

## **Fiatal felnőtt identitás-alakulás a pandémia<sup>1</sup> idején – a művészet, lehetséges mentőöv**

**BAKK-MIKLÓSI Kinga, PhD**

University of Arts, Târgu-Mureș  
miklosiking@gmail.com

**Abstract: Young Adult Identity Development During the Pandemic – Art as a Possible Lifebelt**

*The starting point of this lecture is the case study of two young adult girls, who were „pushed back” into their parents’ house during the pandemic. The search for free paths, their aspirations for an independent living and the development of their new identity were hampered by the outbreak of the pandemic, which I think are not two isolated cases. In both cases, the arts represented (they are not artists) a connection with the present. Living with arts is an alternative for them, a path to create a friendlier world. The lecture presents this path-seeking as a possible alternative.*

**Keywords:** *identity exploration, crisis, opportunities in the arts.*

### **Bevezetés**

A serdülőkor, fiatal felnőttkor átmenetet képez a gyermek- és felnőttkor között, mely változások sorozatát tartalmazza (Vikár, 1980). Ebben az időszakban játszódik le az identitásfejlődés folyamata is. Az identitás éazonosság-tudatot jelent, melynek jelentős szerepe van az egyén és a társadalom közötti kapcsolat megszilárdításában (Erikson, 1956). Az éazonosság tudata a „mások tükrében látni magam” kísérleteiből ered, ami azt jelenti, hogy a serdülő közvetlen környezetének (főleg a kortárs csoport, barátok, referenciaszemélyek) visszajelzéseiből építi ki identitását, annak jellegzetességeit, színeit, árnyalatait. Az éazonosság határainak meghúzóása (a környezettel szemben, különösképpen a szülőkkel szemben) egy merész, kihívásokkal teli folyamat, ami nagymértékben próbára teszi a fiatal személyiségét, annak alakulását.

---

<sup>1</sup> A COVID–19-világjárvány a SARS-CoV-2 vírus által a COVID–19 elnevezésű betegséget okozó pandémia. A járványt 2020. március 11-én az Egészségügyi Világszervezet (WHO) világjárvánnyá nyilvánította.



Erikson a serdülőkor krízisének jelölte meg az identitás alakulását, a fiatal felnőttkor kihívásának viszont az intimitás vagy izoláció szakaszát.

A következőkben röviden ismertetem mindkét fejlődési szakaszt az általam vázolásra kerülő konceptuális változtatás ismertetése érdekében.

Erikson (1956) szerint az ötödik szakaszra - a serdülőkorra - az identitáskeresés jellemző, az identitás alakulása szempontjából ez a legfontosabb szakasz. Ez az *identitás vagy szerepdiffúzió stádiuma*. A serdülő ebben az időszakban megpróbálja felfedezni saját értékeit, pozitív vonásait, igyekszik megtalálni a saját helyét a világban. Általában kiválaszt néhány olyan társadalmi szerepet, melyet elfogadhatónak tart és ezeket gyakorolja, ezáltal keresi, és jó esetben megtalálja helyét a világban. A gyermekkori azonosításokat integrálja a megszületendő új identitásában, így egyfajta személyes identitást alakít ki a társas csoport részeként. Ha ez nem sikerül, ha egyetlen szerepet sem talál megfelelőnek, összezavarodik, *konfúz* lesz, vagyis nem találja a helyét. Énképe összetevői között nem talál kongruenciát, énidéálja nagyon eltávolodik énképétől, s ez szerepkonfúziót eredményez. Ilyenkor összezavarodva keresi identitását. *Ki vagyok én? Hol a helyem a világban?* kérdésekre keresi tehát ebben a periódusban a választ.

