

## VITA A TERÁPIÁS, KONZULTÁCIÓS ÓRÁN TÖRTÉNŐ JEGYZETELÉSRŐL

*Egy facebook poszt és az azt követő hozzászólások adták az ötletét vitánknek a jegyzetelésről. Most egy nem közvetlenül a vitához készült hozzászólást, hanem egy attól függetlenül, de hozzá kapcsolódó, a témát új szemszögből vizsgáló, izgalmas írást olvashatunk Salz Gabriella tollából.*

*Következő számunkban vitánk lezárul, így aki még vitába szállna, vagy kedvet kapott, hogy megossa saját álláspontját, annak várjuk a hozzászólását szerkesztőségünk címére.*

Barna Mária, Berger Noémi rovatvezetők

A Tündérhegyi Pszichoterápiás Osztályon tartok művészetterápiás csoportokat, így a jegyzetelés kérdése azt hiszem, egy kicsit másképpen merül föl, mint egy egyéni, verbális terápiás folyamatban.

Volt idő, amikor én is lelkesen jegyzeteltem, próbáltam minden lényeges momentumot annak elhangzási idejében leírni, de aztán azt tapasztaltam, hogy a jegyzetelés kibillent. Akkor inkább íródéáknak érzem magam, vagy egy festőnek, fotósna, aki csoportképet készít kívülről. Inkább szeretnék bent lenni a csoportban, a csoport idejében és terében, márpedig azt szerintem figyelemmel lehet, ami nem működik, ha én közben egy papírlapon ceruzát húzogatok.

Az osztályon is azt tanultam, hogy a részlegvezetők a team-megbeszéléseken azt várják, hogy a kezelők a páciensről ne jegyzetből, hanem fejből referáljanak, hogy jobban érezhetőek legyenek a viszonttáttételi érzéseik, a kapcsolat minősége. A kapcsolatnak van egy erős érzelmi, szubjektív része, melyet kísér valamiféle testi egymásrahangelődés, viszonttáttétel is.

Így a jegyzetelés nem csupán szöveget, hanem az érzések, vizuális ingerek, testi érzetek konstatálásait is jelenti számomra, nem egy verbális szöveg leírata, hanem egyfajta kapcsolati rekonstrukció, emlékezés és konstrukció.

Eszembe jutott Freud *Feljegyzések a varázsnotesztről* című írása is, ahogy Freud próbálja

bemutatni a rétegzettséget és az időbeliséget, illetve az emléknymok egymásra épülését, kihunyását. Lehet, hogy mindenkinek van egy ilyen varázsnotesze, egyéni jegyzetelési módja, és ha jól működik, akkor mindegyik teljesen rendben van.

Saját jegyzetelő gyakorlatom az lett, hogy az alkotó időben készítek jegyzetet az addigi csoporttörténekekről, hiszen a művészetterápiás csoport sajátossága, hogy több részre tagolóódik, és az alkotási idő nem követel olyan erőteljes jelenlétet a csoportvezetőtől, inkább egyfajta holdingra van szükség, melyben szabadon folyhat az alkotás és az érzések megtapasztalása.

Nem írok le mindent, elhiszem, hogy az emlékezés folyamata a lényeges, a dolgok lenyomata bennem, ahogyan alakulnak, egymás mellé szövődnek, lerakodnak valamiképpen. Már megtanultam azt is, hogy mindig van olyan páciens, akinek elfelejtem a nevét, vagy olyanok, akiket összekeverek, esetleg olyan, akiről mindig írok valamit. Az is előfordul, hogy ezekben az időkben az engem ért érzelmi megterhelést igyekszem feldolgozni, tehát leírom, hogy XY mennyire arrogáns, vagy leértékelő, vagy kifejezetten provokáló volt. Mivel személyiségzavaros betegekkel dolgozunk, erre gyakran van példa. Tehát a jegyzeteimbe belevegyül önmagam mentálhigiénés megsegítése is.

Előfordul az is, hogy néha egy-egy mondatot szó szerint leírok. Ez olyankor szokott előfordulni, ami-

---

kor hirtelen azt érzem, egy szónak, szóösszetételnek, mondatnak nagyobb jelentősége van, és pontosan úgy kell megőrizni, ahogyan az elhangzott. Lényeges, hogy ne egy saját szöveget alkossak, vagyis ne engedjem, hogy a saját szubjektív szövegalkotásom és érzéseim hatása alá kerüljek, hanem valamiért úgy döntök, hogy azt a mondatot saját, eredeti formájában rögzítem, egyben leválasztom önmagamtól, valamiképp kiemelve ezzel a csoportról szóló írásból. Ilyenkor az az érzésem, hogy valamilyen eredeti, még megíratlan teljesen innovatív textusról van szó. Nyilvánvalóan ezek olyan döntések, amelyeket az ember

magyarázat nélkül hoz meg, de a későbbiekben mindenképpen érdemes rájuk reflektálni.

Így, amikor a csoport után elolvasom jegyzetemet, egy nagyon eklektikus, plurális, heterogén szöveget kapok, ami sok helyen elágazik, nyílik, fonódik, kapcsolódik. Mindebbe beleszövődnek a páciensek által készített képek is, illetve azok a címek, melyeket ők adnak az alkotásaiknak. Tehát azt hiszem, hogy a művészetterápiás csoportjaimon készülő jegyzetet együtt szőjük valamiképp a csoporttagokkal, amíg heterogén jegyzetszövévé formálódik.

*Salz Gabriella, művészetterapeuta*