



Sándor-Lenkei Aida

A személyiség pszichológiai alapjai. Lelki
jelenségek és folyamatok, a pszichológiai
megfigyelés módszerei



A követelménymodul megnevezése:
Gondozási-ápolási alapfeladatok

A követelménymodul száma: 1851-06 A tartalomlelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-007-50



A SZEMÉLYISÉG PSZICHOLÓGIAI ALAPJAI. LELKI JELENSÉGEK ÉS FOLYAMATOK, A PSZICHOLÓGIAI MEGFIGYELÉS MÓDSZEREI

ESETFELVETÉS – MUNKAHELYZET

Károly, 66 éves, erős testalkatú, életerős férfi, aki meglehetősen korán, 60 éves korában ment nyugdíjba. Foglalkozását tekintve mérnök ember, aki mezőgazdasági gépek tervezésével foglalkozott több, mint 35 évig. Munkatársai megbecsülték, szerették, társaságát mindig élvezték, elsősorban jó humora, és figyelmessége miatt. Nyugdíjazását azért szorgalmazta, mert feleségével azt tervezték, hogy hátralévő arany éveiket kihasználják, kertészkednek és utazgatnak, csakúgy ráérősen, hiszen két nagyfiuk már "kirepült", önálló családot alapítottak és biztos háttérrel biztosítottak családjuknak. Ebben sokat segített Károly és a felesége a gyerekeknek.

Ám egy évvel azután, hogy Károly nyugdíjba vonult, felesége megbetegedett és két hónapra rá, meghalt. Károlyt nagyon megviseli a szeretett felesége halála, és jelenleg képtelennek tartja magát arra, hogy ismét társasági életet éljen, vagy aktívan dolgozzon a kiskertjében. Barátai és volt kollégái már elkoptak mellőle, ami nagyon fájó számára, hiszen egykor nagyon sokat jelentettek neki. Úgy érzi, hogy a munka sokat segítene jelenlegi állapotán, de..

Mindkét fia egy másik városban él, róluk így mesél: "Ritkán látom a gyerekeket. Amikor éppen jönnek, nagyon sok örömem telik bennük és a családjaikban, még a menyemmel is nagyon jókat tudok beszélgetni, de mióta a feleségem meghalt, képtelen vagyok megtenni azt az erőfeszítést, ami az ilyen örömök eléréséhez szükséges. Épp van két függőben lévő meghívásom a fiúktól, úgy elhatároztam, hogy végre kikászálódok a fotelemből és elkezdek újra élni. Nem ámítom magam, egyszerre lesz keserű és örömteli is, reszketek a pillanatoktól, amikor hozzá szeretnék fordulni, hogy együtt élvezzük a percet, de ő nincs ott. Nem akarom, hogy a fiaim megtörtnek lássanak, attól pedig egyenesen irtózom, hogy meglássam a szánalmat a szemükben. Itt leragadtam... legalábbis mostanáig, remélem, csak mostanáig."

Vajon milyen érzések kavarnak Károlyban?

Milyen életciklusban van, és ebben mi okoz neki különösen nagy nehézséget?

Hogyan változott a személyisége nyugdíjba vonulása és a felesége halálát követően?

Mennyiben természetesekek ezek a szükségletek és reakciók az aranyévek újraértelmezése kapcsán?

Hogyan és miben nyújthat segítséget a szociális szakember Károlynak a humanisztikus pszichológia elméletei szerint?

A tananyag, elsősorban ezekre a kérdésekre kíván választ adni. Elsősorban szociális gondozóknak és ápolóknak nyújt ismereteket a lelki folyamatokról – itt különösen az emocionális és akarati folyamatokra koncentrálva, a személyiség pszichológiai alapjairól és a humanisztikus pszichológia képviselőinek elméleteiről. Továbbá betekintést nyújt, az egyes életciklusokon keresztül az egyes fejlődési krízisek állomásainak feladataiba, nehézségeibe, részletesebben kiemelve az időskor pszichés folyamatait. A tananyagtartalom harmadik szakaszában a pszichológiai megfigyelés módszereit ismerheti meg az olvasó.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

1. Általában a pszichológia

A pszichológia a lelki folyamatokkal, tevékenységekkel és állapotokkal, közös szóval, a lelki jelenségekkel foglalkozó tudomány. A pszichológia szó görög eredetű a psziché = lélek és a logosz = tan szóösszetételből keletkezett. Mai értelemben úgy határozhatjuk meg, mint a viselkedés és a mentális folyamatok tudományos tanulmányozását.

A pszichológia feladata, hogy

- leírja a lelki jelenségeket;
- megállapítsa bekövetkezésük feltételeit, és hatásukat más jelenségekre,
- kutassa belső természetüket, lefolyásuk törvényszerűségeit,
- tanulmányozza a lelki jelenségek egyéni változatait,
- tanulmányozza a lelki jelenségek kialakulásának, kifejlődésének, magasabb egységbe való szerveződését.

A pszichológia elméleti és alkalmazott tudomány is egyszerre. Célja az emberekben és az emberek között zajló folyamatok megismerése. Kapcsolódik a természettudományokhoz (például: fiziológia, neurológia, biokémia, etológia, matematikai statisztika, nyelvészet) és a társadalomtudományokhoz is (például: szociológia, kulturális antropológia).

A pszichológia gyökerei az ókori görög filozófusokig (Platón, Szókratész, Arisztotelész) vezethetők vissza; ők számos kérdést és lehetséges választ fogalmaztak meg az emberi lélek természetével kapcsolatban.

A **pszichológia** szó, fogalom megalkotását Rudolph Gocleniusnak, egy német skolasztikus filozófusnak tulajdonítják, 1590-ből. A szó elterjedésében döntő szerepet játszott a szintén német filozófus Christian Wolff, aki a lélek szerkezetéről szóló műveinek címévé is tette a pszichológiát 1732-ben.

A pszichológia az emberi gondolkodással, viselkedéssel és érzelemvilággal foglalkozik, tágabb értelemben a szellemi és érzelmi folyamatok egymásra hatását vizsgálja és magyarázza.

A tudománytörténeti feljegyzések alapján 1879-re tehető a pszichológia önálló tudománnyá válása, azonban az azóta eltelt idő alatt sokat formálódott. Több egymás mellett meglévő és érvényesülő elméleti irányzat született, megalakultak a főbb kutatási területek, és a pszichológiai alkalmazott területek száma is megnőtt.

2. A lelki jelenségek

A lelki jelenség életjelenség. Csak élő szervezetnek van lelki működése. Az élőlényeken belül is csak az emberi és bizonyos magasabb rendű állati szervezetnek (organizmusnak) van lelki működése. Így van emberi és állati pszichikum.

Az élő szervezeten belül a lelki működés egy anyagi rendszerhez kötődik. Ez az idegrendszer. A lelki működés feltétele és elsődleges létezési módja az idegműködés. Az idegrendszeri működés és a lelki működés egységben van, de ezek a folyamatok nem azonosak. Az idegrendszer működését műszerekkel is tudjuk vizsgálni. Az idegrendszeri történések az EEG-vel (Elektro-Enke-Falográf) kimutathatók. Egy meghatározott agyi hullámtevékenységhez valamilyen lelki működés is tartozik. Pl. β -hullám koncentrált, aktív, éber figyelmi állapotot jelent. A megváltozott idegrendszeri működéssel együtt megváltozik a lelki működés is. Minden lelki jelenség idegrendszeri működéshez kötött, minden lelki jelenség életjelenség, de nem minden életjelenség lelki működés. Pl. az anyagcsere folyamatok, a táplálkozás, a lélegzés ezek életjelenségek, de nem lelki működések.

A lelki jelenség tartalma tükrözés, vagyis minden lelki jelenség megmutatja, tartalmazza a külvilág hatását és az élőlény belső történéseit. A lelki jelenség forrása és eredete a környezet, a külvilág. Ha nincs környezeti hatás, megváltozik az idegrendszeri működés és ezáltal a lelki működés is. A környezeti hatások sokfélesége biztosítja a lelki működés, lelkiélet gazdagságát, sokszínűségét. A lelki jelenségekben tükrözzük a környezet hatására bennünk lejátszódó érzéseket, gondolatokat. A lelki jelenségben a környezetről szerzett ismeret és ahhoz való érzelmi viszonyulás az élmény, szerencsés esetben egységben van. Minden lelki jelenségben megjelenik a környezetről valamilyen tartalom, ismeret és tükröződik a hozzá kapcsolódó érzés, érzelmi viszonyulás.

A lelki jelenség személyiséghez kötődik, vagyis minden lelki jelenség az egyénhez tartozik, csak rá jellemző, az egyén tapasztalata és érzése van benne. A személyiség által válik egyénivé a lelki működés. A lelki jelenségek tükrözik a valóságot és irányítják a cselekvést.

A lelki jelenségek fajtái

A lelki jelenségek az életünk során változnak és különféle tartalmúak lehetnek.

1. Pszichikus folyamatok

Pszichikus folyamatok pillanatnyi hatásokra, gyorsan lejátszódó történetek, amelyek életünk során változnak és az élményben jelennek meg.

Fajtái:

- Megismerési folyamatok: érzékelés, észlelés, emlékezet, képzelet, gondolkodás.
- Emócionális (érzelmi) folyamatok, pl.: harag.
- Akarati folyamatok (motiváció).

2.. Személyiségtulajdonságok

A személyiségtulajdonságok a pszichikus folyamatokból állandósult képződmények, amelyek egyénien jellemzik személyiségünket és meghatározzák tevékenységünket.

Fajtái:

- Képesség – a tevékenységre való alkalmasságot jellemzi.
- Irányultság – a tevékenység indítékát adja.
- Jellem – szabályozza a cselekvést.

1. Feladat

A feladatot önállóan oldja meg, internet és szakirodalom segítségével!

