A Pszichoterápia szakfolyóirat 2013/1 (22. évf. február) számáról

Az első cikk a meddő párok pszichoterápiás támogatásáról szól (**Higi – Süli – Vereczkey: A meddőség labirintusában**). Egy félmondat: "az erős negatív emóciókat mutató nők közt 21,4 %-os volt a fogantatási arány (megtermékenyített petesejt beültetése), míg a kevésbé negatív emóciójú csoportban 53, 8 %." Ennek ellenére kevesen vesznek igénybe pszichoterápiás szolgáltatást, és sokan félbehagyják az in vitro fertilizáció programot még a kívánt gyermek megszületése előtt. Az egész cikk sugallja számomra azt a kultúrát, hogy terápiás segítséget igénybe venni ijesztő és talán szégyenteli is. Egyelőre Magyarországon gyerekcipőben jár az a komplex megközelítés, amely a testi beavatkozások mellett a pszichikai közreműködést is fontosnak tartja, így - a cikk szerint - hiányzik a magyar protokoll. Sürgető a szakmák között és szakmán belüli összefogás, mondják a szerzők, és talán ez nemcsak a meddőséggel kapcsolatos szakmákra igaz.

Száz évvel ezelőtt jött létre az első mozdulatművészeti iskola Magyarországon (**Révay Réka: Mozdulatművészet és terápia**). **Dienes Valéria** Isadora Duncan hatására alapította meg az iskolát. **Madzsar Alice** pedig többek között terhes tornát kezdeményezett 1912-ben! Ezekkel ők kezdeményezték a mozgás felhasználásával történő lélekgyógyítást. Amit most kiemelek a cikkből, az Dienes Valéria elmélete a mozdulatművészet négy "határozmányáról". Azt kérem, hogy ne úgy olvasd, hogy ez egy idegen művészeti vagy tudományos ág leírása, hanem úgy, hogy a saját szakmádban hogyan tudod ezt értelmezni. A "plasztika" a térbeliség, hogyan használom a teret. A "ritmika" az időbeliség, milyen a tempó. A "dinamika" az erővel gazdálkodásról szól, az izomtónusról. A "szimbolika", amit ki akarok fejezni, ami belül van, amivel megérintem a "nézőt". Az jutott eszembe, hogy a tanácsadói, terápiás munkát is le tudja írni, hogyan használom a teret, az időt, az erőt, hogy kontaktusba kerüljünk, és valamit együttesen létrehozzunk. Én egy későbbi generációtól, Berczik Sárától tanultam, akkoriban művészi tornának nevezett valamit, és bár a legfőbb túlélési készletem máig a gondolkodásom, de a cikk olvastán jöttem rá, hogy amit abból a tanulásból hozok, a ritmusérzék, a dinamika, az esztétikum tisztelete segít abban, hogy a munkám szép legyen és teljes. Ez hol sikerül, hol nem, de legalább észlelem azt is, ha nem.
Dienes bevezette az "**eszmélet**" kifejezést az elemzésében. Ahogy olvasom a cikket, eleinte furcsállom és kerülöm. Aztán rájövök, hogy ez szebb szó valami hasonlóra, mint az "alak" a Gestaltban. "... az egyénben az eszméleti állapot a benne élő múltnak talaján növő teremtés együtteséből áll." A találkozásban történik az "eszméletcsere". Ő végig a táncról beszél, én végig a munkámra gondolok.
Amit Madzsar Alice a huszadik század első felében kifejlesztett, az ma is újszerű és megszívlelendő. Róla írja a szerző: "Munkássága a gyógytorna területén élt tovább. Művészi elképzeléseinek nem volt közvetlen folytatása." Ijesztően keményen koppan

ez a mondat.

