

Tartalom:

Bevezetés
Rövid hírek, információk
Programok
Beszámoló konferenciáról
Mindentudás Egyeteme
Tanulmányok a Délkeleti Régió Hírleveléből
Olvasónapló
Könyvajánlat
Idézetek

Bevezetés (helyett)**EGY PSZICHIÁTER**

Karl Rogers-t tanulmányoztam a minap, akiben ötvöződött a lelkész és pszichiáter, amikor kitalálta és alkalmazta a páciensek személyközpontú megközelítését. Hogy mi is ez, az jól megérthető egy történettel:

Rendelőjében egyszer többen váraoztak. A soron következő páciens egy vízvezeték-szerelő volt. Bement, beszélgettek vagy fél órát, majd kijött nagy csodálkozó szemekkel. A többi váraozó kíváncsian kérdezte: No? Mit mondott? Mi történt? A vízvezeték-szerelő még mindig ámuldozó szemekkel csak ennyit mondott: *Azt nem tudom, mit csinált, de ez az ember rendkívüli módon ért a vízvezeték szereléshez, az biztos!*

Közeledik a karácsony. Ajándékokon gondolkodunk. Számlálgatjuk a pénzt, kinek mennyi jut. Ajándékozhatnánk olyan érzést is, amilyent Rogers a vízvezeték-szerelőnek. A megértés az együttérzés ajándékát. Varázsolhatnánk csodálkozó szemeket ebbe a lelkileg megkopott világba. Hiszen utunkon járva annyi lerongyolódott büszke, betegen is gyűlölködő lélekkel találkozunk. Szlogenjeink árnyékában vergődve fújnak egymásra, pedig valójában „csak” szeretni akarnak. Ajándékozzuk meg őket odafigyeléssel, együttérzéssel, hátha megjelenik a mosoly az utcákon és eltűnik a gyűlölet.

Sárosi Andrea

Rövid hírek, információk**• Civil Terasz Fórum**

2002. október 1-jén a Civil Terasz fórumot tartott az Apolló moziban, ahova meghívták a város vezetőit és természetesen a civil szervezetek képviselőit (száz helyi szervezet). A város nevében Dr. Kósa Lajos polgármester, Somogyi Béla alpolgármester, Halász D. János a szociális bizottság elnöke és Dr. Mazsu János a kulturális bizottság elnöke válaszoltak a kérdésekre. A fórum előtt hetekkel a civil szervezeteknek kérdőívet küldtek szét, amelyeken kérdéseket lehetett megfogalmazni. Ezeket a kérdéseket összegyűjtötték, s most Csonka Valter, a Civil Terasz elnöke ismertette a város

vezetőivel. A kérdésekre elmondták, hogy évente kb. 100 millió Ft jut szociális, kulturális, ifjúsági és sport-tevékenységekre a civil szervezeteknek, mindez pályázati formában. Többen is felvetették a civil újság gondolatát, ill. azt, hogy a Debrecen Hetilap és a Debrecen TV nagyobb gyakorisággal közölhetne információkat a város civil életéről (a hetilap pl. minden héten pl. két teljes oldalt áldozhatna erre). Mazsu János szerint közérdek a nyilvánosság, így természetesen a városnak támogatnia kell valamilyen formában az ilyen kezdeményezéseket, de a civilek helyett nem indíthat lapot, nem lehet a tulajdonosa sem egy ilyen vállalkozásnak, de támogatója szívesen lesz, anyagilag is. Ennél egyszerűbbnek látszik, ha a hetilapban és a tévében adnak teret a civileknek. A város ezt is támogatja. Civil-Ház gondolata is felmerült. Erre hasonlóan reagált a polgármester: ha ennek a háznak a város a fenntartója és üzemeltetője, akkor az már nem civil, hanem városi intézmény. Amennyiben ilyen jellegű szerveződés lenne Debrecenben, azt szívesen támogatják, talán úgy is, hogy jutányos bérleti díjat számolnak fel a nonprofit tevékenységet végző szervezeteknek. Civil Napok vagy Civil Hétvége szervezését szintén a civilekre bíznák, s szponzorként a város is adna támogatást egy ilyen programra.

A jövő év elejére újabb találkozót terveztek, ahol tovább lehet folytatni az együttgondolkodást a város vezetőivel.

- **Civil Disputa**

A Kelet-magyarországi Közösségszolgálat Alapítvány a civil szervezetek együttműködését segíteni próbáló új fórumot indított el Civil Disputa címmel. A programsorozat első műhelybeszélgetésére 2002. október 24-én került sor a Közösségi Adattárban (Simonyi út 14.). A számos témajavaslat közül elsőnek a kapcsolatépítés lehetőségeit választották. Az érintett (a témát felvető) szervezetek meghívót kaptak, amelyre a szolgálatunk képviselőjét is meghívták.

- **MEN**

A Debreceni Egyetem Mentálhigiénés Programja október 7-e és 11-e között tartotta az **I. Mentálhigiénés Egyetemi Napokat**. Öt napon keresztül hat helyszínen zajlott a rendezvény; a legrangosabb előadók a DAB-Székházban tartották az előadásukat. A színvonalas esemény előadói közül csak néhányat emelnénk ki: Prof. Molnár Péter, Kun János, Dr. Bugán Antal, Kály-Kullai Károly, Dr. Sárvári György, Kiss György Ádám, Berényi András, Geskó Sándor. Reméljük, hogy lesz folytatás...

- **A debreceni pszichiátria évtizedei (1982-2002)**

2002. november 5-én, a DAB Székházban a fenti címmel tartottak konferenciát a DEOEC és Kenézy Kórház szakemberei. Az előadók a két intézmény szakembereiből álltak, akik a szakterületeikről adtak számot. Degrell István professzor előadásából megtudhattuk, hogy milyen fejlődésen ment keresztül a DOTE pszichiátriája 1982 óta, illetve mi tette szükségessé a Kenézy Kórház pszichiátriájával az egyesülést. A 2000 óta tartó együttműködés struktúráját és eredményeit is megismerhettük az előadásból.

- 2002. december 4-5-e között európai uniós **Phare pályázatírói tréning** lesz a Közösségszolgálat Alapítvány szervezésében. A képzés fókuszában a 2001-ben életbe lépett új pályázati szabálygyűjtemény (Practical Guide) a pályázatok formai és tartalmi követelményeire vonatkozó változtatásai állnak, a korábinál jóval szigorúbb előírásokat tartalmazva. A résztvevők gyakorlati ismereteket kapnak a formailag hibátlan pályázat elkészítésének módjáról és zökkenőmentes végrehajtásáról. Az előadók több éves tapasztalattal, pályázatírói és koordinátori múlttal rendelkező szakemberek.

Jelentkezés: korlátozott számban Szutor Erikánál személyesen (Kelet-magyarországi Közösségszolgálat Alapítvány, Simonyi út 14.) vagy telefonon: 52/412-424.

- A **Modern Tánc-Játék Stúdió Alapítvány** szervezésében kerül megrendezésre a **IV. Modern Kortárs Táncest** Debrecenben, melynek időpontja: 2002. november 29-30., helyszíne: Vasutas Egyetértés Művelődési Központ (Debrecen, Faraktár u. 67.).

Program: november 29. a Modern Tánc-Játék Stúdió (Debrecen) valamint az OFF Táncszínházi Társulat (Budapest) előadásai. November 30. Artus Társulat (Budapest) előadása.

- **Foglalkozási Tanácsadó Iroda** nyílt a Szent Anna utcán, a Megyei Munkaügyi Központ fenntartásában. A pályaválasztás, ill. a pályamódosítás segítségét tűzték ki célul, amit átfogó

információátadással próbálnak megvalósítani. Az iroda szakkönyvtárral, videótárral és információs anyagokkal várja az érdeklődőket.

- **Intim Zóna: www.intimzona.hu** címen elérhető internetes honlap indult a tizenéveseknek a szexualitással kapcsolatos ismeretek bővítése céljából. Az internetes honlapon a fiatalok sokféle módon ismerkedhetnek meg a szexualitás kultúrájával: Intim Lecke címen felvilágosító anyagokat olvashatnak, de van kérdezz-felelek oldal, fórum és internetes játék is, amelyhez SMS-ekkel is lehet kapcsolódni. Az Intim Zóna nevű országos program nemcsak interneten keresztül kerül kapcsolatba a fiatalokkal, hanem a Richter Gedeon Rt. támogatásával iskolai oktatósorozatot is indítottak. Debrecenben a Kenézy Kórház szülészeti-nőgyógyászati osztály orvosai, szakemberei keresik fel a középiskolákat, hogy személyesen is tudjanak tanácsot adni.
- Újból indulnak **Gordon-tréningek** Debrecenben. A tanfolyamokat dr. Balogh Klára és Tölgyesi Kata vezetik. Több csoport is indult: szülőknek, nőknek, pedagógusoknak és fiataloknak. A tréningek az aktív tanulást, a szituációs gyakorlatokat és a játékokat helyezi az előtérbe. A foglalkozásokat 4, 5 és 8 órás blokkokban tartják, van 30 és 50 órás tréning is. A tanfolyamokra folyamatosan lehet jelentkezni az 52/457-375, 52/430-512, ill. a 30/975-5683-as telefonszámokon (cím: Debrecen, Weszprémy u. 12.)
- **„FELICITAS” Sérült Gyermekekért Alapítvány**
 4029 Debrecen, Csapó u. 88. III/7. Tel.: 06-30-345-7001
 weblap: <http://www.felicitasalapitvany.hu>
 Az 1999-ben alakult közhasznú alapítvány célja a Kelet-Magyarországon élő állandó ápolásra szoruló halmozottan hátrányos helyzetű, fogyatékos, mozgásában korlátozott, végtaghiányos és izomsorvadásban lévő, családjukban ápolt gyermekeket kívánja segíteni, életvitelüket megkönnyítő szolgáltatásokkal. Műtétekre, terápiás kezelésekre, eszközigényükre és megváltozott életvitelük javításában kívánnak részt vállalni.
- **Hajdú-Bihar Megyei Népművészeti Egyesület**
 A szervezet 20 éve alakult meg, alapításakor (1982-ben) 120 főt, ma 158 főt számlál, összefogja a megyében és Debrecenben dolgozó, hagyományos kézművességgel foglalkozó, amatőr és hivatásos alkotókat: népi díszítőművészeti hímző, szövő, fazekas, fafaragó, szarucsont faragó, kosárfonó, bőrműves, rézműves, díszmű kovács, szűrrátétes, viseletvarró, mézeskalácsos népművészeket, népi iparművészeket, akik a debreceni Tímárházban dolgoznak. Műhelyeikben hazai és külföldi csoportokat és egyéni érdeklődőket fogadnak, tanítanak a kézműves szakiskolákban, a megye és Debrecen művészeti iskoláiba, jelen vannak országos kiállításokon, pályázatokon, népművészeti vásárokon. Tárgyaikkal olyan a népi hagyományokon alapuló művészetet képviselnek, amely mindennapjainkban és ünnepeinken is használhatóak.

Programok

2002. november 11.	hétfő	18 - 21	FILMVETÍTÉS
---------------------------	--------------	----------------	--------------------

2002. november 22.	péntek	15³⁰ - 18³⁰	szupervízió
		14 - 15³⁰	egyéni szupervízió
2002. november 30.	szombat	14 - 18³⁰	továbbképzés
		12 - 13³⁰	egyéni szupervízió

2002. december 9.	hétfő	18 - 21	esetkonzultáció és megbeszélés
2002. december 20.	péntek	15³⁰ - 18³⁰	szupervízió
		19 - 21³⁰	egy kis ünnepi együttlét...
		14 - 15³⁰	egyéni szupervízió

Beszámoló konferenciáról

Élményekkel gazdagodva

Beszámoló a magyar lelki elsősegély telefonszolgálatok XV. Országos Találkozójáról

Ez év - azaz 2002. - szeptember 20-22. között immár tizenötödik alkalommal találkozhattak az ország lelki elsősegély telefonszolgálatai - ezúttal Dobogókőn. Habár az időjárás nem a legderűsebb oldalával szerencsételtetett minket, azért még így is volt alkalmunk gyönyörködni a szálláshelyre vezető úton a hegyvidéki környék szépségeiben. Jómagam - mivel csak nemrégiben csatlakoztam a debreceni stábhöz - ugyan még csak most először vettem részt ilyen találkozón, de biztos mondhatom: Dobogókő (amely egyébiránt a Föld szívesakrája) kiváló választásnak bizonyult.

A találkozó pénteki nappal kezdődött: először is felutaztunk Budapestre, és onnan busszal érkeztünk meg szálláshelyünkre, a Manréza hotelbe. A debreceni csapat a

maximálisan lehetséges tíz fővel érkezett meg a bázisra, és foglalta el szobáit, ahol kedveskedésképpen apró ajándékok várták a vendégeket. Mit mondjak: igazán jólesett - szerintem mindenki számára - ez a kis figyelmesség. Miután rendbeszedtük magunkat, nekiindultunk megkeresni a nyitóprogram helyszínéül szolgáló előadótermet. Itt szembetaláltuk magunkat egy picinyke problémával: nem kaptunk pontos eligazítást a nagyteremhez vezető útról. Egyfajta kisebb krízisen mentünk keresztül (utunkat szemerkélő eső tette érdekesebbé), míg végül - kisebb-nagyobb szabadcsapatokat alkotva - mindenki megérkezett az épülethez. Ha megkésve s kissé elázva is, de kezdetét vehette a megnyitó.