Erikson által tárgyalt hatodik fejlődési szakasz az *intimitás vagy izoláció*, ami a 20-40 éves kort öleli fel, ez az ifjúkor és a fiatal felnőttkor időszaka. Az érett genitalitás, az én uralkodása a test felett jellemzi ezt a szakaszt. Ebben az életkorban fejezi be a személy a tanulmányait, megjelenik az intimitás iránti igénye, képessé is válik az intim kapcsolatok felvállalására. Kialakítja saját személyes életerét, baráti társaságát, beilleszkedik egy új, saját maga által kialakított, megteremtett családba. Amennyiben ez nem sikerül, *izolálódik* (elszigetelődik), fokozatosan leválik környezetéről, magányos lesz, ami akár tartós állapotta is válhat. Az elszigetelődés bekövetkezhet olyan esetben is, amikor valaki saját kezdeményezésére marad távol a többiekől, vagy akkor is, ha intimitását féltve nem enged közel magához senkit. Munkahelyén fontossá válik az egyre magasabb státusok betöltése, de ezeket össze kell egyeztetni a családon belül betöltött szerepeivel. A konfliktus legtöbbször abból adódik, hogy a személy nem tud megfelelni mindkét elvárásnak, és ez is elszigetelődéshez vezethet.

Ennek a két fejlődési stádiumnak a határvonalai meglátásom szerint manapság összemosódnak. A középiskolai tanulmányait befejező fiatal az esetek többségében továbbtanulásban gondolkodik, egyetemre iratkozik. Az egyetemi tanulmányok folytatása alatt a szülőktől való függetlenedés és függés (anyagi függés, fizikai, érzelmi függetlenedés) egyszerre van jelen, meghosszabbodik ezáltal az identitáskeresés időszaka.

A fiatal tehát anyagilag, részben érzelmileg függ szüleitől, miközben próbálgatja magát az élet különböző színpadain, különböző tanulmányainak folytatása, társas helyzetek, párkapcsolatok „próbálgatása” közepette. Tovább folytatódik 20. év fölött is a *Ki vagyok én? Mi célom a világban?* kérdésekre való válaszok keresése, mely identitáskeresés sokszor a 30.évig is kinyúlik, ameddig a fiatal befejezi a tanulmányait. Ezt a tanulmányi útkeresét próbálgatást a szülők is sok esetben fenntartják, érzelmi, morális, anyagi támaszt nyújtva ennek. Elképzelhető, hogy a huszas éve kezdetétől az



egyén ma nem csupán az intimitás krízisét éli, hanem tovább folytatódik az eddigiekben körvonalazódott identitáskeresés is, tehát egymással párhuzamosan haladó két krízist kellene megoldania/feloldania.

A 2020. márciusában kirobbant világjárvány sok embert, időst és fiatalot saját otthonaiba zárva egy új életstílus kialakítására kényszerített. A hétköznapi „túlélés” stratégiáinak kidolgozásán túlmutat az a tény, hogy mindennek a személyiség alakulására is nagy hatása volt/van.

A tanulmány címében jelzett két fiatal (20 és 21 éves lányok) Kolozsváron, a Babes-Bolyai Tudományegyetemen diákok, akik az online oktatás bevezetése miatt nem folytatták a szülőktől, családtól távol kibontakozó életformájukat, hanem Marosvásárhelyre, a szülői házba visszaköltözve folytatták útjukat. Az identitáskeresés és intimitás kialakulását ebben az esetben, nehezített körülmények között sem lehet függeszteni, mindez viszont más irányt vett, másképp alakult.

E tanulmány féléves visszatekintést nyújt mindkét lány személyiségének alakulása néhány momentumára, az identitáskeresés és intimitás-igény feszültségeinek viszonylatában, ugyanakkor kitekintést jelez a „lehetséges mentőőv”, mentés alternatívája irányába.

Mindkét lány terápiás megkeresése az önálló útkeresésben való elakadás problematikájából indult, szinte egyidőben, 2020. tavaszán, az üléseinken (heti egy) való megnyilvánulásaikból jegyeztem, ebből osztok meg néhány gondolatot.

A 20 éves N. a szülőcsaládban az utóbbi félévben szülei válásának proceduráját volt kénytelen végigasszisztálni. A szülők közötti viharoktól való függetlenedést, elhatárolódást márciusig a kolozsvári egyetemista léte segítette a viágjvány kitörése előtt. A márciustól kezdődő járványügyi intézkedések marosvásárhelyi szobájába kényszerítették vissza, ezzel is anyagi könnyebbséget biztosítva az amúgy is különleges helyzetben levő szülők számára. Esetében az identitás- és személyiségfejlődés alakulását több tényező is nehezítette: első sorban az önálló útkeresésnek, a függetlenedésnek szabott gátat a régi/új életforma.

