

„AZT KÍVÁNOM, HOGY AZ ÖSSZES PSZICHOTERAPEUTÁRA LEGYEN JELLEMZŐ A KÍVÁNCISISÁG...” – INTERJÚ PUREBL GYÖRGGYEL

A Pszichoterápiás Tanács Szövetség (PTSZ) új elnökével, Purebl Györggyel beszélgettünk pályája alakulásáról és a PTSZ-ben betöltött szerepéről, terveiről. Az interjút készítette Kepics Zsanett és Kiss Tibor Cece.

ÚTKERESÉS, FONTOS TALÁLKOZÁSOK

Kiss Tibor Cece: Szeretettel köszöntünk téged a Pszichoterápia Szerkesztősége nevében, és nagyon örülünk, hogy vállalkozol erre a beszélgetésre! Csapjunk is a közepébe: tudnál nekünk mesélni egy kicsit a szakmai életutad általad fontosabbnak tartott állomásairól?

Purebl György: 1986-ban kezdtem az egyetemet, még a szocializmusban és 1993-ban fejeztem be, amikor már rendszerváltás után voltunk. Volt egy halasztott évem, mert közben négy félévet jártam az ELTE pszichológiára is, de azt aztán nem fejeztem be.

Kiss Tibor Cece: Miért fordultál el a pszichológia szaktól?

Purebl György: Nagyon nyakamon volt már a Semmelweis Egyetem elvégzése, szerettem volna elkezdeni dolgozni, és azt sem rejtem véka alá, hogy sok olyan tárgy volt, amire úgy éreztem, hogy igazából nincs szükségem. Mindig is pszichoterapeuta akartam lenni, a pszichológiának az egyéb ágai annyira nem érdekelték. Akkor indult a pszichiátriai rezidensi rendszer, és akkor nősültem, születtek a gyerekeim, szóval így egyszerre jött sok dolog, ami az iskolapadból a felnőtté válásba pöccintett át.

Kepics Zsanett: Az, hogy mindig is pszichoterapeuta akartál lenni, ez mit jelent?

Purebl György: Azért nem mindig. Gimnáziumban például még agysebész akartam lenni, és az egyetemen nagyon sokáig kacérkodtam a belgyógyászat és a pszichiátria között, és valahogy a pszichoszomatika egy ilyen közös útnak tűnt, és tűnik a mai napig is. Belgyógyászati osztályra jártam be

dolgozni az egyetem alatt, és hamar világossá vált, hogy az ottani betegek minimum egyharmadának pszichológiai problémái is vannak. Látszott, hogy nem teljes a gyógyításuk anélkül, ha nem nyúlnak valahogy ezekhez a pszichológiai problémákhoz, érdekelt is a psziché, és akkor így végül aztán a pszichiátria mellett döntöttem, és szerintem nagyon jól tettem. Azóta se bántam meg egy percre sem.

Ezután a Dél-Pesti Kórházban kezdtem el dolgozni egy közellátást végző pszichiátriai osztályon. Az ottani főnököm, Zonda Tamás nagyon támogató volt, és nagyon sokat lehetett mellette tanulni, de azért az a nagypszichiátriai közeg, az nem az volt, amit igazából kerestem, és így jöttem át a Semmelweis Egyetemre, Kopp Máriához, akinél korábban TDK-ztam. Ez egy nagy, véletlen találkozás volt, Mária az egyik legmeghatározóbb ember volt az életemben.

A klinikum szempontjából nagyon jó volt itt Máriánál a kognitív viselkedésterápia megismerése, ami nagyon új dolognak számított akkor nekem, és nagyon megtetszett. Sok analitikus modellt ismertem már akkor, és lehet, hogy az orvosi gondolkodás miatt ez az egzaktabb, megragadhatóbb modell vonzóbb volt számomra. Ma már azért sokkal integratívabban gondolkozom.

Kiss Tibor Cece: Kopp Mária a kutatásairól is nagyon híres, gondolom abba te is bekapcsolódtál.

Purebl György: Igen, én is bekapcsolódtam, és valóban arról a leghíresebb a munkássága, de emellett mindig szívügye volt, hogy a Magatartástudományi Intézetnek legyen saját klinikai ellátó

részlege, ami mindig is volt. Eleinte nagyon kis kapacitással működött, és tulajdonképpen most váltunk klinikává. Ez nem nekem köszönhető, bár az én igazgatóságom alatt lépett életbe. A Túry Ferenc által elültetett fa hozott most gyümölcsöt, amit Mária, Kovács Jóska is locsolt.