Határozza meg az alábbi megismerési folyamatokat: érzékelés, észlelés, emlékezet, képzelet, gondolkodás, és jellemezze fejlődésüket az életünk során. Használja az internetes keresés lehetőségét, illetve az alábbi szakirodalmat: Atkinson, R.L. – Atkinson, R.C. – Smith, E.E. – Bem, D.J. – Nolen-Hoeksema, S.: Pszichológia. Második, javított kiadás, Budapest, Osiris, 1999.

MUNKANYAG

3. A motiváció fogalma, alapvető motívumok rendszere, aktiváció

A motiváció

A motiváció szó a latin *movere* 'mozogni, mozgatni, kimozdítani' igéből származik. Jelentése is ez: kimozdító, mozgató "erő". A pszichológiában gyűjtőfogalom. Beletartozik minden cselekvésre, viselkedésre készítő belső tényező.

Hebb szerint a motiváció az élőlényeknek a tevékenység végzésére irányuló tendenciája, amely erőssége szerint a mély alvásban mutatott alacsony és az éber, illetve izgalmi állapotra jellemző magas szintek között változik. A motívumok összességét is jelenti. A motívum maga a cselekvésre készítő belső tényező.

A késztetések rendszerében számon tartunk alapvető, elsődleges, biológiai eredetű motívumokat (biológiai szükségletek, pl. éhségérzet), és társadalmi eredetű motívumokat (pl. szerelem) amelyekben a külső ösztönző hatás a belső, biológiai késztetésekkel együtt szabja meg a viselkedés irányát, formáját.

Az alapvető motívumok rendszere

Sokan és sokféleképpen próbálták osztályozni, rendszerbe szedni az alapvető motívumokat. Morgan rendszerének elemei a következők:

- szükségletek
- homeosztatisz késztetések drive
- érzelmek
- vágy

Ezek a tényezők együttesen alkotják a viselkedés motivációs alapját.

Szükségletek

A szükséglet olyan hiányállapotot jelöl a szervezetben, amely tartósabb fennállása esetén károsodást okoz, vagy az életet veszélyezteti (táplálékhány, folyadékhiány). Ez az állapot, amelynek pszichikus vetülete a szükségérzet, olyan cselekvésre készítő, amely a hiány megszüntetéséhez vezet.

Homeosztatisz késztetések

Nagyon fontos a szervezet belső környezetének állandósága, egyensúlya. Ez a belső állandóságot, egyensúlyt biztosító folyamat az ún. homeosztázis. Homeosztázison azt értjük, hogy a szervezet belső nedvei kémiai összetételének (vércukorszint, hormonszint) viszonylag állandó szinten kell maradniuk, mert az ettől való eltérés veszélyezteti az életet. Az eltérés megindítja a szervezet védekező, homeosztatisz mechanizmusait, amelyek helyreállítják a normális állapotot (test hőmérsékletének szabályozása: nagy meleg – izzadás, hideg – didergés). Van azonban olyan biológiai eredetű viselkedés is, amely nem homeosztatisz. Ilyen pl. a szexuális viselkedés is vagy a fájdalom elkerülése.

A drive

A drive angol eredetű szó, jelentése: 'űzni, hajtani'. Ez a viselkedés motorja, ösztönző ereje. Nem azonos sem a szükségletekkel, sem a homeosztatisz folyamatokkal, bár kapcsolatban áll velük.

A drive akkor lép fel a szervezetben, ha valamilyen hiányállapot jelentkezik, s azt belső, automatikus szabályozással már nem lehet kielégíteni. Olyan speciális viselkedésre készítet, amely ezt a szükségletet csökkenti; minél inkább nehezített ez a kielégítés, annál erősebb a késztetés.

A legalapvetőbb drive-ok a következők: az éhség, a szomjúság, a salakanyag-ürítési, a szexuális és utódápolási, az alvási és a védekezésre irányuló késztetések, valamint az ún. általános aktivitás-drive (a mozgás iránti igény) és a kutató-tájékozódó (explorációs) drive, amit a köznyelvben kíváncsiságnak nevezhetünk.

Az érzelmek

Az érzelem (latin szóval emóció) és a motiváció közös tőből származik. Hasonlóan a drive-okhoz belső késztetésként, cselekvések kiváltóiként működnek. Érzelmek azonban komplexebbek, differenciáltabbak, mint a drive-ok, és egészen magasrendű tanult változataik is előfordulnak (pl. esztétikai vagy erkölcsi érzelmek).

Míg a drive-ok inkább a szervezet belső állapotával vannak kapcsolatban, addig érzelmek keletkezésében a környezeti tényezők játsszák a nagyobb szerepet.

Az érzelmek értékelő, minősítő lelki jelenségek; jelzik a szervezetünket érő ingerek pozitív vagy negatív, kedvező vagy káros voltát. A legalapvetőbb érzelmek a testi öröm és a fájdalom érzése. Ezek az ún. primer érzelmek arra indítanak, hogy a kellemes állapotot megfelelő viselkedéssel minél tovább fenntartsuk, illetve a kellemetlent megszüntessük, elkerüljük.

A *fájdalom*, mint alapérzés két jól elkülöníthető folyamatból áll:

- egy érzékelő folyamatból
- egy központi idegrendszeri reakcióból, amelyben igen erős a motivációs elem.

Amikor a test megsérül, erről egy gyors „üzenet” érkezik az agykéregbe - ez a szenzoros, érzékelő elem. Ugyanakkor egy másik, „lassan” terjedő üzenet is halad, más úton, az agy felé. Ha az ember nagyon erősen motivált, valamilyen fontos tevékenységet folytat, amely az agyát nagyon „lefoglalja”, a gyors üzenetre az agykéreg úgy reagál, hogy az a lassú ingerület további terjedését gátolja. Ezzel magyarázható, hogy erősen megsérülhet valaki egy fontos tevékenység közben úgy, hogy azt akkor „észre sem veszi”. Ahhoz, hogy a fájdalomérzet a megfelelő (védekező-elkerülő) viselkedést kiváltsa, a lassú ingerületnek is el kell jutnia a központba; ez okozza a motivációt.

Félelem

A testi öröm és a fájdalom érzése vele születik az emberrel. Az ún. magasabb rendű érzelmek viszont tapasztalás, tanulás során alakulnak ki, és ennek megfelelően pozitív vagy negatív érzelmeink alakulnak ki a tapasztalt tárgyakkal, jelenségekkel, személyekkel szemben. A félelem ilyen tapasztaláson alapuló érzelem. Félelem esetén előrevetítjük a fájdalmat vagy más negatív érzést, amit a veszélyhelyzet jelez számunkra. A félelem nagy jelentőségű, mert a veszély elkerülésére készítet.

A félelem típusai:

- konkrét félelem: pl. sötétől, harapós kutyától (már tapasztalta az egyén)
- szimbolikus félelem: vasorrú bába, ördög stb.
- szeparációs félelem: az anya hiánya miatt lép fel kb. 7-8 hónapos kortól
- félelem a büntetéstől: fontos eszköz a nevelésben

Szorongás

A szorongás tartóssá vált félelemérzés, amely legtöbbször a veszélyhelyzet elmúltával sem szűnik meg. Kiváltó oka közvetett és távoli, esetleg a szorongó személy sem tudja már, hogy miért szorong. Személyiségjeggyé is válhat, amely az alábbi cselekvésekben nyilvánulhat meg; körömrágás, dadogás, izzadás, pirulás. Gyakran a szervi működések is károsan befolyásolja, (gyomorfekély).

Az érzelmek motiváló hatása a gyengétől a nagyon erősig terjedhet. Kísérleti eredmények szerint az érzelmek motiváló hatása és a cselekvésirányítás hatékonysága között fordított U (∩)alakú összefüggés van.

Az alacsony és a túlzottan magas érzelmi intenzitás esetén kevésbé hatékony a viselkedés, míg a közepesen erős érzelmek közepesen erős motiváló hatására a leghatékonyabb a teljesítmény.

A vágy

Abban az esetben, ha az élőlény tapasztalatában kapcsolat jön létre valamely készlet és annak kielégítésére szolgáló tárgy vagy helyzet között, az ilyen tárgy vagy helyzet iránt különös fogékonyságot mutat.

Választási helyzetben, előnyben fogja részesíteni azt a más tárgyakkal vagy helyzetekkel szemben. Az ilyen, előzetes tapasztalat alapján kialakult vonzódást nevezzük „vágy”-nak, amely szintén motiváló tényezőként hat. Amire vágyunk, az cselekvésünk, viselkedésünk céljává válik.

Az agresszió

Az agresszió, érzelmi állapot, amely szándékos testi vagy lelki károkozás másoknak vagy magunknak. Minden olyan szándékos cselekvés, melynek célja, nyílt vagy szimbolikus formában testi, lelki, anyagi kár, sérelem okozása. Annál súlyosabb, minél helyrehozhatatlanabb

Az agresszió működése:

A természetes agresszivitás összetett idegrendszeri szabályozás alatt áll, ugyanakkor a hormonok is beleszólnak kialakulásába. Egy ilyen bonyolult szabályozó rendszer több ponton is "elromolhat". Magatartásformái szempontjából az agresszió lehet támadó vagy védekező. (aktív vagy passzív).

A kutatások azt láttatnak igazolni, hogy az emberi agresszió nem ösztönös, hanem a múltbeli tapasztalatoknak és szociális tanulásnak van rendkívül fontos szerepe keletkezésében. Ha a gyermek azt látja, hogy a különböző konfliktushelyzetekben a szülő megoldása mindig agresszív, akkor ez a magatartás egyedül követhető modellé válik a gyerek számára. Azonos helyzetekben ő is megpróbál agresszív, támadó lenni.

