

AZ ÉNKÉP

Az énkép fogalma, jellemzői

Nincs a pszichológiának olyan területe, legyen szó szociálpszichológiáról, fejlődéslélektanról, személyiséglélektanról, amely ne foglalkozna kitüntetett módon az énnel. Ennek ellenére bizonyos fogalmi zűrzavarral találjuk szembe magunkat ezen a területen, mint erre Vajda Zsuzsa (2001) rámutat. Az énnel kapcsolatos kifejezések definíciója távolról sem egységes, eltérés tapasztalható még oly neves szerzők meghatározásai között is, mint Atkinson vagy Cole&Cole.

Az én meghatározható úgy is, mint annak kifejeződése, ahogy az egyén megragadja saját személyiségét. Az őt ért tapasztalatokat rendszerezi, értelmezi, így alakul ki az én élménye, mely tartalmazza az egyén tulajdonságait, társas szerepeit, korábbi tapasztalatait és elérendő céljait (Körössy, 2004). Elsőként a XIX. század végén Henry James különböztette meg az én két oldalát: a létező, cselekvő, észlelő szubjektumot, azt, ahogy az egyén megéli önmagát (angolul "I"), valamint az énképet, ahogy az egyén saját magára tekint, mely folyamatban az én tárgyként szerepel (angolul "me"). Az énkép tehát az önmagunkról alkotott, érzelmekkel átszőtt vélekedés. Az énkép tovább tagolható alrendszerekre. Damon és Hart például az énképnek három réteget különböztetett meg: a testi-fizikai tulajdonságokat tartalmazó énképet, a szociális énképet és a szellemi énképet (Vajda, 2001).

Smith és Mackie (2004) úgy fogalmazzák, hogy a koherens self két elemből tevődik össze, az egyik az énfogalom, ami magába foglalja önmagunkkal kapcsolatos ismereteinket, a másik pedig az önértékelés, ami az önmagunkkal kapcsolatos érzelmeinket tartalmazza. Ez valójában értékítélet, azt jelzi, hogy az egyén milyen mértékben táplál önmagával kapcsolatban pozitív, illetve negatív attitűdöket (Körössy, 2004).

Az emberre jellemző az a törekvés, hogy önmagával elégedett legyen, és ezt az állapotot fenntartsa, vagy akár fokozza is. A legtöbben saját magukat az átlagosnál jobbnak értékelik, ezt a tendenciát nevezték el a kutatók Wobegon-hatásnak. A pozitív énkép fenntartását segítik az énvédő torzítások. Olyan módon szűrjük és dolgozzuk fel az énnel kapcsolatos információt, hogy pozitív énképünk ne sérüljön. Hajlamosak vagyunk olyan helyzeteket teremteni, amelyekben sikert érhetünk el. A lefelé irányuló összehasonlítások is ezt a célt szolgálják.

Ugyanakkor a konzisztenciára törekvés, vagyis a korábban már kialakított énkép fenntartásának tendenciája mindkét irányban érvényesül. Ha valakinek negatív az énképe, gyakran egyszerűen figyelmen kívül hagyja azokat az információkat, melyek ezt pozitív irányban módosíthatnák.

McCandless (1976) az énképnek további sajátosságait is elkülöníti, ezek a következők:

1. *Összetettség és terjedelem.* A felnőttek komplexebb, terjedelmesebb énképpel rendelkeznek, mint a gyerekek, és ugyanez a különbség vélhetőleg kimutatható a műveltebb, iskolázottabb felnőttek javára is. Erre a különbségre mutat rá Linville is (1987, idézi Carver és Scheier, 1998). Ugyanakkor megjegyzi, hogy ez az összetettség hatással van a kellemetlen események feldolgozására: az alacsony énkomplexitású személyek esetében a negatív élmények hatására kialakuló érzelmek befolyásolják az énkép más területeit is. Magas énkomplexitású személyeknél ezt a hatást ritkábban tapasztalták, mivel énjüknek különböző aspektusai kidolgozottak, jól elkülönülnek, ezért a rossz élmény csak néhány területet érint közvetlenül.

2. *Megfelelés és pontosság.* Az egyén énképe többnyire megfelel valóságos élethelyzetének, több-kevesebb pontossággal tükrözi azt. Vannak természetesen olyan esetek is, amikor ez az összhang megbomlik (például egy sikeres ember társaságban ügyetlennek, félszegnek látja magát). Gyakran a pszichológiai tanácsadás vagy a pszichoterápia feladata, hogy ezt a megfelelést helyreállítsa.

