PSZICHOLÓGIAI TÉRKÉP / 06 / KIVONATOS JEGYZET

Mit hozunk magunkkal a kapcsolatainkba?

A pszichoanalízis utódai és átalakulása | 3 oldalas vizsgajegyzet

Nagy kérdés: hogyan alakítják a személyiséget a belső konfliktusok mellett a célok, az én működése, a kapcsolatok és az életút új feladatai?

Történeti hely: több elágazás, eltérő hangsúlyok

A 20. század első felétől, már Freud életében több irány alakul. **Jung és Adler önálló iskolát hoz létre;** az énpszichológia és a tárgykapcsolati megközelítések a pszichoanalízisen belül fejlődnek. Az ösztön- és konfliktusközpontú magyarázatot bővítik vagy bírálják. Freudnál is jelen voltak kapcsolati és énpszichológiai kérdések; nem teljesen új témákról, hanem hangsúlyváltásokról is szó van.

Négy gondolkodó, négy hangsúly

IRÁNY / KÉPVISELŐ	ALAPGONDOLAT ÉS KULCSFOGALMAK
Analitikus pszichológia Carl Gustav Jung	**Kollektív tudattalan:** feltételezett közös, öröklött lelki formák. **Archetípus:** szervező forma, nem az ősök konkrét emléke. **Individuáció:** a személyiség különböző oldalainak tudatosítása, integrálása (Jung, 1969; Spielman et al., 2020).
Individuálpszichológia Alfred Adler	**Kisebbrendűségi érzés → kompenzáció;** célirányos törekvés, sajátos **életstílus**. **Közösségérzés:** odatartozás és együttműködés. Az „individuális” az ember egységére is utal, nem társas elszigeteltségére (Adler, 1927).
Elhárítások és énfejlődés Anna Freud	Az én védekezéseit rendszerezi és elemzi; nem ő fedez fel minden elhárítást. Példa: **intellektualizáció**, a feszültség elvont gondolkodásban való kezelése. A működés megítéléséhez a helyzet és a fejlődési szint is számít (1936/1993).
Énpszichológia Heinz Hartmann	**Énfunkciók, autonómia, alkalmazkodás.** Az észlelés és gondolkodás nem vezethető le kizárólag védekezésből. **Konfliktusmentes énszféra:** az adott időben konfliktuson kívül működő funkciók; nem örökre konfliktusmentes terület (1939/1958).

Klasszikus módszer: Jung szóasszociációs vizsgálata

Eljárás: ingerszóra gyorsan az első eszébe jutó szóval felelt a vizsgálati személy. **Adat:** válaszidő, elakadás, hibák és felidézés. **Értelmezés:** bizonyos zavarokat érzelmileg hangsúlyos komplexusokhoz kapcsolt. A késlekedés mérése nem bizonyítja annak egyetlen konkrét okát vagy a kollektív tudattalant (Jung, 1910).

PSZICHOLÓGIAI TÉRKÉP / 06 / KIVONATOS JEGYZET

Kapcsolatok és énfejlődés

A fogalmak történeti elméleteket írnak le; nem önmagukban diagnózisok

A tárgykapcsolati nézőpont

KÉPVISELŐ	MIT EMEL KI?
Melanie Klein	**Tárgy:** a kapcsolat másik pólusa, illetve belső megélése. **Belső tárgy:** a másikról szerveződő lelki képzet. **Hasítás:** jó és rossz élmények elkülönítése. **Paranoid-szkizoid pozíció:** üldöztetéses szorongás, hasítás. **Depresszív pozíció:** szeretett és gyűlölt oldalak összekapcsolása, aggodalom a másikért. Nem mereven lezárt szakaszok (1946/1996).
Donald W. Winnicott	**Elég jó gondozás:** a gyerek változó szükségleteihez igazodó ellátás. **Holding:** testi és környezeti megtartás. **Átmeneti tárgy:** például különleges jelentésű takaró; a belső élmény és külső valóság közötti tapasztalati tér része. Nem azonos a belső tárggyal (1953, 1960).

Módszertani alap: klinikai esetek, terápiás történések és gyermekmegfigyelések értelmezése. A megfigyelt viselkedésből a korai belső világra következtetnek; ez nem a csecsemő fantáziáinak közvetlen mérése.

Erik Erikson: a fejlődés egész életen át tart

A **pszichoszociális krízis** fejlődési feszültség, nem szükségképpen összeomlás. A személyes érés társas elvárásokkal találkozik. A nyolc szakasz vázlata (Spielman et al., 2020):

ÉLETSZAKASZ	KÖZPONTI KRÍZISPÁR
Csecsemőkor	Ősbizalom - bizalmatlanság
Kisgyermekkor	Autonómia - szégyen és kétely
Óvodáskor	Kezdeményezés - bűntudat
Iskoláskor	Szorgalom / teljesítmény - kisebbrendűség
Serdülőkor	Identitás - szerepkonfúzió
Fiatal felnőttkor	Intimitás - izoláció
Középső felnőttkor	Generativitás - stagnálás
Időskor	Énintegritás - kétségbeesés

Generativitás: alkotó hozzájárulás és gondoskodás a következő nemzedékről; nem csak szülőség. **Énintegritás:** a saját életút elfogadó összerendezése. A táblázat elméleti keret; az életkorok és életutak nem merev határidők. A részletes kibontás a 14. témában következik.