A péntek esti kulturális program mintegy órára sikeredett: ezalatt a legtöbben szerencsésen megszáradtak és felengedtek - lelkiükben is... A műsorban élvezettel néztük és hallgattuk végig Zanotta Vera színművész, a Még 1 mozdulat színház, Lakatos József versmondó és a Tóthváry Gitár Quartet előadását. Úgy hiszem ezek a kultúrmozorások kellőképp megadták az alaphangulatot az elkövetkezendő másfél napra. A program végeztével visszaballagtunk a főépületbe, hogy az állófogadáson csillapítsuk időközben feltámadt éhünket és szomjunkt. A visszavezető utat az előadás közben kihelyezett fáklyák fénye világította be; akárha eltévedt vándorok lettünk volna egy másik világ eldugott szegletében... Ezt a kis vadromantikus kitérőt követően különösen jólesett a falatozás.

Habár hivatalosan nem volt több elfoglaltság tervezve aznap estére, ha emlékeim nem csalnak, jómagam valamikor hajnali egy és két óra közötti tájban jutottam vissza a szobámba és hajtottam álomra a fejemet. Az este kilenc óra utáni időszakot ugyanis egyesek (többek között e sorok írója) nem átalították anekdotázásokkal egybekötött ismerkedéssel tölteni. Régi ismerősök botlottak újra egymásba; ismeretlenek örültek a jó társaságnak; kis csoportok húzódtak meg a terem minden szegletében. Részemről elmondhatom, hogy életemben nem sokszor nevettem még ilyen jól. Ez persze betudható a szerző poétikusan ifjú életkorának melléköngéjeként is...

Délelőtt a nagy többség pontosan megjelent a reggelinél, az előírt időpontban. A sokak által átbeszélgetett éjszaka után csak meglepően kevesen tűntek fáradtnak. Hiába: a hangulat mindent feledtetett. Miután befejeztük a reggelit, ismét átsétáltunk az előadóteremhez, ahol válogatott előadók vártak ránk. Mádl Dalma, a találkozó fővédnöke egyéb fontos elfoglaltságai miatt sajnos nem tudott jelen lenni; egy kedves, meleg hangú levélben köszöntött mindnyájunkat, és kívánt további sok sikert és kitartást munkánkhoz. A levél ismertetése után Buza Domonkos, a Szövetség elnöke mondta el rövid, de annál lelkesítőbb köszöntőjét. Ezután kerültek sorra az izgatottan várt vendégek.

Elsőként Prof. Dr. Bagdy Emőke tartotta meg szenzációs hangulatú előadását a megértés lélektani optikájáról. Professzorasszony olyan lendülettel, energiával, és átéléssel beszélt, hogy azt akármelyik huszonéves kollegája megirigyelhette volna. Ha ehhez még hozzávesszük azt a kiemelkedően magas szaktudást és tapasztalatot, amelynek ő birtokosa, akkor valamelyest elképzelhető, hogy milyen élményben részesültek az ott megjelentek. Én csupán arra vállalkozhatom, hogy az alábbiakban néhány mondatban összefoglalom közel negyvenöt perces beszámolóját.

Professzorasszony három lépésre bontotta a megértést: érzelem, értelem és érték szempontjából vezetett minket végig a hozzá vezető úton. Mint kifejtette: a megértés tulajdonképpen a hallással kezdődik. A fül olyan érzékszervünk, melyet nem lehet bezárni, nincs záróizma, állandóan nyitva van. Mindig készen áll a hangok és a csend befogadására. És a hallás egy olyan érzékelés, amely bizonyítottan már a negyedik-ötödik magzati hónapban kialakul. Érdekes fejtegetést hallottunk arról, nagyon szép saját élménnyel alátámasztva, hogy két ember közötti kapcsolatfelvételt, megértést milyen nagyban segíti, ha felveszik egymás légzésritmusát. Egymás légzését szinkronba hozva, érzelmi, értelmi téren is egymásra talál két ember. Ismét bebizonyosodott: ha jelen van rajtunk kívül egy másik ember, az alapvetően befolyásolja, megváltoztatja egész lényünket. A megértés kulcsa pedig tulajdonképpen az, hogy hagyod-e magad megérinteni. Mert a találkozás ettől függ: így kezdődik egy kapcsolat. És nagyon fontos az, hogy semmiképpen ne hagyjuk, hogy a racionális bal agyfélteke eluralkodjon rajtunk, és jobb agyféltekénken. Merjünk az érzelmeinkre hallgatni, és bízzunk saját tapasztalatainkban!

Elkalandoztunk kissé a "megértés" szó származásához, jelentéséhez is, és megtudhattuk milyen ereje van az egyes hangoknak. Az "ér" szócska benne foglaltatik - sőt, kezdése - az érzelem, értelem és érték szavaknak. A magyarban gyakori "e" és "é" hangok csupa erőt, energiát hordoznak magukban. A bútorraktár szó pedig kiválóan alkalmas - megfelelő hangerővel kiejtve - az agresszió levezetésére. És zárásként

szembesülhettünk azzal, hogy az élet küzdelem; nagy küzdelem. De a szenvedés jelentést hordoz magában: azt jelzi, hogy életképes vagy, akcióra, reakcióra képes vagy.

Kis szünet után Dr. Sárvári György folytatta az előadást, a megértés hermeneutikai köréről. Az előzőhöz képest ez talán kicsit töményebb volt, és talán szárazabbnak tűnhetett, de ugyanolyan hasznos és érdekes, egységes egésznek alkotó anyagot hallhattunk Sárvári doktortól is.

Mint Dr. Sárvári elmondta, a telefonos segítő munkának is egyik alapvető, ugyanakkor talán legnehezebb feltétele az együttérzés és az objektivitás egyidejű megélése. Ám, ahogy Gadamer idézte: "Aki megért, az már eleve be van vonva egy történésbe, melynek révén valami értelmes történik." Szó volt az igazság kereséséről, a partneri viszonyokról, és a partnerek (segítő és kliens) közti felelősségi viszony eltéréséről. A segítő elsődleges felelőssége a szakmai interakció, a tanulási helyzet megteremtése. A kliens elsődleges felelőssége az együttműködés, a tanulási, gyógyulási motiváltság. Szót ejtett még a történés mögött lévő folyamatokról, azok kezeléséről, és jelentéstartalmáról. Végezetül felvázolta a jelenlévőknek a segítő kapcsolatot, egyfajta rövidített modellizálásban, amely akár a laikusok számára is érthető és áttekinthető. Mindnyájunk számára világossá válhatott, hogy egy tevékenységben, cselekvésben, egyáltalán: az életben, nem maga a cél a lényeges, hanem az, hogyan jutunk el odáig. És a cél az út, az utazás maga.

Zárásként Prof. Dr. Nemeshegyi Péter jezsuita szerzetes előadását követtük figyelemmel, aki Egy találkozás élményei címmel tartott beszámolót arról a harminchétfesztendőről, amit Japánban töltött. Az ott kialakult emberi kapcsolatok kultúráján keresztül próbálta megvilágítani számunkra a megértést. Nem volt könnyű feladat, de úgy hiszem sikerült.

Megismertük a Japán kultúra három gyökerét: a falusi termelő- és élet-közösséget; a Kínából származó konfucianus etikát; az Indiából beáramlott mahájána buddhizmust. Mindezek alapján a japán társadalmi élet legfőbb értéke a harmónia. Megismerkedtünk a harmónia megteremtésének legfontosabb eszközeivel, a japán társadalom alapjaival,

életfilozófiájuk szépségeivel. Nemeshegyi professzor nagyon jól érezte magát Japánban, mert, mint elmondta, és több humoros történettel alá is támasztotta: "Örömmel tiszteltem a különbözőséget... Úgyhogy, engem a japánok nem tekintettek "külföldinek." Nagyon fontos momentum volt ez mindenki számára: a különbözőség tisztelete, elfogadása, magyarán ez a manapság unalomig elcsépelte kifejezés: a tolerancia.

Az előadásoktól feltöltődve, az ott elhangzottakról beszélgetve indultunk el ebédelni. Az ezt követő kis időt ki-ki igényei szerint tölthette el, majd mindenki elvegyült abban a workshopban illetve kiscsoportban, amelyre jelentkezett vagy helyet kapott. Ezeknek a csoportos tréningeknek egyedül a témájuk volt közös, nevezetesen a megértés megértése - avagy megértetése. Szerény személyem a szociálterápiás szerepjáték elnevezésű csoportba került. A részletekre nem térnék ki - már csak azért sem, mert az ott elhangzottak egy része csak az abban résztvevőkre tartozik -, de a játék lényege az volt, hogy bizonyos felidézett képek alapján boncolgattuk egymás közt megbeszélve a megértés dinamikáját. Amennyire másoktól hallottam, a csoportjuk indulása és kibontakozása kicsit akadozott. Ez sajnos nálunk is így volt; alighanem annak köszönhetően, hogy a legtöbben nem ismerték még egymást. Ám a foglalkozások másnapi befejezése mindenkit kárpótolhatott a kezdeti döccenőkért.

Mivel egyesek számára a tréningek hamarabb befejeződtek a tervezettnél, így volt lehetőség egy kis kirándulásra a környéken. E sorok írójának feledhetetlen élményt nyújtott az a látvány, ami a két kilátóból elé tárult. Szerencsére az idő addigra egészen megemberelte magát és az ég gyönyörűen kitisztult. Mindkét magaslatról csodálatos kilátásban és élvezetben volt részük az odalátogatóknak. Visszatérve a főépületbe jóízűen elfogyasztottuk vacsoránkat, és nekiduráltuk magunkat az esti vígasságra. A kilenc órakor kezdődő össznépi vigadalomba némi öröm is vegyült: a Csángó tánc ház vezetésére meghívott Dobos Réka sajnálatos balesete miatt nem tudott eljönni közénk. Így a Sunny Dance Bandre még komolyabb feladat várt, ám az élőben játszó zenekar fergeteges hangulatot varázsolt a táncparketre. Mindenki

kitűnően szórakozhatott, mi, debreceniek pedig alaposan kivettük a részünket a jó hangulat fokozásában és fenntartásában. A táncot olykor megszakítottuk némi üldögéléssel, beszélgetéssel, eszem-iszommal (egyeseknél még szeszesitalokat is láttam - no és persze ingyen volt a must!). Az élő fellépés után még ment a zene - a CD-lejátszó nem állt meg reggelig. Mindenki saját egyéni igényeihez igazíthatta a buli időtartamát: akadt, aki még éjfél előtt nyugovóra tért, volt, aki hajnali háromkor baktatott vissza szobájába, és aki bírta, ropta pirkadatig.

Érdekes módon a reggelinél nemigen találkoztam másnapos arcokkal; hiába: aki nem bírja, ne is igyon. Némi lazítás után befejeztük az előző nap megkezdett csoportos foglalkozásokat. Mint fentebb már említettem, ezek sokkal jobban sikerültek az első nekibuzdulásoknál. Ebéd előtt még hátra volt a fájó búcsúzás társainktól, barátainktól. Persze az elválás mindig fájdalmas és nehéz...

Beszámoltunk mindarról, ami két nap alatt történt, megosztottuk egymással a kiscsoportok munkáit és eredményeit, és egy gyönyörű dalra egymás kezét fogva lágy táncra perdültünk és énekeltünk. Ez a közös egymásba karolás, a bizalom és a hit: a társakba vetett hit volt a záróakkordja annak a két és fél napnak, amit immár tizenötödször

tölthettek együtt az ország minden részéből elszármazott telefonos lelki segítők. A közös élmények kitartanak majd a következő találkozóiig, amikor valahol majd újra összejövünk.

Ebéd után csomagjainkat magunkhoz véve kísértünk a buszhoz, hogy eljussunk ahhoz a vonathoz, amely hazavisz minket. Vissza a hétköznapi világába, a mindennapok fájdalmához és folyamatos megpróbáltatásaihoz. Mindenki folytatja tovább saját élete küzdelmeit, és minden stáb folytatja tovább a munkáját. De most, hogy - igaz: elsőként - én is részese lehettem egy országos találkozónak, a mindennapokban is több olyan emberre tudok majd gondolni, akik amellet, hogy élnek a saját életüket, minden bánatukkal és örömmükkel, nem feledkeznek meg másokról sem. És a telefon mellett ülve is eszembe jut majd, hogy rajtam kívül még számosan vannak, szerte az országban, akik akkor ott ülnek a kagylónál, és várják a hívót, hogy segíthessenek - idejüket és energiájukat áldozva a feladatra.

Számomra örök emlék és élmény marad ez a tizenötödik országos találkozó. Ha tehetem, jövőre is ott leszek Veletek. Szeretnék újra részese lenni ennek a csodálatos törtéetésnek.

Nem mondhatok mást:

Jövőre, VELETEK, másutt... de ugyanígy!

Gali Viktor

Mindentudás Egyeteme

Mindentudás Egyeteme – 2. előadás – 2002. szeptember 23.¹

Pléh Csaba

Nyelvében gondolkodik-e az ember? (részletek)

Az emberi gondolkodás az ember természetének meghatározó eleme, sajátosságait számos tudományág tanulmányozza. A gondolkodás tartalmaiban, meghatározóiban és működésében érinti a biológiát, a társadalomtudományokat, az eszmék történetét, a logikát, a nyelvtudományt és a filozófiát egyaránt. Magam ebből a gazdag képből a pszichológia megközelítését képviselem.

