

KASSAI Szilvia – PINTÉR Judit Nóra – RÁCZ József

## AZ INTERPRETATÍV FENOMENOLÓGIAI ANALÍZIS (IPA) MÓDSZERTANA ÉS GYAKORLATI ALKALMAZÁSA

Az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) egyre gyakrabban alkalmazott kvalitatív kutatási módszer a pszichológiában. Az IPA alapjai a fenomenológiához és a hermeneutikához kapcsolódnak, amelyek azt hangsúlyozzák, hogy az egyén tapasztalata csak annak kontextusában értelmezhető. Az IPA személyközpontú megközelítésével lehetővé teszi, hogy a kutató egy adott tapasztalatot „bennfentes perspektívából” szemléljen, a kutatásban részt vevő személyt szakértőként kezelve. A módszer idiográfiás elkötelezettséggel, az adott tapasztalat minél részletesebb feltárására és annak megértésére törekszik, azt értelmezve, hogy a vizsgálatban részt vevő személy hogyan értelmezte azt. Jelen tanulmány során a szerzők bemutatják az IPA módszertanát, annak alkalmazási lehetőségeit, előnyeit és korlátjait. Továbbá elhelyezik a módszert a kvalitatív kutatások között, bemutatják az interpretatív fenomenológiai módszerrel való kapcsolatát, valamint összehasonlítják a diskurzuselemzéssel, a narratív pszichológiával és a Grounded Theory módszertanával. Tanulmányuk során kitérnek az IPA-val szerzett tapasztalataikra: addiktológiai területen dolgozó tapasztalati szakértők identitásmunkáját, hanghalló betegek esetében a hang szerepét és a hanggal való kapcsolatot, a szintetikus kannabinoid (új pszichoaktív szer) használók esetében pedig a szerhasználat élményét vizsgálták. Utalnak a módszer – az egészségpszichológia melletti másik nagy alkalmazási területére – a piackutatásra is. Összefoglalva az IPA módszertana jól használható feltáró jellegű kvalitatív vizsgálatokban, amelyek tárgya nem a végeredményre, hanem a folyamatra fókuszál. Ezt teszi lehetővé az interdiszciplináris megközelítés (filozófiai fogalmakat és az antropológiából ismert megfigyelést alkalmazva), azonban a módszer kivitelezhető akkor is, ha a kutató a filozófiai háttér mélyebb ismeretével nem rendelkezik.

**Kulcsszavak:** interpretatív fenomenológiai analízis, kvalitatív kutatás, személyközpontú-megközelítés, élmény vizsgálata, egészségpszichológia, piackutatás

Az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) egyre gyakrabban alkalmazott kvalitatív kutatási módszer a pszichológiában. Tanulmányunkban röviden bemutatjuk az IPA filozófiai alapjait, alkalmazási területeit, más kvalitatív módszerekkel való kapcsolatát, az IPA módszertanát és saját kutatásunk tapasztalatait, továbbá kitérünk a validitás és a megbízhatóság kérdésére is.

### Fenomenológiai és hermeneutikai alapok

Az IPA alapjai a fenomenológiai és hermeneutikai hagyományban gyökereznek, amelyek az egyénre, a tapasztalat személyközpontú értelmezésére helyezik a hangsúlyt. A fenomenológia, a XX. század legjelentősebb filozófiai mozgalma, a tapasztalat tudománya. Érdeklődésének fókuszában az áll, hogyan észleli az egyén a tapasztalatait, hogyan észleli a világot a tár-

gyakat és önmagát, hogyan emlékezik a múltjára, hogyan éli meg saját érzelmeit, személyes azonosságát (Rác – Kassai – Pintér, 2016; Ullman – Olay, 2011). A módszert fémjelző husserli felszólítás: „vissza magukhoz a dolgokhoz” arra utal, hogy a fenomenológia túl lép a megismerés külső-belső hagyományos különbségtévesztésén és abból indul ki, hogy az emberi tudat és tárgya össze van kötve egymással, tehát a dolgok nem önmagukban azok, amik, hanem jelentésüket és értelmüket az adja, hogy az egyén számára hogyan jelennek meg (Rác – Kassai – Pintér, 2016).

A hermeneutika az értelmezés tudománya, jelentős képviselői Heidegger és Gadamer, akik szerint a megértés magának az emberi létnek a létmódja. Gadamer szerint bizonyos tapasztalatokhoz alapvetően nem standardizálható eljárásokkal lehet hozzáférni. Ehhez járul hozzá a filozófus által továbbfejlesztett „hermeneutikai

kör” koncepciója, amelynek alaptétele, hogy a szöveg egésze csak a részei révén ragadható meg, viszont az egyes részek értelme attól az egésztől függ, amelybe azok bele vannak ágyazva. Az értelmezés folyamata így egy sajátos körmozgással írható le: az újabb információ, feltártult értelem összefüggések alapján az előző belátásaink is új értelmet nyernek (Gadamer, 1960). A megértés csak úgy valósulhat meg, ha az értelmező és az értelmezett horizontja összeolvad, azaz az értelmező képes belépni a vizsgált világba, saját kulturális, tudományos és személyes hátterét felismerve. A megértés tehát egy olyan érzékeny és dinamikus folyamatot jelent, amely mindig a nyelv közegében zajlik, egy olyan „párbeszédet”, amely az IPA módszertanában is lényegi fontosságú lesz (Rácz – Kassai – Pintér, 2016).