Nagyon sok beteget láttam, nagyon vonzott a pszichoszomatika. Végül az alvás volt az, amiben jobban elmélyedtem, és az alvászavarok terápiaja. Olyan, mint egy kút, belenézel, és bármi lehet a fenekén. Van, akinek tényleg csak annyi, hogy idegeskedik azon, hogy nem tud aludni, de volt olyan betegem is, aki holokauszt túlélő volt, és minden este úgy feküdt le aludni, hogy meg volt róla győződve, hogy 50 százalék, hogy fölbred reggel és 50 százalék, hogy nem.

Kepics Zsanett: Miért pont az alvás az, amit elkezdted kutatni?

Purebl György: Az ember egyharmadát azzal tölti, biológiai dolog, emellett gyakorlatilag minden

reprezentálódik benne, ami a pszichológiát képviseli. Meg... egy idő után beleütközik az ember Jungba... Tapasztalatom szerint a pszichoterapeutává válásnál mindenkinél egy mérföldkő, amikor elkezd Jungot olvasni és belelépni ebbe a kreatív világba, ami nagyon színes és vonzó, sok szó esik benne az álmokról.

Kiss Tibor Cece: Van-e olyan állomás még az életutadban, amit szívesen kiemelnél?

Purebl György: Van egy állomás még, mert még volt egy ember, akivel találkoztam, és aki majdnem elcsábított a gyerekpszichiátria és a gyerekpszichoterápia felé, és az ő nevét muszáj megemlítenem, ő Fohn Márta, aki szerintem fantasztikus ember. A felnőtt pszichoterápiáról is sokat tanultam tőle. De igazából én mindenkitől sokat tanultam. Túry Feritől, Németh Attilától... Biztos szerencsés voltam, hogy sok jó emberrel kerültem kapcsolatba eddig, és fogok is remélhetőleg még.

A KOGNITÍV TERÁPIÁKTÓL A TERÁPIÁS KÖZÖSSÉGIG

Kepics Zsanett: Mondtad, hogy először a kognitív terápia volt számodra nagyon lenyűgözőek, majd aztán a korlátaival is találkoztál, és most itt mondtad Jungot, meg talán Túry Feri kapcsán a családterápia is bejön... milyen módszerekkel ismerkedtél meg még?

Purebl György: Amikor a kognitív terápia korlátai kezdtek világossá válni számomra, akkor már jártam a pszichoterapeutaképzésbe, és akkor vezették be a kötelező sématerápia félévet. Az egy nagyon megtermékenyítő, kreatív, a gyakorlatban nagyon használható modell, ma is nagyon tetszik. Aztán volt egy időszak, amikor kezdtem besokallni az egyéni terápiaiktól.

Kiss Tibor Cece: Ez úgy időben mikor volt?

Purebl György: Olyan 35 és 40 éves korom között talán, talán egy picit előbb. Azt vettem észre, képzeljétek el, hogy hazamegyek, és otthon önéletrajzokat olvasok, rekreációs olvasmányként. És akkor rájöttem, hogy nagyon nagy baj van. Bejutottam egy olyan csöbe, hogy csak valakinek az egyéni szubjektumán keresztül tudom a világot nézni. Kezdttem is az egészbe belefáradni, és akkor jött a családterápia, ami nekem egy egészen fantasztikus megújulást jelentett, és a mai napig a legkedvesebb elfoglaltságom a terápia területén. Most nagyon kevés időm van terápiaikat végezni, de amit csinállok, az azért nagyrészt családterápia. Mindenki azzal vigasztal, hogy majd ha a következő kiégési hullám jön, akkor fog jönni a csoportterápia, de még nem jött, úgyhogy még most egyelőre jó a család is.

Ami megtermékenyítő volt még, az a dialektikus viselkedésterápia volt, amit Ratkóczi Évától tanultam. Ő volt az egyik, aki elmozdított az integratív irányba, akitől úgy tanultam a kognitív terápia, hogy közben analitikus volt, a másik pedig Túry Feri. Van pár ilyen ember, aki elfogulatlanul és haszonelvűen viszonyul a terápia irányzatokhoz, és nekem ez egy modell. Szeretnék odáig eljutni a saját életemben, hogy úgy használjam a pszichoterápiákat, mint egy vízvezetékszerelő a szerszámait: legyen nekem is egy eszköztáram, hogy amikor kinyitom a táskámat, akkor többféle eszközből tudok választani, és ki tudom venni, amire éppen szükségem van. Most éppen EMDR-t tanulok. De sokféléket nem tanulok, mert az sem jó, ha az ember elvész a módszerekben, és egyiket se tudja rendesen használni.

