

## Tartalom:

Bevezetés  
Rövid hírek, információk  
Telefonos nap, 2002.  
Tanulmányok a Délkeleti Régió Hírleveléből  
Lapszemle  
Olvasónapló  
Könyvajánlat  
Idézetek

## Bevezetés

### Kedves Ügyelőtársak!

A múltkori számunk bevezetőjében arra panaszkodtam, hogy a számítógép meghibásodása miatt nehezen sikerült összehozni az akkori lapot. Mindig reménykedik az ember, s úgy gondoltam, a hibák hamar megoldódnak, a következő hetekben már minden simán fog menni. De nem így történt, s még hetekig bajlódtunk a géppel. Az el nem végzett munkák viszont torlódtak. Ezért sikeredett a május-júniusi szám elkészítése ilyen késeire. Időközben nyár lett, túlvagyunk az új ügyelőink eskütételén, a közös tréningen és az évadzáró szupervízió is. Így most már a lapunk nyári olvasmányának hasznosítható (az aktualitások helyére ezért került még több tanulmány, hiszen az elvesztegetett idő alatt a megjelentetni való írások viszont gyűltek).

**Mindenkinek jó nyarat, jó pihenést, jó ügyeleket kívánunk!**

Debrecen, 2002. június 28.

Rénes László

## Rövid hírek, információk

- A *Most Van Holnap Alapítvány* több éve (az Organon Gyógyszergyár anyagi hozzájárulásával) munkálkodik azon, hogy az országban minél több **Tinédzser-ambulancia** jöjjön létre. Ezek az ambulanciák nemcsak a tizenéves lányok nőgyógyászati problémáival foglalkoznak, hanem szívesen látják a tinédzser fiúkat is. Ma már az országban 41 ilyen ambulancia működik.
- A Szekszárd Városi Mentálhigiénés Egyesület, a Pécsi Tudományegyetem Illyés Gyula Főiskolai kara és a Babits Mihály Művelődési Ház közös szervezésében tartják meg Szekszárdon a **XIV. Családóvó Nyári Egyetemet** 2002. június 30. és július 6-a között: **Nemzedékek együttélési formái a családban** címmel. Az izgalmas programokból kiemelnénk a választható, zárt kiscsoportos tréningeket, amelyeket a hét nap öt délutánján tartanak meg. A következő kiscsoportokból lehet választani: örömtréning, családi önismereti tréning, családi kommunikáció és hatékony konfliktus megoldás, illetve közösségi kommunikációs formák vezetésének gyakorlata. A délelőtti előadásoké. A sok előadó közül néhányat van módunk megemlíteni: Iván László professzor, Dr. Komlósi Piroska, Dr. Polcz Alaine, Dr. Kapitány Ágnes, Dr.

Kapitány Gábor, Dr. Bánlaky Pál, C. Molnár Emma, Dr. Bagdy Emőke, Dr. Vekerdy Tamás, Dr. Utasi Ágnes. Az esti programok nagyon változatosak, a színházi előadástól kezdve az intézménylátogatásig mindenféle kikapcsolódási lehetőséget is kínálnak. *Jelentkezési határidő: június 5-e.* A részvételi díjakról és további információkról Dér Miklósnénál és Pócs Margitnál lehet érdeklődni (Városi Mentálhigiénés Egyesület, Szekszárd, Szent István tér 10. Tel.: 74-511-951; 74-411-133; Fax: 74-511-950).

## Telefonos nap, 2002.

1997 óta öt Telefonos nap volt. Négyyszer tartottunk ebből az alkalomból rendezvényt, háromszor konferenciát (a Református Kollégium dísztermében kétszer, a Debrecen Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatal tanácstermében egyszer), illetve egyszer a Humán Fejlesztők Kollégiumában kerekasztalbeszélgetést. Ebben az évben nem állt módunkban rendezvényt tartani.

Ebben az évben a sajtón és a médián keresztül próbáltuk megszólítani a lakosságot:

A **Debrecen TV**-ben május 3-án, pénteken a *napi hírek* műsorában Dr. Kálmánchey Albertet szólították meg, majd még este szintén a szolgálatvezetővel volt *élő stúdióbeszélgetés* (kb. negyedóra tartamban). Érdekeség, hogy pont ebben az időpontban az **MI Ablak** műsorában volt beszélgetés a LESZ elnökével. A helyi tévé hírek műsorát azonban az este folyamán és másnap reggel többször is megismétlik, s a heti híryanagból szombatvasárnap *heti hírösszeállítást* közölnek több alkalommal. A heti hírösszeállításban is szerepelt a szolgálatvezetővel készült interjú.

A **Debrecen Rádió**ban is hasonlóan, Dr. Kálmánchey Albert nyilatkozott május 5-én, vasárnap a Telefonos Napról. Ebben a műsorban még két ügyelőnkkel is beszélgettek - természetesen névtelenül - az ügyelői munkáról.

Május 7-én, kedden a **Frisz Rádió**ban *élő stúdióbeszélgetés* volt Rénes Lászlóval (kb. 20 perc három „blokkban”) Ez a rádió leginkább a főiskolás-egyetemista hallgatóságához szól, nem teljesen kereskedelmi adó, az esti időszakban a legtöbb műsort a fiataloknak készítik, amiből több is inkább közszolgálati funkciót tölt be.

A **Hajdú-Bihari Napló**ban (megyei napilap) Dr. Kálmánchey Alberttel interjút közöltek május 3-án. Ezen a napon történt a városunkban egy olyan öngyilkossági kísérlet, ami az egész város figyelmét felkeltette. Másnap erről cikk is készült, a rádiók és a tévék is foglalkoztak az esettel. Mindez csak azért érdekes, mert igaz ugyan, hogy az interjúban és a beszélgetésekben nem volt érintve a konkrét eset, de a közvélemény pont a Telefonos napon találkozhatott egy végül jól végződött, de mégiscsak szuicid krízissel. Az egyik kommentár meg is jegyezte: „talán lehetne máskor és másokon is segíteni ilyen helyzetben?” Az információkat befogadó emberek tehát könnyen összekapcsolhatták a konkrét esetet a segítőmunkánkról szóló híradásokkal.

Nem jártunk sikerrel az Alföld TV-nél, a Hajdú-Bihari Futár hetilapnál és a Debrecen Újság hetilapnál. Bosszantó azért is, mert minden orgánumot négy „módon” kerestünk meg: először levélben szóróanyagot, ismertetőt küldtünk, majd elküldtük az időközben elkészült **Infó Telefonos napi különszámot**, aztán konkrét kérést levélben és e-mailen a főszerkesztőknek is küldtünk. Különösen rosszul esett számunkra, hogy a Debrecen Újság újságírója készített anyagot velünk, mégsem közölték ezt a lapjukban.

Az **Infó** havi lapunkból a Telefonos napra különszámot szerkesztettünk. A 34 oldalas lapból 80 példányt sokszorosítottunk, minden nagyobb szociális és egészségügyi intézménynek küldtünk belőle. Mellékeltek a szóróanyagokat hozzá, megkérve a címzetteket, hogy az intézményeikben rakják ki az ott megfordulóknak.

A kiskártyáknak tavaly nagy sikere volt. Tavalyról maradtak füzetek és plakátok, a közgyűlésen kártyákat is kaptunk elegendőt. Ezeket is eljuttattuk a megfelelő helyszínekre. Postán 36 intézménynek és szervezetnek küldtünk szóróanyagot és Infót, illetve személyesen kb. 15-20 helyre vittünk. 6 könyvtárnak és a Debreceni Egyetem két tanszéki könyvtárának ajándékoztunk a LESZ új könyvéből egy-egy példányt, s egyúttal a Telefonos napi anyagainkat is elhelyeztük a könyvtárakban. Mindenütt nagy örömmel fogadták az ajándékot és a többi anyagot. Itt a kártyák helyett a füzeteket igényelték jobban (pl. a város központi olvasóterme közel 100 füzetet gondolt úgy, hogy napokon belül elvisznek az olvasók). A könyvek viszont megmaradnak, kölcsönözhetőek.

**Tanulmányok a Délkeleti Régió Hírleveléből**

**Levélben történő tanácsadás az öngyilkos klienseknek**

***Dmitrij Schustov - David Lester***

A leveleknek tanácsadásra való felhasználását először Freud alkalmazta, aki a „kis Hans”-nak írt, arra vonatkozó tanácsot adva, hogyan foglalkozzon Hans-szal. Grotjahn (1963) egy női ügyféllel váltott leveleket, amikor pszichoanalízisük megszakadt, hogy segítse őt, és arra ösztönözte, hogy kapcsolatban maradjon vele, amíg vissza tud térni a megfelelő pszichoanalízishez. Alston (1957) egy olyan ügyféllel folytatott pszichoterápiát, akinek a hangja gyenge volt és akit a tuberkulózis megakadályozott abban, hogy rendelőjét felkeresse.

France, Cadicax és Allen (1995) a következő megszerkesztést javasolta a levélben történő tanácsadáshoz:

1. az előző levél tartalmának összegzése,
2. érzések és gondolatok kiderítése,
3. az ügyfél előmenetelének pozitív megerősítése,
4. házi feladatok adása, a tevékenységre és a gondolatokra vonatkozó tevékenységek.

Az orosz kultúrában a levélírás tradicionálisan lehetővé tette a levélíró számára, hogy nyitottabb, őszintébb és közvetlenebb legyen, mint a szemtől szemben történő közvetlen kommunikációban. Azért hogy kiderítsék, ez a tradíció megkönnyíti-e a levélben történő tanácsadást, 1992-ben Ryazanban, Oroszországban létrehoztak egy olyan szolgáltatást, ami rádión, televízión és az újságokon keresztül közölt hirdetéseket, arra ösztönözve az embereket, hogy írják meg problémáikat a szolgálatnak. Azoknak, akik írtak, megállapodásokat küldtek, felvázolták a szolgáltatást és a korlátait, pontosan meghatározva az időkorlátokat a válaszadást illetően, megemlítik azokat a tevékenységeket, amelyekre a kliens vállalkozhat. Ez ingyenes, és a tanácsadók fizetését magán forrásból fedezik. 1995-ig mintegy 81 kliens 200 levelet írt. Ezeknek 22%-a férfi, 78%-a pedig nő volt. A kliensek átlagos életkora 44,1 év volt, 15-80 éves megoszlással. A megírt levelek száma átlag 1,7, de az ügyfelek 73%-a csak 1 levelet írt. 19%-uknak voltak öngyilkossági gondolatai, és 5% kísérelt meg öngyilkosságot. 26%-ot ítélték depressziósnak, hangulatát vagy diagnózisát tekintve, 12%-ot skizofrénnak vagy pszichotikusnak, és 2%-ot alkohollal visszaélőnek. A változók közötti egyetlen összefüggés az volt, hogy az alkoholisták elsősorban férfiak, a depressziósok pedig idősebbek voltak, és gyakrabban kíséreltek meg öngyilkosságot.

**Esettanulmány**

A következőkben egy öngyilkos kliens két levelét és a tanácsadó válaszait mutatjuk be.

**1. levél**

Kedves doktor!

Olvastam a városukban lévő „Bizalmas postáról” egy újságban, de csak most határoztam el, hogy írok Önnek. Talán tud segíteni nekem. Először valamit magamról.

16 éves vagyok, és mint varrónő 6 hónapja dolgozom. Amikor befejeztem a középiskolát, speciális főiskolára mentem, ami után azonnal visszatértem dolgozni. Dolgoznom kellett, mivel édesapám

hosszú ideje komoly beteg, édesanyám fizetése pedig nagyon alacsony. Családunkban 4 gyermek van. A bátyám léhűtő és tolvaj. Úgy gondolom, akkor kezdett el lopni, amikor második elemibe járt. Először a mamámtól vette el a pénzt, aztán tőlem az ezüst fülbevalóimat. Ezeket eladta, és elköltötte a pénzt. Ne gondoljon róla túl rosszat - csak a házunkból és a rokonoktól lop. Ez elég a családukról. A lényeg az, hogy 16 éves vagyok, de nem akarok tovább élni. Amikor 12 éves voltam, édesanyám egy baleset következtében leforrázott forró vízzel a fürdőben. 3-4 hónap múlva fehér foltok jelentek meg a bőrömon, a lábszáraimon kezdődően. Először nem értettem, mi történt. Azután megkezdődött a kinszenvedés. Nem tudok a folyóban úszni. A csupasz lábamon nem viselhetek cipőt. Nyáron nadrágot vagy harisnyanadrágot hordok. A barátokkal való kapcsolataim az iskolában kezdtek korlátozottá válni. Tökéletlennek érzem magam, és ez az érzés soha nem hagy el. Néha úgy érzem, öngyilkosságot követek el, de félek a fájdalomtól és a hosszú, gyötrelmes haláltól. És félttem apámat. Ha ezt megteszem, akkor követ engem, a halálom megölné őt. Így nem teszem meg. Nem akarok terhére lenni senkinek. Úgy érzem, még a rokonaik is szégyellnek. Nagyon rosszul érzem magam. Tudja, ember vagyok, nő vagyok, és szeretnék egy barátot, aki szeretne engem. De tudatában vagyok annak, hogy sohasem lesz. Nincs reményem. Néhány éve az iskolában volt egy barátom, az első szerelmem, de vége lett, amikor meglátta a foltjaimat. Szerettem őt, tudja - lehetséges, hogy gyermeki módon. A barátaink ugrattak, menyasszonynak és vőlegénynek neveztek minket. Istenem, miért történt ez velem? Mi miatt? Sehova sem megyek, mert attól félek, szerelmes leszek. Mindennek vége lenne, ha meglátna meztelenül. Ezután semmi sem állítana meg. Mit tegyek? Bocsásson meg, segítsen nekem az Isten szerelmére. Számítok Önre, és előre örülök a válaszának. Őszinte híve

Marija

## 1. válasz

Kedves Marija!

Megkaptam levelét, és szeretném megköszönni őszinteségét és bizalmát. Szeretnénk többet megtudni Önről, a családjáról és a munkájáról, barátairól. Azért van szükségünk erre az információra, hogy teljes képet kapjunk az életről. Minden ember élete egyedülálló, titokzatos, és érdekes. Igen, valójában érdekes. Nem félek ettől a szótól.

Amint elkezdtem levelét olvasni, még mielőtt ahhoz a részhez értem, amikor bajait ecseteli, tudatában voltam annak, hogy egy érdekes és rendkívüli lány levelét olvasom. Levele szimpátiát keltett Ön iránt bennem, és bizalmat gondolatai és érzései iránt. Az volt a benyomásom, hogy már sok éve ismerem Önt, mivel egyik barátom néhány évvel ezelőtt hasonló érzéseket élt át. Ez az, amiért képes vagyok arra, hogy megértsem Önt.

És most rövid leszek és elég szigorú. Ezt követeli meg a hivatásom, mint tanácsadó. Kész vagyok együttműködni Önnel. Biztos vagyok abban, hogy hatékonyan fogunk tudni együtt dolgozni a problémáján. Nehéz helyzetben vagyok, hiba esetén együttes munkánk értelmetlen lenne. Nagyon kényelmetlen helyzetbe hoz levelével, vagy hogy precízebb legyek, függőségi helyzetbe hoz engem. A következőket mondta levelében: „Önhöz folyamodom, azonban ne feledkezzen meg arról, hogy bármit tesz, fenntartom magamnak azt a kiutat, hogy bármely pillanatban öngyilkosságot követek el, ha ez vagy az történik velem”. Nem tudok nyitott és őszinte lenni Önnel a munkánk során, ha az öngyilkosság lehetőségére gondol. És úgy gondolom, ebben segítenie kell nekem. Gondolatait tiszteletben tartom, de túl jól tudom, hogy vannak olyan gondolatok, amelyeket nem lehet megállítani vagy legyőzni. Szeretném arra kérni Önt, hogy közös munkánk időszakában ne kövessen el öngyilkosságot. Remélem megérti ezt.

Kérem írja meg nekünk, hogy ez a megállapodás elfogadható-e az Ön számára. Vagy túlságosan aggasztó-e ezeknek a gondolatoknak a feladása és az alternatív választásért érzett felelősség.

Őszinte híve:

Dimitrij Ivanovics

## 2. levél

Kedves Doktor!

Nagy meglepetés volt, hogy megkaptam a levelét. Türelmetlenül vártam. Nagyon kíváncsi voltam, mi lesz a válasza vagy tanácsa. Az az igazság, hogy először fordultam tanácsadóhoz, mégpedig írásos formában. De soha sem vártam azonnali választ. Levelére nem válaszoltam azonnal. Az az érzés kerített hatalmába, hogy ha azonnal válaszolok, a levelem nem lesz őszinte, hibás és rossz lesz. Miért történnek meg velem ezek a dolgok? Nem tudok választ találni. És Ön?

Amikor levelének az öngyilkossági részéhez értem, megijedtem. Úgy botlottam meg a szóban, mint amikor egy kő van egy sima úton. Megesküszöm teljes felelősségemmel, hogy soha többé nem fogok rá gondolni. Higgyen nekem, soha. Megbízhat bennem.

