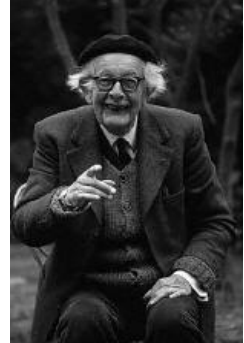


## Orvosi pszichológia

### A személyiség fejlődése

### Piaget (1896- 1980) kognitív fejlődésmélete

- A gyerekek aktívan fedezik fel a világot (nemcsak az öröklés és a környezeti hatások elszervedői)
- Kíváncsi kis tudósokkal állunk szemben, akik
- Állandóan elméleteket gyártanak a világról, és folyamatosan ellenőrzik azoknak érvényességét → sémák



### Piaget kognitív fejlődésmélete

- Asszimiláció: új ismereteinket a már meglévő sémáinkhoz illesztjük
- Akkomodáció: meglévő sémánkat hozzáigazítjuk új ismereteinkhez
- Művelet: információ átalakítására vonatkozó, megfordítható szabály
- A mentális fejlődés szakaszai:
  - Szenzomotoros (szenzorimotoros) szakasz
  - Műveletek előtti szakasz
  - Konkrét műveleti szakasz
  - Formális műveleti szakasz

### Szenzorimotoros szakasz (0-2 év)

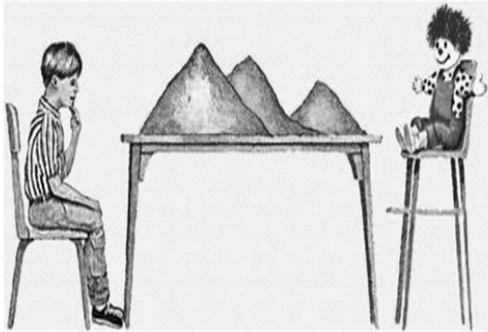
- környezethez való alkalmazkodás, a saját test és a külvilág felfedezése és elkülönítése
- szopó és vizuális orientációs reflexek
- tárgyállandóság kialakulása
- az érzékszervek „beüzemelése”
- szándékos cselekvés megjelenése
- funkciók ismételtetése apró változtatásokkal (pl. ujjszopás, zajkeltés)



### Műveletek előtti szakasz 2 - 7 év

- Szimbólumhasználat (szavak és tárgyak)
- Mágikus gondolkodás, animizmus
- Erkölcsi realizmus (és klinikai következményei), következményetika
- Egocentrizmus
- Centrálás: egy helyzetnek csak egyetlen elemét veszi figyelembe, a többiről nem vesz tudomást (pl. csoportosítás szín vagy forma alapján)
- Irreverzibilitás: nem képes az események sorrendjének mentális visszafordítására
- Mindent szó szerint vesznek, gondolkodásuk konkrét

### Piaget „három hegy” kísérleti helyzete



### Konkrét műveleti szakasz 7-11 év

- Csak konkrét tárgyakra alkotott fogalmakkal képesek operálni
- szilárd, logikai műveletek (sorba-rendezés, osztályozás, cselekvéssorozatok fejben)
- konzerváció: fizikai / mentális 'megfordíthatóság' (szám-, tömeg-, súlymegmaradás)
- 5 éves: hazatalál, de nem tudja elmondani hogyan kell odamenni (tudja, hol kell lefordulni), 8 éves: már le tudja rajzolni az utat
- szándékética

### Formális műveleti szakasz 11/12-

- Absztrakt fogalmakkal való műveletekre való képesség
- hipotézisek felállítása és szisztematikus ellenőrzése (kampón lógó madzagon súly → ingaidó?)
- időfogalom (jövő)
- lehetőség és ténylegesség elkülönítése
- deduktív érvelés
- ideológiai gondolkodás: szélesebb, társadalmi közeg szempontjaira való megnyílás

### Lawrence Kohlberg – Az erkölcsi fejlődés

Prekonvencionális szint

1. büntetésorientáció
2. jutalomorientáció

Konvencionális szint

3. jógyerekorientáció
4. tekintélyorientáció

Posztkonvencionális szint

5. társadalmi szerződés orientáció (a törvény szellemének megértése)
6. etikaielv-orientáció (a törvény etikus megsértettségének felismerése; 10%...)

