

Pákozdi Márta sz. őrnagy:

A HŐSIESSÉG MINT A BÁTORSÁG EGYIK ÚTJA

ÖSSZEFOGLALÓ: *Mit jelent ma hősnek lenni? Sokan erre a kérdésre azt válaszolnák, „hősnek kell lenni ahhoz, hogy a világban éljünk”. Mindenképpen elgondolkodtató. De mit jelenthet mindez egy katonára számára, akitől az emberek elvárják, hogy minden körülmények között, önfeláldozóan, élete árán is megvédje őket, az állam polgárait? Vajon mit mond mindezekről a pozitív pszichológia? E kérdések arra ösztönözték a szerzőt, hogy részletesen is áttekintse a bátorság mint erényhez kapcsolódó hősiesség, mint erősség témakörét, bízva abban, hogy az általa közvetített információk átadásával segítheti katonatársai „hot point”-okon történő szerepvállalásait.*

KULCSSZAVAK: *bátorság, kitartás, hősiesség, katonaság*

BEVEZETÉS

Katonának lenni sosem volt könnyű feladat. Megfelelni a különböző katonai kihívásoknak – a fegyverek mesteri kezelése, hadgyakorlatok, különböző kiképzések, missziós szerepvállalások – igazán embert próbáló feladat. Az is tény azonban, hogy az erős, kitartó, elhivatott szakemberek közül is többen egyre nehezebben viselik a katonai pálya kihívásait. E gondolatok mentén elindulva próbálok segítséget nyújtani mindazon katonatársaimnak, akik hősiesen teljesítik a napi feladatokat, és azoknak is, akik éppen a hadsereg elhagyásának gondolatával foglalkoznak.

A bátorság mint erény megismeréséhez Peterson és Seligman 2004-ben megjelent, „A személyiség erősségei és erényei” (Character Strengths and Virtues – a továbbiakban: CSV) című kötetének¹ gondolatait hívom segítségül. A szerzők könyvükben hat alapértéket különböztetnek meg, amelyek csaknem minden kultúrában a boldogság forrásának tekinthetők: a tudást, a bátorságot, az emberiséget, az igazságot, a mértékletességet és a transzcendenciát, melyeknek különféle le- és elágazásai vannak. Így e hat erényhez összesen 24 erősség tartozik.

Seligman kiindulópontja – a hagyományos pszichológia és pszichiátria hatalmas tudásbázisára alapozva – az volt, hogy az ember képes választani és döntéseket hozni. Hangsúlyozta, hogy a pszichológiának legalább ugyanannyi figyelmet kell fordítani az erősségekre, mint a gyengeségekre. Ennek okán kiemelte, hogy annak az embernek az élete is fontos, aki nem produkál mentális betegséget, a „Mentális rendellenességek körmeghatározó és statisztikai kézikönyve” (Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders – DSM) lapjain fellelhető tüneteket. Ennek köszönhetően Seligmanék elkészítették a DSM ellenpárját, a CSV-t, mely útmutatóként szolgálhat a kutatók mellett a *hétköznapi emberek számára is az életükben előforduló nehézségek, akadályok leküzdésében, személyes fejlődésük elősegítésében.*²

¹ Christopher Peterson – Martin Seligman: Character Strengths and Virtues. Oxford University Press, 2004, 197–228.

² Uo.

Seligman és munkatársai, Katherine Dahsgaard irányításával feldolgozták Arisztotelész és Platon, Aquinói Szent Tamás és Szent Ágoston, Konfuciusz, Buddha, Lao-ce, Benjamin Franklin írásait, merítettek az Ótestamentumból, a Talmudból, a busidóból (a számarajok erkölcsi kódexéből), a Koránból és az ókori ind bölcséleti művekből, az upanisadokból – nagyjából mintegy kétszáz „erénykatalógust” böngészve végig. Legnagyobb meglepetésükre a fent említett hat erény a közel háromezer év alatt a világunkban található kultúrák mind-egyike számára fontos volt.³ Ezt a hat erényt szinte az összes vallás és filozófiai hagyomány elfogadja, és úgy gondolják, hogy sikerül velük megragadni a „jó karakter” fogalmát. A mérésükre kifejlesztett kérdőívek közül egy – a felnőttek számára készült, 240 kérdésből álló kérdőív – regisztrációt követően magyar nyelven is elérhető.⁴ A kitöltés után szintén magyar nyelven megjelenő eredmény a domináns erősségtől lefele irányulóan egy-egy mondatban jeleníti meg az erősségeket (24 erősségre vonatkozóan), melyek figyelembevételre a napi életben történő boldogulás egyik útja lehet.

A BÁTORSÁGOT ALKOTÓ ERŐSSÉGEK

A bátorságot alkotó erősségek az akaraterő széles körű gyakorlását foglalják magukban kívánatos, ám bizonytalan kimenetelű célokkal kapcsolatban. Csupán azok a cselekvések tekinthetők a bátorság megnyilvánulásának, amelyeket nagy nehézségek árán viszünk véghez. Kivétel nélkül mindenhol erénynek tekintik, és minden kultúrának megvannak az ezt az erősséget megtestesítő hősei.⁵ A hősiesség, a kitartás és az integritás jelenti az erény elérésének három, általánosan elfogadott útját. Az életerő, mely érzéseket is megjelenít, további vizsgálat tárgyát képezi. Érdeemes megjegyezni, hogy az akaraterő mint az egyik legfontosabb belső erő, nagymértékben jelen van egy bátor, hősi cselekedet végrehajtása során, azonban a pozitív pszichológusok könyvükben külön erősséggként nem emelik ki. E kérdéskör azonban mégis igen érdekes lehet a kutatók számára.

