

---

*Eredeti közlemények*

---

**AZ ÉRZELMEK SZOCIALIZÁCIÓJÁNAK  
TRANZAKCIÓANALITIKUS MEGKÖZELÍTÉSE.  
A RAKETT ÉRZÉSEK HATÁSA AZ ÉRZELEM-  
FELISMERÉSRE PREADOLESZCENS KORBAN**

---

NÁBRÁDY MÁRIA

Szegedi Tudományegyetem, BTK, Pszichológia Tanszék  
E-mail: [nabrody.maria@edpsy.u-szeged.hu](mailto:nabrody.maria@edpsy.u-szeged.hu)

*A tanulmány áttekinti a rakett érzés tranzakcióanalitikus koncepcióját, mely a rakett érzést úgy határozza meg, mint egy másik, autentikus érzést helyettesítő, tanult érzést. Az autentikus érzés megjelenése a stresszhelyzetekben adekvát lenne, de a szocializáció során szülei elutasítása nyomán a személy megtanulta elnyomni és más elfogadott érzéssel helyettesíteni azt.*

*A fogalmat a hasonló jelenségeket megragadó egyéb érzelemelméletek fogalmaival vetjük össze.*

*A tanulmány célja: (1) a rakett érzés mérésére használható módszert adni és (2) megvizsgálni, hogyan hat a rakett érzés az érzelemfelismerésben mutatkozó perceptuális torzítás irányára.*

*E célból két tesztet szerkesztettünk a rakett érzések és az érzelemfelismerés mérésére. Ezeket egy IQ-teszttel együtt 142 (11–14 éves) személlyel vettük fel.*

*Az eredmények azt mutatják, hogy az érzelemfelismerés pontossága pozitív kapcsolatban van az általános intelligenciával, és bizonyos rakett érzések esetén (szégyen, irigység, szánalom, zavar) az érzelemfelismerési feladatokban ezen érzések felé perceptuális torzítás történik.*

**Kulcsszavak:** *érzelem, tranzakcióanalízis, rakett, érzelemfelismerés, perceptuális torzítás*

**A TRANZAKCIÓANALÍZIS AZ ÉRZELMEKRŐL**

A tranzakcióanalízis (továbbiakban TA) szociálpszichiátriai irányzat, megalapítója Eric Berne, eredetileg analitikus orientáltságú pszichiáter, akinek elméletét *Emberi játszmák* (BERNE, 1964) című könyve tette ismertté. Alapkonceptiói az énállapot, tranzakció, játszma, illetve sorskönyv, melyek elemzése a tranzakcióanalitikus psi-

choterápia megkülönböztető jegye. A TA jól használható a klinikumon kívül a nevelésben (NÁBRÁDY, 1995, 2000a), a szervezetfejlesztés területén (VÁRY, 2000) és a tanácsadásban (NÁBRÁDY, 2000b) egyaránt. Az elmélet közérthetősége és a gyakorlat hatékonysága miatt egyre népszerűbbé váló szemlélet hazánkban is tért hódított, szakirodalmi háttere is egyre nő (JÁRÓ, 2000).

### *Autentikus és rakett érzések*

A TA – szociálpszichiátriai irányzat lévén – az érzelmek problémáját is a társas hatások nézőpontjából közelíti meg. Berne posztumusz könyvében (BERNE, 1972) a rakett érzést tanult érzésként definiálja, amelyet gyermekkorban a családi környezet hatására sajátítunk el azért, mert ezt „díjazzák” a szülők, ezzel lehet náluk eredményt elérni, ez a család „szokásos” érzése akkor, ha a dolgok kizökkennek a rendes kerékvágásból.

A szóhasználat, amelyben a tranzakcióanalitikus irodalom következetesen érzésekről – nem érzelmekről – beszél, arra utal, hogy a fogalom szubjektív jelenséget ír le, megítélése a személy beszámolóján alapul. Az érzellemmel foglalkozó akadémikus pszichológiában az érzést az érzelem egy komponensének tartják, az érzelmi állapot tudásáról van szó (AVERILL, 1997; ÖHMAN, 1999), a TA lényegében hasonló módon használja a fogalmat.

Berne előtt ENGLISH (1972, 27) definiálta a rakett érzést mint „helyettesítő érzést, mely a személyben egy adott pillanatban felbukkanni készülő hitelesebb érzés helyébe lép. Ez utóbbi akkor jelenne meg, ha a személyt gyermekkorában nem büntették volna meg vagy értékelték volna le, valahányszor ezt a hiteles érzést mutatja”.

STEWART és JOINES (1994), akik az addig felhalmozódott ismeretek összegző áttekintését adják, különös tekintettel az alapító Berne halála utáni elméleti fejlődésre, a következő módon határozzák meg a rakett érzés fogalmát:

„Gyermekkori eredetű, megszokott érzés, amelyet az egyén sokszor átél különböző stresszhelyzetekben, de amely felnőtt szintű problémamegoldó eszközként már nem felel meg.” (276.)

Mint a fenti definíciókból látható, a hangsúly az érzés tanult (gyermekkorban szülők által jutalmazott) jellegén van, a nehéz helyzetekben mintegy szokásosan jön elő, és nem alkalmas a problémamegoldásra.

A rakett érzés mint helyettesítő érzés valami helyett lép fel, és itt kell kitérnünk az érzések másik típusára, amit a TA-ban autentikus érzések néven illetnek (STEWART, JOINES, 1994). Az autentikus jelző a rakett érzés bevezetése után jóval később született, miután English első megnevezése az elfedett érzésre a valódi érzés volt. A klinikai gyakorlatban dolgozó tranzakcióanalitikusok tapasztalata alapján a rakett érzések ugyanolyan valóságos élmények, mint az „eredeti” érzés, inkább az eredeti érzés adaptív jellege hiányzik belőlük. Így született meg az autentikus és rakett érzések közötti különbségtétel. Eszerint az autentikus érzés az adott

szituációban a problémamegoldást elősegítő érzés, míg a rakett érzés legfeljebb arra alkalmas, hogy az azt eredetileg létrehozó környezetből – a szülőktől – együttérzést vagy más jutalmat csiholjon ki. Mivel ugyanezt felnőtt környezetünk már nem biztosítja, a gyermekkorunkban még hasznosnak bizonyuló érzés már elveszti problémamegoldó funkcióját és a társas együttműködés akadályává válik.

A TA-nak van még egy az érzelmekkel kapcsolatos konstruktuma, ez a magyar szakirodalomba zseton néven vonult be, minthogy akkoriban még nem jöttek nálunk divatba a bizonyos összegű vásárlás után járó, gyűjteni való bélyegek, amelyeket később nagyobb összegű nyereményre lehet beváltani. BERNE (1972) eredeti terminusa ugyanis a kereskedelmi bélyeg volt, és ezzel a megnevezéssel is arra akarta felhívni a figyelmet, hogy vannak olyan emberek, akik ki nem mutatott érzéseiket gyűjtögetik, mint más a kereskedőtől kapott bélyeget, azért, hogy aztán egy bizonyos idő után az utolsó csepptől kicsorduljon a pohár, az utolsó begyűjtött bélyeggel együtt a gyűjteményt beválthassák egy jó adag dühkitörésre vagy depresszióra, rossz esetben tragikus kimenetelt adva ezzel saját maguk és mások életének.

A zsetonok és a rakett érzés kapcsolatát a szerzők többféleképpen írják le. Egyesek (STEWART, JOINES, 1994) szerint a zseton – mint a játszmák haszna – tulajdonképpen a rakett érzéssel azonos, mások (ENGLISH, 1977; ERSKINE, ZALCMAN, 1979) különbséget tesznek a két érzés között: az előbbi a játszma végső szakaszában, a drámai fordulat után „tehető félre”, az utóbbi pedig a játszmakezdéssel kapcsolatos. Mint ismeretes, a játszma indítása olyan tranzakcióval kezdődik, amelyben rejtett üzenet van annak érdekében, hogy a kezdeményező így csikarjon ki elismerést – a tranzakcióanalitikus szóhasználatban sztrókokat – a másiktól. English szerint ez a válaszok egymásutánjában valósul meg, vagyis ez alatt van módjában azokat az érzéseket átérezni, amelyek a „szokásos, családias” érzései, míg a játszma fordulópontján nem szükségszerűen ugyanezeket az érzéseket söpri be nyereségként.

A játszmák nem mindig érik el a végkifejletet. BERNE (1964) először az átkapcsolás nélkül lezajló tranzakciókat is játszmának tekintette, majd KARPMAN (1968) drámai háromszög (üldöző, megmentő, áldozat) leírása után módosított álláspontján, és tekintette az átkapcsolást (pl. az egyik drámai szerepből a másikba) a játszma lényegi alkotórészének. ENGLISH (1977) az átkapcsolás nélkül zajló „játszmaízü” időtöltéseket a rakettezés, magyarul helyettesítősdi terminussal illette, mert lényegében arról van szó ekkor, hogy a résztvevők egymástól kedvenc érzéseik „mutogatásáért” kívánnak sztrókokat kapni. Több fajtáját is leírta ezeknek a helyettesítéseknek (ENGLISH, 1977, 1999). Ennek nyomán érthető meg a rakett kifejezés, melyet Berne az amerikai szlengből kölcsönzött. A chicagói védelmi pénzek beszédőit hívták *racketeer*nek, akik színlelt biztosításokat kötöttek az üzlettulajdonosokkal tüzeset ellen, és a tulajdonosok, ha nem akarták, hogy üzletük a tűz martaléka legyen, meg is kötötték ezt a biztosítást. A racketeer tehát valamilyen hamis dolgot kínál, és cserébe jutalmat vár, csakúgy, mint a helyettesítősdi játékos, aki „hamis” érzelmeiért cserébe vár elismerést. Megjegyzendő, hogy az eredeti érzések „átcímkézése” nemcsak a családi szocializáció sajátja, a kultúrában is benne vannak az „érzési kényszerek” (HOCHSCHILD, 1979).

*A tranzakcióanalitikus felfogás és más érzelmeteóriák*

A TA elsősorban a szociális tanulást és a kognitív szempontokat hangsúlyozó elméletekkel mutat rokonságot, de minthogy már a kezdetektől a gyakorló pszichoterapeuták és klienseik segítése volt a célja, van mondanivalója az emberről mint biológiailag meghatározott lényről, és az emberről mint önmagát meghatározó lényről is.