3. *Világosság és tagoltság.* Azt fejezi ki, hogy az egyén önmagáról alkotott képe mennyire világos, egyértelmű.

4. *Következetesség.* Ha az énkép egyes elemei egymással összhangban állnak, az énkép szilárd. Vannak ugyanakkor ellentmondásos, konfliktusos énképet hordozó személyek. A mániás-depressziós beteg testesíti meg az ingatag énkép szélsőséges példáját.

5. *Hajlékonyság.* Vagyis az a képesség, hogy az ember megfelelő rugalmassággal, az adott helyzetnek megfelelően tudja változtatni szerepét, az egyik szituációnak megfelelő énképet pedig a másikkra cserélni. Mindez összefüggésben áll az énkép összetettségével is.

6. *Önelfogadás.* Azt fejezi ki, hogy az egyén milyen mértékben képes beletörödni abba, hogy nem feltétlenül olyan, amilyen lenni szeretne. Az, aki erre képtelen, folyamatos válságban, diszharmóniában él.

Az önelfogadás szorosan kapcsolódik az önértékeléshez. Mindenki él egy "ideális énkép", ami azt mutatja, amilyenek lenni szeretnénk. Ha ez túlságosan messze esik a valóságos énképtől, szorongáshoz, negatív önértékeléshez vezethet.

Higgins selfdiszkrepancia-elmélete (1987, ismerteti Smith és Mackie, 2004) selfvezérlőknek nevezi azokat a személyes normákat, melyek elérését célul tűzzük ki. A selfvezérlők két típusát különbözteti meg: az egyik az ideális énhez kapcsolódik, vagyis ahhoz, amilyenek lenni szeretnénk; a másik pedig az elvárható énhez, vagyis ahhoz, amiről úgy gondoljuk, hogy

lennünk kell. Amennyiben eltérés (vagyis diszkrepancia) van aktuális énképünk és a selfvezérlők között, arra várhatóan negatív érzelmekkel fogunk reagálni. Ha a diszkrepancia az ideális énhez képest áll fenn, az egyén csalódottságot, frusztrációt érez. Ha a különbség az elvárt énhez képest mutatkozik, az büntudatot, szégyenérzést okoz. Szélsőséges esetben mindez depresszióhoz is vezethet. Ugyanakkor a belső elvárások segíthetnek is céljaink elérésében, kötelezettségeink teljesítésében.

A humanisztikus pszichológia kiemelkedő alakja, Carl Rogers az ideális énkép és az aktuális énkép közötti csekély eltérést tartja annak a hajtóerőnek, mely az embert az önmegvalósítás, önmaga pozitív tulajdonságainak kibontakoztatása felé hajtja. Elméletének alapvető feltevése, hogy a személyiség legbelső magja pozitív. Rogers is úgy vélte, hogy az énkép a születéskor még nem létezik, hanem a növekedéssel, fejlődéssel párhuzamosan alakul ki, válik egyre összetettebbé. Az optimális fejlődés érdekében a gyermeknek arra van szüksége, hogy feltétel nélküli pozitív elfogadásban részesüljön. Ilyen feltételek mellett képes lesz arra, hogy kibontakoztassa a benne rejlő képességeket, hogy fejlessze és megvalósítsa önmagát. Ha a környezet feltételhez (például a helyes viselkedéshez) köti az elfogadást, a gyermek alkalmazkodni fog a külső elvárásokhoz, hiszen annak igénye, hogy mások elfogadjanak minket, erősebb, mint az önmegvalósítás szükséglete. Inkongruencia alakul ki: vagy az aktuális énkép és az ideális énkép, vagy pedig az aktuális énkép és az annak nem megfelelő tapasztalat között. Az inkongruencia nem mindig tudatosul, de az egyén érzékeli, és szorongással reagál. Ez ellen védekezhet úgy, hogy tapasztalatait torzítja vagy eleve meggátolja tudatosulásukat. Ezen elhárítások segítségével óvja meg kialakult énképét, mely azonban egy hamis valóságra épül. Az ennek nem megfelelő tapasztalatok torzítása és kizárása a későbbiekben sem kerülhető el, ezáltal az egyén még messzebb kerül annak lehetőségétől, hogy legmélyebb önmagát kibontakoztassa.

Számos kutató hangsúlyozza az énkép szociális eredetét. Baldwin (1911, ismerteti Vajda, 2001) például úgy véli, hogy az énkép kialakulásához elengedhetetlen a szociális környezet.