A másik kritikus helyzet, amely agresszív viselkedést válthat ki a gyerekből, az elhanyagoló bánásmód. Ha a gyerek úgy érzi, hogy nem törődnek vele eleget, könnyen indíthatja arra, hogy ún. „rossz gyerekké” váljon és agresszivitásával, a felnőttek bosszantásával kényszerítse ki a vele való foglalkozást.

Az agresszív viselkedést kiváltó tényezők

- Izoláltság
- Relatív depriváció: a jobb alternatíva igény szintje jelenti a frusztrációt.
- Bezártság (börtönhelyzet, disco).
- Modellek (szülői minta)
- Média.

Az agresszivitás az emberi kapcsolatokban hozhat félelmet, mely lehet motoros, (elfut, vagy támad) és lehet vegetatív, (szorongás) de hozhat gyűlöletet is, amely agresszióval válaszol az agresszivitásra.

Az agresszió megjelenési formái

Iránya szerint, lehet:

- önpusztító vagy
- kifelé irányuló,

Megjelenési formája szerint:

- fizikai,

- verbális és
- lelki.

4. A személyiség

A személyiség eredete: persona latin eredetű szóból származik, ami maszkot jelent. Mai értelmében Goethe használta először. A személyiség legelső pszichológiai kutatója Wilhelm Stern volt. Stern óta a személyiség alapvető kritériumának az „én” felismerését, vagyis azt a képességét tekintjük, amivel az egyén el tudja határolni magát a környezetétől. Személyisége csak az embernek van.

A személyiség kialakulása hosszú fejlődés eredménye. Ez a fejlődés egyrészt a filogenesisben (törzsfjlődésben) megy végbe. Ez az emberré válás folyamata. Másrészt az ontogenesisben (egyedfejlődésben), amely az egyes ember fejlődési útja a születéstől az élet végéig.

Gegesi Kiss Pál szerint a személyiség: adott biológiai alapon természeti és társadalmi környezethatásokra kialakult testi–szervezeti és pszichés történések egyedi rendezettségű egysége és összessége.

Gordon W. Allport személyiség meghatározása: A személyiség azoknak a pszichofizikai rendszereknek és másfajta diszpozícióknak az egyénen belüli dinamikus organizációja, amely rendszerek meghatározzák egyedülálló alkalmazkodását a környezethez.

A személyiség meghatározó tényezői

Két tényező határozza meg a személyiséget:

- öröklés
- környezet.

Az öröklés biológiailag határozza meg a személyiséget. Elsősorban testi tulajdonságok és biológiai adottságok átöröklését jelenti. Az életünk során ezek a biológiai adottságok szinte alig módosulnak.

Öröklött testi, biológiai tulajdonságok:

- az idegrendszer szerkezeti és működési sajátosságai
- az érzékszervek érzékenysége
- általános testi fejlettség
- egészségre, betegségre való hajlam
- testalkat, csontosodás
- velünk született feltétlen reflexek (pl. légzés, fogóreflex)

A környezet a forrása valamennyi pszichés megnyilvánulásunknak. A környezet hatása kell ahhoz, hogy az egyénben pszichés történések lejátszódjanak. Ha a környezet ingereit megvonják, akkor az idegrendszeri működésben és a lelki működésben is zavar támad. A környezeti hatás elsősorban, mint nevelő hatás alakítja a személyiséget. A környezettel való tevékenységi kapcsolat fejleszti a személyiség lelki tartalmát.

A személyiség lényeges jegyei

Általános és egyedi jellege: minden személyiség tartalmazza azokat a tulajdonságokat, amelyek személyiséggé tették, amelyek általánosak, mert minden embert jellemeznek. Ilyenek pl. a gondolkodás képessége, a beszéd használata, eszközhasználat. Ugyanakkor valamennyi személyiségnek vannak csak rá jellemző egyéni tulajdonságai, melyek a környezet, vagy az öröklés által determináltak. Pl. a beszéd használat egyéni jellemzője, a szókincs tartalma és terjedelme, a hangerő és hangszín.

A személyiség tudatossága és céltudatossága: a személyiséget jellemzi a tudatosság. Tudhatunk érzéseinkről, vágyainkról, gondolatainkról. A személyiség tudatos lény. A személyiség céltudatossága azt jelenti, hogy az egyén irányt szabhat cselekedeteinek, aktív lényként tudatosan határozhatja meg környezetéhez való viszonyát. Az egyén céltudatossága megadja a választásainak viszonylagos szabadságát.

Állandó és változó jellege: azt jelenti, hogy a személyiség lényege a változás. Születésünktől életünk végéig alakul, változik személyiségünk és csak aktuális állapotban figyelhető meg viszonylagos állandóság. Személyiségtulajdonságaink viszonylag állandósult módon befolyásolják és meghatározzák cselekedeteinket.

A személyiség sajátosan integrált egész: ez azt jelenti, hogy a személyiségünkben együtt léteznek különféle fejlettségű tulajdonságaink, tevékenységi szintjeink. Attól még egységet alkot a személyiség, hogy benne eltérő fejlettségű tulajdonságokkal rendelkezünk. Személyiségfejlesztésünk céltudatosságát és irányát is megadja a magasabb szint és az alacsonyabbnak ahhoz való igazodása.

A személyiség megismerhetősége: a személyiség megismerhető, de nem az egyszeri megnyilvánulásokból, hanem hosszútávon sokféle tevékenység alapján a cselekvésekből és viselkedésből tudunk következtetni a személyiség tulajdonságaira.

Felfogások, elméletek a személyiségről

Már 1937-ben Allport a személyiség alakulása című könyvében mintegy 50 féle meghatározást, és értelmezést gyűjtött össze a személyiség fogalmával, szerkezeti jellemzőivel kapcsolatban.

5. Humanisztikus pszichológia

Az 1900-as évek közepéig, Abraham Maslow-t idézve, két "nagy erő" uralkodott a pszichológiában: a behaviorizmus és a pszichoanalízis.

A *behaviorizmust* a kondicionált reflexek körülírása, tanulmányozása kötötte le, melyeket Pavlov laboratóriumi körülmények között idézett elő, empirikusan vizsgált és számszerűsített. A behaviorista gondolkodás szerint a pszichológiának az a dolga, hogy megállapítsa az ingerek és a rájuk adott válaszok közötti függvénykapcsolatot. A behavioristák által végzett kísérletek népszerűségét ezek érdekessége, bizonyíthatósága, valamint megismételhetősége biztosította. Tézisük, hogy állandó környezeti hatásoknak vagyunk kitéve, és az ingerek a szervezet részéről kiváltanak valamilyen kondicionált választ.

Figyelman kívül hagytak olyan központi fogalmakat, mint tudat, akarat, szándék. A második nagy erő gyökerei a Freud *pszichoanalízisben* találhatóak, követői Alfred Adler, Erik Erikson, Erich Fromm, Karen Horney, C. G. Jung. Ezek az elméletalkotók főként a dinamikus tudattalanra összpontosítottak, szerintük az egészséges személyiség elengedhetetlen feltétele, hogy a mély, rejtett tudattartalmak egyesüljenek a tudatos tudattal. Az emberi viselkedés fő meghatározója véleményük szerint a tudattalan. A behavioristák a személyiség e részét, a tudattalant mellőzték, mondván, hogy az alapvetően, eredeténél fogva szubjektív magánszféra, mely hozzáférhetetlen a tudományos tanulmányozás számára.

Az 1950-es évek második felétől kezdett kialakulni az úgynevezett "harmadik nagy erő". 1957-ben valamint 1958-ban Abraham Maslow kezdeményezésére Detroitban két pszichológus találkozót szerveztek, melyeken megpróbálták egy emberközpontú pszichológia alapjait letenni. Elutasították azokat a pszichológiai nézeteket melyekben az embereket egyszerű reflexgépnak, vagy sötét erők által vezéreltnek tekintették, melyekben egyszerű állatkísérletek eredményeit terjesztették ki személyekre, vagy egyszerű ösztönlényeknek tekintették az embert. Olyan témákat helyeztek előtérbe, mint az Én, az önmegvalósítás, az egészség, a kreativitás, az individualitás. Formálisan a humanisztikus pszichológia 1961-ben alakult meg, fontossága abban rejlik, hogy végre az embert embernek tekinti, kiemeli az emberi értékeket, az öntudatot, melyet az első két irányzat figyelmen kívül hagyott.

A humanisztikus pszichológia egy értékorientáció, mely egy reményteljes, konstruktív nézőpontot nyújt az emberek megismeréséhez, lényeges képességeiket emeli ki, melyek értelmében önmaguk által meghatározottak. A humanisztikus pszichológia képviselői szerint a szándékosság valamint az etikai értékek erős pszichológiai erők, melyek az emberi viselkedésben mutatkoznak meg.

Természetesen elismerik, hogy az emberi elmét befolyásolják a környezeti hatások és tudattalan folyamatok, melyek destruktívak lehetnek. A humanisztikus pszichológia képviselői kiemelik az emberi méltóságot és értéket, a tudatos képességet arra, hogy személyes kompetenciákat illetve önmegbecsülést alakítsunk ki.

A humanisztikus terápiák célja az önfogadás bátorítása, a személyes értékek feltárása és kiaknázása. Az egyedit hangsúlyozzák, minden ember egy független birodalom, melyben a saját értékrendszer, kultúra, személyes döntések és felelősségtudat teljesedik ki.

A humanisztikus pszichológia négy alapelve:

1. Az érdeklődés középpontjában az élményeket átélő személy, a kliens áll (saját szubjektív világlátása, én-észlelése és önértékelése) "Ki vagyok én?"
2. A vizsgálódás elsődleges témái: az emberi választás, a kreativitás és az önmegvalósítás. (Megfogalmazza, hogy az emberek alapvető szükséglete, hogy lehetőségeiket és képességeiket kifejlesszék, és megvalósítsák önmagukat.
3. A kutatási problémák kiválasztásakor nem a rendelkezésre álló módszerekhez kell tervezni a vizsgálatot, hanem az egyénhez.
4. A személy méltósága a legfőbb érték. (Az emberek alapvetően jók, a pszichológia célja pedig az emberek megértése és nem viselkedésük előrejelzése vagy kontrollálása).