Az autentikus érzések koncepciója rokon az érzelmek evolúciós jelentőségét hangsúlyozó alapérzelmek (EKMAN, 1973) vagy a diszkrét emóciók (IZARD, 1977) konstruktumaival. Ugyanúgy, ahogyan Izard ismerteti az alapérzelmek adaptív funkcióit, a tranzakcióanalitikusok (STEWART, JONES, 1994) is felsorolják ezeket az alkalmazkodást segítő mozzanatok. A TA rendszerében négy autentikus érzést ismer el: düh, félelem, szomorúság, öröm. A düh funkciója az energia mozgósítása az eredetileg territorialitással összefüggő akadály elhárítására; a félelem fokozott készenlétbe állítja a szervezetet a veszély percepciójára és annak leküzdésére; a szomorúság a veszteség fájdalmának feldolgozását segíti; az öröm pedig a jelen élvezetét biztosítja, az élmény időtlenségét, a relaxáció általi felkészülést a jövő feladataira. Az autentikus érzés megjelenése a szituáció általános értelmezésének a függvénye, vagyis a TA nem a szituáció jelentésének egyéni értékelését tekinti az érzések kiváltása szempontjából alapvetőnek, mint azt a kognitív irányultságú teoretikusok (például LAZARUS, 1993) teszik, hanem egyfajta fajra, esetleg kultúrára tekintve egységes jelentést keresnek a helyzetekben.

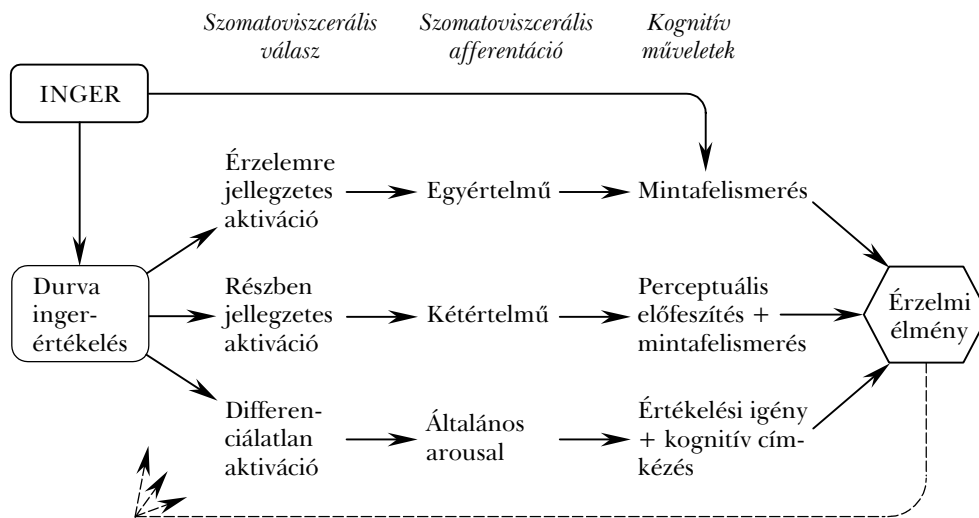
A négy alapérzelem megnevezése egybevágh egyes vizsgálatok eredményével (SCHERER, WALBOTT, SUMMERFIELD, 1986; STEIN, JEWETT, 1986), azonban inkább épül az alapító Berne intuíciójára (STEINER, 1999), semmint alapos elméleti vagy gyakorlati megfontolásokra. English eredeti definíciójában a „hitelesebb” szó szerepel, és magyarázatából kitűnik, hogy az érzelmek nagyobb csoportját tekinti ilyennek: például a féltékenység is beletartozhat ebbe a kategóriába (ENGLISH, 1977). Egyes, az érzelmek kérdésével foglalkozó tranzakcióanalitikusok igyekeznek árnyaltabban fogalmazni, és az „összetett” érzelmeket az autentikus érzelmekkel egyenrangúsítani (GELLERT, 1976), vagy egyenesen olyan „eretnek” nézeteket hangoztatnak, hogy az emberek által átélt érzelmek 99 százalékban autentikusak (STEINER, 1999).

A rakett érzés koncepció más, az érzelmek kezelésének fontosságát kiemelő pszichoterápiás elméletekben is – más elnevezésekkel – jelen van. Például a Greenberg-féle (GREENBERG, 1993) másodlagos érzelm, mely a háttérben zajló elsődleges érzelmet kiszorító megnyilvánulásokra vonatkozik; instrumentális érzelm, melyeket mások befolyásolására tanulunk meg; és a tanult maladaptív elsődleges érzelmi reakciók, melyeket trauma vagy erősen negatív környezet hatására sajátítottunk el, mind a rakett érzés egy-egy aspektusát ragadja meg.

Az érzelmek szociális tanulását hangsúlyozó HOCHSCHILD (1979) teóriájában az érzési szabályok társas meghatározása felelhet meg a TA rakett érzés koncepciójának. Hochschild szerint az érzést az határozza meg, hogyan értékeljük a helyzetet, ez azonban nemcsak saját céljainktól, érdeklődésünktől függ, hanem a társas struktúrától, amelyben élünk, és a kultúrától, melybe beleszülettünk. Az „érzési

szabályok” mondják meg, hogy amit érzünk, adekvát-e a kérdéses helyzetben vagy sem, a „kifejezési szabályok” pedig azt, hogy érzéseink kifejezése elfogadható-e, vagy nem helyénvaló.

A rakett érzés megjelenítésére szinte minden általános pszichológiai modell is ad lehetőséget. Például a CACIOPPO és munkatársai (1993) által vázolt, az érzelmi élmény kialakulására vonatkozó elképzelés ábráján (1. ábra) a középső nyilak követése vezet a jelenség értelmezéséhez. A modell alkalmas arra, hogy az érzelmek kialakulásával kapcsolatos nézeteket integrálja. Ha a felső nyilak mentén haladunk, az érzelmek pontos – testi jelekből származó – felismerésével számolhatunk, amivel az alapérzelmek (például EKMAN, 1973) teóriái bíztatnak, az alsó nyilak pedig a kognitív címkézési kísérletek (Schachter, Singer) magyarázatára alkalmasak.



1. ábra. Cacioppo és munkatársai szomatoviscerális affektáció modellje

A szociális-kognitív megközelítések általában foglalkoznak azzal a lehetőséggel, hogy a személy által tapasztalt érzelmek a tanulás által meghatározott, és ellentmondhat a helyzet adekvát felfogásának (SAARNI, 1993; AVERILL, 1997). EPSTEIN (1993) modelljében a tapasztalati és a racionális rendszer összehangolásának egyik akadálya a tapasztalati rendszernek az az automatizmusa, melyben a múlt emlékeiből táplált érzelmek, hangulatok befolyásoló hatása érvényesül a jelen percepciójára.

Az analitikus felfogás szerint, ha vágyaink kielégítése olyan kulturális akadályba ütközik (például szülők, nevelés), melyet később interiorizálunk, elhárító mechanizmusokkal fogunk élni, amely a vággyal asszociált affektust is érinti. Az ilyen affektus sorsa vagy konverzió, vagy áthelyeződés, vagy átalakulás (LAPLANCHE, PONTALIS, 1994). A konverziót a tranzakcióanalitikus irodalom „parazita” vagy



2. ábra. A rakett rendszer működése

sorskönyvi viselkedésként tartja számon (2. ábra), az átalakulás – az affektus más köntösbe bújtatása a szocializáció során – párhuzamba állítható a rakett érzés keletkezésének leírásával.

ROGERS (1951) elméletében az eredetileg a fontos „másik” (szülők) által, majd önmagunk elé állított értékfeltételnek meg nem felelő tapasztalat észlelése eredményezi saját szenzoros és viszcerális élményeink torz szimbolizációját vagy kizárását a tudatból, ami gyakorlatilag a rakett érzés leírásának felel meg.

#### *A rakett érzés szerepe a sorskönyvi folyamatban*

A TA egyik legsúlyosabb kulcskonceptiója a sorskönyv. A sorskönyv lényege, hogy gyermekkorunkban a szülők hatására kialakítunk egy élettervet, melyet a későbbi események „igazolnak” és az a végső elszámolás felé irányul (STEWART, JOINES, 1994). A gyermekkorunkban meghozott túlélési vagy sorskönyvi döntések később a tudatból „lesüllyednek”, így számunkra sorskönyvbe lépésünk – mikor a sorskönyv végső elszámolása felé irányuló lépéseinket tesszük – nem tudatos. A „sorskönyvbe lépés” azt jelenti, hogy nem mindig e nem tudatos életterv határozza meg cselekedeteinket, hiszen sokszor tudunk felnőtt módon gondolkodni, dönteni, tenni, autonóm módon viselkedni, azonban vannak olyan helyzetek, mikor a szituáció olyan érzelmek fellépését igényelné, melyet annak idején elnyomtunk, ez pedig automatikusan beindítja a rakett érzést és a parazita viselkedések, érzések és gondolatok egész rendszerét. Milyen szerepe van ebben a folyamatban a játszmáknak, rakett érzéseknek és a helyettesítősdinek? Nyilván valamilyen módon elősegítik a sorskönyv előrehaladását, megvalósítását. Erről ad magyarázó modellt ERSKINE és ZALCMAN (1979); a modell rakett rendszer vagy helyettesítő rendszer néven vonult be a tranzakcióanalitikus szakirodalomba.

A modell azt a mozzanatot merevíti ki, mikor az ember valamilyen, teherbírását meghaladó stresszhelyzetbe kerülve már nem tud autonóm felnőtt módon reagál-

ni, hanem sorskönyvbe kerül, fejében felelevenednek régi hiedelmei, magatartásában a rossz beidegződések jelennek meg, játszmába kezd, vagy mindezt a fantáziájában forgatja le, testi szintű panaszai kiújulnak. Végso tapasztalatként pedig megerősíti magát hiedelmeiben azzal, hogy felidézi: igen, persze, mit is várhatok ettől a helyzettől, hiszen a múltkor is így jártam..., ezek a megerősítő emlékek akár régi fantáziák emlékei is lehetnek.

Ahogy az ábrából látható, a folyamat energiáját a régi hiedelem, sorskönyvi döntés idején elnyomott érzés adja, melyet a személy megtanult mással – a rakett érzéssel – helyettesíteni. Mivel a rakett érzés nem visz előrébb a problémamegoldásban, a régi tapasztalat lezáratlan marad, a rendszer önerősítő módon tartja fenn magát.

## A VIZSGÁLAT

### Célkitűzés

A vizsgálat célja annak kimutatása volt, hogy az ember maladaptív érzelmi „szokásai” (a rakett érzés) érzelmi képességeit, megküzdési kapacitását rontják, és ez a romlás már a percepció szintjén is megnyilvánul.

BERNE (1972) szerint a rakett érzés kialakulásának időszaka a kisiskolás kor, ezután alakulnak ki a kedvenc játszmák, melyek aztán az érzés megtapasztalásának lehetőségét is jelentik. Ezért a vizsgálatban szereplő személyek életkorát úgy választottuk meg, hogy a tesztek kitöltése már ne okozzon nagy nehézséget számukra, de az élmény szintjén még ne álljanak túl távol a kisiskolás korban tapasztalt szülői hatások érzékelésétől.