Levele elején azt írta, hogy én egy érdekes, rendkívüli lány vagyok. Nem tartom magam annak, és úgy gondolom, más sem. Úgy gondolom, teljesen mindennapi vagyok. Ilyen emberből ezer van a városunkban. Ön azonban ezeket a szavakat talán azért írta le, hogy segítsen nekem. Ha ez az oka, nagyon hálás vagyok Önnek, Dimitrij Ivanovics. Ha nem, kérem ne sértődjön meg.

Azután azt írja, hogy megért engem, mert az egyik barátjának hasonló élménye volt. Miért írja, hogy „volt” - múlt időben? Sajnálom, de érdekel a megnyugvás megtanulása. Magára talált vagy meghalt?

Hálás lennék, ha válaszolna a kérdéseimre. És még egy kérés: szeretném megkérni, hogy tegezzen. Feltehetően jóval fiatalabb vagyok Önnél. És melleleg levele elején az írógépe azt írta: „te”. Lehetséges, hogy szívesebben szólítana tegeződve, az udvariassága azonban ezt nem engedi meg. Nos, engem nem érdekel az udvariasság! Bizalmat kért tőlem, bizalmasságot kettőnk között, ugye?

Várom válaszát:

Marija

## 2. válasz

Kedves Marija!

Igazán kényelmesebb tegezni téged, de ez nem a korkülönbség miatt van. Első leveledben volt valami, ami ezt a formát lehetővé tette számomra.

Örültem válaszodnak és döntésednek. Bízom benned. Most pedig néhány válasz a kérdéseidre. Nem gondolom, hogy ezer ilyen ember lenne a városban, mint te. Az írásod stílusa kellemes, világosan ki tudod fejezni az érzéseidet, és a legfontosabb az a képességed, hogy megértesz másokat. Ami a barátomat illeti, természetesen életben van, és most már egészen jól van. Kb. 5 évvel ezelőtt elkezdte elveszíteni a haját. Akkor 20 éves volt. A feje megkopaszodott, nem foltokban, hanem hasonlóan az apjához. A fiú kiborult, nem tudott aludni, és nem akart emberekkel találkozni vagy lányokkal megismerkedni. És minél idegesebb lett, annál több haja kihullott. Most teljes életet él, és van családja és egy kislánya.

Marija, az előző levelemben, azt kértem Tőled, mesélj a barátaidról és a szüleidről részletesebben. Ez fontos. És még egy, kérek, készíts másolatot, amikor levelet írsz nekem (használd indigót). Ez segíteni fog neked, hogy ne feledkezz meg a kéréseidről.

A legjobbakat kívánja:

Dimitrij Ivanovics

### **Erre az esetre vonatkozó megjegyzések:**

Ennél a pontnál a levelezés befejeződött, és a lány előre menetelére vonatkozóan nem állnak információk rendelkezésre. A tanácsadónak rendelkezésére áll a lány jelenlegi címe, de úgy érezte, anélkül írni neki, hogy újabb levelet kapna, indokolatlan tolatkodás lenne.

Egyes országokban - így az USA-ban is - szülői beleegyezésre van szükség 18 év alatt, hogy a serdülőnek szemtől szembeni pszichoterápián tanácsot adjanak vagy pszichiátriai kezelésben részesítsék.

Nincs azonban szülői beleegyezésre szükség a „tinédzser forróvonalon” történő telefonos tanácsadás esetében. Oroszországban csak a 15 év alatti hivatalosan, formálisan pszichiátriai betegek kezeléséhez követeli meg a törvény a szülő beleegyezését. A „bizalmas posta” csupán néhány levelet kapott a serdülőtől és ezért nem tartotta szükségesnek, hogy speciálisan a serdülők részére hozzon létre szolgálatot.

## **Tanácsadási technikák**

A klienssel kapcsolatban az első feladat természetesen az, hogy meghallgassuk őket, és nyugtázzuk, hogy hallottuk, amit elmondtak. Erőfeszítést teszünk, hogy gondozási *segítséget* nyújtsunk és esetenkénti előírásokat. Ezen kívül, a tanácsadók a tranzakció analízisen alapuló technikákat használják fel.

A fő tanácsadói taktikák a következőket foglalják magukba:

### 1. *Tájékoztatás*

A tanácsadó konkrét kérdésekre adhat választ, ami pl. a diagnózist illeti. Mi a teendő? Hogyan cselekedjen? Hova kell menni?

### 2. *Segítség*

A tanácsadó segítséget ajánlhat fel a kliensnek, különösen amikor az ügyfél zavartságot, depressziót, tehetetlenséget és kevés önbizalmat fejez ki. Az ilyen klienseknek ösztönzést és gyakran dicséretet kell adni.

### 3. *A felnőtt ego állapot megerősítése*

Azok a tevékenységek, hogy valaki rendszerezze gondolatait és érthetően papírra vesse valaki más számára, hogy az illető elolvashassa, megerősíti a felnőtt ego állapotot, olyan kontrollt feltételez, amely ideiglenesen elnyomja a gyermek és a szülő ego állapotokat. Ellenben, ha valaki naplóban írja le gondolatait, amit csak ő maga olvas, lehetővé teszi, hogy a gyermek vagy szülő ego állapotok ellenőrzés alatt maradjanak. A tanácsadó második válaszában - a fenti példában - a klienst arra kéri, hogy leveléről készítsen másolatot, hogy a felnőtt ego állapot, ellenőrzés, irányítás alatt lesz, amikor a levelek íródnak.

### 4. *„Fertőtlenítés”*

Ha a felnőtt ego állapot a tanácsadói folyamatban *elfogadja* az irányítást, a tanácsadó rá tud mutatni, hogy a gyermek és a szülő egóból hol fordul elő betokozódás a gondolkodásban és a kliens írásában.

### 5. *Szembesítés*

Miután a klienssel kialakult a jó kapcsolat és az erős kezelési szövetség, a tanácsadó elkezdheti szembesíteni az ügyfelet a zavaros gondolatokkal vagy magatartásmintákkal. Ez a szembesítés gyakran a passzivitást és a krónikus öngyilkossági gondolatot veszi célba.

### 6. *Megállapodások*

Hasznos *megállapodásokat* javasolni és kérni, hogy a kliensek értsenek velünk egyet, és tartsák tiszteletben ezeket. A fent említett serdülő esetében a tanácsadó egy „nincs öngyilkosság” megállapodást javasolt, amivel a kliens egyetértett.

## 7. Átruházás

Nagy lehetőség az átruházás a postán keresztül történő tanácsadásban. Mint ahogy a szemtől szemben történő tanácsadással összehasonlították, a postán keresztül történő tanácsadás, - hasonlóan a telefonon történő tanácsadáshoz - megszünteti a tanácsadó ösztönzését, és lehetővé teszi a kliens számára, hogy fantáziáljon a tanácsadóról. A telefonon történő tanácsadás megszünteti a tanácsadó vizuális benyomását, míg a postán keresztül történő megszünteti a hangot. Az áthelyezés hasznos lehet. Williams és Donds (1973) a telefonon történő tanácsadásra vonatkozóan rámutatott, hogy a kliensek el tudják képzelni azt, hogy a tanácsadó olyan személy, akire abban az időpontban szükségük van, - ez a „pozitív felruházás”.

## Végső megjegyzések

A levelek átlagos száma kb. 2. A levélváltás rendszerint úgy ér véget, hogy további közlés nem érkezik a klientsől, vagy a kliens szempontjából megoldódik a probléma. A szolgálat sosem kezdeményezi a levelezés befejezését, a befejezés mindig a kliens választása. Bár a szolgálat nem kezd kapcsolatot az ügyféllel, amíg a kliens nem ír a szolgálatnak, a további kommunikáció mindig a kliens „felbujtása” lehetséges.

Hatékony a szolgálat? Hatékonyságra vonatkozó vizsgálatokat nem végeztek, mert ezzel megszegnék a kliens és a szolgálat közötti megállapodást. A kliensek nem várhatják el, hogy a szolgálat kapcsolatba lépjen velük, kivéve ha levélváltást kezd velük. Néhány alkalommal a hivatalos megállapodás szövegét megjelentetik a helyi újságokban. A megállapodás magában foglalja, hogy a szolgálat ingyenes és névtelen, és biztosítja valamennyi információ titokban tartását. A szolgálat megígéri, hogy a levél kézhezvételétől számítva 2-4 héten belül válaszol a címzettnek. Valamennyi tanácsadó tiszteletben tartja az ügyfeleket és problémáikat, és joga van ahhoz, hogy tiszteletet kapjon. A szolgálat megígéri, hogy (1) meghallgatja a klienseket, (2) megvitatja a kliensekkel problémáikat, ha a probléma a tanácsadó hatáskörébe tartozik, (3) arra törekszik, hogy a levelezés eszközével segítse a klienseket, és (4) meghívja a klienseket a szemtől szemben történő tanácsadásra, ha az ügyfél akarja. Ha a levél írója a depresszió jeleit mutatja, az író arra ösztönzik, hogy látogasson meg egy orvost antidepresszánsok felírásáért. Ha a depresszió enyhének tűnik, akkor a tanácsadó a fent tárgyalt stratégiákat alkalmazza, hogy a depressziót okozó alapvető problémákkal tudjon foglalkozni, kognitív kezelési eljárásokkal kiegészítve, ha nyilvánvaló az irracionális vagy az eltorzult gondolkodás.

Az USA-ban némileg kételkednek az öngyilkosság nem elkövetésére vonatkozó megállapodások hatékonyságát illetően éppúgy, mint abban a kérdésben, hogy abban az esetben, ha a kliens öngyilkosságot követ el, adnak-e valamilyen jogi védelmet a gondatlanság, hanyagság esetében. Bár ez sok tanácsadási eljárásnál igaz lehet, nem akadályozzák meg alkalmazásukat, amikor sajátos, különleges ügyfelekkel megfelelően teszik. A professzionális ügyek Amerikai Pszichológiai Társaságának Testülete és az Etikai Bizottság megkérdőjelezte a telefonon történő kezelés alkalmazását, és aggodalmuk a levelezéssel történő terápiára is vonatkozott. A bizottság megjegyezte, hogy kevés bizonyíték áll rendelkezésre a telefonon keresztül történő kezelés hatékonyságát illetően, valamint nehézség mutatkozik az etikai kívánalmak érvényre juttatásában. Aggodalmaik inkább a telefonon keresztül történő hivatalos pszichoterápiát nyújtó pszichológusokra vonatkoznak, mint a szemből szembeni összefüggésekre. A telefonon történő krízis beavatkozás azonban a világ sok országában széles körben alkalmazott szolgálat, és nincs olyan kritériumoknak alávetve, mint a formális individuális pszichoterápia. A levélen keresztül történő krízis beavatkozás természetét tekintve hasonlóan tekinthető, mint a telefonon történő krízis beavatkozás. Az olyan kliensek számára nyújt segítségforrást, akik képtelenek vagy nem akarnak hivatalos pszichoterápiai kapcsolatba lépni a pszichoterapeutával. Mint ilyen, hasznos szolgálatot nyújt a közösség számára.

(Crisis, XX. évf. 1999/3. szám)

## Személyiségzavarok

**Dr. Tringer László - Dr. Sümegi András - Dr. Boldizsár Ferenc**

Mai tudásunk szerint kialakulásukban a kora gyerekkori lelki fejlődési zavarok és hibás tanulási mechanizmusok, az öröklött háttér és a központi idegrendszer korai károsodásai játszzák a főszerepet. A gyerek személyiségének optimális fejlődésében a megfelelő családtervezés (genetikai tanácsadás), a szülők lelki egyensúlya alapvető jelentőségű.

„X? Az egy komplett pszichopata! Börtönben is volt.” „Y? Ajjaj, rendesen még beszélgetni sem lehet vele! Mindenre gyanakszik, mindenkiben ellenséget lát. Totál paranoid.”

Pszichopata, hisztériás, paranoid, skizoid - gyakran közlünk e szavakkal sommás véleményt társainkról, szinte mindig idegenkedő, negatív hangszíval. Milyen emberek is ők? Probléma van velük, tán betegek? Avagy csak a megszokottól eltérő a viselkedésük - de azért azt is bele kell értenünk, hogy mindannyian különbözőek vagyunk.

A személyiségzavar olyan kóros magatartásbeli, érzelmi tulajdonságokra, megnyilvánulásokra utaló összefoglaló fogalom, melyek tartósan és jelentősen eltérnek a társadalmi, kulturális elvárásoktól. Az így „megjelölt” ember személyiségében ezen eltérések hosszan (akár egész élete során) fennállnak, viselkedés-, reakálás módja legtöbbször markánsan eltér az „egészségesétől.” A „személyiségzavarban szenvedő beteg” kifejezést nem volna helyes használni, mert ezen emberek legtöbbször tagadják, hogy bármi gond volna velük - noha környezetük többé-kevésbé tisztán érzékeli és elszenvedi mindennapi alkalmazkodásbeli nehézségeiket. Ők a rossz értelemben vett más (félős, különc, hisztérikus, önimádó, gonosz), amilyené a mi magunk soha nem szeretnénk válni.

A személyiségzavar fő jelei már serdülőkorban mutatkoznak, felnőtté érve az egyén olyan kifejezett, mélyen rögzült sajátságokkal (kóros gondolkodás-, magatartás és érzelmi, indulati, hangulati mintákkal) bír, melyek egész életében fokozott veszélyforrást jelentenek a mindennapokban. Környezetükkel szinte mindig problémás a viszonyuk, állandó feszültségekkel terhelt. Viselkedésükre nincsenek belátással, alig tudják beleélni magukat mások lelkiállapotába. Náluk fordul elő a legtöbb válás, belőlük lesz a legtöbb hajléktalan, munkanélküli, bűncselekmények elkövetője. Az alkoholisták, drogfüggők jó három-negyedénél észlelhető személyiségzavar.

### **Előfordulás**

A személyiségzavar nem ritka állapot, 5-15% között ingadoznak a gyakoriságra utaló adatok, tehát még a legszigorúbb és legszűkebb feltételeket alkalmazó vizsgálati rendszer alapján is (valamilyen formája), minden 20. embernél fennáll. Okait pontosan nem ismerjük. Feltételezhető, hogy a modern világ jellegzetességei - (egyik oldalon): állandó rohanás, fokozott stressz, szorongás, a „létért” való folyamatos, kiélezett küzdelem, (másik oldalon): a végletekig fogyasztásorientált szemléletmód, a kulturális elsivárosodás és a helyén megjelenő sablonos tömegkultúra, a karrierizmus, az anyagi jólét és a közvetlen örömszerzés, mint életcél - mind-mind „kiváló” táptalajt nyújtanak ahhoz, hogy az elkövetkező nemzedékekben a személyiségzavarok aránya még nagyobb legyen.

### **Okok**



A társadalmi hatások mellett a kialakulásukban örökletes tényezők, a központi idegrendszer korai fejlődési szakaszaiban bekövetkező károsodás is szerepet játszhat. Ezek mellett a főbb lehetséges hátterét a korai gyerekkor lelki fejlődési problémái, illetve a hibás tanulási folyamatok képezhetik. Szinte magától adódik az egyszerű következtetés: ha a szülőknek kevés az idejük a gyerekekre, maguk is szorongással, állandó leterheltséggel, fáradtsággal küszködnek, érzelmileg kiegyensúlyozatlanok, problémás lesz a szülő-gyerek kapcsolat is, törés következik be a gyerek lelki fejlődésben. A sarjzódó, formálódó gondolkodási érzelmi, hangulati, indulati mintázatokban kóros elemek jelenhetnek meg, melyek így az egész további személyiségfejlődést hibás alapokra helyezhetik, megnehezítve az egészséges lelki működéseket.

Milyen irányban történik ez, s milyen formában jelenik meg a zavar a későbbiekben, a felnőttkor során? Három főbb típussal találkozhatunk:

## **A különcök, a furcsák**

Az emberi kapcsolatok idegenek, szorongást keltők, félelmetesek nekik, így bizalmatlanok, titkolódzók, ha lehet, kerülnek társaikat. Életük örömtelen, visszahúzódnak, hűvösek. Magányos tevékenységet, munkakört helyeznek előtérbe. Ha furcsaságaikat környezetük elfogadja, életüket viszonylag komolyabb konfliktus nélkül - bár kényes, bizonytalan egyensúlyban - képesek élni. Ezen egyensúly megbomlása esetén viszont súlyosabb pszichiátriai megbetegedés jelentkezhet náluk.

### **(a) Paranoid személyiségzavar**

Az ilyen ember majdnem mindig, mindenre gyanakszik, sértődékeny, rideg, túlérzékeny, merev. Mindig attól fél, hogy mások esetleg kihasználják, becsapják, ezért bizalmatlan, titkolódzó, nincsenek közeli kapcsolatai. Környezetének egyes megnyilvánulásait túlértékeli, szerinte ezek ellene történnek. Embertársainak tetteit fenyegetőnek érzi, úgy véli, szándékuk az ő lealacsonyítása, megalázása. Mindig rosszra gyanakszik, így állandóan vizslatja környezetét. Mindez folyamatos készenléti állapotot, feszültséget jelent számára, képtelen megnyugodni. Ingerlékeny, hajlamos a féltékenykedésre, szinte nincs humorérzéke. Igen érzékeny a szégyenre, vereségre. Férfiak körében gyakoribb.

