

JAKABHÁZI BÉLA-BOTOND

A BÜNTUDAT MINT EGYETEMES EMBERI ÉRZÉS

Elöljáróban

Ahogy az áteredő bűnnel mint teológiai fogalommal és a tömbkereszténység által hitigazságként értékelt bűnnel egyre mélyebben kezdtem foglalkozni, felmerült a kérdés: bár teológusok, etikai problémákat boncolgató humanisták a bűn kérdéskörével foglalkoznak, de vajon rendelkezünk-e megbízhatóan tiszta képpel arról, hogyan alakulnak ki és milyen hatások révén változnak a bűn érzelmi következményei. Ez a tanulmány egy nagyobb pszichológiai kutatás elméleti része, amelynek célja az, hogy a különböző vallásos háttérrel rendelkező egyének (erdélyi unitáriusok, reformátusok, római katolikusok), illetve a vallástalankok esetében felmérje a büntudat megnyilvánulásainak változásait, különösen a vallásosság és szorongás, büntudat és diszfunkcionális attitűdök viszonyának tükrében. Miért fontos ez? Mert amikor a büntudat túlzottan elhatalmaskodik, keresni kell azokat a tényezőket, amelyek szerepet játszanak a büntudat-érzés sajátos élménnyé való alakulásában. És az egyik fontos ilyen tényező épp az egyéni vallásos meggyőződés. Akár lelkészekként, akár pszichológusokként tisztában kell lennünk azzal, mit tud a mai lélektan tudománya, és hogyan közelíti meg a büntudat kérdéskörét.

Továbbmenően, a vallásosság és szorongás, büntudat és diszfunkcionális attitűdök kapcsolatát vizsgáló tanulmányok, felmérések azt mutatják, hogy a vallásosság és szorongás között szoros a kapcsolat, a különböző vizsgálatok azonban ellentmondanak abban, milyen is ez a kapcsolat (Baker és Gorsuch, 1982). Ugyanígy a szorongató büntudat és a diszfunkcionális attitűdök közötti kapcsolatot is vizsgálták, azokat a diszfunkcionális attitűdöket, amelyek a vallásossággal állnak kapcsolatban – éppen ezért jelentettek „kényes kérdést” a mindenkori kutatóknak (és a helyzet ma sem más, mint húsz évvel ezelőtt volt), de azoknak lelkészeknek vagy teológusoknak is, akik lépést tartanak a tudomány fejlődésével. Ahogyan a mai filozófusok az idő és tér, rend és káosz kérdéseinek taglalásában nem tekinthetnek el a mai fizika tudásanyagától, úgy a lélektani ismeretek is minden bizonnyal nélkülözhetetlenek (kellene hogy legyenek) a téma iránti becsületességre törekvő teológusok vagy lelkészek esetében. Éppen ezért jelen tanulmány Az áteredő bűn és az unitarizmus (2005/4) című tanulmányom kiegészítő, pszichológiai, és ilyenként is elméleti részeként kell tekinteni.

A büntudat fogalma – talán éppen a kereszténység büntudat-erősítő szellemiségének hatására – sokak számára vallásos felhanggal bír, valójában azonban olyan pszichológiai jelenséggel állunk szemben, amelyet egyetemes, komplex érzelemnek kell tekintenünk, elválasztva az érzelem alapvető és egyetemes emberi megnyilvánulását a kulturális hatástól, amely lényegében „csak” modellálja annak észlelését és megnyilvánulási módját. E fogalom által fedett belső, szubjektív élmény alapja egy olyan bonyolult érzelem, amely általában a vallás – különösképpen a keresztény vallás – szellemisége által következményekkel jár, nem csupán személyes szinten, hanem társadalmi szinten is.

A *büntudat* mint pszichológiai fogalom szigorúan elválasztandó a *bűn* fogalmától, amely elsősorban a vallásban és erkölcsstanban játszik központi szerepet. A büntudatot kiváltó eseményt (bűnt) szigorúan kerülni kell. Megnevezni lehet ugyan, de minősíteni nem, mivel a *bűn pszichológiai fogalomként* – nem létezik. Nem a kiváltó ok – legyen az bármi –, hanem a büntudat mint élmény, mint komplex érzelem megragadása a cél, különös tekintettel azokra az attitűdökre, amelyek diszfunkcionálisak, amelyek nem adaptív jellegűek, mivel irracionális módon fokozzák a szorongást.

A büntudat – a fogalom köznyelvi meghatározása

A legátfogóbb, hatkötetes értelmezési szótárunk alapján (A Magyar Nyelv Értelmező Szótára. Akadémiai Kiadó Budapest, 1978) a *büntudat* „az elkövetett bűnnek, rossz cselekedetnek v. ált. saját maga bűnös voltának nyomasztó tudata; az emiatt érzett lelkiismeret-furdalás” (I. kötet, 762. o.). Mint a büntudatot megelőző mozzanat a *bűn* fogalma (758. o.) szerepel vallási (teológiai) értelemben – mint az istenség ellen elkövetett vétség –, jogi értelemben – az állam törvényeinek megsértése –, erkölcsi-morális értelemben – a társadalomban kialakult, de tételes törvénybe nem foglalt erkölcsi szabály megsértése –, felületes vagy tájékozatlanságból eredő helytelen cselekedetként, és végül jellembeli fogyatékoságra is vonatkozik. A büntudattal szoros kapcsolatban áll a bűnbánat, amely az értelmezés szerint „az elkövetett bűn megbánása” (759. o.), amely lehet következménye – de nem szükségképpen az – a büntudatnak. Így a bűnbánat a büntudat feloldása adekvát módjának tekinthető. Fontos itt kitérni arra, hogy a magyar nyelvben a *büntudat* szó a *tudat*-ot tartalmazza, tehát kognitív oldalról ragadja meg a jelenséget („bűnérzet” szó nincs a magyar nyelvben, a bűnbánat pedig, mint fentebb láttuk, nem tévesztendő össze a büntudattal), bár érzelmről van szó. Jelzi viszont azt, hogy bonyolult érzellemmel van dolgunk, amelyben a kiértékelő tudatosság fontos szerepet játszik.