A vizsgálatban többek között két saját szerkesztésű tesztet alkalmaztunk egyrészt a rakett érzés feltérképezésére, másrészt az érzélemészlelés mérésére. Ezenkívül egy nonverbális intelligenciatesztet is felvettünk a vizsgálati személyekkel.

Feltételezésünk az volt, hogy a különböző érzelmi tartalmak felmérését kívánó helyzetekben az észlelés a rakett érzés irányába torzít.

### Módszer

#### Személyek

142 fő vett részt a vizsgálatban, 11 és 14 év közötti, az általános iskola 6. osztályába járó gyerekek.

1. táblázat. Életkorátlagok és nemek szerinti megoszlás

Megoszlás	Fő	Átlagéletkor	Szórás
Fiú	66	12,56	0,79
Lány	76	12,42	0,74
Összesen	142	12,49	0,77

A nemek között életkor tekintetében nem volt szignifikáns különbség.

## Eszközök

A rakett érzés operacionalizálására kifejlesztett kérdőív

A kérdőív a rakett érzés definícióján alapul, mely szerint az érzés a stresszhelyzetekben mobilizálódik, szokásos, a szülők által megerősített, más „autentikus” érzés helyébe lépő érzés. Ennek megfelelően olyan helyzeteket kerestünk, amelyben a TA szerinti autentikus érzelmek fellépésére lehet számítani, és a helyzetben a személy érzéseinek minőségére és intenzitására kérdeztünk rá, valamint arra, mit gondol, szülei szerint is ezt kellene-e éreznie. A szülői megerősítés ellenőrzése nyilvánvalóan nehéz feladatot jelent, mivel azonban a TA osztja a fenomenológiai iskolák elképzelését arról, hogy a külső valóság szubjektív leképezése a döntő az egyén reagálása szempontjából, a szülői megerősítésnek a kérdőívben szereplő megfogalmazása képes támpontot nyújtani a rakett érzés méréséhez.

Például a düh autentikus érzésének provokáló helyzetére vonatkozó kérdés a következőképpen hangzott:

*Képzeld el, hogy a zsúfolt buszon egy veled egykorú gyerek elkezd taszigálni. Mit érzel?*

	egyáltalán nem	egy kicsit	meglehetősen	erősen
Szégyen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bűntudat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Félelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szomorúság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Érdeklődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öröm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irigység	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Remény	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szeretet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szánsalom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meglepődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Undor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Megvetés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zavar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mit gondolsz, anyukád szerint is ezt kellene érezned?			igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>
Mit gondolsz, apukád szerint is ezt kellene érezned?			igen <input type="checkbox"/>	nem <input type="checkbox"/>



A rakett érzés definíciójában szerepel utalás az érzés gyakori előfordulására, megszokottságára, használhatóságára a szülőkkel való kapcsolatban. Ennek az aspektusnak a megragadására terveztük másik típusú kérdéseinket, melyek az egyes érzelmek gyakoriságára, kedveltségére és hasznosságára vonatkoztak a vizsgálati személyek, illetve a szülők szerint. Például:

*Melyik az az érzés az alábbiak közül, amit leggyakrabban érzel?*  
(az érzelmek felsorolása)

*Anyukám szereti, ha látszik rajtam a(z)...*  
(az érzelmek felsorolása)

(A teljes kérdőívet lásd a *Függelékben*.)

Az érzések megnevezésénél az általam felkínált lehetőségek közé a tranzakcióanalitikus szakirodalomban gyakran szereplő negatív érzések (szégyen, büntudat stb.), a TA szerinti autentikus érzések, illetve az egyoldalú negativitás kiegyensúlyozására felsorolt pozitív érzések kerültek, kiegészítve az IZARD (1977) által alapérzelmeknek tartott érzelmekkel. Az érzelmek felsorolásánál figyelembe vettük a gyerekek figyelmi kapacitását és azt, hogy a felsorolás lehetőleg ne okozzon hangoló hatást. Az érzelmek intenzitását négyfokú skálán értékelhették a vizsgálati személyek, valamint lehetőségük volt más érzelmek felsorolására is.

A fenti kérdéstípusok elvileg alkalmasak arra, hogy a rakett érzés definíciójában szereplő kritériumokat kielégítsék, tehát stresszhelyzetben előforduló érzésekre kérdeznek rá, a szülői reagálásra, az érzés gyakoriságára, kedveltségére és hasznosságára. A rakett érzések skáláinak kialakításánál azonban figyelembe kellett vennünk a kérdőív belső koherenciáját is, ami módosításokat hozott a skálák kiszámításában az eredetileg tervezetthez képest.

Minden érzés külön skálát képviselt. Az egyes stresszhelyzetek relevánsak voltak a négy autentikus érzelemre nézve, ezért az ott közölt, a szituációnak „megfelelő” érzést nyilván nem kell rakett érzésnek tekintenünk. Így a 15 érzésre vonatkozó skálákon a következőképpen alakultak ki a skálaértékek. A pontszámokat az egyes érzésekre vonatkoztatva külön-külön számoltuk ki: a különböző stresszhelyzetekben az egyes érzések 0–3-ig pontozott értékeit összeadva, a szülők általi megerősítést 1-1 plusz ponttal értékelve, másrészt kezdetben a gyakoriságról, kedveltségről és hasznosságról szóló állításokat is (az illető érzésre vonatkoztatva) 1-1 ponttal értékelve. Az utóbbi tételeket a megbízhatóságvizsgálat nyomán kivettük a skálákból. A négy autentikus érzelemre nézve az azokat kiváltó helyzeteket nem értékeltük, hanem a másik 3 „nem adekvát” helyzetben „szerzett” pontszámot szoroztuk 4/3-dal. Ezeket a mutatókat az egyes érzelmek neveivel jelöltük (például szégyen), és a skálák értéke 0–16 pontig terjedt. Ahol a rakett érzések mutatóira hivatkoztunk a továbbiakban, ott ezeket a skálákat értjük rajta.

### A mutatók megbízhatósága

A kérdőív rakett érzés skáláinak belső megbízhatóságát egy 190 fős mintán ellenőriztük. Ennek eredményeként hagytuk el a rakett érzések eredetileg elképzelt mutatóiból a gyakoriságra, hasznosságra és kedveltségre vonatkozó tételeket, és alakítottuk ki a már közölt módon az egyes érzelmekre vonatkozó skálákat. A számított mutatók belső konzisztencia szempontjából használhatónak bizonyultak (Cronbach  $\alpha$ -k 0,60–0,82 között).

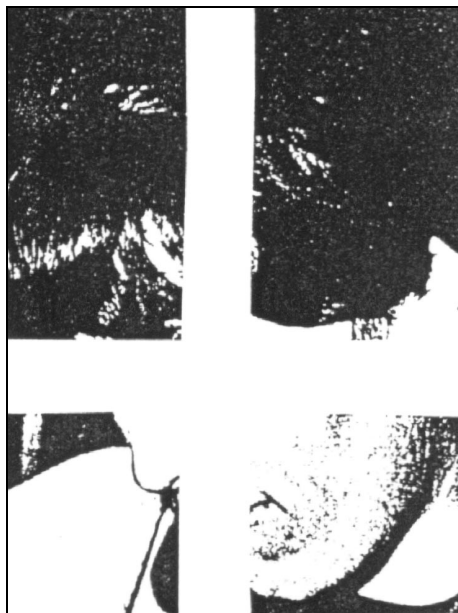
### A mutatók validitása

A validitás megalapozása elvileg kétes vállalkozás, hiszen a definíció lényege a szubjektív érzésmegnevezés, az pedig, hogy ebből az önpercepcióból mi tükröződik a külvilág felé, nem befolyásolja a szubjektív érzés érvényességét. Ennek ellenére az esetleges egyezés a külső megfigyelésekkel emelné a mutató validitását. Ezért korreláltattuk az osztályfőnökök becsléseit a tanulók saját érzéseit leíró mutatókkal. Az egyetlen 5%-os szinten szignifikáns korreláció az undor érzésének és külső kifejezésének mutatói között volt ( $r = 0,334$ ).

### Az érzelemészlelés mutatói

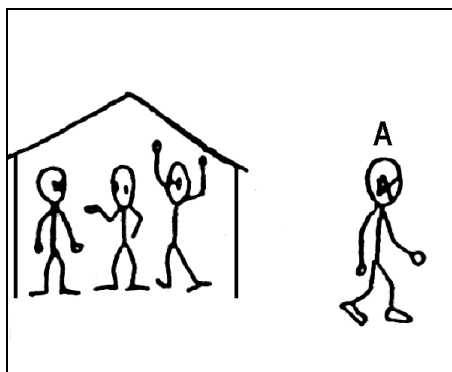
Tekintve az érzelempercepció vizsgálatánál mutatkozó ellentmondó eredményeket, az érzelem észlelésre is saját tesztet szerkesztettem. Ez négyféle felismerési helyzetet tartalmazott: egy „nehezített” arckifejezés-felismerést (az arcok egy „ablakkeret” mögött voltak – 1. részteszt); projekciós lehetőséget kínáló rajzos szituációkat (2. részteszt); egy a gesztus, testtartás, arckifejezés együttjárására rákérdező érzelemfelismerést (3. részteszt); és egy arckifejezés-felismerés helyzetet, melyben az első helyzet képei szerepelnek más sorrendben és „keret” nélkül (4. részteszt). Az alábbi példák illusztrálják az egyes részteszteket.

Példa az első résztesztre:



Példa a második résztesztre:

A képen egy veszekedés zajlik, és A elmegy otthonról. Mit érez A?



Példa a negyedik résztesztre:



Az első és negyedik helyzet 9 célérzelmet tartalmazott (a képeket EKMAN, 1973 és IZARD, 1977 képei közül válogattam ki), a második, projektív helyzet öt képét a GPPT tesztből (CASSEL, KAHN, 1958) választottam ki, a harmadik helyzet öt különböző érzelmet tükröző 4-4 képecskéből álló összeállítás volt O'SULLIVAN és GUILFORD (1977) nyomán.