### **(b) Skizoid személyiségzavar**

Magába zárkózott, érzelmileg hideg, közönyös, távolságtartó emberek, legtöbbjük egész életét magányosan éli, nincs közeli barátja, tartós kapcsolata, annak bensőségétől, intimitásától tartva visszahúzódnak. Életére a közömbösség, örömtelenség jellemző, a kritika vagy dicséret nem érinti meg. Gyakran merül el érzelmek nélküli fantáziálásban, ami főleg hideg intellektuális, filozófiai kérdésekre vonatkozik. A társadalmi normák, elvárások iránt érzéketlen. Hobbija, érdeklődési köre is magányos időtöltéssel kapcsolatos.

### **(c) Skizotípiás személyiségzavar**

Hűvös, igen nehezen megközelíthető. Viselkedése különc, nem egyszer bizarr, bizalmatlan, gyanakvó. Gondolkodása furcsa, ködös, sejtelmes, mágikus, misztikus elemekkel (telepátia, szellemek) tarkított beszéde bizonytalan, többféleképpen értelmezhető, homályos megfogalmazásokkal teli. Öltözködése szokatlan, extravagáns, környezetébe nem illő, egész személye valamiféle megfoghatatlan elvontságot tükröz.

## **A dramatikusak, az ijesztőek**

Ők leggyakrabban embertársaikból váltanak ki erős szorongást, feszültséget, indulatot, gyakran félelmet. Ők a család „fekete báránya”, akinek „semmi nem használ”, akit szeretnénk messze elkerülni, mert viselkedése ijesztő.

### **(a) Antiszociális személyiségzavar**

A köznyelv általában ezt a típust nevezi pszichopatanak. Jelei már gyermek-, ill. a serdülőkorban jól észlelhetők: hazudozik, lopkod, állatokat kínoz, csavarog, kábítószereszik, verekedik, mintegy előre jelezve a felnőttkori magatartászavart. Viselkedése erkölcstelen, felelőtlen; nem szeret senkit, nem tanul a tapasztalataiból és hibáiból, újra meg újra fejjel rohan a falnak. Kihaszználja a másikat, gátlástalanul hazudik, szélhámoskodik saját céljai elérésére. A társadalmi kereteket áthágja, mások érzései számára teljesen érdektelenek, azokba képtelen beleélni magát, a többi ember jogait folyamatosan figyelmen kívül hagyja. A társadalmi normák megsértése miatt börtönbe kerülhet, a bűnelkövetők jó háromnegyedénél megtalálható ez a személyiségzavar. A sérelmeket képtelen eltűrni, gyakoriak a kegyetlen, agresszív megnyilvánulásai. Magatartása miatt megbánást nem érez, belátást nem tanúsít, büntudatra képtelen. Könnyen kialakítja kapcsolatait, de megtartani képtelen őket, mert kegyetlen, megalázó, akár gyermekeivel szemben is. Állandóan izgatott, kötekedő, nyughatatlan, képtelen kitartóan dolgozni.

### **(b) Érzelmileg labilis (határeseti borderline)**

Igen gyakori, a népesség körében 2-3%-ban fordul elő, gyakorisága folyamatosan növekedést mutat. Az ilyen ember hangulati hullámváltozása rendkívül szélsőséges, hirtelen változásai alig követhetők. Egyik pillanatban még értjük, miről is beszél, aztán hirtelen „kivonja magát” a valóságból, szinte nem is lehet vele ekkor kapcsolatot létesíteni. Érzelmi, indulati megnyilvánulásai, környezetéhez való viszonya, reagálása szélsőségesek, kiszámíthatatlanok. Hol kedves és megnyerő, hol elviselhetetlenül indulatos, követelőző, agresszív. Érzelmét képtelen kordában tartani. Hol halálosan szeret, hol gyűlöl - akár pillanattal később, ugyanazt az embert. Képtelen a magányra, az szinte mindig erős szorongást okoz nála. Állandóan igényli, hogy törődjenek vele, de itt is szélsőségeket mutat, egyik pillanatban tanácsot kér, máskor meg csak arra kell a társ, hogy önállóságát bizonyítsa. Kedélye gyakran nyomott, szorongásos rohamok, öngyilkossági készületek jelentkezhetnek. Üresnek, unottnak éli meg magát, nincsenek szilárd, stabil céljai, tervei, elképzelései. A folyamatos üresség elkerülésére állandóan igyekszik valamilyen akciódús tevékenységben részt venni. Jellemző rá a mértéktelenség: fokozott alkoholvívás, kábítószereszk, sorozatos, esztelen szexuális kalandok. A kudarcból, egyedüllétből, kirekesztéstől való félelem magatartásának vezető eleme. A gyógyszerre könnyen rázoklik, igen nehezen mond le a főként szorongáscsökkentő, fájdalomcsillapító és altatószerek használatáról, melyekkel folyamatos szorongását próbálja oldani.

### **(c) Hisztrionikus személyiségzavar**

Ő az, aki mindig a társaság és a figyelem középpontjában akar lenni. Viselkedését, megnyilvánulásait nem lehet nem észrevenni, megjelenése csábító, attraktív. Tetszeni akar, feltűnni mindig mindenhol, életében ez a legfontosabb. Az elismerésért mindent megtesz - így az egész élete színház, szerepjáték, soha nem adja önmagát. Állandó szüksége van a külső megerősítésére, dicsőre. Figyelme mások iránt csak felszínes, manipulatív, a tetszeni vágyásból táplálkozik, s ha ez

nem vezet eredményre, a kedvesség-álarc, a hamis báj hamar leomlik, dührohamokat, szélsőséges érzelmi kitöréseket produkál, öngyilkossági gondolatokat hangoztat, s hogy felfigyeljenek rá, demonstratív, teátrális öngyilkossági kísérletet végez. Magatartásában flörtölő, szexuálisan provokatív, ezen elemek mögött rideg, érzelmeiben felszínes, tartós kapcsolatra, kielégülésre képtelen ember lakozik.

#### **(d) Nárcisztikus (önimádó) személyiségzavar**

Mértéktelenül énközpontú, önszerető, képtelen a másik érzéseit, gondolatait észrevenni, kizárólag magával törődik, magát felsőbbrendűnek gondolja, olyan embernek, akire más szabályok érvényesek, akinek különleges jogai vannak. Kapcsolatai felszínesek, társai önszeretete fenntartásában eszközök, arra kellene, hogy kiszolgálják, dolgozzanak helyette, felnézzenek rá, elismerjék. Hogy mindenki őt istenítse - ezért rövid ideig még megnyerő, elbűvölő is tud lenni. Hosszú távú kapcsolatot alig tud létesíteni, mert ennek során (legalább részben) háttérbe kellene szorítani önimádását. Nem is vágyik komoly, bensőséges kapcsolatra. Viselkedése gyakran irigy, mohó, követelőző, mert mindent a magáénak akar tudni. A nárcisztikus ember nem adja fel könnyen, az istenítés vágyától hajtva gyakran találjuk a tudomány, politika, művészet csúcsein őt. Céljának elérése miatt akár az önfeláldozás, alázat álarcát is magára veszi, de e mögött is felsőbbrendűségi, önimádó gondolat, készítés lakozik. Kudarc esetén visszahúzódik, de ezt is saját nagysága jeleként mutatja. Saját jelentőségét, a világban való szerepét hatványozottan többnek éli meg, sikeresnek, tökéletesnek, hatalmasnak érzi magát, gondolatai állandóan e körül járnak. Az ilyen ember rendkívül sérülékeny, a légvárait ért enyhe kritika is indulatot, feszültséget, dühöt vált ki benne, ezért az ilyen helyzeteket próbálja kerülni. Látszatvilágban él, mindenkivel el akarja hitetni a magával való elégedettség hamis képét. Kedvességet, melegséget vár, de viszonzni képtelen. (A modern világ nagyban „kedvez” ezen személyiségzavar megjelenésének, hiszen az ember születésétől fogva ilyen közegben él, ahol minden szükségletéről hatalmas ipari-szolgáltatói szervezetek gondoskodnak, így könnyen kialakulhat a „minden érterem van” gondolkodásmód.)

### **A féltők, a szorongók**

Esetükben élenjáró tünet a fokozott szorongáskészség, melyet viselkedésmintáikkal enyhíteni, leplezni próbálnak.

#### **(a) Kényszeres személyiségzavar**

Magatartásában, gondolkodásában merev rendszabályok érvényesülnek. Végtelenen mindenben a tökéletességet, a precizitást (perfekcionista), a hasznosságot keresi. Gondos, de elveszhet a részletekben, esetenként munkamániássá válhat, pihenés helyett is dolgozik. Rendkívül mereven betartja a társadalmi és erkölcsi normákat, nála nincs lazaság, szobájában mérnöki rendet tart. Viselkedése száraz, unalmas, humorérzéke alig van. Döntési helyzetben tétova, halogató, másoktól kér tanácsot, megerősítést, de később mégis attól fél, hogy rosszul választott. Lassú, körülményes, igen magas az ellenőrzés iránti igénye. Mindent megtart, semmit nem dob ki, „hátha szükség lesz még rá”. Sérülékeny, érzékeny a kritikára, de ezt nem mutatja. Olyan, mint egy mérnöki tökéletességgel megtervezett robot.

#### **(b) Elkerülő személyiségzavar**

Túlérzékeny, mindentől, mindenkitől tart. A feszültség, az aggodalmaskodás rabja. Fél, hogy megszólják ruhája miatt, hogy étkezésnél leeszi magát, hogy kritika illeti véleményét. Könnyen zavarba jön, nevetségesnek, megalázottnak érzi magát, s az ilyen veszéllyel járó helyzetekből mind

jobban visszahúzódik. Állandó kisebbségi komplexusok gyötrik, kerüli a felelősségvállalást. Szinte mindenre alkalmatlannak érzi magát, s noha vágyik a kapcsolatokra, az esetleges elutasításra túl érzékeny, fél, s így ördögi körbe kerül. Mindenkitől totális szeretetet vár el, csak olyan kapcsolatban bír élni, ahol feltétel nélküli elfogadást érez.

### **(c) Dependens (függő, alárendelő) személyiségzavar**

Ő az, aki megpróbál mindig másokra támaszkodni, másoknak alárendelni magát. Magával kapcsolatban döntéseket nehezen hoz, a felelősségvállalástól szorong. Nehezen viseli az egyedüllétet, saját vágyait, érdekeit alig nyilvánítja ki. A másik ember kívánságaira kifejezett szolgálatkészséget mutat, akaratereje gyenge, folyamatosan az erősnek gondolt másik alá rendelődik, túlzott ragaszkodása teher a környezetének. Tulajdonságai időnként önfeláldozó viselkedésben jelennek meg. Erősen szorong, hogy a másiktól eltávolodjon, folyamatos önbizalomhiány jellemzi. A mindenkinek megfelelés az elsődleges számára: senkit nem akar zavarni, bocsánatot kér, hogy létezik, amivel környezetét mind jobban felidegesíti. Ha a „másikat”, az erős partnert elveszíti, élete lehetetlenné válhat.

Az említett személyiségzavarok az esetek jó részében nem teljesen „tisztá” formában jelentkeznek, hanem a különböző típusok, viselkedési minták keverednek. Nagyon fontos hangsúlyoznunk, hogy ilyen tünetek, gondolkodásbeli, hangulati, érzelmi, indulati zavarok egészséges embernél is jelentkezhetnek, azonban csak átmeneti időszakokra, míg a személyiségzavarnál ezek a tünetek hosszán, évekig, évtizedekig, gyakran egész életen keresztül fennállnak, az illető egész életútját jelentősen befolyásolják!

### **Mit tehetünk? (Megelőzés és kezelés)**

A személyiségzavarban szenvedő emberek lelki egyensúlya törékeny, bizonytalan. Jóval nehezebben viselik a stresszt, terhelést, a megrázkódtatásokat, mint egészséges embertársaik, nagyobb az esélyük mind testi, mind további lelki betegségek megjelenésére. Ördögi körben mozognak: állapotukat nem tekint(het)ik betegségnek, ez nem szándékos elhárítás, konfliktus- és problémamegoldó sémáik java részben mégsem „egészségesek”. Környezetükből mind nagyobb ellenérzést, viszolygást, idegenkedést, s ennek megfelelő reakciókat válthatnak ki. A kívülről őket érő ezen élmények tovább erősíthetik kóros „mintázataikat”, ezáltal még mélyebbre süppednek a személyiségzavar ingoványában. Az is előfordul, hogy a kényes egyensúly hirtelen felborul és súlyos pszichiátriai betegség alakul ki. Nagyon fontos lenne szakember segítségét kérni, ha úgy érezzük, hogy kisgyereünk viselkedésével „valami gond van”. Még akkor sem kellene ettől félni, ha az esetek jó részében be kell vallanunk magunknak, hogy a gyereknél jelentkező probléma leginkább saját szorongásaink, feszültségünk, lelki problémáink egyfajta tükre - ám ha a segítség a megfelelő időben elmarad, ez tönkretelheti az ő egész életét.

A már kialakult személyiségzavarokban legjobb eredmény a kombinált, pszichoterápiás és modern gyógyszeres kezeléstől várható. Az utóbbi években megjelent gyógyszerek a különböző pszichoterápiás eljárásokkal ötvözve igen biztató eredményeket hoztak a kezelésben. A személyiségzavarok mind gyakoribb előfordulása egyre kevésbé teszi lehetővé, hogy ne vegyünk tudomást róluk. A megelőzésben és gyógyításban elért eredmények nemcsak az érintettek, hanem a velük kapcsolatban lévő, kerülő „egészségesek” számára is sok kellemetlenségtől, szenvedéstől való megmenekülést jelentenek.

*(Gyógyász, IV. évf. 2001/4. szám)*



## Amit a kábítószerekről tudni kell

Dr. Kálmánchey Judit

### Bevezetés

Bizonyára sok helyen és sokfélét hallottatok már a kábítószerekről és talán vannak köztetek olyanok, akik személyesen is találkoztak a drogok világával. Ebben az előadásban szeretném nektek összefoglalni a ma használt kábítószerek jellemzőit és azok hatásait fizikai és lelki egészségünkre, személyiségünk és életünk alakulására. Mondanivalóm célja nem az elrettentés, a tiltás, hanem hogy ismerjétek meg a kábítószereket és ez alapján tudjatok a helyes oldalra állni és felelős személyes döntést hozni.

### Történelmi áttekintés

A kábítószerek igen szigorúan szabályozott keretek közötti fogyasztása az ősi kultúrákba nyúlik vissza, ahol a törzs papjai és varázslói voltak azok, akik a legjobban ismerték a növényeket és azok hatásait. A drogok használata a kultikus szertartásokhoz, gyógyításhoz és adott esetben a szenvedés, megpróbáltatások elviseléséhez köthető. Az indián kultúrák varázslói ismerték, de csak meghatározott időben és alkalommal engedték fogyasztani a titkos növényeket, pl. beavatási szertartásokon, emberáldozatok végzésekor, háborúban. Figyelemreméltó, hogy nagyon keményen büntették azokat, akik visszaéltek a drogok használatával. A kábítószer világméretű terjedésének kezdete a XIX. századra tehető. A kereskedelem állami monopóliumként indult, legnagyobb méretű az angol Kelet-Indiai Társaság ópium kereskedelme volt, amely Kínába irányult és két háborút is kirobbantott. Ezek eredményeként, mivel Kína volt a vesztes fél, Anglia korlátlanul terjeszthette az ópiumot és ennek hatására Kínában a lakosság egészségi állapota kritikus mértékben romlott. Tartani lehetett az egész Távol-Kelet és persze Európa "megfertőződésétől", ezért 1912-ben Hágában, majd 1925-ben Genfben született elvi megállapodás a kábítószer ellenőrzés szükségességéről, melyek sajnos nem tudtak gátat szabni a drog terjedésének. A Távol-, illetve Közép-Kelet ma is a kábítószer termesztés és előállítás paradicsoma. Európában a kábítószerek térhódítása a marihuana elterjedésével kezdődött 1967-ben, főképpen az akkori NSZK, Franciaország, Olaszország, Hollandia területén a kultúr- és szexuális forradalom, a polgárelleses törekvések, az önmegvalósítás, a polgári társadalom béklyóinak levételéért vívott harc eszközeként. Négy évvel később a marihuana, mint könnyű drog fogyasztásának egyenes következményeként megjelent a heroin és a kokain.

Történelmi kalandozásunk után szeretném, ha egy kicsit tényszerűen ugyan, de beszélünk a kábítószerekkel kapcsolatos fogalmakról.

**A kábítószer fogalma:** a Büntető Törvénykönyv szerint minden olyan növény vagy szintetikus eredetű anyag kábítószer, amely az emberi szervezetbe jutva kellemes érzést, eufóriát, félálomszerű bódult állapotot, túlérzékenységet, érzéki csalódásokat (hallucináció) vált ki, rendszeres fogyasztása pedig megszokás révén függőséghez vezet, ami személyiségtorzulásban is kifejezésre jut.

