

VITA A TÁRSADALMI JELENSÉGEKRE ADHATÓ LÉLEKTANI VÁLASZOKRÓL

Folytatódik az előző számban kezdődött vita, akkor Németh László vitaindítóját és két hozzászólást adtunk közre. Most Döbrentey Zsolt, Milák Piroska, Rácz Lajos, Horgász Csaba és Tornyosy Mária véleménye olvasható. Az utóbbi írás ugyan meghaladja a megadott terjedelmi korlátot, mégis teljes hosszában közöljük, mert üdítő és követendő példának tekintjük, hogy nemcsak a vitaindítóra lehet reagálni, hanem a hozzászólásokkal is lehet vitatkozni vagy egyet érteni. Reméljük, a következő számban sorakoznak majd a további bátor ellentmondók.

Valkó Lili, rovatvezető

Véleményem szerint a Németh László által felvetett kérdések egy nagyobb központi dilemmaként írhatók le. Ez a dilemma számomra egyidejűleg két kérdéssel fogalmazható meg. Ezek pedig a következők:

1. A pszichológiai tevékenység – kezelések, tanácsadás, terápia – során foglalkozhat-e a szakember kliense értékrendjével, társadalmi kérdésekkel, ad absurdum politikai nézetekkel?
2. A pszichológus foglalkozhat-e társadalmi, közéleti, adott esetben politikai kérdésekkel?

A dilemma két külön kérdéssé való átalakítása teszi számomra lehetővé a kérdések megválaszolását.

Az első kérdésemre a válaszom: nem, sőt tilos. A második kérdésre válaszom: igen, sőt kötelező.

Mostani hozzászólásomban két válaszom alátámasztására segítségül hívom a Pszichológusok Szakmai Etikai Kódexe (továbbiakban SZEK) néhány passzusát.

A SZEK céljait tekintve egy olyan – a Magyar Pszichológiai Társaság (MPT) tagjai számára, az MPT szándékai szerint kötelező érvényű – ajánlás, amely összegyűjti a pszichológusok hivatásuk gyakorlásával együtt járó, rájuk irányadó jogokat és kötelezettségeket. Ezen felül az erkölcsi felelősséget is hangsúlyozza.

Nézzük tehát, hogy milyen kitételek szólnak az első kérdésre adott válaszom igazolására.

A SZEK Általános alapelveiben elsőként rögzíti – nagyon helyesen – az emberi méltóság tiszteletét.

Ebből következően leszögezi, hogy a pszichológus tiszteli és elfogadja a kulturális és szerepkülönbségeket. Működése során mentes bármilyen megkülönböztetéstől, többek között politikai, vallási, meggyőződésbeli különbségektől. Lássuk be, hogy ez a kitétel egy terápiás folyamat mély és komplex folyamatában nem teszi lehetővé a terapeuta számára társadalmi-politikai kérdések megvitatását a semlegesség elvének sérülése nélkül.

A SZEK Általános alapelveiben továbbá megjelenik, hogy a pszichológus döntéseinek a szakmai megalapozottság mellett, politikai befolyástól menteseknek kell lenniük. Itt is látható a szándék arra, hogy a pszichológus tartsa távol a politikát ügyfeleivel való munkája során.

Most lássuk, hogy melyek azok a legfőbb elvek, szabályok, amik a második kérdésre adott válaszomat igazolják a SZEK értelmezése szerint.

A SZEK elkötelezettség és felelősség általános alapelvének értelmében a pszichológus nem csak a kliensei, hanem a szűkebb közösség és a társadalom iránt is felelősséget érez és vállal. Könnyű belelátnom ebbe az alapelvbe annak a citoyen értelmiséginek az attitűdjét, aki a kliensekkel kapcsolatos munkáin túl társadalmi-közéleti kérdésekben is állást foglal.

Ugyanitt a SZEK ajánlásaként megfogalmazódik a pszichológus önzetlen tevékenysége a közjó iránt.