A büntudat természete

A büntudat fogalma olyan gondolatokra és érzésekre vonatkozik (ezek a köznyelvben *lelkiismeretként* szerepelnek), amelyek egy valódi vagy elképzelt tévedés, hiba, negatív következményekkel járó viselkedésforma kapcsán lépnek fel (Zahn-Waxler és mtsai., 1990). Ez az egyik legáltalánosabb és minden kultúrában elterjedt negatív érzélem, amelyet minden egyén különbözőképpen él meg (Izard, 1977). Baumeister és munkatársai (1994) szerint a büntudat egy általános érzelmi distressz, amely a viselkedést meghatározó döntésekben jelentős szerepet játszik, és amelynek alapvető érzelmi eleme a szorongás (243. o.). Hogy az emberek általában milyen helyzetben éreznek büntudattal kapcsolatba hozható feszültséget, szorongást, ez az általános szorongásosság szintjétől függ (vonás-szorongás), valamint attól, hogy bizonyos helyzetben milyen mértékben hajlamosak a szorongásra (állapot-szorongás).

Trivers (1985) szerint a büntudat olyan érzelmi képesség, amely az evolúció során a hálaérzet, igazságérzet mellett az emberi közösségekben a kölcsönös segítséget, reciprok támogatást erősítette meg, és preventív, a valamilyen szempontból helytelen viselkedést megelőző funkcióját emeli ki (empátiás büntudat). Akkor tekinthető maladaptívnek, amikor valódi ok nélkül mértéktelenül elhatalmasodik, olyannyira, hogy az elme és test működésére nézve káros hatásúvá válik, amikor az élettani funkciókban is változásokat idéz elő (kóros büntudat). Irracionális, kóros büntudatot él át sok ember, amikor vétkesnek érzi magát úgy, hogy valójában nem is tudja, miben vétkes, vagy amikor a büntudatot kiváltó cselekvés súlyossága nincs arányban a büntudat intenzitásával. További maladaptív büntudati forma lehet a gyászolók és veszteséget megélők büntudata, akik úgy vélik, hogy nem tettek meg mindent elhunyt hozzátartozójukért, vagy a kisgyermek kóros büntudata is, akik egy szeretett személy elvesztéséért magukat hibáztatják (Horváth-Szabó, 2002). A vallásos meggyőződések hatására felmerülő büntudat (teológiai büntudat) alapvetően ugyanannak a szorongásnak a specifikus megnyilvánulása, amely általában a büntudattal jár. Viszont amikor egy vallásos felfogás oly módon befolyásolja a büntudatot, hogy az átélt szorongás a mentális egészség szempontjából káros (diszfunkcionális attitűd), akkor már patológiásnak tekinthető, és a valláspatológia tárgyköréhez tartozik (Vergote, 1990).

A példa kedvéért említendő, hogy a Betegségek Nemzetközi Osztályozása legújabb kiadásában (ICD-10) a depresszív zavar tünetei között az ok nélküli büntudat érzése is szerepel, ugyanakkor a büntudat átélésének képtelensége ismertetőjelként szerepel az antiszociális személyiségzavar esetében.

A büntudat az önértékeléssel kapcsolatos érzelmek között úgy tekinthető, mint ami a szociális kapcsolatokat szabályozó érzelmek legfontosabb tagja is (Lazarus, 1991). A szerzők zöme morális-erkölcsi érzelmenek tartja.

Történelmi szempontból a büntudat konceptualizálása a pszichoanalízis atyja, Sigmund Freud elméleti alapvetésében keresendő. Freud a neurózis eredetének magyarázatára tett kísérletében a büntudatot az ödipális konfliktusból eredezteti, amely jelentős szerepet játszik a *felettes-én* kialakulásában. Freud, aki elsőként foglalkozott a büntudat kérdésével, úgy tekintette a büntudatot, mint a felettes-én és az ő-én konfliktusának termékét. A felettes-én két olyan összetevőt tartalmaz (az ideális én-t és a lelkiismeretet), amelyek büntudat kiváltásában jelentős szerepet játszanak. Természetesen mindkettő a tekintélyszemélyektől – elsősorban a szülőktől – átvett elvárásokat és követelményeket tartalmazza (Kugler és Jones, 1992). Helen Block Lewis (1971) a büntudat fogalmát úgy próbálta megragadni, hogy az én (self) fogalmát és a felettes-én (superego) elméleti konstruktumát vetette össze.

Az érzelmek modern elméleteiben a büntudatot úgy határozzák meg, mint olyan negatív érzelmi állapot, amely onnan ered, hogy az egyén megszegi interiorizált viselkedési szabályait vagy standardjait, vagy a jövőbeni áthágásuk gondolata merül fel benne (Baumeister és mtsai., 1994; Izard, 1977, Kugler és Jones, 1992). Baumeister és munkatársai (1994) például a büntudatot úgy határozzák meg, mint az egyénnek azokat a kellemetlen érzéseket, amelyek a tetteire vagy éppen a mulasztásaira vonatkozó ellenvetésekkel, a körülményekkel vagy intencióival állnak kapcsolatban (245. o.). A jelenlegi meghatározások az egyén viselkedésére helyezik a hangsúlyt, kiemelve azt, hogy a büntudat egy a számos negatív tartalmú érzelem között, eredete pedig az egyén saját tetteire való reflektálásra vezethető vissza, és hogy a büntudat ugyanakkor a jövőbeni tettekre is irányulhat. (Izard, 1977; Lewis, 1971; Mosher, 1965).

