

## LEHETSÉGES-E ÖNISMERETI MUNKÁT VÉGEZNI EGYETEMEK ÁLTAL SZERVEZETT CSOPORTOKBAN?

*A Pszichoterápia folyóirat idei első számában jelent meg a Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézete által szervezett műhelyről szóló beszámoló, mely az egyetemi pályaszocializáció kérdéseire, ezen belül pedig az ilyen keretben vezetett önismereti csoportok problematikájára irányította a figyelmet. A Pszichoterápiás Tanács Szövetség 2016-ban hozott etikai állásfoglalását 2018-ban ismét a módszertani egyesületek figyelmébe ajánlotta, melyet folyóiratunkban is közöltünk. Az állásfoglalás mentén úgy tűnik, mind az egyesületek, mind az egyetemi képzőhelyek szakmai-módszertani gondolkodásának témájává vált az önismeret-terápia kereteinek meghatározása, a képzésekbe való beszámíthatóság kérdése. Az e mentén alakuló nézetek ütközésének szeretnénk teret biztosítani Szummer Csaba vitaindítójával és az első hozzászólásokkal. Várjuk képzők, képzésben lévők és a témáról véleményt formáló minden olvasó hozzászólását.*

Takácsy Márta, rovatvezető

A *Pszichoterápia* folyóirat legutóbbi száma újra közzétette a Pszichoterápiás Tanács Szövetség (PTSz) 2016 augusztusi állásfoglalását, amely szerint a „felsőfokú intézményi keretek között folytatott pszichoterápiás önismereti jellegű foglalkozás etikai normákba ütközik”. A szerkesztő ugyanakkor megjegyezte, hogy a folyóirat a közzététellel egyidőben „teret nyit a kérdés megvitatásának” (349. old.). A szerkesztő előszavában arra is utalt, hogy 2018 októberében a Károli Gáspár Református Egyetem (KRE) Pszichológiai Intézete workshopot szervezett a témában. Az intézet egyik tanszékvezetőjeként úgy vélem, hogy a workshop megnyitotta a csoportterapeuták gondolkodását ebbe az irányba. Az ott elkezdődött vitát reményeim szerint most a *Pszichoterápia* hasábjain lehet folytatni. A workshopon a képzők oldaláról a Csoportanalitikus és Kiképző Társaság (CSAKIT), a Dinamikus Rövidterápiás Egyesület és Alkotóműhely (DREAM), valamint a Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadó Egyesület kiképző csoportvezetői vettek részt, az egyetemek közül pedig a KRE, a Budapesti Műszaki Egyetem (BME), a Szegedi Tudományegyetem (SZTE), az Eötvös Lóránd Tudományegyetem (ELTE) és a Semmelweis Egyetem (SE) munkatársai. A workshopon megjelent, a KRE által szervezett csoportokat az elmúlt két egyetemi szemeszterben vezető kiképző csoportterapeuták egybehangzóan állították, hogy tapasztalataik sze-

rint jó hatásfokkal lehet önismereti munkát végezni ezekben a csoportokban.

Saját személyes élményeim, valamint a Károlin folyó önismereti csoportok megfigyelése során szerzett ismereteim alapján én magam úgy vélem, hogy az egyetemi szervezésben létrejött csoportok *megfelelő feltételek* mellett egyenértékűek lehetnek a nem egyetemi szerveződésben létrejövő csoportokkal. Az első feltétel az úgynevezett „kettős kapcsolatok” elkerülése a csoportvezető és a tagok között. A hallgató csoportvezetője *nem lehet* az egyetem tanára még akkor sem, ha nem tanítja az adott hallgatót, az államvizsgán ugyanis találkozhat vele (erre a pontra még visszatérek). A második feltétel, hogy az önismereti csoporton való részvétel önkéntes jellegű. A harmadik, hogy az önismereti csoportokat *kiképző* csoportterapeuták vezetik. Végül a negyedik feltétel: a csoportokra önkéntesen jelentkező hallgatóknak szűrő *interjú*n kell átesniük majdani csoportvezetőikkel. Amennyiben a fenti kritériumok teljesülnek, nem látom lényegi különbségnek, hogy egy adott csoportot csoportterapeuta hirdet meg vagy egyetem.