Mead (1934) is az egyén és a környezet kölcsönös függőségére mutat rá. A gyermek kezdetben csak a környezet legfontosabb tagjainak szerepét építi be énképébe. Később, a szabályjátékok révén sajátítja el a társadalmi szabályokat, és ez segít más szerepek felvételében is (idézi Vajda, 2001).

Leon Festinger (1976, ismerteti Smith és Mackie, 2004) fogalmazta meg a társas összehasonlítás elméletét. Eszerint önmagunkkal kapcsolatos érzelmeink, gondolataink a másokkal történő összehasonlításból származnak. Festinger azt feltételezte, hogy a pontosabb önértékelés érdekében a hozzánk hasonlókkal mérjük össze magunkat. Ugyanakkor keressük

azokat az attribútumokat, melyek tőlük megkülönböztetnek minket, ezek gyakran meghatározó tulajdonsággá válnak az énképben, erősítve ezzel az egyediség érzését.

Ugyancsak a társas környezet szerepét hangsúlyozza Forgách József, aki azt írja, hogy "az énkép tehát nem az a mélyen ülő, erős és tartós kép önmagunkról, aminek néha gondoljuk, hanem eredendően társas képződmény" (Forgách, 1993, 207. oldal). Társas interakciókra van szükség ahhoz, hogy képet alkossunk önmagunkról, mint egyénekről. Az énképet nagymértékben meghatározza az, ahogyan mások látnak bennünket. Énképünk szerinte a társak értékelése nyomán akár gyors és drámai változásokon is keresztülmehet.

Az énképre erős hatással van a kulturális környezet. Markus és Kitayama (1991, idézi Fiske és mtsai, 1998) vizsgálata szerint a kollektivista (jellemzően kelet-ázsiai) kultúrákban az énkép viszonylag rugalmas, helyzettől függő, a társas kapcsolatok által meghatározott. A vizsgálatban részt vevő személyek legtöbbször küszködtek, ha önmagukról kellett beszélniük, önjellemzésük nehézkes, a mi fogalmainkkal mérve szegényes volt. Leírásukban fontos helyet kapott a társas hálóban betöltött szerepük, a csoporthoz történő alkalmazkodás. Ezzel szemben a individualista (jellemzően észak-amerikai) kultúrában élők énképe kidolgozott, könnyen hozzáférhető. Az önjellemzés gyors, kontextustól és időtől független, stabil vonásokat mutat. Az egyén szabad, önálló, céljaihoz és véleményéhez a csoport ellenében is ragaszkodik.

David Matsumoto (1999) ezt az elméletet erősen kritizálja, és azt állítja, hogy a kutatási eredmények valójában nem támasztják alá a kapott eredményeket. Úgy véli, hogy az individualizmus és kollektivizmus nem egymást kizáró fogalmak, és a látszólag ellentmondó énfelfogások létezhetnek együtt, a konkrét kontextus függvényében különböző mértékben járulva hozzá a viselkedéshez.

Az énkép kialakulása, fejlődése

A tudatos érzés kialakulása csecsemőkorban kezdődik, de csupán a 3. életévtől beszélhetünk az énkép megjelenéséről. Erre az életkorra kialakul a nemi identitás, ekkor találkozhatunk először azzal, hogy a kisgyerek önmagát írja le bizonyos tulajdonságok megnevezésével.

A 3-4 évesek konkrét, jól megfigyelhető kategóriákat használnak, amikor magukról kell beszélniük. Ezek többnyire fizikai jellemzők, olyan tevékenységek, melyeket gyakran és szívesen végeznek, vagy különböző preferenciákra, birtokolt tárgyakra történő utalások. Általánosítással még nem találkozunk, és jellemző, hogy szinte csak pozitív tulajdonságok szerepelnek.

Ez utóbbi az 5-7 évesekre is igaz. A "minden vagy semmi" gondolkodás még ebben az életkorban is érvényesül: nem lehet valaki egyszerre jó is meg rossz is. Ugyanakkor egy képességterülethez már több tulajdonságot is hozzákapcsolnak, melyek korábban egymástól teljesen elkülönültek. Ezek azonban még mindig nem nevezhetők igazi fogalmaknak. Felbukkannak a társas összehasonlítás csírái, de leginkább csak különböző időszakokra vonatkozóan (például kisebb korban valamit kevésbé jól tudott csinálni).