I. A leképezés fogalma és a gondolkodás nyersanyaga

Az emberi viselkedés sajátos módon függ a környezeti ingerektől. Az 1. táblázat mutatja, hogy az egyszerű Inger-Válasz meghatározottságtól fokozatosan elválik a viselkedés: megjelennek az olyan meghatározók, amelyek térben és időben is távolabbi tényezők figyelembe vételét teszik lehetővé, s a meghatározottságban a saját törvényszerűségekkel jellemzett modellek egyre nagyobb szerepet játszanak. Ezek a modellek adják az autonómia alapját, s ezek egyedített részei a reprezentációk.

Szerveződési elv	jelleg	folyamat	hajlékonyság	determinált-ság	szerveződés
inger-válasz	egyedi hatás	nyílt válasz	rögzített	determinált	biológiai
emlékek	epizodikus múlt	hatás nyoma	hajlékony	valószínűség	képzet
reprezentáció	a múlt rendje	belső modell	hajlékony	leválk	propozíció, séma, kép
rendszer	átfogó kontextus	elmélet rávitel	beállítandó	is-is	elmélet pl. nyelv

1. táblázat Az eltérő bonyolultságú viselkedés-meghatározottsági rendszerek, illetve a különböző reprezentációs fogalmak.

A kognitív kutatás a gondolkodás nyersanyagát illetően abból indul ki, hogy az emberi gondolkodás sajátos szimbólumokban történik, s nem magukkal a dolgokkal végezzük a gondolkodást. Swift már jól látta ezt, amikor kigúnyolja azokat a laputói nyelvtudósokat, akik már csak azért is kiiktatták a szavakat, hogy takarékoskodjanak a légzéssel.

"Tekintettel arra, hogy a szavak tulajdonképpen mind tárgyakat jelképeznek, sokkal kényelmesebb volna minden ember számára, ha mindjárt magukat a tárgyakat cipelnék a hátukon, kiválogatva azokat, melyek éppen szükségesek, hogy egy bizonyos témával kapcsolatban megmutathassák, miről is akarnak értekezni."

¹ Az ismeretterjesztő előadások a Magyar Tudományos Akadémia segítségével, a Matáv és az Axelero támogatásával, a Duna TV, az MTV, a Magyar Rádió, a Népszabadság és a Magyar Hírlap közlésében juthat el minél szélesebb rétegekhez. Interneten pedig a www.mindentudas.hu honlapon olvasható.

Swift: Gulliver utazásai - részlet - Szentkuthy Miklós fordítása

Viselkedésünket belső leképezések irányítják, melyek különböző megjelenítési módokban, saját belső törvényeket követve létesítenek kapcsolatot a gondolatok világa és a külvilág között: a viselkedés nem a külső inger, hanem az arról kialakított leképezés függvénye. Ezek a szimbólumok - mint a gondolkodás nyersanyagai - valami helyett állnak, ugyanakkor valaki számára jelenítenek meg valamit, ahogy már a klasszikus retorika is látta, és a szimbólumok belső meghatározottságát fejezi ki Kosztolányi is:

"Csak bot és vászon,
de nem bot és vászon, hanem zászló."

Kosztolányi Dezső: Zászló - részlet

A reprezentációk teljesebb fajtái, amilyenek például a nyelvi jelek, háromféle viszonyban élnek: kifejeznek belső eseményeket, utalnak a külvilágra és irányítják a társak viselkedését.

Képek és szavak

A belső modellek világának két kitüntetett típusa a képek és a szavak rendszere. Ezek eltérően vonatkoznak a világra, és belső szerveződésük is különböző. A képek az elsődlegesek - mint Nyíri (2001) megfogalmazza: "az emberek elsősorban képekben gondolkodnak, s csak azután szavakban" -, és alapvetően hasonlósági alapon kapcsolódnak a tárgyak világához. A külső képek jól mutatják persze, hogy ez a hasonlóság nem lenyomatszerű, számos szintje van a képek elvontságának is, ami - mint Nyíri (2000) elemzi - alapvető filozófiai kérdéseket vet fel hagyomány és képi hasonlóság viszonyáról. Ugyanakkor a képek közötti viszony, a képek alkotta rend is sajátos, téri és analóg jellegű. A jelek, vagyis a belső, mentális képek és az általuk jelölt dolgok között ugyanolyan a viszony, a rendszerbeli kapcsolatok képezik le egymást: ami hasonlít a világban, az hasonlít a fejünkben is.

Szavak és rendszerek

A szavak viszont gyökeresen eltérnek a mentális képektől. Önkényesen kapcsolódnak a tárgyakhoz, a hasonlóság a jelölt dologhoz, mint a kakukk vagy zizeg szavakban, kivételes és esetleges. A hasonlóság hiányát mutatja a nyelvek eltérése is: ami az angolban newspaper, a franciában journal, a németben Zeitung, a magyarban újság. Emellett a nyelvi jelek belső rendszere, a nyelvre jellemző saját modell sem hasonlósági alapú. Köznapi felfogás szerint a nyelvben külön kezeljük a szabályokat és a kivételeket. Kiderült, hogy a tudomány mai állása szerint ez érvényes az idegrendszerre is (Pinker, 1999). A szavak egyfelől jelentésviszonyaiban alkotnak rendszert: nem csupán hangalakjuk szerint (az asztal BÚTOR is), lehorgonyozódnak az észlelés világában. A rendszerben pedig egymásra épülő kategóriák viszonya jön létre. (Pl. a veréb madár, a madár állat, az állat élőlény.) A szavak másfelől sajátos alkalmi kapcsolatokba lépnek egymással a mondatokban. Ezek a kapcsolódások adják meg, hogy A fiú betörte az ablakot és A kő betörte az ablakot mondatban a fiú és a kő is alany, de valahogy más jogon azok, hiszen nemigen mondhatjuk, hogy A fiú és a kő betörte az ablakot. A mondat szerkezet kijelentéseket jelenít meg, mintegy logikai viszonyokba rendezi a világ végtelen összefüggéseit.

A szókincs és a nyelvtan tehát eltérő módon képezi le a világot, s eltér működés módjuk és szerveződésük is. A szókincs elemek köré szerveződik, s számos esetleges valóságbeli viszonyt jelenít meg, míg a nyelvtan halmazokra irányul, s működése ebben az értelemben alapul szabályokon. A szavak, miközben a képzeteknél elvontabb, bizonyos vonásokat kiemelő rendszert alkotnak, sajátos kapcsolatban maradnak észlelési vonatkozásukkal. Mindez jellegzetesen tetten érhető szavak és idegrendszer kapcsolatában.

A szójelentés idegrendszeri reprezentációja megosztott jellegű. Nem egyetlen idegrendszeri hely izgalma felel meg egy szó jelentésének, ugyanakkor a szavak jelentésbeli hasonlósága és idegrendszeri kapcsolatai között átfedések vannak.

A nyelvtan és a szókincs is eltérést mutat: a nyelvtani szavak (pl. volt, és, hogy) inkább balféltekei lokalizációjúak, míg a tartalmas szavak mindkét féltekére kiterjedő lokalizációt mutatnak.

Összességében, a különböző nyelvi feladatok közben mutatott agyi aktivitás az agykéreg jó részét lefedi, a feladattól függően eltérő részeket helyezve előtérbe. Vagyis a nyelvi feladatokat, az érintett szerkezeti mozzanatok és pszichológiai műveletek bonyolultságának megfelelően sok agyi részt érintő komplex idegrendszeri hálózatok valósítják meg. Ez a komplexitás a teljes embert érinti. A nyelv az érzelmek világával együttműködve jelenik meg az idegrendszerben is.

II. A gondolkodás szerkezete. Az asszociációtól a logikáig

Az emberi gondolkodás belső szerkezetére nézve a klasszikus kor óta kétféle felfogás kínálja magát. Az egyiket a gondolkodás asszociatív, a másikat strukturális-logikai felfogásának nevezzük. E két modellt veti össze néhány jellemzőjük szempontjából a 2. táblázat.

Jellemző	asszociatív modell	strukturális modell
jelentés	levezetett, atomi	kiinduló, vezérelv
szerveződés	kapcsolat, okozás	logika, következtetés
kontextus	struktúra-független	struktúrafüggő
szabályszerűség	csak szokás van	szabály alapvető
matematikája	valószínűségi	algebrai

2. táblázat Az asszociatív és strukturális gondolati szerveződés szembeállítása.

Ezt a kettősséget az újkori gondolkodás kezdeteitől fogva megtaláljuk mint az empirista és a racionalista gondolkodás kettősségét. Az asszociatív gondolat tanulás központú elv, és olyan emberképet feltételez, amelynek igen kevés kiinduló megköttése van az elme belső szerveződésére nézve. Ezzel szemben a strukturális elv a racionalisták jellemzője, és azzal a meggyőződéssel jár, hogy a gazdag mentális szerveződés valahogyan az elme sajátja, Istentől vagy a genetikától kapjuk.

A mai kognitív kutatásban is alapvető mozgató tényező ez a két felfogás. Számos változatuk kizárólagos. A kapcsolatelvű konnekcionista felfogás mindent az elemi kapcsolatalakításra vezet vissza, minimális strukturális előfeltevéssel és igen erőteljes tanulási algoritmusokkal. (l. erről Clark, 1996 és Pléh, szerk. 1997) Ez a felfogás úgy véli, hogy az asszociációba lépő elemek között nincsen lényegi vagy értelmes kapcsolat, s a mentális építkezés alulról felfelé halad.

A szigorú struktúraelvűek viszont a veleszületett szerveződést, a tiszta önkibontakozást hirdetve a gondolkodás logikáját többnyire a nyelvi szerveződéssel azonosítják. Leibniz nyomán feltételezik, hogy van egy belső nyelv, a Gondolat Nyelve, amely az élményeket nyelvi formába szervezi. Ezek a felfogások a Gondolat Nyelvét velünk születettnek vélik, s nemcsak a tanulást, de magát az asszociatív szerveződést is jelentéktelennek tartják (Fodor, 1975), bírálják annak esetlegességét és pusztá valószínűségi kapcsolatait.

A radikális megoldások mellett sok olyan felfogás is van, amelyek összeegyeztetik a két nézetet: a mentális struktúrát a szokásrendszerből vezetik le, és úgy gondolják, hogy ami a leírás magasabb szintjén még mondatszerkezet vagy logika, alacsonyabb szinten pusztá izgalmi mintázat egy neurális hálózatban. Nem akarok most dönteni az izgalmas alternatívák között. Inkább olyan példákat szeretnék bemutatni saját kutatásainkból, ahol kiderül, hogy a kétféle meghatározottság, az

asszociációk és a struktúra világa egyszerre, és egymást áthatva létezik. Egyik példám a mentális szótárból, másik a nyelvtani szabályokból indul ki.

Asszociatív hatások a strukturális döntésekre

A megértés folyamata nem passzív leképezés. Mindig elébe megyünk a bemenetnek. Ha torzított bemenetet hallunk, vagyis azt, hogy majmKHHH, mint Dankovics Natália kísérleteiből tudjuk, ilyenkor is a megfelelő szóalakot (majmot) halljuk meg (Dankovics és Pléh, 1991).

Ez a hatás elvárásokon alapul. Az elvárásokban kitüntetett szerepe van a mentális szótárnak, melynek következtében a megértés során állandóan elővételezési asszociatív hatások érvényesülnek. A szavak mintegy elővételezik más szavak felismerését, a medvéről eszünkbe jut a méz, a kutyáról az ugatás és így tovább - ezek a feltüremelő asszociátumok segítik a megértést, előfeszítik annak folyamatát.

Az asszociatív hatások fontos jellemzője, hogy gyorsak és ostobák: nem veszik figyelembe a teljes összefüggést. Thuma Orsolyával végzett kutatásainkban (Thuma és Pléh, 2001) Gergely György munkáiból kiindulva azt vizsgáltuk, hogy mi történik, ha kétértelmű szavakat tartalmazó mondatok hallgatása után olyan szavakat kell kiolvasni, amelyek a mondatban szereplő szónak a releváns, illetve az irreleváns jelentéséhez kapcsolódnak. A köznap intuitiónk azt sugallná, hogy - a semleges kontrollokhoz képest - megjelenne ugyan a szavak felismerésének serkentése, de csak akkor, ha releváns szóról van szó. A 3. táblázatban mutatott modellben az első dob és a hegedű között lenne efféle serkentés, azaz facilitáció, de nem lenne a 2. dob és a hegedű között.

Szófaj	példamondat	releváns szó	irreleváns szó
főnév	A zenekarból hiányzik a dob.	HEGEDŰ	HAJÍT
ige	Feri mindig ballal dob.	HAJÍT	HEGEDŰ
kontroll	Mari a labdához fél kézzel nyúl.	HAJÍT	HEGEDŰ

3. táblázat Kétértelmű szavak egyértelműsítő mondatkeretben.

Általánosságban elmondható - s itt a magyar eredmények számos nyelven megkapott eredményekbe illeszkednek -, hogy a kontroll mondatokhoz képest mind a releváns, mind az irreleváns szavakra kimutatható facilitáció. Ennek jellegzetes idői ablaka van: mintegy 200-300 millisecundumig a szó mindkét jelentése hozzáférhető, valahogy úgy, mintha egy dossziéra rá lenne írva a szó, de a releváns jelentés kiválasztásához ki is kellene nyitni a dossziét, amihez idő kell. Addig pedig az ostoba és önműködő asszociatív folyamatok uralkodnának.