A mai konceptualizálási kísérletek, amelyek a büntudat (guilt) pszichológiai fogalmának pontos meghatározását célozzák, megkülönböztetik a büntudatot más negatív érzelmektől, mint amilyen a szégyenérzet (shame), megszégyenülés (embarrassment) vagy szomorúság (sadness). Teszik mindezt a büntudat sajátosságos és jellegzetesen megnyilvánuló arousal-fiziológiai összetevői, kiértékelő mintái (appraisal patterns), a motoros megnyilvánulások, motivációs funkciók és viselkedési minták alapján, amelyek a szorongást jelölik központi fontosságú összetevőnek. Számos tanulmány a büntudathoz vezető pszichológiai összetevőket fenomenológiai módszerekkel vizsgálta (Tangney, 1992; Tangney és mtsai., 1996). Lewis (1971) meghatározásával összhangban, a büntudat általános konceptualizálása eredményeképpen, a fogalmat a viselkedés szempontjából megragadva a büntudat múltbeli vagy elképzelt jövőbeli viselkedésre vonatkoztatva megélt negatív érzelem vagy egy nem megfelelő viselkedés elkerülhetetlensége miatt fellépő szorongás (pl. kötelességek elmulasztása, csalás), amely az én-kép csorbulása által szégyenérzetet kelt. A büntudati szorongás jelzi, hogy a hibát ki kellene javítani. Abból a meggyőződésből származik, hogy az egyén interiorizált

standardjainak alapján másképpen kellett volna hogy viselkedjen, mint ahogy tette (Kubany, 1994).

Összességében: a mai szakirodalom – amennyire módomban volt megismerni –, úgy tekinti a büntudatot, mint finoman hangolt érzelmet, amely a proszociális attitűd és viselkedés szolgálatában áll.

A büntudat és szégyen közötti különbségek

A két fogalmat gyakran felcserélve használták a szakirodalomban, ami a két fogalom meghatározásában (elméleti és gyakorlati szempontból) számos vitához vezetett. Még mindig vannak olyan szerzők, akik amellett érvelnek, hogy nincs elegendő bizonyíték annak fenntartására, hogy a szégyen és a büntudat két különválasztható konstruktum lenne (pl. Kugler és Jones, 1992), míg mások amellett érvelnek, hogy a két fogalom jól szétválasztható (pl. O'Connor és mtsai, 1999). A lényeges különbség a büntudat és a szégyen között az – mondják az utóbbi csoportba tartozók –, hogy a büntudat esetében az egyén negatívnak értékeli egy egyedi eseményt, amelynek protagonistája volt, míg a szégyen esetében a negatív értékelés az egyén teljes személyiségére vonatkozik, globális ítéletként. Ettől eltérően a büntudat esetében a fókuszban nem a személyiség áll, hanem egy adott viselkedés vagy magatartás, amely nem veszélyezteti a self egészét és az én-képet. Mindkét érzelm a kötődés kialakulásában és fenntartásában játszik kiemelkedő szerepet – előbb a szülőkkel való kapcsolatban, majd a testvérek között, később a társadalmi közegben, amelyben az egyén él (Zahn-Waxler és Kochanska, 1988). A büntudat feltételezi az egyén meggyőződését, hogy valami „rosszat” tett, és ezért erőfeszítéseket tesz arra, hogy jóvátegye tévedését, „bűnét”. Ezzel ellentétben a szégyen feltételezi az egyén részéről azt a meggyőződést, hogy teljes személyiségével van a baj, azaz „vele magával”. Ez nemritkán vezethet depresszióhoz, ahhoz a meggyőződéshez, hogy az egyén tehetetlen, nem tud változni vagy változtatni. Ez alacsony önbecsüléshez, erőtlenség-érzéshez vezethet, amelyek hasonlóképpen azokat a fájdalmas reakciókat vetítik elő, amelyek a mások elől való elbújás készítésében, a menekülésben nyilvánulnak meg. E nézet szerint a büntudat adaptív, míg a szégyen a pszichológiai problémákkal hozható kapcsolatba.

A büntudat fogalmának operacionalizálása

A büntudat mint pszichológiai fogalom aránylag kevés figyelmet kapott a szakirodalomban (Tangney és Fischer, 1995). Mivel a legtöbb kutatás, amelynek célpontja a büntudat érzésének tanulmányozása és körülírására volt, leginkább a gyerekpopulációt célozta meg (fejlődéslélektan), vagy pedig a traumatikus élményekkel voltak kapcsolatosak. Még ma sincs egyetértés abban, melyek azok a

szükséges és elégséges feltételek, amelyek a büntudatot okozzák vagy meghatározzák (Kubany és Watson, 2003). Ezért vannak nehézségek a fogalom operacionalizálásban.

Az általam vizsgált büntudat a szorongás és a diszfunkcionális attitűdök tükrében nem egy rövid ideig tartó, de nagy intenzitású élmény – érzés –, hanem ennél sokkal több: hangulat és érzelmi állapot, amelyeknek alacsony az intenzitásuk, de hosszabb ideig tartó állapotok. A büntudat fogalmának szakirodalmi körvonalazásában több meghatározás és számos elmélet van, de Hoffman (1982) elmélete illik a legjobban abba a keretbe, amely a büntudatot mint komplex érzelmet a szorongás és a diszfunkcionális attitűdök szempontjából vizsgálja. Eszerint a büntudatnak három fő összetevője van:

– érzelmi, affektív komponens – kellemetlen, szorongással járó érzések, amelyek akkor lépnek fel, amikor az egyén érzékeli, hogy olyat tett, aminek káros következményei vannak. Az affektív összetevő jellemzésében a szorongásnak (vonás-szorongásnak) a mérése releváns.