8-11 éves korban már differenciáltabb az önjellemzés: a gyerek képes a korábban elkülönülő, vagy éppen ellentétesnek tartott tulajdonságokat integrálni, így az énkép mind pozitív, mind negatív jelzőket tartalmaz, bár ezek időben és helyzettől függően változhatnak (például jól fut, de a labdajátékokban ügyetlen). Jellemzővé válik a társas összehasonlítás. Ez segítheti a reális énkép kialakulását, azonban ha az összehasonlítás alapjául szolgáló minta elérhetetlenül tökéletes, az félelmet, szorongást kelthet.

A serdülőkor óriási változásokkal jár mind a testi-fizikai tulajdonságokat, mind a kognitív képességeket, mind pedig a társas és érzelmi élet jellemzőit tekintve. E változások alól az énkép sem kivétel. 13-15 éves korban a korábbi időszakokhoz képest jóval differenciáltabb önjellemzésekkel találkozunk. Jellemző a különböző társas helyzetekre adott, egymástól teljesen eltérő értékelés, a többszörös énreprezentáció (Kőrössy, 2004). Ebben az életkorban a fiatalok igen érzékenyek a kortársak, illetve a felnőttek véleményének eltéréseire, az általuk elfogadott értékek különbözőségére.

15-17 évesen, a serdülőkor középső szakaszában az önjellemzés egyre gazdagabbá válik. Ez azzal magyarázható, hogy a fiatalokra jellemző a fokozott önmegfigyelés, önelemzés, így egyre több tulajdonságukat ismerik fel. Fontossá válik az is, hogy mások mit gondolnak róluk. Fokozottan érzékenyek az énképen belüli ellentmondásokra, a különböző élethelyzetekben, szerepekben tanúsított ellentétes viselkedésre. A látszólagos ellentmondásokat képtelenek feloldani, és ez erős feszültséget kelt. Ennek következtében ebben az életkorban időlegesen csökken az önértékelés, főleg a lányok esetében. Ennek oka a két nem eltérő szocializációjában keresendő.

17-19 évesen, a serdülőkor végén az énképben helyet kapnak a személyes nézetek és értékek. Megjelennek a személyes célok, a jövőbeli énkép, mely megvalósításra vár. A korábban ellentétesnek látott tulajdonságokat a fiatal már képes integrálni, elfogadja, hogy egy adott helyzethez történő alkalmazkodás más-más viselkedést tesz szükségessé.

Az énkép és a társas kapcsolatok

Számos vizsgálat eredménye mutat arra, hogy a pozitív, pontos énkép lényeges feltétele a sikeres beilleszkedésnek, a csoport általi elfogadásnak. McCandless (1976) foglalja össze azokat a korábbi kutatásokat, melyek ezt támasztják alá. Mussen és Porter (1959) azt vizsgálták, hogy a magas vagy az alacsony önértékeléssel függ-e össze a csoportmunkában mutatott eredményes részvétel. Azt találták, hogy a jó énkép jár együtt a megfelelő társas együttműködéssel. Ezt igazolta Dittes (1959) egyetemi hallgatók körében végzett vizsgálata is. Az alacsony önértékelésű egyének kevésbé voltak népszerűek csoporton belül, mint a magukat magasra értékelők, ugyanakkor erősebben igényelték a csoporthoz tartozást, mint az utóbbiak. Taylor és Combs (1952) eredményei az énkép másik fontos összetevőjének, az önkritikának a fontosságára mutatnak rá. Vizsgálatuk során azt találták, hogy azok, akik hajlamosabbak voltak önmagukkal kapcsolatban kedvezőtlen dolgokat beismerni (olyasmit például, hogy néha lustálkodnak, vagy szemtelenül beszélnek a szüleikkel), eredményesebben illeszkedtek be, mint azok, akik a negatív állításokat visszautasították. Vagyis mind a pozitív, mind a pontos önértékelés fontos tényező a társas kapcsolatokban. Aki önmagát elfogadja, az másokat is elfogad. Az ilyen ember több megértést, türelmet tanúsít a többiek iránt, számára a világ is barátságosabb, kellemesebb, mint azok számára, akik visszautasítják önmagukat. Fey (1955) elemzései ugyanakkor arra mutatnak rá, hogy az önelfogadás egy adott ponton önelégültségbe csaphat át. Az ilyen személy felsőbbrendűségi érzéseket táplálhat, lekezelően bánhat a többiekkel, ezért népszerűsége a csoportban kisebb lesz, mint amekkorának ő érzékeli. Azok az egyének pedig, akik kevésbé fogadják el önmagukat, de egyidejűleg elfogadják a többieket, előkelőbb helyet érnek el népszerűségben annál, mint ahová önmagukat sorolnák. Fey szerint az ideális az, ha valaki saját magát ugyanúgy elfogadja, mint a többieket.