### Az IPA alkalmazási területei

Az IPA az Egyesült Királyság területéről származik, az első módszertant alkalmazó cikk 1996-ban jelent meg (Smith, 1996), egy 2008-as összesítés alapján addig az évig 293 tanulmány alkalmazta (Smith, 2011). Mivel az IPA-vizsgálat célja, olyan megélt tapasztalat feltárása, amely fontos a vizsgálati személy számára az IPA módszertant alkalmazó kutatások nagy része az egészség- és klinikai pszichológia területén végez kutatásokat, így betegségből, addikcióból és terápiából származó tapasztalatokkal foglalkozik az IPA-kutatások jelentős része (Smith, 2011).

A fent felsorolt területek mellett az IPA egyre gyakrabban használt módszer a piackutatás területén. Kvalitatív kutatás segítségével megérthető a vásárlók/fogyasztók adott szolgáltatással kapcsolatos tapasztalata, értékelése (pl.: Fett – Bruns – Lischka – Wittmann, 2009). Ehhez kapcsolódik Wilson és társai (2014) tanulmánya, akik a fenomenológia és hermeneutika módszerét felhasználva tanulmányozták malaysiai fiatalok a pláza mint „szórakozó helyként” vagy mint „második otthonként” értelmezett helyvel kapcsolatos tapasztalatait.

### Az IPA helye a kvalitatív pszichológiai kutatások között

A kvalitatív pszichológiai kutatási módszerekkel foglalkozó SAGE kézikönyv (Willig – Stainton-Rogers, 2013) 13 módszert mutat be, köztük az IPA-t. Az IPA-t bemutató fejezet (Eatough – Smith, 2008) elsősorban a szociális konstruktivizmus, a diszkurzív pszichológia és a narratív pszichológia keretében helyezi el a módszert. Az IPA szociális konstrukcionista vonásai miatt inkább a szociális interakcionizmushoz áll közelebb, mint a diszkurzív pszichológiához. Az IPA megközelítése alapján, az életvilág nem csupán az emberek között, történetileg helyzethez kötött módon zajló nyelvi

interakció, mert az emberek történeteik elmesélésével bizonyos célokat kívánnak elérni, mint például rábeszélési, racionalizálni vagy megőrizni tekintélyüket, tehát a specifikus helyi interakciónál többre törekednek. A diszkurzív elemzés ettől eltérően azokra a nyelvi eszközökre fókuszál, amelyekkel a vizsgálatban részt vevő személy kifejezi tapasztalatait, illetve arra, ahogy egy fogalom különböző konstrukciói megjelennek az interakció során, továbbá azok funkciójára (Larkin – Watts – Clifton, 2006; Smith, 2011).

Az IPA a foucault-i diskurzusanalízishez is kapcsolható. Eatough és Smith (2008) egy korábbi tanulmányukból az érzelmek „tartály” elméletét hozzák fel példának; az érzelmek a tartályból kiömölhetnek vagy emelhetik a folyadék szintjét. Amikor például a harag kontrollálhatatlanná válik, olyan metaforákat használunk, amely magunkat passzív ágensként tünteti fel, aki elszenvedti a haragot. Az IPA azt vizsgálja, hogy a „tartály” konstrukció, a harag élményének elbeszélése során, hogyan jön létre, miként tapasztalják ezt az egyes személyek (Rácz – Kassai – Pintér, 2016).

Az IPA párhuzamba hozható a narratív pszichológia módszerével, ugyanis a narratíva olyan interpretáció, amelyet az egyén nemcsak megkonstruál, hanem azzal magát a valóságot hozza létre. Az egyén tehát nem pusztán a történet elbeszélője, hanem a világ megtapasztalásának eszköze is. Az IPA érdeklődési területe az újra-elbeszélte történet, pl. amikor egy tanácsadás vagy egy terápia során az egyén újra-interpretálja, majd újra-elbeszéli életének fontos epizódjait. A megélt tapasztalat újra-értelmezésével az élete élhetőbbé válik (Eatough – Smith, 2008; Rácz – Kassai – Pintér, 2016).

A fent említett pszichológiai módszerek mellett meg kell említenünk a Grounded Theory-t (GT) (Clarke, 2003; Charmaz, 2006, 2013; Charmaz – Henwood, 2008; Corbin – Strauss, 2015), mivel talán ez mondható az egyik legismertebb és legelterjedtebb módszernek a hazai kvalitatív kutatásokban (Gelencsér, 2003; Mitev, 2012). A GT során az adatokból fogalmakat hozunk létre, majd ezekből „magyarázatot” alkotunk, míg az IPA-nál törekszünk inkább az adatok, az egyén tapasztalatainál és az élményeinél maradni, nem általánosítunk és absztrahálunk. Amíg a GT a szereplők közti cselekvések és interakciók mintázataira kíváncsi, az IPA-nak a mintázatok keresése helyett idiográfias elkötelezettséggel a célja az egyén tapasztalatának és élményének feltárása. Az IPA közvetlenül az adatokkal dolgozik, nem vonja azokat nagyobb fogalmi egységek alá, mint ahogyan erre a GT elemzési folyamata alapoz.