**Abúzus:** ha valaki a drogokkal visszaél, nem az orvosi előírásnak megfelelően szedi őket, akkor abúzusról beszélünk, mely lehet időleges vagy folyamatos.

**Mennyiség** (adag, dózis): nehezen meghatározható, mert kultúra és személyiség függő. Az egyes kultúrák különbözőképpen minősítik a drogokat. Az iszlám tiltja az alkohol fogyasztását, a kereszténység ilyen szempontból megengedő.

**Dependencia:** függőség vagy narkómánia. A drog úgy befolyásolja a szervezetet, hogy drogmentes állapotban elvonási tüneteket okoz. A függőség lehet pszichológiai (lelki) vagy fizikai (testi) jellegű. Fontos tudni, hogy a pszichológiai függőség az elsődleges fontosságú, ugyanis az adott szer utáni

csillapíthatatlanul erős sóvárgás a szer okozta öröm elnyerése, illetve a hiánya előidézte kellemetlen élmények elkerülésére a szer bármilyen körülmények között és bármilyen eszközzel való megszerzésére irányul. Másrészt a szerek mindegyike okoz lelki függőséget rövidebb-hosszabb idő alatt, míg a fizikai dependencia csak néhány droggal szemben alakul ki. Ez utóbbiról akkor beszélünk, ha a szervezet sejtjei oly mértékben szoktak hozzá a droghoz, hogy normális működésüket csak a szer jelenlétében képesek ellátni.

**Elvonási tünet:** megvonás vagy ellentétes hatású szer adása esetén súlyos, akár életveszélyes tünetcsoport alakul ki, mely csak az adott szer adásával szüntethető meg.

**Addikció:** hozzászokás. Lényeges eleme a drog utáni vágy és a visszaesésre való hajlam.

**Tolerancia:** az adott szerhez való hozzászokást jelenti, emiatt ugyanazon hatás eléréséhez nagyobb adagok szükségesek. Ellentéte, ha bizonyos idejű szermentesség után (absztinencia) ugyanazon, korábban szükséges adag halálos mérgezést válthat ki.

**Eufória:** mindenre feledést nyújtó állapot. A fogyasztó úgy érzi olyan, amilyen lenni szeretne. Szorongásai megszűnnek, testi-lelki panaszai eltörpülnek. Elmúlása után azonban a szorongások sokszorta erősebben térhetnek vissza.

**Hallucináció:** érzékcsalódás. Olyan, a használó által teljes valóságként megélt élmény, amit nem a külvilágból érkező valós inger, hanem az agykéreg izgalmi állapota vált ki. Ez lehet hallási, látási, tapintási vagy összetett jellegű. A személy nem létező dolgokat él meg valóságosnak és ezekre valóságos reakciót ad. Pl. az LSD gyakran vallási jellegű érzékcsalódást okoz, amit drogélvező realitásként él meg: meditál, előző életeit látja, stb.

**Extázis:** a hallucinogén szer hatásának csúcspontja, az ember önmagából való kilépésének érzete, kilépés a tér és idő korlátaiból.

## Legfontosabb kábítószercsoportok és azok tagjainak jellemzése

A legismertebb kábítószereket három nagy csoportba szokás sorolni.

### 1. A központi idegrendszerre gátló hatást kifejtő szerek

Idesoroljuk az alkoholt, a nyugtatókat és a kábító fájdalomcsillapítókat: az ópiumot és természetes, illetve szintetikus származékait. Ezekre a drogokra az jellemző, hogy nyugtató, altató, fájdalomcsillapító, érzéstelenítő és szorongásoldó hatásuk van. A **nyugtatók** közül a barbiturátokról (pl. fenobarbitál) derült ki először, hogy tolerancia és függőség alakul ki velük szemben, de a biztosan általatos is ismert Andaxin és Seduxen szedésekor is kialakul hasonló. Ezért nagyon fontos, hogy akár altató, akár nyugtató célból szedünk gyógyszereket, mindig orvosi utasításra, orvosi ellenőrzéssel történjen és elhagyása is fokozatosan valósuljon meg. Az **alkoholról** most csak röviden beszélünk. Az egyik leggyorsabban ható szorongásoldó szer, nagyobb adagja azonban egyensúlyvesztéshez, kettőslátáshoz, öntudatlansághoz vezet. A keresztény világban mértékkel történő fogyasztása társadalmilag elfogadott. Az alkoholfüggőség azonban a család és az egyén létbiztonságát fenyegető gazdasági és szociális problémán túl súlyos testi és lelki tünetekkel járó betegség. Magyarországon az alkoholbetegek száma egymillió, a veszélyeztetettek száma pedig eléri a kétmilliót. Az alkoholfogyasztás szövődményei között a súlyos testi elváltozások mellett meg kell említeni a depressziót és az ehhez társuló gyakori öngyilkosságot.

**Ópium és származékai:** Az ópium igen ősi szer, a mák tejnedvét használták fájdalomcsillapítónak és rájöttek altató hatására illetve, hogy a szenvedő ember fájdalommal kapcsolatos élménye megváltozik, kevésbé kínzó. Szinte valamennyi általunk ismert kultúra szerte a világon használta. Gyógyászati alkalmazásában a fordulópontot az jelentette, hogy a XIX. század elején sikerült előállítani az ópium fő hatóanyagát, a **morfiumot**, ami rendkívül erős fájdalomcsillapító és bódító hatású. A morfiumból félig szintetikus úton állítják elő zuzlaboratóriumokban a **heroint**. A heroin kb. háromszor olyan erős hatást vált ki, mint a morfium és sokkal erősebb a hozzászokás. A fehér por heroinon kívül cukrot, hintőport, szappanport és más különböző arányban hozzákevert összetevőket is tartalmaz. A különböző helyeken előállított heroin tisztasága ennél fogva más és más, ezért fordul elő oly gyakran,

hogy a nagyobb tisztaságú szer halálos mérgezést okoz. Por, tablettá és folyadék formájában terjesztik, így szippantják, megeszik vagy intravénás injekcióban adják be, de előfordul, hogy máktokból teát főznek. A mák termesztése könnyű, nem igényel különösebb mezőgazdasági, éghajlati és talajviszonyokat. Ma Törökország, Burma, India, Laosz és Thaiföld számítanak a fő máktermelő országok közé, ezek az ún. Arany Háromszög területén találhatók.

**Az ópium és származékainak hatásai:** csökkenti az agy működését, tágítja az ereket, oldja a sima izmok görcsét, székrekedést okoz, mert csökkenti a bélmozgásokat. Fájdalomcsillapító, nyugalmat, álmoságot okoz, a fájdalom kínzó érzete megszűnik. Elvész a külvilág reális érzékelése, teljes nyugalom, a stressz és szorongás megszűnik, elégedettségérzést vált ki. Nagyon erős fizikai és lelki függőséget okoz! A függőség különösen a heroin esetében napi használat esetén az első és harmadik hét között kialakul, de beszámoltak egy-két alkalom után kialakuló dependenciáról is. Túladagolása eszméletvesztést és kómát okoz, légzési elégtelenség kialakulása mellett. Különösen veszélyes alkohollal, kokainnal együtt fogyasztani. Problémát jelent a többször egymás közt is használt injekciós tű okozta fertőzés, vénagyulladás, akár tetanusz vagy szepszis és a fertőzött tűvel átvitt HIV és Hepatitis B, C fertőzés. Nagy gondot okoz a fentebb már említett heroinhoz kevert egyéb összetevők okozta problémák: szívbelhártya gyulladás, akár szívinfarktus. A morfinistára, heroinistára jellemző az általános apátia, levertség, önmaga elhanyagolása, fogyás, impotencia, érzéketlenség a fájdalom, éhség, hideg iránt. Könnyen válnak balesetek, erőszakos cselekmények áldozataivá. Terhesség esetén súlyosan károsodik a magzat és már drogfüggőként jön a világra (ez szerencsére csak fizikai jellegű). Hirtelen elvonása remegést, izzadást, hasi görcsöket, hasmenést, hányást, igen kínzó belső nyugtalanságot, álmatlanságot okoz. Az elvonókúra átlagos ideje 4-8 hét, ami csak orvosi felügyelet mellett valósítható meg és utána is igen fontos a segítő szervezetek, szakemberek, a család közreműködése a visszaesés megakadályozása miatt.

## 2. A központi idegrendszer izgató hatást kifejtő szerek

Idetartoznak az **amfetamin** és származékai és a **kokain**. Jellemző rájuk, hogy az agy idegi tevékenységét növelik. Étvágycsökkentők, segítenek megelőzni a fáradtságot, kimerültséget, növelik az önbizalmat, energikussá tesznek. Az amfetamint az 1960-as években depresszió kezelésére és fogyókúrában étvágycsökkentőként alkalmazták, de kiderült, hogy hamar hozzászokás alakul ki, és elhagyása fokozza a depresszió tüneteit és kifejezett étváagnövekedéssel jár. Ma a vele visszaélők por vagy tablettá formájában alkalmazzák. A **speed** vagy gyorsító pirula a fogyasztóhoz kerülve már csak 5-10%-ban tartalmaz tiszta amfetamint. Gyorsabb légzést, szívdobogást, energianövekedést, mámoros érzést, az erő és megelégedettség érzetét váltja ki. Néhány napos használata után fogyasztója már képtelen aludni és teljes kimerültség alakul ki. Ez olyan mértékű, hogy napokig tartó alvás követi. Túladagolása túl a fizikai tüneteken (izomrángás, a pulzus extrém növekedése, láz) súlyos üldöztetési tünetekkel járó ún. paranoid pszichózist okoz és akár erőszakos cselekedetekre is képes lehet a fogyasztója. Az **extasy** ma Magyarországon a szórakozó helyeken igen gyakran alkalmazott szer, hívják diszkó-drognak is. Különböző színű kapszulák, néha folyadék vagy por formájában terjesztik. Fogyasztása után hatásai 30-60 percen belül kezdődnek. Emelkedik a vérnyomás, a pulzusszám, tágul a pupilla, izzadás alakul ki. A csúc 2-4 órahosszat tart, ez alatt az egyén feldobott, boldog, aktív, dinamikus. Egy normál adag általában nem szokott hallucinációt okozni, de ez mindig függ a használó személyiségétől. Utóhatása a fáradtság, kimerültség érzés. Hatása toxikusabb és kiszámíthatatlanabb, mint gondolták. Sajnos hazánkban is több haláleset történt. Ezeket megvizsgálva, kimutatták, hogy a túlzott és kontrollálatlan fizikai aktivitás és kevés folyadék fogyasztása együtt a test felmelegedését okozva, rendetlen szívverés, a szív túlzott megterhelése, izommerevség, görcsök, heveny vese és máj elégtelenség, kiszáradás alakulhat ki. Az extasyt ún. designer drognak is hívják, ugyanis kísérletek eredményei alapján újabb és újabb formáit hozzák ki úgy, hogy egy ismert nyugtatót kémiaileg megváltoztatnak (így akarva kibújni a jog által biztosított ellenőrző és szabályozó módszerek alól), de a függőséget alakító hatást megtartják, sőt erősítik. Ezen kívül többféle, más esetben egymás hatását erősítő anyagot is tartalmaznak. Igazi veszélyt az jelenti, hogy a megjelenési formától függetlenül a fogyasztó nem tudja előre, hogy milyen anyag kerül a szervezetébe, így akár akut életveszély is kialakulhat. Felszínre hozhat lappangó pszichózist, mely főleg akkor bukkan fel,



amikor a személyt nagy intenzitású inger éri, pl. fény-, hanghatás a diszkóban vagy akár autóvezetés közben az erős reflektorfény akár balesetet is okozhat. A másik fő problémát abban látom, hogy a lelkiismeretlen terjesztők gyakran a fogyasztók tudta nélkül keverik a szert a diszkóban fogyasztott innivalóba, így a fiatal tudtán kívül lép a drogok kínálta veszélyes útra. A **kokain** a Dél-Amerikai Andok hegységben honos kokacserje leveleiből kémiai úton kivont fehér por. Az inkák kultúrájában fontos szerepet játszott a már említett vallási szertartásokon. Később fedezték fel erős, helyi érzéstelenítő hatását és a sebészeti gyakorlatban kiterjedten alkalmazták. Rövidesen rájöttek a hozzászokás veszélyére és ma már nem használják. A kokaint fehér por formájában szippantják, mert az orr nyálkahártyájáról jól felszívódik, de injekcióban is alkalmazzák. Hatása igen gyors, kb. egy órát tart. Használója eufórikus állapotba kerül, energikus, közömbös a fájdalommal szemben, szellemileg friss, fizikailag erősnek érzi magát. A gyorsan lecsengő hatást erős depresszív állapot követi, amit csak a szer ismételt hatása szüntet meg, ezért gyorsan kialakul és erős a függőség. Tartós használata ronsolja az orr szöveteit, fekélyeket, lyukakat okoz az orrsövényen. Eredetileg a gazdagok drogja volt. Legveszélyesebb formája a **crack**, ami házilag is elkészíthető, hatása igen intenzív, gyors és olcsó.

### 3. Hallucinogén hatású szerek

Képviselője az **LSD**, a **marihuana** és a **hasis**. Hatásukra különös élmény az ún. "utazás" (trip) jön létre, amely hamar kezdődik és kb. 12 órán át tart. Jellemzője, hogy az érzékek nem válnak szét egymástól: a zene láthatóvá, a színek hallhatóvá válnak, a tárgyak és képek háromdimenziósak lesznek, életre kelnek. "Rossz utazások" is lehetségesek, horrorisztikus élményekkel, a halálfélelem teljes megélésével. Lényegében a tudatalatti tárul fel és válik valósággá. Gyakori az ún. flashback élmény, ami a szer használata után napokkal, hetekkel az utazásélmény visszatérését jelenti a szer nélkül. Kiválthatja olyan inger, amely az eredeti élmény kiváltódásakor volt jelen, pl. reflektorfény, ezért különösen veszélyes lehet autóvezetés közben. A **marihuana** a cannabis nevű növény virágából, szárított leveleiből készül, általában cigaretta formájában szívják, de teaként is isszák vagy megeszik. A használó álomszerű állapotot él át, nyugodt, nevetgél, az idő múlását nem érzékeli, nő a képzelőerő, de nagyobb adag pánikot és halálfélelmet is okozhat. A marihuana az egyik leggyakrabban használt szer és a mai állásfoglalás szerint kapudrognak tekinthető, ugyanis használói a tapasztalatok szerint előbb-utóbb eljutnak a kemény drogokhoz. A **hasis** vagy indiai kender elterjedése az iszlám alkoholtilalmának köszönhető, szintén hallucinogén, a marihuánához hasonló hatásai vannak. Az **oldószer** (benzinben, festékekben, ragasztóban található) az alkoholhoz hasonló részegséget, bódultságot okoznak. A gőzük gyorsan felszívódik a tüdőben és eléri az agyat. Ismételt belégzése öntudatlanságot okoz és fulladást okozhat a fejre húzott műanyag zacskó. Tartós használata rövid időn belül maradandó agy-, vese- és májkárosodást okoz.

A kábítószeres jellemzése után röviden szeretném összefoglalni azokat a tüneteket, figyelmeztető jeleket, amiket ti is tapasztalhattok és ezzel segíthettek.

**Pszichés változások:** az addig kielégítően tanuló gyerek teljesítménye hirtelen leromlik, nyugtalanság, feszültség, szorongás, levertség, közöny figyelhető meg. Ok nélküli örömkítőrések, túlérzékenység, indokolatlan ingerlékenység, fáradékonyság, álmoság vagy éppen álmatlanság, hallucinációk jelentkeznek az addig normálisan viselkedő fiatalnál.

**Értelmi működés:** memóriazavarok, gondolkodás meglazulás, koncentrációzavar.

**Testi változások:** tüszúrások helyei a karon, combon, véraláfutás, gyengócok, beesett arc, kimélyült szemgödör, szűkebb vagy tágabb pupilla, hamuszürke, sápadt arc, étvágytalanság, indokolatlan fogyás, szédülés, bizonytalan járás, ápolatlanság, fény-, hangérzékenység.

**Magatartásbeli változások:** a korábban kedvelt tevékenységek iránt elveszti érdeklődését, családi kapcsolatok megromlanak, korábbi életmód hirtelen megváltozása, indokolatlan, célnélküli szabadságigény, zárkózottság, új baráti kör titkolása, túlzott költekezés, pénzkérés, lopás, elhanyagoltság, ápolatlanság.

**Gyanút keltő használati tárgyak:** különböző színű és figurákat ábrázoló tabletták, cukordarabkák, injekciós felszerelés, a háztartásban szokatlan tárgyak pl. levélmérleg, kanál, amelyen látszik, gyakran tartották tűz fölé, szokatlan szag a lakásban, orvosi receptek, kifacsart citromhéjak, citromlész üvegek (citromlé segíti a heroin oldódását).