A dialektikus viselkedésterápia úgy jött Ratkóczi alapján, hogy olyan betegeket láttam meggyógyulni az Évánál, akikről egyszerűen nem hittem volna, hogy tényleg meg tudnak gyógyulni a szó legszorosabb értelmében, tehát nem tartósan tünetmentesek, nem szorulnak néha-néha segítségre, nem átmenetileg vannak jól, nem kompenzált állapotban vannak, hanem teljes értékű emberek, akik teljesen maguk mögött tudtak hagyni olyan állapotokat, amelyek egész elképesztően súlyosak voltak, és nem egy ilyet ismerek, hanem sokat.

Kepics Zsanett: És mivel szeretnéd majd még bővíteni majd az eszköztáradat?

Purebl György: Hát azt majd meglátjuk, nem tudom... Szerintem most a 21. században egy visszatérés történik a terápiás közösséghez, mint rezsimhez. Az a terápiás modell, hogy én ülök a rendelőmben, és egy héten egyszer eljön hozzám valaki ötven percet beszélgetni, én vagyok az ő egyéni terape-

utája, az sok betegségben egyre kevésbé használ. Egyre több azoknak a betegeknek a száma, akiknek ez kevés, akiknek egy rezsim kell. Egy kicsit ebben látom a saját jövőmet is, hogy egy olyan közösséget fejlesszek magam körül a saját munkahelyemen, ahol igazi műhelyt tudunk kialakítani.

ALACSONY INTENZITÁSÚ PSZICHOLÓGIAI INTERVENCIÓK

Kiss Tibor Cece: Azért nagyon egyértelműen átjön, hogy mennyire a klinikum a fő identitásod, de azért úgy tudjuk, hogy neked a reklámpszichológia felé is volt kikacsintásod.

Purebl György: Hát az csak nagyon rövid ideig volt, régen, 15–20 éve. Bizonyos szempontból érdekesnek találtam, van benne egyfajta játékos kreativitás, de most egy kicsit radikális állásponton vagyok a fogyasztói kultúrával kapcsolatban, és ez véglegesen eltávolít a reklám világtól.

Kiss Tibor Cece: Akkor ugorjunk is, és beszéljünk az *Alacsony intenzitású pszichológiai intervenciók az orvosi gyakorlatban* című könyvedről.

Purebl György: Most jelent meg a második kötet. Ez a *testsúlykontrollban és az anyagcsere kontrollban alkalmazható alacsony intenzitású intervenciókról* szól, és Czeglédi Edittel közösen írtuk. Ez a LIPI sorozat új kötete. Tanítok az egyetemen, és posztgraduális képzéseket is tartok belgyógyászoknak, neurológusoknak, háziorvosoknak és még számos más szakterület képviselőinek is, hiszen pszichológiai problémákkal küzdő betegek az egészségügy minden színterén felbukkannak. Nagyon kevésből lesz pszichoterapeuta, de sokan szeretnének egyszerűbb pszichológiai eszközöket is, amikkel valamennyit ők is tudnak segíteni. Amikor én elkezdtem pszichoterápiát tanulni, és orvostanhallgatóként, majd kezdő orvosként megkérdeztem a tanárait, hogy mit csináljak ezzel a beteggel, mit mondjak neki... akkor soha semmilyen konkrét instrukciót nem kaptam. Magamra voltam hagyva. Nyilván ebben is lehet fejlődni, de akkor megfogadtam, hogy én majd nem ilyen leszek, ha tanítani fogok, hanem bizony meg fogom mondani, hogy tulajdonképpen mit tudsz, ha nem is mondani, de kérdezni az adott helyzetben.

Maga az első LIPI könyv eredetileg egy jegyzet volt a hallgatóknak, és akkora lett az igény, hogy most jött a második kötet, és még kettő lesz. Most nem is tudom, hogy elmondjam-e vagy sem, hogy milyen kötetek várhatók még.

Kepics Zsanett: Nagyon kíváncsiak vagyunk.

Purebl György: A negyedik lesz az akut pszichiátria, a harmadik az onkológia és a palliatív terápia.

Ezeket már nem egyedül írom, hanem azokkal a kollégákkal, akik például a pszichoonkológia-terápiát viszik.

Kepics Zsanett: Mondtad, hogy kevesebb egyéni terápiát viszel, családterápiákat tartasz, tanítasz az egyetemen, könyvet írsz... Mi tölti még ki a szakmai életedet mostanában?