A következőkben tekintsük át részletesen a bátorságot és erősségeit.

A *bátorság* nem más, mint akaratum révén elérni céljainkat (külső, belső) akadályokkal szemben is.

A bátorság erősségei:⁶

1. *Hősiesség, vitézség, merészség* (szűkebb értelemben vett bátorság). Nem riadni vissza a fenyegetésektől, kihívásoktól, fájdalomtól vagy a nehézségektől. Bátran megtenni akár népszerűtlen dolgokat is. A hősiesség többet jelent, mint az életveszélyben, fizikai létünk fenyegetésekor mutatott merészség; a népszerűtlen, bonyolult vagy veszélyes intellektuális, illetve érzelmi álláspontok felvállalása is ide tartozik. „Akkor is kiállok bizonyos dolgok mellett, ha sokan nem értenek egyet velem.”

2. *Kitartás, buzgalom, szorgalom*. Befejezni azt, amit elkezdtünk, végigvinni egy tevékenységet, ügyet, még akkor is, ha nehézségekbe ütközünk. Amit felvállaltunk, azt mindig el is végezzük, néha még többet is. A kitartás ugyanakkor nem csap át elérhetetlen célokhoz

³ Oláh Attila: Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának? <http://docplayer.hu/48085-Olah-attila-mi-a-pozitivuma-a-pozitiv-pszichologianak.html> (Letöltés időpontja: 2015. 03. 11.)

⁴ VIA research, személyiség erényei kérdőív: <http://www.viacharacter.org/www/Research/Research-Findings> (Letöltés időpontja: 2015. 03. 11.)

⁵ Lásd Arisztotelész műveit: Eudemoszi Etika. Nagy Etika. (Fordította: Steiger Kornél.) Gondolat, Budapest, 1975.

⁶ Peterson–Seligman: i. m.

való kényszeres ragaszkodásba. Az igazán tevékeny ember rugalmas, nem maximalista, hanem realista. Az ambíciónak jó és rossz oldalai egyaránt lehetnek, azonban a jó oldalai egyértelműen idetartoznak. „Amibe belefogok, azt mindig be is fejezem.”

3. *Hitelesség, becsületesség, tisztesség.* Hiteles, őszinte módon bemutatjuk magunkat. Vállalni a felelősséget tetteinkért és szavainkért. Két lábbal a földön járunk, nem akarunk másnak látszani, mint amik vagyunk, „valódi” személyek. Az integritás és a hitelesség többet jelent pusztán igazmondásnál. „Tenmagadhoz légy őszinte, s másokhoz is igaz leszel!” „Mindig állom a szavam.”

4. *Életerő, lelkesedés, energia.* Az életet aktívan, dinamikusan éljük. Megjelenik benne az életérzés. Pszichológiai és testi tényezők közvetlenül és interaktívan kapcsolódnak hozzá. Testi szinten a vitalitás a jó fizikai egészséghez és testi funkcionális működéshez kapcsolódik, mely betegségektől és fáradtságtól mentes. Pszichológiai szinten az életerő akarati tapasztalatokon és az Én (self) intra- és interperszonális szintjén tükröződik vissza. A lelki feszültségek, konfliktusok és a stresszorok csökkentik az életerőt. „Tele vagyok energiával.” „Fel vagyok töltődve.” „Ritkán érzem magam kiégve.”^{7, 8}

A bátorságot, mint erényt, különböző aspektusokból lehet megközelíteni, és ezek nem is mindig azonosak vagy hasonlóak.

Comte-Sponville francia filozófus vitatta a bátorság egyetemességét; emlékeztetett arra, hogy a félelem és az azt legyőző különböző cselekedetek társadalomtól társadalomig változóak, a félelem legyőzésének képessége mindig becsesebb, mint a gyávaság vagy félelenség (bátortalanság).⁹

*Putnam*¹⁰ egy mindent magában foglaló bátorságot három típus alapján határolt be: fizikai, erkölcsi (morális) és pszichés bátorság.

A fizikai bátorság az a típus, amely legyőzi a testi sérülés miatti félelmet vagy halálfélelmet, annak érdekében, hogy megmentse önmagát vagy mások életét.

Az erkölcsi bátorság magában foglalja az etikai integritást vagy hitelességet a barátok, munkatársak, magánélet vagy a presztízs elvesztésének kockázatánál.

A pszichés bátorság tartalmazza mindazt, amit az embertől elvárnak: hogy szembeálljon egy elgyengítő betegséggel vagy destruktív (romboló) habitussal (viselkedéssel). Ennek a bátorságnak a jellemzője, hogy szembenézzen a saját belső (titkos, rejtett) gonosz szellemével.¹¹

Peterson és Seligman követi Putnam iránymutatását, és mindhárom kategóriát a bátorság erénymagjának tekinti. A definíciót nem korlátozzák egyedülállóan kirívó (megdöbbentő) tettekre – a tartós bátorságot szintén nem. Ez felszínre hoz egy lehetséges, de nyilvánvalóan szükséges megjegyzést a bátorságról: ennek az erőnek ugyanúgy van egy belső, mint egy külső, rejtett énje. Tehát a bátorság nemcsak a megfigyelhető cselekedetekben nyilvánul meg, hanem az észlelések, érzések, motivációk és döntések is részét képezik, amelyek előidéznek azokat.¹²

⁷ R. E. Thayer: *Calm energy*. New York, Oxford University Press, 2001.

⁸ R. E. Thayer: *The origin of everyday moods: Managing energy, tension and stress*. New York, Oxford University Press, 1996.

⁹ Peterson–Seligman: i. m.

¹⁰ Daniel Putnam: *Psychological courage*. *Philosophy, Psychiatry and Psychology*, 1997.