Úgy gondolom, nekünk felnőtteknek, szülőknek és pedagógusoknak óriási felelősségünk van túl azon, hogy egészséges személyiségű fiatalokat neveljünk, legalább vegyük észre, ha baj van és nyújtsunk segítséget. A drog ugyanis betegség, súlyos testi, lelki probléma, amelyből segítség nélkül már képtelen kilépni a belesodródott fiatal. Ti pedig szintén komoly szerepet játszhattok a megelőzésben és a gyógyításban, ha a figyelmeztető jeleket komolyan veszitek és a ma fogyasztói társadalmára jellemző közönyön és önzésen úrrá lesztek és igazi megértő, egymást segítő közösségeket formáltok, amiben mindenki számít.

## Lapszemle

### A Párkapcsolat Konfliktuskezelő Magazin beköszöntője

#### Békés kapcsolatot!

Együttélők, különélők, házastársak, válófelek, családosok, magányosok lapja - ez az alcíme konfliktuskezelő magazinunknak. Ezzel tömören összefoglaltuk, kikhez is kívánunk szólni. Mindazokhoz, akik fontosnak tartják a párkapcsolatok karbantartását, a családtagok lelki egészségének védelmét, a gyermekek szempontjából előnyösebb megoldásokat, az együttműködésen alapuló békés konfliktusrendezést, és az abból születő egyéni s közösségi stabilitást. Szólunk mindazokhoz, akik szülőként, feleségként, férjként gyarapítani szeretnék pszichológiai műveltségüket. És szólunk azokhoz, akik nem ismerik, mert nem tanulták az együttélés és a konfliktuskezelés alapvető szabályait.

A Párkapcsolat létrejöttét beharangozó reklámunkat azzal kezdtük, hogy "Magyarországon minden második házasság felbomlik, ne az Öné legyen a következő!" Majd így fejeztük be a hirdetést: "Mentse, ami menthető, mentse, amíg megmenthető!" Nem szeretnénk elrettenteni ijesztő, lehangoló számadatokkal ismeretterjesztő periodikánk olvasóit, ám nem hallgathatjuk el, hogy a tönkrement életszövetségek és az ebből következő bontóperek arányait tekintve európai listavezetők vagyunk. Az évente a családok tíz-és tízezreit érintő válás nálunk nemcsak divat, hanem már-már népbetegség. (1999-ben 45465 házasságot kötöttek és 25605-öt bontottak fel. 2000-ben 48 ezer házasságra 24 ezer válás jutott. 2001-ben folytatódott ez a tendencia és várhatóan nem szépülnek meg az adatok 2002-ben sem. A negatív példák hatására 2001-ben ismét csökkent a házassági kedv.) Csaknem félmillió anya egyedül neveli gyermekét, jó részük mostoha életkörülmények között, lelki sebekből, társtalanságtól szenvedve. De ne feledkezzünk meg a gyermekeik alig, vagy ritkán látó, szinte leírt ex-férjéről sem. A

Párkapcsolat hozzájuk is szól. Magyarországon ma minden ötödik gyerek csonka - szebben szólva - egyszülős családban él, többségük válási árvaként. Apa, így férfiminta nélkül, atyai tekintély, férfias szeretet és tartást adó fegyelem ismeretének hiányában. Az elmúlt év végén 800 ezer özvegyet, közülük 150 ezer férfit tartottak nyilván hazánkban. Az öngyilkosságot megkísérlők több mint 50%-a az élettársi vagy házastársi viszonyok megromlását jelöli meg indokként, 25%-uk pedig szerelmi konfliktus miatt akar véget vetni életének. Nekik is fontos lenne, hogy a megfelelő időben használható tanácsra leljenek hasábjainkon. Nem beszélve azokról, akik indulatukat társukon vezetik le... Szolidáris hangnemben kívánunk foglalkozni a rossz döntés, hibás párválasztás következtében perifériára sodródott helyzetével, és nem hallgatunk a deviáns veszélyekről, s azokról a különféle hátrányokról, amelyek a konfliktusba került feleket sújthatják.

A párkapcsolati krízis - akár a születés vagy a halál - léthelyzettől, társadalmi rangtól, politikai meggyőződéstől, kortól és nemtől független, tehát mindenkit érinthet. A párkapcsolatok minősége egyetemes, örök emberi problémakör. Sűrűlódások, feszültségek mindig voltak és lesznek, a konfliktusokat azonban kezelni lehet, és kezelni kell. Ennek érdekében jött létre felvilágosító lapunk: segíteni szeretnénk azoknak is, akik házassági krízisbe keveredtek, vagy éppen családjuk széthullásának káros következményeitől szenvednek, s azoknak is, akik között nincs ugyan viszály, ám az elérhető legteljesebb családi harmóniára törekednek. Kríziskezelési technikákat, a megromlott viszonyok kezeléséhez konstruktív módszereket mutatunk be azoknak, akik hajlandók okulni mások jó vagy rossz példáin, s meghallgatják a magazinban megszólaló szakemberek tanácsait. Megváltozott értékrendű, zaklatott világunkban valamennyiünknek érdeke, hogy a

társadalom lelki egészsége jó vagy tűrhető legyen, s hogy a harmonikus kapcsolatok kialakításához mintaértékű normákat, szabályokat mutassunk fel a ma és a jövő generációjának.

Sokan és joggal hangoztatják, hogy a magyar családok nincsenek felkészülve a házassági konfliktusokra, nincsenek eszközeik a kapcsolati problémák orvoslására. Tudjuk, ahol az emberi megoldások nem működnek, ott a jogi megoldás sem segít. Cikkeinkkel mi ezen a helyzeten próbálunk jobbítani: humánus módszereket ajánlva, tanulságos eseteket bemutatva, nagyobb kompromisszum-készségre, empátiára készítetni az egymással szembekerült feleket. Szeretnénk, ha egyszer valóra válhatna dunántúli pedagógus olvasónk óhaja a Párkapcsolat elkövetkezendő cikkeire vonatkoztatva is: azt írta jogelődünk, a

Különút válási kalauz szerkesztőségébe, hogy „az Önök által közölt írásokat a Házassági tanácsadáson kötelező olvasmánná tenném, mert fontosabbnak tartom, mint a szexuális felvilágosítást, vagy a fogamzásgátlási lehetőségek ismertetését”.

Üdvözet hát minden érdeklődőnek, aki belelapoz a Párkapcsolatba, mert kíváncsi az emberpárok viszonyaira, a férfiak és nők között kialakuló olykor szövevényes, családon belüli vagy kívüli kapcsolatrendszerekre, a konfliktusok orvoslására. Köszöntünk minden Olvasót, aki rátalál magazinunkra, s úgy érzi, szüksége lehet ránk, írásainkra - ha nem is kötelező, legalább ajánlott olvasmányként.

Menni vagy maradni? Együtt vagy külön? A Párkapcsolat megfontolt tanácsadóként kíván segíteni e fontos döntésükben.

*Rózsa Imre András felelős szerkesztő*

Ezt az igényes tartalmú és kivitelezésű lapot Szegeden szerkesztik. Negyedévente jelenik meg, mindössze 198 Ft-ért szerezhető be egy-egy példány. (Megrendelhető: a szerkesztőség címén: 6723 Szeged, Hajlat u. 2/A, vagy e-mailen: [parkapcsolat@ngo.hu](mailto:parkapcsolat@ngo.hu), az internetes hozzáférésük: [www.parkapcsolat.ngo.hu](http://www.parkapcsolat.ngo.hu), ami szintén színvonalas.) Mindenkinék szeretettel tudjuk ajánlani! A Szolgálatunknak már megrendeltük, az ügyeletek alatt forgathatjátok!

## Olvasónapló

### **Robert Castel: A szociális kérdés alakváltozásai**

(A Szociálpolitikai Értesítő Könyvtára, Bp. 1998.)

#### *részletek*

##### *1.1. Falusi közösségek, paraszti társadalmak*

Az egyénre az ősi törvények súlya egységbe forrott és közvetlenül normatív módon nehezedik. A vérségi kötelékek, valamint a függőség és a kölcsönös egymásrautaltság zárt területi közösségekben működik. A feudális társadalomban összekapcsolódik az egymásrautaltság két alapvető vektora: a falusi közösségen belül a horizontális kapcsolatok és a hűbéri alávetettség vertikális kapcsolatrendszere. Minden egyes egyént közrefog az egyenlőtlen csereviszonyok kapcsolatrendszere, amely kötelezettségekkel jár, de egyben védelmet is jelent. A helyi közösségeknek nincs szüksége szakosodott intézményekhez ahhoz, hogy a stabilitásukat veszített egyéneket újra betagozzák a közösségbe. Valamilyen minimális törődésben részesülhet mindenki, hiszen ez a közösség egyensúlyi helyzetének a stabilitását is eredményezi. A kölcsönös egymásrautaltság horizontális viszonyrendszerét megerősíti a vertikális függőségek-szolidaritások rendszere is. A szűkölködőnek gondját viselni, nem a szabad választásból ered, hanem a kölcsönös függésekből adódó kötelesség. A falusi szegények nagy számuk ellenére nem jelentettek nagyobb teher a mindennapi életben, mert a legszegényebb nincstelenek nem jelentettek belülről bomlasztó destabilizáló tényezőt.

##### *1.2. Kebelbéli védelem, keresztényi könyörületeség, az ellátás kiépülése*

A társadalom struktúrája bonyolultabbá kezd válni, az elesettekkel való törődés szakosodott gyakorlattá kezd válni. A kórház, az árvaház, a szervezett alamizsnaosztás már "szociális" intézményként bukkannak föl. Azoknak a kezelését vállalják föl, melyeket a kevésbé differenciált társadalmakban a közösség maga látott el. A segélyező szociális védelem formáiban a társadalom kívülről avatkozik be saját folyamataiba, a családi-rokonsági kötelékektől, munkakapcsolati viszonyoktól függetlenül működően. A segítségnyújtás általában csak a közösség tagjainak jár, az idegenek nem. Azok számíthatnak a gondoskodásra, akik képtelenek munkával kielégíteni szükségleteiket (árva, özvegy, agg). A gondoskodás az illetőség, a közösségi hovatartozás függvénye. A segélyezés elsősorban a szűkebb környezet védelmi rendszere: kebelbéli védelem.

A szakosodás, a szakmává válás, az intézményesülés, a segélyre jogosultak és nem jogosultak kiválasztása kérdések a mai napig meghatározó feltételei a segélyezésen alapuló gondoskodásnak.

A keresztényi könyörületeség nem lendül mozgásba automatikusan, hogy a szegénység valamennyi formájának segítségére siessen. A keresztényi attitűd a szegénységet diszkriminatíven osztályozza. A jótékonyág gazdaságpolitikai csereérték, a karitás, a könyörületeség a bűnöket ellensúlyozza. Ez az üzlet mindkét fél (gazdag - szegény) számára előnyös.

Isten szolgálata mellett az egyház a szegények szolgálatában találja meg kiváltságos helyzetének másik igazolását. Az egyház a segítő gondoskodás legfőbb, elsődleges intézménye.

##### *1.3. Szegények differenciálása*

A városi hatóságok is igyekeznek megoldást találni a városi szegénység kezelésére, az igazgatási problémákra. A segélyezés helyi alapokon szerveződik, s kikényszeríti, hogy megszigorodjék a rászorultak kiválogatása. Már a XIV. században kezdetét veszi az a gyakorlat, hogy a szegényeket

megkülönböztető jelzésekkel látják el, melyek följosítanak az alamiznaosztásokon való részvételre vagy az ápolói intézmények látogatására. A segélyezés megszűnik ekkorra egyházi monopólium lenni. A XVI. században a szegénység problémája egyre nagyobb, több okból adódóan: ellátási válságok, élelmiszerárak emelkedése, demográfiai föllendülés, s a vele párban járó alulfoglalkoztatottság, a városok anarchikus növekedése, az agrárgazdaság szerkezetének átalakulása. 1522 és a század közepe között mintegy 60 európai város folyamodik egymásra rímelő intézkedésekhez:

- idegenek kizárása,
- koldulás szigorú tilalma,
- a szegények számbavétele, differenciálása,
- segélynyújtások kidolgozása.

A segélyezéshez való jognak a területi illetőséghez való hozzárendelése mind hangsúlyozottabb lesz. Ezeket a helyi szinten kidolgozott intézkedéseket később az országos törvényhozás is átveszi (V. Károly 1531-es rendelete, Erzsébet 1601-es törvénye stb.).

Lyoni a Köz-ápoloda, az angliai dologházak leginkább az elzárás módszerét jelentette.<sup>1</sup> Az elzárás nem öncél, első lépésben kiszakítja az egyént környezetéből annak érdekében, hogy visszailleszhető legyen.

Angliában a XVI. századi szegénytörvényben az egyházközösséget jelölik ki a segítségnyújtás bázisául. Később, 1795-ben a *Speenhamland* törvény az egyházközösségnek feladatául kimondja, hogy egyfajta minimális jövedelmet is kell biztosítaniuk a szegényeknek, ha azok nem érnek el egy jövedelmi szintet, illetve a mindenkori kenyér-gabona árához indexált pótlékkal kiegészíti a jövedelmüket.

#### 1.4. A rászoruló típusai

*Munkavégzésre képtelen*, elsősorban öregek, gyerekek, betegek, özvegyek stb.

*A munkaképtelenséget szimuláló*, valamilyen fogyatékoságot színlelő.

*A pironkodó szegény* azok közül kerül ki, akik tisztos helyet foglaltak el a társadalomban, de valamilyen sorscsapás (halál stb.) miatt lecsúsztak. Már a XIII. század végén fölbukkannak Itáliában a városi differenciált társadalomban a deklasszálódottak. A társadalmi mobilitás nem egyirányú, később lefelé is egyre gyakoribb a polgári differenciált közegekben.

*Épkézláb koldus*, a XIV. századtól többször előfordul törvényekben az üldözésük, s megtiltása az alamizna adásának.

#### 1.5. Munkásság, munkához való viszony

III. Edward 1349-ben rendeletet hoz a munkások helyzetéről, ami arra a felismerésre reagál, hogy a népesség bizonyos csoportjai - azok, amelyek nincsenek betagozva a munkamegosztás struktúráiba - problémát jelentenek. A legtöbb országban nagyjából egyidőben, meglepően egyező intézkedések történnek, amelyekkel szigorúan szabályozzák a munkához való viszonyt, ezzel is enyhíteni a munkanélküliségből keletkező szegénységet, s letörlik a munkaerő vándorlási kedvét. A század végére a pestis Európa lakosságának az egyharmadát elpusztítja. A demográfiai visszaesés nem okozott általános elszegényedést. A túlélők megpróbálták hasznot húzni abból, hogy a munkaerő keresettebbé válik, így a bérek jelentősen emelkednek (20 év alatt gyakran több, mint kétszeresükre). Falvakban a földek fölaprózódnak, ami felgyorsítja azt a folyamatot, ami egyeseket a fölemelkedésben indít el, másokat nincstelené tesz, vagy kevéske földdel rendelkezve fél-bérmunkásnak elszegődnek. A nincsteleneknek gyakran csak a város tűnik lehetőségnek, főleg azután, hogy a pestis meggritkította népességéből az elsődleges szolidaritás számos köteléke elpusztult, kiveszett. A XIV. században a céhes mesterré válás egyre inkább megnehezül, a céhmesterek fiai viszik tovább a mesterséget. A faluról elvándoroltak olyan munkaerőként tűnnek föl, melynek semmiféle szakképzettsége nincs, a városi mesterségek elsajátítására nem éppen alkalmasak.

<sup>1</sup> 1547-ben létesül Angliában az első dologház.

### 1.6. Csavargók

A csavargó elvesztette a helyi kapcsolatait, nem rendelkezik közösségi kapcsolatokkal, idegenként kívül reked a társadalmi világrendjén, nem végez munkát, munkaképes létére kívül reked a munka világrendjén. A preindusztriális társadalmakban a munkaképes és mozgékony szegények kiváltotta szociális kérdés nem kezelhető másként, mint rendőrségi kérdésként. Egyéb híján, a csavargás üldözése az egyetlen intézkedésrendszer, amely megpróbálja megoldani a problémát. A csavargók, akik nem kötődnek semmihez, mert nincs semmijük, a társadalmi destabilizálódás tényleges vagy képzelte veszélyét jelenítik meg. A csavargóval szemben foganasított legegyszerűbb és legáltalánosabb intézkedés a kitoloncolás, ami erős ugyan, de hatástalan, hiszen egy közösség úgy szabadul meg megoldatlan problémájától, hogy azt máshová telepíti. A még erősebb szankció a kivégzés, ami megint csak nem bizonyul elegendőnek a probléma megoldásához, hiszen nem kis létszámról van szó. A kényszermunka talán valamivel mérsékeltebb és realitábilis intézkedés. A gályarabság a legdurvább formája, a gyarmatokra való száműzés a "humánusabb" változat. 1767-ben megnyitják a szegényházakat, amik arra szolgálnak, hogy a munkaképes szegényeket munkára kényszerítsék.