– motivációs komponens – az egyén indítéka arra vonatkozóan, hogy megkísérelje az elkövetett cselekedet következményeit jóvá tenni. Mosher (1966) és Izard (1977) hangsúlyozzák, hogy a büntudat jelentékeny motivációs erő. Sok kutató úgy tartja, hogy a büntudat a viselkedés módosításában hatalmas potenciállal rendelkező mechanizmus (Baumeister és mtsai., 1994; O’Keefe, 2002): mivel a büntudat különösképpen kellemetlen érzés, az egyén nem hagyhatja figyelmen kívül, erőfeszítéseket kell tennie a jövőbeni elkerülésre (Baumeister és Tice, 1990; Tangney, 1992). A büntudat arra ösztönzi az érintett személyt, hogy közelebb hozza a büntetést annak érdekében, hogy a kellemetlen érzéstől megszabadulhasson. Tangney (1992) rámutat arra, hogy ez az érzés segíti az egyének közötti, interperszonális kapcsolatok tisztázását, érzékenyebbé teszi az empátiás készséget a szociális közegben. Baumeister és munkatársai (1994) úgy találták, hogy a büntudat mint motivációs erő arra ösztönzi az egyént, hogy módosítson magatartásán, új viselkedési mintát alakítson ki.

– kognitív komponens – az egyén tudatában van annak, hogy más embereknek független belső, érzelmi állapotaik vannak, és felismeri, hogy másoknak ártott. Az irracionális, eltúlzott büntudatot azok a diszfunkcionális attitűdök okozzák, amelyek a büntudattal kapcsolatos torz kognitív sémák megnyilvánulásai.

A büntudat mérésében, a fogalom operacionalizálásában három összetevőt különböztetnek meg (Jones és mtsai, 2000): 1. az állapot-büntudat: egy adott helyzetben adott érzelmi válasza vonatkozik, 2. a vonás-büntudat: egy folyamatos diszpozicionális tendenciát jelöl, 3. az erkölcsi meggyőződések szilárdsága (erkölcsi standard). A kutatási eredmények arra vallanak, hogy mind az állapot-büntudat, mind pedig a vonás-büntudat mértéke fordított arányban van az iskolai végzettség szintjével, és szignifikánsan korrelál a depresszió, szorongás, harag mértékével (Kugler és Jones, 1992).

A büntudat típusai

Bár többféle büntudatról beszélhetünk, gyakorlati szempontból a büntudattal járó distressz, szorongás azonosnak tekinthető, az eltérések nem az alapvető érzelmi, hanem a racionális szinthez tartoznak. A vizsgálatom szempontjából a büntudat fajtáinak meghatározása vagy különválasztása kizárólag elméleti célokat szolgálhat.

A kutatók egy része azzal a javaslattal állt elő, hogy a büntudat osztályozásában meg kell különböztetni egymástól a morális büntudat, a vonásbeli, személyiségjegyi meghatározottságú vonás-büntudatot és az állapot-büntudatot (Jones és mtsai, 2000). Tringer (1999) szerint van pszichológiai vagy pszichopatológiai, etikai és teológiai büntudat, Szentmártoni (1997) pszichológiai, irracionális, reflexív és egzisztenciális büntudati formákról tud. Horváth-Szabó Katalin (2002) szerint a megkülönböztetés szempontjai: a kiváltó cselekvés, esemény jellege; a cselekvés megítélésének mércéje, viszonyítási pontja; az érzelmi és értelmi összetevők aránya, jelentősége; másoknak a jelenléte; a kiváltódáshoz szükséges pszichés funkciók köre és fejlettsége; azoknak a funkcióknak a köre, amelyeknek működésére és fejlődésére hat; a büntudati feszültség csökkentésének adekvát, egészséges módjai.

A morális büntudat onnan származik, hogy az egyén erkölcsi-morális törvényeket szeg meg, értékrendjével ellentétesen viselkedik. Itt a büntudat kiváltódásának fontos feltétele a döntési szabadság tudata.

Az állapoti büntudat egyrészt a múltban elkövetett tettek vagy a múltban bekövetkezett eseményekhez fűződő büntudatot jelöli, másrészt az anticipált események, tettek miatti büntudatot. A múlthoz kapcsolódó büntudatot úgy határozhatjuk meg, mint egy azonnali pszichológiai következménnyel járó normasértést vagy mint egy állandósult érzelmi állapotban fellépő kellemetlen érzést egy múltbeli normasértésre való reflektálás által.

Az előre mutató büntudat (anticipated guilt) úgy határozható meg, mint az egyén lehetséges jövőbeli normasértésre való gondolás eredményeképpen keletkező rossz érzést. Ez a pontosítás hasonló a Rawlings (1970) osztályozásában is szereplő kétféle büntudathoz: anticipatorikus és reaktív büntudat. Ezek a büntudat-típusok különböznek előzményeikben, valamint abban is, hogy milyen viszonyban vannak más elsődleges vagy másodlagos érzelmekkel.

A múltra vonatkozó büntudattal (past guilt) kapcsolatosan annyit kell elmondani, hogy ez akkor áll fenn, amikor a büntudat külső hatás eredményeképpen jelenik meg, meggyőző, kívülről érkező üzenetek hatására. Mindaddig azonban az ilyen, külső hatásra generálódó büntudatról (nem szégyenről) kevés tanulmány készült.

Számos tanulmány a véték vagy normasértés keltette büntudat általi viselkedésmódosító hatást vizsgálta. Így Konoske és munkatársai (1979) arra az

eredményre jutottak, hogy azok, akik úgy értékelték, vétkeztek vagy áthágtak valamilyen – általuk fontosnak vélt és tiszteletben tartott – szabályt, nagyobb segítőkészséget mutattak környezetük iránt, mint olyan helyzetekben, amikor nem viselkedtek normasértően.

Míg a múltra vonatkozó büntudat (past guilt) akkor keletkezik, amikor az egyén az aktuális viselkedése, tettei és normái közötti szakadékra reflektál, a jövőre vonatkozó büntudat (anticipated guilt) forrása egy elképzelt, a jövőben talán bekövetkező vétségre való gondolás, amelynek érzelmi és magatartásbeli következményei lehetnek. Mivel a büntudat gyakran arra ösztönzi az egyént, hogy bizonyos magatartást, viselkedést előnyben részesítsen, másokat pedig elkerüljön, O’Keefe (2002) arra a következtetésre jutott, hogy a várt és elképzelt negatív, illetve pozitív érzelmek döntően befolyásolják az egyén jövőbeli döntéseit. Viszont a létező elméletek és kutatások az érzelmek terén csak arról szólnak, hogy nem teljesen világos vagy nem is egyértelmű, hogy az anticipált érzelmek célorientált viselkedéshez vezetnének (Bagozzi és mtsai., 1998). Ami a jövőre vonatkozó büntudatot illeti, nagyon szegényes az irodalom. Birkimer és munkatársai (1993) rámutatnak arra, hogy az egyének hajlanak arra, hogy elkerüljék azokat a szokásokat, viselkedési mintákat, amelyek számukra büntudatot okoznak (legbánságosabb példa: dohányzás).

