

TEGEZŐDJÜNK VAGY MAGÁZÓDJUNK?

AVAGY HOGYAN SZÓLJUNK EGYMÁSHOZ A TERÁPIÁS ÉS TANÁCSADÓI HELYZETBEN?

Ez az ötödik szám, amiben a tegezés-magázás vita szerepel, ebben a számban most három hozzászóló árnyalja tovább a képet. A Pszichoterápia 23. évfolyamának 2. számában közöltük Berger Noémi vitaindítóját, s azóta számos szakember osztotta meg véleményét, tapasztalatait. Tanulhattunk egymástól arról, ki mit képvisel, ki mit vesz figyelembe, s újabb és újabb változók kerültek elő: nem csak a kor számít, de a nem, hogy valaki milyen munkahelyen, hol, s milyen módszerrel dolgozik. Deák Zsolt vitába száll egy előző hozzászólóval annak kérdésében, hogy lehet-e angol nyelven magázódni. Erős Ilona mesél arról, hogyan alakul a megszólítás nőkkel, férfiakkal, s Sinkó Dóra ad pár szempontot a vidéki környezet és a családterápia kapcsán. Ha valakit megszólít ez a téma, akár mert vitatkozna egy már megjelent véleménnyel, akár mert bemutatná saját területe sajátosságait, akár mert új szempontot fejtene ki, van még lehetőség a részvételre, várjuk a további hozzászólásokat.

Valkó Lili rovatfelelős

A tegezés-magázás egy olyan komplex nyelvi és viselkedésbeli megnyilvánulás, amely a kultúra része és lehetnek nyelvi és országokként eltérő, társadalmi, életkorral járó és más egyéni sajátosságai. San-Franciscóban a Jung Intézetben tanultam pszichoanalízist és gyakornokként az intézet alacsony díjú klinikáján fogadtam klienseket pszichoterápiában. Ott a tegezés volt általános; az analitikusommal, szupervizorokkal, kollégákkal és a kliensekkel is, néhány kivételtől eltekintve, tegeződtem. Érdekesképpen, most Bécsbe járok pszichoanalízisbe, ahol a szintén jungi orientációjú pszichoanalitikusommal (angol nyelven) magázódom (magázódnom kell, mert az analitikusom így kérte). Mivel nagyjából egyidősek vagyunk, sok közös barátunk van és hasonló jungi kiképzést kaptunk, így feltételezem választása hátterében inkább a helyi sajátosságok, a hagyományos német-osztrák formalitás és az angolszásztól eltérő pszichoterápiás kultúra lehet.

Nem értek egyet Gaál Viktorral, aki szerint az angol nyelv nem teszi lehetővé a tegezést és magázást. Valóban, a némethez vagy a magyarhoz hasonló nyelvi struktúrák hiányoznak az angol nyelvből, de

mégis a megszólításban a Dr. vagy Mr. és Ms. és a családnév választásával, valamint a formális és informális nyelvi kifejezések közötti különbségek tudatos használatával lehet disztingválni.

Egyetértek Kútvölgyi Andrea véleményével, hogy a tegezés-magázás a terápiás keret része, és ezért a pszichoterapeutának ezzel is foglalkoznia kell, és ő kezdeményezi ennek kialakítását (a terápiás folyamat kezdetén). Izgalmas témakör ez, hiszen a tegezés-magázás választása, a közvetlenség versus távolságtartás az analitikus helyzetben befolyásolja az analitikus kapcsolatot és az áttétel dinamikáját. A tegezés a kliens elfogadása és a partnerség irányába hat, míg a magázódás a hétköznapitól eltérő, és ezért az analitikus tér, egyfajta szimbolikus kapcsolat létrehozását támogatja. (Legalábbis a magyar nyelvi közegben, ahol a családi életben és a mindennapokban a tegezés az elterjedt és a magázás ritkán, csak a hivatalos érintkezésben használatos.)