Hétköznapi példa

Egy javítási javaslatot teljes értéktelenségként hallasz. Adler felől a kompenzáció, Anna Freud felől a védekezés, a tárgykapcsolati nézőpontból a másikról őrzött kép kérdezhető meg. Ezek lehetséges olvasatok; az aktuális helyzetet is vizsgálni kell.

PSZICHOLÓGIAI TÉRKÉP / 06 / KIVONATOS JEGYZET

Örökség, korlátok, vizsgapontok

A történeti jelentőség és az empirikus igazolás külön kérdés

Mai továbbélés: énfunkciók és kapcsolati reprezentációk a pszichodinamikus szemléletben; korai gondozás és életút a fejlődéslélektanban. **Korlát:** az esetértelmezés nem általános oksági bizonyítás; a klasszikus családi és nemi feltevések korhoz kötöttek. Jung szimbolikus párhuzamai önmagukban nem igazolják az öröklött archetípusokat.

Empirikus ellenőrzés: Rohrer et al. (2015) három ország 20 186 résztvevőjének adataiban, családon belüli és családok közötti elemzéssel nem mutatott ki születési sorrend szerinti különbséget az extraverzióban, érzelmi stabilitásban, barátságosságban és lelkiismeretességben. Az intelligenciában kis eltérés mutatkozott. Ez nem igazol merev testvérsorrend-típusokat.

Négy tengely: általános: énfunkciók; személyiség: célok, védekezés, belső kapcsolati minták; fejlődés: korai gondozás és életút; szociál: közösség, szerepek, kulturális elvárások. **Kapcsolatok:** 05 → 06 → 14 (Erikson), 15 (kötődés). A kötődéselmélet külön kutatási program. A 07. téma másik, viselkedéses történeti ágat folytat.

Ne keverd össze!

Kollektív tudattalan ≠ közös emléktár. Kisebbrendűségi érzés ≠ objektív értéktelenség. Énfunkció ≠ kizárólag elhárítás. **Depresszív pozíció ≠ depresszió.** Elég jó gondozás ≠ elhanyagolás. Erikson pszichoszociális, Freud pszichoszexuális szakaszokról ír.

Vizsgán 30 másodpercben

Freud után több irány alakult. Jung a kollektív tudattalant, Adler a kisebbrendűséget és a társas célokat hangsúlyozta. Anna Freud az elhárításokat rendszerezte, Hartmann az én alkalmazkodó működését bővítette ki. Klein a belső tárgykapcsolatokat, Winnicott a gondozási környezetet emelte ki. Erikson nyolc pszichoszociális szakaszra terjesztette ki az életúti fejlődést.

Szakirodalom

Adler, A. (1927). *Understanding human nature* (W. B. Wolfe, Trans.). Greenberg. Google Books: eredeti kiadás

Freud, A. (1993). *The ego and the mechanisms of defence* (C. Baines, Trans.; rev. ed.). Karnac Books. (Original work published 1936). Kiadói adatlap

Hartmann, H. (1958). *Ego psychology and the problem of adaptation* (D. Rapaport, Trans.). International Universities Press. (Original work published 1939). Wellcome: bibliográfiai rekord

Jung, C. G. (1910). The association method. *The American Journal of Psychology, 21*(2), 219-269. https://doi.org/10.2307/1413002

Jung, C. G. (1969). *The archetypes and the collective unconscious* (R. F. C. Hull, Trans.; 2nd ed.). Princeton University Press. https://doi.org/10.1515/9781400850969

Klein, M. (1996). Notes on some schizoid mechanisms. *The Journal of Psychotherapy Practice and Research, 5*(2), 160-179. (Original work published 1946). Teljes szöveg és bibliográfia

Rohrer, J. M., Egloff, B., & Schmukle, S. C. (2015). Examining the effects of birth order on personality. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 112*(46), 14224-14229. https://doi.org/10.1073/pnas.1506451112

Spielman, R. M., Jenkins, W. J., & Lovett, M. D. (2020). *Psychology 2e*. OpenStax. 11.3. fejezet: Adler, Erikson és Jung

Winnicott, D. W. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *The International Journal of Psycho-Analysis, 34*, 89-97. PubMed: eredeti közlemény

Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. *The International Journal of Psycho-Analysis, 41*, 585-595. PubMed: eredeti közlemény