Okait, létrejöttének körülményeit tekintve a büntudat sokféle lehet: pszichológiai (szociális gyökerű), morális (a morális én-részben gyökerezik), teológiai (a vallásos nevelés és meggyőződés hatására) vagy egzisztenciális (az élet „megoldás-nélkülisége”). A distressz legelemibb lelki forrása gyakorlatilag a szorongás.

Az, hogy az emberek általában milyen helyzetben éreznek büntudattal kapcsolatba hozható feszültséget, szorongást, az általános szorongásosság szintjétől függ, valamint attól, hogy bizonyos helyzetben milyen mértékben hajlamosak a szorongásra. Ezért is fontos még ezen kívül a diszfunkcionális attitűdök vizsgálata, mivel a nem megfelelő konfliktusmegoldó képességek a lelki egészségre messzemenőleg káros hatással vannak, és tisztázni kellene a vallásossággal való összefüggéseket.

A büntudat szintjei

A büntudat a kiváltódásához szükséges személyiség-összetevők és személyiségfunkciók fejlődésével összhangban formálódik. Eszerint, a fejlődési folyamatban több, egymástól elkülöníthető büntudati forma különböztethető meg. A fejlődési folyamat, mint más pszichológiai folyamatok, spirális pályán ábrázolható, ahol az alsóbb szintek beépülnek a következő fokozatba; az újabb formák megjelenése itt sem szünteti meg a régieket, mivel a korábban megjelent felmerülő büntudati formák végigkísérik az egyén életét, csupán szerepük változik az

éppen adott viselkedés, valamint személyiségműködés és -fejlődés kontextusában (Horváth-Szabó, 2002).

A büntudat mértéke és föloldásának lehetőségei

Kubany és munkatársai (1996) szerint egy negatív kimenetelű esemény kapcsán az egyén büntudatának mértéke öt tényezőtől függ: 1. az észlelt egyéni felelősség mértékétől, 2. a mentegetőző egyéni stratégiák hiányától, 3. a megsértett értékek fontosságától az egyén számára, 4. attól, hogy milyen mértékben ítéli úgy az egyén, hogy előrelátható volna a kellemetlen esemény bekövetkeztét, 5. milyen mértékben ítéli úgy az egyén, hogy megelőzhető volna az eseményt. A gondolat, hogy valakit bántottunk, büntudatot szül. Éppen ezért a büntudatot úgy kell tekinteni, mint olyan érzelmet, amelynek a mindennapokban számos pozitív következménye van. A büntudat olyan, magasan fejlett adaptáció terméke, amely a kötődés kialakulásában és a személyközi kapcsolatokban fontos szerepet tölt be, és amely nélkülözhetetlen a kellemes és produktív élet fenntartásában (O'Connor és mtsai., 1997). Erősíti az empátiás képességet, gátolja az agresszivitást, arra ösztönzi az egyént, hogy igyekezzék jóvátenni negatív következményekkel járó tetteit (O'Connor és mtsai., 1997). Viszont amikor a büntudat túlzott mértéket ölt és diszfunkcionálissá válik, fokozott szorongáshoz, torz kapcsolatokhoz és mindazokhoz a tünetekhez vezet, amelyek a pszichopatológia körébe tartoznak. Ezen túl az irracionális büntudat, különösképpen, ha általános diszpozícióvá is válik, súlyosan viselkedésgátló hatású. Hatványozottan érvényes ez akkor, ha az irracionális büntudat szégyennel párosul (Zahn-Waxler és Kochanska, 1988). Ez a patológiás, büntudattal kapcsolatos magatartás maga után vonja a projektív identifikációkat (empátia helyett), a téves felelősségérzetet vagy az irracionális gondolatokat arra vonatkozóan, hogy az egyén milyen mértékben képes megváltoztatni az eseményeket vagy előrelátni azok bekövetkeztét (Ferguson és mtsai, 2000). A büntudat legtöbbször racionalizáláshoz vezet.

Az érzelmek létrejöttében a szerepet játszó folyamat (a kiváltó okot követően és a következményeket megelőzően) több lépésből áll: kiértékelés – kontextusértékelés – cselekvéskészség – pszichológiai változás, kifejezés, cselekvés. A büntudat komplex érzelmek, amely egyrészt megnehezíti az érzés figyelmen kívül hagyására tett kísérleteket, másrészt kulcsfontosságúak benne a tudatos elemek. Az érzelmek kognitív tényezői: 1. a külső inger vagy esemény kiértékelése, 2. testi jelzések (arousal), 3. arckifejezés, 4. cselekvéshajlam.

A szerelemről, enyhe szorongásról, a haragról elmondottak (Oatley és Jenkins, 2001, O'Connor és mtsai, 1999) helytállóak a büntudat esetében is: az érzelmek kiváltó esemény (külső objektív vagy belső szubjektív) eredményeképpen a prioritások változást szenvednek, az érzelmmel járó elfogult gondolatok szűkössegek lehetnek, a figyelmet leszűkíthetik, összehasonlítás céljából a jelen hely-

zettel való összehasonlítások történhetnek a múlt eseményeinek tárházából, értelmet próbálnak adni az eseménynek stb. A folyamat nagyon fontos részét képezi az attribúció is, ugyanis az értékelések szomorúsághoz és félelemhez vezethetnek. A depressziós és szorongó emberek kialakították az olyan típusú észjárást, amely szomorú, félelemteli és szorongató érzelmeket hoznak létre (Oatley és Jenkins, 2001). A depresszióban, szorongásos zavarban a büntudat par excellence az ilyen típusú „érzelmi mókuserék” fenntartója. A depresszió háttértényezője az, hogy az érintett személy egy korai fejlődési fázisra regresszál, ilyenkor a büntudat az agressziót jeleníti meg, a szorongással, önváddal és dühvel egyetemben (Buda, 2004).