Mivel minden kép mellett ugyanazok a választási lehetőségek voltak felsorolva, mint a rakett kérdőívben (illetve más saját érzés kifejtésére is volt lehetőség), az összesített mutatókból nemcsak arra lehetett következtetni, milyen pontos az érzelmek felismerése, illetve mely érzelmek felismerése mennyire pontos, hanem arra is, mely érzelmeket milyen irányba torzítanak a vizsgálati személyek. Pontos felismerők azok voltak, akik az eredetileg kultúrközi vizsgálatokban használt képeket helyesen kódolták, összesítésben kevés tévedésük volt. A fals felismerésekből minden érzelmre vonatkozóan külön-külön kialakult egy torzítás pontszám, amely azt tükrözte, mennyire részesíti előnyben helytelen válaszaiban a személy az adott érzelmet, ezeket a pontszámokat összeadva pedig egy össztorzítás pontszámot kaptunk. E mutatókat kétféle pontozással is kiszámoltuk: a projektív helyzetek belefoglalásával és a projektív helyzetek nélkül. A projektív helyzetben ugyanis a meghatározó a személy felfogása volt az adott szituációról, mivel érzelmekre a pálcikafigurák ábrázolása nem utalt. (A tesztet lásd a *Függelékben*.)

#### Az intelligencia mérése

A nonverbális intelligencia mérésére SEREBRIAKOFF és LANGER (1977) gyermekek számára kidolgozott tesztjét alkalmaztam.

#### Külső bírálók ítéletei

Az esetek kb. felénél az osztályfőnököktől kértünk véleményt a tanulók frusztrációs helyzetekben mutatott érzelmei tekintetében.

#### *Eljárás*

A tesztek a vizsgálati személyek körében csoportosan, osztályfőnöki órákon vetjük fel, a kitöltésre vonatkozó instrukciót személyesen mondtuk el, de az írásban is szerepelt a teszteken. A kitöltés ideje alatt a felmerülő kérdésekre válaszoltunk.

A statisztikai feldolgozást az SPSS programcsomag segítségével végeztük. Az alapstatisztikákon kívül vizsgáltuk a mutatók közötti együttjárásokat és az egyes változók, illetve mutatók varianciaanalíziseit különböző csoportosító változók szerint. A hipotézisek ellenőrzése korrelációs módszerrel történt oly módon, hogy a rakett érzés mutatóit az érzelemfelismerés-teszt torzításmutatóival korreláltattuk. Szignifikáns pozitív korrelációk esetén elmondhatjuk, hogy azok, akik hajlamosabbak bizonyos érzések átélésére – magas pontszámok a megfelelő rakett érzés skálákon –, magasabb pontszámokat érnek el az érzelemfelismerés-tesztben az ugyanolyan érzés felé torzítás skálákon.

## Eredmények

### *A rakett kérdőívre vonatkozó eredmények*

#### A mutatók korrelációi

Az egyes szituációkban többféle érzelem együttes megjelenéséről számolnak be a személyek. Magas korrelációt találunk a szégyen, büntudat, félelem, szomorúság és zavar között ( $r = 0,405\text{--}0,801$ ). A pozitív töltésű érzelmek: öröm, remény, szeretet együttjárásának mértéke alacsonyabb ( $r = 0,184\text{--}0,386$ ), az érdeklődés minden érzellel viszonylag magasan korrelál ( $r = 0,253\text{--}0,769$ ), a meglepődés majdnem ugyanilyen mintázatot mutat (egyedül az öröm és megvetés érzelmétől tűnik függetlennek).

#### Egyéb eredmények

Érdekes a gyakoriságra, kedveltségre és hasznosságra vonatkozó tételek leíró statisztikáit is figyelembe venni.

A gyakori, hasznos és kedvelt érzések között vezető helyen vannak a pozitív érzések. A sorrend a kérdésfeltevéstől csak kevésbé függ.

Arra a kérdésre: „Melyik az az érzés az alábbiak közül, amit leggyakrabban érzel?” a gyerekek több mint fele a szeretet és öröm szavakat húzta alá, minden hatodik a meglepetés, érdeklődés szavakat is megjelöli. A düh, szomorúság, félelem minden hetedik gyermeknél szerepel a felsorolásban.

A „melyik érzést tartod a leghasznosabbnak” kérdésre a gyerekek háromnegyede a szeretetet, 57% az örömet, kb. harmaduk az érdeklődés, remény érzéseit sorolja fel. A meglepődés szerepel még nagyobb arányban (egyhatoduknál) és a büntudat (egynolcaduknál).

A kedveltségre vonatkozó kérdésre a sorrend: öröm (76%), szeretet (72%), remény (28%), érdeklődés (28%), meglepődés (23%). Ha a szülői véleményekre rákérdező tételekkel vetjük össze az eredményeket, szinte ugyanaz a sorrend alakul ki: szeretet, öröm, érdeklődés, remény, meglepődés.

### *Megbeszélés*

A rakett kérdőívre vonatkozóan megállapíthatjuk, hogy a különböző frusztráló helyzetekre a vizsgált személyek többféle érzelmi választ közölnek, ami megfelel az irodalomban fellelhető eredményeknek (HAVILAND, KAHLBAUGH, 1993). Az egyes érzelmek gyakoriságára, hasznosságára és kedveltségére vonatkozó kérdések megválaszolása jól szemlélteti a válogatatlan – egészségesnek feltételezett – gyermekcsoport pozitív élmények iránti affinitását, amely összhangban van a már sok szerző által leírt pozitív irányú memóriatorzítással (például BARTLETT, BURLESON, SANTROCK 1982), a pozitív hangulatok kiterjedt pozitív hatásaival (ISEN, 1993) és a pozitív illúziók következményeivel (TAYLOR, BROWN, 1994).

Épp az utóbbi eredmény tette kétségessé az adott kérdések szerepeltetését a rakett érzés skálákon, ezért a mutatók kiszámítását e tételek nélkül végeztük (lásd a *Módszer* részben a 257–262. oldalon).

Ez azt jelenti, hogy a rakett érzés definíciójából az önjellemzésen alapuló kérdőívben a különböző stresszhelyzetekre adott érzelmi válasz és a szülői megerősítésről való vélekedés volt hasznosítható. Felmerül a kérdés, ezek után mondhatjuk-e, hogy a kérdőív valóban alkalmas a rakett érzés konstruktum felmérésére. Mivel a konstruktum megértéséhez (például ahhoz, hogy van „kedvenc” rossz érzésünk) bizonyos pszichoterápiás „kulturáltság” szükséges, ami nem várható el 11–14 éves iskolás gyerekektől, ezért a definíciónak a családi érzelmi szocializációra vonatkozó aspektusa egyszerű rákérdéssel nem deríthető fel. Egy kiskamasz a negatív töltést hordozó érzelmeket nyilván sem a szülők, sem a maga részéről nem tarthatja hasznosnak vagy kedveltnek a szó köznapri értelmében. A frusztrációs helyzetekben adódó érzelmi válasz megállapítása azonban némi fantázián kívül nem igényel komolyabb megfontolást, ezért valószínűleg megfelelően tükrözi a definíciónak azt a kritériumát, hogy különböző stresszeli helyzetekben konzekvensen előforduló érzésről van szó. Erre utal az egyes rakett érzés mutatók megfelelő reliabilitása.

Másik kritika lehet a kérdőívvel kapcsolatban, hogy az „érzelmi szótára” igen-csak szűkös, mindössze 15 érzés van felsorolva, ebből adódóan egyrészt nem teszi lehetővé, hogy a rakett érzések széles körét feltérképezze, másrészt megengedi, hogy több érzés is megjelenjen magas pontszámokkal egyszerre. Az első probléma optimális megoldásánál tekintetbe kell vennünk a gyerekek figyelmi kapacitását, illetve érzelmi szókincsét. Bár erre volt lehetőségük, egyikük sem élt a felsoroltaktól eltérő érzelmek megjelölésével. A második kérdésben szereplő lehetőség a rakett érzésről szóló irodalom megállapításaival nem ellentétes: több tanult érzés is szerepelhet az autentikus érzések elfedésére.

#### *Az érzelemészlelés-tesztre vonatkozó eredmények*

##### A mutatók értelmezése

A meghatározott érzelmek irányába való torzítást a különböző résztesztben szereplő téves felismerések számának, illetve a második résztesztben – ahol az érzelmekre nem volt objektív utalás – az adott érzelmválasztások számának összege adta.

A 15 érzelmek egyike esetén sem voltak ezek a fals felismerések következetesen együtt járók, így a 15 érzelmek irányú torzítás mutató közül csupán két skála (a büntudat és az öröm felé torzítás) belső konzisztenciája érte el a 0,33, illetve 0,44 Cronbach alfa értéket. Ez az eredmény várható is, tekintve, hogy az érzelmfelismerést nyilvánvalóan nem kizárólag az előzetes sémák határozzák meg, például elég nehéz lenne az öröm arckifejezését szégyennek érzékelni, bármennyire is sűrűn fordul elő a szégyen élménye a személy életében. Ennek ellenére a bizonyos irányba történő torzítások numerikus összeszámlálása – különösen a 2. (projektív) részteszt kihagyásával – jól mutatja a személy hajlamát bizonyos érzések hamis felismerésére.

##### A mutatók alapstatisztikái

A nehezített helyzetben (1. részteszt) az öröm arckifejezését szinte mindenki (92%)

jól azonosította, ez után a meglepődés (75%), az érdeklődés (48%), a szégyen (33%), a düh (26%), a szomorúság (20%), majd a félelem (12%) és az undor (11%), végül a megvetés (6%) következett.

A projektív szituációkban (2. részteszt) a szülők vitájában a személyek 41%-a szomorúságot, 14%-a büntudatot, 13%-a félelmet, 12%-a dühöt tulajdonít a gyermek fiútanúnak.

Amikor a tanárok vitatják meg a tanuló magatartását, a gyerekek 20%-a a szégyen, 19%-a a félelem, 18%-a a büntudat érzelmeit sorolja fel, 14%-uk jelöli meg az érdeklődést mint a tanuló érzését.

Abban a szituációban, amikor valaki az új autóját mutatja másik két társának, a személyek 59%-a jelöli meg az irigységet mint adekvát érzést a társ részéről.

A családi veszekedés színterét elhagyó családtagnak a düh (33%), illetve a szomorúság (32%) érzését tulajdonítják legtöbbször.

Az a helyzet, ahol ketten egy harmadik, távolabbról figyelő személyről beszélnek, az érdeklődés (34%), a düh (18%), illetve a szomorúság (14%) érzését váltja ki a harmadikban a vizsgálati személyek szerint.

Az öt érzelem nonverbális kifejezése (3. részteszt) jó felismerési találatarányhoz vezetett az öröm (85%), a düh (81%) és a szeretet (68%) esetében. A szomorúság (31%) és a félelem (21%) felismerése már kevésbé sikerült, sokan kódolták a szomorúságot szégyennek vagy büntudatnak, a félelmet pedig zavarnak vagy büntudatnak.