### Az IPA módszertana

Az IPA módszertana a személyes tapasztalatok megéltését, az arról való beszámolót, ezáltal a személyes in-

terpretációk feltárását teszi lehetővé (Smith – Flowers – Larkin, 2009; Smith – Osborn, 2007). A következőkben az IPA módszertanának egyes szakaszait, a kutatási dizájnt és saját kutatásainkból származó tapasztalatainkat mutatjuk be: felépülő segítők/tapasztalati szakértők segítői élményét, valamint felépülő és segítői identitásukat vizsgáltuk (Kassai – Pintér – Rácz, 2015; Rácz et al., 2015), egy következő IPA-kutatásunk során hanghallók élményét (Kassai – Kiss – Pintér – Rácz, 2016), továbbá szintetikus kannabinoid (új pszichoaktív szer) használók élményét és identitásszerveződését (Kassai – Pintér – Rácz, 2016; Pintér – Kassai – Rácz, 2016) elemeztük.

### A kutató kérdés megfogalmazása

Az IPA-kutatás célja egy adott jelenséggel kapcsolatos személyes tapasztalat feltárása, ezért a vizsgálat elején kutatói kérdést fogalmaztunk meg (Pietkiewicz – Smith, 2014). A kutatói kérdés minden esetben nyitott, explorációs (nem magyarázatot célzó), a folyamatra (és nem a végeredményre) fókuszál és a jelentést célozza (nem okokat vagy következményeket). A kutatási kérdés egy speciális kontextusra vonatkozik (és nem például kontextusok összehasonlítására, ld.: Smith et al., 2009). Smith és munkatársai (2009) javaslata alapján a kutatás elején kétszintű kutatói kérdés fogalmazható meg. Az első szintű kutatói kérdést egy második szintű kutatói kérdés követi, amely már elméletileg megalapozott lehet. A szerzők példája az első szintű kutatói kérdésre: „hogyan értelmezik az emberek az orvosi kezeléssel kapcsolatos döntéseiket?” A második szintű kutatói kérdésre, pedig: „döntési folyamatról szóló beszámolókat milyen mértékben lehet egy elmélettel magyarázni?”

Saját kutatásaink során megfogalmazott kérdések: Milyen élményeik vannak a felépülő segítőknek? Milyen élményeik származnak a felépülésből és a segítő tevékenységből? Hogyan alakul az identitásuk (Kassai – Pintér – Rácz, 2015)? Hogyan értelmezik a hanghallók a hanghallásból származó élményeiket (Kassai – Kiss – Pintér – Rácz, 2016)? Hogyan értelmezik élményeiket a szintetikus kannabinoid használók, hogyan alakul az identitásuk (Kassai – Pintér – Rácz, 2016; Pintér – Kassai – Rácz, 2016)?

### Mintaválasztás

Az IPA-kutatás során elméleti és célzott mintavétellel dolgozunk. A minta tagjai egy különleges jelenség vizsgálatához biztosítanak hozzáférést, akik egy „perspektívát” képviselnek, nem pedig egy populációt. Az IPA idiográfiás elkötelezettségű, a jelenséget egy meghatározott kontextusban részletesen vizsgálja, ezért kis elemszámmal és homogén mintával dolgozik a vizsgálni kívánt jelenségen (Pietkiewicz – Smith, 2014; Smith et al., 2009; Smith – Osborn, 2007). Smith és munkatársai (2009) példája nyomán a homogenitást úgy képzelhetjük el, hogy ha például depressziós betegek elsőterápiás tapasztalatára vagyunk kíváncsiak, akkor a minta legyen homogén abban az értelemben, hogy a vizsgálati személyek hasonló ideje szenvednek depresszióban, hasonló náluk a betegség súlyossága, hogy mennyi ideje voltak terápiában az interjú időpontjában, és hogy korábban részesültek-e terápiában. Smith és munkatársai (2009) saját tapasztalataik alapján 3–6 fős mintát javasolnak. Ennyi még nem túl sok a részletes elemzéshez, viszont éppen alkalmas az egyes esetek közötti hasonlóságok és különbségek leírására. Tapasztalati alapon BA- vagy MA-szintű kutatásokra a

1. táblázat

### Az interjúalanyok pszichoszociális jellemzői

	Nem	Életkor	Iskolai végzettség	Felépülés során, segítség céljából végzett képzés	Szerhasználat hossza (min)	Felépülés ideje (min)	Tapasztalati segítőként dolgozik (min)
1 Sindy	Nő	35	Egyetemi diploma	Szociális munka	4 év	kb. 12 éve	10 éve
2 Zsolt	Férfi	47	Felsőfokú szakképzés	Színház terapeuta, Szociálterápiás szerepjáték	22 év	kb. 8 éve	6 éve
3 Peti	Férfi	41	Érettségi	-	15 év	kb. 12 éve	9 éve
4 Zénó	Férfi	38	Főiskolai diploma	Szociális munka	6 év	kb. 16 éve	13 éve
5 Feri	Férfi	51	Egyetemi diploma	Szociális munka	5 év	kb. 10 éve	1 éve
6 Balázs	Férfi	26	Érettségi	-	3 év	kb. 4 éve	1 éve

Forrás: Kassai et al. (2015. p. 376.)

háromfős, PhD-szintű kutatásokra pedig egy mintaválasztási sorozatot javasolnak: az első legyen egy esettanulmány, a második egy három főből álló mintának a vizsgálata, majd a harmadik lépésben legyen ennél nagyobb elemszámú minta (például 8 eset). A szerzők szerint az egyes eset minták (azaz az esettanulmányok) általában nagyobb kvalitatív kutatói gyakorlatot igényelnek.