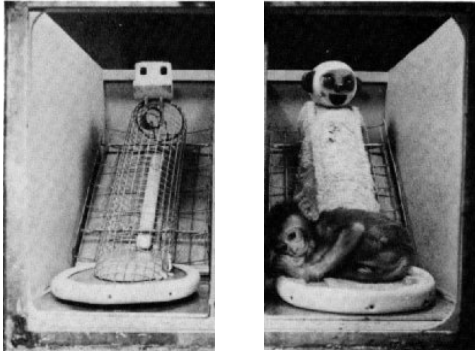


### A kötődés és Harry Harlow (1905-1981) vizsgálatai



- A kötődés: bizonyos személyek közelségének keresése, illetve a tendencia, hogy a gyerek ezen személyek közelében biztonságban, jól érezze magát
- Anyák és kicsinyeik közötti kapocs – az anyák csak élelem-forrásként fontosak?
- Szőranya: valódi majomanyához hasonló méretű, puha és kellemes tapintású, elektromosan melegített bábu
- Drótanya: formára hasonlít a szőranyához, drótból készült és tapintása hideg-rideg

### A drótanya és a szőranya



### Az emberi kötődés

- Bowlby: a korai rossz vagy szegényes kötődés felnőttkori hatásai az embereknél (önértékelés, párkapcsolatok, teljesítmény)
- Stresszélettani következmények
- Ainsworth „idegen helyzet” vizsgálata



1. Anya és 1-1,5 éves (!) gyermeke együtt egy ismeretlen szobában
2. Belép egy idegen, mindkettőjükkel megpróbál interakcióba elegyedni
3. Anya feltűnés nélkül kisurran
4. Anya visszatér, játszik a gyerekkel, az idegen elmegy
5. Az anya is kimegy
6. Idegen visszajön, próbálja a gyereket megnyugtatni
7. Anya visszajön, az idegen elmegy

### A kötődési típusok

- Biztosan kötődő
  - Függetlenül az érzelmi állapotuktól, az anya visszatértekor kapcsolatot keresnek vele
  - Zavarja őket, ha anyjuk kimegy
- Bizonytalan / elkerülő
  - Amikor az anya elmegy, nem zavarattják magukat
  - Mikor visszatér, elkerülik, nem vesznek róla tudomást
- Bizonytalan / ambivalens
  - Mikor az anya visszajön, keresi is vele az érintkezést, meg tiltakozik is ellene

### ...és hátterük

- Temperamentum
- Gondozói magatartás
  - Gondozó szenzitív válaszkészsége (pl. reagálni, ha a gyerek sír; akkor etetni, mikor éhes stb.)
  - Bizonytalanul kötődő-elkerülő gyerek gondozója a gyerekkel való testi érintkezést kevésbé élvezzi; hajlamos mereven, kényszeresen viselkedni
  - Bizonytalanul kötődő-ambivalens gyerek gondozója szeszélyes

### Freud fejlődésmélete: a pszichoszexuális fejlődés

- Orális szakasz (0-1): az örömforrás a száj
- Anális szakasz (1-2): székletürítés, illetve az afőlötti kontroll a kielégülés forrása
- Fallikus szakasz (3-5):
  - Nemi szervek okozta örömök kezdetleges megjelenése
  - Nemi különbségek észrevétele
  - Szexuális vonzalom az ellenkező nemű szülő iránt ↔ inceszt-tabu (=ödipális konfliktus)
  - Kasztrációs szorongás és péniszirigység



- Latenciaperiódus (6-12): figyelem kifelé fordul
- Genitális szakasz (13-): felnőtt szexualitás világa

- Fixáció: az adott szakaszban való megrekedés hatásai a személyiségre:
  - Orális fixáció: dohányzás, túlevés
  - Anális személyiség: rend- és tisztaság-mánia, fukarság
  - Fallikus szakaszban megrekedt személyiség: tekintélyszemélyekkel való zavarok

### Erik H. Erikson: pszichoszociális fejlődés

- Egész életen át tartó folyamat; 8 főbb szakasszal
- Minden szakasznak van egy központi feladata, mely normális esetben is krízissel jár
- Minden szakasz az előző szakasz(ok)ban megszerzhető „énerő(k)re” épít
- A meg nem oldott feladatok a későbbiekben visszatérhetnek



### 0-1 év

- Krízis: bizalom vs. bizalmatlanság
- Fő kérdés: Megbízhatok-e a környezetemben, jó hely-e a világ, ahol élek?
- Legfontosabb kapcsolatok: anya, elsődleges gondozó
- Kimenetel: optimizmus és bizalom (↔ függőség, depresszió)
- Valamennyi egészséges bizalmatlanság is kell
- Megszerezhető énerő a remény: attól, hogy épp kielégítetlenek a vágyaim, attól még később kielégülhetnek