Mennyiben nehezíti az egyetemi csoportok működését, hogy a csoporttagok ismerik egymást? Véleményem szerint diák-diák vonatkozásban nem beszélhetünk kettős szerepről. Érdemes itt tanulmányozni az Amerikai Pszichológus Szövetség etikai kódexét (*Ethical Principles of Psychologists and*

*Code of Conduct*). A kódex hetedik fejezete az *Oktatás és tréning* címet viseli. Ezen belül a 7.05. pont címe: Önkéntesen választható egyéni vagy csoport terápia. Itt ezt olvashatjuk: „(a) Amennyiben egy képzési program vagy kurzus követelménye egyéni vagy csoport terápiában való részvétel, a programért felelő pszichológus lehetővé teszi a /.../ hallgatóknak, hogy olyan terapeutához forduljanak, aki nincsen más kapcsolatban a programmal. /.../ (b) Az a tanszék, amely a hallgató osztályozásáért felelős, vagy később valószínűsíthetően felelős lesz, nem vehet részt a terápiában.” Az amerikai és a magyar szabályozás abban tér el egymástól, hogy az Amerikai Pszichológus Szövetség megfogalmazásával szemben a PTSZ már idézett 2016-os állásfoglalása *nem csupán a diák-tanár, hanem a diák-diák viszonyt is kettős kapcsolatnak tekinti: a hallgatók „egymással /.../ különböző baráti, szerelmi, érdek /.../ esetleg függő viszonyban” vannak*”. (349) Ez a megállapítás lényegében véve munkahelyi kapcsolatnak tekinti a diák-diák kapcsolatot. Ez véleményem szerint nem adekvát. A mai egyetemi képzésben – az úgynevezett bolognai rendszerre való áttérést követően – ugyanis megszűntek az öt éven keresztül változatlan hallgatói tagsággal együtt maradó tankörök. Mivel a szemináriumi csoportok szemeszterről szemeszterre újraszerveződnek, a hallgatók csupán laza kapcsolatban állnak egymással, hiszen a nagyelőadásokat leszámítva meglehetősen ritkán találkoznak. „Baráti, szerelmi, érdek” viszonyok (349) ugyan ennek ellenére is kialakulhatnak közöttük, ezt azonban az interjújuk során ki lehet szűrni a leendő csoporttagok esetében.

A tagok közötti felszínes ismeretség a csoportfolyamatok kezdeti szakaszában csakugyan késlelteti a mélyebb, személyesebb szintre való átlépést. Demonstrációs (tehát nem önismereti jellegű) *encounter* csoportokban magam is tapasztaltam: a hallgatók gyakran utalnak arra, hogy a személyes ismeretség akadályt jelent számukra az önfeltárás során. Úgy vélem, ezek a kijelentések kisebb részben valós, ám viszonylag könnyen leküzdhető akadályokra utalnak; nagyobb részben azonban az *ellenállás* jeleiként kell értelmezni őket. Egy gyakorlott csoportvezető minden bizonnyal könnyen átviheti a csoportot ezen a kezdeti szakaszon. Az egyetemek által szervezett önismereti csoportokat a hazai csoportmozgalmak (elsősorban a pszichoanalitikus CSAKIT és az *encounter* CCC workshopjaira gondolok) és csoportkultúra fejlesztését és nemzedéki utánpótlását biztosító fontos eszköznek tekintem. Az amerikai pszichológusképzés bizonyos curriculumok esetében az egyetemi oktatás szerves részének

tekinti a csoportokban végzett önismereti munkát. Kívánatos lenne a magyar pszichológusképzést is ebbe az irányba elmozdítani. A Károli Pszichológiai Intézete erre tesz kísérletet. A PTSZ jelenlegi szabályozása ezt akadályozza, és nem elősegíti.

