

VITA A TÁRSADALMI JELENSÉGEKRE ADHATÓ LÉLEKTANI VÁLASZOKRÓL

A hat számon keresztül folyó vita véget ér. Mostanra a lezárást terveztük, de szerencsére nem marad ki a vitából Kökény Veronika írása sem, így az ő véleményén kívül a vitát indító Németh László lezárását és a szerkesztő összefoglalóját lehet ebben a számban olvasni.

Valkó Lili, rovatvezető

Kétségtelen, hogy az egyéni és csoportos lélektani helyzetekben megjelennek, tükröződnek a társadalmi hatások, aktuális történések. De ami még fontosabb, hogy az emberekben is megjelennek a társadalmi változások. Eltűntek például a neurotikus páciensek – hogyan és mi történt? Nehéz volna válaszolni ezeknek a változásoknak a figyelmen kívül hagyásával. A neurotikus minősítés is jól meghatározható és meg is határozott társadalmi körülmények között jött létre annak idején, bő 100 éve. A jelen egyéni és csoportterapeutájának, tanácsadójának is van (szakmai) véleménye arról, hogy miért „ilyenek” vagy „olyanok” az emberek és a viszonyok manapság. Ez nem politizálás? Szerintem igen. A politika nem az, aminek elsősorban lennie kéne az ókori görög hagyományok nyomán. Nem a közösségek közügyekkel kapcsolatos tevékenysége, hanem ítélkezés, hatalomgyakorlás, tiltakozás, harc, menekülés, kirekesztés és a többi. Az egészség-betegség kérdése, témája szerintem legalább annyira közügy, mint magánügy.

Nincs helye a politikának a terápiákban –, „hely”-telenül van ott, ha a terápiában vagy a tanácsadási helyzetben a segítő számára ez tabu. A páciens ugyanakkor „bármiről” beszélhet, tehát politikáról is (vagy politikáról nem?), mert bármiről beszél – saját magáról szól. A terapeuta nem beszélhet „bármiről”, de azt tudhatja, hogy a páciens semmiről nem beszél véletlenül, és minél „távolabbi” témát esetel, annál fontosabb lehet egy idő után megjegyezni, hogy vajon személyesen hogyan érinti őt az a bizonyos távoli téma? És magamban (én is személyesen): hogy vagyok ezzel? Különbözhetünk.

Csoportterapeutaként ez még plasztikusabb lehet. „Vannak, akik így, vannak, akik úgy, vannak, akik

amúgy gondolják, érzik...” – mondjuk (én legalábbis mondom) csoportvezetőként. Ennek a képviselete, kimondása érték. Bárki kimondhatja csoportból, de a csoportvezetőnek dolga is ezt képviselni és kimondani.

Nem értem viszont a felvetést az értékek tisztázására vonatkozóan a terápiás és tanácsadási munkában, mert az „érték” szó annyi mindent jelenthet még! És mit jelenthet a terápiákban a „tisztázás”?

Eszembe jut az antiszerepjáték a pszichodramában. A csoportfolyamat fele táján a csoport egy procedúra során mindenkinek ad egy antiszerepet. Mindenkinek azt, ami a legkevésbé ő. Kívül-belül fel lehet készülni, és a csoportfolyamat hátralevő részében bármikor el lehet játszani, csak előre be kell jelenteni. Az eljátszáskor a fő instrukció, hogy „maradj benne az antiszerepedben”. Aki belefog, általában benne marad. A csoporttagok gyakran adnak spontán olyan antiszerepet, ami gyökeresen ellentétesnek látszik a személy értékrendjével. Amikor valaki hónapokon keresztül készül erre, és aztán végigviszi egy játékban, akkor ennek során egy olyan oldalával találkozik, ami ellentétes az értékrendjével, de a személyisége immanens része. Az „érték(ek) tisztázása” a terapeuta/tanácsadó indirekt hozzájárulásával mélyrehatóbb lehet az úgynevezett tisztázásnál. Ha egy páciens beüti a Google-ba a nevem és a foglalkozásom, akkor láthatja, hogy nemcsak pszichoterápiát, hanem pszichológusként olykor közéleti munkát is folytatok, mint szociodráma csoportvezető. Én is tagja vagyok a MaCsoPE Civil Csoport Hétvége (CCH) 9. alkalommal, évente ismétlődő projektjének, amelyben szociodráma kiscsoportot szoktam tartani. A szociodráma a pszichodráma egy ága, amelyben a

társas-társadalmi viszonyokat visszük a színpadra. Világszerte használják társadalmi csoportok békétlenségeinek, társadalmi kérdések (például klímaváltozás, bevándorlás, generációs konfliktusok) kezelésére és számos más társas-társadalmi problémára. A legutóbbi CCH szociodráma csoportjában az volt a csoport által „kitermelt” téma, hogy van egy vidéki kis sziget vagy zsákfalu, általában békés lakosokkal, nyugalommal, ahol megjelenik egy gazdag befektető és turistaparadicsomot akar létesíteni, és ezzel jobb megélhetést biztosító munkát adna a lakosoknak. Kettészakadt a falu, pro és kontra érveket vágtak egymás fejébe, és nem tudtak dönteni. A környezetemben ugyanabban az évben szó szerint megvalósult a történet egy önkormányzati választási kampány keretei között élőben, szociodráma nélkül. Amikor ezeket a sorokat írom, a koronavírus-járvány idején, Gödön zajlik hasonló dinamikával a politika.