III. Nyelv és gondolkodás

A filozófia és a pszichológia visszatérő kérdése, hogy milyen viszony van a jelrendszer, annak használata és a gondolkodás között. A huszadik század során is váltogatták egymást azok az elméletek, amelyek szerint

- a nyelv mint kész rendszer vezeti a gondolkodást
- a nyelv használata, a beszéd irányítja a gondolkodást
- a gondolkodás irányítja és szabja meg a nyelv működését
- a kettő között kompromisszumok vannak: a világ leképzésének sajátos önfejlődései vannak, a nyelv azonban mint a figyelem irányítója befolyásolja, mi is válik fontossá számunkra egy adott kultúra beszélőiként

A téri nyelv példája

Magam a kompromisszumos elmélet híve vagyok. Ezek a különböző felfogások a nyelv, a megismerés és a társas élet legkülönbözőbb területein érvényesülnek: vizsgálhatjuk azt, mikor jelenik meg az anyanyelv hatása a hangok észlelésére, hogyan irányítja a szókinccs a színek megjegyezhetőségét, vagy megjelennek-e a társas viszonyok kulturális eltérései a nyelvhasználatban. A teljes panoráma helyett egy területen illusztrálok, hogyan is képeződik le egymásra nyelv és megismerés. Ez a terület a téri gondolkodás és a téri kifejezések viszonya.

Vannak átfogó elméletek - ilyen például Piaget felfogása -, amelyek abból indulnak ki, hogy a téri nyelv sem kibontakozásában a gyermeknél, sem a nyelveket összehasonlítva nem önkényes, s ezért azt hangsúlyozzák, hogy a gondolkodás és az észlelés játszik itt meghatározó szerepet. Ennek az elképzelésnek a mai, kibontott változata jelenik meg Jackendoff és Landau (1993) elméletében.

A nyelvben aszimmetria van a forma és a téri viszonyok kódolásában: a formaérzékeny, állandóan bővülő nyitott rendszerrel, mely megkülönbözteti a poharat, csészét és bögrét egy formára kevésbé figyelő, zártabb rendszer áll szemben, melyben csak alapvető dimenziókat (TARTÁLY, TÁMASZ, SZOMSZÉDSÁG) különböztetünk meg.

Ez a kettősség hasonló lehet a látáskutatásban felmerült két rendszerrel, a finomabb formai felbontású MI, és az elnagyoltabb formai felbontású, inkább hely- és mozgás-érzékeny HOL rendszer kettősségével. Ezt ma a dorzális, cselekvés központú és a ventrális, észlelés központú rendszer kettősségeként képzeljük el.

A HOL rendszernek szűk a nyelvi tartománya. A tárgyak alakját figyelembe vevő sok ezer főnévvel a helyjelölők (határozó, névutó, prepozíció, rag) 100 alatti száma áll szemben, s a téri kifejezések szegényes tartalmúak, csak a dimenziókat kódolják, illetve a mozgást (ÖSVÉNY), ezek metrikus finomságait nem (mennyire van például benne, mennyire ment mögé).

A téri nyelv rendszere sajátosan tagolja a teret, s ebben számos egyetemes elem van. Függvényszerűen működik, ahol a függvény a sajátos viszony (RAJTA, ALATTA, BENNE), az argumentumok pedig a CÉLTÁRGY és a VONATKOZTATÁSI TÁRGY.

Például:

- (1) FELETT (C: hegedűs, V: háztető)
- (2) BA (C: torpedó, V: hajó)
- (3) BEN (C: kutya, V: kert)

Téri nyelv gyermekeknél

A nyelv és a téri megismerés kapcsolatának vizsgálatában kulcsfontosságú a korai gyermeknyelv vizsgálata. Milyen téri kifejezések jelennek meg legegyszerűbben, és vajon a nyelvek közötti esetleges eltéréseknek a kifejezésrendszerben van-e hatásuk arra, hogy mi az elsődleges a gyermekek számára, s hogy hogyan kezelik egy-egy nyelv beszélői a teret? Vajon a biológiai érveléssel élő erős univerzalizmusnak van-e itt igaza?

Kísérleti vizsgálatok és a spontán beszéd megfigyelése egyaránt kimutatta, hogy a gyermekek két, fontossági sorba rendezett kognitív elvet használnak: kitüntetetten kezelik a TARTÁLYOKAT, majd a FELÜLETEKET, a -ban és -on típusú viszonyokat, amelyek az észlelés számára is kiugróak. Saját vizsgálatainkban (Pléh, Vinkler és Kálmán, 1996) másfél és három éves kor között elemeztük a spontán beszédet. A magyar azért is különlegesen érdekes itt, mert figyelembe veszi a cselekvés irányát is, elkülöníti a CÉL, a FORRÁS, és a STATIKUS viszonyokat (-ba, -ból, -ban). Általános TARTÁLY és CÉL preferencia volt megfigyelhető. Az összes helyrag kétharmada TARTÁLY kapcsolat volt, ugyanakkor a FELÜLET viszonyok valamivel gyakoribbak voltak, mint a

SZOMSZÉDSÁG viszonyok. Az ÖSVÉNYT illetően az összes helyrag 80%-a CÉL volt, 13%-uk STATIKUS, s csak 7%-uk FORRÁS.

Mindez arra utal, hogy a preverbális cselekvéses gyakorlat (gondoljunk a rakosgatás és a tartály összefüggésére) és a gyermek korai cselekvéses fejlődésében kialakult cél preferencia, a kora intencionalitás - ahogyan azt például Csibra és Gergely (1998) kiemeli - vezetne a téri ragok sajátos sorrendű kibontakozásához. A CÉL ragok persze a felnőtt nyelvben is gyakoribbak. Vajon a pusztán asszociatív tapasztalat nem vezethet-e ehhez a mintához? Ezt ellenőriztük mesterséges ragok tanulásával (Pléh, Király és Racsmány, 2001). Óvodások megfelelő elrendezésekhez (ALATT, ÁTLÓS, FÜGGŐLEGES) tanultak olyan kifejezéseket, mint

A zuvu a füzetper van. (A 'per' rag jelentése 'alatt'.)

A zuvu a füzet vekeén van. (A vekeén kifejezés azt jelenti, hogy 'átlósan'.)

A zuvu a füzet gánott van. (A 'gánott' névutó jelentése 'függőleges'.)

Vagyis mesterséges ragokat (-per), tárgyrészt neveket (vekeén) és mesterséges névutókat (gánott) tanultak.

A VONATKOZTATÁSI TÁRGY a füzet és a doboz volt, a CÉLTÁRGY pedig a gyurma rúd (téglatest, rúd, hullámos rúd). A tanulási bemutatások után a gyermeknek kettős választási helyzetben kellett megmutatnia, hogy pl. melyik zuvu van a füzetper.

Míg a ragok esetében világos tanulási hatás volt megfigyelhető, a névutóknál véletlenszerű volt a teljesítmény, ami arra utal, hogy a gyermek ráhangolódik a magyar nyelv ragozó jellegére, ragokat könnyebben tanul, még akkor is, ha már elsajátította a ragrendszert. Ugyanakkor a téri viszonytól is függ, hogy melyik kifejező eszköz a könnyebb. A ragoknál a perceptuálisan legkiugróbb FÜGGŐLEGES, a tárgyrészt neveknél pedig az ALATT volt a legkönnyebben tanulható. A ragokat akkor a legkönnyebben tanulni, ha egy dimenzióhoz kapcsolódnak (FÜGGŐLEGES). Tárgyrészt neveket pedig akkor a legkönnyebben tanulni, ha a tárgy egy részéhez kapcsolódik a téri viszony (ALATT). Vagyis vannak a nyelvi rendszerre vetített preferenciák a téri kifejezések elsajátítását irányító rendszerben.

A perceptuális-kognitív tényezők tehát alapvetően befolyásolják az elsajátítást, vagyis a "gondolkodás" vezeti az elsajátítást. Ugyanakkor jellegzetes ráhangolódás is van az adott nyelv rendszerbeli jellemzőire. A célra figyelés fontos fejlődési segítő ("csizmahúzó"), s nem egyszerűen a felnőtt nyelvstatistika leképezése. A célkódolás kiemelt segítő elv az ÖSVÉNY szempontját is kötelező érvénnyel használó, irányhármassággal jellemzett nyelvekben. A következő tényezők azt mutatják, hogy a nyelv visszahat a tér kezelésére, illetve az önfejlődés lehetőségére vallanak:

- a ragok mindennél könnyebben tanulhatóak,
- a ragokat az egész konfigurációra értelmezzük,
- a részneveket a tárgy bizonyos tájékaira vonatkoztatjuk,
- a nyelv elindította sajátos téri perspektívák kialakulása nem túl korai folyamat, még óvodáskor végén is tart.

IV. Kölcsönhatások a megismerési rendszerek között: az atipikus fejlődés példái

A különböző megismerési rendszerek viszonyának egyik jellegzetes értelmezése a dekompozíciós felfogás, amely az emberi elmét, akárcsak az idegrendszer működését, egymástól elválasztott, függetlenül működő alrendszerek (modulok) összességéként képzelel el.

"Kis emberkéék parlamentjével van dolgunk, akik mindegyikének, ahogy az a valódi parlamentekben is történik, egyetlen gondolata van."

Lange: A materializmus története

Ennek a felfogásnak megfelel egy klinikai és genetika kép is: számos jellegzetes mentális zavar, pl. az agysérülések következtében fellépő rendellenességek, egy részrendszer kiesését mutatják. Sokszor kiterjesztik ezt a genetikai eredetű fejlődési zavarokra is. Ennek jellegzetes példája a Williams-szindróma, ez a 7. kromoszóma körülírt sérüléséhez kapcsolódó idegrendszeri és kognitív fejlődési zavar. Klasszikus értelmezése szerint ezeknél a gyerekeknél ép a nyelv, ugyanakkor igen korlátozott a téri megismerés. De vajon tud-e ez a két rendszer külön fejlődni? Teljes és érintetlen lehet-e a nyelv, amely nemcsak közvetlen téri kifejezésekkel van tele, hanem a téri nyelv átvitt értelmű használataival is, mikor beleszeretünk egy lányba és csalódunk a matematikában? Lukács Ágnessel, Racsmány Mihállyal és Kovács Ilonával végzett kutatásaink, melyeket a magyar Williams Szindróma Társaság, s önzetlen vezetője, Pogány Gábor tett lehetővé, megkérdőjelezi ezt a szétválasztást. Kiderült, hogy már az elemi ragok világában sem függetlenedik egymástól téri megismerés és nyelvi fejlődés. Az 5-16 éves Williams szindrómás gyermekeknek sokkal nehezebb megküzdniük a téri ragokkal, mint a nem téri végződésekkel.

A nyelv és a megismerés nem egymástól függetlenül fejlődik ezeknél a gyermekeknél (sem), és a téri rendszer károsodása sajátos hatásokat eredményez a nyelv bizonyos rendszereire is. Williams-szindrómásoknál a feltételezett parietális lebenybeli (fali lebenybeli) alulfejlettségnek megfelelően a nyelven belül külön alrendszert alkotó téri kifejezések rendszere sérül. Vagyis a kétféle rendszer között kölcsönhatás van.

V. Hogyan keletkeztek a reprezentációs rendszerek?

A különböző gondolati megjelenítések sajátosan kapcsolódnak egymáshoz az evolúcióban is.

"Mai agyunkban a logikus gondolatok és következtetések lefolyása olyan ösztönök pörlekedésének és harcának felel meg, amelyek egyenkint, önmagukban mind nagyon logikátlanok és jogosulatlanok; mi rendszerint csak e harc eredményeiről értesülünk."

Friedrich Nietzsche: A vidám tudomány, Szabó Ede fordítása

Egymásra épülve, a korábban keletkezett megjelenítéseket megőrizve hozzák létre a teljes rendszert. Merlin Donald (2001) elképzelés nyomán a 4. táblázat mutatja a reprezentációs kultúrák egymásutánját.

kultúra neve	faj, korszak	emlékezeti típus	átadás
epizodikus	főemlősök, 5 m	epizodikus események	nincs
mimetikus	Homo erectus, 1,5 m	testtel reprezentál, társas mozgás	lejátszás, utánzás
mitikus	Homo sapiens, 100-50 e	nyelvi, szemantikus	mítoszok, elbeszélő tudás és átadás
modern	modern ember, 10 e	külső táruk, rögzített tudás	rögzített tudás, külső autoritás

4. táblázat Donald koncepciója a reprezentációs rendszerek és kultúrák változásáról az emberré válás során.

Donald általános koncepciója szerint az emberré válás tulajdonképpen három egymást követő reprezentációs rendszer kialakulásában tekintendő. A három reprezentációs rendszer lényege az eltérően szerveződő tudás. Kezdetben ez a folyamat evolúciós jellegű, gondolati rendszereink nem tudatos ellenőrzés alatt bontakoztak ki. Az emberré válás három fordulatát a mimetikus kultúra, a mitikus kultúra és az elméleti kultúra megnevezéssel jelöli. Donald felfogásában a főemlősök

tudatossága az epizodikus kultúra, a mentális képek szintjéig jut el. Az epizodikus kultúrában ismereteink velünk történt dolgokra vonatkoznak, és tudásunk mindig kontextuális. Az igazi emberi fordulatot a szociális szemantika megjelenése hozza, melyben megvalósul a közös tudás. Ennek első formája, a mimetikus kultúra a testi leképezést használja, Donald felfogásában mintegy másfél millió évvel ezelőtt. Ez már szándékos és nyitott rendszer, de meglehetősen konzervatív.

