

VITA A TÁRSADALMI JELENSÉGEKRE ADHATÓ LÉLEKTANI VÁLASZOKRÓL

Érdekes egybeesés kísérte a jelen vitát. Németh László a 2018-as decemberi ankétunkon vetette fel, hogy folyóiratunk otthont adhatna a társadalmi környezet és szakmánk viszonyáról való közös gondolkodásnak. Egyszerre többünk szeme fel is csillant a szerkesztőségből: otthont mi adunk szívesen, de ehhez várjuk a vitaindítót! Németh László ezt már az előző lapzárta előtt el is küldte nekünk, de abba a számba már nem fért bele terjedelmi korlátok miatt. Majd láttuk, hogy ettől a kezdeményezéstől teljesen függetlenül formálódott a 2019-es konferenciánkon egy kerekasztalbeszélgetés hasonló témában (Politika a díványon: politikai tartalmak megjelenése a pszichoterápiában). A vitához meglepően gördülékenyen és gyorsan kaptunk hozzászólásokat, amiben azért van egy kis „csalás”, mert első körben a Civil csoport hétvége és Városi csoport jelenlegi vagy múltbeli stábtagejai tartották az első határidőt. Ebben a számban két hozzászólásnak jutott hely (Borbándi János, Bánki György), de a következő számra is elkezdtek már sorakozni a vélemények.

Valkó Lili, rovatvezető

VITAINDÍTÓ GONDOLATOK

A TÁRSADALMI JELENSÉGEKRE ADHATÓ LÉLEKTANI VÁLASZOKRÓL

Miközben a pszichoterápiával és tanácsadással foglalkozó szakemberek szinte evidenciaként kezelik, hogy a lélektani munkában nincs helye a „politikának”, ugyanakkor az egyéni és csoportos lélektani helyzetekben megjelennek, tükröződnek a társadalmi hatások, aktuális történések. Kérdésként teszem fel, hogy milyen választ adnak erre a lélektannal foglalkozó szakemberek. Mindannyian benne élünk a magyar társadalomban és akár tudomásul vesszük, akár nem, választ adunk reagálásainkkal a társadalmi jelenségekre a pszichoterápiás és tanácsadói munkánk során. Szeretném tisztán képviselni azt, hogy írásom nem politikai (jobb- és baloldali) irányultságról szól (mindenki személyes választása, hogy milyen politikai preferenciái vannak), hanem a lélektani munkában adott értékválasztásokra vonatkoznak a vitaindító gondolataim. Az értékválasztásból következő emberképről, társadalmi működés megítéléséről vetek fel gondolatokat, kérdéseket a lélektani munka keretében.

A mindennapi megélés része, hogy a mai magyar domináns politika megosztásra törekszik; gyűlöletkeltéssel manipulálja az emberek különböző csoportjait; populista szemléletmóddal leegyszerűsítve magyaráz társadalmi jelenségeket; a domináns

politikusi kommunikáció lekezelő, másikat semmibe vevő, hatalmi arroganciát képviselő, cinikus; a gender kérdésekben a férfi felsőbbrendűségét hirdető és áldozathibáztató szemléletet képvisel; a menekülteket „migránsozva” bűnbaknak kiáltja ki; a forráselvonásokkal ellehetetleníti az egészségügy, oktatás, szociális területét; a domináns gondolkodástól eltérőket ellenségként kezeli és minden eszközt megenged magának a másként gondolkodók ellehetetlenítésére; közben az egész társadalmat demoralizáló korrupció, továbbá az egyének biztonságát szolgáló jogállami intézmények lebontása határozza meg a társadalmi működést; mindezt a közösségi média globális fake news/álhírek/összeesküvés teóriák és algoritmusok által manipulált virtuális világával fűszerezve.

Látom magam előtt, sok olvasó megütközött arcát, aki magában azt a kérdést teszi fel, hogy terapeutaként, tanácsadóként mi köze van ezekhez a kérdésekhez. Nyilvánvaló, hogy magánemberként mindenkinek vagy van, vagy nincs véleménye/érdeklődése ezekre a jelenségekre vonatkozóan. Az első vitaindító kérdésem, hogy terapeutaként/tanácsadóként kell-e véleményének, szakmai állásfoglalásának lennie ezekről a társadalmi jelenségekről és annak egyénre,