Purebl György: Ez azért bőven elég. Még van a kutatás: a közösségi, lelki egészségfejlesztés, amibe egyébként úgy kerültem bele, hogy a Mária egyik pillanatról a másikra meghalt, és itt voltak az EU-s kutatási projektjei, amelyeket vinni kellett, és akkor én vettem át a kutatócsoportja vezetését. Tizenhárom éve ebben a keretben csinálom a közösségi lelki egészségfejlesztést. Most is van egy EU-s projektünk, amiben öngyógyító pszichológiai paneleket fejlesztünk.

Kiss Tibor Cece: És ez applikáció, vagy weblap alapú öngyógyítás?

Purebl György: Olyan, mint az iFightDepression, ami egy kognitív viselkedésterápiás alapú öngyógyító eszköz, az egész Európai Unióban elérhető, ezt tizenéve fejlesztettük, illetve fejlesztgetjük tovább. Most jött ki egy magyar fejlesztésű evészavar öngyógyító honlap, amit a Túry Ferivel és Babusa Bernadettel csináltunk. Ebben az a fantasztikus, hogy nem kognitív viselkedésterápiás alapú, hanem rendszerszemléletű, családterápiás. Az EU-s, amiről korábban beszéltem, az pedig januárban jelenik meg. Az egy munkahelyi lelki egészségfejlesztő program, amit a munkavállalók a munkahelyükön a főnökeik támogatásával (de azok hozzáférése és kontrollja nélkül) használhatnak. Arról szól, hogy emberek hogyan tudják egymásnak közölhető formában elmondani a munkahelyen, ha bajban vannak, és hogyan tudnak egymásnak segíteni a maguk szintjén. Amit én és Tóth Mónika kolléganőm írtunk belőle, az az antistigma rész, de ez is arról szól, hogy hogyan kommunikáljunk szupportívan. De ez most már így tényleg bőven kitölti az időmet, úgyhogy ennél többet már nem is akarok csinálni, meg nem is bírnék.

A PSZICHOTERÁPIÁS TANÁCS SZÖVETSÉG ELNÖKE

Kepics Zsanett: Úgy tudjuk, hogy a Pszichoterápiás Tanács Szövetségben vezető lettél, és ez is része a szakmai életednek.

Purebl György: Ez annyi, hogy megkértek, eleinte még vonakodtam is, de egy nagyon jó csapat van a segítségemre, akikkel könnyű együtt dolgozni és nagyon támogatnak: Tóth Erika, Terenyi Zoli, Varga S. Kata, Dósa Ági, Égerházi Anikó, Farkas Kinga, Kútvölgyi Andrea és még sorolhatnám a neveket. Volt egy másik motivációm is, és ez a pszichoterápia katasztrofális/nem finanszírozása az állami ellátásban. Nagyon régóta kattogok azon, hogy hogyan lehetne a pszichoterápiák finanszírozásán javítani Magyarországon, és erre kapóra jött ez az egész.

Kiss Tibor Cece: A PTSZ-nek van egy ilyen projektje most, hogy ez a törvényhozáson átmenjen?

Purebl György: Amikor szó volt arról, hogy a Pszichoterápiás Tanács elnöke leszek, akkor én két fő célt tűztem ki. Az egyik az ez volt, vagyis, hogy legyen a pszichoterápiának finanszírozása, mert ez javítja az esélyegyenlőséget a pszichoterápia igénybevételeiben. A másik annak az áttekinthetővé tétele, hogy a különféle pszichoterápiás módszerek mit tudnak kínálni a fogyasztók számára és mit nem. Ez szorosan összekapcsolódik: akkor lesz finanszírozása a pszichoterápiának, ha világosabbá fog válni az ellátást fizető számára, hogy ki miért mit kap.

Ez már korábban elindult: a kollégiumi tanács elkezdett egy ilyen projektet. Minden egyesület megkért, hogy írja le, hogy a saját maga által képviselt terápiák milyen indikációkban, milyen kódokkal alkalmazhatók, és milyen tudományos eredményekkel rendelkeznek.

Mi a PTSZ?

Kepics Zsanett: Talán van olyan Olvasó, aki nem igazán tudja, hogy mi az a PTSZ. Esetleg mesélnél róla valamit? Például, hogy te hogy kerültél vele kapcsolatban, mióta létezik, mi ez?

Purebl György: Ez nagyon vicces, mert igazából nehogy azt hidd, hogy én nagyon sokat tudtam a PTSZ-ről! Jó, azért tudtam, hogy van PTSZ, és tudtam, hogy az a pszichoterápiás egyesületeknek a szövetsége. Egy olyan szövetség, amelyben egyesületek vannak benne, egyéni tagság nincs is.