### 2-3 év

- Krízis: autonómia vs. szégyen / kétely önmagunkban
- Leválás kezdetei, melynek alapja a bizalom
- Fő kérdés: Megállok-e a saját lábamon? Tudok-e kontrollt gyakorolni önmagam felett?
- Szégyen: ha nem érezzük hogy van saját, önálló akaratunk
- Legfontosabb kapcsolatok: anya, elsődleges gondozó
- Legfontosabb szó: Nem!
- Kimenetel: önkontroll és megfelelésérzés ↔ kényszeresség, impulzivitás
- Megszerezhető énerő: akarat

### 3-5 év

- Krízis: kezdeményezés vs. bűntudat
- Fő kérdés: Jó vagyok-e?
- Legfontosabb kapcsolatok: tágabb család
- Kedvenc szó: Miért? → szülők reagálásának fontossága ↓
- Kimenetel: kezdeményezőképeség, tervezés és megvalósítás képessége ↔ bűntudat, antiszocialitás, nárcizmus
- Realitásérzék fokozódása a fantáziával szemben ↓
- Megszerezhető énerő: célirányultság

### 6-11 év

- Krízis: teljesítmény / szorgalom vs. kisebbségség
- Fő kérdés: Jól csinálom-e, amit csinállok?
- Legfontosabb kapcsolatok: lakókörnyezet tagjai, tanárok, intézmények (másokkal való összehasonlítás lehetősége)
- Kimenetel: kompetencia-érzés fizikai, társas és szellemi téren ↔ felszínesség, tehetetlenség, perfekcionizmus, szolgálalkú feladatvégzés
- Megszerezhető énerő: kompetencia (amit jól akarok csinálni, azt tudom jól csinálni)

### 12-19 év

- Krízis: identitás vs. szerepkonfúzió
- Ennek a szaksznak 7 alfeladata van:
  - idői perspektíva / idői konfúzió (karriertervezés)
  - Önbizalom vs. önérzeteskedés
  - Szerepgyakorlás vs. szerepfixáció
  - Tanonckodás vs. fixáció egy munkakörben
  - Nem identitás vs. nemi konfúzió
  - Vezetés és vezethetőség vs. autoritáskonfúzió (+ / -)
  - Ideológiai elköteleződés vs. értékkonfúzió

- A legfontosabb szakasz Eriksonnál (1. saját identitás)
- Fő kérdés: Ki vagyok én?
- Legfontosabb kapcsolatok: kortárs csoport, példaképek
- Kimenetel: egységes, integrált kép önmagunkról ↔ identitászavar, fanatizmus
- Megszerezhető énerő: hűség (akkor is kitartunk egy eszme, csoport, cél mellett, ha a környezetünk ezt ellenzi)
- Sikeres kimenetel esetén későbbi nagy változások után könnyebb új identitást felépítenünk (pl. szülői)

### James Marcia: az identitás (tere és) szintjei

	Krízis: +	Krízis: -
Elköteleződés: +	valódi identitás	korai zárás (serdülés előtt normatív; diktatórikus környezet szerepe)
Elköteleződés: -	moratórium (serdülőkorban normatív; komplex gondolkodású, engedékeny környezet)	identitás konfúzió (iskoláskor előtt normatív; nem támogató szülői szerepe)

### 19-24 év

- Krízis: intimitás vs. izoláció
- Fő kérdés: Szerethető / szeretve vagyok-e?
- Legfontosabb kapcsolatok: partnerek, barátok, munkatársak
- Kimenetel: szoros és tartós kapcsolatok, pályaelköteleződés, együttműködésre való készség ↔ magány, felszínes, promiszkuus kapcsolatok, elitizmus
- Erikson: a + kimenetel feltétele az identitás
- Megszerezhető énerő: szeretet, szerelem (az adni-tudás)

### 25-50 év

- Krízis: gyarapítás / alkotóképesség vs. stagnálás
- Fő kérdés: Arra tart-e az életem, amerre elterveztem?
- Legfontosabb kapcsolatok: partner, gyerekek, munkatársak
- Ösztönös készletelés értékek létrehozására
- Kimenetel: törődés a családdal, a következő generációval, a társadalommal ↔ túlzott elfoglaltság, kompenzatórikus dominancia
- Megszerezhető énerő: másokkal való törődés

### 50-halálíg

- Krízis: integritás vs. kétségbeesés
- Fő kérdés: Megérte-e élni?
- Legfontosabb kapcsolatok: az emberiség, a hasonló világnézetűek
- Kimenetel: étellel való megelégedettség, készség a halállal való szembenézésre ↔ önelégültség, mások lenézése, haláltól való bénító félelem
- Ma a + kimenetelt erősen nehezíti a fiatalság- és a rossz értelemben vett egészség-kultusz
- Megszerezhető énerő: bölcsesség