Természetesen először tisztázni kellene, mi is az a közjó. Ezt ezen írás a szűk keretek miatt nem vállalhatja magára. Ugyanakkor kijelenthető, hogy a pszi-

chológus nézőpontjából a közjó általában azon társadalmi feltételek meglétéről szól, amelyek segítik a személyiség teljes kibontakozását. De sokak szerint ide tartozik a személy jogainak biztosítása mellett azon társadalmi életfeltételek megléte is, melyek mellett az állam garantálja azokat az eszközöket, amelyek megléte esetén az egyén képes boldogulni és a *közös célok* eléréséért erőfeszítést kifejteni. Ha a társadalomban vannak olyan egyének, rétegek, akiknek nem adatnak meg a fenti lehetőségek, nos, abban az esetben nem valósul meg a közjó.

Ezek alapján kijelenthető, hogy a pszichológus egyrészt szakember, aki a klienseivel való munkája során – az etikai szabályok alapján – nem keveredhet értékvitába, társadalmi kérdések – adott esetben – megosztó interpretációiba, politikai állásfoglalást pedig nem tehet a pszichológiai tevékenysége keretében.

Viszont a pszichológus ugyanakkor szabadságjogokkal és felelősségtudattal rendelkező morális értelmiségi, aki a terápiás vagy tanácsadási tevékenységén túl, fölött, mellett állást foglal közügyekben is, és tevékenyen segíti a társadalom és a különböző közösségek demokratikus működését.

Döbrentey Zsolt

Attól félek, nem tudok túlságosan eredeti választ adni Laci kérdéseire. Kicsit az is zavar, hogy nekem nem világos az ő véleménye és talán emiatt a kérdései sem teljesen. Tippem van ugyan, de nehéz vitatkozni, ha a másik fél álláspontja nem rajzolódik ki.

Elképzelhetetlennek tartom, hogy bármelyikünknek ne volna véleménye az aktuális politikai helyzetéről. Nekem is van, és nem is tudom csak úgy kikapcsolni. Ez a vélemény azonban a legkevésbé sem független a neveltetésemről, a helyzetemtől, a személyiségtől, a rendelkezésemre álló információktól. Vagyis szubjektív. Ráadásul abban sem vagyok biztos, hogy a véleményem olyan sokat számít – arra gondolok, hogy éles helyzetben vajon mennyire cselekszem aszerint, amit gondolok magamról. Sokkoló és kijózanító tapasztalataim vannak arról, amikor nem az eszmém, eszményeim irányították a működésemet. Abban viszont reménykedem, hogy képes vagyok reflektálni arra, amikor a páciensem politikai vagy társadalmi kérdésekben megnyilatkozik. Remélem, hogy tudok gondolkodni arról, hogy az ő véleménye hogyan következik a személyiségéből,

helyzetéből, hogy miként szól kettőnk kapcsolatáról, és hogy engem mennyire, hogyan érint.

A másik dolog, ami miatt igyekszem csinján bánni a véleményem megjelenítésével, az az, hogy a szerződésünk nem jogosít fel engem efféle állásfoglalásra. A terápiában betöltött szerepem amúgy is állandóan felvet hatalommal kapcsolatos kérdéseket; túlságosan könnyű belecsábulni a szülő, az érett szakértő szerepébe. Közben meg nem vagyok a politikai, társadalmi kérdésekben különösebben bölcs. Vannak értékválasztásaim, de vannak kétségeim is. Ami azt illeti, van véleményem az élet sokféle területét illetően, mondjuk a gyerekneveléssel, a szexualitással, a vallással vagy éppen az irodalommal kapcsolatban, de nem hiszem, hogy képviselnem kellene ezeket egy terápiában. Amikor a páciens a számára fontos értékekről beszél, akkor az én dolgom szerintem az, hogy abban segítsen, minél szabadabban rálásson ezekre. Amennyire lehet, próbálok háttérben maradni, átengedni a teret a páciens számára, miközben fontos, hogy belül meg tudjam őrizni a reagálás szabadságát, aztán meg megpróbáljam megérteni, hogy miért reagáltam éppen úgy, ahogy. Ebben az állandó egyensúlyozásban nem lehet nem hibázni, és a hiba vizsgálata újabb információkat adhat.