### 1.7. Bérmunkások

A bérmunkások helyzetét mindig bizonytalanság jellemzi, a csavargónál ugyan feljebb állnak, de lejjebb mindenki másnál. A születő kapitalizmus dinamikája aláássa a céhes rendszert, s mindenütt túllép rajta, emez mégis még sokáig képes lesz megakadályozni a szabad munkaerőpiac és egy stabilan megállapodott bérmunkaviszony létrejöttét.

A mesterré válás lehetőségétől megfosztott segédek életfogytiglan bérmunkássorsra ítéltetett "osztályá" válnak, amely megpróbál szervezkedni érdekei védelmében. A XVI. századtól nyomuk van az elhúzódozó sztrájkoknak.

Az *ancien régime* vége felé a bérmunkából élők száma jelentősen megnő, s a bérmunkási viszonyok egyre változatosabb formákban jelennek meg. Számszerűleg mind fontosabbá válik, a bérmunkaviszony strukturálisan periférikus marad a munkamegosztás legitimált formáihoz képest.

A "bérmunkásság" legstabilabb magját a *mesterlegények* alkotják. Még ha életfogytig tartó bérmunkáséltre ítéltetnek is, azért a mesterlegények lehetnek a legnagyobb biztonságban afelől, hogy megtarthatják állásukat, mivel ők a legszakképzettebbek (bár a zsákutcába futó céhes rendszer kárvalottjai is ők<sup>2</sup>). Nem sokban különbözik az övéktől a lecsúszott, *megbukott mesterek* helyzete, akik kénytelenek egy külső megrendelő (többnyire kereskedő) számára dolgozni. A lecsúszást az élelmiszerek drágasága is okozhatja, ami egy-két év rossz termése nyomán könnyen bekövetkezhet, ez ilyenkor az "ipari" termékek keresletének drasztikus csökkenését eredményezheti. Ez azonban nem vezet el a nyílt és egyértelmű bérmunkaviszonyhoz, ugyanis a lecsúszott kézműves nem a munkaerejét, hanem az általa előállított terméket adja el.

A céhek peremvidékén dolgozó munkások helyzete végképp bizonytalan. Ez a sorsuk a *"himpelléreknek"* vagy a *vándoriparosoknak*, akik saját kockázatukra próbálnak valahol megkapaszkodni, félig-meddig illegalitásban tevékenykedve.

A *cselédek* és *szolgák* a városi népességnek legalább a 10%-át tették ki. Heterogén csoport ez, mivel közülük sokan erősen integrálódhattak egy, az általuk szolgált "familiába". E körben még a legalsóbb kiszolgáló funkciók betöltői számára is oly biztonság adatik, amely a nép körében nem túl gyakori.

Megtalálható a városban a foglalkozásoknak egy olyan, nehezen körülírható csoportja, ahol az alkalmazási helyzet megelőlegezi a modern alkalmazotti kategóriákat: *segédek*, *kifutók*, *ügyészségi írnokok* stb. Nem kétkezi munkát végeznek, ettől függetlenül szegények, sok esetben szegényebbek, mint egyes szakmunkások, foglalkozásuk pedig nélkülözi a tekintélyt s gyakorta a biztonságot is.

<sup>2</sup> A mesterlegény számára a bérmunkaviszony sokkal inkább saját személyének áruba bocsátásaként tűnik föl, mint munkaereje eladásának.

A városok "alja népét" alapvetően a fizikai szakmáknak a *munkásai* alkotják, akik nem tanultak ki mesterséget. Tömegével találhatók meg az építőiparban, de máshol is, pl. teherhordók, rakodómunkások, napszámosok, akik általában napi bérért szegődnek el, képzettséget nem igénylő munkák elvégzésére. "Nincs rosszabb mesterség, mint ha az embernek nincs semmiféle mestersége" (C. Loyseau). A képzettséggel nem rendelkezők elég számottevő részét teszik ki nők (mosónők, fehérnemű-készítők, stb.).

A *mezőgazdasági munkások* idegen birtokokra szegődnek el mezőgazdasági cselédként, alkalmi, időszaki munkásként.

A *kisparcellás paraszt* hozzá van láncolva földcsékjéhez, de gazdasága szűkös volta gyakorta arra kényszeríti, hogy megélhetési forrásait kiegészítse valamilyen kézművesmunka végzésével. Falun minél inkább bérmunkás valaki, annál nincstelenebb.

Az *idénymunkások* csoportja szolgáltatásaikat megpróbálják eladni, bérbe adni, s aztán visszamenve kicsinyke birtokukra vigyenek magukkal valami kis pluszt a megélhetéshez. Az idénymunkást gyakran csak egy paraszthajszál választja el a csavargótól.

A XVIII. század végén a bérből élők sokszínű csoportja teszi ki - relatív vagy abszolút értelemben - a falusi népesség legszámosabb csoportját. A "tisztá" bérmunkásság csak csírájában van jelen. Mindez igaz a városokra is, ott is rendkívül heterogén összetételű népesség él bérmunkából, elenyésző kisebbségük tekinthető azonban "tisztán" bérmunkásnak.<sup>3</sup> Akik teljesen vagy részben bérmunkára kényszerülnek, azoknak a sorsa nyomorúságos. A bérmunka bizonytalansága, társadalmilag kiszolgáltatott és lenézett jellege a XVIII. század végén még mit sem árul el jövőbeli karrierjéről.

Az államapparátus kifejlődéséhez köthetjük azoknak a bérmunka-relációknak a kialakulását, melyekhez presztízs és hatalom képes társulni.

#### 1.8. A robotmunka

A *robotmunka* kifejezett ellentettje a bérmunkának: nem jár érte fizetség, s az a fajta személyes függés jut kifejezésre benne, mely a jobbagysággal a rabszolgaságot váltotta föl. A jobbagyi munkaerő fokozatosan fölszabadul, a robotot is mind gyakrabban megváltják: kötelező pénzszolgáltatássá alakul át. A bérmunkás tevékenysége nem különbözik egyébként a jobbagyi tevékenységtől, ebből azonban már hiányzik a személyes alávetettség, a személyi függés jogállása.

#### 1.9. A kereskedők szerepe, a putting-out (bedolgozás) rendszere

A kereskedelmi tőke egyértelműen hatalomra törne, e hatalomra azonban nem tud szert tenni anélkül, hogy osztozkodnia ne kéne, s a privilégiumok ádáz védelme állandóan fékezi a vállalkozói szabadság kiteljesedését.

A kézműipari struktúra megakadályozta az olyan termelők felszínre bukkását, akik magába a termelésbe fektetnének bele, hogy átalakítsák üzemüket, s azt az ipari kapitalizmus jellemzőivel lássák el.

A céhszervezet alapvetően városi struktúra, a falusiak nincsenek alávetve előírásainak, munkaerejük az őket ellátó városi kereskedők rendelkezésére áll. Ez a *putting-out* (bedolgozó) rendszer, lényege: a kereskedő adja a gyapjút, a szövetet vagy a fémeket - olykor egyes szerszámokat is -, majd begyűjti a kész (vagy félkész) terméket, melyet aztán a kereskedelemben értékesít. A parasztok azért végzik ezt a munkát, hogy kiegészítsék hozamát valamivel kiegészítsék. Az alvállalkozásnak ez a rendszere igen hamar megjelent a színen. Elsőként Angliában jelenik meg, már a XVI. században jelentősnek mondható.

#### 1.10. A manufaktúra

A manufaktúra "egész irányítása" mindig állami ellenőrzés alatt állt. Struktúrája hierarchikus, a fegyelem könyörtelen, gyakran imával kezdik és imával fejezik be a munkanapot. A manufaktúrák

<sup>3</sup> Párizsban a forradalom előestéjén a munkások és munkaadók közti arány öt az egyhez.



inkább hasonlítanak a kényszermunkatelepekre, s éppígy nem illeszkedik bele a tőkés fölhalmozás logikájába. E termelési formák ellenére sem járulnak hozzá egy "szabad" munkaerőpiac kibontakozásához, hogy szembefordulnak a céhes korporatizmussal.

### 1.11. A céhes mesterség

A mesterség céhen belüli üzése közhasznúnak ítélt társadalmi tevékenység. Ennek köszönhetően bizonyos kétkezi munkák megszabadulhatnak a nekik eredendően tulajdonított érdemteleniségtől. A céhes mesterség meghúzza a választóvonalat azok között, akik beletartoznak, s akik nem tartoznak bele e társadalmi rendszerbe. Egy olyan munkaszervezetben belül, amelyet egyetemlegesen uralma alá hajt a kötelezés paradigmája, *a kényszer teremti meg a privilégiumokat*, s egyedül a céhes mesterségek tagjai számára. A többi kétkezi munkások sokkal keményebb kötelezettségek jármába vannak fogva, s nem részesülnek semmiféle privilégiumban.

A földdel vagy tanult mesterséggel nem rendelkező parasztok illetékes rendőrhivatalnok kiállította passzus nélkül nem hagyhatják el egyházközségük területét, különben csavargónak minősítettnek. A királyi hatalom mindezzel a városi kézműves céhek szervezetének megerősítésére törekszik (melyet eléggé megrogyasztott a kereskedelmi tőke és a bedolgozói rendszer kibontakozása), valamint arra, hogy a falusi lakosságot megtartsa a hagyományos foglalatosságai kereteiben (mindezt az 1531 és 1601 között egymást követő szegénytörvények foglalják keretbe).

### 1.12. Settlement Act

Az 1662-es *Settlement Act* értelmében a helyi hatóságok minden olyan új érkezőt kitoloncolhatnak, aki nem rendelkezik arra elegendő biztosítékul szolgáló jövedelemmel, hogy az egyházközségnek nem fog majd gondot okozni a róla való gondoskodás kötelezettsége.

Anglia azért tudta már az ipari forradalom előtt is mozgósítani a szakképzetlen munkaerő jelentékeny részét, mert - részint a csavargás ellen foganatosított különlegesen kegyetlen törvényhozással, részint pedig a helyükön maradó szegények minimális segélyezésével - amennyire csak lehetett, sikerült helyhez kötnie s helyben munkára fognia a szegényeket.

### 2.1. A szegénység és a gazdasági fejlődés a liberális modern korban

Egy átlagos évben a lakosság mintegy 5-10%-ának létfenntartása vagy teljes egészében vagy jelentős részben a segélyezéstől függött. Számításba kell venni a "pironkodó szegényeket", illetőleg mindazokat, akik menthetetlenül elérhetetlenek maradnak az ilyen segélyakciók számára. Vidéken, minthogy nemigen vannak szakosodott intézmények, még nehezebb felbecsülni a nélkülöző szegényeket. E társadalmaknak tagadhatatlan alkotóeleme egy jelentős mértékű *strukturális szegénység*. Emberek sokasága él minden biztonságot nélkülöző ingatag életet, s elég egy véletlen fordulat, hogy kiszolgáltatott helyzetbe kerüljenek. A létfenntartás krízishelyzetei állandóan jellemzik ezeket a társadalmakat. Helytől és korszaktól függően a teljes népesség harmada-fele abba a helyzetbe kényszerül, hogy egyik napról a másikra tengesse életét, s közben állandóan az a veszély fenyegetse, hogy az önálló megélhetés legszűkebb értelemben vett küszöbe alá csússzon le<sup>4</sup>. Az európai társadalmak a XIV. századtól a XVIII. századig tartó időszak során "fejlődtek": a földbirtok s az ipar termelékenysége növekedett, a kereskedelem bővült, gyarapodott, s gazdagodtak a kereskedők és bankárok; létrejött egy erős polgárság, s a fölfelé irányuló mobilitás lehetőséget teremtett bizonyos csoportok számára, hogy javítsanak helyzetükön. De ettől még a nyomor lényegi strukturális összetevője marad.

A tömegnyomor létezése legalább annyira múlik társadalmi-politikai okokon, mint szűken vett gazdaságiakon.

<sup>4</sup> C. M. Cipolla szerint Európa lakosságának több mint 50%-a nem rendelkezik tartalékokkal, tehát potenciálisan szegénynek minősülnek.

A XVII. század végétől fölbukkanó új elem abban ragadható meg, hogy a társadalom kezd ráeszmélni arra, hogy ez minőségileg különbözik az évszázadok óta ismert tömeges szegénység szokványától. Olyan kockázatként jelenik meg, mely alapjaiban fenyegeti valamennyi dolgozó ember léthelyzetét. A szociális kérdés ekkortól fogva már nem úgy vetődik föl, mint egy megbélyegzett és kiközösített népességtöredék problémája, hanem úgy, mint ami a "nép" túlnyomó részének általános helyzetéből fakad.

### 2.2. A demográfiai növekedés

A közrend felelőseit nem csak az nyugtalanítja, hogy nő a nem dolgozók száma, hanem az, hogy azok helyzete válik bizonytalanná, akik dolgoznak. Nincs semmiféle éles határvonal a népességnek a teljes nincstelenség állapotába zuhant durván 10%-a és a között a sebezhető többség között, melyet a létfeltételek állandó szűkössége védtelenül és kiszolgáltatottan vet oda minden balszerencsés fordulatnak (Vauban).

Vége szakad annak a mechanizmusnak, mely a középkor óta gazdaság és demográfia egyensúlyát elsődlegesen a *mortalitáson* keresztül szabályozta. A XVIII. századi demográfiai forradalom, egyszerűen azzal, hogy növeli a munkavállalók létszámát, jelentősen rontja a munkások már annak előtte is igen kedvezőtlen helyzetét (E. Labrousse, 1943.). Így tehát a demográfiai szaporulat, elvesztvén a mortalitás nyújtotta önszabályozó képességét, a dolgozó rétegek egészét sújtotta. "Az éhínség és a járványok borzalmaitól való megszabadulás a korábnál jóval nagyobbra növelte a szegények létszámát" (O.H. Hufton).

### 3.1. A munka értelmezései

A munkavégzésnek nincs értékelhető kapcsolata a gazdagsággal, s fordítva ez még inkább igaz. A munka a szegények, a kisemberek osztályrésze, akik kénytelenek valamilyen mesterséget űzni vagy földet művelni. Egyszerre gazdasági kényszer és erkölcsi kötelesség: a bűnök melegágyául szolgáló tétlenség ellenszere, orvossága.<sup>5</sup>

*Adam Smith* a befektetett munka mennyiségében leli föl egy termék csereértékének alapját. Hogy a piac létrejöheszen, arra van szükség, hogy a munkatermékek árak függvényében keljenek el (Smith, 1892.). A gazdasági cserekapcsolatok jelentik az alapját a biztos társadalmi rendnek, amely biztosítani képes a résztvevők érdekeinek egyensúlyát. A. Smith a politikai gazdaságtant a csereviszonyok piaci szabadságára akarja alapozni. De a csereviszonyok szabadságának megteremtése föltételezi a munka szabadságát, vagyis a munkás munkájának felszabadítását. A XVIII. század bevezette igazi felfedezés nem az, hogy a munkára szükség van, hanem az, hogy a munka szabadságára van szükség. Akárcsak A. Smith, *R. J. Turgot* is az érdekekben látja azt az igazi szabályozóerőt, amely képes dinamizálni a társadalmat. Az államnak az a szerepe, hogy szavatolja az érdekek szabad játékát, érvényre jutásukat. A szabaddá tett munka föl kell hogy szabadítsa a magánvállalkozást is, a kockázatra és erőfeszítésre való hajlandóságot, a versengés szellemét. A helyzetünk javítására való törekvés oly mozgató erő, melyet egyetlen ipar sem nélkülözhet. Radikális a szakítás, teljes a szembefordulás a státusokra, hagyományos gyámsági formákra épülő rendi társadalommal. A két világ metszéspontjában a munkának egy új definíciója kap érvényt, s lehetővé teszi majd, hogy a "régi rendet" fölváltsa az új. A munkához való szabad hozzájutás olyan általános politikai célkitűzés, amely magával kell vonja a "régi rend" társadalmának strukturális reformját.

### 3.2. A munkához való "jog"

A munkához jutás felszabadítása lép a büntető-fegyelmező munkakényszer helyébe. A munkára képes szegények megsegítésének módja nem lehet más, csak a munka. Az illetőségi elv megmarad - mint ahogy megőrződött a munkaképtelenség elve is -, csak hogy ezentúl a nemzet az a bázisközösség, amelyhez tartozás biztosítja a segélyezéshez való jogot. Segélyben részesülni - az állampolgárok kiváltsága. A munka ettől fogva olyan áru, melyet egy, a kereslet-kínálat törvényeit követő piacon

<sup>5</sup> "Nem az a szegény ember, akinek semmiye nincsen, hanem az, aki nem dolgozik." (Montesquieu, 1749.)

adnak el. Ez azt jelenténé, hogy az "épkézláb koldusnak" ettől kezdve a szabad piac megnyílása önmagában biztosítja a munkát. "Ebből következően most már joggal beszélhetünk érdemtelen, 'rossz szegényekről', akik zavarják a közrendet, veszélyeztetik a társadalmat, s ezért joggal váltják ki annak igazságos szigorát" (C. Bloch - A. Tuetey, Imprimerie nationale, Paris, 1910.).