Szummer Csaba

Az eddigi két, egyetemistákból verbuválódott, egy szemeszterre kiterjedő időhatáros kiscsoport vezetésem tapasztalatai alapján szólnék hozzá a vitához a szerkesztőség felkérésére. A módszer daseinanalitikus álemelemzés, melynek csoportmódszere egyrészt a daseinanalitikus terápia eddigi gyakorlatain, másrészt módszerdemonstrációs sajátélményű önismereti csoportok vezetési tapasztalatain alapult (elsősorban a Pszichoterápiás Hétvégeken). Első csoportomat a Szegedi Egyetemi Életvezetési Tanácsadóban (amely részben alapítványi finanszírozású) öt alkalmas tanácsadón részt vett olyan egyetemi hallgatók részére szerveztük, akiknél szocializációs nehézségek voltak kideríthetők, és vállalták a csoportmunkát. A csoportba beválogatott hallgatók nagyobb része nálam járt tanácsadásra, így behatóbb ismereteim voltak róluk, a mások által delegált hallgatókkal első interjút vettem fel. Mivel a beválogatás összegyetemi volt, összeférhetlenség nem jött létre a hallgatók közt. A másik csoportomat magánpraxisban szerveztem, egyrészt rövid, egyéni terápiát követően ajánlottam meg egyeseknek, másrészt a Pszichológus Napokon tartott egy alkalmas, önismereti munkára szocializáló demonstrációs csoportokon részt vevő, és ezt követően érdeklődést mutató hallgatók számára tettem azt lehetővé. Ezen hallgatók nagyobb része pszichológia szakos volt, velük is beválogató interjú történt, feltérképezve az esetleges összeférhetlenségeket. Tekintettel arra, hogy bár óraadó vagyok az SZTE Pszichológiai Intézetében, de csak levelezős hallgatókat vizsgáztatok, egy esetben sem merült fel a kettős kapcsolat lehetősége. (Az államvizsgákon vagy az MA-ra való felvételiztetés során pedig megoldható, hogy a hallgató egy másik vizsgabizottsághoz kerüljön.) Tapasztalatom szerint azonban szerencsésebb volt az összegyetemi (vagy egyetemek közti) csoportverbuválás, mivel kisebb ellenállást szül a nem-ismertesség, mint a laza ismeretség. Ez az ellenállás valóban csak hosszabb távú csoportmunkával küzdhető le. Ennek ellenére mindkét csoportban érdemi munkát végeztek és valódi önismereti belátásokat szereztek a hallgatók, ez a visszajelzésekből egyértelmű volt.

Mindkét csoportomra jellemző volt az egyetemistalétekből fakadó homogenitás, azaz a szülőkről való leválás problémája, amely ugyanakkor tartalmazta az egyéni heterogenitást is, hiszen minden hallgatónak más-más családi konstellációról kellett leválnia. Ez a fajta azonos tematika viszont dinamizálta a csoportokat és csökkentette az ellenállást, másrészt kedvezett a kortárs csoporttal való azonosulásnak. Tekintettel a csoportok időhatáros voltára, fontos, hogy az egyéni életvezetési, párkapcsolati és önismereti problémák tárgyalásába milyen mélyen mehetünk bele. Mivel az álomelemzésnek különböző szintjei vannak, ez lehetővé teszi, hogy szabályozzuk az elemzés, értelmezés mélységét a csoport céljainak és időtartamának, a rövidterápiák szabályainak megfelelően (ebben sokat segített DREAM-terápiás tapasztalatom). Egyetértve Szummer Csaba vitaindítójával, nagyon fontosnak érzem az önkéntességet és mindenféle nyomásgyakorlás kiküszöbölését, ugyanakkor az önismereti munka fontosságának és kultúrájának megteremtését is az egyetemeken belül. És ez nemcsak a leendő pszichológusokra, hanem az orvostanhallgatókra és pedagógusjelöltekre éppúgy vonatkozik, mint más szakmákra készülők. Azt hiszem, nem kell hangsúlyoznom, hogy az egyetemista életkor egy olyan időszak az ember életében, amikor a legfogékonyabb a fiatal felnőtt a változásokra és a fejlődésre. Ennek a korosztálynak a lelki fejlődését elősegíteni társadalmi felelősség lenne és nem volna szabad anyagi helyzettől függenie az önismereti hozzáférésnek. A leendő értelmiségiek meghatározó szerepet játszanak majd még nagyobb tömegek mentálhigiénés kultúrájának megteremtésében.

