

VITA A TÁRSADALMI JELENSÉGEKRE ADHATÓ LÉLEKTANI VÁLASZOKRÓL

Ez a negyedik szám, hogy hozzászólásokat közlünk Németh László vitaindítójához, s a két újabb írás két irányba tágítja perspektívánkat. Bokor László szemléletes példáján keresztül igazán át lehet élni, ahogy a személyes és a társadalmi a terápiaiban természetéből fakadóan összefonódik, Mária Dóra pedig a kritikai pszichológiai megközelítésen keresztül hoz friss, új lendületet a közös gondolkodásba.

Valkó Lili, rovatvezető

Fontos a vitaindító kérdéssel felvetése, hogy adható-e, nem adható-e lélektani válasz a társadalmi jelenségekre. Kiinduló pontja azonban az, hogy „a pszichoterápiával és tanácsadással foglalkozó szakemberek szinte evidenciaként kezelik, hogy a lélektani munkában nincs helye a „politikának”. Ezzel egy szakmát jellemez, azt állítva, hogy annak minden tagja *ilyen*, vagyis, ha szakember, akkor ő *ilyen*. Ez rosszul hangzik. Innentől bármit írok terápiaival foglalkozó szakemberként, mégis csak *ilyen* maradok. A vitaindító feltételezéssel szemben a pszichoterápiás szakmai közéletben számos konferenciát tartanak és sok publikáció születik ebben a kérdéskörben. Viták, színes gondolatok viszik előre a szakmánk társadalmi kötődésének megértését.

A vitaindító *tényként* sorolja a „a mai magyar domináns politika” negatív vonásait (például gyűlöletkeltő, manipulatív, arrogáns). De ez a vitaindító *személyes* álláspontja. Ezért ezt nem tudom kiindulási pontként kezelni. Szenvedés és öröm mindenkét elérhet, és a mentális okokból segítséget keresők is mindkét oldalról érkeznek. A választási adatok alapján pácienseink nagyobbik része kormánypárti, hiszen a kormányt a többség választotta meg. Egyrészt nem tapasztaltam azt, hogy a kormányt választók úgy gondolnák, hogy gyűlöletkeltő, manipulatív, arrogáns politikusokra voksoltak. Másrészt terapeutaiként akár a választói kisebbséghez, akár a többséghez tartozok, felelős vagyok a segítő kapcsolat folyamataért. Ez nem épülhet politikai álláspontra, mert akkor világnézeti alapon megkülönböztetem a segítséget kérőt.

Egy sváb származású páciensem attól félt, hogy, mivel a pszichoanalízis egy „zsidó tudomány”, bosszúból nem fogok, vagy nem leszek képes segíteni rajta. Ez fájt nekem, de ez az én problémám volt. Arra bátorítottam, hogy bár „*mindkettőnk számára ez egy nehéz kérdés*”, mégis törekedjünk arra, hogy minél szabadabban beszéljünk az egymással kapcsolatos benyomásainkról. Később az is megjelent a terápia során, hogy családja milyen traumákat élt át a bosszúból történt kitelepítések miatt. Fájdalmában felismertem saját fájdalmamat, amit akkor éltem át, amikor azt kellett hallgatnom, hogy a „zsidó tudomány” részeként nem leszek képes segíteni rajta. Az ő nagyszülein sem segítettek.

A társadalmi kérdések terápián belüli fontosságát hangsúlyozó vélemények közül nehezen értelmezhető számomra, hogy „A pszichoanalitikus terápia... nem hagy kibúvót a páciens számára a szorongáskeltő témákkal való szembenézés alól...” Ez így normatív és negatív értékelése annak, hogy valójában a *fájdalmat* igyekszünk elkerülni a rendelkezésre álló eszközeinkkel.

Igaz, hogy „politikai kontextus nélkül nem lehet terápiát végezni!”. De szerintem pontosabb fordítva: nincsen terápia politikai kontextus nélkül. A kérdés csak az, mit teszünk vele. Vagyis a kérdés nem az, hogy foglalkozzon-e a terápia-tanácsadás társadalmi kérdésekkel, hanem inkább az, miképpen vegye ezt figyelembe.

A társadalmi folyamatok megjelenése a terápiaiban elkerülhetetlen. Számos tényező összehatásának eredménye ennek további sorsa: például módszer,

terapeuta és páciens beállítódása, magának a társadalmi folyamatnak a jellege.

Két tényező érvényesül párhuzamosan:

a) a terápián belüli helyzetben jelentősen felerősödhetnek vagy gyengülhetnek a korábbi személyes reflektálatlan tapasztalatok hatásai, miközben

b) éppen a személyes szint megjelenése elmosódottabbá válik, mert beépítésre kerülnek a külsőnek *tűnő* helyzetek elemei.