¹¹ Arisztotelész *Etikája*. <http://people.inf.elte.hu/bagsaai/ethics.html> (Letöltés időpontja: 2015. 03. 01.)

¹² Peterson–Seligman: i. m.

Az is tény azonban, hogy a kutatók kezdenek különbséget tenni a morális és fizikai helyzetekre vonatkozó bátorság között, továbbá azt is számításba veszik, hogy kíséri-e félelem, vagy sem.

A KÜLSŐ ÉS BELSŐ BÁTORSÁG

A bátor ember képes szétválasztani a félelem érzelmi és viselkedéses összetevőit; így a helyzet keltette szubjektív és fizikai reakciók ellenére le tudja gyűrni menekülési vágyát és képes szembenézni a félelemkeltő helyzettel. A félelem hiánya, a vakmerőség vagy az elhamarkodottság nem tekinthető bátorságnak, csakis az, amikor a veszéllyel a félelem ellenére szállunk szembe. A történelem során a bátorság fogalma a „harctéri”, fizikai bátorságon túl kiterjedt az erkölcsi és pszichológiai bátorságra is. Az erkölcsi bátorság olyan dolog mellett kiállni, melyről tudjuk, hogy vesztünket okozza. Idetartoznak például az óriáscégek vagy a kormányok elleni tüntetések résztvevői. Pszichológiai bátorságra utal, ha valaki beteg, érzi, hogy valami nincs rendben, és keres egy újabb orvost, aki meggyógyítja, vagy kipróbál egy új terápiát.

A BÁTORSÁG FILOZÓFIAI NÉZETEI

Az erények mint módosító (javító) jellegű tényezők vannak jelen életünkben, melyek ellensúlyoznak valamennyi nehézséget, ami elválaszthatatlan az emberi léttől. Tudatosságunk segít megérteni, mit miért teszünk. Megmutatja, miért gondoljuk azt, amit gondolunk, és miért érzünk úgy, ahogy érzünk. Lehetőséget ad a gondolkodásra, mielőtt valamire reagálnánk. Ha azonban nem nézünk magunkba, és nem értjük meg saját egyéniségünk mintázatait, akkor semmilyen változást sem várhatunk magunktól, így ugyanazokat a hibákat fogjuk elkövetni. Ellenben ha befelé tekintünk, felismerjük, melyek azok a meggyőződéseink, érzelmi mintáink, amelyek nem támogatnak bennünket, ezt követően talán megváltozhatunk, de ehhez elengedhetetlenül szükséges a valódi bátorság, hiszen önmagunkkal kell szembenennünk. El kell ismernünk, hogy tévedtünk. Lehet, hogy azzal kell szembenéznünk, amit mások gondoltak rólunk, vagy olyasmivel, amit valamilyen társadalmi elvárásnak gondolunk, sőt talán az is. Sokszor egyszerűbb felhagyni a változás álmával, mint bátorságot meríteni önmagunk kiteljesítésére. A változáshoz szükséges tudatosság fejleszthető azzal, ha időről időre őszinte önvizsgálatot tartunk, figyeljük magunkat, medítálunk.^{13, 14}

A *pszichoanalitikus elméletek* szerint a bátorság egy minőség, ami segíti az embereket abban, hogy saját félelmeiket legyőzzék. Ebben az értelemben a bátorság lényeges lehet a lélekgyógyászat vagy bármilyen pszichológiai változásra tett kísérlet során.¹⁵

Szociálpszichológiai megközelítésben a legtöbb hősiességgel, bátorsággal kapcsolatos kutatás a háborút és annak következményeit figyelte meg. Talán a leginkább figyelemre méltó felismerés a háború éveit alatti rendkívüli kihívásokkal való szembenézésből, a kollektív munkavégzésből származott, amely képessé tette az embereket arra, hogy elviseljék és éljék mindennapi életüket, cipeljék a terheket.¹⁶ Egy közösségen belül a kihívással való

¹³ Arisztotelész Etikája.

¹⁴ Kiss Barnabás: Pozitív pszichológia – Boldogság, gyere haza! 2010. http://tablet.magyararancs.hu/lelek/pozitiv_pszichologia_-_boldogsag_gyere_haza-73267?pageId=104 (Letöltés időpontja: 2015. 03. 27.)

¹⁵ Thayer 1996.

¹⁶ Peterson–Seligman: i. m.

szembenállás gyakori „velejárói” a kitartás, találékonyság, kölcsönös segítségnyújtás, kohézió és társadalmi támogatás.

Szociálpszichológusok, pszichoanalitikusok arra a következtetésre jutottak, hogy a bátorság az emberek mindennapi életének részeként van jelen, a kihívásokkal szemben (pl. szituatív bátorság: a 93-as járat utasai 2001. szeptember 11-én saját életük feláldozásával megakadályozták a terroristákat céljaik elérésében). A bátorság fogalma századokon keresztül fokozatosan változott (háborúk, társadalmi és gazdasági válságok), azonban a lelkiismeret szerepe mindvégig hangsúlyos

TÖRTÉNELMI HÁTTÉR

A hősiesség kiemelkedő helyet foglal el a mitológiában, a népi hagyományokban, a nyugati filozófiában, a korai görög filozófiában és a keleti vallásfilozófiában is.

Platón, aki először foglalkozott a bátorság kérdéskörével, azt állította, hogy különbség van a hősiesség (bátorság) és az elhamarkodottság (meggondolatlanság) között.

Szókratész megállapításában a hősiesség egyedi tulajdonság, míg az elhamarkodottság, merészség és vakmerőség – amelyeknek nincs előrelátása – közös tulajdonságot képviselnek.

Platón és Szókratész nézetében az előrelátás, a bátorság lényeges elkülönítő elem az elhamarkodottsághoz képest.