A büntudat kialakulásának mechanizmusai

A fejlődéskutatók szerint a csecsemők az első életév végére a világ minden táján hat alapérzelmet képesek átélni és kommunikálni: örömet, félelmet, haragot, meglepetést, szomorúságot és undort (Cole és Cole, 2003). Az énefejlődés korai szakaszában azonban – a második életévig – megjelennek új érzelmek, mint amilyen a büntudat is. Így a büntudat, akárcsak a zavar, büszkeség vagy irigység, másodlagos érzelem. Míg az elsődleges érzelmek közvetlen, egyszerű kapcsolatban vannak az azokat kiváltó eseményekkel, a másodlagos érzelmek összetettek, közvetettek és tanultak.

Evolúciós szempontból az összetett, másodlagos érzelmek két csoportja bír nagy jelentőséggel az emberek számára (csirájukban ezek a közvetett érzelmek még a csimpánzoknál fordulnak elő). Míg az elsőbe a hála és a köréje épülő érzelmek tartoznak, a második csoportot alkotja a zavar, a szégyen, a társas szorongás és a büntudat (Oatley és Jenkins, 2001).

A büntudatnak mint másodlagos érzelemnek a megjelenése az egyén érzelmi repertoárjában akkor zajlik, amikor az énefejlődés során a gyermek képes bizonyos társas normák, elvárások, szabályok és célok között önértékelésre és önreflexióra. Michael Lewis szerint pedig (Lewis, 1993-ra utal Cole és Cole, 2003) ezek az érzelmek „éntudatos” érzelmek, mivel sértik vagy támogatják a gyermek éntudatát. A szabályok megsértése büntetést von maga után, és a szabályok interiorizálása eredményeképpen „a szabályokat már nem azért tartja be a gyermek, mert fél a megszegésükért kiszabott büntetéstől, hanem azért, mert azok az elfogadott viselkedésmódokra vonatkozó társas megegyezést tükrözik” (Carver és Scheier, 2003, 269. o.). Idővel a felnőtté válás folyamatában egy olyan kognitív fejlemény is szerepet játszik, amelynek lényege az, hogy az egyén tudatosítja, hogy a helyzeteknek és eseményeknek nem csak egy jelentésük van. Ez a felismerés vezet oda, hogy a személy magáévá tegyen elvont erkölcsi parancsokat, amelyek akár a csoport által elfogadott és jóváhagyott szabályoknál is fontosabbá válhatnak, ami azt jelzi, hogy az erkölcsi szabályok – ahogyan kisgyermek-

korban a viselkedési szabályok is – interiorizálódtak. A büntudat felmerüléséhez és kiváltódásához tehát több tényező szükséges, ugyanakkor több területen hat a személyiség működésére és fejlődésére. Hogy egy személy büntudatot éljen át, a személyiség összetevőinek bizonyos szintű fejlettségére van szükség: az én kialakulására, önreflexió képességére, kötődésre, a társas szabályok belsővé válására; továbbmenően pedig szükséges a lelkiismeret, az értelmi működések magasabb szintje (Horváth-Szabó, 2002). Ekkor már a büntudat (a szorongató érzés, hogy önmaga előtt bukott el) az, ami gátolja az erkölcsi előírások megsértését, és nem a szégyen (hogy a csoport vagy valaki előtt „leég”; Carver és Scheier, 2003). Pinker (2002) szerint az emberek azért érznek büntudatot magánvétkéik miatt, mert azok nyilvánosságra kerülhetnek. A vétek megvallása az őszinteség bizonyítéka. A szégyen viszont a vétkezésre adott reakció azután, hogy azt leleplezték. Ezeknek mintegy ellentmond Oatley és Jenkins (2001, 121. o.), amikor utalnak Ferguson és mtsai (1991) állítására, amelynek értelmében a büntudat az az érzelem, amely a társadalmi konvenciók konkrétabb megszegésekor jelentkezik. Éppen ennek az ellentmondásnak a feloldása érdekében érdemes ezen a ponton tisztázni a büntudat és szégyen közötti különbségeket. Freud büntudat-felfogása következményeként a pszichoanalitikus szerzők, de mások is a szégyent és a büntudatot összemosták, és a büntudat nem kóros formáját azonosították a szégyennel. A modern pszichológia ezzel szemben különbséget tesz a szégyen és a büntudat érzelve között. (Harré és Parrott, 1996). Horváth-Szabó Katalin (2002) szerint a szégyen és a büntudat egyaránt szorongató nyugtalanító érzelem. Viszont míg a szégyenérzet akkor merül fel, amikor az egyén viselkedése nem felel meg az önmagáról kialakított ideális, másoknak bemutatni kívánt képnek, az én-ideálnak, addig a büntudat akkor váltódik ki, amikor az egyén megszegi az emberi együttélésre vonatkozó normákat: testi vagy lelki fájdalmat okoz valakinek, elmulaszt megtenni valamit, megszegi az ígéretét, elfelejt valamit, ami a másíknak fontos. Míg a szégyenérzet kiváltódásánál nagy szerepe van a tanúknak, addig a pszichológiai büntudat megéléséhez elég a másik szenvedésének pusztá tudata. Bár mindkét érzelem az én, az egyén önmagáról való tudás kialakulásához kötött, a szégyen inkább a felszínesebb külső viselkedésbeli jellemzőkre vonatkozik (illem, modor). Nem így a büntudat, amely pszichológiai jellemzőkhöz kötődik (felelősség, az emberi kapcsolatokra vonatkozó szabályok fontosságának megértése, a másik ember iránti fejlettebb empátia), a szégyen viszont független a felelősségtől, és kisebb intenzitású szorongással jár.