Az érzelmi arckifejezések nehezítés nélküli felismerésében (4. részteszt) is az öröm felismerése vezet (94%), ezt követi az undor (89%), a düh (88%), a meglepődés (81%), a szomorúság (66%), a félelem (49%), az érdeklődés (45%), a szégyen és a büntudat (27+16%), végül a megvetés (30%) felismerése.

A legtöbb torzítás a szomorúság, a meglepődés és a remény irányába történt mind a 2. részteszt figyelembevételével, mind az anélkül számított mutatók esetében.

#### A mutatók korrelációi

A fals felismerések mutatói között viszonylag kevés és alacsony korreláció volt: a pozitív érzelmek irányába torzítás az öröm, érdeklődés, szeretet, remény hibás felismerése közötti  $p < 0,05$  szintű korrelációkban tükröződött. Hasonló volt a helyzet akkor is, ha a 2. részteszt elhagyásával számított mutatókra támaszkodtunk. Ez utóbbiakra vonatkozik a 2. táblázat:

2. táblázat. Korrelációk az egyes pozitív érzelmek irányába történő torzítás mutatói között

	Érdeklődés irányú	Szeretet irányú	Remény irányú
	t o r z í t á s		
Öröm irányú torzítás	0,172*	0,194*	0,092
Érdeklődés irányú torzítás		- 0,085	- 0,117
Szeretet irányú torzítás			0,127**

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Szorosabb kapcsolat volt még az undor és a megvetés irányába torzítás között ( $r = 0,252^{**}$ ), valamint a szomorúság fals felismerése és a düh ( $r = 0,225^{**}$ ), érdeklődés ( $r = 0,256^{**}$ ), illetve a zavar ( $r = -0,251^{**}$ ) felismerése között. Ezek a korrelációk azonban csak a 2. részteszt elhagyásával számított torzításokra vonatkoztak. A teljes tesztből számított mutatók esetén csak a szomorúság és zavar felismerése közötti negatív összefüggés szignifikáns.

### Megbeszélés

Az *érzelemfelismerés*-teszt eredményei szerint a különböző jellegű információkat kínáló helyzetekben a fals felismerések iránya szituációnként változik, vagyis bizonyos információk lehetetlenné tesznek bizonyos irányú torzításokat (például senki nem kódolta a meglepődés arckifejezését undornak, még hiányos képi információk esetén sem). Ugyanakkor bizonyos téves felismerések gyakoribbak, mint mások; ezekre jellemző, hogy inkább a társas kooperáció irányába hatnak, semmint ellene (szomorúság, meglepődés, remény).

Az egyes érzelmek felismerése a nehezítés nélküli helyzetben (4. részteszt) nagyjából megfelel az EKMAN (1973) által leírt sorrendnek, csak kisebb százalékarányokkal. Itt felmerülhet magyarázatként, hogy egy tanulási hatást értünk tetten, amely a felnőtt populációhoz képest az általam vizsgált gyermekcsoport gyengébb teljesítményét magyarázza, azonban az egyes kultúrák közötti Ekman által közölt különbségek nem teszik lehetővé ezt a következtetést.

A nehezített felismerési tesztben (1. részteszt) a pozitív érzelmeket tükröző arckifejezések azonosítása csak kismértékben volt gyengébb, mint a nehezítés nélküli helyzetben, ezzel szemben a negatív érzelmek azonosítása (a szégyen kivételével) jóval kevésbé volt sikeres a 4. résztesztben mutatott találatokhoz képest. A félelmet például többen kódolták reménynek, mint félelemnek. A torzításból kiolvasható, hogy *a pozitív konnotációjú jelzések vételében sokkal kisebb a félreértés, mint a negatív jelzések vételében: ez az egészséges mindennapi ember már leírt, pozitív élmények iránti fogékonyságát tükrözi.*

A projektív szituációkban a „főhősnek” tulajdonított érzelmek az alá-, fölérendeltségi viszonyokat illusztrálják; az alárendeltek érzelmei: szégyen, félelem, bűntudat; a mellérendelteké düh, irigység, érdeklődés; a családi helyzetek emellett a szomorúság érzelmét is hívják. Az eredmények jól értelmezhetők KEMPER (1993) szociális modelljének keretében: a helyzetekben szereplők státuszváltozása, az okozó ágens kívülre vagy belülre helyezése és a (feltehető) szeretetkapcsolatok határozzák meg a számottevő gyakorisággal felsorolt érzelmeket.

A nonverbális érzelemkifejezések találati aránya ismét a pozitív érzések esetében volt magasabb. Mivel a képek az arckifejezéseket csak vázlatosan ábrázolták három-három másik testi jeggyel együtt, a negatív érzelmek félrekódolása inkább a nehezített felismerés szituációhoz hasonló eredményeket hozott. Az egyes érzelmeknek a 4. részteszthez képest gyengébb felismerési aránya egyben felhívja a figyelmet az arckifejezés kiemelkedő fontosságára az érzelmek felismerésében.

Az egyes mutatók közötti együttjárások bizonyos pozitív irányú kódolási előfe-



szítettségére utalnak, és arra, hogy a vizsgálati személyek nagyjából egymást kizáró módon használják a szomorúság és a zavar címkéket.

*A különböző tesztekből származó mutatók közötti összefüggések*

A rakett érzés és az érzelemészlelés mutatói közötti korrelációk

A rakett kérdőív mutatói és az egyes érzelmek irányába való torzítás kapcsolata az elemzések szerint a következőképpen alakult: a szégyen rakett érzés erőssége és a szégyen irányú téves felismerések mutatója szignifikáns pozitív együttjárást mutatott, és a korreláció akkor is szignifikáns maradt, ha az érzelemfelismerés-teszt megfelelő mutatóját a második (semmilyen észlelési támpontot nem nyújtó) résztesztjének kihagyásával számoltuk ( $r = 0,231$ , illetve  $0,175$ ). Hasonló eredményt kaptunk az irigység ( $r = 0,226$ , illetve  $0,193$ ), a szájalom ( $r = 0,218$ , illetve  $0,194$ ), valamint a zavar ( $r = 0,194$ , illetve  $0,165$ ) esetében.

A második részteszt elsősorban kognitív sémákat hívó szituációinak érzelmi jelentése a rakett érzés mutatókkal úgy függött össze, hogy a szégyen irányú kódolás esetében  $p = 0,056$  szinten korrelált a szégyen rakett érzés mutatóval, a megvetés és szájalom esetén a korreláció  $p < 0,05$  szinten szignifikáns volt. A zavar irányú kódolás a rakett kérdőív egyes szituációiban adott (a szülői megerősítéstől független) zavar válasszal volt szignifikáns pozitív kapcsolatban. Érdekes mintázatot mutatott a szeretet irányú kódolás: szignifikáns negatív korrelációban állt a szeretet rakett érzés számolt mutatóival. Ez utóbbi korreláció az IQ korrigálásával (kiparciálásával) eltűnt.

Az intelligencia és más mutatók közötti összefüggések

Az intelligenciahányados számított értéke az adott mintában jól közelítette a normális eloszlást.

Az érzelemfelismerés-teszt torzítás összpontszáma és az IQ között  $p < 0,001$  szinten szignifikáns negatív korreláció volt ( $r = -0,313$ ).

Az IQ-nak a rakett érzések mutatói közül az öröm mutatóval volt  $p = 0,002$  szintű negatív korrelációja ( $r = -0,274$ ) és a meglepődés mutatóval enyhe pozitív ( $r = 0,176^*$ ) korrelációja.

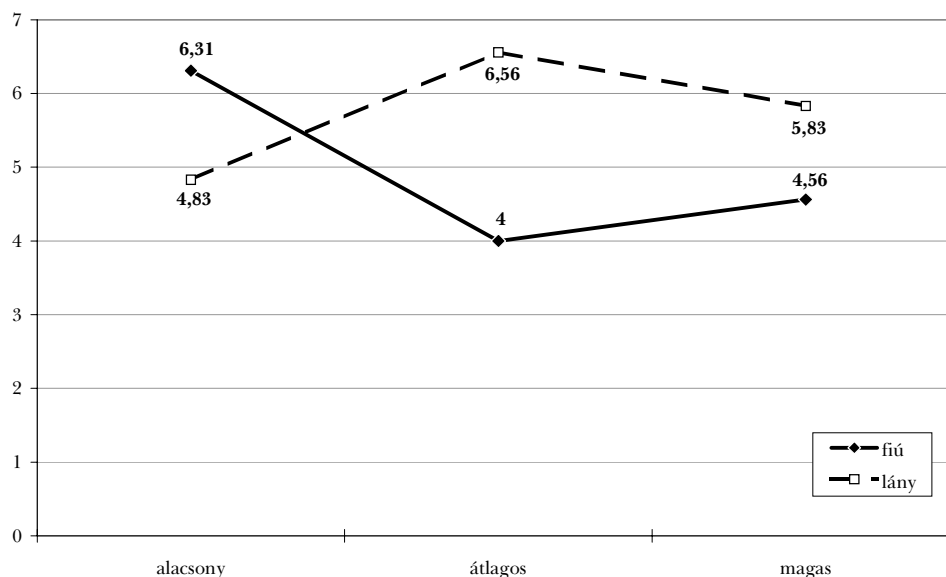
Az érzelemfelismerés-teszt utolsó résztesztjéből számított helyes felismerések mutatója magasan szignifikánsan ( $p < 0,001$ ) korrelált az IQ-val.

A varianciaanalízisek eredményei

A különböző kérdőíves mutatókra, illetve az érzelemfelismerési tesztből származó mutatókra a nem és az intelligencia hatását – kovariánsként az életkorral számolva – kétszemponitú varianciaanalízissel határoztuk meg.

1. A rakett érzés mutatóira vonatkozóan a nem főhatása mutatkozott meg a szégyen, félelem, szomorúság, érdeklődés és öröm mutatóknál  $p < 0,05$  szignifikanciaszinten oly módon, hogy a lányok adtak magasabb pontszámokat az első három skálán, a fiúk pedig az érdeklődés és öröm skálákon.

A szegényen rakett érzés és skála esetén a nem és IQ csoportosítás szignifikáns interakcióban állt a következő ábrán látható módon.