Carl Rogers

A humanisztikus pszichológia egyik kiemelkedő képviselője Carl Rogers, aki saját bevallása szerint, megtapasztalta azt a tényt, hogy nem a terapeuta, hanem a kliens az, aki tudja, hogy mi az, ami fáj, hogy milyen irányba kell haladni a segítő munka során, melyek a valóban fontos problémák. „Kezdt tudatosodni bennem, hogy, hacsak nekem magamnak nincs igényem arra, hogy mutogassam a ménkű sok eszemet és a hihetetlen intelligenciámat, jobban tenném, ha a kliensre hagyatkoznék a folyamatok megválasztásánál.” (Rogers, Valakivé válni, 2002)

A személyközi kapcsolatról alkotott alapelvei:

- A segítőnek hitelesnek (kongruensnek) kell lennie, önmagát kell adnia a segítő kapcsolatban, annál alkalmasabb lesz a segítségnyújtásra. Ezáltal tisztában kell lennie a segítőnek a saját érzéseivel, és ezt szavaiban és viselkedésében is ki tudja fejezni, akkor a személyközi kapcsolat valódivá válik, és ez teszi képessé a másikat arra, hogy megkeresse önmagában az igazságot.
- A másik személy elfogadása, értékeivel, pozitív és negatív attitűdjével együtt. A másik ember feltétel nélküli elfogadása, meleggé és biztonságot sugárzóvá teszi a kapcsolatot.
- A másik ember megértése nélkül, szinte semmit nem ér az elfogadás. Empátiával (beleérző képesség) lenni egy segítő kapcsolatban, lehetővé teszi a segítő számára, hogy a kliens problémáját az ő szemüvegén keresztül lássa.

Empátia – Az a képesség, amellyel, egy másik emberrel való személyes kapcsolatban, beleéljük magunkat a másik fél lelkiállapotába és ennek nyomán megértjük a másik érzelmeit, indítékait. Az empátia függ a kapcsolat jellegétől, az empátiát átélni akaró ember szándékától; feltétele az emberek közötti közvetlen kapcsolat, amely a beszédben és az azt kísérő metakommunikációban realizálódik.

– Az egyén képes fejlődni, és a segítő kapcsolat során felfedezi magában azt a képességet, amely hozzásegíti ehhez a fejlődéshez. Minden emberben létezik az önmegvalósításra, a változásra irányuló hajtóerő, ami lehetővé teszi a fejlődést, az önállóvá válást, az érést. Az egyén a fejlődés eredményeképpen képes lesz megbirkózni az élet különböző kihívásaival, konstruktívabb, hatékonyabb és integráltabb lesz, önértékelése reálissá válik, és énképe közelebb kerül ahhoz az emberéhez, aki szeretne lenni (én-ideál). Minél közelebb van az én-ideálunk reális énképünkhöz, annál kiteljesedettebbek és boldogabbak leszünk. Az én-ideál és a reális én-fogalom közötti túl nagy eltérés a boldogtalanság és elégedetlenség forrása. A kliensközpontú segítő kapcsolat hatására a kliens viselkedésében is pozitív változások figyelhetőek meg, nyitottabbá, elfogadóbbá, és kevésbé frusztrálttá válik.

Rogers nézetei szerint, ez a személyközi kapcsolat nem csak terápiás kapcsolatban hat ilyen pozitívan az egyénre, hanem minden interperszonális kapcsolatra igaz, abban az esetben, ha a fenti alapelvek érvényesülnek. Így egy szülő-gyermek, vagy egy tanár-diák kapcsolatban is alkalmazható, és eredményeképpen a gyermek nagyobb mértékben lesz önirányító, könnyebben szocializálható, és érettebbé válik.

3. Feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

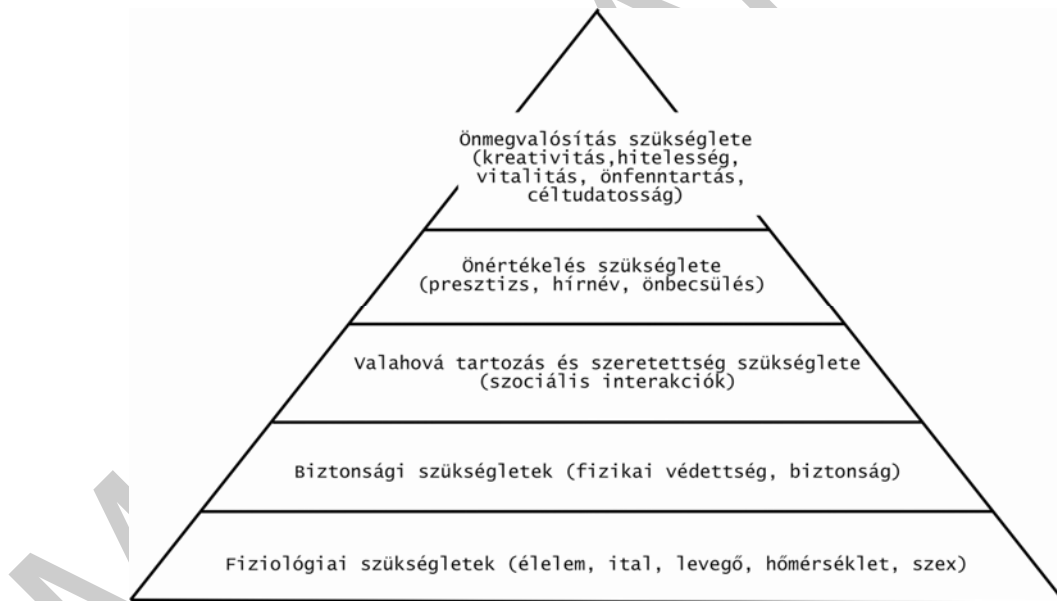
Olvassa el az alábbi esetleírást és válaszoljon a következő kérdésekre! Véleményét egyeztesse a párjával, és az eredményeket rögzítsék!

Egy 27 éves nő az éppen véget ért kapcsolatáról beszél a segítőnek (meglehetősen tárgyilagos hangon): "Úgy három héttel ezelőtt Romániában élő szüleim látogatásáról tértem haza, és egy levél fogadott Gábor barátomtól. Azt írta, még mindig szeret, de nem vagyok neki való. A levélben megköszönte az elmúlt három év alatt együtt megélt szép emlékeket. Arra kért, hogy ne keressem őt, mert ezzel mindkettőnk számára csak nehezebbé tenném az elválást. Ennyi. Azt hiszem, egy világ dőlt össze bennem. Az emberek már a munkahelyemen is panaszkodnak rám. Az idő legnagyobb részében olyan vagyok, mint egy holdkóros."

- Mit érez ez a nő?
- Fogalmazza meg, hogyan tudná kifejezni empátiáját a nő felé? (Írja le a neki szánt mondatot!)

Maslow – piramis

Abraham Maslow amerikai pszichológus (1908–1970) dolgozta ki a máig használatos, igaz számtalan kritikával is illetett, motivációs rendszerét, mely motivációs rendszer több ponton is összekapcsolódik a mentálhigiénés, testi–lelki jólét állapotával.



1. ábra. Maslow-féle szükséglethierarchia

Elmélete szerint a szükségleteknek létezik egy hierarchiája (a szükséglethierarchia), mely az alapvető biológiai szükségletektől azon komplexebb pszichológiai motivációkig terjed, melyek csak akkor válnak fontossá, ha az alapvető szükségletek már kielégülést nyertek. Az egyik szinten lévő szükségleteket legalább részben ki kell elégíteni, mielőtt a felette lévő szint szükségletei, a cselekvés jelentős meghatározóivá válnak. Az emberi szükségletek öt, hierarchikusan egymásra épülő kategóriába csoportosította a fenti ábra szerint. Az alapvető szükségletek rangsora nem mindig biztos, hogy a fenti sorrendet követi. Akad számos kivétel, de az emberek többségénél mégis ez a tipikus.

1. Fiziológiai szükségletek

A fiziológiai szükségletek a legerősebben jelentkező, legdominánsabb szükségletek. Bár az összes fiziológiai szükséglet felsorolása képtelenségnek tűnik, de az alapvető fiziológiai szükségletek az éhség, szomjúság, szexuális vágy, aluszékonyság, anyai reakciók. Ha ezen szükségletek nincsenek kielégítve, – vagy akár csak egy közülük, mivel ezen szükségletek viszonylag elszigetelhetők, testileg lokalizálhatók – akkor minden egyéb szükséglet megszűnhet, vagy háttérbe szorulhat.

2. Biztonsági szükségletek

A biztonsági szükséglet hiányában a többi, magasabb rendű szükséglet jelentőségét veszíti, valamint a bizonytalan környezetben élő egyén legfőbb törekvése a biztonság megteremtése lesz. Mi ez a biztonság? Annak a tudata, hogy védettek vagyunk a bűnözéssel, szélsőséges időjárással, háborúkkal, járványokkal, vadállatokkal, stb. szemben. Ide tartozik még a létbiztonság érzése is, az a hit, hogy a jövőben képesek leszünk biztosítani alapvető szükségleteink kielégítését. A biztonsági szükségletek tágabb értelmezésébe sorolható a megszokott, ismert dolgok előnyben részesítése az idegennel, ismeretlennel szemben. Ha a biztonsági szükségletek kielégítést nyertek, fellép a következő igény, a szeretet utáni sóvárgás.