Az utolsó kérdésre (*az egyéni lélektannal, csoportlélektannal foglalkozóknak van-e felelősségük a társadalomban uralkodó értékek, normák működésének a megismertetésében, a közgondolkodás alakításában?*) igen a válaszom. Részt veszek olyan csoportokban (Civil Csoport Hétfég, Városi Csoport), amelyek erre szerveződtek. Itt azonban nyíltan vállalom/vállaljuk, hogy ez a cél, és hogy az, ami ott történik, nem pszichoterápia. Tanulságos, hogy ez legalább olyan nehéz, mint a fordítottja...

Milák Piroksa

A Tégla¹

A kapcsolati viszonyhoz való szerveződés három meghatározó alapon nyugszik. Erkölcs, Üzlet, Közömbösség.

Persze mindegyik tényező behelyettesíthető egy meghatározott személyiségtípushoz kapcsolható alternatívával.

Mint például a Közömbösség is lehet (vállalt?) absztinencia, az Erkölcs is lehet morál, szociabilitás. Az Üzlet az már definiáltabb, de a Csere az már megfogalmazódhat.

¹ A szerző kérésére hozzászólásánál a nyelvi lektorálást mellőztük

Szóval mindenki leképezhető az említett (alternatív) tényezők által meghatározott (betöltött) Térben elfoglalt helye által. Az, hogy az ezen elfoglalt Tér általi Kiterjedés milyen Formát ölt, leírja az adott Egyén (?) viszonyát és lehetőségét a „Betagozódásra”. Nagyon nem mindegy, hogy mivé „sikerül” válunk. Az, hogy hová kerülünk, milyen pozíciót foglalunk el a „Falban” (illetve az Építményben), meghatározza, hogy „Kiterjedésünkre” mennyire vevő lehet a Közeg. Az, hogy mekkora tér válik majd „szabaddá”, az, hogy mennyire formálódik az említett három tényező általi kiterjedtségünk, helyet határoz meg valamely közösségi Felépítményben. Legyen az Társaság, Egyesület, Csoport, Kör, illetve akár „konglomerátum”...

Szóval igyekezhetünk a megcélzott „üresedésre” alakulni, monitorozva alakulásunk változtatható tényezőit. Az, hogy téglá leszünk a Falban, esetleg Alapkő, affinitásunk terméke. Így válhatunk képessé különböző potenciális terek betöltésére. Tömörödhethetünk, törekedve a centrális pozíció elérésére, amit laikusul Hatalomnak hív a Köznép. Így laposodhatunk is el. Az, hogy a személyiség, a három tényező milyen érték képviselőjére „vállalkozik”, meghatározza jövőbeli betagozódásának pozícióját. Nyilván a három tengelyen minden szélsőséges érték (például minimum 0, maximum 10) determinálja a kiterjedés másik két tényezőjének alakulását. Így a végül felvett Forma által betölthető helyet.

Akik nem alakítják így kellően magukat a bekerülni vágyott közeg szükségletei szerint, azokból lehetnek a Játékosok. Ők azok akik „jengáznak”. Kitettségük jutalma Egyediségük felvállalása, véleményük a vélemény tárgya irányában Tért hidalhat át.

Keringjenek mint a légy, melynek fogadtatása lehet közömbösség, üldözöttség, illetve akár agyoncsapás is. (Kevesen szeretik a legyet.) De, legalább ők csinálnak valamit. Nem a kiálló (illetve üresedő) részhez, hanem az egészhez próbálnak kapcsolódni. Ilyen a természetük.