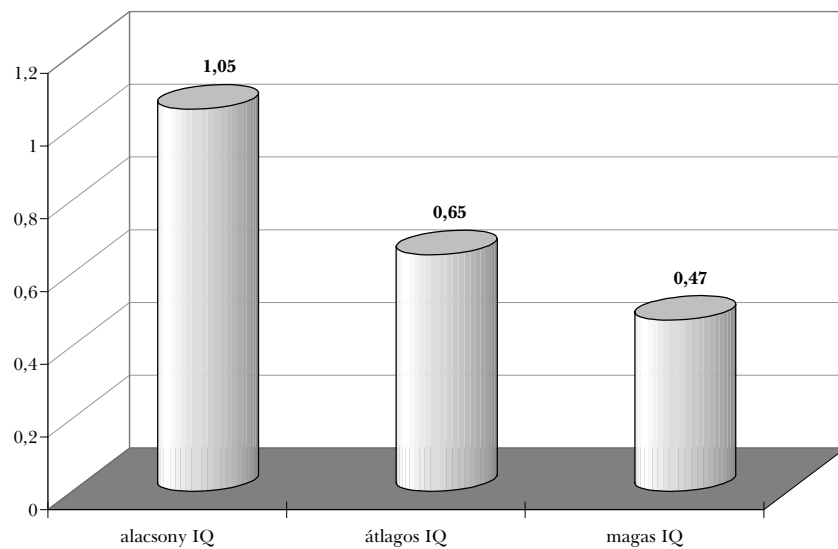
3. ábra. A nem és az IQ interakciója a szegényskálára vonatkozóan

Az életkor hatása a szeretet és remény skálák esetén volt markáns: az életkor emelkedésével az említett skálák értékei is emelkedtek.

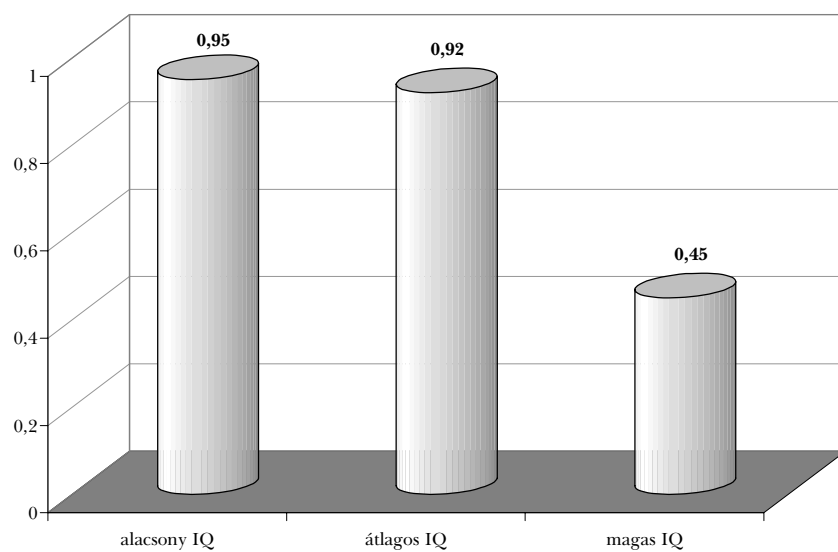
2. Az *érzelemfelismerés-teszt* mutatói közül a nemnek csak a szánsalom téves felismerésére volt főhatása: a fiúk többször vélték felismerni ezt az érzelmet, mint a lányok.

A második résztesztben, ahol a szituációhoz – és nem a testi kifejezéshez – kellett érzelmet társítani, a szomorúság megnevezésében volt nemi különbség: a lányok gyakrabban nevezték meg ezt az érzelmet mint a felsorolt frusztráló helyzetek velejáróját.

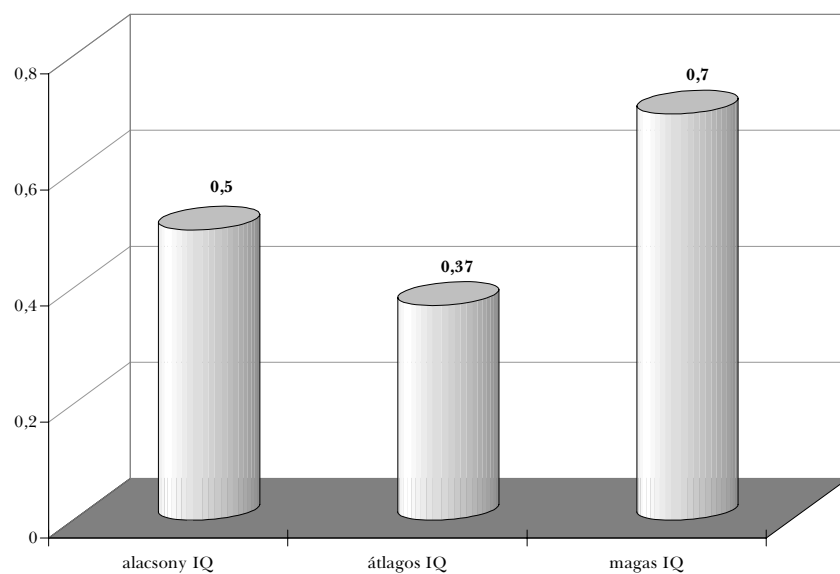
Az IQ szerinti csoportosítás főhatása több mutató esetén volt szignifikáns: a második részteszt kihagyásával számított szomorúság, érdeklődés és szeretet fals felismerésében. Az első két érzelemre vonatkozó félreismerések a magasabb IQ-val csökkentek, a szeretet esetén a magasabb IQ-csoport ad több torzítást az érzelem irányába, az ábrákon látható módon.



4. ábra. A szomorúság irányú torzítás a különböző IQ-csoportokban

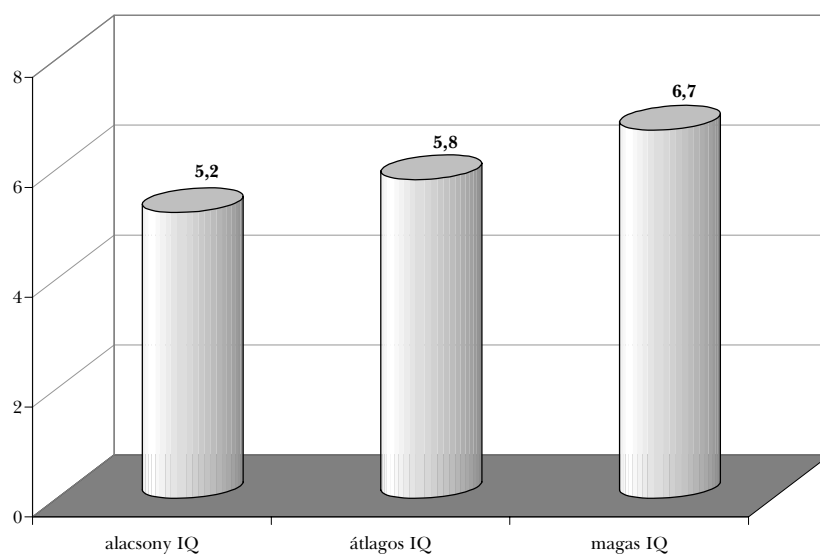


5. ábra. Az érdeklődés irányú torzítás a különböző IQ-csoportokban



6. ábra. A szeretet irányú torzítás a különböző IQ-csoportokban

Az utolsó résztesztben adott helyes felismerések mutatójára szintén szignifikáns főhatása volt az IQ-csoportosításnak: a magasabb IQ-jú csoportba esők jobb felismerési teljesítményt mutattak, mint a többiek.



7. ábra. A helyes felismerések átlagértékei a különböző IQ-csoportokban

### Megbeszélés

A vizsgálat egyik kérdése a rakett érzés és az érzelemészlelés torzításának összefüggése volt. *Négy rakett érzés skála és az ugyanolyan érzés irányába történő torzítás szignifikáns pozitív korrelációja támogatta az eredeti feltevést a szégyen, irigység, szánalom és zavar esetén, a másik 11 érzés esetében ilyen kapcsolat nem volt.*

A nemek szerinti különbségek érdekesen alakultak. Mintánkban a lányok több negatív érzelem intenzívebb átélését jelezték, mint a fiúk, akik viszont több érdeklődés és (a frusztráló helyzetekben meglehetősen inadekvát) öröm választ adtak.

Az eredmények jól összeegyeztethetők a korcsoportra vonatkozó nemi sztereotípiákkal: a lányok nagyobb negatív emocionális aktivitásával az alacsonyabb szociális státus kapcsán (BRODY, HALL, 1993). A félelem, szomorúság, szégyen nagyobb gyakorisága a lányoknál magyarázható a negatív emocionális rendszer fokozott működéskészségével, amely szocializációjukban az együttműködés elsőrendű szerepét megalapozza.

Az *érzelemfelismerési-teszt* egyik meglepő eredménye, hogy a női nemnek tulajdonított pontosabb felismerést e mintában nem kaptuk meg. A két torzításhoz kapcsolódó mutatóban regisztrált nemi különbségre magyarázat lehet egyrészt a lányok nagyobb empátiás készsége (ami segítette a szánalom kifejezéseinek a fiúkénál pontosabb percepcióját), másrészt a már említett erősebb negatív emocionalitás, amely a szomorúság tulajdonításának nagyobb előfeszítettségét eredményezhette.

Az értelmi képességek jó színvonalának és a proszociális viselkedéseknek valamint a pontosabb érzelemfelismerésnek az együttjárását sokféle populáción: óvodások (LEWIS, 1996), valamint normál (MAYER, GEHER, 1996) és fogyatékos felnőttek (ROJAHN LEDERER, TASSE, 1995) esetében igazolták. Ezekhez az összefüggésekhez nagyon hasonlóak a mi preadoleszens vizsgálati személyeinknél kapott eredményeink.

*A jobb intellektuális képességek jobb érzelemfelismerő képességgel járnak mind a fiúknál, mind a lányoknál.* Egyetlen érzelem irányába történt téves kódolás volt csak gyakoribb a jó értelmi színvonalúak csoportjában: a szeretet (ami a társas együttműködés szempontjából nem kifejezett hátrány).

## ÁLTALÁNOS KÖVETKEZTETÉSEK

Az érzelmek lelki életünk jelentős és fontos részét adják; egyes teoretikusok szerint minden kogníciókat színezik (ÖHMAN, 1999), mások szerint szerepük korlátozottabb, de mindenképpen meghatározó (LAZARUS, 1999). A klinikumban dolgozó gyakorló szakemberek olyan használható elméleteket keresnek, amelyek segítenek klienseik érzelmi problémáit, maladaptív viselkedésüket megérteni, és irányt mutatnak azok orvoslására. A tranzakcióanalízis érzelemfelfogása is ilyen indíttatású, jól használható a gyakorlatban, de mint a legtöbb dinamikus orientáltságú koncepciót, az akadémikus pszichológia eszközeivel nehéz megragadni.

Jelen vizsgálat egyik tanulsága volt az ilyen eszköz létrehozására tett kísérlet buktatóin szerzett tapasztalat. A vizsgálat kérdésfelvetésére vonatkozóan az eredmények alapján megfogalmazhatjuk az alábbi következtetéseket:

1. A tranzakcióanalízis rakett érzés fogalma legalább két aspektusában (stresszhelyzetben jelentkező, a szülők által megerősített érzés) operacionalizálható, és így kvantitatív kutatások alapjául szolgálhat.