A felépülő segítőkkel/tapasztalati szakértőkkel folytatott vizsgálatunkban a résztvevők (összesen 6 fő) olyan szakemberek voltak, akik (valamilyen) függőségéből legalább 5 éve felépültek, és az addiktológiai ellátásban sajátélményű (korábbi függőségüket és felépülésüket felvállalva és felhasználva) segítőként dolgoznak (a vizsgálatban részt vevő interjúalanyok adatait az 1. táblázat tartalmazza).

### Adatgyűjtés

Az IPA-adatgyűjtés célja, hogy minél több információra tegyünk szert az adott jelenséggel kapcsolatban, ezért mély-, félig strukturált vagy strukturálatlan interjú felel meg leginkább erre a célra. Az interjú akkor igazán eredményes, ha az interjúalany sokat beszél, az interjúkészítő pedig keveset, illetve ha megjelennek az interjúban narratív, leíró, valamint analitikus értelmező szakaszok egyaránt; tehát ha az interjúalany egy-egy tapasztalatot részletesen is elmond. Mivel elsősorban az interjúalany interpretációinak feltárása a cél az előre meghatározott interjútervet nem szükséges mindenáron tartani, át kell engedni a vezetést az interjúalanyra. Továbbá az interjú során kerülni kell az értelmezést, az összefüggések és belátások keresését. Fontos, hogy rákérdézzünk a vizsgálni kívánt jelenségre, például egy betegség megélése kapcsán: mit jelent az interjúalany számára, hogyan látja magát a betegség alatt, hogyan látja magát tünetmentesen és hogyan látta magát a betegség előtt (Smith – Osborn, 2007). Ez utóbbi szempont megjelenése az interjú során lehetővé teszi az interjúalany identitásalakulásának vizsgálatát az adott tapasztalattal összefüggésben (Smith – Flowers – Larkin, 2009).

A szintetikus kannabinoid használat élményét feltáró vizsgálatunk során az alábbi kérdéssor adta a félig strukturált interjú vázát: Meséljen a szerhasználatról, elsősorban a biofű (szintetikus kannabinoid) használatával kapcsolatos élményeiről! Milyen más drogokat használ(t)? Mennyi ideig? Milyen kifejezetten biofű használatával kapcsolatos élményei vannak? Hogyan látja ezeket, mit jelent számára ennek a szernek a használata? Hogyan látja magát, hogyan gondol magára, amikor használja, és amikor nem? Hogyan látják önt mások, amikor használja, és amikor nem? Ez az élmény miben különbözik más drogok által előidézett élménytől?

### Az adatok elemzése

Az interjúkról szó szerinti átiratot készítünk, amelyben a jelentősebb verbális elemeket (mint nevetés, hosszabb csend) jelöljük. Az interjúátiratok többszöri elolvasása (ún. „elmerülés az adatokban” (ún. elmerülés az adatokban: a kifejezés a GT-ből származik, de az IPA-kutatók is használják; Smith et al., 2009, helyett) a kutató „felveszi az interjúalany cipőjét” ld.: Pietkiewicz – Smith, 2014) és a sorról sorra történő szabad tartalmi analízis során leíró, magyarázó, értelmező és konceptuális jegyzeteket készítünk az átirat jobb oldali margóján (Rác – Kassai – Pintér, 2016; Smith – Flowers – Larkin, 2009). A fogalmi jegyzetelés már „elszakad” a közvetlen szövegtől, és az interjúalany általánosabb szintű megértését igyekszik megragadni, mely fázis a gadameri dialógussal is jellemezhető: a kutató előzetes tudása és az interjúalany tapasztalatainak folyamatosan kialakuló megértése között zajló „párbeszéd” (Rác – Kassai – Pintér, 2016). Az elemzés következő lépése a kibontakozó témák (emerging themes) megalkotása, ilyenkor a kutató az interjúk egészét, azaz a vizsgálati személy narratíváit felbontja egy más szempont szerint, mint az interjúban megjelenő résztvevői perspektíva. Ilyenkor nagyobb hangsúly kerül a kutató szervező és értelmező szerepére, aki a kibontakozó témák mentén egy „új egészt” hoz létre. A kibontakozó témák meghatározásakor figyelniük kell arra, hogy az interjú egyes pontjain mit mond az interjúalany, továbbá, hogy a többi interjú során milyen magyarázatokkal találkozunk. Az a téma válik kibontakozó témává, amely legalább az interjúalanyok felénél megjelent. Itt már nem az interjúalany kifejezéseit, hanem a kutatót használjuk, valamint Smith és munkatársai (2009) javaslata alapján ezeket az átirat bal oldali margójára írjuk. Ilyenkor a kutatónak lehetősége van pszichológiai konstruktumok beemelésére az értelmezési folyamatra (pl.: „szelf” – amelyet az interjúalany feltételezhetően nem használt).