Szülőotthonába visszakerülve N.-nek valamilyen régi szerepet kellett (volna) feltennie (gyerek a házban), amely nem tudott már „a régiként” funkcionálni. N. Kolozsvárra való költözése és szinte egyéves ottléte alatt része volt az újban, a számára idegen városban töltött idő, az ott megélt élmények és tapasztalatok, azok hatásai nagyban befolyásolták a személyiségfejlődésében: megszokta, hogy rendelkezik az idejével, a szabadidejét önmaga szervezi, egyedül adminisztrál (pénzt oszt be, költségeket fizet, bevásárol, önmagára főz, takarít, stb.) és kedvére tanul, barátkozik. Hazaköltözve, a család önkéntelenül, azt az elvárást támasztotta irányába, ami a régi éne szerint való volt. Mindkét világnak való megfelelési törekvéseiben: a *szüleinek* jó, szófogadó lánya, *testvéreinek* a házat elhagyása előtti szerepében funkcionál, *önmagának* a függetlenedési törekvéseit élő feszültségében N. azt érezte magán, hogy egyre több időt tölthet lehetőség szerint egyedül, szomorúan, kommunikációra képtelenül.



Helyzetét továbbá az nehezítette, hogy a szülők válását közelebbről érzékelt, mindkét szülőfél a másikat kifogásoló megjegyzéseikben, kiborulásaikban nem kímélték felnőtt lányukat, ami azzal járt N. szempontjából, hogy azon fáradozott, hogy egyik pártra se szakadjon (egyik szülőnek se adjon igazat), középen maradjon részrehajlás nélkül – ami gyerek pozícióból nehéz feladat és rengeteg energiájába került. Ez is értelemszerűen a személyiséget, személyiségfejlődést nem kímélő folyamat.

Mindezzel párhuzamosan egy párkapcsolat kezdett körvonalazódni az életében, amelybe nem merte, nem tudta teljesen beleengedni magát. Ezt a folyamatot feltehetően nehezítette a válás-történettel való együttérzés és erős veszteség-élmény megélése, másrészt a lehetséges találkozások korlátozása (a járványügyi intézkedések miatt). A szerelem kibontakozásának „féken tartása”, kiteljesedésének lehetetlensége, az online-szerelem mind olyan ismérvek, amelyek próbára tették az intimitás-kialakításának szükségletét.

A kolozsvári időszak elhagyásának, meggyászolásának történetét kezdtük közösen felgöngyöltíteni. Arra jutottunk, hogy az identitásfejlődését az itthon potenciáljában kellene keresni, az új identitás kialakulásának továbbra is teret (más körülmények közepette) kellene nyitni. Ehhez elengedhetetlen volt a környezetével szembeni határok meghúzása, az új szerepének tisztázása, ami a családtagokkal folytatott egyéni, személyes beszélgetések révén volt körvonalazható, kivitelezhető. Ugyanakkor a szerelemnek való szabad út engedése is a prioritások közé tartozott.

A kérdés viszont továbbra is ott volt a találkozásainkban: és mi legyen a sok, felgyűlt feszültséggel? - úgy tűnt, hogy nem volt elegendő számára mindezekről hetente egyszer beszélgetni, a terápiás alkalmakkor. Ebben a kontextusban merült fel az eddigi hobbyk, feszültségvet levezető, feltöltődést biztosító tevékenységek feltérképezése. Kiderült, hogy N. reál beállítottsága ellenére kitűnő amatőr néptáncos volt, aki sok időt és energiát fektetett ebbe a tevékenységbe, főleg az egyetemista évei előtt.

A néptáncról röviden ebben a kontextusban: a ritmusérzék, a zenéhez való alkalmazkodást, térforma- és stílusérzék, vizuális memóriát, koncentrálo képességet, fizikai állóképességet fejleszt. A jó csapatszellem megtapasztalása, az együvértartozás élménye az, amely csoportba/csapatba hívja a fiatalt. Lehetővé teszi az önkifejezés és azonosulás esztétikai útjának elérését, segítve ezzel a személyes kreativitás kibontakozását és az egyéniség fejlődését.