A megértést az nehezíti meg, hogy közösen átélt társadalmi helyzetekre közösen kellene reflektálni. Ebben a terapeutának szabályoznia kellene, mit, mennyit és hogyan tesz transzparenssé saját mentális tartalmaiból. A megterhelődést rendszerint a reflektálási képesség és a közös *játekter* beszűkülése jelezi, a: „mondjam, vagy ne mondjam?” kínzó kérdésen történő rágódás.

Mindennek az az oka, hogy a társadalmi-politikai események olyan mezőt alkotnak, amelyek hatásai párhuzamosak terapeutára és páciensére, ezért annak mindketten közös átélőivé válnak. Hatásuk terápián belüli megjelenése élményszinten külső kontextust hordoz. A hangsúly a párhuzamos és kölcsönhatásba kerülő folyamatok aktiválódására kerül, szemben az interakcióval vagy a múlt elbeszélésének belsőnek *tűnő* jellegével. A terápiás folyamat élményeit ilyenkor felszívják a szociális helyzet keretei. Elkerülhetetlenül átkereteződik a terapeuta pozíciója, mivel érzelmileg a pácienssel hasonlóan vagy eltérően rezonál egy kölcsönhatásokra épülő rendszeren belül.

Vagyis valójában nem dönthetjük el, hogy a politikának van-e vagy nincsen helye a terápiában, mert *benne* van. Pontosabban a terápiás helyzet része a társadalmi kontextusnak, ami egyszerre hat a terapeutára és a páciensre, és ezért fontos bevonni a terápia reflektív terébe.

Bokor László

Németh László vitaindítójával egyetértve, nem tudom elképzelni, hogy társadalmi énünket – melybe a nem pártpolitikai szintre redukált politikai közeg is beletartozik – a terápiás téren kívül tudnánk hagyni. Ebből adódóan, ha nem reflektálunk a társadalmi folyamatokra, akkor azok tudattalanul, esetleg kontrollálatlanul károsan fogják kifejteni a hatásukat a pszichológus és a kliens kapcsolatában. Sokan a szakértelem védelmét a politikamentes magatartásban és eljárásban látják, de kérdés, hogy ezzel az ideológiával nem inkább elrejtjük, elfojtjuk a psziché politikai vonatkozásait. Valójában

rendkívül szerteágazó a pszichológiai elméletek és gyakorlatok politikai vonatkozása. Wilhelm Reich a pszichoanalízist a kapitalizmus termékének tekintette, amelyen keresztül az egyének kifejezik, hogyan tudatosul számukra a szexualitás társadalmi elnyomása. Nick Totton „Psychotherapy and Politics” (2000) című művében amellet érvel, hogy a pszichoterápia kezdetben erőteljes politikai arculattal bírt. Több kritikai pszichológus szerint egyre nehezebben fenntartható a politikai rend és a magánélet különállásának ideológiája, és rámutatnak többek között az osztályhelyzet és a politika érvényesülésére a klinikai helyzetben.

A társadalmi kontextus kiiktatása tulajdonképpen a neoliberalis társadalmi berendezkedés sajátossága és érdeke. A neoliberalizmus kapcsán gyakran olvashatjuk Margaret Thatcher mondását: „there is no such thing as society”. Vagyis ő egyénekben, individuális problémákban és azok egyéni megoldásában gondolkozott az állam szociális ellátórendszerének leépítésével. Ebbe a logikába sajnos a pszichológia tökéletesen beleilleszkedik, hiszen az egyéni (esetleg családi vagy szervezet rendszerében történő) változásra fókuszál. Ezért látom fontosnak a következő szakmai kiállításokat, melyek rámutatnak a káros társadalmi történések pszichés tünetképző hatására, hiszen jelezhetjük, hogy sokszor tűzoltó szerepbe kényszerülünk. Sylvère Lotringer francia kulturális elméletalkotó mindezt úgy fogalmazza meg, hogy „az ember nem a neurózist gyógyítja meg, hanem megváltoztatja a társadalmat, ami nem tud anélkül működni”.

Sokkal nehezebb kérdés talán az, hogy hogyan dolgozzunk a pszichológiai térben a „társadalmival”. Meg tudom érteni azokat a kollégákat, akik úgy érzik, eszköztelenek, nem rendelkeznek elegendő társadalomtudományos ismerettel ahhoz, hogy ilyen kérdésekkel boldoguljanak. Továbbá sokan idegenkednek egyfajta kényszeresen ideologikus, propagandisztikus attitűdtől a pszichológus részéről, ami valóban kontraproduktív lehet. Ugyanakkor azt hiszem, nagyon sok minden beleférhet az egyszerű pszichoedukációba is, vagy akár a lélektani térben jól hasznosíthatjuk a társadalmi valóság „itt és most”-ban átélhető tapasztalatát (például a férfikliens szexista attitűdje közvetlenül leképeződik a női pszichológussal való kapcsolatban). Ennél nagyobb lélegzetvételű intervenciót kínál a szociális terápia, mely az egyéni elidegenedettség felszámolására törekszik azáltal, hogy visszaköti a klienseket a mindennapok történelemformálásába.

Máriási Dóra