Az elemzés következő lépésében a kibontakozó témák között kapcsolatot (például kronológiai kapcsolatot) keresünk és olyan főrendelt témákat, ami alá több téma is tartozhat. A kibontakozó témákhoz idézetet rendelünk az interjúátiratokból, miközben az egyes interjúk között a témák, témacsoportok mintázatait igyekszünk feltárni. A kibontakozó témák további interpretációjával kapott témákat fő témáknak (master themes) nevezzük. Az elemzés során tehát a kutató azt értelmezi, ahogyan az interjúalany értelmezte a tapasztalatát, ez a kétszintű értelmezés a „duplaértelmezés” folyamata, ahol a második, a kutató által tudatosan és szisztematikusan végezett értelmező munka tekinthető az IPA reflektív fenomenológiai attitűdjének, szemben az interjúalanyok prereflektív, Husserl kifejezésével élve „természetes beárlottóságával” (Smith – Flowers – Larkin, 2009).

**Az interjúelemzés menete az IPA alapján  
(Kassai – Pintér – Rácz, 2016 p. 307)**

Jegyzetek	Interjú idézet	Kibontakozó témák
Pozitív élmények	<i>Eleinte az volt, hogy feldobódtam, éreztem magamról, hogy jó kedvem volt, el tudtam akármiről beszélni, a vége fele, amikor már így beszívtam, csak így voltam, csendben voltam, nem ezt a feldobott érzést kaptam, hanem, minthogyha, mihez hasonlítsam? Minthogyha nagyon elfáradtál volna így valamiben, de még annál is rosszabb, így ülsz, be vagy fáradva, punnyadva, és szinte mintha, nem is tudnál magadról, annyira kívánja a szervezeted, hogy mégis szívod, de tudod, hogy nem jó, de annál inkább kéreti magát. Meg ez a szer nagyon olyan, hogy elég, egy-két hét, és már függő vagy tőle, vagy pár nap is talán elég, hogy folyamatosan használod, függő leszel tőle. Volt olyan, hogy 4 grammot megvettem, és nem volt elég 20 percig.</i>	Az élményszerveződés változása
Negatív élmények		A szer irányítása
Függőség élménye: „kívánja a szervezeted” „nem is tudnál magadról” a szer „kéreti magát”		A függőség élménye
A függőség gyors kialakulása		

Forrás: Kassai – Pintér – Rácz (2016, p. 307.)

A 2. táblázatban a szintetikus kannabinoid használókkal készült kutatásunk egyik interjúalanyától származó idézetet keresztül mutatjuk be az IPA-elemzés menetét: a jegyzetelést és a kibontakozó témák kialakítását. Ebben az idézetben jól kirajzolódik a szerhasználat közben megjelenő élmények változása, pozitívból negatívba, megjelenik az élmények újszerűsége, amelyeket nehéz szavakba önteni („mihez hasonlítsam?”), a szer megszemélyesítése („kéreti magát”) a függőség gyors kialakulása („pár nap is talán elég”), és a szer „irányítása” („nem is tudnál magadról... mégis szívod”) (Kassai – Pintér – Rácz, 2016).

**Eredmények**

Az IPA-kutatás eredményeinek bemutatása során az fő témákat és a kibontakozó témákat egy táblázatban felsoroljuk, majd egyenként bemutatjuk (Pietkiewicz – Smith, 2014). A témák bemutatása során minden témához interjúidézeteket rendelünk (Smith, 2011 javaslata szerint legalább a vizsgálatban részt vevő interjúalanyok felétől), amelyeket a kutató értelmező magyarázata követ. Az eredmények bemutatása során törekedni kell arra, hogy az olvasónak világosan láthatóvá váljon az elemzés során felfedezett tapasztalatok értelmezése, ahol a kutató és az interjúalany perspektívája is egyaránt megjelenik (Pietkiewicz – Smith, 2014).

A hanghallókkal folytatott IPA-vizsgálatunk célja annak feltárása volt, hogyan értelmezik a résztvevők a hanghallásból származó tapasztalatukat, és milyen szerepe van ebben a hanghallók önszegítő csoportjának (valamint a csoportban alkalmazott „Hanghalló Módszernek”), amelynek minden interjúalany a tagja volt (ld.: Kassai – Kiss – Pintér – Rácz, 2016). Az in-

terjúkban megjelenő fő témákat és kibontakozó témákat a 3. táblázat tartalmazza. Jelen tanulmányban a „Hang és az „én” relációs viszonya” című fő témát mutatjuk be.

3. táblázat

**Fő témák és kibontakozó témák a hanghallókkal folytatott IPA-kutatásból**

Fő téma	Kibontakozó téma
1. A hang szerepe	
2. A hang és az „én” relációs viszonya	1. Aszimmetrikus – szimmetrikus viszony 2. A hang pozíciója
3. Az önszegítő csoport szerepe	
4. A „hanghalló módszer” szerepe	

Forrás: saját szerkesztés

**Fő téma: a hang és az én relációs viszonya**

Abban a folyamatban, amelyben a hanghallók megtanulják kezelni a hangokat, és együtt élni velük, változik a hangok szerepe is számukra. Hasonlóképpen a hang és az én kapcsolata is változik, amelynek vég-eredményeként egy párhuzamos, békés együttélés jön létre a hanggal.

