Iskolai végzettsége asztalos szakmunkás, hidegburkolóként dolgozott. Elvált, 5 éves gyermekét egyedül nevelte. A bűncselekmény elkövetése előtti időszakban állását, majd albérletét elvesztette, hajléktalanként élt Budapesten. Gyermekeit bentlakásos bölcsődébe adta, akit jelenleg testvére nevel. Szülei elváltak, édesapja súlyos alkoholfüggő volt, bántalmazta családját, édesanyja korán meghalt. 2 éve került börtönbe, a börtön szabályaihoz alkalmazkodik, konfliktusai nincsenek sem fogvatartott társaival, sem a felügyelettel. Idejét a bűncselekményéhez kapcsolódó jogi kérdések tanulmányozásával tölti. Családjával (testvérével és gyermekével) kapcsolattartása rendszeres, ez „tartja életben”, ezért érdemes küzdenie, szeretne hozzájuk közelebbi bv. intézetbe kerülni. Elfoglalja magát, ezért viszonylag nyugodt, egyedül feltételes szabadulását félti, annak megtartásáért mindent megtesz.

3. VISSZAESŐK (TÖBBSZÖRÖSEN VISSZAESŐK, SÚLYOS VISSZAESŐK)

A fogvatartottak kétharmad része tartozik ebbe a csoportba. A visszaesők személyisége a szabadságvesztés-büntetések hatására változáson megy keresztül: ezt a folyamatot **börtönoszocializációnak** nevezzük. A korábban nyugtalan, robbanékony, a szabályokat ismételtlen megszegő fogvatartott **fásulttá és beszabályozottabbá** válhat, ugyanakkor a **feszültségtűrése csökken**. Bár egy részük a szabályokat felszínesen betartja, időszakosan a felhalmozódó feszültségek indulati levezetést nyernek. Ez abból fakadhat, hogy felismerik, életük nagy részét „elvesztegették”, az újabb büntetésekkel egyre kevesebb esélyt látnak a visszailleszkedésre (családi kapcsolataik meglazultak, megszakadtak, tartósan sosem vállaltak munkát).

A visszaesők másik részének korábbi pszichés zavarai súlyosbodnak, velük a 6. pontban foglalkozunk részletesebben.

K.Z. 36 éves férfi, bűncselekménye rablás, betörés. Többszörös visszaeső, eddig kb. 15 évet, életének csaknem felét börtönben töltötte. A fogvatartottat nagyrészt nagyszülei nevelték, 14 és 18 éves kora között intézetben volt, 18 éves korában került először börtönbe. Gyerekkorában magatartási problémák miatt 6 különböző iskolába járt. Végzettsége szerint kőműves, a börtönben is lehetősége van szakmájában dolgozni. Rövid házasság után elvált. A második ítélete után 3 évet töltött szabadlában, élettársi kapcsolatban, amely azóta megszakadt, mivel ő adta fel a rendőrségen. Kapcsolatot csak nagynénjével és unokatestvérével tart, velük sem rendszeresen. A börtönben beilleszkedése jelenleg megfelelő, bár ez erőfeszítésébe kerül, korábban saját elmondása szerint folyamatosan konfliktusokba került indulatos viselkedése miatt. A nevelőjének elmondja, hogy mostanában

sokat gondolkodik az értelmetlenül eltelt éveken, a korábbi életmódjából kivezető utat azonban egyelőre nem látja, ezért időszakosan nagyon feszültnek érzi magát.

4. FIATALKORÚAK

A fiatalkorú fogvatartottak a kamaszkor minden jellemző vonását magukon viselik, bizonyos szempontból azonban eltérnek az átlagos serdülőktől.

Az átlagnál alacsonyabb intellektus jellemzi őket, ami gyakran szocializációs problémákkal társulva vezet az iskolázottság terén tapasztalható lemaradáshoz. Sokuknak az általános iskolai tanulmányok befejezése is nehézséget jelent, középiskoláig pedig nagyon kevesen jutnak el. Az **iskolában tapasztalt sikertelenség** énképükbe beépül, amely csökkenti a további tanulási motivációt, emiatt munkahelyeken is nehezebben helyezkedhetnek el.