A konzervatív mimetikus kultúrát felváltó nyelv kialakítja az elbeszélő és a kategorikus gondolkodás világát, s felgyorsítja a társas összehangolást és a változást. Az írás, majd a nyomtatás újabb fordulata további átszervezést jelent gondolkodásunkban. Kialakítja az objektív tudás eszményét, megváltoztatja az életmódot, mint Nyíri (1994) is elemzi, de megváltoztatja az emberi emlékezetszervezést is. A könyvek téra nemcsak új világokhoz vezet, hanem felszabadítja belső tárainkat is, ettől fogva jobban tudunk gazdálkodni emlékeinkkel.

Donald értelmezésében már a mimetikus kultúrában előtérbe került a szociális játérendszer, megjelentek a szervezett "oktatási formák", a közös reprezentációkon keresztüli koordináció, például a közös vadászat lehetősége, és a koordinációban való újítás is. Mindeközben valahol elkezdődött az a forradalmi változás is, amit Tomasello (2002) a döntő változásnak tart az emberré válás során: az érdeklődés mások gondolatai iránt, reprezentációk kialakítása mások reprezentációiról. Ez teszi lehetővé magát a kultúrát is, s azt, hogy tanuló és tanító lények legyünk, akik saját gondolkodásukról is kialakítanak elméleteket. Remélem, a mai előadás is ehhez a törekvéshez tartozott.

Tanulmányok a Délkeleti Régió Hírleveléből

A preszuicidális szindróma tünettana

Erwin Ringel

(Selbstmorderhütung . Verlag Hand Huber, Bern 1979. A deviáns viselkedés szociológiája. Gondolat Kiadó. 1979. Fordította: Buda Béla)

1) A beszűkülés

a) *Szituatív beszűkülés*

Normális viszonyok között az emberi egzisztenciát az adott fejlődési és kibontakozási lehetőségek gondossága jellemzi: ilyenkor az előrehaladási törekvés, a kíváncsiság: hogy mi fog történni? mit lehet véghez vinni? és ezzel párhuzamosan az élettér kitágítása egyfajta végtelen, örömteli, boldogságérzést keltő folyamattá kapcsolódik össze.

Az öngyilkosságot megelőző helyzetben ez az érzés elvész. Helyébe olyan érzés lép, mintha az egyén minden oldalról akadályozva lenne, körül lenne fogva és mindig szűkebb keretek közé lenne szorítva. Ilyen módon az emberi életnek nagy területei a lehetségesnek és megvalósíthatónak határain kívülre kerülnek. Ezek a területek olyanná válnak az illető számára, mintha nem is léteznének.

Rendszerint csak akkor kerül sor öngyilkosságra, ha legnagyobb kétségbeesésben, sőt kényszerű átélésben az öngyilkosság látszik az egyetlen megmaradt lehetőségnek.

Ameddig racionális szinten lehet választani lét és nemlét között, mindig a lét győz.

Külső tényezők önmagukban soha nem képesek arra, hogy öngyilkosságot hozzanak létre, mert semmiféle *szituáció* - legyen bármennyire is kilátástalan - sem képes öngyilkosságot kierőszakolni és a személyiség döntő állásfoglalását kikapcsolni.

Ha az egyéni lehetőségek beszűkülése *intrapszichés* érzékelésből ered, akkor ez sokkal nagyobb öngyilkossági veszélyt idéz fel, mert hiszen ebben az esetben az illető pszichés struktúrája már

nyilvánvalóan súlyosan károsodott, és ezáltal sokkal nagyobb a valószínűsége, hogy a szituatív beszűküléshez még dinamikus beszűkülés is járul és ezzel az egyént az öngyilkosság felé tereli.

Dinamikus beszűkülésen azt a tényt értjük, hogy a személyiség dinamikája csupán egyetlen irányba fejlődik, míg többi irányai megnyomorodnak. Ez az egyéni viselkedés egyfajta uniformizálódását, egyformaságát okozza, később egy szorongató kényszer érzése kerekedik felül, amely kényszer egyetlen irányba hajt, végül is az öngyilkosság irányába.

A dinamikus beszűkülés gyakran a spontaneitás elvesztését, gátoltságot és passzív viselkedést jelent. Az affektív beszűkülés keretében megáll az idő is és ez azzal fenyeget, hogy a pillanat örökkévalósággá válik. Hiányzik minden olyan képzet, hogy a szituáció, vagy a felfogás egyszer megváltozhat majd: így az ember saját hangulatának áldozatává válik.

Megfigyelték, hogy az öngyilkossági cselekmény előtt közvetlenül „ijesztő nyugalom” is lehetséges. Ezt is felfoghatjuk affektív beszűkülés kifejezésének az elviselhetetlen érzések extrémfokú elnyomásának értelmében.

c) Az elhárító mechanizmusok beszűkülése

Az öngyilkosság előtti állapotban az ismert én-védő pszichológiai mechanizmusok feltűnő redukciója következik be. Az öngyilkossági veszély annál nagyobb, minél inkább csökken az elhárító mechanizmusok száma.

Az **A)** csoportban a konfliktus inkább a külső világ irányába tolódik, a **B)** csoportban a saját személy válik az elhárító akciók tárgyává:

A) csoport

regresszió
racionalizáció
túlkompenzálás
projekció (kivetítés)
identifikáció
szubsztitúció (helyettesítés)

B) csoport

szublimáció
elfojtás
konverzió
agresszió-visszafordítás

A B) csoport felülkerekedését az öngyilkosságveszély fokozódásának bizonyos jeleként lehet értékelni. A helyzet akkor válik komollyá, ha az agresszió-visszafordítás (a saját személyre való fordítás) mechanizmusa kerül előtérbe, illetve ha ez a mechanizmus egyeduralmukodóvá válik és a többi védekező mechanizmus kialszik. A dinamikus beszűkülés gyakran jár együtt az emberi kapcsolatok beszűkülésével, mindig kevesebb a lehetőség arra, hogy a konfliktusokból származó feszültségeket a személyiség kifelé irányítva reagálja le. Így tehát a dinamikus beszűkülés az agresszió befelé fordítását váltja ki.

Összefoglalva a dinamikus és különösen az affektív beszűkülés az öngyilkosság pillanatában éri el tetőpontját...

d) Az emberi kapcsolatok beszűkülése

A meglévő kapcsolatok értéküket veszítik azáltal, hogy a környezet az egyén számára összefüggéstelenné válik, s hogy az önalakítás és a kapcsolatalakítás képessége hiányos, sőt hiányzik. Ezáltal egyfajta „megkeskenyedés” és „elkődösülés” jön létre, amely eléri, hogy ezek a kapcsolatok lényegtelenné és jelentéktelenné váljanak. Az emberi kapcsolatok számszerűen is beszűkülnek, míg végül az egyén egyetlen személybe kapaszkodik és tőle teljesen függővé válik. A függőség gyakran olyan fokot ér el, hogy még az élet, vagy halál kérdése is egy meghatározott személy létezésének függvénye. Gyakorlatilag mindez olyan magatartáshoz vezet, hogy az egyén az élettel szemben

beszűkítő feltételeket szab, amelyek be nem teljesítésével az élet értelmetlenné válik és értelmetlennek tűnik.

e) *Az értékszféra beszűkülése*

- ◇ Az elégtelen értékbecsülés a személyes lehetőségek redukációjához vezet: ezáltal különösen az a lehetőség vesz el, hogy az egyik értékterület elértéktelenedése esetében más életterületekre lehessen menekülni, hiszen ez a másik terület nem kapta meg az ahhoz elegendő jelentőséget, hogy kárpótlásként előléphessen.
- ◇ A preszuicidális beszűkülés és fellazulás nagy mértékben érinti az emóciókat. Ez befolyásolja az értékekre adott reakciókat is, így olyan, különösen hirtelen, durván és tendenciózusan színezett öröm- és kínreakciók jöhetnek létre, amelyek a normális ember reakcióitól nagyon eltérnek.
- ◇ Miután hiányoznak az értékek, nem érvényesülhet az önfenntartási tendencia erősödésében rejlő ellensúly (hiszen túl kevés „értékes” dolog van kéznél, amely az életet élni érdemesnek mutatná be).

Összefoglalva: maga a szituatív beszűkülés alig vezethet öngyilkossághoz, csak akkor, ha társul a beszűkülésnek más, a személyiségben rejlő, itt leírt formáival is. Csak akkor áll fenn komoly öngyilkossági veszély, ha a személyiségstruktúra is károsodott.

2) Gátolt és a saját személyre irányított agresszió

Freud felismeréseinek egyike volt, hogy az öngyilkosság annak következtében jön létre, hogy valaki az agresszív késztetéseit saját személye ellen fordítja. Az agresszió ilyenfajta visszafordulásának az a feltétele, hogy az egyén erős agresszív feszültség alatt álljon, azonban ne legyen lehetősége arra, hogy agresszióját kifelé vezesse le. A folyamat kritikus alkotóeleme az agressziógátlás, mely a következő tényezőkre vezethető vissza:

- a) *Szigorú és merev felettes-én* (pl. a neurózisoknál). Ezek a betegek agressziójukat nem tudják leereagálni, és idővel ezért mindig nagyobb agresszív nyomás alatt állnak.
- b) *Pszichés betegségek*, melyek a testi és lelki szférában gátoltságot hoznak létre. A gátlás természetesen az agresszió kifelé való leereagálásának képességét is érinti. (Az ilyen állapot klasszikus példája az endogén depresszió).
- c) *Hiányzó emberi kapcsolatok*. Az emberi kapcsolatok nem utolsó sorban azt a célt szolgálják, hogy az emberek a kapcsolatok révén egymás felé reagálják le agresszióikat.
- d) *A felfokozott civilizáció körülményei*. Pl. háborús időkben csökken az öngyilkossági hajlam: a normális körülmények között tiltott agresszió-levezetés most nem csupán megengedett, hanem megkívánt, megkövetelt, kitüntetésekkel jutalmazott cselekedet.

Mindig könnyen bizonyítható, hogy a saját én ellen fordított agresszió más, elérhetetlen tárgyakkal szól. Adler arra mutat rá, hogy az öngyilkos megbosszulja magát tetteivel a környezetben, és ezzel bizonyos emberek életét szeretné örökre megmérgezni. Az önagresszió sokszor nemcsak azért következik be, mert agressziós tárgyként csak a saját személy áll rendelkezésre, hanem azért is, mert a személyiség meg akarja büntetni magát agressziójáért.

3) Az öngyilkossági fantáziák

Tartalmát illetően három fokozatot kell elkülöníteni, amelyek a veszély erősödését jelképezik, a kezdettől a legriasztóbb fokig:

- 1) Az a képzet, hogy az ember halott: ekkor még nem az öngyilkosságról szól a fantázia, csupán az eredményéről, a halálról. Nyilvánvaló, hogy könnyebb elképzelni a halott állapotot, mint magát a meghalást, annál is inkább, mert gyakran úgy élik át a halott állapotot, mint a további életben maradás egy új formáját.
- 2) Az a képzet, hogy az ember megöli magát: anélkül, hogy az öngyilkosság végrehajtására vonatkozóan lennének konkrét elképzelései.
- 3) Meghatározott öngyilkossági módszereket gondol végig az egyén, gyakran a legapróbb részletekig. A fantázia elősegíti, meghatározza, predeterminálja az öngyilkosság végrehajtását.

(A tanulmány összefoglalóját - **kizárólag belső használatra** - **Árkus József, >SOS Telefonos Lelkiségi Szolgálat, Szeged**< készítette.)



A segítő beszélgetés (H. Faber és E. van Schoot nyomán)

I. A segítő beszélgetés módszertana

Carl Rogers amerikai pszichológus és pszichiáter a saját beszélgetési módszerét „konzultáció”-nak nevezi, mely egy probléma közös megbeszélését és annak eredményét jelenti. Tág értelemben a konzultáció direktív jellegű, ezzel szemben Rogers módszere „non-direktív”, ezért inkább nevezhetjük segítő beszélgetésnek. E módszer abból az alapfeltevésekből indul ki, hogy az emberben a biológiai, vitális erőkhöz hasonlóan pozitív pszichikai erők működnek, melyek egy sajátos kapcsolatrendszerben működésbe lépnek és lehetővé teszik, hogy a segítséget kérő saját erejéből képes legyen megoldani nehézségeit. A másik élményvilágába való behelyezkedését, annak megértését helyezi a középpontba. A kliensnek a szavakban kifejezett és az e mögött rejlő érzéseit próbálja visszatükrözni, hogy ezáltal segítse érzéseinek, nehézségeinek jobb megértését, megfogalmazását. A jó kapcsolat alapfeltételének a pozitív elfogadást tartja. Ezen a másik személyiségének, egyéniségének, érzelmeinek és gondolatainak tiszteletben tartását érti. A bajba jutott, krízishelyzetbe került ember számára sokat jelent az együttérző melléállás, a feltétel nélküli elfogadás. A visszautasítás, a szeretet elvesztésének félelmétől, szorongásától mentes légkörben lehetővé válik az önmagunk rejtett erőforrásaira való rátalálás. Rogers egy speciális feladatra a „visszatükrözésre” mutat rá, a kliens számára újra fogalmazza a saját maga által gyakran homályosan észlelt és bizonyos ellenállással fogadott érzéseit. Nem a kliens szavait ismétljük meg más szavakkal, hanem átéljük érzéseit, amelyeket szavakban kifejezett és ezt az érzést tükrözzük vissza.