Néhány éve elkezdte a kormány a civil szervezeteket támadni, és egy politikus azt találta mondani, hogy a civilek ne ártsák magukat bele a politikába, akkor szerveztünk egy szociodráma workshopot a valahai Müszi-ben „Meddig tart a civil, és hol kezdődik a politikai szféra?” címmel, amit én vezettem, és ott is szépen kibontakozott a játékokban, hogy a szociodráma az egy olyan módszer, ami minden egyes alkalommal társadalmi jelenségekre társadalom-lélektani, szociálpszichológiai válaszokat adhat.

A Civil Csoport Hétvég egyik szlogenje, hogy „társadalmi kérdésekre csoportdinamikai válaszokat adunk”. Ami nem azt jelenti, hogy a stáb adja meg a választ, hanem azt, hogy az aktuális CCH „csoport” hozza létre.

Kökény Veronika

Igazi élmény volt olvasni a vitaindítóra érkezett 14 reflexiót. Elindult a diskurzus erről a kérdésről, láthatóvá vált a sokféle egymás melletti válasz, értékrendtől, szakmai identitástól, módszertől, az egyéni és társadalmi működésre vonatkozó tudásuktól függően. Megjelent, hogy a reflektálók, hogyan állnak a szövegértéssel, illetve milyen projekciókkal töltik fel a kérdéseim és milyen attitűdöt képviselnek. A válaszadók nagy része elkerülte azt, hogy állást foglaljon arról a társadalmi, lélektani környezetről, hatalmi működésről, amit kiindulásként leírtam. Egyedül Tiringner István hozta be aggódva a történelmi távlatból való ránézését a jelenre és Bokor László minősítette az „én szemé-

lyes álláspontomnak” azt, amivel elhatárolta magát attól a valóságtól, amiben élünk. Persze a társadalomtudományok leírják a post-truth jelenségét, ahol (manipulált) véleménybuborékokban döntenek a csoportok, hogy mit tekintenek „igazságnak”. A hozzászólók fele behozta szempontként a hatalom kérdését, arról nem nagyon írt senki, hogy a hatalmi működés egyik megjelenése és az értékpreferenciák tükrözi maga a témaválasztás is, valamint az is, hogy mire reagál és mit hagy figyelmen kívül a terapeuta. Sokan járták körül, hogy a magánéleti és szakember által adott válasznak egybe kell-e esnie a társadalmi jelenségek értelmezésében, semlegesnek kell-e lenni a terapeutának. Egyetértek Flaskay Gábor megállapításával „A terapeuta megnyilatkozása (...) veszélyezteti a terapeuta/segítő céljainak elérését”. Ugyanakkor ez a gondolatmenet érzelmileg telített direkt politikai megnyilatkozásokat feltételez. Véleményem szerint reflektív teret kell nyitni, irányított kérdésekkel fókuszot adni, de ehhez kell egy személyes bátorság és szakmai magabiztosság, hogy valaki ki merje nyitni a politika, a hatalom, az értékrend kérdését a terápiás térben. Egyetértek Bánki György gondolatával „a politika nem tabu. Ahol tabu van, az nem terápia”. Fontos Horgász Csaba gondolata a „a terapeuta számára megkerülhetetlen, hogy páciensének (...) a társadalmi jelenségekről alkotott reprezentációinak világában is segítsen eligazodni”. Ide tartozik Bokor László azon állítása is, hogy „valójában nem dönthetjük el, hogy a politikának van-e vagy nincsen helye a terápiában, mert benne van”. A reflektálók közül egyedül Blümel Ferenc vetette fel a szélesebb kontextus, a globalizáció kérdését. Véleményét fontosnak, de szkeptikusnak tartom. Azt gondolom, a globalizáció által felvetett kérdésekre lehet és kell választ adni. Az egyik lehetséges válasz annak a felelőssége, hogy akikkel (terápiás) kapcsolatban vagyunk, azoknak segítünk meglátni a társadalmi problémákat/kihívásokat és ezek lélektani megjelenését, hatását, és támogatást adunk a társadalmi kérdésekhez kialakított belső viszony megtalálásában. Ez felelős részvétel a saját és unokáink életfeltételeinek alakításában, amelyik nem tud másként megtörténni, mint a lélektani viszonyulásaink, értékválasztásaink megértésében és empowerment szerinti alakításában. Tiringner István megállapítása elgondolkodtató. „Magyarországon nagyrészt hiányzik az a politikai kultúra, ami lehetővé tenné, hogy egy segítő kapcsolatban politikai témákkal akár érintőlegesen is foglalkozzunk.” Én azt gondolom, hogy mindannyiunkon múlik, milyen politikai kultúrában élünk. Ha nem

