

22.

Dragán György:

Hiedelemrendszer és hiedelem a pszichológia területén

Rövid összefoglaló tanulmányom gondolatébresztő szeretne lenni. Célja rámutatni a munkánk sokszínűségére, másrészt elindítani a kutatást e nézőpont irányából is.

A hiedelem, mint szó a hétköznapi szókészletünk része. Sokszor szoktuk mondani „hiszem, ha látom”. Vagy éppen hiszek, a másik gondolatban pedig nem.

A hiedelmeket nagyon sok ember a vallási gondolathoz kapcsolja: „Az Istenben/Krisztusban hiszek.” De más vallási jelenség is lehet a hit tárgya. A babonás emberek is hisznek egy jelenségnek rosszat vagy jót előidéző hatásában. Az ő hitük mágikus. Mert, ha gondolnak, szólnak, cselekszenek valamit, akkor feltételezik, hogy annak hatása is lesz a rajtuk kívül álló világban. Folytathatnánk a sort a végtelenségig, de ízelítőnek ennyit.

A hiedelem Hoppál-Hajnal meghatározásában a következőképpen hangzik:

„A hiedelem olyan tudatbeli kép önmagunkról, a világról, amelyet igaznak tartunk, noha nem igazoltunk, s mégis e szerint választjuk cselekedeteink eredményét és módját.”

A két szerző szerint meg kell különböztetni a tudást, amelynek a fejünkben szerkesztett tapasztalata, tudattartalma van. Fontos továbbá, hogy a hiedelem interakcióban fogalmazódik meg, szavak útján kerül elmondásra és egy rendszer részeként él.

A hiedelem tartalmához kapcsolható az az elgondolás is, hogy az ember teremtő lény, aki a szellem erejével befektet és formál, tulajdonképpen erőt kölcsönöz.

Voigt Vilmos szerint meg kell különböztetni a hiedelmek kategóriáit:

1. Hiedelemtörténet, melyet elmondanak a tagok egymásnak, szájhagyomány útján terjed.
2. A hiedelmek vizuális ábrázolásával kapcsolatos kommunikáció a hiedelemábrázolás. Ide tartozik a legegyszerűbb szimbólumoktól kezdve, az ikonikus ábrázolásokig igen széles terület, vagyis minden, ami a hiedelmeket közvetíti, látványos módon ezeket megjeleníti.
3. A hiedelmekkel közvetlenül összekapcsolódó mozgások, viselkedések bármilyen fajtáját (egyszerű gesztusoktól vagy pszichofiziológiai mozgástól egészen a komplex rítusokig és ünnepekig egyaránt) hiedelemcselekvésnek nevezzük.

4. Mindazt a tárgyat, személyt, eseményt, fogalmat vagy ezek rendszerét, amire a hiedelem vonatkozik hiedelemtárgynak nevezzük. (Ez független tényező a hiedelemtől.)
5. Mindazt a kommunikációs elemet vagy rendszert, ami bekerül a hiedelembe úgy értelmezzük, mint ami hiedelemfunkciót vesz fel. A hiedelemfunkció gondolati és pszichoszociális jelenség egyszerre és megint független attól, ami benne megjelenik.

Voigt szerint hiedelemnek nevezzük, amiben a fenti jelenségek megtalálhatók. Tehát a narratív, a vizuális, a cselekvés, a tárgy, a feladat funkcióit. Ezt együtt a szerző hiedelemrendszernek tartja az előző két szerzővel együtt.

Voigt tanulmányában jelzi, hogy az általános gondolkodásban negatív jellegű (rémhírek, pletykák, nem a jó hírt, hanem az ellenkezőjét továbbítják, a demonológia történetei nem az emberi boldogság, hanem az emberi elesettség tükörképei) hiedelmek is megjelennek.

A hiedelemrendszer azt is kifejezi, hogy a jelenségek egymással kapcsolatban vannak. Pl. az európai boszorkányüldözés hiedelemrendszere elképzelhetetlen az ördögre vonatkozó hiedelemrendszer nélkül. Ez pedig a keresztény vallás egész nézete nélkül.