Amennyire én látom, eredetileg ez a szövetség azért jött létre, hogy a Magyarországon elérhető pszichoterápiás képzések átláthatóbbak legyenek, legyen egyfajta minőségbiztosításuk, legyen egy

olyan közeg a szakmában az egyesületek között, amiben egymást tudják támogatni, amelyben közösen tudnak fellépni. Ugye megváltoztatták az egészségügyi képzési szabályokat pár évvel ezelőtt, az orvosképzéseket, beleértve a pszichoterapeuta képzést is, a négy orvosi egyetem megfelelő grémiumaihoz vindikálták.

Kiss Tibor Cece: Ez elég nagy hullámvölgy a szakmában.

Purebl György: Az egyetemek elvileg átvették a szakmában a képzés kontrollját, minőségkontrollját, akkreditációját, amit korábban egy nagyon erős komoly hagyomány és konszenzus alapján a PTSZ végzett. Most ez a négy grémium kezében van. A PTSZ elnöki programomnak az is része, hogy Magyarországon a pszichoterapeutaképzés legyen egyrészt színes, az ember összerakhassa magának azt a fajta képzést, ami közel áll hozzá, és amilyenben fejlődni tud, de legyen egy közös keretrendszer is, amiben az alapfeltételek közösek, és ami átjárható a négy grémium felé és egységes minőségét képviseli.

Az egyesületek szintjén azt látom, hogy vannak nagyon aktív egyesületek, és vannak kevésbé aktívak, de ezekre a megszólításokra, amiket a kollégiumi tagozat is és már a PTSZ is indított az egyesületek felé, erre egységesen léptek és reagálnak. Eddig úgy volt, hogy minden egyesület küldött egy küldöttet a közgyűlésre. Én most azt vettem fel, hogy minden egyesület kettő küldöttet küldjön, egynek van szavazati joga, de legyen jelen megfigyelőként egy olyan ember, aki a következő generációt képviseli. Az ötletet a Gigazoom-ból merítettem.

Ott látszott, hogy a fiatalok nagyon figyelnek, van véleményük, azt gondoltam, jó lenne, ha a küldött közgyűlésen is megjelenének.

Kiss Tibor Cece: Amit most mondasz, úgy értem, hogy stratégiai szintre emelted a generációváltás kérdését.

Purebl György: Azt gondolom, hogy lehet, hogy igen. De ebben nagyon sok minden van benne. Orvosképzéssel foglalkozom, és azt látom, hogy másképp gondolkodik ez a generáció. Ők lesznek a jövő, szeretném megismerni azt, hogy ők hogyan gondolkoznak, hogyan vélekednek például a pszichoterápiáról, hogyan szocializálódnak egy rendszerben, milyen hagyományokat tesznek magukévá és milyeneket nem. Mi sem úgy dolgozunk, ahogy a nagy elődeink, akiktől tanultunk.

Kiss Tibor Cece: Bizonyos értelemben te is egy generációváltás eredményeképp vagy most a PTSZ

vezetője, sokáig Harmatta János vezette ezt a szervezetet.

Purebl György: Igen. János most is nagyon aktív, és nagyon konstruktív, jóban vagyunk, sokat segít. Régről ismerem, mert ugye voltam a Pszichiátriai Társaság elnöke, és ő annak tiszteletbeli elnöke.

Kepics Zsanett: És hogyan lettél vezető? Mondtad, hogy megkértek.

Purebl György: Már nem is emlékszem, hogy vagy fölhívtak, vagy küldtek egy e-mailt. Azt hiszem, inkább fölhívtak. Én nem tudtam mire vélni, hogy miért pont engem. De hát nagyon megtisztelő volt. Állítólag az is benne volt, hogy amikor MPT elnök voltam, az abból leszűrt tapasztalatok alapján... de az MPT-ben rengeteg dolog nem változott azért... Olyan nagy sikersztóri nem volt.

Kepics Zsanett: De akkor már te jártál a PTSZ gyűlésén, vagy akkor hallottál először róla?

Purebl György: Gigazoomon voltam, de PTSZ gyűlésen nem, én egyik egyesületnek sem vagyok a mai napig aktív tagja. VIKOTE-ban és az MCSE-ben képződtem, illetve most az EMDR egyesületben. A családterápiás egyesületben elvileg tag is vagyok, meg nem is vagyok tag, de biztos, hogy aktív tagja egyik egyesületnek sem voltam, viszont az egyik pszichoterápiás központ vezetője vagyok Magyarországon, azért az nyilván valamit számít. Lehet, hogy ez számított, hogy egyik egyesületben sem vagyok aktív, tehát független vagyok, bár ezen nagyon meglepődtek, amikor kiderült. Szerintem azt hitték, hogy VIKOTE tag vagyok.