Az önelfogadáshoz kapcsolódik az önmonitorozás jelensége. Társas helyzetekben az emberek megfigyelik saját viselkedésüket. Ez többé-kevésbé mindenkire jellemző, de komoly különbségek vannak abban, hogy ki milyen gyakran teszi ezt, és milyen hatással van a magatartására. A magas szintű önmonitorozók igyekeznek úgy viselkedni, ahogy az aktuális környezet ezt elvárja tőlük, fontosabb számukra az, hogy pozitív képet sugározzanak önmagukról, és megkedveltessék magukat, mint az, hogy valódi énjüket kifejezésre juttassák. Viselkedésükben ezért gyakrabban jelenik meg az énbemutatás, vagyis a valóságosnál kedvezőbb kép kialakításának szándéka, mint az énkifejezés. Ezzel szemben az alacsony szintű önmonitorozók számára kevésbé fontos mások elismerése, mint a saját egyéniségükkel

konzisztens viselkedés, még akkor is, ha ezáltal esetleg mások hibáikról, fogyatékságaikról is tudomást szerezhetnek (összefoglalja Smith és Mackie, 2004).

Aronson (2001) is arra mutat rá, hogy az önértékelés jelentős hatással az egyén társas kapcsolatok terén tanúsított magatartására. Aki biztos önmagában, az jobban válogat: nem fogadja el bárki közeledését. A negatív önértékelés arra hajlamosít, hogy hálásak legyünk az irányunkban mutatott érdeklődésért, sőt, hogy megelégedjünk akár a kevésbé vonzó emberekkel, mivel így kisebb a visszautasítás veszélye.

Nagy József (2000) személyközi éntudatnak nevezi énünknek azt a részét, mely az eredményes, a társadalmi szabályoknak is megfelelő szociális viselkedés egyik meghatározó tényezője. Szociális kapcsolataink, kötődéseink a központi éntudat lényeges összetevőjévé válhatnak.

IRODALOMJEGYZÉK

- ARONSON, E. (2001): *A társas lény*. Budapest, KJK-Kerszöv
- ATKINSON, L. R., ATKINSON, R. C., SMITH, E. E., BEM, D. J., NOLEN-HOEKSEMA, S. (1999):
Pszichológia. Második, javított kiadás, Budapest, Osiris Kiadó
- BECK, J. S. (2002): *Kognitív terápia: kezdőknek és haladóknak*. Budapest, Magyar
Viselkedéstanulmányi és Kognitív Terápiás Egyesület
- BROWN, G., SHAW, M. (1986): A szociális készségek fejlesztése a nevelés-oktatás során. In
Zsolnai, A. (szerk) (2003): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat
Kiadó 239-259.
- CAPRARA, G. V., BARBARANELLI, C. AND BORGOGNI, L. (1993): *BFQ: Big Five
Questionnaire*. Manuale. O.S, Organizzazioni Speciali, Firenze
- CARVER, C. S., SCHEIER, M. F. (1998): *Személyiségpszichológia*. Budapest, Osiris Kiadó
- COLE, M., COLE, S. R. (2006): *Fejlődéslélektan*. Budapest, Osiris Kiadó
- COMER, R. J. (2005): *A lélek betegségei*. Budapest, Osiris Kiadó
- DÉVAI M., SIPOS M. (1986): *A Tennessee Énkép Skála*. Pszichológiai tanácsadás a
pályaválasztásban. Módszertani füzetek 36. Kiadja az Országos Pedagógiai Intézet,
Budapest
- FISKE, A. P., KITAYAMA, S., MARKUS, H. R., NISBETT, R. E. (1998): A szociálpszichológia
kulturális mátrixa. In Nguyen Luu Anh, Fülöp M. (szerk) (2003) *Kultúra és pszichológia*.
Osiris Kiadó 165-248.
- FORGÁCH, J. (1993): *A társas érintkezés pszichológiája*. Budapest, Gondolat Kiadó
- FROSH, S. (1983): Gyerekek és tanárok az iskolában. In Zsolnai A. (szerk) (2003): *Szociális
kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat Kiadó, 205-226.