Legalább Ő (a légy) hű önmagához...

Rácz Lajos

A vitaindítóban felvetett kérdésekre a pszichoanalitikus nézőpontjából fogalmazom meg válaszaimat. A pszichoanalitikus terápia csak akkor működőképes, ha nem hagy kibúvót a páciens számára a szorongáskeltő témákkal való szembenézés alól, hanem éppen ezeket állítja fókuszba. A dinamikus terápiaiban nincsenek tabutémák (a társadalmi, politikai jelenségeket is beleértve), csak őszinte szembenézés. Azon-

ban a terapeuta csak akkor tud megfelelően bánni a „kényes” témákkal és kapaszkodót nyújtani páciense számára, ha szakemberként határozott véleménye van róluk, amit hitelesen képvisel. Álláspontom szerint a terapeuta akkor hiteles, ha „emberi” és „szakmai” véleménye egybeesik. Minden szakvélemény értéken alapul: nincs pszichoterápia a terapeuta világos értékrendje nélkül, ami elválaszthatatlan attól, hogy társadalmilag, kulturálisan, lélektani szempontból és „emberileg” mit tart jónak és rossznak. E nélkül sem diagnózist, sem terápiás célt nem tudnánk kitűzni, és a „betegvezetést” sem tudnánk kézben tartani – a terápia minden pillanatában értékvezérelt.

Ezzel összhangban, ha a terapeuta veszi a bátorságot embertársa (a páciens) diagnosztizálásához, azaz állapotának normákon alapuló értékeléséhez, akkor képmutatás lenne, ha szakmai álláspontját nem vállalná fel a társadalmi jelenségek megítélésével kapcsolatban (a politikusok magatartását is beleértve). A terapeuta csak akkor formálhat jogot a páciensében zajló folyamatok értelmezésére és „értékelésére”, ha különbséget tud tenni „jó” és „rossz”, „normális” és „patológiás” között. Nyilvánvaló, hogy az erre való képessége, felkészültsége nem korlátozódhat az egyén rendelőben mutatott megnyilvánulásaira, hanem a társadalomban zajló folyamatokra (a politikusok tetteinek értékelésére) is ki kell terjednie – amit a páciense előtt is fel kell vállalnia. A páciens nemcsak személyes kapcsolatrendszerét jeleníti meg terapeutája számára, hanem azt is, ahogyan a társadalmi jelenségek leképeződnek benne. A terapeuta számára megkerülhetetlen, hogy páciensének ne csupán a személyes kapcsolataiban, hanem a társadalmi jelenségekről alkotott reprezentációinak világában is segítsen eligazodni.

Ha a terapeuták bizonyos értelemben nem járnának pácienseik előtt, terápiás tevékenységre sem lenne felhatalmazásuk. A „szaktudás” olyan általános készségeket és értékeket is magában foglal (mint a fejlett mentalizációs képesség, „érzelmi intelligencia”, belátó képesség, rugalmasság, integrált felettes én, speciális lélektani tudás és mindezekon alapuló, általános humán értékek), amelyeket a terapeutáknak kötelességük lenne a társadalom javára fordítani. Éppúgy, ahogyan egy szeizmológus sem hallgathatja el a „laikusok” elől a közelgő földrengést, vagy ahogyan a járványügyi szakértőnek is kötelessége a lakosság szakszerű felvilágosítása, a terapeuták felelőssége, hogy passzív szemlélőként ne hunyjanak szemet a társadalomban zajló patológiás folyamatok fölött, és a társadalmi élet számos területén mutassanak utat.