Természetesen az etikai normák betartása legalább ilyen fontos az eredményes működéshez, de semmiképp sem célszerű egy túláltalánosított állásfoglalással gátolni, vagy eleve gyanúba keverni az ilyen jellegű csoportok létrejöttét és működését.

*Krékits József*

Véleményemet a pszichológus képzésben töltött közel 20 éves, illetve a pályaszocializációs kurzusok vezetésében szerzett 10 éves tapasztalatomra építem. Hozzászólásomban Szummer Csaba vitaindítójának néhány kérdésére reflektálok, szétbontva a kérdést a pszichológus képzés BA és az MA szintjeire. Mielőtt azonban ezt megtenném, szeretném kiválasztani az önismereti csoport, a csoportterápia és a pályaszocializációs csoport helyét a pszichológu-

sok képzésében, s ezen belül is a képző intézmények felelősségére fókuszálók dióhéjban.

Először is úgy vélem, hogy nincs olyan segítő foglalkozás, így a pszichológus pálya sem, amely ne követelne megfelelő mélységű önismeretet, amely például önismereti csoportokban is megszerezhető. Álláspontom szerint ezen a területen nincs kizárólagos felelőssége a képző intézménynek. Ugyanakkor speciális készségek, kompetenciák fejlesztése a képzés kezdetétől indokolt (empátia, tolerancia, hitelesség, kríziskezelés), s itt mindenképp érintődnek alapvető önismereti kérdések.

A hosszú évek tanítása során gyakran találkoztam készségfejlesztő kurzusokon olyan hallgatókkal, akik valamilyen patológiás személyiséggel, személyiségzavarral voltak jellemezhetőek, s számukra mindenképp indokolt volt egy *terápiás csoport*hoz való kapcsolódás, vagy egyéni terápia elkezdése, de ezek biztosítását sem vélem a képző intézmény feladatának, inkább csupán a megfelelő helyre irányítást. Ugyanakkor a probléma felveti a *pályaalakmasság* kérdését.

A *pályaszocializációs csoportokat/kurzusokat* vélem a leginkább a pszichológus képzés kompetenciájához kapcsolódónak, s ezért úgy látom, itt kell a leginkább összehangolódnia a képző intézményeknek. A pályaszocializáció alapvető célja a naprakész tudás átadásán túl a kognitív ismeretek és a gyakorlati készségek integrálása, a pszichológus identitás artikulálása, az önismereti oldal összeillesztése a pálya követelményével, ennek nyomán a fejlesztendő területek kiemelése, a növekedés facilitálása. Végül, de nem utolsó sorban feladat a munkaerőpiaci lehetőségek bemutatása is.

A hazai pszichológus képzés hálótervében a BA képzés keretében több egyetemen is szerepelnek különböző néven olyan kurzusok, melyek célja azon *szkillek, illetve kompetenciák fejlesztése*, melyek az egyetemi élet mindennapjaiba való beilleszkedést hivatottak segíteni, illetve alkalmassá teszik a pszichológus hallgatót a viselkedés elemzői munkakör ellátására. Látnunk kell, hogy azon hallgatók, akik a hétköznapi élet kihívásai szempontjából szerény eszköztárral rendelkeznek, azok számára mentálhigiénés aspektusból a felsőoktatás tere kockázatos, veszélyforrásokat rejt, épp ezért érdemes *preventív eszközökhöz* nyúlnunk. Ilyenek a hatékony és hiteles kommunikáció, krízis és konfliktuskezelés, asszertivitás, stresszoldó technikák megismerése. A felsorolt területeken meghirdetett csoportok vezetését mindenképp megfelelő *módszerspecifikus* végzettséghez kell kötni, de véleményem szerint *nem indokolt*, hogy ezeket kizárólag csak *kiképző*

*csoportherapeuta* végzettséggel rendelkező szakemberek vezethessék – ahogy az a vitaindító harmadik feltételében szerepel. Az említett kurzusoknak van önismereti hozama, de semmiképp nem célkitűzés, hogy terápiás mélységeket mozgasson meg, így indokolatlan kitétel az előzőekben említett szakmai feltétel. Ugyanakkor elvárható a csoportvezetésben való többéves tapasztalat, illetve a *felsőoktatás „mikroklímájának”* ismerete, amiben az érintett hallgatók nap mint nap élnek.