N. a néptáncról kapcsolatos pozitív élményeit felelevenítve, ezirányú tevékenységének folytatását tűzte ki célul. 2020. nyár és koraős az a pandémia miatt korlátozottabb bár, de lehetőséget nyitott a néptáncolásra. A heti rendszerességgel űzött tevékenységnek nagy szerepe volt abban, hogy N.-et mosolygósabban, derűsebben, kevésbé feszülten hozza vissza a hétköznapiakba. Természetesen N. jólétét, kiegyensúlyozottabbá váló válását nemcsak a néptáncolás számlájára írhatjuk. A lány elszánt, következtés önismereti munkába kezdett, s meggyőződésem, hogy az említett két hatás egymást erősítve érvényesültek személyiségfejlődésében.



A szülők nehézségeitől függetlenedni tudó, velük szemben másképpen pozicionálódó, új szerephez helyezkedő fiatal lány más, új képességekre tett szert: öntudatosabban és elszántabban kezdte folytatni tanulmányait, a testvéreivel szemben tisztázta szerepét (a szülők önmaguk feszültségével elfoglalva sok nevelési feladatot N.-re bízta, öntudatlanul delegáltak, aki jóhiszeműen eleget is tett a megbízásnak), és nem utolsó sorban egyre inkább merete beleengedni magát körvonalazódó párkapcsolatába, abban nem csak veszély- és csalódási forrást látott. Hosszú utat járt be ez a lány, s meggyőződésem, hogy a feszültségében való egy helyben való toporgást a néptáncolás újrakezdése billentette ki, s ezzel egyidőben sok változás útjára indult.

A következőkben a második (több szempontból az előzőhöz hasonló) egyéni eset bemutatására kerül sor.

K., 21 éves harmadéves végzős egyetemi hallgató Kolozsváron, aki az előző esethez hasonlóan a pandémia miatt kényszerült hazaköltözni a szülői házba. Az önállóodás és függetlenedés, az új identitásának kiépítése útján járó lány hazaköltözésével az ilyenirányú törekvése részben meghiúsult, bevallása szerint itthon onnan folytatják a szülei a hozzá való viszonyulást, mint elmenetele előtt. K. második gyerek a családban, viszont a nővére külföldre költözött, az otthoni élet szempontjából egyedüli gyerek.

A régi/új életformájába való beleszokását nehezítette annak a kevés, de jó baráttól való elszakadása (lakótárs, 1-2 csoporttárs), akikkel Kolozsváron közelebbi kapcsolatot tartott fenn.

Nehézséget okozott számára otthon mindennek előtt az új idő és tér paramétereinek a megszokása. A gyerekkorához és középiskolás éveikhez köthető szobája bár otthonosnak minősült, mégis kevésnek és feszítőnek bizonyult. Ösztönösen, K. átrendezte, újrafestette, dekorálta szobáját ezzel is fémjelvezve az eddig benne történt változást, ugyanakkor új igényeinek, elképzeléseinek adott irányt, formát. A változáshoz, ahhoz az úthoz, amit az identitásfejlődésében megtett az is kellett, hogy - miután egy egész nyár során a szüleivel való kapcsolata „megbillent”, azaz feszültségekkel, kisebb-nagyobb veszekedésekkel telítődött – velük együtt, és külön-külön is „tisztázó beszélgetéseket” folytatott, amelyek tartalma és lényege abban merült ki, hogy egymással szemben őszintén, egyenesen kifejezték a vélt nézeteltérések okait és új határokat igyekeztek húzni az egymás iránti kapcsolat fenntartásában. Ezek a tisztázó beszélgetések az egymás iránti határok meghúzására vonatkoztak, arra, hogy mennyire folyhatnak bele egymás életébe, pl. a szülőknek mennyi beleszólásuk lehet K. szabadidejének szervezésébe, tanulási szokásaiba, stb. A beszélgetésekből kiderültek, hogy úgy K., mint a szülők számára nehéz a helyzet, utóbbiaknak azzal kell számolniuk, hogy úgy él velük, mintha Kolozsváron lenne. Ez a „úgy tenni mintha” – jelenség nagy kihívás szülőnek és gyereküknek (de nem gyereknek) egyaránt.