Saját gyakorlatomban igyekszem a kliensek szokásait és igényeit figyelembe venni, és velük közösen egyeztetni ebben a kérdésben is a terápiás folyamat elején, azt követően pedig következetesen alkal-

mazni a megállapodásunkat. Ezért vannak olyan klienseim, akikkel tegeződöm és vannak, akikkel magázódok. Most, hogy ezen a témán gondolkozom, meg kell állapítanom, hogy a tegezés-magázás különbségét az esetemben főleg a kliensek életkori sajátosságai adják. A nálam idősebb kliensek szívesebben magázódnak velem, míg a fiatalabb kliensek számára ez a lehetőség fel sem szokott merülni és velük természetesebb a tegeződés.

Röviden összefoglalva, terápiás szempontból fontos kérdésnek tartom a tegezés-magázás kérdését, amiben a pszichoterapeutának tudatosnak kell lenni, és mindenképpen foglalkozni kell, de nincs egyetemes recept. Érdeemes figyelembe venni a pszichoterápia közegét, kulturális sajátosságokat és a kliens életkorát, egyéni szokásait is.

Deák Zsolt

Sodródok a helyi kultúrával, ahogyan azt észlelem. Magyarországon gestalt alapon coacholok felsővezetőket, és gestalt terápiával foglalkozom, Izraelben szintén terápiával foglalkozom, és egyetemen tanítom a gestaltot. Számomra a gestalt az egyenrangúság, személyesség, jelenlét módszertana.

Magyarországon úgy észlelem, hogy a középkorú és idősebb korosztályban még vannak nyomai a régi hagyománynak, amelyben az azonos neműek inkább tegeződtek, a különböző neműek inkább magázódtak. Én eszerint indítok. Nőknél előbb megkérdezem, hogyan kényelmes neki, ha tegeződünk, vagy ha magázódnak. Nem emlékszem olyan esetre, hogy valaki a magázást választotta volna. Férfi ügyfeleknél ritkán kezdem a fenti kérdéssel. Viszont gyakran találok szembe magam azzal a helyzettel, hogy ahogyan a kultúra változik, és terjed a tegeződés, a férfi ügyfeleim kérdezik meg, hogy nem lehetne-e tegeződni. Ilyenkor mindig áttérünk a tegező formára. Egy korábbi ügyfelem, középkorú férfi első találkozásunkkor néhány percen belül kéri a tegeződést. Ez nekem túl gyors volt, de mivel az egész beszédmódja, jelenléte ugyanilyen sodró, sőt elsodró, ezt szóvá tettem, és később dolgoztunk ezzel a témával.

Gyerekekkel, kamaszokkal nem dolgozom, így erről nincs tapasztalatom. Ha fiatal felnőtt ügyfelem magáz, amikor én tegezem, akkor én is magázni kezdem. Fontos nekem, hogy a megszólítás ne teremtsen rejtett hierarchiát. Nincs olyan érzésem, hogy tegezve könnyebb dolgozni, mint magázva, legalábbis egyéni munkában. Nincs olyan érzésem sem, hogy könnyebb lenne intimitást elérni tegezéssel, mint magázással. Ez sokkal inkább a jelenlét, a csenden múlik, mint a megszólításon. Másfelől nem

tartok attól, hogy tegezés esetén kevésbé tudnám tartani a határait, ha észreveszem ennek veszélyét, többnyire kimondom.

Mégis volt, hogy beleütköztem nehézségbe. Egy ügyfelem, középkorú, nagyon elegáns és még inkább sármos férfival az első találkozáson a szexualitás, a férfiasság jut eszembe. Nem ajánlom fel neki a tegezést, mintha a magázással óvnam magam a bevonásától, csábításától. A munkánk során végig magázódnak. Egyszer, amikor megszólítom, nem tudom eldönteni, hogy azt mondjam: „ön”, vagy azt, hogy „maga”. A „maga” túl durvának hangzik, az „ön” túl kifinomultnak. Eszembe jut anyósom, falusi, kevés osztályt járt asszony, aki amikor először nála jártam, és önztem, mondta, hogy ezt hagyjam abba, mert olyan úrikisasszonyos. Valószínűleg azért is juthatott ő eszembe, mert kliensem, aki most magas pozíciót tölt be, korábban a legnagyobb tisztelettel beszélt a végtelen szorgalmú és fegyelmezett parasztember nagyapáról, mint akitől a legtöbbet tanult. Itt megakadtam, és elmondtam neki az elakadásomat, kérdezve, hogy ő melyiket preferálja. Sem a „maga”, sem az „ön” nem indított el benne zavart vagy ellenállást, rám bízta, melyiket választom. Mint utóbb kiderült, a cégében a tegezés az általánosan elfogadott, bármilyen korúak és neműek a kollégák.