Nagyon szeretem az olyan cikkeket, amelyek egy jelentéktelen apró részlettel foglalkoznak, és ebből kiderül, hogy nem is annyira jelentéktelenek ezek a részletek. Ilyen (**Pető – Zana – Rózsa – Kőszeg: Mi történik az előszobában?** c. tanulmánya. A cikk analitikus szemszögből íródott, de mi, más irányzat szerint dolgozók is tudunk belőle a magunk számára kiemelni. Az előszoba olyan "tér, ahol nagyon sok hasznos információt nyerhetünk vagy veszíthetünk. Ahol erősödhet vagy sérülhet a terápiás kapcsolat." Emlékszem egy új coaching ügyfelemre, akivel korábban csak egyszer találkoztam, és amikor kiengedtem az előző kliensemet, és felé fordultam, nem jutott eszembe a neve. Láttam rajta a meghökkenést, az ülésünkön aztán rá is kérdeztem. Így szerencsére tudtunk róla beszélni, a mi kapcsolatunk nem sérült tartósan. Azt hiszem, ha úgy tettem volna, mintha minden rendben lenne, akkor sérült volna. A cikkből kiderül, amit sokszor megélhetünk, de aztán vagy feldolgoztuk, vagy nem, hogy néha az előszobában történik az a valami, ami fordulatot hoz a munkában.

Az analitikus szupervízióról, azon belül a II. vh előtti budapesti iskoláról, és jelenleg élő modellekről ír **Szőnyi Gábor** (**Személyes terapeuta és szupervizor)**. Ha ebből mindent kiemelnék, ami megmozgatott, az egy önálló levél lenne, így csak egy érdekesség: az egyik modell szerint a szupervízió feladata, hogy feloldja a belső akadályokat, a vakfoltokat. A másik modell szerint az, hogy alkalmassá tegyen a kompetens, szakmailag-társadalmilag nyilvános munkára. Első ránézésre nekem mindkettő igaz. Azonban a következtetések ellentétesek. Az első modell szerint a jelölt eredeti analitikusa a legalkalmasabb szupervizor, a második modell szerint valaki más, akinek a segítségével a jelölt eljut a szakmai autonómiához. Nem akarok egyértelműen választani, mindkettőnek lehet helye, de ha a másodikra nem kerül sor előbb-utóbb, akkor nekem szól a vészcsengő.

A **táv-pszichoterápia** vitájában két olyan írás van, amely ennek előnyét hangsúlyozza a személyes találkozással szemben. Az egyik idegtudományi szempontból fogalmazza meg azt, hogy a személyes találkozás és szemkontaktus hiányában csökkenhet a szorongás, és a kontrollfunkciók működése, amitől nőhet a terápiás hatékonyság. A másik írás email-es tanácsadásról számol be, amelyben a levélírók rögtön az első vagy második levélben olyan nyíltan számolnak be súlyos témákról, amilyen nyíltság személyes terápiákon legfeljebb a sokadik találkozón jöhet létre, ha egyáltalán. Másik hatás, hogy míg személyes terápiába 10 emberből csak egy férfi megy, addig online változatba három. Hát, ezek nekem ütős érvek. *A vita megtalálható a Pszichoterápia honlapon http://www.pszichoterapia.hu/a-folyoirat/korabbi-vitak/ - Szerk.*

Az **etikai sorozat** e számban leírt esete olyan helyzettel foglalkozik, amikor a kliens titok tartását kéri, és a terapeuta ebbe belemegy, ami aztán "hátráltatja az értelmezést, a reflexió lehetőségét", és így a rendszer eredményességét. Nem egyszer élem meg, hogy a személyes kapcsolat megtartásának oltárán feláldozzuk a szervezeti

eredményességet! Az előző ilyen eset is titokról szólt, ehhez most Tornyossy Mária megnyugtató jogszabályi ismerettel ír hozzászólást. Van, amikor a véleményeket felülírják, és biztonságos keretet nyújtanak a szabályok. *A vita megtalálható a Pszichoterápia honlapon http://www.pszichoterapia.hu/a-folyoirat/korabbi-vitak/ - Szerk.*

Úgy tűnik, nő a hozzászólások száma, és ezek nem kevésbé érdekesek, mint az eredeti tanulmányok. Így talán gyengül az az állapot, amit Buda Béla úgy fogalmazott meg, hogy "... nagyon sok vitatnivaló lenne, de e helyett inkább "kollúziók", békés konszenzusok az uralkodók."

És végül: Egy konferencia egyik előadójáról írta a beszámoló, hogy "az előadás erőssége volt a széles irodalmi áttekintés." Nem szeretném, ha rólam ilyet írnának, mondjuk nagy veszélye nincs is.