Több beszámolóban láthatjuk a hangok személyként említését. Például; „ez a hang olyan személy, akivel összebarátkozhatunk” (Iván), „és én a hangot, mit segítőt használom” (Veronika), hang azt mondta, hogy ő az Ildikó, és azért van, hogy segítsen (Veronika), „ezeken a hangokon keresztül valami más személy irányítása alá kerül” (Edit). Ez a perszonalizáció lehetőséget ad

arra, hogy a hang és az én viszonyát interperszonális kapcsolatként elemezzük. Ennek az összetett, változó kapcsolatnak két dimenzióját fedezhetjük fel, jelen tanulmány során a hang és a hanghalló közti szimmetrikus és aszimmetrikus viszonyt mutatjuk be.

*Aszimmetrikus – szimmetrikus viszony*

Néhány interjúalany esetében, különösen a hanghallás kialakulásakor, kezdetekor olyan egyirányú kapcsolat-ról számolnak be a hang és a hanghalló között, amelynek a hanghalló passzív elszenvédoje. Ebben az aszimmetrikus kapcsolatban a hang egyrészről „irányító”, „kritizáló”, ennek következménye a több interjúalany-nál is megjelenő kiszolgáltatottság érzés.

„Akkor olyan tünet volt, hogy nem hanghallás, hanem akkor még ilyen gondolat, tehát ilyen, voltak ilyen, félig ilyen mintha idegen gondolatok lettek volna ... Én ezeknek a gondolatoknak meg akartam felelni, ugye ezek kritizáltak, meg, ilyenek, és ő, és én akkor azoknak próbáltam mindig megfelelni, hogy ne legyenek hangok. Akkor én mindig megcsináltam mindent, ész nélkül. És ő akkor végül is ez így végigkísért ez engem, valahol frusztrált is. A hangok, a jelenések, meg hogy akkor hülyét csinált a hang ez emberből teljesen, hogy hülyét csinált belőlem. Meg, hogy mennyire ki voltam szolgáltatva, meg, hogy tényleg, hogy hogy viselkedtem, meg ilyenek.” (Aszter)

Másrészről aszimmetrikus kapcsolat jellemzi a hang és az én viszonyát, amikor a hang segítő szerepet tölt be, például a hang hatására indul el a felépülés, amely jól látható Veronika beszámolójában:

*„A hang azt mondta, hogy ő az Ildikó, és azért van, hogy segítsen, és ennek egy drasztikus módját fogja választani, és egészen addig kommunikál, amíg úgy fogja érezni, hogy én segítségre szorulok. És a kommunikáció az valóban segítségnyújtás volt, ... mert nagyon ösztönzött. Nem mertem kimenni, erre a hang beszélt, hogy apránként, kis lépésekben menjek emberek közé... A hang ösztönzött, hogy kezdjek el valamilyen megoldást találni, kezdjek el munkát keresni, rábeszél, hogy keressék munkát, neki láttam.... Érdekes, én azt gondolom, hogy az első lépéseket a hangnak köszönhetően tettem meg, ő rángatott ki az ágyból, ő vett rá, hogy takarítsak ki, adjam el a lakást, ő indított el a fekvő, és semerre nem haladó állapotból egy valamilyen szinten funkcionáló állapotba.”*

(Veronika)

Amikor a hanghalló több esetben tárgyal, egyezkedik a hanggal, vagy ha a hang hatására változtat, és arra a hang válaszol, akkor a hang és az én szimmetri-

kus kapcsolatáról beszélhetünk. Ilyenkor a kommunikáció a hanggal megtöri a hang kontrollját az én felett, ez a belső beszélgetés lesz adaptív a felépülés során, mint ahogy Aszternél láthatjuk.

– **Aszter:** „nem sokszor, de jó párszor előjön naponta, ezek a dolgok, úgymond a hang valamit, vagy valami, akkor úgy teszek egy megjegyzést, vagy megkérdeszem, hogy miért mondd. Vagy, sokszor van olyan is, amit így már gyakoroltunk módszerben, hogy mond valami becsmérlőt a hang, hogy de béna vagy, és akkor mondom neki, hogy én béna vagyok, aki mit tudom én, 6 évig külföldön dolgozott? Tehát ilyen, sokszor van. Tehát ez kicsit ilyen természetessé vált ez nálam.

– **Interjúkészítő:** Tehát ez egy ilyen belső dialógussá vált?

– **Aszter:** Aha”.

Ez a kétirányú kapcsolat azért valósulhat meg, mert a hanghalló elfogadja a hangok létezését, és a kapcsolatot a hanggal. Az aszimmetrikus kapcsolat esetében több hanghallónak szorongást okoz a hang. Amikor azonban a kapcsolat szimmetrikussá válik, elkezdenek rá mint egy kontrollálható jelenségre, egyenrangú félre vagy például „barátként” gondolni.

*„Több funkciója is van ennek a hangnak, de az egyik funkciója az olyan, mint hogyha egy barát lenne. Tehát hogyha összebarátkozol vele, egy idő után majd jóba leszel, mint egy baráttal”*

(Iván)

Ahogy az idézetekből is látszik, a legtöbb interjúalany esetében változik a kapcsolat az én és a hang között. Ezt az önségítő csoportban használt „Hanghalló módszer” alkalmazása teszi lehetővé, amely arra biztatja a hanghallót, hogy kezdeményezzen beszélgetést a hangokkal. Ez a relációs viszony tehát a módszer használatával változik, és több esetben az egyirányú kapcsolat szimmetrikussá válik, más esetben azonban – mint Veronikánál láthattuk – az aszimmetrikus kapcsolat válik adaptívvá a hangok feletti kontroll tekintetében, ami már azonban szintén a hangok elfogadásán alapul. A módszer eszközeinek használatával megváltozó kapcsolat, a hangok jelentésének felderítése megjelenik Edit beszámolójában:

*„Először eldöntendő kérdésekkel és választási lehetőségek felkínálásával segíthetjük a párbeszéd előre haladását. A hangok hírnökök a belső, lelki életünkben. Ki lehet, és ki is kell deríteni az értelmüket azért, hogy az érzelmeink felett is uralkodni tudjunk.”*

(Edit)

A szimmetrikus kapcsolat kialakításának az a szerepe, hogy a hanghalló visszavegye az irányítást a hangoktól, többé ne legyen kiszolgáltatva azoknak.