Az empátia nem jelent teljes érzelmi azonosulást, a másik világával való teljes egybeolvadást. Bizonyos fokú távolságtartást igényel, miközben figyelmünket a másik érzéseire irányítjuk. Nem valamilyen homályos alapérzést keresünk, hanem a kliens érzéseinek változását és folyamatát követjük.

Egy másik fontos fogalom a „vonatkoztatási keret”. Ez arra utal, hogy a kliens szavai mögött rejlő érzésekre figyelünk, megpróbáljuk megérteni, hogyan éli át a dolgokat, eseményeket, hogyan fogadja azokat, mit jelentenek számára. A beszélgetés folyamán **megpróbálunk a kliens megfogalmazása által előtérbe került szavak mögött rejlő valódi problematikáját, érzelmi konfliktusokat megérteni**. Az empátiás megfigyelés útján a másik belső referencia rendszeréhez, tapasztalati világához férhetünk hozzá, az ő szemével láthatjuk a világot és saját magát. A kliens a visszatükrözés segítségével saját erejéből egyre jobban megérti önmagát, homályos érzéseit és felszabadító hatású **belátáshoz** jut. A másik tiszteletben tartása tehát az ő vonatkoztatási keretének tiszteletben tartását jelenti, az abban való hitet, hogy az ember képes arra, hogy megértse énjének és létfeltételeinek azokat az aspektusait, amelyek a zavarokat és a nehézségeket okozzák.

A sürgetés, a befolyásolás, a kérdésekkel való ostromolás, a moralizálás, a dogmatizálás, egyszerűen a direktivitás a beszélgetés folyamatát, az érzések szabad áramlását megszakítja, nem a kapcsolat elmélyüléséhez, hanem eltávolodásához vezet. Ahhoz, hogy a segítő beszélgetésben tényleg pozitívan fogadjuk el a másikat, empátiánk révén az ő vonatkoztatási keretében maradjunk, hiteles, kongruens személyiség szükséges. A visszatükrözés technikája csak akkor képes mobilizálni a személyiség belső erőit, ha a **beszélgetés vezetőjének magatartása, érzései és szavai között összhang van.** Az érzelmek őszinte megnyilvánulási formáihoz tartozik a düh, a harag kifejeződése is, azonban ha ez őszinte, akkor az „érted haragszom, nem ellened” érzése jut kifejezésre. Másrészről a mindennapi gyakorlatban a non-direktív módszer alkalmazásához nem ragaszkodhatunk mereven. A segítő beszélgetésben **szuggesztív** befolyásoló hatásúak lehetnek a verbális megerősítések, a metakommunikatív jelzések (hanghordozás, csend). Tág értelemben tehát minden emberi kapcsolatforma tartalmaz szuggesztív, a másik ember viselkedését befolyásoló elemet. Maga a beszélgetés is befolyást gyakorol a beszélgető partnerek tudatos és tudattalan függőségi érzéseire. **A túlnyomórészt szuggesztív elemeket használó segítő beszélgetés hatása hosszú távon megkérdőjelezhető,** mivel nem az egyéni belátásra, döntésre alapoz. Ha a segítő beszélgetésben szuggesztíót használunk, akkor annak feltétlenül őszintének, hitelesnek kell lennie. Általánosságban az is elmondható, hogy erkölcsi erőt, kitartást, akaraterőt nem lehet és nem is szabad sugalmazni. Megemlítendő még a **feltáró beszélgetés** módszere, annál is inkább, mivel a rogersi konzultáció nem mindig a legcélravezetőbb módszer. A feltáró beszélgetés elsősorban emberi konfliktusok esetén alkalmazható és feltételezi, hogy a módszert alkalmazó kellő emberismerettel és pszichológiai, pszichoterápiás felkészültséggel rendelkezik. Szerepet kap benne a meggyőzés, az értelmes belátásra való hivatkozás és a problémák mélylélektani megközelítése, értelmezése és magyarázata. Mivel a feltáró beszélgetés mélyebb rétegek felé igyekszik előrenyomulni, alkalmazása nagy körültekintést igényel. **A segítő foglalkozású csak abban az esetben vállaljon ilyen feltáró beszélgetést, ha ahhoz megfelelő képzettsége van.** Amennyiben nem felkészült, fennáll a beszélgetés eltorzulásának veszélye és így váratlanul, konfliktusos helyzet alakulhat ki.

Összefoglalva: a segítő beszélgetésben igénybe vehetők mind a **non-direktív**, mind a **direktív** technikai eszközök. A konkrét helyzet alapján dönthető el, hogy milyen mértékben és mikor alkalmazható a rogersi módszer, a feltáró beszélgetés, a szuggesztív, vagy a meggyőzés.

II. A SEGÍTŐ BESZÉLGETÉS ELMÉLETI ASPEKTUSAI

A rogersi konzultáció esetén fontos szerepet kap a habitus és a visszatükrözés technikája. A visszatükrözés technikájának elsajátítása fáradságos és időigényes feladat, bizonyos mértékű személyiségváltozást és begyakorlást igényel. A non-direktivitás elsajátítása és alkalmazása ezért is nehéz, mert alapvető társadalmi beidegződések, reflexek leépítését, újraprogramozását igényli.

A sikeres beszélgetés feltételezi, hogy a beszélgetés vezetője és a beszélgető partner **hasonló elvárásokkal** rendelkezzen a beszélgetés céljait illetve a beszélgetés vezetőjének **szerepét** illetően. Ha non-direktív módon akarjuk folytatni a beszélgetést, hajlamot - miközben a másik problémáinak autoriter megoldását várja - a beszélgetés rosszul sikerülhet.

Ez nem azt jelenti, hogy a beszélgetés vezetője strukturálja mindig a beszélgetést, de fel kell térképezni a másik kívánságait, elvárásait. **A segítő beszélgetés módszerének elsajátítása, a pszichológiai kulturáltság elmélyítése természetesen nem jelenti azt, hogy a segítő egyúttal pszichoterapeutává is vált.** Az embernek mint kommunikáló lénynek fontos sajátossága, hogy igényli problémáinak, nehézségeinek megbeszélését, kibeszélését. Ha ebben nemcsak pszichológusok, pszichoterapeuták tudnak segítséget nyújtani, hanem más, az emberi problémákkal foglalkozó szakmák, hivatások képviselői, akkor nagyobb reménnyel vehető fel a küzdelem az elmagányosodott, elidegenedett ember megsegítésére.

Felmerül a kérdés, hogy milyen kapcsolat van a segítő beszélgetéshez szükséges habitus és a pszichológiai képzettség, iskolázottság között? Rogers szerint a pszichológiai képzettség inkább károsítja a helyes habitust, mivel erősíti a diagnosztizáló hajlamot. A pszichológiai ismeretek más szempontból jelentenek segítséget a beszélgetésvezetéshez. A beszélgetés során különböző élmények, érzelmek kerülnek felszínre, ezek fenyegethetik a segítő személyiségének integrációját, mivel a kapcsolat során képesnek kell lennie megőrizni az empátia és a távolságtartás közti optimális egyensúlyt.

Ha nem eléggé integrált a személyisége, akkor tudattalanul azonosulhat a beszélgető partner érzelmeivel, vagy pedig túlságosan eltávolodik tőle, hogy a kapcsolatban keletkező szorongását, agresszióját, deprimáltságát, stb. a távolságtartással csökkentse.

Ezeknek a jelenségeknek az ismerete hozzásegítheti a beszélgetés vezetőjét annak jobb megfogalmazásához és megértéséhez, hogy a beszélgetés folyamán mi is történik, mi zajlik le benne. A pszichológiai ismeretek révén jobban elemezhetők a beszélgetés alatt végbemenő történések, folyamatok, jobban megérthető a beszélgetés pszichodinamikája. Végül az is belátható, hogy a segítő beszélgetés folytatásához szükséges a normális és patológiás lelki működések bizonyos fokú ismerete.²

A fenti összefoglalót - kizárólag belső használatra - **Árkus József készítette, Telefonos Lelkiségi Szolgálat, Szeged).**



Kommunikáció a gyászban

A GYÁSZHOZ KAPCSOLÓDÓ KOMMUNIKÁCIÓ „tudnivalói” részben azonosak a telefonos kommunikáció sajátosságaival:

EMPÁTIA

a másik ember érzelmi állapotába való beleélés képessége, az így kialakult kapcsolaton keresztül az élmények, érzések jobb megértése.

A feltétel nélküli elfogadás, odafordulás.

(Azonosulás, megértés, visszajelzés.)

Lehetőleg nem „terelni”, csak követni a beszélőt.

AKTÍV FIGYELEM

Csak RÁ figyelni.

² A cikk rövidített változata a Pszichoterápiás és Mentálhigiénés Szemléletformáló Füzetek III. alapján készült. A kiadványt a MM Vezetőképző és Továbbképző Intézete, valamint a Magyar Pszichiátriai Társaság és a Magyar Pszichológiai Társaság Pszichahigiénés Munkacsoportja adta ki 1987-ben.

Segíteni, hogy kifejezze az érzéseit, gondolatait, megfogalmazza a problémáit.
(Nyitott kérdések használata. Összefoglalás – tisztázás – visszakérdezés - értelmezés)

HITELESSÉG – az őszinteség

Őszinteség a személyességben, az intimitásban. Valódi érdeklődés. Megerősítés.

Ehhez a hitelességhez elengedhetetlen a SAJÁT GYÁSZHOZ, halálhoz való viszonyom ismerete.

Mennyire tölt el szorongással?

Mennyire háritom?

Hiszen legtöbbször ez az oka annak, hogy nehéz találkozni, beszélgetni a gyászolóval.

Mitől érzi a telefonáló - gyászoló, hogy azonosultunk a problémájával? A figyelem, a csend minőségéből, a hangszín, a hangerő, a beszédtempó felvételéből. Figyelnünk kell arra is, mit képes és akar észrevenni, mire képes és akar emlékezni.

Próbáljuk meg felismerni HOL TART A GYÁSZÁBAN? Melyik szakaszánál?

NE ADJUNK TANÁCSOT! Legfeljebb a konkrét kérdésekre választ.

pl.: Temetéssel kapcsolatos ügyintézés.

Gyászcsoporthoz címe, elérhetősége.

Helyette adjunk ISMERETEKET a gyász aktuális szakaszáról:

pl.: BÜNTUDAT – A tennivalónk: normalizálni és személyesíteni.

„Szinte mindenki átél súlyos büntudatot hasonló esetben... Ön hogyan éli ezt meg?”

pl.: SZORONGÁS – A tennivalónk: oldani.

„Nehéz lehet most ezekről beszélnie. Megértem...”

HULLÁMZÓ FOLYAMAT

Hullámozó folyamat a gyász...

Hangolódjunk rá! Vegyük figyelembe a gyászoló igényeit.

pl.: Lehet, hogy Ő (a gyászoló) most éppen MEGPIHENNI vágyik...

Pihenjünk, örüljünk vele. Jelezzük vissza, hogy ez a jó úton haladó gyázmunka része.

Ilyenkor ne erőltessük a gyászával való beszélgetést, mert büntudatot kelthetünk

benne, hogy

nem érezhet örömet...

nem foglalkozhat fölösleges dolgokkal...

DE vegyük észre, ha (korai szakaszban) inkább az ELKERÜLÉS jele ez.

A MEGHALLGATÁS a legnagyobb segítség. Legtöbbször elég, ha hagyjuk beszélni a gyászolót, és csak jelezzük, hogy ott vagyunk.

Ha sokadszorra halljuk ugyanazt, próbáljuk meg kideríteni, megérteni, mi ennek az oka, milyen nehézség áll a háttérben. A gyászfolyamat valószínűleg ELAKADT.

Nézzük végig a gyász folyamatát!

A SOKK, apátia. Ilyenkor a gyászoló szinte burokból él nem ér el hozzá a szó...

- Megnyugtatás, szó-simogatások, de NEM FRÁZISOK.

AZ ELUTASÍTÁS

- Elsősorban tárgyyszerű kérdésekkel segíthetünk. Ebben a szakaszban a gyászoló nem tud, nem képes szembenézni a realitással, a veszteség visszavonhatatlanságával.

Sokan azért utasítják el a gyász munkát, mert attól félnek, hogy a feldolgozás egyenlő a szeretett személy elfeledésével. Fontos, hogy ezt tisztázzuk.

Célszerű ilyenkor a halál körülményeiről, a megelőző időszakról kérdezni:

Mi volt a halál pontos oka? Hogyan következett be? Mit csinált ő akkor?
Hogyan fogadta a hírt? Milyen gondolatai, érzései voltak?

Szinte általános jelenség, hogy *ha ott lehetett volna és mégsem volt ott*, amikor a halál bekövetkezett, büntudata van a gyászolónak. Segítsük az ehhez kapcsolódó érzések felszínre jutását.

Mit várt az ott léttől? Mi lett volna fontos, vagy jó abban a helyzetben? Szeretett volna még valamit kérdezni, mondani? Hagyjuk, hogy beszéljen a kétségeiről. Ha segítjük ennek az érzésnek minél teljesebb megértését, ezzel utat nyitunk a többi érzés számára is, miközben megtapasztalhatja, hogy egy-egy érzés tisztázásával, megértésével eltűnik az ahhoz kapcsolódó nyomasztó, súlyos teher. Sok információt kaphat önmagáról és az elhunytal való kapcsolatáról.