A hiedelemrendszer tartalmát kifejezi a mítosz és a mitológia. A mítosz tulajdonképpen hiedelemtörténet, amelynek hétköznapi jelentésén túl van szimbolikus jelentése is.

A mitológia pedig a mítoszok rendszere, voltaképp világformáló jelenés. Ezért szimbolikus formáival is lehet nézni, mely hol meghatározott formát nyer, hol pedig meghatározatlan, tehát kidolgozatlan. Ebbe a keretbe illeszthető a mágia, a mágikus cselekvés is. Ha van valami célunk és azt el is akarjuk érni, akkor ezt mozgásban megjelenítjük, s azt gondoljuk az meg is fog valósulni. Az ördög, a rossz, a démon elűzésénél a törzsek táncot jártak, füstöltek, hogy megtisztuljanak és biztonságban éljenek. A kényszerneurotikus is, amikor elindul, mozdulatokat vesz fel. Pl. többször kezet mos, mert úgy hiszi ez megtartja őt biztonságban, a veszélyek nem leselkednek rá..

Már át is tértünk a pszichológia területére! Mit mond a lélektan, a hit a hiedelmekről. Egyrészt nagyon lényeges önazonosságot előidéző faktor. A képzelet, a hit, a hiedelem mind együtt van jelen. Tehát néhány gondolat erejéig vizsgáljuk meg hogyan fogalmazódik meg és jelentkezik a hit, a hiedelem. A hit egyik magva a *belief*: jelentése – vélekedés. Hogyan is fogalmazódik ez meg egyes területeken? A vélekedés hogyan nyilvánul meg?

Mérei, aki a kisgyermekkor témakörében figyelte meg a „csemeték” vélekedését, Piaget munkásságát hívja segítségül. Őt idézi, amikor azt mondja: „a gyerek megpróbálja magyarázni a valóságot, de ismeretei még kevesek.” Ezért magyarázó elveit saját vélekedése szerint alakítja ki. Képzeletében átalakítja a világot. A világ megértésének piaget-i magyarázómodellje – amely a felnőtt-gondolkodás analógiai modelljével szemben az élménymodellre épít – a következők:

1. Az egyik a gyermeki léthelyzet visszatükröző dependencia modell. A szülőktől való függési helyzetnek a mintája, amely lehetővé teszi a társadalmi jelenségek magyarázatát. A magyarázat sűrűsége arra utal, hogy a gyermek gondolkodásában nem is antropomorf, hanem paidomorf magyarázatról kellene beszélni.
2. Az ős-egyenlőség a másik magyarázat. A társadalmi különbözőségek és egyenlőségek kizárólagos emberi hibákból (rosszaságból, engedetlenségből) fakadnak, mert hiszen az élet kezdetén mindenki egyenlő eséllyel indul, de véletlen események következtében ez eltolódhat (véletlenszerűség elve).

Mindezek valószínűsítik, hogy a gyermeki gondolkodás a fokozott magyarázóigény és a korlátozott ismeretanyag következtében állandó forrása a világról, életről való hiedelmeknek. Gondolati sztereotípiák, szokásablonok kevésbé korlátozzák ezt a mentális működést, s így a kíváncsiság és a magyarázat vágya elegendő a mitológiára emlékeztető elméletek létrehozásához.

A hit/hiedelem megtalálható még az én-kép kialakulásánál is.

Hankiss Ágnes szerint:

1. Minden ember kialakít valamilyen elméletet saját élettörténetére, életútjaira vonatkozóan. Megpróbálja egységes magyarázóelv fonálára fűzni és történeti egységbe integrálni sikereit és kudarcait, sorsának kedvező és kedvezőtlen fordulóit.
2. Ez az én-kép mélyszerkezete.
3. Levezetésében sajátos mechanizmusok érvényesülnek: közülük az egyén szempontjából leggyakoribb az, hogy saját élettörténetét mitologikus módon áthangolja.
4. Ez a pszichikus egyensúly megtartásában tölt be eszköz szerepet a gyermekek életében.