... Tehát ne a betegség irányítson, hanem a beteg irányítsa a betegségét, vagy mindegy minek nevezzem... (Margit)

„És így képbem voltam azzal, hogy inentől kezdve nem tud megcsavarni a hanghallásom. Szóval, hogy nem tudok belekerülni egy ugyanolyan játszmába, mint régebben, hogy most ide menjél, oda menjél, ezt csináljad, azt csináljad, ilyesmi, minthogyha irányítottak volna.”

(Csabi)

A hang és az én viszonyában, tehát jól látszik az egyirányú és kétirányú kapcsolat közötti különbség, illetve az, hogy mindkét viszonyulási forma megjelenik abban a folyamatban, amelyben a hanghalló a hangokkal, majd a hangok elfogadásáért küzd (Kassai – Kiss – Pintér – Rác, 2016, p. 61–64.).

### Validitás és reliabilitás kérdése

Az IPA-kutatás validitásával kapcsolatban Smith és munkatársai (2009) Yardley (2000) ajánlását a kvalitatív kutatás validitásának biztosítására veszik alapul. Az első szempont az IPA-kutatás kontextusérzékenysége (homogén mintaválasztással és a szakirodalmi háttér széles körű ismeretével biztosítható). A második szempont az elkötelezettség (a kutató személyes elkötelezettsége) és szigor. Harmadik szempont a transzparencia és koherencia (ami a kutatás folyamatának átlátható leírásával biztosítható). A negyedik szempont a kutatás hatása és fontossága (amelyre a kutató javaslatot tehet, ennek eldöntése azonban az olvasó feladata). Smith (2011) további javaslatokat fogalmaz meg a fenti szempontok mellett, amelyek kifejezetten az IPA-kutatás validitásának biztosításához járulnak hozzá. Olyan szempontokat emel ki, mint a kutatás jól körülhatárolt fókusz, megfelelő adatok gyűjtése (félleg strukturált interjú és az interjúkészítő megfelelő képességei), az eredménybemutatás szigorúsága (az interjúidézetek reprezentálják a résztvevők perspektíváját és azok előfordulását az interjúban), biztosítson elégséges helyet a témák kidolgozására, az eredmények bemutatása legyen értelmező ne csak leíró, ábrázolja az adatok konvergens és divergens részeit, megfelelő nyelvezettel és narratívákkal mutassa be az eredményeket.

Az IPA-kutatás megbízhatóságának kérdésével Rodham, Fox és Doran (2015) foglalkoznak, akik javaslata szerint az IPA-elemzésbe több olyan kutató is bevonható, aki ismeri az IPA módszertanát és a kutatás kérdését, menetét. Továbbá az interjúkról készült

hangfelvételek meghallgatása minden bevont kutató számára szükséges, mert az interjúalanyok által használt verbális eszközök segítséget jelentenek tapasztalatának mélyebb megértésében. A szerzők kutatásának tapasztalata alapján az IPA-elemzés megbízhatóságát növelheti, ha a kutatók egyszerre elemzik az interjúkat, a főtémák és témák megalkotását megvitatják, majd azokról konszenzusra jutnak.

### Összegzés

Összefoglalva az IPA módszertana jól alkalmazható olyan feltáró jellegű kutatásokban, amelyek tárgya folyamatot jelöl, illetve olyan jelenségek részletes vizsgálatában, ahol fontos az egyén megélése, jelentéskalkotása, mint például a piackutatás esetében (pl.: Fett – Bruns – Lischka – Wittmann, 2009; Wilson – Yun – Hong, 2014). Ezt teszi lehetővé az interdiszciplináris megközelítés (filozófiai fogalmakat és az antropológiából ismert megfigyelést alkalmazva), azonban a módszer kivitelezhető akkor is, ha a kutató a filozófiai háttér mélyebb ismeretével nem rendelkezik. Az IPA részletgazdagságával, az olvasó értelmező munkáját előtérbe helyező és az empátiát lehetővé tevő idiográfival gazdagítja a kvalitatív kutatások tárházát. Saját kutatásaink tapasztalata alapján a módszertan alkalmazását az empátiás azonosulás lehetősége könnyítette meg, azonban a kutatói határok megtartását az önreflexió mellett több kutató elemző szempontjainak megjelenése segítette..

A módszer korlátjait képezi, hogy a kisszámú, speciálisan kiválasztott minta miatt az eredmények nem általánosíthatók, valamint az elemzés folyamata nagymértékben épít a kutató elemző munkájára, amelynek nincsenek objektív kritériumai (Rác – Kassai – Pintér, 2016).