Egyetértek a vitaindítóval abban a kérdésben, hogy a csoport vezetője ne legyen egyéb oktatási helyzetben a hallgatóval (lásd vitaindító 1. számú feltétel). Ugyanakkor a szóban forgó *készségfejlesztő csoportok* összetétele esetén nem látom túlságosan gátló tényezőnek a Szummer Csaba által felvetett szempontot, jelesül, hogy a csoport tagjai ismerik egymást. Tapasztalatom szerint egy sikeresen megvalósult kurzusnak igen komoly csoportkohéziót, csoportidentitást, társas támogatást erősítő szerepe lehet, amely kihat más terekre is az egyetemi életvezetésben, komoly hiányt pótolva ezzel.

Az MA képzés során véleményem szerint elengedhetetlen, hogy pályaszocializációs kurzusok keretében fejlesztésre kerüljenek olyan készségek, kompetenciák, melyek a pszichológus pályán alapkövetelmények, s mint ilyenek, szerepelnek is a *képzési és kimeneti követelményekben* (lásd KKK). Néhány különösen fontos fejlesztendő terület: a magas szintű önreflexivitás, komplex esetkezelés, autonóm dönteni tudás képessége, társadalmi felelősségvállalás. Ezen a képzési szinten már valóban egy *mélyebb önismereti munkáról* beszélhetünk, de véleményem szerint *itt sem csoportterápiáról*. Ezen kurzusokhoz *alanyi jogon* minden hallgatónak hozzá kell jutnia. Megjegyzem, az utóbbi kitétel kissé szembe megy az önkéntesség elvével, amit a vitaindító második számú feltételeként olvashatunk. Egyetértek Szummer Csabával abban, hogy a képző intézmények által támogatott pszichológia fókuszú sajátélményű csoportok optimális esetben ne legyenek azonosak a tanulócsoporthoz, tehát a csoport tagjai ne ismerjék egymást. Ez a szakmailag egyébként teljesen indokolt feltétel azonban az anyagi források hiányában, illetve logisztikai okok miatt még a mesterképzés során sem kivitelezhető. Gondoljunk csak bele, egy adott időpontban MA képzésben lévő első és másodéves hallgatók *lakossági csoportban* való elhelyezése nagy számú, párhuzamosan futó csoportot feltételez egy vidéki nagyvárosban. Ez a feltétel valószínűleg csak Budapesten teljesíthető. A *trénerek díjazása* ilyen keretek között úgyszintén a legtöbb intézményben teljesíthetetlen elvárás.

Összefoglalva a csoportokat vezető trénerek kérdését, két módon látom megoldottnak: külsősök felkérése, akik az intézmény keretei között az intézményen falain belül vezetik a kurzust, vagy pedig olyan rész vagy főállású pszichológusok alkalmazása, akik nem tanítanak egyéb tárgyat a szakon.

Végül nem értek egyet a vita indítójával abban, hogy ezen pályaszocializációs csoportok/kurzusok valójában *utánpótlás biztosítására* kéne vállalkozzanak a *hazai csoportmozgalmak* számára, miközben nagy tisztelője vagyok mind a csoportanalitikus CSAKIT szakmai tevékenységének, mind pedig az encounter CCC workshopjainak. Amennyiben egy ilyen célkitűzést deklarálnánk, s mintegy országos protokoll irányába fejlesztenénk, véleményem szerint félő lenne, hogy a szóban forgó pályaszocializációs csoportok eredeti szerepe, funkciója sérülne.