Nemi különbségek a büntudat észlelésében

Kochanska és munkatársai (2002) azt találták, hogy a nemi különbségek a büntudat megnyilvánulásaiban az egyedfejlődés korai szakaszában, már 33 hónapos korban jelentősek. A lányok a nem megfelelő viselkedés következtében

gyakrabban éreztek büntudatot, mint a hasonló korú fiúk. Más kutatási eredmények is alátámasztják a nemi különbségek meglétét ezek a téren (pl. Kubany és Watson, 2003). Ennek egyik oka az lehet, hogy a nők az interperszonális kapcsolatokban érzékenyebbek, mint a férfiak (Zahn-Waxler és mtsai, 1990), és mivel érzékenyebbek mások érzelmi jelzéseinek az értelmezésében is, valószínűleg ezért is hangsúlyozottabban és gyakrabban élnek át büntudatot (Zahn-Waxler és Kochanska, 1988).

A büntudat megnyilvánulása társadalmi szinten

Oatley és Jenkins (2001) egy, az Egészségügyi Világszervezet (WHO) által Svájcban, Kanadában, Iránban és Japánban elvégzett vizsgálatra hívja fel a figyelmet, amely a depresszióval volt kapcsolatos. Míg a büntudat és önmegvetés érzéseiről a vizsgált populáció 68%-a számolt be Kanadában és Svájcban, Iránban a megkérdezettek csupán 32%-a állította ezt magáról. A kulturális különbségek világosan megmutatkoznak. Éppen ezért tartom érdemesnek a mi társadalmunkban, az erdélyi magyar közösség körében a különböző vallási csoportokat vizsgálni olyan értelemben, hogy a büntudat érzésének milyen fokát élik meg az egyének attól függően, hogy milyen vallási közösséghez tartoznak, milyen világ- és életszemlélettel rendelkeznek.

Tudtommal szűkebb térségünkben pszichológiai kutatást nem végeztek arra vonatkozóan, milyen hatással vannak a különböző vallásos felfogások a vallásos emberek érzelmi életére. Nem történt ugyanakkor összehasonlító felmérés a különböző felekezetekhez tartozók büntudat-élményeinek összehasonlítására sem. Valószínűleg kényes lehet pszichológiai vizsgálatot tervezni és végrehajtani, amikor a vallás és hitfelfogás szerepére vagyunk kíváncsiak az érzelmek vizsgálatában.

Irodalomjegyzék

- Bagozzi, R. P. – Baumgartner, H. – Pieters, R. (1998), *Goal-directed Emotions, Cognitions and Emotions*, 12, 1–26.
- Baker, M. – Gorsuch, R. (1982), *Anxiety and Intrinsic-Extrinsic Religiousness* *Journal for the Scientific Study of Religion*, Vol. 21, No. 2 (Jun), 119–122.
- Baumeister, R. F. – Stillwell, A. M. – Heatherton, T. F. (1994), *Guilt: An Interpersonal Approach*, *Psychological Bulletin*, 115, 243–267.

- Baumeister, R. F. – Tice, D. M. (1990), *Anxiety and Social Exclusion*, *Journal of social and Clinical Psychology*, 9, 165–195.
- Birkimer, J. C. – Johnston, P. L. – Berry, M. M. (1993), *Guilt and help from Friends. Variables Related to Healthy Behavior*, *Journal of Social Psychology*, 133(5), 683–692.
- Buda, Béla (2004), *Pszichoterápia*. Budapest.
- Carver, C. S. – Scheier, M. F. (2003), *Személyiségpszichológia*. Budapest.
- Cole, M. – Cole, S. R. (2003), *Fejlődéslélektan*. Budapest.
- Ferguson, T. J. – Stegge, H. – Eyre, H. L. – Vollmer, R. – Ashbaker, M. (2000), *Context Effects and the (Mal)adaptive Nature of Guilt and Shame in Children. Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 126(3), 319–345.
- Harré, R. – Parrott W. (szerk. – 1996), *The Emotion. Social, Cultural, and Biological Dimension*. London.
- Hoffman, M. L. (1982), *Development of Prosocial Motivation: Empathy and Guilt*. In: Eisenberg, N. (szerk.), *The Development of Prosocial Behaviour*. New York.
- Horváth-Szabó, K. (2002), *Bűntudat-bűnbánat, Vigilia*, 67 (2002). 3. 181–188.
- Izard, C. E. (1977), *Human Emotions*. New York.
- Jones, W. H. – Schratte, A. K. – Kugler, K. (2000), *Guilt Inventory, Psychological Reports*, 86, 1039–1042.
- Kochanska, G. – Gross, J. N. – Lin, M. – Nichols, K. E. (2002), *Guilt in Young Childrenés: Development, Determinants, and Relations with a Broader System of Standards*. *Child Development*, 73(2) 461–482.
- Konoske, P. – Staple, S. – Graf, R. (1979), *Compliant Reactions to Guilt: Self-esteem or Self-punishment*, *Journal of Social Psychology*, 108, 207–211.
- Kubany, E. S. (1994), *A Cognitive Model of Guilt Typology in Combat-related PTSD*. *Journal of Traumatic Stress*, 7, 3–19.
- Kubany, E. S. – Haynes, S. N. – Abueg, F. R. – Manke, F. P. – Brennan, J. M. – Starhura, C. (1996), *Development and Validation of the Trauma-Related Guilt Inventory (TRGI)*. *Psychological Assessment*, 5, 428–444.
- Kubany, E. S. – Watson, S. B. (2003), *Guilt: Elaboration of a Multidimensional Model*. *The Psychological Record*, 53, 51–90.
- Kugler, K. – Jones, W. H. (1992), *On Conceptualizing and Assessing Guilt*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(2), 318–327.
- Lazarus, R. S. (1991), *Emotion and Adaptation*. New York.
- Lewis, H. B. (1971), *Shame and Guilt in Neurosis*. New York.
- Mosher, D. L. (1965), *Interaction of Fear and Guilt in Inhibiting Unacceptable Behavior*, *Journal of Consulting Psychology*, 29, 161–167.
- Mosher, D. L. (1966), *The Development and Multi-trait-multi-method Matrix Analysis of Three Measures of Three Aspects of Guilt*, *Journal of Consulting Psychology*, 30, 25–39.