A segélyhez való jognak és a munka szabadságának látszatra harmonikus illeszkedése elfedi a kétféle kormányzati politika (szociális állam, liberális állam) közötti antagonizmust.

A modern szociálpolitikák azon alapulnak, hogy vannak "szociális partnerek", s e szociális partnerek identitása csak később, egy stabilizálódott bérmunka-társadalom talpuzatán alakult ki.

Az államnak "kötelessége" fölállítani a közsegélyezés valamilyen rendszerét, adókat behajtani, intézményeket létrehozni stb. Az állam e mellett viszont nyíltan elhárítja magától azt a felelősséget, hogy mindenki számára munkát biztosítson. A szabad munkához jutás a hatalomra kerülő "burzsoá" csoportoknak kedvezett.<sup>6</sup>

Joggal beszélhetünk a XVIII. század második felében rohamos fejlődésről a pénzügyekben és a nagykereskedelemben; a fejlődés lassúbb ütemű, mindazonáltal jelentékeny az iparban, s eléggé lassúbb a mezőgazdaságban. Az ősi egyensúlyok kezdenek meginogni, egy mind tolokodóbban helyet kérő gazdasági dinamika folyamatosan beleütközik a társadalom egészének súlyos tömegű mozdulatlanságába. Többé nem marginális, de valamennyi hagyomány és "örökség" ellene dolgozik, lett légyen szó akár politikai struktúráról, akár a jogi szabályozásokról, a föld megművelésének módjáról vagy arról, hogyan foglalkoztassuk a munkaerőt.

A bérmunkáslét méltatlanságának elviselhetetlen súlya nem szűnik meg a munkaszabadság elvének pusztá kinyilvánításával. A liberalizmus Achilles-sarka - ha föltételezzük, hogy rendelkezni akart volna valamiféle elképzeléssel a társadalmi igazságosságról - e léthelyzet alávaló társadalmi gyengesége volt.

A munkaszerződés jogbiztosította reciprocitása háttérben kirajzolódik a szerződő felek társadalmi háttérének alapvető különbözősége az idő-dimenzió figyelembe vételénél is: a munkást a biológiai feltételek kényszerítik munkaereje eladására, mivel szükségletei nem tűrnek halasztást, megélhetéséhez azonnal szüksége van a munkabérre, míg a munkaadó berendezkedhet kivárára, ő valóban "szabadon" szerződhet, mivel nem vergődik a szükségletek szorításában (Smith, 1892.).

#### 4.1. A bérmunka társadalma

Kiteljesedik egy új bérmunkaviszony, s ebben a bér már nem egy pontosan körülírt feladat elvégzésének ellenértéke csupán. Jogosultságokat teremt, szolgáltatásokhoz juttat a munkán kívül eső szférákban is (betegség, baleset, nyugdíj), és lehetőséget nyújt a társadalom életében való részvétel körének kiterjesztésére: fogyasztásra, lakásra, iskoláztatásra.

A munkásság osztályvá strukturálódásának pillanata egyben az osztálytudat színre lépésének pillanata is.

"Polgári" rétegek válnak "bérből élővé" - alkalmazottak, vezető beosztásúak, köztes szakmák képviselői, a harmadik szektor foglalkoztatottjai. S a bérmunkáslétre kényszerült társadalom úgy lép át a kétkezi munkáson, úgy taszítja ismét alávetett helyzetbe, hogy többé semmi reménye nem lehet arra, hogy vezető szerepre tehessen szert. Ha mindenki vagy úgy szólván mindenki bérből él, akkor a társadalmi identitást a bérmunkaviszony rendszerén belül elfoglalt helyzet határozza meg. A munkást léthelyzete többé-kevésbé e hierarchia legaljára utasítja.

A bérmunka társadalmát magával ragadja a fejlődés ellenállhatatlan sodra: új meg új javakban bővelkedünk, - jogok és biztosítékok bővülő tárházával, a biztonságok és védelmek szaporodásával - kecsgetve.

#### 4.2. Az új bérmunkaviszony kialakulásának feltételei

<sup>6</sup> "Mit nyerünk a nemesek arisztokráciájának eltörlésével, ha helyükbe a gazdagok arisztokráciája lép?" (Marat, 1791.)

*I. feltétel:* Különbségtétel a ténylegesen dolgozó és a nem dolgozó (vagy csak félig-meddig aktív) népesség között, melynek során az utóbbit vagy ki kell szorítani a munkaerőpiacról, vagy abba szabályozott feltételek és formák között be kell tagolni.

*II. feltétel:* A munkás hozzáláncolása a kijelölt poszthoz, valamint a munkafolyamat "az időfelhasználás pontos, elemekre bontott és szabályozott keretein belül" végigvitt racionalizálása (R. Salais, 1930.). A munkás nem egy külső kényszer foglya, hanem azon technikai műveletek egymásutániságáé, melyeknek szükséges időtartamát pontos mérések szabják meg. Így rögtön kiküszöbölhető a lógás, s vele együtt a kezdeményezésnek és a szabadságnak az a szűk mezsgyéje, melyet a munkás addig megőrizhetett. A fölprózott munkafeladatok leegyszerűsödnek, mechanikusan megismételhetővé válnak: ettől kezdve már nincs szükség a sokoldalú szakképzettségre. A munkást ezzel megfosztják attól az előnyös alkupoziációtól, amellyel szaktudása, mesteremberi mivolta korábban őt felruházta. Fokozatosan kialakul a bérmunkaviszony egy új dimenziója, melyet a munkafolyamat maximális racionalizálása jellemez, s így lehetővé válik a tömegtermelés feltételeinek megteremtése.

*III. feltétel:* Olyan bérek, amelyek lehetővé teszik a munkásrétegek "új fogyasztási normáinak" kialakulását, és módot nyújtanak arra, hogy a munkás maga is haszonélvezője legyen a tömegtermelésnek (M. Aglietta, 1976.). *Henry Ford* észreveszi, hogy újfajta viszony van kialakulóban a munkabér emelkedése, a termelés növelése és a fogyasztás növekedése között. Ez nem csak abban áll, hogy a magasabb munkabér jobban ösztönöz a munkára, s így fokozza a termelékenységet, hanem a munkás most már nem csupán a termelésből veszi ki a részét, hanem a fogyasztásból is.<sup>7</sup>

*IV. feltétel:* A társadalmassult tulajdonból és a közszolgáltatásból való részesedés. A társadalombiztosítások első változataiban a szolgáltatások még túlságosan szegényesek ahhoz, hogy igazi újraelosztó funkciót tölthessenek be, és jelentősen befolyásolhassák a "fogyasztási normák" alakulását.

*V. feltétel:* Betagozódás egy olyan munkajogba, amely a munkást egy kollektívum tagjaként ismeri el, akinek szociális jogállása az egyéni érvényű munkaszerződés dimenziójánál tágabb körre terjed.

#### 4.3. A munkások helyzete

A századelő szakszervezeti mozgalmának követelése között első helyen áll a heti munkaszüneti nap kivívása és a 8 órás munkaidő. De a megfizetett szabadidő elnyerése szimbolikájában sokkalta többet jelent, mint a munkaidő csökkentéséé, fölszabadító hatása sokkal alapvetőbb, mint a bérek emelkedése nyomán a fogyasztásba való bekapcsolódás lehetőségéé. Annak a hivatalos elismerését jelenti, hogy a munkás is ember, a munkának emberi méltósága van.

*Ehhez fontos adalék a pápai körlevél egyes részletei:* „...A munkát tisztán eszköznek nézik javak előállítására és árunak, amelynek árát a szabad verseny állapítja meg. A magántulajdonjog öncél lett, pedig helyesen használati jog a közjó figyelembevételével. A dolgok értékét maguktól a dolgoktól függetlenül forgatják, s így minden vagyont könnyű mozgásba hoztak, ami a vagyonnak az erősebb kezekben összehalmozását és a tömegek elszegényedését eredményezte.

A családi élet előbbrevaló az állami szövetkezésnél, következik, hogy jogai és kötelességei is előbbrevalók és természetesebbek.

Az állam védelmezi meg kinek-kinek jogát, mert ez nem annyit tesz, mint elrabolni a polgárok jogait, hanem inkább megvédeni és biztosítani azokat: de itt meg is kell állnia a nyilvános hatalomnak. Az állam közreműködése általában oly törvények s állami intézmények megteremtésére irányuljon, melyek nyomában a köz- és magánjólét fölvirágozzék.

Minél nagyobb jólét fakad az általános állami gondoskodás folytán, annál kevésbé szükséges a munkásjólétet külön utakon keresni. Az államkormányok feladatai közt fontos szerepet játszik az a kötelesség, hogy a polgárok minden egyes osztályát az osztó igazságosság sérelme nélkül egyenlőképpen védelmezzék. A jól elrendezett államok kötelessége testi és külső javakat is nyújtani, amelyek használata az *erényes élethez* szükséges. A méltányosság a munkások állami védelmét sürgeti, hogy a munka nyereségéből kellő rész jusson nekik, s a munka úgy fedezze lakás, élelem,

<sup>7</sup> Mindez elég ahhoz, hogy a munkásság népes rétegei - jöllehet korántsem mindegyik - kilábalhassanak abból a szélsőséges nyomorból és állandó létbizonytalanságból, mely évszázadok óta osztályrészükül jutott.

ruházat tekintetében szükségleteiket, hogy helyzetük ne legyen nyomasztó. Ezen gondoskodás nemcsak hogy nem lesz kárára senkinek, hanem ellenkezőleg, mindenkinek előnyére fog válni, mivel nagyon is érdekében áll a társadalomnak, hogy azok, kiktől oly szükséges javak erednek, ne szenvedjenek inséget.

Akik a nyomorgó népnek minden szenvedés és baj nélkül való, szakadatlan örömmel és boldogsággal teljes életet ígérnek, bűnös játékot űznek a néppel, amelynek vége nagyobb csapásokat hoz az eddigieknél.

Sem a munka tőke nélkül, sem tőke munka nélkül fenn nem állhat.

A munkaadók legfőbb kötelességei közé tartozik, hogy munkásait ne tekintse rabszolgáknak, tisztelje bennük az emberi méltóságot. A munkásokra nem szabad több terhet rájuk rakni, mint amennyit elbírnak vagy olyasmit követelni, ami koruknak és nemüknek meg nem felel. A munkabérek méltányos mértéke és fokozata meghatározottassék. Gondosan örködjének a gazdagok, hogy a szegények csekély keresményében erőszakkal, ravaszsággal vagy kamatcsalással kárt ne tegyenek (az ő vagyónkájuk minél csekélyebb, annál szentebb).

A munkás munkában hiányt sohase szenvedjen s a munka után annyi bér járjon, hogy magát ne csak a munkaközben előforduló balesetek idejére, hanem betegség, aggkor s bármily szerencsétlenség esetére biztosíthassa.

A munkásoknak annyi pihenés engedendő, amennyi szükséges a munka által felhasznált erők visszaszerzésére, mert a munka által elcsigázott erőt a pihenés fogja visszaadni.

A társadalmi fejlődés két osztályra bontotta a polgárokat, s nagy űrt támasztott a kettő között. Egyik oldalon a hatalmasok, a nagyon gazdagok pártja, a másik oldalon a gyöngék tömegei. Ha már most a szegény népben fölébresztjük a reményt, hogy ő is szerezhethet magántulajdont ezen a földön, akkor a két osztály lassan közeledik egymáshoz és megszűnik a kiáltó különbség a gazdagság és a nyomorúság közt.

Fájdalmasan érzik a méltatlan bánásmódot nyereségre éhes munkaadók részéről, akik előtt annyit érnek, amennyi hasznot hajtanak a munkájukkal..."

*Rerum Novarum - XIII. Leó pápa körlevele a munkások helyzetéről, 1891. (Szent István-Társulat, Bp. 1991.)*

*(Megj.: az eredeti könyv a pápai körlevél részletét nem tartalmazza, a jobb érthetőség végett szúrtuk be. a szerk.)*

A "követeléseknek" és a lassan kiharcolt "vívmányoknak" számos előzményei ismertek, melyek vagy módosultak vagy meg is valósultak.

A vívmányok közös vonása, hogy azzal járultak hozzá a munkásosztály létviszonyainak stabilizálódásához, hogy sikerült fölszabadítaniuk a közvetlen és azonnali szükségletek szorító parancsa alól. A kötelező biztosítás döntő hatásának mutatkozott a munkásosztály sebezhetőségének a fölszámolásában. Most már nincs abban a helyzetben, hogy "csak a láncait" veszíthetné.

#### 4.4. A kialakult struktúra

Az ipari bérmunkásság elvesztette azt a történelmi súlyát és horderejét, mellyel a munkásmozgalom ruházta föl.<sup>8</sup> A munkásosztály - jóllehet sokat javultak életkörülményei - egyáltalán nem olvadt bele a középosztályokba.

A bérből élők aránya erőteljesen növekedett az aktív népességen belül: 1931-ben még az 50%-ot sem teszi ki, 1975-ben 83% (Franciaországban). Az aktív népesség összetételében bekövetkezett legjelentősebb változás a bérből-fizetésből élő, nem fizikai dolgozók számának a megnövekedése: 1931-ben 2,7 millióan voltak, 1975-ben 7,9 millióan. Ugyancsak jelentősek a csoporton magán belüli változások, hiszen a legdinamikusabb növekedést mutató csoportok egy alkalmazotti "elit" réteget alkotnak. Az elit alkalmazotti pozícióknak jelentős részét kezdetben olyan személyek töltik be, akik "vagyonos" családból származnak.

Az uralkodó csoportokon belül inkább konkurenciaharc folyik, verseny a posztokért, mintsem homogenizálódás.

<sup>8</sup> A mezőgazdasági bérmunkások és gyermekeik hosszú időn át viszonylagos társadalmi emelkedésként élhették meg a munkásosztályba való beáramlásukat. Amikor ez az utánpótlási forrás elapad, a munkássors jelenti a legalacsonyabb léthelyzetet. Ebben a pozícióban azokat találjuk, akik képtelenek ebből fölemelkedni, ill. azokat, akiket a lefelé irányuló mobilitás ide vet.

Minden társadalmi organizmus, amelynek át kell alakulnia, arányait megváltoztatnia, könnyebben teszi ezt az egybeolvasztás eszközével, mint az erőszakos elkülönülésével (A. Sauvy, 1956.).

A társadalom-egészen elfoglalt helyüket azon keresztül juttatják kifejezésre, amit fogyasztanak. Az egyén belső értékét a tárgyak fogyasztása a szó legkeményebb értelmében a társadalmi munkamegosztásban elfoglalt hely függvényeként szabja meg.

Mindenki részt vesz a fogyasztásban, de nem mindenki ugyanazt fogyasztja; mind több embernek van diplomája, de a különböző diplomák értéke nem egyforma; szinte mindenki megy nyaralni, csak épp nem ugyanazokra a helyekre stb.

A bérmunkára épülő társadalomban minden mozgásban van, mindenki a másikkal hasonlítja és méri össze magát.

Létezik a szolgáltatások nyújtóinak egy olyan rétege, amely a legmobilabb, legdinamikusabb magját képezi a társadalomnak. E mag tagjai a legelkötelezettebb terjesztői a modernitás, a haladás, a divatok és a sikeresség értékeinek. A társadalom egészéhez viszonyítva ők alkotják azt a csoportosulást, amelynek növekedése a legfolytonosabb és a leggyorsabb volt.

A munkaerőpiac "külső zónáját" többségükben bevándoroltak, nők, szakképzetlen fiatalok vagy idős munkások alkotják. Ők töltik be a vállalatoknál a legtöbb kényelmetlenséggel járó, legnehezebb, legingategyebb munkaposztokat, az ő fizetései a legalacsonyabbak, s őket védik a legkevésbé szociális jogosultságok. A bérből élők társadalmának jobbára csak a peremén üthetnek tanyát.

A munkaerőpiacon kívül vannak a "negyedik világ" szereplői, akik a városok peremvidékén élik kóbor életüket, kényszer szülte megoldásokkal vagy segélyekből tartják fenn magukat.

#### 4.5. A bérmunka társadalma a közelmúltban

Az aspirációknak a jövő tág horizontjára történő kivetítése csillapítólag hat a mai nap aktuális küzdelmeire, s hihetőnek tünteti föl az egyenlőtlenségeknek a fokozatos kiküszöbölését. A bérmunkás-társadalom működés módját az jellemzi, hogy a jobb jövőbe vetett hit benn foglaltatik a jelen szerkezetében. A növekedés mindaddig, amíg tart, lehetővé teszi, hogy előleget vegyünk föl a jövőre.

Az állam nemcsak a javak termelőjeként lép föl, hanem - mondhatnánk - fogyasztók, vagyis fizetőképes keresletet jelentő alkalmazottak létrehozójaként is.

A közszolgálati létesítmények gazdagítják a társadalmi tulajdont. A javak olyan típusát alkotják, amelyek nem sajátíthatók ki egyedileg, nem adhatók el a piacon, hanem a köz javát szolgálják. Ugyanabba a kategóriába tartoznak, mint a transzferált tulajdon, melyet a társadalombiztosítás jelentősen kiterjeszt. Párhuzamosan bontakozik ki a biztonság- védelmet szavatoló tulajdon és a közösségi használatú tulajdon.