Kiss Tibor Cece: Igen, veled kapcsolatban lehet, hogy ez jut automatikusan az ember eszébe. Nekem biztosan.

Purebl György: De nem vagyok VIKOTE tag.

A PTSZ hatóereje

Kepics Zsanett: Szerinted a PTSZ-nek tud lenni hatása?

Purebl György: Szerintem, ha a saját szerepét jól meg tudja találni, akkor nagyon is tud hatást elérni. Ez a szerep lehet a négy egyetemi grémium közti összekötő kapocs. A PTSZ dolgozik azon, és támogatja az egyetemi grémiumokat abban, hogy egy egységes, de rugalmas pszichoterapeuta képző rendszer alakuljon ki Magyarországon. Ez alatt azt értem, hogy a képzések fő minőségi kritériumai és alapvetései legyenek egységesek. Legyen benne rugalmasság, például én akarhassak analitikus vagy kognitív lenni úgy, hogy közben megismerhessek más módszereket is. Lehessen egy egyéni utat járni,

miközben ugyanolyan minőségben lépsz ki a végén a képzésből. Ugye azért nehéz és ezért jó ez a szerep a PTSZ-nek, mert régen ezt csak a PTSZ csinálta. Most egyszerre négy szervezethez került, a négy grémiumhoz, de kell egy koordináló erő, amit elfogad a négy grémium. Egyébként a Semmelweis-en nem vagyok benne a pszichoterápiás grémiumban. Grémium vezető vagyok az alvászmedicinában, tehát tudom, hogyan működik a rendszer, de a pszichoterápia grémiumban nem vagyok benne, független vagyok.

Kepics Zsanett: És elfogadják a grémiumok a PTSZ-t, mint koordinátort?

Purebl György: Elvileg mindenki elfogad mindenkit. A gyakorlatban a modus vivendi, a működésmód megtalálása fontos, ez formálódik most.

Kiss Tibor Cece: Igen, hát ez a kényes kérdés persze. Kíváncsiak vagyunk, hogy hova fog ez kifutni. Úgy láttuk egyébként, hogy a PTSZ honlapján nem sok aktuális információ van. Utoljára négy-öt évvel ezelőtt frissült a honlap.

Purebl György: A PTSZ honlap praktikusán üres, csak alapinformációkat tartalmaz. Most úgy néz ki, hogy négyen, Kútvolgyi Andi, Farkas Kinga, Pataki Teréz és én kézbe vesszük, és vannak vízióink a honlap felélesztésével kapcsolatban. Az egyik ilyen vízió az az, hogy legyen egy kommunikációs felület majd a társaságnak, ez részben megvalósult már most is. Kerüljenek fel azok az anyagok majd, amiket az egyesületek fontosnak tartanak. Ha az egyesületeknek vannak honlapjai, akkor azok be legyenek oda linkelve. De fontos az is, hogy szólítsuk meg a pszichoterápia iránt érdeklődő leendő vagy éppen aktív felhasználókat, az utánpótlást, de egyben a laikusokat is talán.

Kiss Tibor Cece: Ez azért nagyon nagy munka, ahogy elképzelem.

Purebl György: Nem mi akarjuk az egészet írni. Remélem mások is szívesen bekapcsolódnak aktívan.

Jövőbeli tervek, változások a PTSZ tagfelvételi és akkreditációs rendszerében

Kiss Tibor Cece: Lassan szerintem kanyarodjunk a jövő irányába. Milyen terveid vannak a jövőre nézve?

Purebl György: A közeljövő tervei azok, hogy alakuljon ki egy működőképes együttműködése a négy grémiumnak és a PTSZ-nek, és alakuljon ki a képzés egységes rendszere. Legyen benne az, hogy mire számíthat az, aki egy új képzést akar

akkreditálni, ne csalódjon, tudja előre, hogy milyen feltételeknek kell majd megfelelni. Legyen meg egy alap ahhoz, hogy tárgyalni lehessen a kódrevízióról, hogy lehessen a pszichoterápiát az állami ellátásban jobban finanszírozni. Ehhez kell egy munkaanyag. Ez elindult. A PTSZ-ben ezt képzelem el a jövőnek. A saját rendelőkben, a Magatartási Intézetben, az a cél, hogy egy nagyon progresszív és integratív műhely tudjon kialakulni. A kollégák egy része Mindfulness, más része EMDR-t, harmadik része sématerápiát, negyedik pedig DBT-t tanul. Mindez a betegek igényei miatt alakult így, ezekre próbálunk reagálni. Ha azt látjuk, hogy egyre több borderline működésű személy jelenik meg a terápiákban, és kér segítséget, akkor nekünk erre egy idő után reflektálnunk kell. Mert nekünk az a dolgunk, hogy ellássuk őket.