Horgász Csaba

Németh László felvetése – társadalomkritikája – túllép a pszichológus, pszichoterapeuta kompetenciáján. Nem ennek vagyunk szakértői, ehhez interdiszciplináris tudás kell, és politikusnak kell lenni – vagyis olyan helyzetben, pozícióban lenni, ahol megengedett a véleményformálás. A pszichológus szakmában ez a teher az intézményeket, tudományos fórumokat terheli. Azt inkább érzem problematikusnak, hogy saját tudományterületünkön sincs egyetértés sok kérdésben – az iskolák, nézetrendszerek közötti párbeszéd még nem hozott létre egy egységessé mondható pszichológiát.

A pszichoterapeutának éppen azért van szabadsága abban, hogyan és kikkel dolgozik, mert teljes személyiséggel vesz részt a folyamatban – Rogers elmélete óta tudjuk, hogy akkor hatásos, ha átlátszó (őszinte) és kongruens saját világgépével, és így tud empatikus lenni. A terapeuta minél előbb feltérképezi a kliens világgépét, mert abba kell belehelyezkednie, bár van az a távolság, amit magam nem tudok áthidalni, ilyenkor jön szóba a továbbküldés. A kliensek elsősorban érzelmi, kapcsolati problémákkal jönnek a terápiába, nem közéleti témákat hoznak. Társadalmi környezetünk nagyon hasonló – bár másként éljük meg – így aztán a terápiás térben a társadalmi problémák nem közvetlenül érintenek egyikünket sem. A csoportpszichoterapeutáknak lehet, hogy nehezebb a dolga, el tudom képzelni, hogy több társadalmi probléma úszik be témaként. Magam csoportban jungiánus mítoszselemezéssel foglalkozom, így elkerülnek a napi aktualitások.

A szociális munkásnak biztosan nehezebb a dolga, mert neki a szociális nehézségekből adódó pszichológiai problémákat is gondoznia kell – ha ők a közéletben aktívak, azt teljesen jogosnak érzem.

Borbándi János felvetésével, hogy pszichoterapeutaként nem kell a közügyekben fellépnem, teljesen egyetértek. A hatalom fogalmát azonban megtartanám politikai fogalomnak. Mi a klienseinkkel nem vagyunk hatalmi helyzetben – esetleg Freud így érezte, amikor megtiltotta, hogy az analízis alatt változtassanak az életükön. Az emberi lélek szakértőjének lenni – szerintem – szintén nem jelent hatalmat, legfeljebb tekintélyt jelent, domináns pozíciót, és nagyobb felelősséget – azok felé, akik odafigyelnek a véleményünkre. Bár, ha abból indulok ki, hogy a médiában nyilatkozó különböző pszichológusok néha nagyon különböző véleményeket hangoztatnak, úgy sejtem, nincs nagy presztízse a szakmánknak. Ezért magam nem is szívesen válllok ilyen szerepet, azért se, mert rövid megnyilatkozásokat könnyű félreérteni. Ha valamit vállalok, azt olyan intézmény felkérésére teszem, ahol ismerem

a csoport érdeklődési körét, élethelyzetéről is tudok valamit – módszertanilag ez inkább csoportos konzultáció legyen – és ilyenkor megjelenhet személyes vélekedésem a világról, de jelezniem kell, hogy vannak más nézetek is. A pszichológiai tudományos fórumoknak, egyesületeknek sem gondolom, hogy hatalma lenne, bár van kompetenciája a társadalom kérdéseire válaszolni, állásfoglalást adni, ami véleményformálást jelent. A hatóképesség és döntések joga a politikai szintéren van.

Személyes nézetrendszerünk még akkor is kirajzolódik a páciens számára, ha ezt igyekszünk nem kommunikálni. Ha működőképes a terápia, a kliens elfogadja ezt a háttérismeretet, és ilyenkor megmarad a szakértői tekintélyünk. A szakértői szerep csupán fölényhelyzet a terápiában, és az ülések idejére érvényes, amit a kliens bármikor felmondhat – különösen, ha átlépjük kompetenciánk határát. A kliens fizetett alkalmazottai vagyunk, felvértezve szakmai etikánkkal. Attól egyáltalán nem tartok, hogy valaki terapeutai nyomásra megváltoztatná politikai nézeteit. Még emlékszem Kardos professzor intelmére, ő azt mondta: „meg fogják látni, milyen nehezen változik az ember”.