FELSZAKADÓ ÉRZELMEK

Ebben a szakaszban a legfontosabb, hogy a gyászoló érezze, hogy megvan bennünk a bátorság szembenézni a legsúlyosabb érzéseivel is. Vállaljuk az együtt szenvedést. Ugyanakkor azt is éreznie kell, hogy velünk biztonságban van, mert vállaljuk a kontrollt a benne zajló folyamatok felett.

Nagyon FONTOS, hogy figyelemmel kísérjük a saját érzéseinket is! Bármikor kétségeink támadnak, elbizonytalanodunk: Kérjük segítséget!

Segítsük az érzések MEGÉLÉSÉT, KIFEJEZÉSÉT.

pl.: Ha sírással küszködve mondja el, hogy az elhunyt holmijait próbálta rendezni, de csak rövid ideig bírta és azóta rossz a hangulata:

„Nagyon nehéz lehetett azokhoz a tárgyakhoz nyúlni, amik az ő hiányát idézik. Olyan sok érzés, emlék kavarodik fel ilyenkor. Hogyan zajlott ez önben?”

LEVÁLÁS, keresés.

Ebben a fázisban a központi kérdés a kapcsolat. A feladat az elhunythoz fűződő viszony minél teljesebb átvilágítása. Az előző fázisban feltört érzelmek megértése, elrendezése a kapcsolaton belül. Ezt az „Úgy érti...? Úgy gondolja...? kezdetű visszatükröző mondatokkal segíthetjük.

Fontos, hogy a gyászoló maga döntse el minek, hol a helye.

Tekintsük úgy a megszakadt kapcsolatot, mint egy rendetlenül hagyott szobát. Nem tudhatjuk, hogy a gyászoló életében minek van fontos szerepe, mi segíti illetve mi korlátozza őt? Abban viszont segíthetünk, hogy ne pusztán érzelmi alapokon nyugvó döntéseket hozzon. Ezt a döntés következményeire irányuló kérdésekkel segíthetjük. Támogatni kell a negatív érzések kimondását is – éppúgy, mint a fájó vagy a szép emlékek tudatos felidézését.

ÚJ CÉLOK, INTEGRÁLÁS

Az előző szakasz tapasztalatait magával hozva itt nyílik lehetősége a gyászolónak arra, hogy előrevivő változásokat el tudjon fogadni. Ez a szembesülés: Hol vagyok? Ki vagyok? Mit kezdhetek az életemmel? kérdések ideje. Tárjunk fel együtt minél több lehetőséget, alternatívát általánosságban, esetleg történeteket felhasználva, de a döntést teljes egészében a gyászoló kezében hagyva.

És ez a „számadás” ideje is: Mit jelentett ez a kapcsolat az életében? Mit kapott tőle? Mi volt nehéz benne? Miben korlátozta? Segítsük a gyászolót, hogy ezt a kapcsolatot el tudja helyezni az élettörténetében, és meg tudja fogalmazni a tapasztalatait.

GYAKORI KOMMUNIKÁCIÓS HIBÁK:

- A közhelyekkel történő vigasztalások.
- Annak előírása, hogy a másiknak hogyan kellene gyászolni.
- A gyász feldolgozásának, lezárásának sürgetése.
- A gyászoló elítélése. Ha kimutatja a gyászát: „Miért nem tud ezen túllépni?...” – ha nem, akkor meg azért: „Nem is szerette igazán...”
- A fájdalomban való rivalizálás.
- A gyász témájának szándékos kerülése: „Ne legyek mások terhére...”
- A gyermekekkel kapcsolatban az „ártalmas vigasztalások”:
pl.: „Ő most sokáig alszik...” az elalvástól való félelemhez vezethet.

Olvasónapló

DÖGEI ILONA-FERGE ZSUZSA A szubjektív szegénység és néhány társadalmi érték megítélése - az állam szerepe (részletek)³

1. A szubjektív szegénység⁴

A szegénység szubjektív⁵ megélésének alakulását több alkalommal vizsgáltuk: először 1995-ben az öt országra kiterjedő SOCO⁶ kutatásnál, majd 1996-ban és 1997-ben (a SOCO-tól független mintán) az MHP⁷ felvételén belül, illetve 2000-ben egy 1000 fős országos reprezentatív mintán.⁸

A négy vizsgálatnál az eredmények meglehetősen hasonlóak. A szubjektív szegénység szerinti megoszlások alig változtak. Az 1995 és 2000 közötti csekély elmozdulások (az önmagukat nem szegénynek vallók arányának előbb kis csökkenése, majd növekedése) nem kifejezetten szignifikánsak.

A szociológiai tényezők, hasonlóan az előző vizsgálatokban tapasztaltakhoz, egyértelműen és konzisztensen differenciálják a véleményeket. A szegénység érzete először is életkorfüggő: az életkor növekedésével arányosan nő a családjukat szegénynek érzők aránya: a 30 éves és fiatalabb korcsoportban 8 százalék a szubjektíve szegények aránya, a 60 évesnél idősebbek körében ennek több mint háromszorosa, 27 százalék. Az iskolai végzettség és a szubjektív szegénység érzete nagyon erős szignifikáns összefüggést mutat, ugyanakkor az

³ A teljes tanulmány megjelent az *Esély c. társadalom- és szociálpolitikai folyóirat* 2002/4. számában, ill. a www.szochalo.hu címen elérhető a Kurt Lewin Alapítvány weboldalán.

⁴ A kutatást az OTKA T 026067. támogatásával hajtottuk végre.

⁵ A szubjektív szegénység mérésére a kérdezettek saját helyzetükre vonatkozó önbesorolását alkalmaztuk. Az erre vonatkozó kérdésünk a következő volt: "Mostanában sokat beszélnek nálunk a szegénységről. Ön a családját (a háztartását): teljes mértékben szegénynek tartja, időnként, bizonyos szempontból tartja szegénynek vagy egyáltalán nem tartja szegénynek?"

⁶ Az ún. SOCO kutatás a rendszerváltás társadalmi következményeivel foglalkozik, s a bécsi Institut für die Wissenschaften von Menschen (IWM) égisze alatt folyt, ill. folyik.

Az idézett adatfelvétel 1995. január-februárjában történt, országonként véletlenszerűen kiválasztott 1000 háztartásnál. A kutatás vezetői Ferge Zsuzsa, Sik Endre voltak. L. még Ferge et al, 1995.

⁷ L. Ferge (1997), Dögei-Ferge (1998)

⁸ A kérdésblokk a SZONDA IPSOS 2000. augusztusi OMNIBUSZ kérdőívén szerepelt. 2000-ben, az előző adatfelvételektől eltérően, a minta nem a háztartásfőkre volt reprezentatív, így a kérdés során a kérdezett személye családtag is lehetett, nem a háztartásfő. A családokban a kérdezett személy az esetek 56 százalékában a főkereső, 44 százalékban viszont nem az. A másik eltérést az előző adatfelvételhez képest az okozza, hogy 2000-ben a regresszióanalízis során az elemzésbe bevonható változók száma lényegesen kevesebb volt.

összefüggés nem egyenesvonalú, a szegénység érzetének csökkenése nem arányos az iskolai végzettség növekedésével, illetve a "nem szegények" arányának növekedése nem arányosan mozog együtt az iskolai végzettség növekedésével: a szegénység érzetének alakulása törésvonalat mutat az iskolai végzettség szerinti csoportokban. A családjukat szegénynek érzők aránya legnagyobb a 8 általánosnál kevesebbet vagy 8 általánost végzettek körében, az ennél magasabb végzettségűek esetében viszont a szegénységérzet jelentősen csökken, mégpedig az egyes csoportokban csaknem differenciálatlanul. Ugyanakkor a "nem szegények" aránya a szakmunkásképzőt vagy ennél magasabb iskolát végzettek csoportjaiban megnő, s a növekedés innen már arányos az iskolai végzettség növekedésével.

A "teljes szegénység" érzete tehát az alacsonyabb iskolázottságúakban az átlagosnál jóval nagyobb arányban van jelen: míg a teljes mintában 18 százalék az arányuk, addig a 8 általánosnál kevesebbet végzettek 35 százaléka, a 8 általánost végzettek 27 százaléka tartja családját szegénynek. Ezzel szemben a "nem szegények" aránya a mintában 24 százalék, ugyanakkor a szakmunkásképzőt végzettek 26 százaléka, a középfokú végzettségűek 35 százaléka, a felsőfokú végzettségűek 45 százaléka mondja családjáról, hogy "nem szegény". A "nem szegények" arányának megnövekedése azt is magával hozza, hogy míg a felsőfokú végzettségűek azonos arányban, 45-45 százalékban érzik családjukat "néha szegénynek" és "nem szegénynek", addig a középfokú vagy ennél alacsonyabb iskolázottságúak több mint fele néha szegénynek érzi családját, és a többiek az iskolai végzettség növekedésével a két pólus ellentétes oldalán csökkenő, illetve növekvő arányban helyezik el családjukat a "szegények" és "nem szegények" között.

Az utóbbi három adatfelvétel adatait tekintve: míg a "szegények" aránya 1997-ben a középfokú végzettségűek körében ugrott meg 1996-hoz képest, addig 2000-ben a felsőfokú végzettségűek körében nőtt meg a szegények aránya az előző évekhez képest.

A "nem szegények" aránya a szakmunkás és középfokú végzettségűek csoportjában folyamatosan nőtt az elmúlt évek alatt, míg a "nem szegény" felsőfokú végzettségűek aránya némi emelkedés után visszacsúszott, és 2000-ben csaknem azonos az 1996. évvel.

A foglalkozási viszonyt illetően: a kérdezettek aktivitása és a szegénység szubjektív érzete szintén szignifikáns összefüggést mutat: az aktívak 10 százaléka érzi családját "teljesen szegénynek", 31 százaléka viszont egyáltalán nem tartja szegénynek. A nem aktívak körében 24 százalék a "teljesen szegények", 18 százalék a "nem szegények" aránya. A "néha szegények" aránya az aktívak körében 59 százalék, a nem aktívakéban 58 százalék. Azaz a néha szegények aránya majdnem azonos az aktívak, nem aktívak körében, a két póluson viszont szegénységérzetük arányai felcserélődnek: az érzékelt szegénység aránya 10 százalék, tehát jóval kisebb az aktívak csoportjában, míg a nem aktívak körében ennek majdnem háromszorosa a szubjektív szegények aránya. A "nem szegény" arány ezzel szemben 31 százalékos az aktívaknál, a nem aktívak körében pedig 17 százalék.

Az aktívak közül szegénynek a segéd- és betanított munkások érzékelik legnagyobb arányban, 18 százalékban, a családjukat, ugyanakkor a vezetők, értelmiségiek körében is 12 százalék a szegények aránya. A vállalkozók 60 százaléka érzi úgy, hogy családját elkerüli a szegénység. A vezetők, értelmiségiek körében 43 százalék ez az arány. Közülük majdnem ugyanennyien, 45 százalékuk néha szegénynek érzi családját. Szubjektíve "nem szegény" a szakmunkások, termelésirányítók 31, az irodai dolgozók 27 százaléka, míg a segéd- és betanított munkások csoportjában 11 százalék ez az arány. Azaz a segéd- és betanított munkások körében a "nem szegények" aránya jóval kisebb, mint más csoportokban. A szegénységérzet társadalmi jelenléte az aktívak körében 2000-re, az előző évek tendenciáihoz képest változásokat mutat: míg 1996-ban és 1997-ben egyetlen törésvonalat mutattak az adatok⁹, és pedig a betanított és segédmunkások csoportja volt a leszakadó réteg, addig 2000-ben a vezetők, értelmiségiek 12 százaléka is szegénynek érzi családját. A szubjektív "nem szegények" aránya két csoportban mutat az előző évek adatai szerint egyértelmű emelkedést: a vállalkozók és a szakmunkások körében. A többi csoportban fordított U alakú görbét ír le a "nem szegények" aránya: 1997-ben emelkedett 1996-hoz képest, míg 2000-re csökkent vagy az 1996-os szint közelére, vagy a vezetők, értelmiségiek körében ennél is alacsonyabbra. Tehát az aktívak körében a vezetők, értelmiségiek és a segéd- és betanított munkások csoportjában nőtt a szubjektív szegénységérzet, és csökkent a "nem szegények" aránya. A nem aktívak körében legnagyobb arányban a munkanélküliek és a nyugdíjasok érzékelik úgy 2000-ben, hogy családjuk teljesen szegény. Az előző évekhez képest a nyugdíjasok körében a szegénységérzet aránya változatlan maradt, míg a nem nyugdíjas inaktív keresők (pl. gyeseen lévők) és az eltartottak körében az 1996-os szint alá csökkent. A munkanélküliek szegénységérzete 1997-hez képest csökkent, de még így is magasabb, mint 1996-ban volt. A gyerekszám gyenge összefüggést mutat a szubjektív szegénységgel. Ennek egyik lehetséges oka az, hogy a többgyermekes családok száma viszonylag alacsony, a családok 52 százalékában nincs gyerek, 25 százalék az egy gyermekes, 16 százalék a két gyermekes, 7 százalék a több gyermekes családok aránya. Alacsony számuk a többváltozós bontást nehezíti, illetve torzíja az eredményeket. A háztartások nagysága szintén gyenge összefüggést mutat a szubjektív szegénységgel: legnagyobb a "teljesen szegények" aránya a két fős családokban, 23 százalék, legalacsonyabb az öt fős családokban, ahol 13 százalék a szegények aránya. (A háztartások

⁹ Dögei-Ferge 1998.