Fontos ebben az áthangolásban az utánzás és azonosulás. Például az apját utánozza a kisgyermek, mert hiszi, hogy akkor ő is hasonlítani fog rá. A kisgyermek egy eszmény képét is megfogalmazza és véleménye alapján ilyen és ilyen szeretne lenni. Ezt a gyermeki képzelet sokszor kiszínezi. Áthatja általa kigondolt s vélt („hitt”) értékekkel. Ebben a magatartását alakító folyamatban megjelenik a szimbolikus és a mitologikus gondolkodás.

Gondolkodásunkban, társadalmi-közéleti magatartásunkban ugyanis jelen vannak a mitológia elemei.

A kognitív gondolkodás területén ennek szociálpszichológiai változatában meg kell említeni Rokeach nyitott és zárt gondolkodás szemléletét.

Aszerint különíti el az embereket egymástól, hogy meggyőződés-vélekedés rendszerükben hogyan épülnek fel a rendszert alkotó hiedelmek. Milyen intenzitásúak, milyen szoros a kommunikáció közöttük, milyen hatásokra változnak meg?

A zárt gondolkodásnak a jellemzőjét is említi:

- a hiedelmek egymástól való elszigeteltsége, az egymásnak való vélekedések közötti logikai kapcsolat tagadása.
- a hiedelmek hierarchikus felépítése, szorongással teli tartalmak, különböző hierarchikus viselkedés, vélekedési szintek közötti kapcsolat hiánya.
- a múltra és jövőre vonatkozó hiedelmek sajátos tartalma, a jelentől való menekülés.

A nyitott és zárt gondolkodás az ismeretszerzés iránti nyitottság illetve bezárás. A nyílt gondolkodású emberben él a vágy, hogy megismerje a világot. Míg a zárt gondolkodású ember bezárkózik, elhárítja a veszélyeket, csökken a felfedezés és ismeretszerzés igénye. Ezért a helyzetek megítélése, kezelése önkényes, autokratikus lesz.

A zárt és nyitott gondolkodást jellemzik még, hogy mennyire rugalmas és mennyire rugalmatlan. Tehát a viselkedés során mennyire adaptálódik valaki könnyen, míg más emberek mennyire alkalmazkodnak nehezen. Ennek a magatartásnak a külső képe egy belső meggyőződésből ered. Éspedig a nyitott a világ - jó és meg lehet ismerni, míg a zárt gondolkodású emberek veszélyesnek érzik az életet s bezárkóznak előtte.

Azt vallják, hogy „vigyázni kell”, „távolságot szükséges tartani” és „gyanakodva kell figyelni”.

Fontos még a kognitív konzisztencia megemlítése a believe-vel, hittel, vélekedéssel kapcsolatban.

Festinger volt, aki ezen a területen kutatásokat végzett. A vélekedéseket kutatta. A világgép iránt való hit befolyásolta a hétköznapi élet eseményeihez való viszonyulást. Kutatták azt is

(Fisbern, Abelson), hogy az információk mennyire illenek össze. Pl. a hiedelem mennyire akadályozza a viselkedésváltozást és az attitűdre milyen hatással van?

A pszichológiában sok irányzat használja a vélekedés fogalmát. Ezeket a hamis vélekedéseket szeretné átalakítani. Pozitív minta az NLP terápiás irányzat.

De a képzelet, a fantázia eszközét használja a képi imaginációs szimbólum terápia vagy a hat lépéses történetmondás BASIC., PH irányzatai.

A terápia viszont csak akkor lehet sikeres, ha hiszünk a munkánk sikerébe. C.G.Jung azt írja, hogy a módszer hatékonyságát az adja, hogy a szakember hisz abban, hogy azok működnek.

A hit mindannyiunk hétköznapi életében is jelen van. A hiedelem, hogy véd valami bennünket, biztonságban vagyunk és tudunk alkotni. Nem leszünk vesztesek.

Mi is mitikus gondolatokat fogalmazunk meg az én-képünkkel kapcsolatban: ilyen őszám volt, máskor pedig a körülményekre fogjuk a nehézségeinket.

A hiedelmeknek tehát lényeges szerep jut a pszichológia gyakorlatában és elméletében egyaránt és csupán akkor lehetünk sikeresek, ha saját és pácienseink hitrendszerét is megértjük és empatizálunk azzal.