Bánki György „áttételi viszonyok elhárítására” reagálva előrebocsátom, értem a pszichoanalitikus szóhasználatot, de nem tudok azonosulni vele. Különösen azzal nem, ha a terapeuta „fehér ernyő”-nek képzei magát. Jungiánusként úgy gondolom, hogy a „vetítés” kölcsönös. Kommunikációnk azonban kifejező és közvetíti világnézetünket, de politikai nézeteink egy elvi, absztrakt szinten fogalmazódnak meg, így terápiás helyzetben nem okoz gondot hallgatni róla. A kliensnek a témák terén nagyobb szabadsága van, és az, ami a terápiában még hasznosul is, az ő családi történelméből adódó sajátos vélekedés – én legalábbis ilyen témákkal találkozom –, és ezt az érzelmi odatartozás miatt tiszteletben is kell tartani.

A SZEK preambuluma úgy írja le a pszichológust, mintha a jóság angyala lenne. Nem lehetséges minden pácienszt vállalni – mert neki sem lenne jó, ha a pszichoterapeutája alakoskodna vele. A pszichoterápiás szövetséget két egyenlő fél köti, személyes döntésből fakadóan, miután megegyeztek a terápiás célról. A „személyiség teljes kibontakozása” (ahogy Döbrentey Zsolt írja) nem a terapeuta dolga, hanem a kliensé. A SZEK-ből azt lehet kiolvasni, hogy a közjó a pszichológusok vállán nyugszik – valaha volt is egy olyan elképzelés, hogy az államot irányítsák a filozófusok, akkor talán mi is szóhoz jutnánk.

Milák Piroska véleményével teljesen szinkronban vagyok.

Rácz Lajos mintha rébuszokban beszélt volna, még a metaforáit is alig értem. A „tégla” hazai viszonylatban beépített ügynököt, árulót jelent, de ez a kontextus eléggé elavult. Úgy vélem, ő is negatív konnotációt ad a hatalom fogalmának. A hatalom – politikai kontextusban – szükséges jelenség, amíg

a világ hierarchikus felépítésű és a demokráciát képviselőkön keresztül tudjuk gyakorolni, mert a döntések meghozatalában ez segít. A transzperszonálisok – saját csoportjukban – megpróbálták a mélydemokráciát, amikor addig vitatnak egy kérdést, amíg nem lesz benne teljes egyetértés – úgy tudom, ez nagyon sokáig tart.

Tornyossy Mária

Pszichoterápia

A pszichoterápiás módszereken alapuló gyakorlat szakmai folyóirata
szerkesztoseg@pszichoterapia.hu, www.mentalport.hu

Pszichoterápia előfizetés, előfizetés megújítása

A jövő évben kis mértékben emelkedni fognak áraink.

2020-ban a folyóirat előfizetési díja magánszemélyeknek 10 500 Ft, intézményeknek 12 700 Ft, az egyes példányok ára 3 900 Ft lesz.

2020-ban is a 2019-es díjon kaphatják meg a folyóiratot, akik még idén előfizetnek rá, ha az összeg 2019. december 31-ig beérkezik a kiadóhoz. A megújítás egyszerűsítésére folyamatos előfizetőink december folyamán számlabekérőt kapnak.

Pszichoterápia folyóirat előfizetés, előfizetés megújítás:

<http://www.mentalport.hu/a-folyoirat/elofizetes/>

Pach Judit titkár telefonon elérhető hétfőtől csütörtökig 9–13 óra között a +36 1 789-8054 számon.

E-mail címek: szerkesztoseg@pszichoterapia.hu, mentalport@mentalport.hu

Honlap: www.mentalport.hu