Aquinói Szent Tamás megállapításában az előrelátás (óvatosság) fő erényként jelenik meg, míg a bátorság ehhez képest alárendelt.

A közelmúlt pszichoanalitikusai a pszichológiai veszélyre adott gyors válaszként tekintenek a hősiességre (bátorságra).

Putnam (1997) vitatta a pszichológiai bátorság fogalmát; véleménye szerint nincs megfelelően „felismerve” az etikában, és bizonygatta a pszichológiai bátorság kapcsolatát az általános félelemmel, mely a saját szokásaink által az alapvető jól-lét szempontjából nélkülözhetetlen.

C. Goldberg és Simon (1982) helyeselték, hogy az emberek a bátorságon keresztül nézzenek szembe a mindennapi életükben jelen lévő aggodalmakkal. Állításuk szerint a hős (bátor) tettek énmege erősítőek, ebben a nézetben a bátorság visszatükröződik a cselekedetekben, melyek előnyeként az én mégis képes az emberiséghez kötődő kapcsolatának felállítására. Olyan embereket tanulmányoztak, akik a bátorság extrém tetteiben vettek részt, mint például holokauszt-túlélők, kapcsolatot találtak a bátorság és az emberiséghez tartozás érzése között.

A BÁTORSÁG „FAJTÁI”

A *fizikai* bátorságot jellemzi a testi sérüléstől vagy a haláltól való félelem legyőzése (csatater, mely bővelkedik a bátorság variációiban).

Félelem szülte bátorságnak hívjuk a szégyentől, a gyaláztól és a hasonló megaláztatástól való félelmet, ami a fizikai bátorságot (cselekvésre) ösztönzi.

Az *erkölcsi* bátorság gyakran vonatkozik a mások véleményétől való félelemre. Az erkölcsi bátorság rákényszeríti az egyént, illetve megengedi, hogy meggyőződése szerint cselekedjen a társadalmi félelem vagy gazdasági következmények ellenére. A félelem, ami erkölcsi bátorságot idézhet elő, több formában megjelenhet, például: munka elvesztésétől, szegénységtől, barátok elvesztésétől, kritikától, ellenségektől való félelem. Következményeik lehetnek hosszú vagy rövid távúak.¹⁷

¹⁷ Arisztotelész Etikája.

Az erkölcsi és fizikai bátorság közötti különbség nyilvánvaló. A közöttük meghúzódo, mintegy egyharmadnyi eltérésben a pszichológiai bátorság játszik szerepet.

Putnam meglátása szerint egy pszichológiai bátorságra szoruló egyén a testi stabilitás elvesztésétől fél. Több millió ember néz szembe saját félelmeivel, aggodásaival nap mint nap – felhasználva saját lelki bátorságát –, mely cselekmények mások számára láthatatlanok.¹⁸

Az erkölcsi erények katalógusában a bátorság eltúlozva vakmerőséghez vezet, hiányában gyávaságról beszélünk. Mindkettő egyaránt rossz, mert aki mindentől fél, menekül és semmivel sem mer szembeszállni, az gyáva lesz; aki pedig semmitől sem ijed meg, hanem mindenkinek nekitámad, az vakmerővé válik.

Mindezeket a katonai életpályán a következők szerint lehet értelmezni. A katonaság egy erős alá-föle rendelt függelmi viszony, mely óhatatlanul magával hoz bizonyos emberi motívumokat is. A hatalom drogként működik néhány ember számára, és azt gondolják, hogy ők, akár a rendfokozatuk miatt, akár a beosztásuk által, megtehetnek olyan dolgokat, amelyek sok esetben félelemkeltő helyzetet teremtenek és az emberi méltóság megbántásával járnak. Azonban a tény az, hogy e mögött a hatalom keltette „drog” mögött inkább gyávaság áll, mint bátorság. Könnyebb a hatalom mögé bújva megfélemlíteni másokat, mint adott feladatnál felvállalni önmagunkat.

A bátorság középhatár a gyávaság és a vakmerőség között, középhatár a félelem és a biztonság érzése között. A félelmet keltő dolgokban nem mindig beszélhetünk bátorságról, hisz vannak dolgok, amelyektől kötelesség félni. Ilyen a gyalázat: aki fél tőle, az tisztességes ember. Vagy akkor sem beszélhetünk bátorságról, ha valaki a betegségtől, szegénységtől fél, ezek olyan dolgok, amelyek nem tőlünk függenek, nem a magunk hibájából származnak. Legfélelmetesebb dolognak Arisztotelész a halált jelöli meg, aki ettől nem fél, az nevezhető bátornak, pontosabban az, aki a háborúban néz szembe a halállal, és nem az, aki baleset vagy betegség során. A bátor ember sem rendületlen, ő is érez félelmet, de ellen tud állni az erkölcsi jó kedvéért.

Tekintsük át a külső bátorság mint erény négy erőssége közül a *hősiesség*, *merészség*, *vitézség* és *bátorság* kritériumait, nézzük meg, hogyan azonosíthatóak.

A hősiesség definíciójának elemei:

- A hős, vitéz tetteknek önkéntesnek kell lennie, a kikényszerített cselekedet nem tekinthető hősiességnek.
- A hősiesség (bátorság) szükséges „velejárói”: egy kockázat megértése, egy cselekmény következményeinek elfogadása; hajlam arra vonatkozóan, hogy a kockázatot felvállalja, illetve reálisan értékelje azt.
- Potenciális sérülés, veszteség, kockázat, veszély jelenléte.
- A sebezhetőség, veszély érzése nélkül nincs bátorság.
- A bátorság értékes, mert megengedi az embereknek, hogy elfojtsák a veszélyre adandó közvetlen válaszaikat, és kiértékeljék a megfelelő cselekvések körét.