2. Bizonyos rakett érzések esetében (melyek a tranzakcióanalitikus szakirodalomban (LITTLE, 1999) is kiemelt jelentőségűek) a rakett érzés irányába történő perceptuális torzítás demonstrálható.

Nagyon fontos vonulata az eredményeknek a pozitív érzelmekre való „előhangoltság”, ami az előfordulási gyakoriságokban, a hasznosságra vonatkozó ítéletekben és a jobb felismerési arányokban jelentkezett. A negatív érzelmek felismerése ezzel szemben több torzítási hatásnak van kitéve, ugyanakkor ezek a téves felismerések is inkább a kooperáció irányába hatnak. Mindez alapvetően adaptív momentum, amely a „társas lény” jóllétét szolgálja.

Az eredmények alapján azt mondhatjuk, hogy az ember érzelmi életének azon aspektusa, amely a frusztrációs helyzetekkel való megküzdés szituációiban meghatározó, különböző megfogalmazást nyer a különböző irányzatoknál. A tranzakcióanalitikus megfogalmazás a rakett érzés használata, amely a megküzdés kevésbé hatékony módja, ám az egyén szempontjából az ismerősség biztonságát jelenti. Ez az ismerősség azonban meghatározza azokat a perceptuális sémákat is, amelyekkel a személy a világ felé fordul, és annak információit kezeli. A tény, hogy az érzelmi intelligencia egy komponensének objektív mutatója (az érzelmek helyes azonosítása), a kevesebb torzítás és az intelligencia együtt jár, e tulajdonságok evolúciós előnyét jelenti, melyhez a kogníció és az érzelmek egyenjogú szereplőként járulnak hozzá.

## FÜGGELÉK

## Érzések gyakorisága

Ez a kérdőív azt vizsgálja, milyen érzéseket éreznek a gyerekek, és miként reagálnak erre szüleik. Itt nincsenek jó és rossz válaszok, csak az a fontos, hogy figyelmesen olvasd el a kérdéseket, és úgy válaszolj, ahogyan azt magadra nézve igaznak érzed. Nyugodtan hagyatkozz az elsőként eszedbe jutó válaszra. Ha egyik szülőddel nem élsz együtt és ezért nem tudsz a rá vonatkozó kérdésre válaszolni, a kérdőjelet karikázd be!

1. Képzeld azt, hogy intőt kaptál és meg kell mondanod otthon. Mit érzel? Jelöld a megfelelő rubrikában!

	egyáltalán nem	egy kicsit	meglehetősen	erősen
Szégyen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bűntudat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Félelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szomorúság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Érdeklődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öröm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irigység	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Remény	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szeretet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szájalom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meglepődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Undor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Megvetés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zavar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Mit gondolsz, anyukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! *igen ? nem*

3. Mit gondolsz, apukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! *igen ? nem*

4. Melyik az az érzés az alábbiak közül, amit a leggyakrabban érzel?

Szégyen, bűntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység, remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

5. Húzd alá azt a szót, amelyik a legjobban illik hozzád!

- Anyukám szereti, ha látszik rajtam a  
szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.
- Apukám szereti, ha látszik rajtam a  
szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

6. Képzeld azt, hogy lemaradtál a vonatról, és így nem tudsz az osztállyal együtt kirándulni. Mít érzel?

	egyáltalán nem	egy kicsit	meglehetősen	erősen
Szégyen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Büntudat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Félelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szomorúság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Érdeklődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öröm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irigység	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Remény	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szeretet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szájalom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meglepődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Undor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Megvetés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zavar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Mít gondolsz, anyukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! igen ? nem

8. Mít gondolsz, apukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! igen ? nem

9. Melyik az az érzés az alábbiak közül, amit a leghasznosabbnak tartasz?

Szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.



10. Mit gondolsz, a szüleid szerint melyik az az érzés, amelyik hasznos az életben?

- Anyukám szerint a  
szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.
- Apukám szerint a  
szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

11. Képzeld el, hogy egy versenyen a legjobb barátod előtt te leszel az első. Mit érzel?

	egyáltalán nem	egy kicsit	meglehetősen	erősen
Szégyen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Büntudat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Félelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szomorúság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Érdeklődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öröm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irigység	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Remény	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szeretet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szájalom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meglepődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Undor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Megvetés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zavar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

12. Mit gondolsz, anyukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! *igen ? nem*

13. Mit gondolsz, apukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! *igen ? nem*

14. Melyik az az érzés az alábbiak közül, amit a leginkább kedvelsz?

Szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység,  
remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

15. Mit gondolsz, a szüleid szerint milyen érzéseidet kedvelik a leginkább?

• Anyukám:

szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység, remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

• Apukám:

szégyen, büntudat, félelem, szomorúság, düh, érdeklődés, öröm, irigység, remény, szeretet, szájalom, meglepődés, undor, megvetés, zavar.

16. Képzeld el, hogy a zsúfolt buszon egy veled egykorú gyerek elkezd taszigálni. Mit érzel?

	egyáltalán nem	egy kicsit	meglehetősen	erősen
Szégyen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Büntudat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Félelem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szomorúság	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Düh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Érdeklődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Öröm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Irigység	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Remény	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szeretet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Szájalom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Meglepődés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Undor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Megvetés	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zavar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17. Mit gondolsz, anyukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! igen ? nem

18. Mit gondolsz, apukád szerint is ezt kellene érezned? Aláhúzással válaszolj! igen ? nem

Az ablakkeret mögött emberi arcok láthatók. Mit gondolsz, milyen érzelem tükröződik rajtuk? Lehet, hogy könnyebben tudsz válaszolni erre a kérdésre, ha azt képzeled, a saját arcodat látod. Minden kép mellett felsoroltunk érzelmeket, közülük **egynek az aláhúzásával válaszolj**. Ha nem találsz a megfelelő érzelmet jelölő szót a felsorolásban, írd alájuk a szerinted legkifejezőbb szót.



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés



öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés



öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés

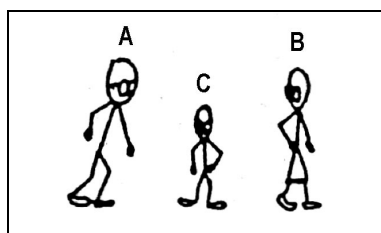


öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



A és B szülei C-nek, és valamin összevesztek. Mit érez C?

- a) szégyent
- b) büntudatot
- c) félelmet
- d) szomorúságot
- e) dühöt
- f) érdeklődést
- g) örömet
- h) irigységet

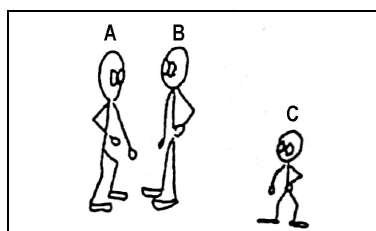


- i) reményt
- j) szeretetet
- k) szánalmat
- l) meglepődést
- m) undort
- n) megvetést
- o) zavart

p) mást: ..... érez

A és B két tanár, és C viselkedését vitatják meg. Mit érez C?

- a) szégyent
- b) büntudatot
- c) félelmet
- d) szomorúságot
- e) dühöt
- f) érdeklődést
- g) örömet
- h) irigységet

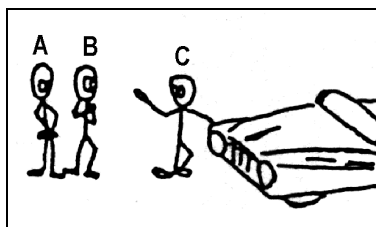


- i) reményt
- j) szeretetet
- k) szánalmat
- l) meglepődést
- m) undort
- n) megvetést
- o) zavart

p) mást: ..... érez

C az új autóját mutatja A-nak és B-nek. Mit érez A?

- a) szégyent
- b) büntudatot
- c) félelmet
- d) szomorúságot
- e) dühöt
- f) érdeklődést
- g) örömet
- h) irigységet



- i) reményt
- j) szeretetet
- k) szánalmat
- l) meglepődést
- m) undort
- n) megvetést
- o) zavart

p) mást: ..... érez

A képen egy családi veszekedés zajlik, és A elmegy otthonról...

- a) szégyenében
- b) bűntudatosan
- c) mert fél
- d) szomorúan
- e) dühösen
- f) érdeklődve
- g) örömmel
- h) irigykedve

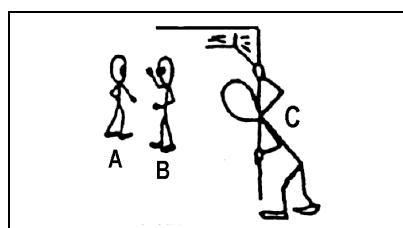


- i) reménykedve
- j) szeretetteljesen
- k) szánakozva
- l) meglepetten
- m) undorodva
- n) megvetést érezve
- o) zavarában

p) más miatt: .....

A és B két tanár, és C viselkedését vitatják meg. Mit érez C?

- a) szégyent
- b) bűntudatot
- c) félelmet
- d) szomorúságot
- e) dühöt
- f) érdeklődést
- g) örömet
- h) irigységet



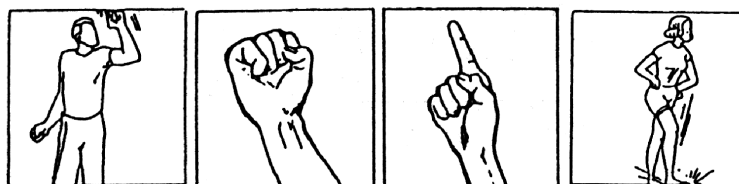
- i) reményt
- j) szeretetet
- k) szánalmat
- l) meglepődést
- m) undort
- n) megvetést
- o) zavart

p) mást: ..... érez

A következő oldalon lévő képeken egy-egy érzelem jelenik meg a testtartás, mozdulat, arckifejezés segítségével. Négy kép tartozik össze. Melyik érzelmet tudod leolvasni az összetartozó képekről? Mindegyik feladatnál **csak egy érzelmet** jelölj meg aláhúzással!