A deviáns fiatalnak korábbi kudarcai miatt **feszültségtűrése is rosszabb**, könnyebben **sodródik**, a deviáns csoportok körében nagyobb elismerést kaphat. Mint minden kamaszt, őket is jellemzik a gyakran **szélsőséges és gyorsan változó érzelmek, indulatok**. Ezek a tulajdonságok azonban náluk intenzívebben jelentkeznek, és gyakran indulatvezérelt, meggondolatlan cselekedetekhez vezetnek.

A családról kortársaikhoz képest korán leválnak, ennek hátterében változatos családi problémák állnak. A fentiek miatt a család, mint megtartó közeg nem működik, a kamasz így elsodródik, máshol keres elfogadást, kötődést.

A totális intézetek jellemzőit és a serdülőkorúak igényeit összehasonlítva a következőket láthatjuk:

A serdülő:

A totális intézet:

kalandvagyó, érdeklődő, a környezet felé fordul	unalmas, egyhangú, eltávolít az emberektől
szeretne kitűnni, sok szerepet kipróbálni, az egyéniségét megtalálni	egy meghatározott szerepbe kényszerít, mindenkitől ugyanazt a viselkedést követeli
függetlenségre vágyik	függőségre kényszerít
határait próbálgatja, megkérdőjelezi a tekintélyt	felülről irányít, kötelező tekintélytiszteletet vár el
igénye van az intimszférára	minden a társak jelenlétében zajlik
megszilárduló nemi identitás	felnőtt minta hiánya, nemi szerepek torzulásának veszélye
intenzív, szélsőséges érzelmek és indulatok	fegyelmet vár el, nem tolerálja a szélsőséges megnyilvánulásokat
énképe, identitása, önértékelése formálódik	antiszociális énképhez, vagy alacsony önértékeléshez vezethet

Hangsúlyozzuk, hogy serdülőkorban a személyiség fejlődése még nem zárul le. Esetükben a börtön okozta krízis találkozik a személyiségfejlődés egy kritikus pontjával, ami lehetőséget ad arra, hogy a személyiségfejlődés kedvezőbb irányba haladjon. Ez csak akkor lehetséges, ha olyan segítséget kapnak, ami az elfogadáson és a társadalmilag elfogadott értékek közvetítésén alapul, egyébként hasonló problémákkal küzdő társaik antiszociális irányú fejlődését követik.

Itt utalunk a modellkövetéssel és az azonosulással kapcsolatban tanultakra.

A. J. 17 évesen emberölés miatt került a Fiataikorúak Büntetés-végrehajtási Intézetébe. Nehezen fogadta el a börtönbe kerülés tényét, az intézet speciális részlegébe került, ahol az életellenes bűncselekményt elkövetettek töltötték büntetésüket. Rövid idő alatt kb. 10 fegyelmi eljárás indult ellene, a felügyelettel szembeni viselkedése miatt, illetve önkárosító magatartás miatt (falcolások). A körlet nevelőjével szemben alkalmanként nyitottnak és őszintének tűnt, máskor indulatos és szabályozhatatlan volt. A társaival való kapcsolata is sokszor ellentmondásosnak alakult, néha magába zárkózott, máskor igyekezett a társaság középpontjába kerülni. A tekintélyt sem társai, sem a felügyelet részéről nem fogadta el, önmaga ura akart maradni. Lázadása mindig „átszabott” öltözetében is megmutatkozott (pl. hosszú ujjú ingét rövid ujjúvá alakította). Bűncselekményéről ritkán beszélt, olyankor kiderült, hogy az saját maga számára is érthetetlen, ugyanakkor – mintegy társaival azonosulva – mintha büszke is lett volna tetteire. (A csoporttagság magas státuszt biztosított neki a szigorú hierarchiában.) Erős volt benne az önismeret igénye és a visszajelzések iránti nyitottság, pszichoterápiában szívesen vett részt. A fiatal férfi pszichológussal jó terápiás kapcsolata alakult ki, amely a személyiségfejlődését kedvezően befolyásolta. Ítéletének ideje alatt több tanfolyamot is sikeresen befejezett.

5. NŐK

A női fogvatartottak aránya Magyarországon 5-6% a teljes börtönpopulációban, amely visszatükrözi a világon mindenhol tapasztalt arányokat. Kezelésük során a nemi szerepükhöz tartozó személyiségvonásokból kell kiindulni, miszerint a fokozottabb érzelmi-hangulati vezéreltség, az anyaszerep, a családi kötődések fontossága az, ami meghatározza viselkedésüket. Az ezektől való megfosztottság a kezdeti időszakban súlyosabb problémákat okozhat, illetve hosszabb fogvatartás esetén ismétlődően krízishelyzetekhez vezethet.