- Oatley, K. – Jenkins, J. M. (2001), *Érzelmek*. Budapest.
- O'Connor, L. E. – Berry, J. W. – Weiss, J. (1999), *Interpersonal Guilt, Shame, and Psychological Problems*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(2), 181–203.
- O'Connor, L. E. – Berry, J. W. – Weiss, J. – Bush, M. – Sampson, H. (1997), *The Interpersonal Guilt: The Development of a New Measure*. *Journal of Clinical Psychology*, 53(7), 73–89.
- O'Keefe, D. J. (2002), *Guilt as a Mechanism of Persuasion*, In: Dillard, J. P. – Pfau, M. (szerk.), *The Persuasion Handbook: Developments in Theory and Practice*, Thousand Oaks CA Sage, 329–344.
- Pinker, S. (2002), *Hogyan működik az elme?* Budapest.
- Rawlings, E. I. (1970), *Reactive Guilt and Anticipatory Guilt in Altruistic Behavior*, In: Macaulay, J. – Berkowitz, L. (szerk.), *Altruism and Helping Behavior*. New York 163–167.
- Szentmártoni, M. (1997), *Lelkipásztori pszichológia*. Budapest.
- Tangney, J. P. (1992), *Situational Determinants of Shame and Guilt in Young Adulthood*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 199–206.
- Tangney, J. P. – Fischer, K. W. (szerk. – 1995), *Self-conscious emotions: The Psychology of Shame, Guilt, Embarrassment, and Pride*. New York.
- Tangney, J. P. – Miller, R. S. – Flicker, L. – Barlow, D. H. (1996), *Are shame, Guilt and Embarrassment Distinct Emotions?* *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1256–1269.
- Tringer, L. (1999), *A pszichiátria és a jog határterületén*. *Psychiat. Hung.* 3. 1999, 296–303.
- Trivers, R. L. (1985), *Social Evaluation*, Menlo Park, CA.
- Vergote, A. (1988), *Guilt and Desire: Religious Attitudes and Their Pathological Derivates*. New Haven, CT.
- Zahn-Waxler, C. – Kochanska, G. (1988), *The Origins of Guilt*. In: Thompson, R. A. (szerk.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 36. Sociometric Development* (183–258). Lincoln.
- Zahn-Waxler, C. – Kochanska, G. – Krupnick, J. – Mcknew, D. (1990), *Patterns of Guilt in Children of Depressed and Well Mothers*. *Developmental Psychology*, 26(1), 51–59.

MOLNÁR B. LEHEL

SCHOLAE MILITANTES

ISMERETLEN EPIZÓD A TORDAI UNITÁRIUS ISKOLA
TÖRTÉNETÉBŐL¹

Az Erdélyi Unitárius Egyház Gyűjtőlevéltárában 1640-es 'évektől kezdődően találunk püspöki vizitációs jegyzőkönyveket. Az általam forrásul használt jegyzőkönyv 168 számozott oldalt tartalmaz, és az akkori Unitárius Egyház mindenik egyházközségéről, számszerint 135-ről találunk adatokat. Erről a kötetről Kelemen Lajos 1922-ben azt írta, hogy jobb időben kiadásra érdemes lenne.² A vizitáció Almási Gergely Mihály (1654–1724) nevéhez fűződik, aki mint az egyház 14. püspöke 1692 és 1724 között megvizsgálta gyülekezeteit. Nem véletlen, hogy ez a jegyzőkönyv az első, amely teljesen mondható, hiszen az erdélyi fejedelemség megszűnése után a gubernátor Bánffy György a háromszéki unitárius egyházkört újból visszahelyezte az unitárius püspök jurisdikciója alá, és Almási azonnal megkezdte vizitálását, most már meglátogatva a hosszú évtizedek óta református felügyelet alatt álló gyülekezeteket is. Némelyik ekléziába többször is ellátogatott, de az, hogy melyikbe hányszor fordult meg, teljesen esetleges. A külföldi egyetemeket megjárta Almási 1692-től 32 éven keresztül pásztorolta híveit olyan időben, amikor a 17. század utolsó évtizedében átmenetileg a Diploma Leopoldinum még enyhített az unitáriusokat sújtó korlátozásokon (nyomdát vásároltak). Ellenben az erdélyi gubernium megszilárduló intézményei, eszközökben sem válogatva módszeresen igyekeztek a protestánsokat, főleg az unitáriusokat háttérbe szorítani. Egyházunk a legnagyobb veszteségeket szenvedte el. Az ingó és ingatlan vagyonunk elvesztése mellett az unitáriusoknak a politikai életben játszott szerepük is egyre kisebb lett, és a recepta religio intézményét formálisan fenntartva ugyan már csupán megtúrt vallásgyakorlatról szólnak a rendelkezések.

Kolozsváron az unitáriusok 1716-ban erőszakos katonai akció következtében a templomot át kellett, hogy adják Steinville Erdély főhadai kormányzójának, majd 1718. március 30-án az iskolát is. Ennek következtében a kisemmi-zett unitáriusok az egyház igazgatási rendszerét teljesen új alapokra kellett, hogy fektessék. Korábban az egyház ügye a kolozsvári anyaelkészítéstől függött. Az is-

1 2006. szeptember 7-én a Szegedi Tudományegyetem Régi Magyar Irodalom Tanszék által szervezett konferencián elhangzott előadás szerkesztett változata.

2 Kelemen Lajos: Legrégibb adataink unitárius templomainkról püspöki egyházvizsgálati egyházkönyveinkben 1789-ig. In: KerMagv 1922. (54. évf.) 169.