Párkapcsolatát immár egy éve háta mögött „letudva”, K. még mindig ennek a kudarcát „gyászolja”. A társas kapcsolatoktól szinte teljesen elszigetelődve, az intimitás igényét elhallgattatva, a szobája ajtaját magára csukva K. mindezt a tanulás és online



oktatás ürügyén teszi. Magányosságának és társas igényének „válaszolva” naponta művészfilmeket néz és jógázik.

Ez a két említett tevékenység egyszemélyes történetek, K. számára biztonságosak és keretet adnak a hétköznapjainak. Ha ezek nem lennének, akkor „még nagyobb értelmetlenség lenne az itthonlét, s gyakran a lét is.” Találkozásaink kezdetétől az utóbb említett két elfoglaltsága jelentettek valamelyest mentőövet a terápiás beszélgetéseinkben talán mindkettőnk számára: számára, mert kedves, kedvenc elfoglaltságokat jelentettek, melyeket jómagam is kapacitáltam, motiváltam. Számomra, mert ezek felderítése és jelentőségük nyomatékosítása által reményt láttam arra, hogy vélhetőleg kizozdulási lehetőségek lesznek szobájából/feszültségéből, magányából. Es ez valamelyest így is történt.

A találkozásaink és „szerződésünk” hatására a jóga miatt hetente 1-2-szer kivonult a természetbe, a filmeket meg közös erőfeszítésre megpróbáltuk mozis keretek közé helyezni 1-2 barátó bevonásával. Célunk az volt, hogy mozduljon ki az egyedüllét és magáramaradottság állapotából, fedezze fel újra a régi (ismerősen régi környezet vonatkozásában, amelyhez gyermekkori élmények, emlékek kötik) bár, de új (ez a hely régi bár, viszont minőségi változások történtek itt az utóbbi 2,5 évben, amely K. részéről újabb felfedezésre vár) környezetét. Természetesen a változás részben a művészeti/sporttevékenységnek, és részben a szocializálódás, a személyiségjegyeken való „munka” indította el. Összességében, a segítő szakember szempontjából, a művészeti és sporttevékenység jelentette az egyéni krízisből való kizozdulás egyik reális perspektíváját, lehetőségét. Ez a változás éppen folyamatban van, K. kezdi elfogadni az életébe bekövetkezett minőségi változást, rövidebb-hosszabb időre „kimerészkedik” a szobájából, s egyre kevesebbet beszél arról, hogy jól megvan egyedül a szobájában és nincs szüksége kortársakra, kapcsolatokra.

## Összegzés

Az említett két eset vázolója két fontos dologra próbált rávilágítani. Az első, hogy érzékeny, különös periódust élünk, amely a fiatal felnőttek személyiségfejlődésének viszonylatában másképpen, speciálisan alakítja az identitás- és intimitáskrizist.

A második fontos szempont az, hogy a kor sajátosságaiából, és a pandémia szülte nehézségekből felhalmozódó feszültség, frusztrációk egyik levezetési lehetősége a művészetek bármelyik ága lehet, az, amely a személyiség sajátosságainak függvényében legkönnyebben segítségül hívható. Ennek megnyilvánulása egyénenként más és más lehet, viszont meggyőződésem, hogy mindannyian kapcsolódunk a művészetek valamely ágához, melynek művelése, az alkotás vagy befogadás valamely formája mentsvár, mentőv lehet ebben a különleges időszakban.

A művészet gyógyító hatása akkor tud valóban kibontakozni, ha nem egyszeri eseményről van szó, hanem életvitelünk részévé válik. Napjainkban újraélednek a művészetek különböző irányzatai, lehetőségei. E sajátos tendencia vizsgálatában,



---

Bakk-Miklósi Kinga

megértésében a legcélravezetőbb az, ha visszanyúlunk olyan kultúrák művészetéhez, ahol jelen van a folytonosság. Ugyanott tartunk, mint mindig is: a múltat kutatjuk, hogy a jövőt megértsük.

## **KÖNYVÉSZET**

ERIKSON, E., 1956, *The problem of ego identity* (pdf). Journal of the American Psychoanalytic Association 4: 56–121. Hozzáférés ideje: 2012-01-30.

VIKÁR Gy., 1980, *Az ifjúkor válságai*. Gondolat Könyvkiadó, Budapest.