a passzív tudomásul vételt választjuk, akkor alakítani is képesek vagyunk, és morális vonatkoztatási pontként, konszenzusként kezelhetjük a saját életünkben és a velünk kapcsolatba kerülők életében az európai értékrendet megalapozó felvilágosodást és a demokratikus alapelveket. Szerintem a terapeuta utának felelőssége van abban, hogy érthetővé tegye páciense számára a politikai egyszerűsítés, az érzelmeinkre és indulatokra építő politikai kommunikáció sajátosságait, ezek csoportközi hatásait és segítse kialakítani az ettől független, autonóm reakciói képességét. Ehhez hozzátartozik, hogy a terapeuta felismeri ezeket a társadalmi jelenségeket, és része a terápiás koncepciójának, hogy felelőssége van ezek reflektív alakításában. Ez a válaszom Milák Piroskának, aki hiányolta az én álláspontomat a vitaindítóból, és aki nagyon élesen elválasztja a pszichoterápiát és a társadalmi jelenségekre választ kereső tevékenységet. Tiszteletrémeltó törekvés, hogy legalább így különválasztva igyekszik a szakmai tudását használni a társadalmi jelenségek szélesebb megértésében. Azok az érvek, amelyek az elegendő társadalomtudományi ismeret hiányára (Máriási Dóra) vagy a szakmai szervezetek felelősségi körébe való utalásra, az etikai kódexre hivatkozva (Döbrentey Zsolt) tartják távol magukat a társadalmi kérdésekre való reagálástól, szerintem olyan munkamódot választanak, amelyik a reális valóság egy szeletét kizárják a terápiás munkából. A pszichoanalízis és a Budapesti Iskola hagyományaiban megtalálható a társadalmi kérdésekre reflektáló elméleti és gyakorlati megközelítés. Érdekes paradoxon, hogy miközben Kőkény Veronika értetlenkedik az értékek tisztázásával kapcsolatban, amit leír gyakorlatként, az magában hordozza az értékvonatkozások tisztázását a társadalmi helyzetekben/konfliktusokban és a lélektani szituációkban is, ami támogatja a kisközösségek társadalmi jelenségekhez kialakított tudatos viszonyának a megszületését. Megmutatja, hogy a lélektani tudás megfelelő keretrendszerrel segíthet közös válaszokat találni társadalmi kérdésekre és megérteni lélektani működési folyamatokat. Egyetértek Ungi Szilviával, aki azt írta „reményem szerint a

kliens (...) a pszichoterápia előrehaladtával egyre inkább képes lesz elkülöníteni a belsőt a külsőtől, az egyénit a társadalmitól vagy a rendszertől, ki tud alakítani egy önreflektívebb létezését. A (...) lélektannal (...) foglalkozóknak véleményem szerint van felelősségük a társadalomban uralkodó értékek, normák működésének a megismertetésében, a közgondolkodás alakításában is”. Három kérdést tettem fel, elmélyült, reflektív válaszok érkeztek. Köszönöm mindenkinek az együtt gondolkodást, a közös válaszkeresést. Azt gondolom, mindenkinek inspiráló szempontokat adtak a válaszok ahhoz, hogy kialakítsa a saját, autonóm válaszát.

Németh László

Sokrétű vita zárul le ebben a számban, ami eddig megjelent, az több mint két tanulmányt is kitenne terjedelemben. Üdvözlendő, hogy többen nemcsak a vitaindítóra reagáltak, hanem a már megjelent hozzászólásokra is reflektáltak. A vita többszörösen is determinált volt, Németh László a Pszichoterápia folyóirat ankétján vetette fel a témát, amit a köré szerveztünk, hogy hogyan tudják, hogyan tudnák a különböző képzetek a lapunkat hasznosítani. Örültünk a felvetésnek, és látszódtott, hogy nem csak szerintünk, mert már az ígélet után, de még a megjelenés előtt a konferenciánkon a sikeres „Politika a diványon” című kerekasztal-beszélgetés is hasonló témát járt körül. Változó, hogy milyen könnyedén sikerül hozzászólásokat szervezni egy ilyen sorozatba, ebben az esetben gyakran volt az az élményem, hogy nyitott kapukat döngöttek, sokan reagáltak pozitívan a felvetésre, volt, aki felkérés nélkül is írt. Jóleső a sokszínűség megközelítésben, irányzatban, szempontban és szemszögben, mégis bennem maradt a kétely, hogy az írások lehet, hogy több mindenben hasonlítanak, mint amennyiben különböznek. Lehet, hogy hiába a szerkesztői igyekezetet a minél teljesebb kép nyújtásához, a vitaindító által említett „véleménybuborékot” nem sikerült elkerülnünk.

Valkó Lili