A hősiesség a félelem uralmával jár.

Shelp szerint „az ember talán önként cselekszik veszélyes és ijesztő körülmények között, ahol az aktuális kockázatokat az erejének megfelelően értékeli, annak érdekében, hogy megvédje önmagát vagy másokat”.¹⁹

¹⁸ Putnam 1997.

¹⁹ Peterson–Seligman: i. m.

Az első világháború hősei közül Lazányi István cselekedetét áttanulmányozva kijelenthető, hogy a fentiekben megfogalmazott állítások alapján valóban hősiei tetteiről beszélhetünk. A feladatot önkéntesen: „tisztek ismételt figyelmeztetése ellenére”, a kockázatot megértve: „az oroszok legélénkebb tüzeiben”, a félelme uralmával: „nyugalommal és elszántsággal”, „bátran egymaga mentette meg” társait a haláltól.²⁰

Fontos kiemelni, hogy a katonai rendszabályokat figyelembe véve Lazányi parancsot tagadott meg, és éppen ezzel mentette meg a társait a haláltól. A „parancsmegtagadás” ellenére vitézségi érdemmel jutalmazták cselekedetét.

A hősiei tettet végrehajtó személy nem riad vissza a fenyegetésektől, kihívásoktól, haláltól való félelemtől, fájdalomtól. Bátran megtesz – akár – népszerűtlen dolgokat is. Történelmi prototípusnak nevezik, melyre a háborúk szolgálnak alapul. Fizikai bátorságot azonban nemcsak a harcosok mutatnak a harcmezőn, hanem megfigyelhető a tűzoltóknál a tűzből való menekítése során, valamint a mentősök súlyos balesetnél történő közreműködése esetén is. A közelgő halállal szembeni bátorság nem egyenlő a vakmerőséggel; inkább egy képesség arra vonatkozóan, hogy az ember a félelem ellenére képes legyen cselekedni.

A HŐSIESSÉG JELLEMZŐI

Először, a hősieiség mint erősség *beteljesítő jelleggel bír*, elégedettséget eredményez – például jogérvényesítés dühös csoporttal szemben, amikor félelmet legyőzve cselekszünk.

Másodszor, a hősieiség *erkölcsi értékítéletként* azonosítható, melyhez a „heroic” és „brave” kifejezések és az azok mögött meghúzódó cselekedetek tartoznak. Minden kultúrának megvannak a saját ünnepelelt hősiei (heroes). A hősieiséget mint erősséget önmagáért értékeljük, noha gyakran jár pozitív következményekkel. A hőstetteket végrehajtó személyeket jutalmazzák. Hangsúlyozandó azonban, hogy a jutalom a cselekvésben önmagában rejlik, nem abban, hogy pozitív érzések keletkeznek bennünk. Arisztotelész szerint külső tényezők hatására végrehajtott cselekvés nem tekinthető erénynek, mert azt a jutalom ígérete vagy külső kényszer irányítja.

Harmadszor, a hősieiségben megjelenik a *szereénység*, partnerség, az emberi tisztelet, vagyis *nem lekicsinyelni másokat*: hősiek „felmagasztalása” látottak, hallottak alapján, mely cselekvésre ösztönöz másokat. Íme, egy sokat mesélelt bátorságtörténet: „Sauer Mátyás a 23. gyalogezred közvitéze október 2-án Milánónál egy súlyosan sebesült közvitézt pillantott meg, aki állásainkhoz szeretett volna kúszni. Sauer közvitész parancs nélkül, az ellenséges tűzzel nem törődve, kiment a lövészárokból a drótakadályokig. Az akadály alatt futóárkot ásott és odakúszott a sebesült bajtársához. Az állandóan fokozódó tüzeleés közben bajtársát visszahozta állásainkba, és átadta a szanitéceknak.”²¹

Negyedszer, a hősieiségnek *nem szereénység ellentéte* a gyávaság vagy akaraterő hiánya. Idetartoznak még a bénító aggodalmak, neurózisok, melyek a bátorság hiányában sújtanak bennünket. A klinikai pszichológusok, neurológusok számtalan tanulmányban feltárták ezen állapotok negatív aspektusait.

Ötödször, a hősieiség *vonás jellegű*: azaz olyan pszichológiai jellemző, mely számos különböző helyzetben megjelenik és időbeli stabilitást mutat. A bátorság tehát egy jellemvonás volna? A szakemberek véleménye eltérő. Kreativitás vagy bátorság? – teszle fel a kérdést

²⁰ Hősök Naptára. <http://www.hungarianarmedforces.com/hosoknaptara/2015/150326.htm> (Letöltés időpontja: 2015. 03. 01.)

²¹ Hősök Naptára. <http://www.hungarianarmedforces.com/hosoknaptara/> (Letöltés időpontja: 2015. 03. 01.)

sokan. Maga a tett sajátossága jellemzi, vagy a személy, aki végrehajtotta? Hány bátor tett kell ahhoz, hogy valakit bátornak nevezünk? A katonák sincsenek jutalmazva többszörösen Becsület Érdemrenddel. Egy egyedi helyzetben előforduló, egyszeri hősi cselekedetből nem következtethetünk arra, hogy a háttérben a bátorság erénye áll. Finfgeld e tárgykörben úgy fogalmaz, „ha a bátorság egy jellemvonás, akkor bizonyítékokat kell keresnünk az e világi megnyilvánulásokra”.²² Érdekes tapasztalat, hogy ha valaki folyamatosan bátran cselekszik, az egyszer kimagasló bátor tettet is végrehajt.

Hatodszor, a hősiesség *sajátossága* abban áll, hogy tisztán elkülöníthető a többi erősségtől, bár lehet, hogy kapcsolatban áll a becsületességgel és a kitartással.