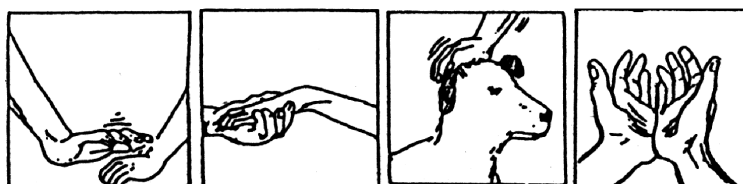
1. szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



2. szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

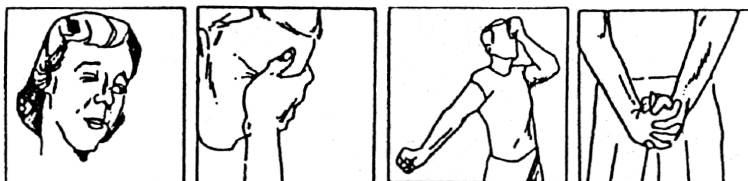


3. szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



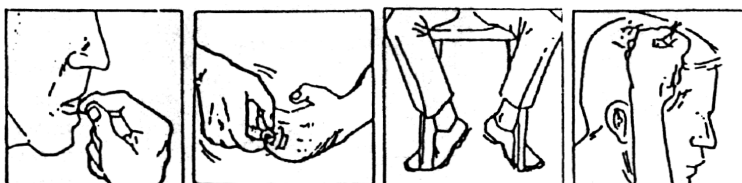


4.



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

5.

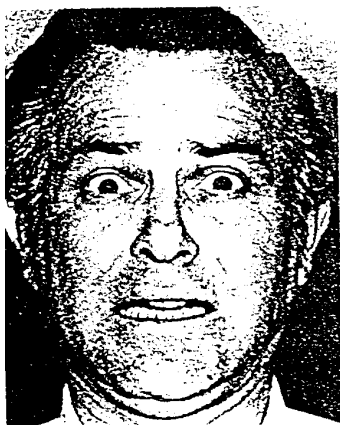


szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

A következő oldalon emberi arcokat látsz, rajtuk érzelmek tükröződnek. Mit gondolsz, melyek ezek? Lehet, hogy könnyebben tudsz válaszolni erre a kérdésre, ha azt képzeled, a saját arcodat látod. Minden kép mellett felsoroltunk érzelmeket, közülük **egynek** az aláhúzásával válaszolj! Ha nem találsz a megfelelő érzelmet jelölő szót a felsorolásban, írd alájuk a szerinted legkifejezőbb szót.



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar

szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



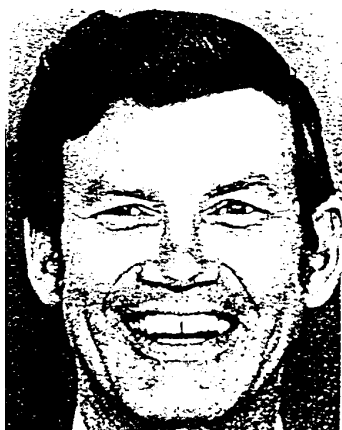
szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



szégyen  
bűntudat  
félelem  
szomorúság  
düh  
érdeklődés  
öröm  
irigység  
remény  
szeretet  
szánalom  
meglepődés  
undor  
megvetés  
zavar



## A IRODALOM

- AVERILL, J. R. (1997) The emotions: An integrative approach. In Hogan, R., Johnson, J. Briggs, S. (eds) *Handbook of Personality Psychology*. 513–541. Academic Press, San Diego–London–New York–Sydney–Tokyo–Toronto
- BARTLETT, J. C., BURLESON, G., SANTROCK, J. W. (1982) Emotional mood and memory in young children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 34, 59–76.
- BERNE, E. (1964) *Games people play*. Grove Press, New York
- BERNE, E. (1972) *What do you say after you say hello*. Grove Press, New York
- BRODY, L. R., HALL, J. A. (1993) Gender and emotion. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 447–460. The Guilford Press, New York–London
- CACIOPPO, J. T., KLEIN, D. J., BERNSTON, G. G., HATFIELD, E. (1993) The psychophysiology of emotion. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 119–142. The Guilford Press, New York–London
- CASSEL, R. N., KAHN, T. C. (1958) *Group Personality Projective Test*. Psychological Test Specialists
- EKMAN, P. (1973) Cross-cultural studies of facial expression. In Ekman, P. (ed.) *Darwin and facial expression*. Academic Press, New York
- ENGLISH, F. (1971) The substitution factor: Rackets and real feelings. *Transactional Analysis Journal*, 1 (4)
- ENGLISH, F. (1972) Rackets and real feelings II. *Transactional Analysis Journal*, 2 (1)
- ENGLISH, F. (1977) Rackets and racketeering as the root of games. In Blakeney (ed.) *Current issues in transactional analysis*. 3–28. Brunner/Mazel, New York
- ENGLISH, F. (1999) Two racketeering patterns: „I love you, so gimme!” and „Darling, you owe me”. *Transactional Analysis Journal*, 29 (2), 130–132.
- EPSTEIN, S. (1993) Emotion and self-theory. In Hogan, R., Johnson, J. Briggs, S. (eds) *Handbook of Personality Psychology*. 313–326. Academic Press, San Diego–London–New York–Sydney–Tokyo–Toronto
- ERSKINE, R. G., ZALCMAN, M. J. (1979) The racket system: A model for racket analysis. *Transactional Analysis Journal*, 9 (1), 51–59.
- GELLERT, S. D. (1976) Mixed emotions. *Transactional Analysis Journal*, 6 (2), 129–130.
- GREENBERG, L. S. (1993) Emotion and change processes in psychotherapy. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 499–508. The Guilford Press, New York–London
- HAVILAND, J. M., KAHLBAUGH, P. (1993) Emotion and identity. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 327–339. The Guilford Press, New York–London
- HOCHSCHILD, A. R. (1979) Emotion work, feeling rules and social structure. *American Journal of Sociology*, 85, 551–575. (Idézi: Kemper, 1993)
- ISEN, A. M. (1993) Positive affect and decision making. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 261–277. The Guilford Press, New York–London
- IZARD, C. (1977) *Human emotions*. Plenum, New York
- JÁRÓ K. (szerk.) (2000) *Játszmák nélkül – Tranzakcióanalízis a gyakorlatban*. Helikon Kiadó, Budapest
- KARPMAN, S. B. (1968) Script drama analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, 7 (26), 39–43.

- KEMPER, T. D. (1993) Sociological models in the explanation of emotions. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 41–51. The Guilford Press, New York–London
- LAPLANCHE, J., PONTALIS, J. B. (1994) *A pszichoanalízis szótára*. Akadémiai Kiadó, Budapest
- LAZARUS, R. S. (1993) From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1–21.
- LAZARUS, R. S. (1999) The cognition-emotion debate: A bit of history. In Dalglish, T., Power, M. (eds) *Handbook of cognition and emotion*. 3–20. Wiley & Sons, New York
- LEWIS, O. R. (1996) Emotion and prosocial skills in gifted minority preschoolers. Dissertation Abstracts International. Section A. *Humanities and Social Sciences*, 56 (10-A), 3890.
- LITTLE, R. (1999) The shame loop: A method for working with couples. *Transactional Analysis Journal*, 29 (2), 141–148.
- MAYER, J. D., GEHER, G. (1996) Emotional intelligence and the identification of emotion. *Intelligence*, 22 (2), 89–114.
- NÁBRÁDY M. (1995) Tranzakcióanalízis mint a pszichopedagógiai kelléktár új eszköze. *Fejlesztő Pedagógia*, 5–6, 88–92.
- NÁBRÁDY M. (2000a) Amikor ég a hátszág. In Járó K. (szerk.) *Játszmák nélkül*. 418–425. Helikon Kiadó, Budapest
- NÁBRÁDY M. (2000b) Emberismereti gyorstalpaló. In Járó K. (szerk.) *Játszmák nélkül*. 557–567. Helikon Kiadó, Budapest
- O’SULLIVAN, M., GUILFORD, J. P. (1977) *Tests d’intelligence sociale*. Éditions du centre de psychologie appliquée, Paris
- ÖHMAN, A. (1999) Distinguishing unconscious from conscious emotional processes: methodological considerations and theoretical implications. In Dalglish, T., Power, M. (eds) *Handbook of cognition and emotion*. 321–352. Wiley & Sons, New York
- ROGERS, C. (1951) *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. Houghton Mifflin, Boston
- ROJAHN, J., LEDERER, M., TASSE, M. J. (1995) Facial emotion recognition by persons with mental retardation: A review of the experimental literature. *Research in Developmental Disabilities*, 16 (5), 393–414.
- SAARNI, C. (1993) Socialization of emotion. In Lewis, M., Haviland, J. M. (eds) *Handbook of Emotions*. 435–446. The Guilford Press, New York–London
- SCHERER, K. R., WALLBOTT, SUMMERFIELD, (1986) *Experiencing emotion: A cross-cultural study*. Cambridge University Press, Cambridge
- SEREBRIAKOFF, V., LANGER, S. (1977) *Check your child’s IQ*. Sphere, London
- STEIN, N. L., JEWETT, J. (1986) A conceptual analysis of the meaning of negative emotions: Implications for a theory of development. In Izard, C., Read, P. (eds) *Measuring emotions in infants and children*. Vol. 2. 238–267. Cambridge University Press, Cambridge
- STEINER, C. (1999) *Személyes közlés*
- STEWART, I., JOINES, V. (1994) *A TA ma: Bevezetés a korszerű tranzakcióanalízisbe*. Xénia, Budapest
- TAYLOR, S. E., BROWN, J. D. (1994) Positive illusions and well-being revisited: Separating fact from fiction. *Psychological Bulletin*, 116, 21–27.
- VÁRY A. (2000) Érzékeny és okos szervezetek. In Járó K. (szerk.) *Játszmák nélkül*. 297–305. Helikon Kiadó, Budapest

THE TRANSACTIONAL ANALYST APPROACH TO THE SOCIALIZATION  
OF EMOTIONS. THE IMPACT OF RACKET FEELINGS ON THE  
RECOGNITION OF EMOTIONS

NÁBRÁDY, MÁRIA

*The study gives a survey of the transactional analyst concept of racket feeling, which is defined as a learned feeling substituting an authentic one, which latter would emerge in stress situations, naturally adequate for the here-and-now, but was suppressed by the subject during the socialisation, as the parents denied to accept their child's authentic feeling.*

*The concept is compared to other concepts of emotion theories, which grasp similar phenomena.*

*The aim of the study is (1) to give an operational method for measuring racket feeling and (2) to examine the impact of racket feeling on the direction of perceptual distortion of emotion recognition.*

*With this aim 2 tests were developed for measuring racket feelings and emotion recognition. These tests together with an IQ-test were administered to 142 subjects of 11–14 ages.*

*The results indicate, that the emotion recognition accuracy is positively related to general intelligence and in the case of certain racket feelings (shame, envy, pity, embarrassment) a perceptual distortion toward these feelings is present in emotion recognition tasks.*

**Key words:** *emotion, transactional analysis, racket, emotion recognition, perceptual distortion*