### Felhasznált irodalom

- Charmaz, K. (2006): Constructing grounded theory: a practical guide through qualitative analysis. London, UK: Sage Publications Limited
- Charmaz, K. (2013): Lehorgonyozott elmélet. in: P. Bodor (szerk.): Szavak, képek, jelentés. Kvalitatív kutatási olvasókönyv. Budapest: L'Harmattan, p. 61–94.
- Charmaz, K. – Henwood, K. (2008): Grounded Theory. in: C. Willing – W. Stainton-Rogers (szerk.): The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology. London: SAGE
- Clarke, A. E. (2003): Situational Analyses: Grounded Theory Mapping After the Postmodern Turn. Symbolic Interaction, 26(4), p. 553–576. <https://doi.org/10.1525/si.2003.26.4.553>

- Corbin, J. – Strauss, A. (2015): A kvalitatív kutatás alapjai: A Grounded Theory elemzési módszer technikája és eljárásai. Budapest: L'Harmattan
- Eatough, V. – Smith, J. A. (2008): Interpretative phenomenological analysis. in: C. Willig – W. Stainton-Rogers (szerk.): The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology. London: SAGE, p. 179-194.
- Fett, R. – Bruns, K. – Lischka-Wittmann, S. (2009): Results of a Qualitative Market Research Study Evaluating the Quality of Medical Letters. *Drug Information Journal*, 43(6), p. 697–703. <https://doi.org/10.1177/009286150904300607>
- Gadamer, H. G. (1960): Igazság és módszer. Egy filozófiai hermeneutika vázlatja. Budapest: Osiris
- Gelencsér, K. (2003): Grounded Theory. *Szociológiai Szemle*, 43(1), p. 17–30.
- Kassai, S. – Kiss, M. – Pintér, J. N. – Rácz, J. (2016): A hanghallás élménye és az önsegítő csoport szerepe: interpretatív fenomenológiai analízisen alapuló kutatás. *Psychiatria Hungarica*, 31(1), p. 52–70.
- Kassai, S. – Pintér, J. N. – Rácz, J. (2016): A szintetikus kannabinoid használat élménye: interpretatív fenomenológiai analízisen alapuló kutatás. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 17(4), p. 297-322.
- Kassai, S. – Pintér, J. N. – Rácz, J. (2015): Addiktológiai területen dolgozó tapasztalati szakértők: interpretatív fenomenológiai analízisen alapuló kutatás. *Psychiatria Hungarica*, 30(4), p. 372–388.
- Larkin, M. – Watts, S. – Clifton, E. (2006): Giving voice and making sense in interpretative phenomenological analysis. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), p. 102–120. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp062oa>
- Mitev, A. Z. (2012): Grounded theory, a kvalitatív kutatás klasszikus mérőköve. *Vezetéstudomány*, 43(1), p. 17–30.
- Pietkiewicz, I. – Smith, J. A. (2014): A practical guide to using Interpretative Phenomenological Analysis in qualitative research psychology. *Czasopismo Psychologiczne Psychological Journal*, 20(1), p. 7–14. <https://doi.org/10.14691/CPJ.20.1.7>
- Pintér, J. N. – Kassai, S. – Rácz, J. (2016): Szintetikus kannabinoid termék használók identitászerveződésének vizsgálata interpretatív fenomenológiai analízissel. *Psychiatria Hungarica*, 31(4), p. 313-326.
- Rácz, J. – Kassai, S. – Pintér, J. N. (2016): Az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) mint kvalitatív pszichológiai eszköz bemutatása. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 71(2), p. 313–336.
- Rácz, J. – Kassai, S. – Pintér, J. N. – Benedeczki, P. – Dobó-Nagy, Z. – Horváth, Z. – Gyarmathy, V. A. (2015): The therapeutic journeys of recovering helpers – an interpretative phenomenological analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(6), p. 751–757.
- Rodham, K. – Fox, F. – Doran, D. (2015): Exploring analytical trustworthiness and the process of reaching consensus in Interpretative Phenomenological Analysis: Lost in Transcription. *International Journal of Social Research Methodology*, 18(1), p. 59–71.
- Smith, J. A. (1996): Beyond the divide between cognition and discourse: Using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology & Health*, 11(2), p. 261–271. <https://doi.org/10.1080/08870449608400256>
- Smith, J. A. (2011): Evaluating the contribution of interpretative phenomenological analysis. *Health Psychology Review*, 5(1), p. 9–27. <https://doi.org/10.1080/17437199.2010.510659>
- Smith, J. A. – Flowers, P. – Larkin, M. (2009): Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research. London: Sage
- Smith, J. A. – Osborn, M. (2007): Interpretative phenomenological analysis. in: J. A. Smith (szerk.): *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods*. London: Sage, p. 53-80.
- Ullman, T. – Olay, C. (2011): A kontinentális filozófia a XX. században. Budapest: L'Harmattan
- Willig, C. – Stainton-Rogers, W. (eds.) (2013): The SAGE Handbook of Qualitative Research in Psychology. London: SAGE
- Wilson, T. – Yun, C. T. – Hong, T. T. (2014): Hermeneutic Practices: Mall and Media Visiting as Understanding-In-Use. *Journal Pengajian Media Malaysia*, 16(2), p. 35–43.
- Yardley, L. (2000): Dilemmas in qualitative health research. *Psychology and Health*, 15, p. 215–228.