Hetedszer, a hősiességnek vannak cselekvésre ösztönző *mintaképei, ideáljai*, melyekhez neveket, csoportokat és az általuk végrehajtott vitéz tetteket tudjuk társítani. A világháborúk számos hőstettet szolgáltattak, de mai korunkban is találkozhatunk olyan személyekkel, akik meggyőző erővel mutatják be ezen erősséget.

Nyolcadszor, a hősiességnek vannak *csodagyerekei*. Tizenéves gyerekek, akik korán és elképesztő hatékonysággal használják erősségeiket mások megmentésére.²³

Kilencedszer, a hősiesség *hiányozhat is*, vagyis akiknél hiányzik a bátorság, azok gyávák. A sürgős helyzetben bekövetkező gyávaságot a szociálpszichológusok pluralista tudatlanságként kezelik. Azt javasolják, hogy vizualizáljunk egy szituációt arra vonatkozóan, hogy adott helyzetben hogyan kellene cselekednünk, mely rávezet bennünket arra, hogy a félelem keltette helyzetben csupán gyávák vagyunk, és nem tudatlanok.

Tizedszer, az *intézmények és rítusok szerepe*. Az intézmények és szokások, rituálék által biztosított egy „gyakorlóterep”, ahol a gyerekek és serdülők egy biztonságos közegben, valós körülményeket hűen utánzó szituációban fejleszthetik önmagukat, megtanulhatják azt, hogy mit kell cselekedni akkor, amikor a félelem felbukkan. A kultúra szerepmmodelljei lehetnek valóságosak – katonák, tűzoltók –, akik automatikusan cselekednek vészhelyzetben, a félelem ellenére.

A hősiesség (bátorság) jelentése helyzetfüggő, ami a társadalmi beállítódás, kultúra, valamint tudomány területén eltérően jelenhet meg.²⁴

KUTATÁSOK

A kiterjedt irodalommal szemben kevés empirikus kutatást végeztek e témakörben – a bátorság alulkutatott terület, melynek egyik oka az lehet, hogy nehéz olyan laborkörülményeket létrehozni, melyekben a bátorság mérésére alkalmas feltételek rendelkezésre állnának.²⁵

A legtöbb létező kutatás esettanulmány, interjú, elméleti forogatókönyvekre alapozott válaszok gyűjteménye. Szemben a többi erénnyel, itt nincsenek pszichológiai skálák, melyekkel az egyéni különbségek mérhetők lennének.

Hiányoznak a megbízható és érvényes mérések, kevés a jól dokumentált fordítás. A létező kutatás(ok) azonban az alábbi – kevés, lehetséges – kapcsolatokat, összefüggéseket (korrelátumokat) tárták fel:

²² Deborah L. Finfgeld: Courage as a process of pushing beyond the struggle. Qualitative Health Research, 1999.

²³ Piaget, J.: The moral judgment of the child. New York, Free Press, 1932/1965.

²⁴ Peterson–Seligman: i. m.

²⁵ Carl Rogers: On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Boston, MA, Houghton Mifflin, 1961.

- proszociális orientáció;
- belső kontroll;
- önérvényesítés, önbizalom;
- függetlenség és szabadság értékelése;
- társadalom számára végzett hasznos munka értékelése;
- öröm elhalasztásának képessége;
- többtípusú érzelmi állapot egyszerre történő megtapasztalása;
- életkor;
- kockázat;
- cselekményorientáció;
- kontextusbeni tudás;
- stressz alatti alacsony arousal-szint;
- azonosulás másokkal vagy emberi közösséggel.²⁶

BÁTORSÁG ÉS A SZOCIÁLIS KÖRNYEZET

Rothschild és Miethe tanulmánya alapján a hősiesség legalább olyan veszélyes lehet, mint amennyire értékes tud lenni, ha az eredménye nem egyértelműen elfogadható vagy pozitív a környezet számára. A nem egyértelműen pozitív hőstett következményei lehetnek: depresszió, szorongás, tehetetlenség, érzések visszafojtása, mások iránti bizalmatlanság, romló fizikai egészség, pénzügyi hanyatlás és családi problémák. Ezek leginkább akkor fordulhatnak elő, amikor az egyénben felmerül az önvád: „Valóban helyesen cselekedtem?” Talán hívható néha így is: értelmetlen bátorság, céltalan hősködés.²⁷

A bátor tetteknek a társadalmi közösségekben is következményei vannak. Azokban a népi kis csoportokban vagy társadalmi egységekben, ahol a csoport tagjai szemtanúi más emberek bátor tetteinek, megtapasztalhatják az „emelkedés” érzését, ami bátor cselekedetek végrehajtására ösztönözheti őket. Rachmann különösen bátor katonákból álló csoportokat tanulmányozott, ilyen volt a 442. ezredharccsoport (442nd Regiment Combat Team), mely az USA haderejének legtöbb kitüntetést szerzett egysége volt a második világháborúban, amely kizárólag *niszeikből*, második generációs amerikai japánokból állt, s az olasz, francia és német hadszíntéren vetették be.²⁸

MIT GONDOLNAK A KUTATÓK?

A vizsgálatok során nagyon sok fontos, megoldatlan kérdés merült fel. A fiatalabb vagy az idősebb embereknél valószínűbb, hogy belebonyolódjanak testi bátorságot igénylő (hős-) tettekbe? Inkább az idősebb emberekre jellemző, vagy a fiatalabbakra, hogy erkölcsileg hős (bátor) tettet hajtsanak végre? A pszichológiai bátorság növekszik vagy csökken az életkorral?