csoportokra, társadalomra gyakorolt lélektani hatásáról. Ha nem a válasz, kérdés akkor, hogy figyelmen kívül hagyható-e az egyéni, csoportos lélektani munkában. Ha igen a válasz, akkor abból jön a következő kérdés, helye van-e a terápiában és a tanácsadásban ezeknek a társadalmi jelenségeknek az egyén életére gyakorolt hatása szempontjából, ahol nem a páciens problémájaként vannak értelmezve a társadalmi jelenségek. Kérdés, hogy amikor megjelenik a lélektani térben egyik-másik társadalmi vonatkozása ezeknek a jelenségeknek – például a férfi felsőbbrendűségét hirdető attitűd –, akkor a terapeuta, tanácsadó hogyan reagál erre. Két meghatározó álláspont ragadható meg a terapeuták és tanácsadók társadalmi jelenségekhez, értékekhez való viszonyában. Az egyik álláspont azt képviseli, hogy az értékek tisztázása nem tartozik a terápiába/tanácsadásba, a másik álláspont azt képviseli, hogy az értékek határozzák meg identitást, személyiségjegyeket, attitűdöket és ezért az értékek tisztázása, a társadalmi hatások személyiségre gyakorolt hatásának megértése a terápia és a tanácsadás része. Ön mit gondol, az értékek, társadalmi hatások részei-e a terápiás, tanácsadói munkának? Kicsit távolabb lépve a terápiák világától azt a kérdést is érdemes átgondolni, hogy az egyéni lélektannal, csoportlélektannal foglalkozóknak van-e felelősségük a társadalomban uralkodó értékek, normák működésének a megismertetésében, a közgondolkodás alakításában?

Németh László

A vitaindítótól eltérően, mindenképpen különválasztanám a személyes véleményt és a szakmai állásfoglalást.

Képtelenség, hogy terapeutaként ne legyen *véleményem* az engem körülvevő társadalmi jelenségekről, hiszen a terapeuta mivoltom éppúgy része az identitásomnak, mint az állampolgárságom, nemzeti hovatartozásom. Megtanultuk: a pszichoterapeuta teljes személyiségével dolgozik. Nem tudok szabadidőmben más fejjel gondolkodni, más szemüvegen keresztül figyelni, értelmezni az engem körülvevő valóságot, mint a munkám során. A szakmai állásfoglalás azonban egy másik kérdés. Nem léphetek fel közügyekben, mint a társadalom pszichoterapeutája, senki nem kért erre. Alkothatok véleményt, állást is foglalhatok, akár nyilvánosan törekedhetek arra, hogy bizonyos társadalmi jelenségeket szakmai ismereteim felhasználásával mélyebben értehetővé tegyek mások számára – morális kötelességemnek is érezhetem, hogy ezt megtegyem –, de ennek során nem rejtőzhetnek a szakember álarcá mögé, nem használhatok diagnosztikus kategóriákat, meg a szakkifejezéseket

is kerülendőnek gondolom. A gondolkodás rétegzettségében kell megjelennie a szakmai szempontoknak, nem a szóhasználatban vagy a pozícióban. Valaminek a szakértőjeként fellépni: hatalom; az emberi lélek szakértőjeként tenni ugyanezt: még nagyobb hatalom. Fontos ezt észben tartani, hiszen amikor társadalmi kérdésekről beszélünk, elkerülhetetlenül a hatalomról van szó. Akár aktuálpolitikáról, akár társadalmi kommunikációs jelenségekről, akár nemi szerepekről gondolkodunk, végső soron mindig a hatalom működése a kérdés. Hiteltelenné válunk, ha erről éppen a saját hatalmi pozíciókkal visszaélve alkotunk véleményt. Azt hiszem, ide tartozik az utolsóként feltett kérdés: van-e felelősségünk a közgondolkodás alakításában? Véleményem szerint: egyértelműen igen, van. Felelősségünk is van, dolgunk is lenne, talán hatásunk is lehetne. Hogy hol vannak ennek a határai, milyen célok és keretek mentén kell és lehet ezt érvényre juttatni, az nagyon összetett kérdés, ami közös szakmai gondolkodást igényel(ne). Nagyon hiányolom, hogy néhány személyes indítatásból létrejött kezdeményezésen kívül (Városi Csoport, Civil Csoport Hétvége), még az erre irányuló diszkusszióra sem látok szakmán belüli közös szándékot.