Kepics Zsanett: Bocsanat, még egy picit visszamennék a PTSZ-hez. Úgy láttam, hogy 16 egyesület a tagja. Mi alapján lehet taggá válni?

Purebl György: Nagyon-nagyon jót kérdezel, fontos, és jó, hogy erről beszélünk. Ez is most változik. A PTSZ tagság úgy dől el, hogy van egy úynevezett tagfelvételi, meg akkreditációs bizottság. Újabb és újabb pszichoterápiák születnek, és vannak egyesületek is a világban, amelyek szépen fejlődtek az utóbbi időben. Például, mint az EMDR, vagy Magyarországon a MAKOMP. Az egyesületek egyrészt folyamatosan felvételiznek a PTSZ-be, másrészt kéri a saját képzésük akkreditációját. Ha problémák vannak az akkreditációval vagy a felvétellel, az egyesületek joggal mondják, hogy az alapító egyesületeknek sokkal kevesebb feltételnek kellett anno megfelelni, mint a jelenlegieknek. Október 31-ig adtunk saját magunknak határidőt arra, hogy egy explicit felvételi és akkreditációs rendszert dolgozzunk ki, ami minden egyesületre vonatkozik nem lehet kettős mérce. A jelenlegi rendszer a kezdetekben alakult ki, amikor még sokkal kisebb volt a nemzetközi mobilitás, és feltételént

szabja bizonyos számú magyar kiképző részvételét. Most már ez nem teljesen életszerű, mert el lehet menni online képzésre, vagy ide lehet hozni külföldi kiképzőt. Ezt a szabályt most úgy fogjuk változtatni, ha megszavazzák a küldöttek, hogy annyi a változás, hogy a képzésnek Magyarországon kell történnie, de ide lehet hozni külföldről kiképzőt. A lényeg, hogy explicit kritériumrendszer lesz, és az egyesületek felkészülhetnek arra, hogy szép fokozatosan megfeleljenek ezeknek a feltételeknek, mielőtt kéri a felvételt.

Kepics Zsanett: Ez azt jelenti, hogy aki mondjuk bekerül ebbe a tanácsba tagként, az akkreditált módszernek is tekinthető?

Purebl György: Külön van a felvételi bizottság, és van az akkreditációs bizottság, mind a kettőben vannak kritériumok.

Kiss Tibor Cece: Emlékszem, hogy régebben volt olyan, hogy a PTSZ üléseiről valamilyen rövidke beszámoló a Pszichoterápia folyóiratban meg tudott jelenni. Mostanában hogyan viszonyultok ehhez?

Purebl György: Ez jó ötlet. Hát futunk magunk után, de abszolút nyitottak vagyunk arra, hogy rendszeresen írjunk egy összefoglalót a PTSZ aktualitásairól a Pszichoterápia folyóiratba, ha erre van igény. Szerintem nagyon fontos a kommunikáció, és remélem, hogy a megújított honlapon keresztül is tudjuk majd közölni ezeket az összefoglalókat.

Kepics Zsanett: Az is felmerült a szerkesztőségben, nyilván ez kapacitásfüggő is, hogy mit szólnátok ahhoz, hogy ha mi, mint sajtós jelen lennénk esetleg a gyűléseiken?

Purebl György: Ehhez meg kell kérdeznem a közgyűlést. Ugye nekem az volt az első feltétel, amikor felkértek, hogy én nem elnök akarok lenni, hanem elnökséget szeretnék. Tehát az elnökség és a közgyűlés szavazatai döntsenek egy ötlet elfogadásával kapcsolatban, demokratikusan. Nekem nincs ellenvetésem egyébként.

HÁROM KÍVÁNSÁG

Kiss Tibor Cece: Jó, akkor kanyarodjunk az utolsó kérdésre, ami egy kicsit nem komoly, de akár komoly is lehet. Ha lehetne három kívánságod, mit kívánnál a szakmának?

Purebl György: Hüha. Ez jó kérdés. Legyen három szintje, minden szinten egy kívánság. Tehát az egész szakma szervezeti szintjén, az ethosz szintjén azt kívánnám, hogy a kultúra, amiben élünk, az legyen sokkal reflektívabb saját magával és a tagjainak a pszichológiai működésével kapcsolatban, természetessé váljon az, hogy a saját pszichológiai

működésem felől tudatosan gondolkodom, mint egyszerű ember a kultúrában, mert akkor könnyebben megyek pszichoterápiába, és talán eleve nem is kell pszichoterápiába mennem. Kevesebb embernek lenne pszichológiai problémája, és sokkal többen kapnának sokkal gyorsabban sokkal nagyobb segítséget, mert nyitottabbak lennének az adekvát segítségre.