3. Szeretet- és közösséghez tartozás igénye

A Maslow hierarchia ezen a fokán álló egyén legfőbb törekvése hogy barátok, vagy a szerettei vegyék körül, egyéntől függően netalán a gyerekei ricsajozását szeretné hallani, vagy egy számára fontos személy társaságát kívánja. A lényeg, hogy bensőséges, gyengéd, őszinte emberi kapcsolatban legyen. Itt a szerelem nem keverendő össze a szexuális viselkedéssel, amit a fiziológiai szükségletekhez soroltunk.

4. Önértékelés

Az embernek egyformán van szüksége arra, hogy mások tiszteljék, elismerjék őt és arra, hogy önmaga is becsülje magát. Ez pedig csak úgy lehetséges, hogy mindez valós képességeken, eredményeken, sikereken alapuljon.

Minden ember számára fontos a reális énkép kialakítása, amely az önmagam iránti szereteten és elfogadáson alapszik. Amennyiben ezzel az önbecsüléssel rendelkezem, lelki stabilitással bírok, amely segít a mások elfogadásában és pozitív hozzáállás kialakításában. A segítő foglalkozásuk körében ez egy különösen fontos feltétel, a hatékony segítő tevékenység elengedhetetlen része.

5. Önmegvalósítás iránti igény

E szükséglet kielégítésének lényege, hogy a személy azzá váljon, akivé adottságainál fogva válhat, feltéve, hogy autonóm módon választ.

Az önmegvalósító személyek megkülönböztető jellemzőit az alábbiakban összegeztem: A valóságot gyakorlatiasan észlelik, és jól tűrik a bizonytalanságot. Olyannak fogadják magukat és másokat, amilyenek. Spontán módon gondolkodnak és viselkednek. Inkább a problémákra, mint önmagukra összpontosítanak. Függetlenek és autonómak. Állandóan készek az események friss látásmódjára. Kreatívak, találékonyságuk friss és a gyermekéhez hasonlít. Erős és bensőséges kapcsolatokat alakítanak ki inkább kevés, mint sok emberrel. Objektív nézőpontból képesek az életre tekinteni. Belső függetlenségüket őrzik attól a kultúrától, amelyben élnek. Az önmegvalósítás csak úgy képes kiteljesedni, ha mindig van egy még el nem ért lépcsőfok, amire fel szeretne jutni.

6. Családi életciklusok

Egy család életében várhatóan, menetrendszerűen bizonyos változások előfordulnak. A család így folyamatosan átalakul, változásokon megy át, ahol régi minták már nem működnek, újak pedig még nem alakultak ki. A változási szakaszokban a család fejlődési krízisen megy át. Az életciklus változások során jelentkező feszültségek természetes velejárói a változásnak, és az átmeneti krízisek is elkerülhetetlenek. A különböző változások hatására új családi mintázat jön létre, új egyensúly kialakítása szükséges. Hogy e közben a család milyen nehézségekkel találja magát szemben, függ az addigi élettapasztalatuktól, vagy éppen a tapasztalat hiányától. A családok legtöbbször megbirkóznak az élet nehézségeivel, mert a belső és külső erőforrások természetes támaszként a rendelkezésére állnak. Ezen természetes támaszrendszeren belül, fontos kérdés, hogy melyek a jól működő család jellemzői.

Az egészséges család

Egy család működése akkor tekinthető egészségesnek, ha értékrendjük világos, ha minden változás lassan, rugalmasan, folyamatosan zajlik, és ezek bejósolhatóak a családtagok számára, nincs káosz. A stresszt megfelelő módon kezelik, nincs bűnbakképzés, a családtagok kimutatják érzéseiket, indulataikat, beszélnek róluk, és ezeket normálisnak, önmagukhoz tartozónak érzik.

A SZEMÉLYISÉG PSZICHOLÓGIAI ALAPJAI. LELKI JELENSÉGEK ÉS FOLYAMATOK, A PSZICHOLÓGIAI MEGFIGYELÉS MÓDSZEREI

Vannak családi rituálék, támogatják egymást érzelmileg, kiállnak egymásért, biztatják egymást, képesek lemondani valamiről a másikért, megtanulják tisztelni saját magukat és egymást. Kiadhatják magukat egymásnak, mert bizalom van köztük, a felelősséget megosztják, mindenkinek van feladata. Mindenkinek a véleménye fontos, egyértelmű a kommunikáció a családtagok között.

Életciklus	Feladatok	A családi rendszerben szükséges változások	Nehézségek
Az otthon elhagyása, Egyedül élés	Elkülönülés Függetlenség	lehetővé tenni a fiatal leválást a családról a krízis esetén sem hívja vissza a család	A leválás megakadályozása
Házasság Házaspár	Az érzelmi helyzet felállása az új helyzetnek megfelelően Azonosulni a felnőtt lét elemeivel A közös élettér kialakítása, ahol mindenki megtalálja a saját helyét, szerepét, feladatát.	az új családtag fogadása a magánélet tiszteletben tartása, új egyensúly létrejötte elkülönülés	Egymás családjának megismerése, elfogadása, az egészséges és optimális távolság kialakítása. A szülők magukra maradása eredményezheti, hogy a szülők túlzott befolyást akarnak gyakorolni az önálló életet kezdő új pár életében.
Kisgyermekes család	A kétagú család átalakulása 3 illetve többtagúvá	- megtalálni a helyét a családi rendszerben az új jövevénynek - az érzelmi elérhetőség új formáinak kialakítása A szülő illetve a nagyszülői szerepek elfogadása.	A szülést követő időszakban a kismamánál hosszabb-rövidebb ideig tartó depressziós állapot fordulhat elő.
Az első életév - a korai anya-gyermek kapcsolat	A gyermek későbbi életére nézve kiemelkedő fontosságú időszak. Ez alatt gyűjti be a csecsemő a tapasztalatait a külvilágról, s ideális esetben kialakul benne az úgynevezett „ősbizalom”: vagyis az alapvető érzés, hogy a világ jó.	Az anya megfelelően reagál a kicsi igényeire: ha jelez, hogy baj van, érkezik a segítség. Ez a biztonságérzet az ősbizalom alapja, s ez a feltétele annak, hogy a kicsi nagyobb önállósággal kísérletezzen a második életévében. A pár számára ennek az életszakasznak fontos feladata, hogy átalakítsák a kétszemélyes családot háromszemélyessé, úgy, hogy a párkapcsolatuk se sérüljön.	Az anyát nagyon lekötik a szülői feladatok, és az apa kiszorul a családból. Átmeneti vagy tartós szexuális problémák.


A SZEMÉLYISÉG PSZICHOLÓGIAI ALAPJAI. LELKI JELENSÉGEK ÉS FOLYAMATOK, A PSZICHOLÓGIAI MEGFIGYELÉS MÓDSZEREI

<p>Kisgyermekes család</p>	<p>Az 1–3 éves gyermek hatalom iránti vágya erősödik; szeretné minél inkább ő irányítani és kontrollálni a dolgokat. Ugyanakkor nyilván sok mindenre nem képes még, ezért vigyázni kell rá; nagyon fontos a helyes arány megtalálása, hogy miközben a bajtól óvjuk, ne sérüljön az önbecsülése sem.</p>	<p>Ha a szülők az önállóság (autonómia) érzését és igényét támogatják gyermekükben, megtanulja szabályozni az indulatait, és értékelni a saját teljesítményét. A túlféltés, túlkorlátozás a saját képességeiben való kételkedéshez vezethet. Az apa szerepe fokozódik, hiszen ő a családfenntartó, a kapocs a külvilág felé.</p> <p>A nagyszülői szerepek kialakítása, felvállalása.</p>	<p>A férj–feleség kapcsolat erre az időszakra gyakran erősen megterhelődik. Az anya érezheti úgy, hogy számára beszűkült a világ; félhet a kiszolgáltatottságtól, munkahelyének elvesztésétől, újabb testvér érkezésétől. Az idősebb generáció jó esetben kiválóan megtalálja a szerepét, hiszen a nagyszülőség vagy dédszülőség kevesebb felelősséggel és nagyobb élvezettel jár. Azonban, ha ezt a szerepet nem sikerül eltalálni, és túlságosan megnő a befolyás a származási család részéről, kialakulhat például a „feleség–anyós viszály”.</p>
<p>Óvodáskorú gyermek a családban</p>	<p>A gyermek önálló cselekvéseinek kezdeményezése, spontaneitásának támogatása. Ebben az időszakban jelenik meg a szerepjáték, amely által a gyerek megérti, feldolgozza és gyakorolja a körülötte levő világ történéseit, eseményeit.</p>	<p>Egy külső intézmény felé nyitni a családnak.</p> <p>Az anya megjelenhet ismét munkavállalói szerepben. Az anyai szerepével össze kell egyeztetni.</p> <p>Az apa, mint egyedüli családfenntartó szerepe esetleg megszűnhet – ennek elfogadása.</p> <p>A feleség munkahelyi elfoglaltságai miatt osztozni kell a háztartási, gyermeknevelési feladatokon;</p> <p>Ebben a helyzetben szinte törvényszerű, hogy a nagyszülők feladatai nőnek, így az eredeti család befolyása is növekszik; az ismert veszélyekkel együtt.</p>	<p>A gyermek óvodába iratásával az anya élethelyzete megváltozik. Esetleges munkába állása kettős érzést eredményezhet: szoronghat attól, hogy lehet-e egyszerre jó anya és megfelelő munkaerő; a szerepkonfliktus mindenképpen átmeneti nehézségeket, megoldandó feladatot jelent.</p> <p>Az apát presztízsvesztés érheti: a gyás alatt „automatikusan” ő volt a családfő; az anya munkába állásával ez a kiváltságos helyzet megszűnik.</p> <p>A feladatok szaporodásával a házasságban a nyílt konfliktusok szaporodnak.</p>
<p>Kisiskolás gyermek családja</p>	<p>A család élete nyitottabbá válik, belép a család életébe egy intézmény</p>	<ul style="list-style-type: none"> – nyitottabb határok (más emberek is megjelennek) – Az intézmény működéséhez való alkalmazkodás <p>A kisiskolás gyermek kapcsolata a felnőttekkel szoros, hiszen „fejlődési feladata” a teljesítménnyel kapcsolatos készségek fejlődése, vagyis a nagyobb alkalmazkodás, a</p>	<p>A szülők feladatai egyre nőnek. A gyerekekkel kapcsolatos tevékenységek megszervezése mind nagyobb anyagi és „logisztikai” megterheléssel jár. Gyakran nehéz összeegyeztetni, hogy melyik gyereket– mikor–ki hozza–vigye; lehetséges, hogy az egyik, vagy mindkét szülő igazságtalannak érzi a munkamegosztást. A nagy terhelés önmagában is</p>