- FÜLÖP, M. (1991): A szociális készségek fejlesztésének elméletéről és gyakorlatáról. *Pedagógiai Szemle*, 3, 49-58.
- FÜLÖP, M. (2001): A versengés mint szociális készség fejleszthetősége. In Csapó B., Vidákovich T. (szerk): *Neveléstudomány az ezredfordulón*. Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó 129-142.
- GOLEMAN, D. (1997): *Érzelmi intelligencia*. Budapest, Háttér Könyvkiadó
- KÖRÖSSY, J. (2004): Az "én" fogalma, az énejlődés elméletei. In N. Kollár K., Szabó É. (szerk) *Pszichológia pedagógusoknak*. Budapest, Osiris Kiadó 51-73.
- MATSUMOTO, D. (1999): A kultúra és az én: Markus és Kitayama független és kölcsönös függőségi énefelfogásról szóló elméletének empirikus ellenőrzése. In Nguyen Luu Anh, Fülöp M. (szerk) (2003) *Kultúra és pszichológia*. Osiris Kiadó 365-385.
- MCCANDLESS, B. R. (1976): Az én-kép és kialakulása. In Pataki F. (szerk) *Pedagógiai szociálpszichológia*. Budapest, Gondolat Kiadó 145-177.
- MEICHENBAUM, D., BUTLER, L., GRUSON, L. (1981): A szociális kompetencia egy lehetséges elméleti modellje. In Zsolnai A. (szerk) (2003): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat Kiadó 95-119.
- NAGY, J. (2000) : *XXI. század és nevelés*. Budapest, Osiris Kiadó
- NAGY, J. (2002): Szocialitás. In Zsolnai Anikó (szerk) (2003): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat Kiadó 192-201.
- SHEPHERD, G. (1983): A szociális készségek fejlesztése (SST). In Zsolnai, A. (szerk) (2003): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat Kiadó 151-169.
- SMITH, E. R., MACKIE, D. M. (2004): *Szociálpszichológia*. Budapest, Osiris Kiadó
- SÜTÖNÉ KOCZKA, Á. (2005): *Szociális készségek fejlesztése kamaszkorban. Új Pedagógiai Szemle*. 5-6. 52-68.
- VAJDA, ZS. (2001): *A gyermek pszichológiai fejlődése*. Budapest, Helikon Kiadó
- ZSOLNAI, A. (1999): *Összefüggések a szociális kompetencia egyes komponensei, a tanulási motívumok és az iskolai tudás között*. Szeged, JATE Press
- ZSOLNAI, A. (2001): *Kötődés és nevelés*. Budapest, Eötvös József Könyvkiadó
- ZSOLNAI, A. (2001): A gyermekkori kötődések szerepe a szociális kompetencia fejlődésében. In Csapó, B., Vidákovich, T. (szerk): *Neveléstudomány az ezredfordulón*. Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó 143-152.
- ZSOLNAI, A. (1989): A gyermekkori kötődések vizsgálatának lehetőségei. *Pedagógiai Szemle*, 5, 430-437
- ZSOLNAI, A. (1993): A kisgyermekkori kötődések szerepe a személyiségfejlődésben. *Új Pedagógiai Szemle*, 2, 65-69
- ZSOLNAI, A., JÓZSA K. (2003): A szociális készségek fejlesztése kisiskolás korban. In Zsolnai, A. (szerk): *Szociális kompetencia – társas viselkedés*. Budapest, Gondolat Kiadó 227-238
- ZSOLNAI, A. (1994): A szociális készségek fejlesztésének lehetőségei gyermekkorban. *Magyar Pedagógia*, 3, 187-210
- ZSOLNAI, A. (1998): A szociális kompetencia fejlettsége serdülőkorban. *Magyar Pedagógia*,

3, 187-210

ZSOLNAI, A. (1995): A szociális kompetencia fejlődése gyermekkorban. *Új Pedagógiai Szemle*, 1, 68-74

ZSOLNAI, A. (1998): A szociális kompetencia kapcsolata az iskolai teljesítménnyel. *Magyar Pedagógia*, 4, 339-362

ZSOLNAI, A. (1987): Kötődés és nevelés. *Pedagógiai Szemle*, 12, 1208-1217

ZSOLNAI, A., JÓZSA, K. (2003): Possibilities of criterion referenced social skills development. *Journal of Early Childhood Research*, 2, 181-196

ZSOLNAI, A. (2002): Relationship between children's social competence, learning motivation and school achievement. *Educational Psychology*, 22 (3), 317-330