A női elkövetők eredményesebb kezelését az oldottabb légkörű, a kezelésre és képzésre orientált börtönökben lehet megvalósítani, ahol többféle munkalehetőség, több önállóság vár rájuk, valamint intenzívebb kapcsolattartás a hozzátartozóikkal.

6. HOSSZÚ TARTAMÚ SZABADSÁGVESZTÉSRE ÍTÉLTEK

A hosszú tartamú szabadságvesztésre ítélt fogvatartottak számára kritikus helyzet, amikor kimondják jogerős ítéletüket és szembesülnek azzal, hogy akár 10-15 évet is börtönben kell tölteniük. A korábbi bizonytalanság megszűnik, de helyébe az a probléma lép, hogy a kezdetben beláthatatlannak tűnő időt hogyan fogják elviselni.

Jellemzően kétféle viszonyulás figyelhető meg:

- Egy részüknek az ítélet elviselését megkönnyíti, hogy bizonyos idő elteltével képesek értelmes tevékenységekre fordítani az idejüket, és ezt hosszabb távon fenntartani.
- Akiknek ez nem sikerül, azok üres, értelmetlen éveknek élnek meg a szabadságvesztés időtartamát, és belső feszültségeik az idő elteltével nem csökkennek. Ennek sokféle

következménye lehet a viselkedés szintjén: konfliktuskereséstől a depressziós időszakokig. Ezek a fogvatartottak azok, akik saját feszültségeikkel szemben is tehetetlenek, ezt indulatvezérelt cselekedetekben vezetik le, pl. rongálással, önkárosítással (ld. agresszió levezetési módjai). A hosszú ítéletesek egy részének magatartása hasonlóan alakulhat a visszaesőknél leírtakhoz.

Általában nagy problémát okoz számukra jelentősebb kapcsolataik elvesztése, amely az ítélet bármely időszakában bekövetkezhet, és az addig kialakított viszonylagos egyensúly felborulásához vezet. Ilyen esetekben a fogvatartottakra nagyobb figyelmet kell fordítani, segítve a krízishelyzet megoldását.

A.L. 33 éves férfi, harmadik alkalommal van börtönben bünszövetkezetben elkövetett emberölésért. 20 év fegyház büntetést kapott, amelyet 12 éve tölt. Érettségizett, sportoktatói képesítése van, de sohasem dolgozott. Rendezett családi körülmények között nevelkedett, fiatal kora óta deviáns csoportokhoz tartozott, korábban két rövidebb ítélete volt, de életmódján nem változtatott. Elmondása szerint szabadságvesztés büntetése elején kb. 1 évig depressziós volt. Ebből az állapotból az segítette ki, hogy nevelője tanácsára tanulni kezdett. A bent töltött 12 év alatt 3 tanfolyamot végzett el, és továbbra is képezni szeretné magát, nyelvet tanul. Bekerülése előtt tartós párkapcsolatban élt, amely azóta sem szakadt meg. Sokat segít neki a családja és baráti köre rendszeres látogatása. Elmondása szerint életfelfogása az utóbbi 10 évben jelentősen megváltozott, felismerte, hogy életvitele szinte törvényszerűen vezetett ide, bár ítéletét súlyosnak tartja. A jövőre irányuló tervei reálisnak tűnnek.

7. LELKI- ÉS VISELKEDESZAVAROKKAL KÜZDŐ FOGVATARTOTTAK

A lelki- és viselkedészavarokat a III. 2. fejezetben tárgyaltuk részletesen, ezek közül bármelyikkel találkozhatunk a fogvatartottak körében. Leggyakrabban mégis a különböző személyiségzavarok és az értelmi fogyatékosok okoz problémát. A diagnózis megállapítása a szakember feladata (IMEI), kezelésük legtöbbször speciális csoportba helyezéssel oldható meg (gyógyító-nevelő csoport).

Az ilyen fogvatartottakat általában az jellemzi, hogy az **alkalmazkodásuk súlyosan zavart**, vagy az arra való képtelenség (értelmi fogyatékosok), vagy a szabályok elutasítása miatt.

Normál körleten ezért nem tarthatók, mert folyamatosan **konfliktusokat gerjesztenek** maguk körül, ezzel társaik életét és a személyzet munkáját is megnehezítve.