A SZEMÉLYISÉG PSZICHOLÓGIAI ALAPJAI. LELKI JELENSÉGEK ÉS FOLYAMATOK, A PSZICHOLÓGIAI MEGFIGYELÉS MÓDSZEREI

		<p>kötelezettségek vállalása, a teljesítmény igénye, a feladattudat, a saját teljesítmény kritikus értékelése. Olyan készségeket gyakorol, mint a felelősségvállalás, a másokkal való együttműködés. Ha ezeken a területeken sikeres, kialakul benne a „kompetencia” érzése, sikertelenség esetén pedig kisebbség-érzés, önbizalomhiány jelenhet meg.</p>	<p>feszültségforrás lehet. Az ebben az életkorban jellemző testvér-rivalizáció súlyosbíthatja a család nehézségeit.</p>
<p>10–12 éves „kiskamasz” a családban</p>	<p>Az a „becsapós” helyzet áll elő, hogy a kiskamasznak, identitása próbálgatásához, nagyon nagy szüksége van a szülő nyújtotta érzelmi biztonságra, ám ezt viselkedésével gyakran nem mutatja, s ezzel „sikerül” is a szülőket félrevezetni...</p> <p>A szülők feladata a munka és a családi élet összehangolása, és a kamasz családtag érzelmi viharainak kezelése</p>	<p>A 10–12 éves gyermekek leginkább azonos nemű kortársaikkal, elkülönülten szeretnek lenni. A kiskamasz szemtelenebb a felnőttekkel, keresi a saját identitását. Miközben változatlanul szüksége van a szülői szeretetre, viselkedésében, választásaiban egyre erőteljesebben érvényesül a kortárs-hatás.</p>	<p>Ebben az időszakban a szülők saját életükben a legproduktívabb időszakukat élik. A karrier, az egyéni érvényesülés, az új lehetőségek megvalósítása néha fontosabb számukra a közös, családi érdekeknél. Kevesebb idő jut a gyerekekre is, s ezt ők tanulási, magatartási problémákkal vissza is jelzik. Előfordul egyik vagy mindkét szülő részéről a problémás gyerektől való eltávolodás, „bezzeg–testvér” kreálása a külvilág, a nagyszülők felé.</p>
<p>Serdülők a családban</p>	<p>A viselkedési és vélemény szabadság rugalmasabb, de még az autoritás fennáll</p> <p>A serdülőkorban fejlődés során a fiatalnak három fontos fejlődési feladatot kell megoldani. Az első az érzelmi függetlenedés a családtól és családon kívüli kapcsolatok létesítése; a második a felnőtt ember társadalmi szerepével való azonosulás és a felnőtt identitás kialakítása; a harmadik pedig a felnőtt szexuális szerep vállalása, vagyis a nemi identitással való</p>	<ul style="list-style-type: none"> - a család tagjai elismerik a változás értékességét - küzdelem, vita, tárgyalás értékeinek elfogadása - az egymástól különböző fontosságának felismerése 	<p>A serdülőkor a szülők és gyermekek számára is az egyik legnehezebb időszak. Nem mindig sikerül a közös nyelv kialakítása, a szabályok rugalmas változtatása, egymás érzelmeinek, indulatainak tolerálása. Ahhoz, hogy a serdülő kialakítsa saját önképét, szükséges, hogy valamilyen módon elhatárolódjon a családjától. Egyre kritikusabbá válik a szüleivel szemben, egyre feltűnőbben jelzi viselkedésével, öltözködésével, beszédstílusával a különböző kortárs csoportokhoz való tartozását. Ugyanakkor szüksége van a biztos érzelmi háttérre. Ez a legtöbb, amit a szülő ilyenkor megadhat, és bízni kell abban, hogy a gyerekével kialakított kapcsolatba</p>

A SZEMÉLYISÉG PSZICHOLÓGIAI ALAPJAI. LELKI JELENSÉGEK ÉS FOLYAMATOK, A PSZICHOLÓGIAI MEGFIGYELÉS MÓDSZEREI

	<p>azonosulás és végeredményben a párválasztás.</p>	 <p>2. ábra. A felnőttkor határán</p>	<p>eddig befektetett energia nem vész el hosszú távon, és működni fog, ha átvészelik ezt a nehéz időszakot.</p> <p>Sokat segít, ha ilyenkor bele tudják képzelni magukat a másik helyébe, vagy a szülő felidézi magában azt az időt, amikor ő volt ebben a korban. Átgondolja, hogy milyen nehézségei, örömei voltak, ki és mivel, hogyan tudott segíteni neki problémái megoldásában.</p>
<p>A gyerekek kirepülése – „üres fészek” szindróma</p>	<p>Az új családtagok jövésmenésének elfogadása, új határok a pár körül.</p> <p>Az egyedül maradó, idősödő párnak sokszor újra kell definiálnia párkapcsolatát, házasságát és ezzel egy időben betölteni az elköltözött gyerekek keltette űrt. Az üres fészek átrendezése következik. Nehéz életszakasz. Könnyebben zajlik ez az idő, ha még aktív korú a pár, ha még sűrű társadalmi kapcsolataik léteznek, és persze, ha még párról beszélhetünk.</p>	<p>a gyerekekkel új, felnőtt viszonyulás kialakítása</p> <p>a családon kívüli világ lehetőségeinek újragondolása (időben, térben, pénzügyileg)</p>	<p>Ekkor a felnőtt gyerekek a párválasztás korszakába lépnek, már stabil párkapcsolatra törekszenek. Kialakul elképzelésük saját jövőjükéről, jövőendő családjukról. Lassabban, vagy gyorsabban, de elszakadnak szüleiktől, ami legtöbbször együtt jár az elköltözéssel, majd a családalapítással. Gondot okozhat, ha nem engedik a szülők a leválást, a fiatalnak negatív jövőképet festenek az önálló élet megkezdéséről</p>
<p>Késői életszakasz</p>	<p>A gyerektől való nagyobb függőség elfogadása</p> <p>Csendesebb élet, befelé fordulás, visszatekintés az életre, a veszteségek elgyászolása, melyek közül a legnehezebb, párjuk elvesztése és</p>	<ul style="list-style-type: none"> - pár/egyén az öregséggel szemben is fenntartsa az aktivitását - Túlgondoskodás nélküli függés elfogadása - Veszteség/halál gondolatának elfogadása 	<p>Kettesben vagy éppen egyedül maradás, a megszokott gyerekzsivaj elcsöndesülése, az élet értelmének megkérdőjelezése, a lelki teher mellett fizikai, testi bajok felerősödése, az öregséggel járó gondok intenzívvé válása. Ezek mellett a „mit kezdünk egymással, a szabad időnkkel”</p>

	<p>ennek feldolgozása. Mindhárom előbbi életszakaszban bekövetkezhet a nagyszülővé válás, és az ezt követően a nagyszülői szerep gyakorlása.</p>	<p>Ideális, ha a házastársak megtalálják az utat egymáshoz, örülni tudnak a „szabadságuknak” és a szabad időnek, amit bármivel eltölthetnek.</p> <p>Ebben az életciklusban felerősödik a halál gondolatával való foglalkozás, a fizikai, testi bajok sűrűbb megjelenése. Ideális esetben a szülő tud segítséget kérni a gyerektől, ha szükséges, a gyermek pedig tud segíteni. Ezáltal a szülő gyermekétől való függősége erősödik.</p>	<p>kérdések megválaszolása komoly feladat.</p> <p>Nem jó azonban, ha a szülők rátelepednek gyermekeikre, unokáikra, mivel nem képesek együtt lenni társukkal.</p> <div data-bbox="1046 546 1406 871" data-label="Image"> </div> <p>3. ábra. Ősz</p>
--	--	---	---

4. Feladat

Olvassa el az alábbi Zorán: Üres bölcsőt ringat a Hold fénye című dal szövegét, és válaszoljon az alábbi kérdésekre! A feladatot önállóan oldja meg és írja le, majd kiscsoportokban beszéljék meg!

- A dalszövegben jelölje és határozza meg az egyes életciklusokat!
- Fogalmazza meg a dalban megjelenített család jellemzőit!
- Gondolja végig a dal mondanivalóját, és rögzítse a munkafüzetben!