A második szint a finanszírozás, legyen sokkal hozzáférhetőbb a pszichoterápia az emberek számára.

És a harmadik szint a pszichoterapeuták közösségének a szintje. Azt kívánom, hogy az összes pszichoterapeutára legyen jellemző a kíváncsiság, mint alaptulajdonság, mert szerintem ez az, ami a leginkább megóv a kiégéstől. Lehet, hogy ez egy önző, gyarló dolog, hogy érdekelnek a mások problémái, de mindenfajta fellengzős dolgot félretéve, évtizedeken keresztül az tud pszichoterapeuta lenni, akit nagyon érdekel, hogy más emberek miért működnek úgy, ahogy működnek. Ez volna a harmadik.

Kepics Zsanett: Hát nagyon-nagyon köszönjük az interjút.

Kiss Tibor Cece: A három kívánságot külön is.

Purebl György: Az jó volt, mert arra nem számítottam. Köszönöm, hogy kérdeztetek és beszélhettem, megtiszteltetés.

Kepics Zsanett, Kiss Tibor Cece

Pszichoterápia előfizetési lehetőségek 2024

Kedves Kollégák!

Ezúton tájékoztatjuk Önöket a PSZICHOTERÁPIA szakfolyóirat jövő évi előfizetési díjairól.

Az éves előfizetési díjak meghatározása során kénytelenek voltunk az inflációt követni, mivel az informatikai, szerkesztőség működtetési, nyomdai, postázási költségek jelentősen emelkednek.

Amennyiben 2023. december 31-ig megrendeli a folyóiratot 2024-re és befizeti az előfizetési díjat, még az idei előfizetési díjakon érhetők el a jövő évi lapszámok, érdemes tehát még idén meghosszabbítani az előfizetéseket.

Az előfizetési díjak az alábbiak szerint alakulnak 2024-ban:

Éves előfizetési díj, nyomtatott verzió: 24 500 Ft

Éves előfizetési díj, online verzió: 21 100 Ft

Éves előfizetési díj, online és nyomtatott verzió: 28 500 Ft

Egy példány ára (csak nyomtatott változat elérhető): 8000 Ft

2023-tól online is elérhetőek az aktuális, valamint a korábbi PSZICHOTERÁPIA lapszámok.

Az online előfizetés egyéves hozzáférésre jogosít a legfrissebb lapszámokhoz, valamint az archív, régebbi évszámokhoz egyaránt.

Természetesen a továbbiakban is javasoljuk a nyomtatott verzióra történő előfizetést, hiszen továbbra is érték és egyedi hangulatú a papíron megjelent folyóirat lapozása és az abban való elmélyülés. Ennek szem előtt tartásával lehetőség van kombinált, azaz a nyomtatott és az online változatra történő együttes előfizetésre is.

Az online verzió elérhető az alábbi linken:

<https://online.pszichoterapialap.hu/>

Itt a regisztráció fölé kattintva (néhány adat megadásával) lehet létrehozni az előfizetői fiókot, majd az előfizetői fiókba belépve lehet előfizetni az online és a print lapszámra egyaránt, bankkártyás és paypal fizetési lehetőséggel.

Amennyiben átutalással kívánja fizetni az előfizetés díját, kérjük, itt rendelje meg a szakfolyóiratot:

<https://www.mentalport.hu/a-folyoirat/elfozetes/>

Az online előfizetés megvásárlásával azonnal hozzáférhetővé válnak az aktuális és az archív lapszámok. Az online verzió előfizetése egy évre szól, és a vásárlás napjával indul.

A nyomtatott lapszámra vonatkozó előfizetés adott naptári évre szól, tehát az előfizetés évének lapszámait postázzuk (amennyiben év közben fizet elő a nyomtatott folyóiratra, az aktuális év előző lapszámait is postázzuk, az előfizetés pedig az adott év végéig érvényes).

Intézmények, szakegyesületek számára elérhető a csoportos 5%-os kedvezményt nyújtó előfizetési lehetőség, amennyiben legalább 10 példányt (nyomtatott változat) vagy 10 hozzáférést (online változat) rendelnek.

Az előfizetések kapcsán Pach Judit titkár ad részletes felvilágosítást. Pach Judit elérhető a szerkesztoseg@pszichoterapia.hu email címen és a +36 1 789-8054 telefonszámon (telefonon hétfő–csütörtök: 9:30–14:30).