Sokkal többet tudunk arról, hogy az emberek hogyan gondolkodnak a hősiességről (bátorságról), mint arról, hogy hogyan cselekednek bátran. Míg a nagyon fiatal gyerekek inkább testi (hős-) cselekedeteket észlelnek (érezkelnek), mint mások lélektani bátorságát, addig a serdülőknek fejlettebb lélektani komplexitásérzésük van, és ennél fogva megértik a

²⁶ Peterson–Seligman: i. m.

²⁷ Uo.

²⁸ J. E. Ware – C. D. Sherbourne, C. D.: The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36): I. Conceptual framework and item selection. *Medical Care*, 30, 1992, 473–483.

társadalmi kockázatokat. A felnőttek a bátorság gyakorlati részeként jobban képesek megérteni a félelmet, részben azért, mert ők képesek konceptualizálni, és tapasztalatok útján megvitatni a többitípusú érzelmek (emóciók) versengését.²⁹ Az irodalom egy egyedfejlődési tendenciát javasol annak felmérésére, hogy mit jelent bátornak (hősnek) lenni, amely azonban csak kevés „nyomot” biztosít annak a megítélésére, hogy hogyan változik az élettartamon keresztül az, hogy egy egyén bátorsággal – hősként – cselekszik.

Cavanagh és Moberg meglátásában a fiatalabbak az öregebb embereknél hajlamosabbak az izgalomkereső viselkedésre. Azok az emberek, akik az izgalomkereső viselkedési hajlandósággal rendelkeznek, könnyebben teljesítenek a félelemmel szemben, mint azok, akik nem rendelkeznek e tulajdonsággal. Megjegyzik azonban, hogy nem lehet egyértelműen szétválasztani az izgalomkeresést és a bátorságot. Ha valaki idegenkedik a magas rizikójú cselekedetektől, még mindig cselekedhet bátrabban, mint egy izgalomkereső, aki lehet, hogy elszalad a kockázatvállalás elől; ezt a jelenséget is érdemes lenne megvizsgálni.³⁰

A közelmúltbeli kutatások több tényezőt javasolnak, amelyek képessé tehetik az egyént arra, hogy bátran cselekedjen. Ezek:

- a bátorság támogatása szöveges üzenetekkel;
- proszociális értékek szövegszerű támogatása, sokatmondó igazságon alapulóan;
- erős vezetés;
- bizalom;
- viselkedéssel szembeni tiszta elvárások;
- közösségi kapcsolatok.

Shelp és munkatársai szerint a proszociális orientációt szükséges fejleszteni a bátorság elérése érdekében, továbbá a biztos kötődés és a proszociális szerepmodellek szintén elősegíthetik bátor tettek megnyilvánulásait. Mások azt javasolják, hogy büntessük meg azokat a „bátrakat”, akiknek a tettei negatív következményekkel járnak.³¹

A csoportkohézióra, mely főképp a hadseregeknél fejlett, elsősorban a testi bátorságra ösztönző csoportkölcsonhatás jellemző. A koreai háborúban tanulmányozták a katonák személyiségjegyeit, mely azt mutatta, hogy bátor cselekedeteket a szociálisan érett, értelmesebb és érzelmileg stabil egyének voltak képesek véghez vinni.

Pszichoanalitikusok számos módszert dolgoztak ki és használnak a bátorság fejlesztése érdekében. Ezek a:

- pozitív énmeghatározás;
- magasabb motiváció;
- hibákból való tanulás képességének fejlesztése;
- kitartás.³²

A nemek kérdéskörét kevés empirikus tanulmány vizsgálta, általában – a haderők összetétele miatt – a férfiak kerültek a fókuszba, de esetenként találkozunk olyan nőkkal is, akiket a bátorságuk, hősiességük miatt érdeméremmel tüntettek ki. Például a 17 éves Baráth Éva civil posta-távíró kisegítő, aki a heves ágyútűz ellenére a helyén maradt, és továbbította a katonai szempontból fontos táviratokat. Hősies helytállásáért Koronás Arany

²⁹ Peterson–Seligman: i. m.

³⁰ K. M. Sheldon: The self-concordance model of healthy goal-striving: When personal goals correctly represent the person. 2002.

³¹ Richard M. Ryan – Christina Frederick: On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 1997, 529–565.

³² Peterson–Seligman: i. m.

Érdemkereszt a Vitézségi Érem szalagján kitüntetéssel jutalmazták (Hősök Naptára).³³ Florence Nightingale angol ápolónőt a krími háborúban végzett áldozatos munkájáért Viktória királynő 1883-ban életműve elismeréseképpen Királyi Vörös Kereszt (Royal Red Cross) kitüntetésben részesítette. Majd 1907-ben – első nőként a brit birodalomban – a királytól megkapta az angol Becsületrendet (Order of Merit). Ezen elismerések a hősiességért adományozott érdemrendekkel azonosak.³⁴