Ha csoporttal dolgozom, akár szervezeti csoporttal, akár egyetemen tanítok, a csoport egészét tegezem, felajánlom, hogy ők is tegezzenek. Ha valaki magáz, amikor megszólít, én is magázom.

A másik ország, ahol dolgozom, Izrael. Nagyon más kultúrájú, mint Magyarország. A héberben nincs magázó változat, és sokkal kevesebb udvariassági formulát használnak, a beszédmód direkter, nem bővelkedik formális udvariassági szavakban. Amit magyarul úgy mondunk, hogy „szeretnék”, az héberül „akarok”. A figyelmességet sokkal inkább gesztusokkal, hangszínnel, hangerővel fejezzük ki. Ez a direkt fogalmazás összhangban van a gestaltos irányzat tömör és tiszta, egyértelmű fogalmazásának igényével, ezért szeretem.

Erős Ilona

A tegeződés-magázódás kérdés két engem érintő aspektusát szeretném kiemelni. A vidék-főváros különbséget és a családterápiás munka során megélt kettősséget.

Három és fél éve járok „vidékre”. Budapesten kívül két pest megyei családsegítő szolgálat kilenc településén dolgozom pszichológusként, család-

terapeutaként. Csak egy órát utazom, de egészen más világban találok magam. Kisvárosokban, a falvakról nem is beszélve, más az emberek közötti közelség. Ha már nem is köszönnek egymásra a félismeretlenek az utcán, jóval közvetlenebbek egymással, így ott velem is. Tapasztalatom szerint a többség alapértelmezetten tegeződne velem is, kortól függetlenül. Nekik ez a természetes. Számomra a magázódás. Kérésemre egy-két kivételtől eltekintve ez utóbbinál is maradunk, van, akinek egyszerűen nem megy máshogy, hiába próbálják, szokatlansága miatt nem tudnak nem tegezni. Én következetesen magázódok minden felnőttel és serdülővel egy bizonyos kor felett. Ezt ugyanolyan keretnek gondolom, mint az időt, vagy a titoktartást. A kapcsolatot védi, fenntartja a megfelelő távolságot. Véleményem szerint vidéken ezt még nehezebb fenntartani. A jellemző közvetlenség könnyebben hívja a tegeződést, vagy akár a facebook ismerőség lehetőségét, s ezt

követően a többi keret átlépését is. Épp ezért én fontosnak tartom a tiszta határok képviselését.

A családterápiákban részt vevő kisgyerekes családoknál alakul ki az a helyzet, hogy egyszerre kell tegezni és magázni a család tagjait. Ezért sokszor kétféleképpen – tegezve és magázva – is fel szoktam tenni kérdéseimet, a szülőkhöz és a gyerekekhez is fordulva. Olykor elkerülhetetlen, hogy valamelyik hangsúlyosabbá váljon – jellemzően a tegező forma –, de ettől még megmarad alapvetésként a szülővel kialakított magázás. A gyerekek olykor magáznak, olykor tegeznek, ezt rájuk bízom. Érdekes megfigyelni, mikor melyik jelenik meg. A vegyes kommunikáció elsöre nehezen érthetőnek tűnhet, de a családoknak ez nem okoz problémát, inkább számomra igényel több odafigyelést. Ezzel együtt jobbnak tartom ezt a formát.

Sinkó Dóra