Hol van a helye mindennek a pszichoterápiás térben? Számomra nem az a kérdés, hogy a terápiás munka, a páciensről való gondolkodás során figyelembe vesszük-e a társadalmi környezetet, amelyben élünk (terapeuta és páciens egyaránt), hanem hogy hogyan tesszük ezt. A társadalomhoz fűződő viszony éppúgy része a társas beágyazottságnak, mint az egyén más kapcsolatait, ezért figyelmen kívül hagyni olyan, mintha nem számolnánk a páciens személyes vagy családi kötődéseivel, családtörténeti hátterével, szocio-kulturális környezetével.

Technikai szempontból nyilvánvalóan más-ként jelennek meg a társadalmi kérdések csoport-, egyéni-, feltáró vagy szupportív terápiában. Ugyanakkor bármit is gondolok egy adott társadalmi jelenségről, terápiás helyzetben elsősorban azzal a *jelentéssel* van dolgom, ahogyan az adott dolog a páciens szubjektív világában megjelenik. Emellett azonban, ha akarom, ha nem, valamilyen módon megjelennek az általam vallott értékek, tehát szükséges arra törekednem, hogy ezek a magam számára minél reflektáltabbak legyenek. A társadalomnak mindannyian egyenrangú tagjai vagyunk, vagyis az egyénre gyakorolt hatásainak terapeutaként éppúgy ki vagyunk téve, mint a pácienseink, ezért is fontos aktívan dolgoznunk a saját társadalmi szerepeinkkel.

Borbándi János

A hallgatás is részvétel

Németh László problémafelvető írásához legtömörebben a címmel tudok csatlakozni: a hallgatás is részvétel. Ha tanúja vagyok egy helyzetnek, amiben valakivel igazságtalanul bánnak, és nem tesztek semmit, akkor is résztvevő vagyok, esetleg kimondottan bántalmazó. Ugyanez érvényes az igazságtalan rendszerekre is, csak ezekben bonyolultabb kalibrálni a szerepvállalást.

A terápia neutralitása nem értéksemlegesség, hanem értékkel telített, elhordozó nyugalom forrása. Az emberi normák csendes, szívós, szükség esetén deklarált reprezentálása a gyógyító munkában lényegi hatótényező, amire a kliens folyamatosan támaszkodhat – nem pedig pártpolitikai manifesztum, amitől idegenkednie kell vagy ami reflektálatlan kollúzióhoz vezet.

A terápiát a politikai témák kapcsán többféle kisiklás is fenyegeti – mindenesetre biztos több, mint ami most eszembe jut. Ilyen, amikor az áttételi viszonyok elhárítására használják a felek, vagy például ha a terapeuta hatalma miatt felmerülő kérdéseket kendőzi el a téma külsővé álcázása. Egy másik a rutin izgalmi ügyek közös nassolása, amiben a társadalomkritikai asszociációk devalváltan elpletykálódnak. Szintén csalóka eshetőség a buborékba hamisulás, azaz, ha úgy teszünk, mintha a világon minden úgy működne, ahogy a terápiában próbálunk bánni egymással. És nézetem szerint az is zsákutca, amikor a terapeuta művi rendíthetlensége vagy a

társadalmi kérdésekre vonatkozó személyes elhárítása a páciens – valójában releváns – politikai téma felvetései kapcsán folyton az egyéni kérdésekhez tereli vissza a küszködőt, aki így megkérdőjelezheti a saját észlelésébe vetett hitét és magára marad társadalmi szenvedésével.

Az értékek képviselése, például: hogy „ne lopjunk” úgynevezett „jó cél” érdekében sem, nem pártosan oktrojált morál, hanem magának a terápiás keretnek is integráns része. Ha szó esik róla, hogy valami „kint” elüt a normától, az nem anti-neutralitás. Ha a hatalom- és haszonszerzés gátlástalansága nem reflektálható, akkor miért ne jöhetne létre ugyanez köztünk idebent? Ha pedig megengedett, hová tűnik a terápia? Ez ijesztő perspektíva a léleknek. Az igazságtalanság elhallgatása önmagában is fenyegető, ahogyan az egyik legártóbb tényező például a bántalmazó családi dinamikákban is. Az erőszak valójában akkor kezdődik, amikor a valóságon elkövetik.

Végezetül: lehet-e egyeztetni a terápia neutralitását az egyetemes értékek, az emberi méltóság, az igazságosság nyílt képviselésével? A személyes válaszom az, hogy lehet. A politika nem tabu. Ahol tabu van, az nem terápia. A témák változnak, a valóságnak mindig más része türemkedik be az életünkbe. Ami délelőtt a „narcisztikus együttműködés rendszere”, az estére a klímaváltozás vagy a kapitalizmus szuperstruktúráinak hatása lehet.

Bánki György