ÖSSZEGRZÉS

Megállapítható, hogy kevés empirikus kutatás fókuszál a hősiességre mint alaperősségre, különösen a stabil és általános egyéni különbségek vonatkozásában, számos felismerés – például amelyeket Peterson és Seligman említ – egyetlen tanulmányból ered; a terület sokkal több és mélyebb kutatást követel. Az is tény, hogy a hősiességről szóló kultúraközi és nemzetek közötti összehasonlító tanulmány nagyon ritka. A hős cselekedetek következményeiben és tapasztalataiban rejlő nemi különbségek hasonlóképpen ismeretlenek. A hősiesség társadalmi szempontjai érdekes területet mutatnak a lehetséges kutatásokra vonatkozóan. Míg a hősiesség társadalmi fontossága általában elfogadott, kevés kutatás vizsgálja a hőstett különös társadalmi vonatkozásait. Összességében megállapítható, hogy a hősiességgel kapcsolatos kutatás a pszichológia nyitott határai közül az egyik marad.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Arisztotelész Etikája. <http://people.inf.elte.hu/bagsaai/ethics.html>
- Arisztotelész: *Eudemoszi Etika. Nagy Etika.* (Ford.: Steiger Kornél.) Gondolat, Budapest, 1975.
- Fingfeld, Deborah L.: *Courage as a process of pushing beyond the struggle.* Qualitative Health Research, 1999.
- Florence Nightingale. https://hu.wikipedia.org/wiki/Florence_Nightingale
- Hősök Naptára. <http://www.hungarianarmedforces.com/hosoknaptara/>
- Kiss Barnabás: *Pozitív pszichológia – Boldogság, gyere haza!* 2010. http://tablet.magyararancs.hu/lelek/pozitiv_pszichologia_-_boldogsag_gyere_haza-73267?pageId=104
- Oláh Attila: *Mi a pozitívuma a pozitív pszichológiának?* <http://docplayer.hu/48085-Olah-attila-mi-a-pozitivuma-a-pozitiv-pszichologianak.html>
- Peterson, Christopher – Seligman, Martin: *Character Strengths and Virtues.* Oxford University Press, 2004.
- Piaget, Jean: *The moral judgment of the child.* New York, Free Press, 1932/1965.
- Putnam, Daniel: *Psychological courage.* Philosophy, Psychiatry and Psychology, 1997.
- Rogers, Carl: *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy.* Boston, MA, Houghton Mifflin, 1961.
- Ryan, Richard M. – Frederick, Christina: *On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being.* Journal of Personality, 1997.

³³ Hősök Naptára.

³⁴ Florence Nightingale, <https://www.ujakropolisz.hu/cikk/florence-nightingale-lampas-holgy> (Letöltés időpontja: 2016. 03. 02.)

- Sheldon, K. M.: *The self-concordance model of healthy goal-striving: When personal goals correctly represent the person.* 2002.
- Thayer, R. E.: *Calm energy.* New York, Oxford University Press, 2001.
- Thayer, R. E.: *The origin of everyday moods: Managing energy, tension and stress.* New York, Oxford University Press, 1996.
- VIA research, személyiség erőnei kérdőív. <http://www.viacharacter.org/www/Research/Research-Findings>
- Ware, J. E. – Sherbourne, C. D.: *The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36): I. Conceptual framework and item selection.* Medical Care, 30, 1992.

A HVK TUDOMÁNYOS SZAKKÖNYVTÁR KÖNYVAJÁNLÓJA

- Sebastian Gorka: *A dzsihád legyőzése* / Patmos Records, 2017, 3190 Ft
- Moritz Boerner: *Harag és frusztráció – Hasznos tudás mindenkinek 30 percben* / Kossuth Kiadó, 2017, 995 Ft
- Max Weber: *A tudomány és a politika, mint hivatás* / Kossuth Kiadó, 2017, 1990 Ft
- Oswald Spengler: *A Nyugat alkonya I–II.* / Noran Libro Kiadó, 2011, 8990 Ft
- Fredric Jameson: *A posztmodern, avagy a késői kapitalizmus kulturális logikája* / Noran Libro Kiadó, 2010, 2990 Ft
- Nádori Attila [szerk.]: *Britannica Hungarica kisenciklopédia – Filozófia* / Kossuth Kiadó, 2016, 3990 Ft
- Nádori Attila [szerk.]: *Britannica Hungarica kisenciklopédia – Művészeti stílusok* / Kossuth Kiadó, 2015, 3990 Ft
- Nádori Attila [szerk.]: *Britannica Hungarica kisenciklopédia – Az antik világ – Görögország* / Kossuth Kiadó, 2015, 3490 Ft
- Nádori Attila [szerk.]: *Britannica Hungarica kisenciklopédia – Az antik világ – Róma* / Kossuth Kiadó, 2015, 3490 Ft
- Dési János: *Sajtóstul a házba – Régi és új anekdoták a média világából* / Noran Libro Kiadó, 2017, 2800 Ft
- Mary Frances Budzik, Michael Kerrigan, Charles Phillips:
Katolicizmus – Képes enciklopédia / Kossuth Kiadó, 2012, 3990 Ft
- Ian Harris: *Buddhizmus – képes enciklopédia* / Kossuth Kiadó, 2010, 2490 Ft
- Szunyogh Szabolcs: *Jákób csillaga: Zsidóság – vallás, hagyomány, kultúra* / Noran Libro Kiadó, 2015, 3391 Ft
- Odze György: *Sorstöröttek - Onódy Lajos és Bara Margit története* / Noran Libro Kiadó, 2017, 2380 Ft
- Végel László: *Egy makró emlékiratai* / Noran Libro Kiadó, 2017, 2541 Ft
- Gyömbér Noémi, Kovács Krisztina, Ruzits Éva:
Gyereklélek sportcipőben – Fiatalkori és utánpótlás sportpszichológia mindenkinek / Noran Libro Kiadó, 2016, 3391 Ft
- Kádas Mária: *Kurgáni napló* / Noran Libro Kiadó, 2017, 3825 Ft
- Gyömbér Noémi, Kovács Krisztina, Ruzits Éva:
Gyereklélek sportcipőben – Mentális napló sportoló fiataloknak / Noran Libro Kiadó, 2016, 2040 Ft
- Lothar Seiwert: *Időmenedzsment – Hasznos tudás mindenkinek 30 percben* / Kossuth Kiadó, 2017, 846 Ft
- Frank H. Berndt: *Kiegész – Hasznos tudás mindenkinek 30 percben* / Kossuth Kiadó, 2017, 846 Ft