A konfliktusok jellemzően **agresszív** módon oldódnak meg: vagy ők viselkednek erőszakosan, vagy ők válnak annak **áldozatává**. Körükben gyakori az **önkárosítás**, ez részben a feszültség levezetésének megszokott módjává válik, részben pedig manipulatív jellegű.

Kezelésük azért nehéz, mert a problémák okát nem saját magatartásukban, hanem környezetükben látják.

Speciális jellemzőiket a hivatkozott fejezetben már ismertettük.

V.L. 34 éves férfi, bűncselekménye rablás, lopás, ítélete 10 év 9 hónap fegyház, többszörösen visszaeső, eddig kb. 15 évet töltött börtönben. Iskolai végzettsége 8 általános, munkanélküliként élt. Szülei nevelték, akik már meghaltak. Elvált, saját lakása nincs. Egyedül a nagymamájával tartja rendszertelenül a kapcsolatot, amelynek erőssége kérdéses. Intellektusa rendkívül alacsony, nagy testi ereje van, társas intelligenciája, a másokhoz való alkalmazkodási készsége szintén fejletlen. Fiatalkorúként kezdte büntetéseit, nagy börtönrutinja ellenére jelenleg is komoly konfliktusai vannak társaival. Zárvatársai szerint

nagyon hallgató, csak fekszik az ágyán, olvas, a zajokat nem bírja. Korábbi börtönévei során is többször állt pszichiátriai kezelés alatt, gyakran falcolt.

Váratlan indulat-kitörései vannak, agresszivitása soha nem mások felé irányul, inkább tárgyak felé, szóban agresszív, megtagadja az étkezést, falcol. Ezek miatt sokszor fegyelmi elkülönítésbe kerül. Az egyedüllét néha megnyugtató, máskor tovább növeli feszültségét. Állapota folyamatosan hullámzik. Az IMEI-ben rendszeresen gyógyszeres kezelést kap, amely feszültségét tartósan nem csökkenti, inkább a környezetváltozás és az odafigyelés hatására rendeződik átmenetileg az állapota. Többször visszakerül a gyógyító-nevelő csoportba, ahol a toleránsabb légkör egy ideig jó hatással van rá, majd problémái újra kiéleződnek, a körlet nevelője kihelyezése mellett dönt. Ebben az esetben súlyos személyiségzavarról van szó, ezért a problémák minden intézetben újra és újra megjelennek, amit általában intézetben belüli, illetve intézetek közötti sorozatos áthelyezésekkel tudnak csak megoldani.

FELHASZNÁLT IRODALOM

A pszichológia nagykönyve (2016). HVG Könyvek, Budapest.

Atkinson, Rita L. és munkatársai (2003): *Pszichológia*. Osiris, Budapest.

Benson Katalin (1995): *Kommunikációelmélet*. SOTE, Budapest.

Bagdy Emőke (1977): *Családi szocializáció és személyiségzavarok*. Tankönyvkiadó, Budapest.

Boros János, Csetneky László (2000): *Börtönpszichológia*. Rejtjel, Budapest.

BNO X.

Buda Béla (1994): *A közvetlen emberi kommunikáció törvényszerűségei*. Animula, Budapest.

Csepeli György (1997): *Szociálpszichológia*. Osiris, Budapest.

Forgács József (1997): *A társas érintkezés pszichológiája*. Kairosz, Budapest.

Haney, Craig, Banks, Curtis, Zimbardo, Philip, 1973: *A Study of Prisoners and Guards in a Simulated Prison*. Naval Research Reviews, Office of Naval Research, Department of the Navy, Washington D.C.

<http://www.prisonexp.org>

Mérei Ferenc, Szakács Ferenc (1988): *Pszichodiagnosztikai vademecum*. Tankönyvkiadó, Budapest.

Murányi Kovács Endréné Gubi Magda (1986): *Inadaptált serdülők és fiatalok pszichológiája*. Tankönyvkiadó, Budapest.

Münnich Iván, Szakács Ferenc (1990): *A bűnözés megelőzésének kérdései*. Tankönyvkiadó, Budapest.

Popper Péter (1970): *A kriminális személyiségzavar kialakulása*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

Szakmai esettanulmányok a 2013 és 2015 között bekövetkezett szökésekről és öngyilkosságokról. Büntetés-végrehajtás Országos Parancsnoksága. Budapest, 2016.

Zimbardo, Philip, 2007: *A Lucifer-hatás*. Ab-Ovo, Budapest.