A társadalombiztosítás létrehozott szervezetének az a célja, hogy biztosítsa a dolgozókat és családjukat a legkülönbözőbb természetű kockázatok ellen, amelyek keresőképességüket fenyegethetik vagy korlátozhatják. A biztosítás általánossá válása a társadalom szinte valamennyi tagját a transzferált tulajdon rendszerének hatókörébe utalja.

A társadalombiztosítás szervezetábrája jól leképezi a bérmunka-társadalom szerkezetét, azaz egy olyan társadalomét, amelyben minden foglalkozási-szakmai csoport vadul féltékeny előjogaira, s körömszakadtáig küzd azért, hogy ezeket elismertesse, s elfogadtassa az őt más csoportoktól elválasztó távolságot.

A bérek növekedése összességében jól követte a gazdasági növekedést, melynek minden kategória haszonélvezője volt, anélkül azonban, hogy a jövedelmi különbségek csökkentek volna.

Az állami kötelezettségvállalást is magukban foglaló paritásos eljárások nyújtotta biztosítékokat nézve még akkor is lehetett hinni abban, hogy a munkához való kvázijog nem fog csorbulni, amikor a helyzet már elkezdett romlani. A bérmunkás-társadalom látszólag emelkedő pályát futott be, egyszerre biztosította a kollektív gazdagodást és tette lehetővé a lehetőségek és biztosítékok jobb elosztását.<sup>9</sup> Növekedett a fogyasztás mértéke, javultak a tulajdonhoz, a tisztas lakáshoz, a kulturális és szabadidős tevékenységekhez való hozzáférés esélyei. Lépéseket tettek a nagyobb esélyegyenlőség, a munkajog

<sup>9</sup> Minden jel arra mutatott, hogy a bérmunkás-társadalom vívmányai kompenzálni fogják azt az integrációs deficitet, mely az ipari társadalom kezdeteit jellemezte.

konszolidálása, a szociális védelmek kiterjesztése, a szegénység fölszámolása irányába. A szociális kérdés problémája szertefoszlni látszott a korlátokat nem ismerő fejlődés ígésében. Ez a pályáiv mára megtört.

*Debrecen, 1999. június 10.*

*Rénes László*

## Könyvajánlat

**Tony Parsons: Apa és fia**  
Európa Kiadó, Budapest, 2002

1999-ben, a könyv angliai megjelenésének évében jártunk Londonban, ahol a történet játszódik. Azokat a kapcsolat központokat néztük meg, amelyek csakúgy, mint a mi kapcsolatügyeleteink, semleges találkozóhelyet biztosítottak az elvált szülők és gyermekeik számára. Már akkor megállapítottuk, hogy az emberek ugyanúgy viselkednek váláskor Londonban, mint Budapesten, vagy Békéscsabán, hiszen ahogy a szerelem, a válás is emberi. A könyvet olvasva biztosan magukra ismernek majd a magyar elvált szülők, barátaik, a rokonság, és az ügyvédek is.

Mégsem ennek a rétegnek ajánlanám elsősorban a könyvet. Sokkal fontosabb lenne elolvasni azoknak, akik házasságok, vagy még inkább azoknak, akik csak most készülnek házasságra lépni azzal az őszinte szándékkal, hogy egy életre összekötik életüket, gyermekeket nevelnek, és jóban - rosszban hűségesek lesznek egymáshoz. Nem azért, hogy mindentől elvegye a kedvüket, hanem a "más kárán tanulás" itt most kézenfekvő lehetőségét nem szabadna kihagyniuk.

Ritkán olvas az ember ugyanis ennyire önkritikus írást ebben a témában. Ha kinyitjuk akármelyik női lapot, a "válás után" rovatok tele vannak a másikat vádoló, gyűlölködő, siránkozó sárdobálós írásokkal. Mindig a másik a hibás, még akkor is, ha ez volt a panaszkodó ötödik házassága. Ebből aztán sem ő, sem az olvasó nem tanul semmit.

Hát Tony Parsons nem ilyen könyvet írt. Hál'Istennek.

A könyv tökéletes térkép egy házasság felbomlásáról, annak tipikus okairól, és következményeiről, miközben mélyen beleláthatunk apa és fia, nagypapa és fiú unokája kapcsolatába, ebben a cseppet sem könnyű helyzetben. A történet nem hagy ki egyetlen kérdést sem, amely ilyenkor felvetődik, és nehéz helyzet elé állít szülőt, gyereket, szakembert egyaránt.

Elgondolkoztathatja például a házastársakat arról, hogy érdemes-e egyetlen éjszakáért kockára tenni egy jó kapcsolatot, és olyan lavinát elindítani, amelynek nemcsak a köztük lévő kapcsolat, hanem saját gyermekükkel való kapcsolatuk is áldozatává válhat?

Férfitársaim számára feladott lecke az az örök kérdés is, hogy az-e a férfi, aki nem hagy ki egyetlen lehetőséget sem, ami elé kerül, vagyis nem csak akkor vadászik, amikor nemes vadra hajt, és azt mindenáron el akarja ejteni, hanem összevissza lövöldöz mindenre, ami mozog, elszalasztva közben a nemes vadat, vagy az, aki maga dönti el, hogy ki az aki kell neki, de azt a nőt meg is szerzi. Feleségnek.

Az-e a férfi, akit célja, hivatása hajt, és ehhez keres társat amikor partnert választ, vagy az, akit minduntalan letérítenek az ösztönei a saját maga által kijelölt útról, csonka családokat hagyva maga után amerre jár?

A házasság a párkapcsolatok konzervatív műfaja, egyben magasiskolája. Senkinek sem kötelező ezt a formát választani. Gyermekek nevelésére viszont nem találtak ki jobbat, és ha erre szerződünk, akkor a szabályokat be kell tartani, ha nem akarunk sérülést okozni saját gyermekünknek.

Vajon összefüggés van-e szerződéseink betartása és a házastársi hűség között? Megbízható üzleti partner megbízható házastárs is egyben, és fordítva? Tudjuk-e, hogy amikor egy élet leélésére keresünk társat, mire kötünk szerződést, mit várunk el a másiktól, és mit fogunk nyújtani ezért cserébe? Ismerjük-e pontosan a másik vágyait, terveit, saját személyiségének kibontakoztatásáról alkotott elképzeléseit? És a sajátunkat? Tudjuk-e, miről vagyunk hajlandóak lemondani a másik érdekében? Át tudunk-e állni a független üzemmódból a családi üzemmódba, ha megházasodunk? Meg tudjuk-e változtatni a fontossági sorrendet a barátok, hobbik, munka, a házastárs, a gyerekek között? Ismerjük-e azokat a szülői mintákat, amelyeket házastársunk és mi hozunk a saját házasságunkba, és amelyek időzített bombaként viselkedhetnek, ha nem tudatosítjuk őket magunkban?

Hova vezet az, ha egyszer csak elmaradnak a házaspárok közötti beszélgetések, a közös vacsorák, ha már évek óta nem járunk moziba, színházba, nincsenek már séták, kirándulások, játék, közös társaság, lazítás, és csak a napi hajtás, a pénz van helyette - a "gyerek érdekében"? Ha jön a konfliktus - mert jön - tényleg vége van a kapcsolatnak?

Ezen a ponton felvetődnek erkölcsi kérdések is a regény olvasása közben: Mi a helyzet a családrobbantókkal? Hogyan ítéljük meg azokat a "barátokat", munkatársakat, akik egy párkapcsolati válság láttán nem segítő kezét nyújtanak, hanem lecsapnak a szabad prédára, kiszakítva őt ezzel a kapcsolatból, és az átmeneti konfliktusból visszafordíthatatlan szakítást idéznek elő, tekintet nélkül arra, hogy szülő-gyermek kapcsolatokat is tönkretesznek ezzel. Azt hiszem ezt az önző, gátlástalan magatartást határozottabban el kellene ítélnünk, mert súlyosan veszélyezteti az érintett gyermekeket. Túl könnyedén vesszük ezt a kérdést, ami egyben azt is mutatja, mennyire (nem) fontosak ma a gyermekek érdekei társadalmunkban.



Előítélet-oszlató hatása lesz a könyvnek abból a szempontból, hogy bemutatja azt a kapcsolatügyeleteinken is nemegyszer megtapasztalt folyamatot, hogy a gyermekük nevelését vállaló apák igenis fel tudnak nőni a feladathoz. Egyébként ma már egyre többen vannak.

Vagy itt a másik kérdés: Tulajdon-e a gyerek? Hogyan kell felfognunk: elveszik, vagy el helyezik a gyermeket válás után?

Meg tudjuk-e védeni a saját gyermekünk érdekét a saját ügyvédünkkel szemben a válóperünkben? El tudjuk-e engedni a gyermekünket, ha úgy érezzük, a másik szülőhöz jobban ragaszkodik?

Ez a regényforma lehetővé teszi mindenki számára, hogy megértse a válás résztvevőinek érzéseit, gondolatait. Hasonlóan a Párkapcsolat ismeretterjesztő cikkeihez, a kapcsolati konfliktusokról szóló riportjainkhoz. Bárcsak több ilyen írást közölhetnénk, amelyik őszintén leírja, hogy szerzője mivel járult hozzá egy kapcsolat elromlásához, vagy helyreállításához!

Olvassuk el ezt a könyvet, mi házások, és házasulandók, és tanuljuk meg belőle a lényegét: Ha rosszul érezzük magunkat egy kapcsolatban, először szálljunk magunkba, mielőtt kiszállnánk belőle. Mert lehet, hogy visszaút nincs.<sup>10</sup>

### **Joanne Harris: Csokoládé**

Ulpis-ház, Bp. 2001.

Ismeretlen, titokzatos fiatal nő, Vianne Rocher érkezik a kis faluba, Lasquet-be, és megnyitja "csokoládézóját" - a tenyérszerű kávézóval kombinált csokoládéboltot. Végre van egy hely, ahol elszuttoghatók a titkok, megszellőztethetők a sérelmek, kipróbálhatók az álmok. Amikor Vianne húsvétra csokoládéfesztivált szervez, a falu egész közösségét megosztja...

Íme az első olyan regény, amelyben a csokoládé elfoglalja a maga méltó helyét. A tartalmas, okos és franciásan pajzán könyv valamennyi érzékszervnek irodalmi ünnepet kínál. Izgalmas, fordulatos és szenvedélyes történetből nem hiányzik a cselszövés, a titok és a szerelem sem. A regényből a közelmúltban készítették sikeres filmet Juliette Binoche és Johnny Depp főszereplésével.

### **Hegedűs Katalin: Az emberhez méltó halál**

Osiris, Bp. 2000.

Életünk során hányszor, de hányszor szorulunk rá valamilyen menedék védelmére. Mindig, ha magunk képtelenek vagyunk - vagy úgy hisszük, hogy képtelenek vagyunk - megbirkózni az élénk sodródó, utunkat álló, félelmet kiváltó életeseményekkel. A menedék lehet egy tető a fejünk felett, egy ölelő kar biztonsága, egy megértő és megbocsátó mosoly, de lehet egy megnyugtató hang, egy simogatás, vagy csupán egy másik ember jelenléte. Bármilyen erősek, öntudatosak vagyunk, életünkben szinte elkerülhetetlenek azok az időszakok, amikor egyszerre gyengének, bizonytalannak, zavarodottnak, elesettnek és elveszettnek érezzük magunkat. Ilyenkor létszükséglet egy megfelelő védelmet, bátorítást, talpraálláshoz szükséges energiát biztosító menedék. Menedék átmeneti időre - hiszen a menedék mindig átmeneti időre szól -, aztán nekigyürkőzünk, és tovább indulunk.

Hegedűs Katalin könyve a menedékről szól, hiszen témája a hospice mint gondolkodásmód, tevékenység, mozgalom és szervezet, mely felkínál és megvalósít egy lehetséges megoldást az utolsó nagy szorongatás idejére, hogy képesek legyünk méltósággal és alázattal elfogadni a magunk és szeretteink halálát.

A hospice mozgalom megjelenése és nemzetközi méretekben való egyre szélesebb kibontakozása egyrészt annak bevallása, hogy a halál fogadásának tradíciói a családokban meggyengültek, sőt elvesztek, a kórházakban ki sem alakultak, jelenleg mindkét helyszín szinte alkalmatlan a haldokló körüli szolgálat méltó teljesítésére. Másrészt szívmengető megnyilvánulása a segítőkészségnek és áldozatvállalásnak, melyet már alig tételeztünk fel korunkról, s mely e könyv tanúbizonysága szerint képes a nyomasztóan hiányzó menedéket megteremteni. Mert ha életünk aktív idején is rászorulunk embertársaink szerető támogatására, ez a halál közelében végképpen nélkülözhetetlen. Nélkülözhetetlen, hiszen ekkor vagyunk a legelesettebbek, legkiszolgáltatottabbak, s ekkor állunk a legnagyobb és legnehezebb út előtt.

A könyv teljes körű összefoglalását adja mindazon ismereteknek, melyek segítségünkre lehetnek egy általunk kezelhetetlennek érzett végszükség idején. Megismertet a hospice mozgalom történetével, kiemelkedő személyiségeivel, a halált az élet természetes jelenségeként kezelő gondolkodásmódjával, és ami a legfontosabb, a haldoklás időszakának, mint az emberi élet értékes, sőt, értékteremtő sajátosságaival.

Hegedűs Katalin könyve vigasztal és bátorít. A hospice szervezetek működésének bemutatásával, a fejlődés irányainak felvázolásával felcsillantja mindannyiunk előtt annak a reményét, hogy nem maradunk támasz,

<sup>10</sup> dr. Kardos Ferenc pszichológus (Párkapcsolat, Konfliktuskezelő Magazin 2002/2. szám)

gondoskodás, szeretet nélkül az élet legnehezebb idején. Hogy van, és egyre inkább lesz fellelhető menedék a haldoklónak és a gyászoló, búcsúzó ittmaradóknak.

A könyv olvasmányának is élvezetes. Tiszta, világos megfogalmazásai, logikus, jól illeszkedő szerkesztése, a magyar nyelv igényes, de ugyanakkor közérthető használata mellett az egész könyvet átszövi a szerző lelkes és egyben alázatos elkötelezettsége a téma iránt. Ez a személyes aspektus sugározza be és hitelesíti a könyv minden fejezetét. Olvasás közben elkerülhetetlen az önmagunkkal való szembesülés, a „mit tennék én hasonló helyzetben?” kérdés megválaszolásának kísérlete. És ez jó! Mert a könyvnek bevallott célja az informáláson túl az elgondolkoztatás, a tabu megtörése, a halál kérdésének beemelése az élet természetes és fontos megválaszolnivalói közé.<sup>11</sup>

### Idézetek

Ma már nem az a béke, ha nem ismerjük a fegyvereket, hanem az, amikor tisztában vagyunk a jól ismert fegyverek veszélyeivel, s - éppen ezért - nem használjuk őket, és el tudjuk érni, hogy mások se használják a fegyvereiket.<sup>12</sup>

Légy gyermek. Indulj ki a nem tudom állapotából, és akkor a csönd, a tudatosság megjelenik magától. Akkor az élet áldás.

Ha az emberiség elpusztul, minden, amit egy ember valaha tett, minden, amiért az emberek valaha egymással harcoltak, s minden világi vagy emberfölötti hitrendszer is értelmetlenné válik.<sup>13</sup>

Mindannyian rügyek vagyunk egy hatalmas fán, mely az univerzumot jelképezi. Ez a fa a gyökerein keresztül minden embert összeköt. Mindannyian meg tudjuk tanulni azt a bölcsességet, hogy hogyan szeressük, gondozzuk és neveljük ezt az értékes életet, amit kaptunk. Ha minket jól gondoztak, akkor mi is képesek leszünk megfelelően gondozni másokat.<sup>14</sup>

A mindennapok hordalékából kell kimosni életünk maroknyi aranyát.<sup>15</sup>

Magas helyeken gyakran hülyék ülnek, az értelmesek pedig lent, és az emberiség többsége boldogtalan.<sup>16</sup>

### **infó** IV. évfolyam, 3. szám.

*Lezárva: 2002. június 28-án, Debrecen.*

*"Segítőkéz" Lelkiségegy Telefonszolgálat*

*4024. Debrecen, Varga u.1.*

*e-mail: debrecen27@sos505.hu*

*Az Infó megjelenését támogatta: Magyar Országgyűlés Társadalmi Szervezetek Bizottsága*

*Dr. Kálmánchey Albert, Kozma Ferencné, © Rénes László ®*

<sup>11</sup> Pellei Ilona ajánlata (Kharón Thanatológiai Szemle, V. évf. 1. szám, 2001.)

<sup>12</sup> Teller Ede

<sup>13</sup> Norbert Elias

<sup>14</sup> Virginia Satir

<sup>15</sup> Déry Tibor

<sup>16</sup> Henry James