### Gyermekkori (fejlődési) zavarok

- Traumaeredetű fejlődési zavaroknál a kimenetelt befolyásoló tényezők:
  - A trauma időpontja (hány évesen, mely kritikus vagy szenzitív periódusban éri az embert)
  - A traumatizáló hatás gyakorisága
  - Az élmény súlyossága
  - A környezet reakciója (tagadás vs. elismerés, társas támogatás, kornak megfelelő problémakommunikáció – pl. sírás – tolerálása stb.)
  - A gyerek jellemzői közül
    - alkati sajátosságok (temperamentum)
    - aktuális pszichés állapot
    - korábbi élettörténet (pl. korábbi szeparációk)

### Gyermekkori (fejlődési) zavarok 2

- Különösen veszélyeztetettek a
  - Koraszülöttek
  - (Látható) fejlődési rendellenességgel küzdők
  - Irritábilis, csökkent ingerküszöbű (sokszor fiziológiai síkon is) gyerekek
  - Balkezesek (jobb féltekei dominancia) és átszoktatott kezesek
- A szomatizáció mint kommunikáció:
  - Tudattalan cél: közölni, hogy a gyerek a maga számára megoldhatatlan problémával küzd
  - A tünet maladaptív szorongáskezelési kísérlet

### Gyermekkori (fejlődési) zavarok 3

- Néhány (esetleg) pszichológiai háttérű zavar:
  - Szorongásos zavarok (pl. szeparációs szorongás, fóbiák, kényszerbetegség)
  - Elhízás (obezitás)
  - Gyermekkori depresszió
  - Vizelet- és székletürítési zavarok
  - Tanulási zavarok
  - Figyelemzavarok (pl. hiperaktivitás)
  - Poszttraumás stressz-zavar

### Serdülőkori pszichológiai zavarok

- Serdülőkori sérülékenység tényezői kultúránkban
  - Biológiai-hormonális változások
  - Kialakulatlan konfliktusmegoldó repertoár (drogok)
  - Érzelmi és önértékelési labilitás
  - Fokozott introverzió (és introspekció)
  - Apa hiánya (egyszülős családok gyakorisága)
  - Társas élet súlypontváltása (család → kortársak)
  - Identitáskrízis és + kimenetelének mai nehézségei (szociális felnőtté válás kitolódása → más területen „kell” bizonygatni a felnőttiséget)
  - Felnőttéavatási rítusok elhalása, vérszegénysége

### Serdülőkori pszichológiai zavarok 2

- A problémaviselkedés (szindróma)
  - Elemei:
    - agresszív, antiszociális viselkedés
    - beilleszkedési- és tanulási nehézségek
    - legális és illegális szerhasználat
    - kockázatos szexuális magatartás
    - egyéb pszichés zavarok fokozott prevalenciája (főleg a depresszió lányoknál)
  - Vitatt, hogy a szindróma normatív vagy patológiás (intenzitás és hossz fontossága)

### Serdülőkori pszichológiai zavarok 3

- A serdülőkori problémaviselkedés kockázati tényezői:
  - Mentális zavarok, szenvedélybetegségek előfordulása a családban (genetika?)
  - Bűnözés, deviáns családi és társas környezet
  - Szegénység
  - Konfliktusos szülő-gyerek viszony
  - Kötődési zavarok, fokozott szenzoros élménykeresés
  - Rossz iskolai teljesítmény, iskolakerülés
  - Hasonló nehézségekkel küzdő kortársak és referenciacsoport
  - Nemi különbségek (pl. ♂: drog; ♀: depresszió)

### Serdülőkori pszichológiai zavarok 4

- A serdülőkori problémaviselkedés **védőfaktorai**
  - Magas intellektuális színvonal a családban
  - Összetartó, meleg családi környezet
  - Szülői kontroll és támogatás, tanárokkal való bizalomteli viszony
  - Önbizalom, jó önértékelés (→ csökkent társas befolyásolhatóság)
  - Sport; iskolai élettel való elégedettség
  - Vallásosság, értékek iránti elkötelezettség
  - Konstruktív közösségekben, szervezetekben való részvétel
- Ma a hangsúly a protektív tényezőkön van

### Serdülőkori pszichológiai zavarok 5

- A serdülőkori problémaviselkedés későbbi következményei:
  - Mentális zavarok gyakoribb / tartósabb / súlyosabb megjelenése (öngyilkosság pl.)
  - Rossz fizikai állóképesség, szerhasználatból fakadó speciális károsodások
  - Alacsony szocioökonómiai státusz (alacsony iskolázottság, munkanélküliség, alacsony jövedelem stb.) és egészségügyi következményei
  - Bűnözés
  - Izoláció