Hétfő volt, mikor született

Én kivártam volna, de nem lehetett

Tudod, a számla nagy, a munka se vár

S jött a hír, hogy a fiam már jár

Aztán láttam, ahogy nevet és fut elém

Hogy ő pont olyan lesz, mint én

Majd ugyanolyan lesz, mint én

Üres bölcsőt ringat a Hold fénye

S mindig ez a mese vége

Apa, mikor jössz? Fiam, mennem kell

Az élet csupa kötelesség

De sokat leszünk együtt még

Neked hoztam, nézd, egy kis ajándék

Apa, pont ilyen lasztira vágyom rég

Gyere, taníts meg rá, hogyan dobjam el

Fiam, játszunk majd, de most mennem kell

Viszi lehajtott fejjel, egy könnycsepp se jön elő

Úgy dobom majd, mint ő

Mondja, olyan leszek pont, mint ő

Üres bölcsőt ringat a Hold fénye

S mindig ez a mese vége

Apa, mikor jössz? Fiam, mennem kell

Az élet csupa kötelesség

De sokat leszünk együtt még

Komoly gimibe jár, soha nem tanul

Mégis népszerű kölyök, nekem ez sem új

Apa büszke rád, de most beszélünk kell

Csak mosolyog, aztán így felel

Tudod, énnekem most, apa, csak a kocsikulcs kell még

És ha megengeded, elmennék

Üres bölcsőt ringat a Hold fénye

S mindig ez a mese vége

Fiam, mikor jössz? Apa, mennem kell

Az élet csupa kötelesség

De sokat leszünk együtt még

Tudom, jó sora van, messzi városban él

Hosszú út, mire ideér

A minap fel is hívtam, mikor láthatnám

Ha néha felénk nézne, bizony nem bánnám

Apa, túl sok a dolgom, s a fiam is vár

Ugye jól vagy, jó, hogy hívtál

Nagyon jó, hogy felhívtál

Még valamit mondanék, de letette már

S csak rohan, pont, mint én

A fiam, pont, mint én

Üres bölcsőt ringat a Hold fénye

S mindig ez a mese vége

Fiam, mikor jössz? Apa, mennem kell

Az élet csupa kötelesség

MUNYKAANYAG

7. Az időskor pszichológiai jellemzői

5. Feladat

A feladatot önállóan oldja meg, írja le a válaszait, majd közösen beszéljék meg a megoldásokat!

Mire asszociál az "öreg" szó hallatán? Minden ötletét rögzítse a munkafüzetben!

Az idős korosztály osztályozása

Az időskorúak felosztására vonatkozólag, a nemzetközi szakirodalomban többféle korcsoport kategória létezik.

A WHO osztályozása szerint:

- áthajlás kora 45–50-től 55–60 éves korig
- idősödés kora 60–74 év
- időskor 75–89 év
- aggkor 90–99 év
- matuzsálemi kor 100 év felett

Magyarországon a statisztika a 65 éves és idősebb korosztályokat sorolja az időskorúak kategóriájába, azonban a nyugdíjkorhatár kitolódásával újra kell fogalmaznunk, át kell értékelnünk az "időskor" kronológiáját.

Pszicho–szociális változások időskorban

- a szeretet lény elvesztése halál, áthelyezés, válás, elidegenedés következtében kapcsolatok elvesztése a veszteségek miatt
- veszteség miatti szerepvesztés
- érzékelés károsodása miatt kialakuló szocializációs nehézségek

- egészségi állapot, a kapcsolatok és az anyagi helyzet változásaihoz való alkalmazkodás szükséglete: társadalmi elszigeteltség, megváltozott szerepvállalás, megváltozott családi folyamatok, megváltozott szexuális szokások, bánkódás.

Az időskorban megjelenő veszélyek, a teljesség igénye nélkül az alábbiak lehetnek:

- kétségbeesés
- kiábrándultság
- fölöslegesség érzése
- beszűkülés, elmagányosodás
- félelem a betegségtől, a haláltól

Az idős ember lelki életének sajátos színt ad az idő haladásának tudata, a szűkülő perspektíva, a magány, a társtalanság érzése, a tehetetlenség felismerése. Az Időseknél gyakrabban jelenik meg a pesszimista gondolkodás, amikor nem látnak megoldási alternatívákat egy-egy problémára. Gyakoriak a hangulatváltozások, időrendi zavarok keletkezhetnek, jelentős az emlékezőképességben érzékelhető változás, rosszabb esetben a teljes emlékezetvesztés. Az időskorra vonatkozó kutatások eredményei alapján az öregedés nem jelent feltétlen szellemi lépülést. A normális öregedés fokozatos folyamat, amely néhány jellemző változással jár: lassabb reflexek, romló látás és hallás, gyengülő rövid távú memória.

Az idős ember családi kapcsolatainak jellemzői

Miután öregedőben van a társadalom, egyre nagyobb mértékben növekszik az egyedül élő, különböző testi, szellemi és szociális problémákkal küzdő idősök száma. Különös gondot jelent az egyedül élő idős emberek helyzete, akik kevésbé számíthatnak környezetük segítségére. Külön érdemes megnevezni a magány kérdését, mivel igen magas az egyedül, család vagy közeli barátok nélkül élő, magányos öregek száma.

Az idős emberek társas kapcsolatai meggyengülnek, munkatársak, barátok, hozzátartozók elvesztésével elszigetelődnek, világuk beszűkül. Fizikai, szellemi képességeik fogyatkozásával csökken önértékelésük, önbecsülésük.

A biztonság az egyik legfontosabb szükségletek egyike az idős emberek életében, melyet sok esetben az állandóság biztosít, amely felfedezhető a túlzott ragaszkodásból a jól megszokott dolgokhoz.

Az idősök önellátó képességének fokozatos csökkenésével egyenes arányban nő a kiszolgáltatottságuk, hiszen az adott tevékenységek elvégzésében másra vannak utalva. Amennyiben szociális gondozó segítséget nyújt az idősnek, igyekszik kompenzálni ezt a kiszolgáltatottságot azzal, hogy értékeli az ellátott élet-tapasztalatait, bölcsességét, tiszteli, becsüli, folyamatosan tudatosítja azt, hogy nem felesleges és nyűg a környezete számára.

Egyéni-, közösségi elvárásaként figyelhetjük meg a mai magyar társadalomban, hogy a modernizáció következtében a nők tömegesen munkába állásával megszűntek a többgenerációs családok. A nagycsaládok felbomlása, nukleális családok kialakulásából következik, hogy a felnőtt gyermekek és a külön háztartásban élő szülei közötti kapcsolatok meggyengülnek, hasonlóképpen elhalványulnak a testvérekkel s távolabbi rokonokkal fenntartott kapcsolatok is.

A szülők meglehetősen sokáig nyújtanak támogatást gyermekeiknek, a felnőtt gyermekek viszont az idős emberek számára a legfontosabb emberi kapcsolatot jelentik, és a szülők sok esetben tudnak gyermekeik gondozására is támaszkodni, amikor erre rászorulnak. Megnehezíti a helyzetet, ha a gyerekek messze otthonuktól munkát vállalva már nem tudják az idős beteg ember ellátását megoldani. A családi kötelék igen fontos az idős emberek életében.

8. A pszichológiai megismerés módszerei

Az emberi személyiség pszichológiai szempontból történő megismeréséhez, az ismeretek rendszerezéséhez nélkülözhetetlenek az adatokat szolgáltató módszerek, eszközök.

A pszichológiai megismerést szolgáló módszereket két nagy csoportra oszthatjuk:

1. A megfigyelés módszere

A pszichológia egyik kedvelt módszere a megfigyelés, amely nem kíván szükségszerűen technikai felszerelést, vagy egyéb eszközöket. A pszichológiai megfigyelés különbözik a mindennapos megfigyeléstől és a legfontosabb jellemzője: a rendszeresség, a céltudatosság és a tervszerűség.

Technikai szempontból lényegéhez tartozik, hogy segítségével a célkitűzésnek megfelelő adatokat rögzítsünk, amelyek azután szükség szerint csoportosíthatók, elemezhetőek, értelmezhetőek. A megfigyelés technikai pontosságát kétségtelenül nagymértékben növelték a korszerű technikai eszközök, mint például a fényképezőgép, vagy videofelvevő, magnetofon, illetve az informatikai és digitális technika.

Ezeknek az eszközöknek nagy előnye, hogy segítségével tetszés szerint lehet megismételni a rögzített adatokat, ami azután apró részletek tanulmányozását is lehetővé teszi. A technikai eszközök felhasználása ennek ellenére nem helyettesítheti kizárólagosan az ember személyes részvételét a megfigyelésben, tehát ezeket minden esetben csak, mint segédeszközöket szabad figyelembe venni.

A megfigyelés jellege, a megfigyelés tárgya, és a megfigyelő közötti viszony alapján különböztethető meg.

Ha egy pszichikus jelenség objektív megnyilvánulásait (pl. az érzelmeknél a fiziológiai változásokat vesszük szemügyre) *mások megfigyeléséről (extrospekció), objektív megfigyelésről* beszélünk. Ebben az esetben a nyilvánvaló feltétel, hogy a megfigyelt személy, vagy jelenség tőlünk, illetve a megfigyelőtől független legyen.

Amennyiben saját élményeinkre irányul a megfigyelés akkor *önmegfigyelésről* (introspekcióról) beszélünk.

2. A kísérlet

A kísérletek célja általában annak igazolása, hogy bizonyos jelenségek, illetve tényezők között kapcsolat áll fenn. A kísérletekben érvényesülő általános elv; egy meghatározott tényezőt változtatunk különböző módon, és megfigyeljük, illetve regisztráljuk a változás különböző hatásait más tényezőkre.

A kísérletek célja általában egy hipotézis bizonyítása, amely természetesen azt az igényt vonja maga után, hogy a kísérlet során a lehető legnagyobb számú változó hatásmechanizmusát ellenőrizzük. A kísérletek színtere a pszichológiában különböző lehet. Számos jelenség vizsgálatára csak laboratóriumi környezetben nyílik lehetőség. Különösen vonatkozik ez olyan helyzetekre, amely speciális feltételeket igényel, például műszereket, vagy különlegesen ingerszegény környezetet (pl. ún. süket szoba).

A kísérletek természetesen laboratóriumokon kívül is végezhetőek, ilyenek például a szociálpszichológiai, vagy a pedagógiai kísérletek.