Szenes Márta

A vitaindító címében megfogalmazott kérdésre nagyon egyértelmű a válasz: lehetséges önismereti munkát végezni egyetemi keretek között. De Szummer Csaba szövegében erős nyomás érzékelhető a kategóriák összemérésére, s ez a bizonytalanság rávetül a kérdés érdemi megítélésére. A fő kérdés nem az, amit Szummer felvet, hogy az egyetemi önismereti csoport *megfelelő-e*, valóban önismereti csoportmunka-e, egyenértékű-e a nem egyetemi önismereti csoporttal. Lehet, sőt biztosan az, a felsorolt négy feltétel nagy eséllyel kellő garanciát is jelenthet erre. A fő kérdés, aminek a Pszichoterápiás Tanács Szövetsége (továbbiakban: PTSz) állásfoglalása mentén tétje van az, hogy ez az önismereti csoport egyúttal *sajátélményű terápia-e*. S erre, akárhogy csúrnjuk-csavarjuk, csak azt felelhetjük, hogy nem az, nem lehet az. Az önismereti csoport nem terápia, a vezetője nem csoportterapeuta a szerepét illetően, pláne nem kiképző terapeuta, hanem csoportvezető a szó legtagabb értelmében, a csoporttag pszichológus hallgató és nem pszichoterapeuta-jelölt, a csoport célja nem képzési célú személyes terápia, hanem az önismeret teljesebbé tétele.

Épp ezért félrevezető az amerikai etikai kódex citálása, amely terápiáról, terapeutáról beszél.

A PTSz etikai bizottsági állásfoglalása is ellentmondásos, hiszen itt eleve nem lehet szó pszichoterápiás jellegről. Amiről szó lehet az személyes önismeret, szakmai önismeret, a csoporthelyzet megtapasztalása, mint saját élmény, de ezek egyike sem konvertálható eleme pszichoterápiás módszer sajátélményű, kiképző célú csoportjának.

A diák-diák kapcsolatok kettős kapcsolatként való értelmezése képlékeny, megítélésem szerint konkrét vizsgálatot igényel, tudomásom szerint erre nézve vannak tervek. Az intimitás/ismeretség dimenziója mentén meglévő összeférhetlenség jó eséllyel valóban kiszűrhető az előzetes interjúk során. Másfelől viszont, ha a kapcsolódást nem is strukturálja az egyetemi szervezeti hierarchia, attól még jelentős szinkronizáció feltételezhető a csoporttagok között a csoportfolyamaton kívüli hatások mentén. Az önismereti csoport felettes rendszere, az egyetem, az évfolyam, az abban zajló, minden csoporttag számára közös élményt jelentő események a csoport alapmátrixát igenis beszűkíthetik, de ez a beszűkítés nem feltétlenül akadályozza a csoport önismereti munkáját.

Támogatni való az a cél, hogy a pszichológus hallgatók minél mélyebb szakmai, esetleg személyes önismeretre tegyenek szert az egyetemi évek

alatt. Véleményem szerint a PTSz idézett állásfoglalása ezt a folyamatot nem akadályozza, hiszen egész másról szól: azt mondja, hogy az egyetemi önismereti csoport *nem lehet része a pszichoterapeuta képzésnek*, s ezt tudnia kell hallgatóknak, egyetemnek, csoportvezetőnek egyaránt.

Végezetül egy pontosítás és egy korrekció: a Csoportanalitikus és Kiképző Társaság (CSAKIT) pszichoanalitikusként való jellemzése erősen beszűkítő, hiszen a csoportanalízis gyökerei közül csupán az egyik a pszichoanalízis, számos egyéb, társadalomelméleti alapvetése hasonló súllyal szerepel. Másrészt feltehetőleg a szerző a csoportmozgalmak alatt a Magyar Csoportterápiás Egyesület által szervezett csoportalapú programokra gondolt (például Pszichoterápiás Hétvég, Civil Csoport Hétvége), amelyeken a csoportanalitikusok is aktívak.

*Terenyi Zoltán*