3. Egyéb módszerek

Tesztmódszerek

A teszt kifejezés az angol próba fogalommal egyenértékű. A tesztmódszer lényegét igen sokan meghatározták. Az egyik legalaposabb elemző munkát ezen a területen G. A. Lienert (1967) végezte, akinek néhány alapdefinícióját elfogadhatjuk kiindulási alapnak.

Ennek értelmében a teszt definíciója: A teszt tudományos gyakorlati eljárás egy vagy több empirikusan elhatárolt személyiségjegy vizsgálatára, azzal a céllal, hogy az egyénre jellemző jegy viszonylagos erősségi foka lehetőség szerint mennyiségileg kifejezhető legyen.

A tesztek pszichológiai szempontból felosztjuk

- teljesítmény tesztekre, amelyekben a megoldási lehetőségek száma és az értelmezés köre meghatározott (tantárgytesztek, illetve feladatlapok), valamint ún.
- projektív vagy személyiség tesztekre, amelyeket a megoldási lehetőségek viszonylagos nagy száma és az értelmezés relatív szabadságfoka jellemez.

A pszichológiában sok tesztet használnak. Ezeket a szerint csoportosítják, hogy mi a mérés tárgya:

- Intelligencia tesztek (pl. MAWI, IST, RAVEN stb.)
- Speciális képességeket vizsgáló tesztek (pl. a PIERON teszttel a figyelmi teljesítményt mérik)
- Személyiség tesztek (pl. Rorschach teszt, TAT, CPI stb.)

A tesztek mindig standardizálják, tehát kidolgozásuk és értékelésük statisztikai elemzéseken alapszik. Minden tesztnek meg kell felelnie a következő kritériumoknak:

- Érvényesség (validitás): a tesztek valóban azt mérik-e, amit mérni szeretnénk velük.
- Megbízhatóság (reliabilitás): a teszt ismételt felvétele után is ugyanolyan vagy nagyon hasonló eredményeket mutat.
- Használhatóság: a befektetett erő, energia és pénz minél kevesebb legyen.

A tesztek értékelésénél segítségül hívjuk a különböző statisztikai módszereket.(pl.: korreláció számítás stb.)

Kérdőíves eljárások

A társadalomtudomány körében elterjedt módszer a kérdőíves eljárás, amelynek elsődleges célja valamilyen előre meghatározott problémakörben való tájékozódás. A kérdőív jellegénél fogva bizonyos kötöttséget tartalmaz a vizsgálati feltételekben, hiszen a válaszadás csak a feltett kérdések körében érvényes, mégis éppen személyes jellegénél fogva jól alkalmazható eljárás, különösen nagyobb létszámú csoportok véleményének felderítésében.

A kérdőíveket tartalmuk szerint mindig két egymástól jól elkülöníthető kategóriába sorolhatjuk. Az egyik esetben rákérdezünk direkt módon a problémára, a másik esetben olyan kérdéseket adunk, amelyek segítségével következtethetünk a keresett információra.

Célzott beszélgetések módszere

A beszélgetések módszere lényegében minden pszichológiai vizsgáló módszer fontos eleme, hiszen a beszélgetések útján tudjuk a vizsgált személy véleményét a legkövetlenebb formában rögzíteni. A legfőbb értéke ennek az eljárásnak, hogy a személyiség benső viszonyait, az élményeket, véleményeket tárja fel, tehát összességében a személyiség dinamikus rétegeit vizsgálja.

A beszélgetések szubjektív eljárásoknak mondhatók, minthogy a vizsgáló cselekvőleg részt vesz a kérdésben, illetve beszélgetésben és annak értékelésében.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

A szociális gondozás és ápolás, s általában a segítő munka szakmai szempontból fejlesztő, támogató és segítő tevékenység. A segítő szakember a szociális segítség alapfeladatait is ellátja munkája során.

Ahhoz, hogy e segítői feladatoknak, s a segítséssel szemben támasztott elvárásoknak meg tudjon Ön felelni, szükséges néhány módszerbeli tanács megfogalmazása.

Először is azt kell szem előtt tartania, hogy e tananyagban szereplő tartalmat a megértéshez való hozzásegítés érdekében át kell ültetnie a gyakorlatra; tehát konkrét feladatokat kell megoldani, s nem csak egyedül, hanem tanuló párral közösen is.

A tananyag tartalmaz köznyelvi és szakmai nyelvi megfogalmazásokat, szófordulatokat egyaránt; mindkét tartalmi megfogalmazást el kell tudnia olvasni, s értelmeznie is kell tudni. Az értelmezéshez szakkönyveket, illetve az internetet vegye igénybe, beszélgessen idősebb emberrel, saját maga tapasztalja meg az elméletben rögzített tényeket. Emellett, akár csak a feladatok megoldásánál, törekedjen az olvasottakról tanulópárral és a csoportjával beszélgetni, véleményt alkotni, megnyilvánulni.

Egy – egy rész után feladatot talál, mely feladat megoldásával ellenőrizheti, hogy megfelelően sajátította el a leírt ismereteket. Akkor tud eredményesen tanulni, ha sorban halad a tananyagban, s a tananyag szerves részének tekinti a feladatokat. Tehát úgy tanulja a tananyagot, hogy sorban halad; a szükséges feladatokat megoldja, majd levonja a tananyaghoz tartozó következtetéseket! Ezt követően olvassa el többször az elméleti részét a tananyagnak!

MUNKKANYAG

MUNKANYAG

4. Feladat

A feladatot kiscsoportban, illetve önálló munka keretében végezze el!

Kiscsoportban játszanak el konfliktusos helyzeteket, szerepjáték keretében, úgy, hogy 1 ember a kiscsoportból a megfigyelő szerepét vegye fel! Mindegyikük játsszon legalább egyszer megfigyelő szerepet. A szituációt követően jelezzen vissza a szereplőknek, milyen érzelmi állapotokat tapasztalt rajtuk, illetve hogyan viselkedtek a konfliktusmegoldás során! Ezt követően az oktató moderálása mellett, minden csoport röviden beszámol a feladat teljesítéséről, a tapasztalatokról, esetleges problémákról!

MUNKANYAG

MEGOLDÁSOK

1. Feladat

A hallgató egyéni döntése és választása mentén oldja meg ezt a feladatot.

2. Feladat

- A segítőnek hitelesnek (kongruensnek) kell lennie, önmagát kell adnia a segítő kapcsolatban.
- A másik személy elfogadása, értékeivel, pozitív és negatív attitűdjével együtt.
- Empátiával (beleérző képesség) lenni egy segítő kapcsolatban, lehetővé teszi a segítő számára, hogy a kliens problémáját az ő szemüvegén keresztül lássa.

Empátia – Az a képesség, amellyel, egy másik emberrel való személyes kapcsolatban, beleéljük magunkat a másik fél lelkiállapotába és ennek nyomán megértjük a másik érzelmeit, indítékait. Az empátia függ a kapcsolat jellegétől, az empátiát átélni akaró ember szándékától; feltétele az emberek közötti közvetlen kapcsolat, amely a beszédben és az azt kísérő metakommunikációban realizálódik.

- Az egyén képes fejlődni, és a segítő kapcsolat során felfedezi magában azt a képességet, amely hozzásegíti ehhez a fejlődéshez. Minden emberben létezik az önmegvalósításra, a változásra irányuló hajtóerő, ami lehetővé teszi a fejlődést, az önállóvá válást, az érést.
- Rogers nézetei szerint, ez a személyközi kapcsolat nem csak terápiás kapcsolatban hat ilyen pozitívan az egyénre, hanem minden interperszonális kapcsolatra igaz, abban az esetben, ha a fenti alapelvek érvényesülnek.

3. Feladat

A hallgató egyéni döntése és választása mentén oldja meg ezt a feladatot.

4. Feladat

A hallgató egyéni döntése és választása mentén oldja meg ezt a feladatot.

IRODALOMJEGYZÉK

FELHASZNÁLT IRODALOM

Atkinson, R.L. – Atkinson, R.C. – Smith, E.E. – Bem, D.J. – Nolen-Hoeksema, S.: Pszichológia. Második, javított kiadás, Budapest, Osiris, 1999.

Berszán Lídia- Alkonyidő – Szociális munka idős személyekkel, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, 2008.

Dr. Szilágyi Klára – Pszichológia – www.palyanet.hu/.../Pszichologia-szemelyugyi-szakos-hallgatok-szamara.doc

Hebb, Donald O.: A pszichológia alapkérdései. Gondolat Kiadó, Budapest.: 1975.

AJÁNLOTT IRODALOM

Abraham Maslow – A lét pszichológiája felé, Ursus Libris, Budapest, 2003

Atkinson, R.L. – Atkinson, R.C. – Smith, E.E. – Bem, D.J. – Nolen-Hoeksema, S.: Pszichológia. Második, javított kiadás, Budapest, Osiris, 1999.

Carl R. Rogers – Valakivé válni, a személyiség születése, Edge 2000 Kiadó, Budapest, 2003

Dr. – Ranschburg Jenő – Félelem, harag, agresszió, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest, 2004.

A(z) 1851-06 modul 007-es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
54 762 02 0010 54 01	Gerontológiai gondozó
54 762 02 0010 54 02	Pszichiátriai gondozó
54 762 02 0010 54 03	Szenvedélybeteg-gondozó
54 762 02 0010 54 04	Szociális gondozó, szervező
33 762 01 0010 33 01	Fogyatékossgal élők gondozója
33 762 01 0010 33 02	Szociális gondozó és ápoló

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:

40 óra

MUNKANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv
TÁMOP 2.2.1 08/1-2008-0002 „A képzés minőségének és tartalmának
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet
1085 Budapest, Baross u. 52.

Telefon: (1) 210-1065, Fax: (1) 210-1063

Felelős kiadó:
Nagy László főigazgató