összetételéről nincsenek adataink.) Ugyanakkor az előző adatfelvételek eredményeihez hasonlóan, a szegénység szubjektíve az elváltakat, megözvegyülteket, házastárs vagy élettárs nélkül élőket sújtja leginkább. E mögött feltehetően a keresők alacsonyabb száma áll egyik magyarázó tényezőként.

Régiók szerint Észak-Magyarországon a legerősebb a szubjektív szegénység megélése, és Észak-Dunántúlon a legkisebb. Településtípusok szerint a szegénység érzete legerősebb a községekben és legkisebb mértékű a városokban, ugyanakkor a családjukat alkalmanként szegénynek érzők aránya községekben és városokban szinte azonos arányban magasabb, mint a megyeszékhelyeken és Budapesten. A "nem szegények" aránya a település nagyságával egyenes arányban nő, legtöbb "nem szegény" Budapesten él, arányuk 31 százalék, míg a községekben lakók 19 százaléka érzi a családját nem szegénynek.

A szubjektív szegénységre vonatkozó lineáris regresszió alapján az objektív szociológiai változók közül az iskolai végzettség, a munkajellegcsoport, a munkanélküliség, a 18 év alatti gyerekek száma, a biztonságok megélt deficitje, a biztonság-szabadság egyenlege magyarázzák 28 százalékban a szegénység érzetét. 1997-ben 0.33 volt a regresszióanalízis során kapott R négyzet értéke. Akkor az egyes magyarázó változók szignifikanciája erősebb volt.¹⁰

(...)

2. A rendszerváltás megítélése

2000-ben a kérdezettek több mint fele a rendszert rosszabbnak ítéli az előzőnél, 26 százalékuk ítéli jobbnak és 17 százalékuk ugyanolyannak tartja.

Van némi elmozdulás a rendszer megítélésében: miközben a rendszert negatívan megítélők aránya nőtt 1997-ben 1995-höz képest, addig 2000-ben 1997-hez képest 2 százalékpont csökkent, de még így is magasabb, mint 1995-ben volt. A rendszert jobbnak ítélők aránya egy U alakú görbét ír le az egyes adatfelvételek éveiben: 1997-ben volt a legalacsonyabb, s 2000-re ugyanolyan szintű lett, mint 1995-ben volt. A két rendszert ugyanolyannak ítélők aránya - miközben 1997-ben és 1995-ben azonos volt - 2000-re csökkent 1997-hez képest.

A rendszer megítélése nem függ szignifikánsan a kérdezettek nemétől, ugyanakkor a rendszerrel kapcsolatos vélekedéseket szignifikánsan befolyásolják más szociológiai jellemzők, mint az életkor, iskolai végzettség, munkajellegcsoport, családi állapot.

Az életkort tekintve, 2000-ben a legfiatalabbak ítélik meg legpozitívabban a rendszert és a 41-50 év közöttiek ítélik meg a legnegatívabban: a rendszert jobbnak ítélők aránya az életkor növekedésével fokozatosan csökken, míg a rendszert rosszabbnak ítélők aránya az életkor növekedésével eleinte nő, majd 50 éves kor felett csökken, de jóval felette marad a fiatalabbak csoportjában jelzett negatív véleményt adók arányának. A rendszer megítélése leginkább a fiatal, a 30 év alatti kérdezetteket osztja meg: ők csaknem azonos arányban tartják jobbnak és rosszabbnak a jelenlegi rendszert az előzőnél, míg a többi korcsoportban a kérdezettek több mint fele, illetve kétharmada negatívan viszonyul a jelenlegi rendszerhez.

A rendszer pozitív megítélése az iskolázottság növekedésével csaknem folyamatosan emelkedik (kivételt a 8 általános végzettségűek képeznek). A teljes mintában a kérdezettek 27 százaléka ítéli jobbnak a jelenlegi rendszert, ugyanakkor a középfokú végzettségűek 39 százaléka, a felsőfokú végzettségűek 51 százaléka minősíti pozitívan a mostani rendszert. A rendszer negatív megítélése ellentétes tendenciát mutat: az iskolázottság növekedésével csökken a negatív megítélés, kivételt a 8 általánost végzettségűek képeznek, akik az összes kérdezett 55 százalékos negatív véleményével szemben 73 százalékban minősítik negatívan a rendszert.

Az aktív kérdezettek fele 2000-ben rosszabbnak minősíti a jelenlegi rendszert, mint az előzőt, 18 százaléka értékeli ugyanolyannak, és csaknem egyharmada, 32 százaléka értékeli jobbnak. A foglalkozás és a rendszer megítélése szignifikánsan összefügg: a vezető beosztásúak és értelmiségiek fele jobbnak ítéli a jelenlegi rendszert, a vállalkozók 38 százaléka, az irodai dolgozók 27 százaléka, a szakmunkások, termelésirányítók 31 százaléka, míg a betanított és segédmunkásoknak csupán egyötöde ítéli jobbnak a rendszert az 1989 előttihez képest. Ugyanakkor az irodai dolgozók és a szakmunkások több mint fele, a segéd- és betanított munkások kétharmada rosszabbnak ítéli a jelenlegi rendszert.

A nem aktív kérdezettek negatívabban viszonyulnak a jelenlegi rendszerhez, mint az aktívak: 61 százalékuk rosszabbnak tartja a jelenlegit az előzőnél, tehát 11 százalékkal magasabb ez az arány, mint az aktívak körében volt. A rendszert ugyanolyannak értékelők aránya hasonló mindkét csoportban, viszont kisebb arányban tartják jobbnak a régi rendszerrel. A nem aktív kérdezettek utolsó foglalkozása szerint a volt irodai dolgozók (71 százalék) és a volt segéd- és betanított munkások (68 százalék) minősítik legnagyobb arányban rosszabbnak a jelenlegi rendszert. A volt vállalkozók 56 százaléka, a szakmunkások 48 százaléka, a vezetők, értelmiségiek 40

¹⁰ Dögei-Ferge 1998.

százaléka tartja rosszabbnak a jelenlegi rendszert. A volt vezetők és értelmiségiek a legmegosztottabbak a rendszer megítélésében: 47 százalékuk jobbnak, 40 százalékuk rosszabbnak minősíti.

A lakóhely és a régió szerint is szignifikáns különbségek vannak a rendszer megítélésében. A budapestiek a legmegosztottabbak a rendszerrel kapcsolatos véleményüket tekintve: csaknem azonos arányban minősítik a rendszert az előzőhöz képest jobbnak (44 százalék) mint rosszabbnak (42 százalék), ugyanakkor a megyeszékhelyeken lakók 64 százalék, a városiak 55 százalék, a községben lakók 56 százalék rosszabbnak ítéli a jelenlegi rendszert az előzőhöz képest. Régiók szerint az Észak-Magyarországon lakók ítélik meg legnagyobb arányban negatívan a rendszert, az itt lakók 71 százalék tartja rosszabbnak a jelenlegi rendszert.

A rendszer megítélése és az, hogy a kérdezett a szabadságokat vagy a biztonságokat értékeli fontosabbnak, szignifikánsan összefügg. A szabadságok és biztonságok egyenlegét tekintve, akik a szabadságot fontosabbnak tartják, mint a biztonságot, illetve mindkettőt azonos mértékben tartják fontosnak, a legpozitívabban minősítik a rendszert: 40 százalékuk jobbnak ítéli és 45 százalékuk rosszabbnak, míg a biztonságot 1-2 fokozattal fontosabbnak ítélik több mint fele rosszabbnak ítéli a rendszert, illetve a biztonságot ennél is fontosabbnak ítélik kétharmada rosszabbnak tartja a rendszert.

Összességében a 30 év alattiak, a legalább középfokú vagy ennél magasabb végzettségűek, a nőtlenek, a budapestiek ítélik meg legpozitívabban a rendszert.

(...)

3. Néhány társadalmi érték megítélése

Az elmúlt évek során több kutatásunkban foglalkoztunk azzal a kérdéssel, hogy az emberek hogyan élik meg néhány fontos érték változását. Feltételeztük, hogy a rendszerváltásban való csalódottságnak, sőt, időben növekvő csalódottságnak egyik fő oka a létbiztonságok meggyengülése lehet, másik oka a szabadságok megítélésének módosulása: a rendszerváltás egyik fő mozgatója és legfontosabb nyeresége a szabadságok megnövekedése. Valóban, mint ezt 1993 óta folytatott vizsgálataink mutatják¹¹, mindkét érték fontossága roppant nagy, bár nem minden szabadság vagy biztonság fontossága egyforma.

Szabadságértékek 2000-ben¹²

A kérdés egyik metszete az, hogy mennyire tartanak fontosnak bizonyos szabadságokat (sajtó, vallás, tulajdon stb.), a másik pedig, hogy mennyire látják ezeket biztosítottnak.

A szabadságok fontosságának megítélését tekintve 2000-ben a 11 érték fontosságának átlaga 5.3, az egyes értékek fontossága között 2 pont a legnagyobb különbség. Legfontosabb az orvosválasztás, a vélemény-nyilvánítás, az életforma-választás és legkevésbé fontos a pártalakítás és a civil szerveződés.

Ami a szabadságok biztosítottságát illeti, a szabadságok sorrendje ebből a szempontból eltér a fontossági sorrendektől: legszembeütőbb, hogy a második legfontosabb szabadság a vélemény-nyilvánítás szabadsága, amely a biztosítottság sorrendjében a 11 szabadság közül a tizedik, míg az ötödik legfontosabb szabadság, a sajtószabadság a biztosítottság szempontjából az utolsó. A szabadságok biztosítottságának átlaga 5.9. A leginkább biztosított a vallásszabadság, az utazás, az orvosválasztás és a pártalakítás. A legkevésbé biztosított a sajtó- és a vélemény-nyilvánítás szabadsága.

Az elvárások és a biztosítottság arányát tekintve: legnagyobb a deficit a vélemény-nyilvánítást, az életforma-választást, az orvosválasztást és a sajtószabadságot illetően, vagyis ezekkel az értékekkel kapcsolatban érzékelik az emberek azt, hogy az elvárásaikhoz képest kevésbé biztosítottak. Az elvártnál lényegesen nagyobb mértékben biztosított a pártszervezés, a civil szerveződés, a vallás, illetve valamivel nagyobb mértékben biztosított az utazás, a vállalkozás, a politikai szabadság és a tulajdon szabadsága.

¹¹ Minthogy a korábbi vizsgálatok csak városokra vonatkoztak, itt csak az 1995., 1996., 1997. évi eredményekkel hasonlítjuk a mai adatokat. A korábbi évek tendenciái azonban rendkívül hasonlóan az itt bemutatottakhoz.

¹² A szabadságokra vonatkozó két kérdésünk a következő volt: "Kérem, mondja meg, hogy a következő szabadságjogok mennyire fontosak Önnek. Értékelje 1-től 7-ig, ahol a 7-es azt jelenti, hogy nagyon fontos, az 1-es pedig azt, hogy egyáltalán nem fontos Önnek az adott szabadságjog. Tehát mennyire fontos Önnek a ...". A 11 szabadságérték a következő volt: vallásszabadság, vélemény-nyilvánítás, az orvosválasztás, a sajtószabadság, a pártalakítás, csoportok, érdekvédelmi szervezetek alakításának szabadsága, tulajdonszerzés, utazás, életforma-választás, vállalkozás, politikai szabadság." "És Ön szerint mennyire biztosítottak ezek a szabadságok? Kérem, értékelje most is 1-től 7-ig, ahol a 7-es azt jelenti, hogy teljes mértékben biztosítottak, az 1-es pedig azt, hogy egyáltalán nem biztosítottak.

Szabadságértékek alakulása 1995-2000 között

1995 és 2000 között a 11 szabadságértéket tekintve az értékek fontossági struktúrája nem változott, az értékek fontossági sorrendje gyakorlatilag mindhárom adatfelvételben azonos: legfontosabbnak tartott érték az orvosválasztás, a vélemény-nyilvánítás és az életmódválasztás (2. és 3. váltakozva), a legkevésbé fontos a pártalakítás és a civil szerveződés.

Az egyes adatfelvételek éveit tekintve 1995-ben a fontosságok választási átlagai között 2,1, 1997-ben 1,9 pont volt a távolság, 2000-ben 2,0. Az egyes fontosságok választási átlagai 1995-ben 6,0 és 3,9 között, 1997-ben 5,9 és 4,0, 2000-ben 6,3 és 4,3 között voltak. A szabadságértékek átlagos fontossága 1995-ben 5,4, két évvel később 5,2, öt évvel később 5,4 volt.

A változatlan értékstruktúrán belül néhány szabadságérték fontossága a vizsgált öt évben némileg megnőtt: felértékelődött a pártalakítás (+0.4), az orvosválasztás (+0.3), a tulajdonszerzés, a vallás, a civil szerveződés (+0.2) fontossága, továbbá valamelyest nőtt az életmódválasztás, a vélemény-nyilvánítás, a sajtószabadság (+0.1) fontossága, árnyalatnyit leértékelődött az utazás, a vállalkozás (-0.1), és teljesen azonos maradt a politikai szabadság fontosságának megítélése. Ugyanakkor 1995-2000 között - 1997-ben - csökkent leginkább az értékeknek tulajdonított fontosság, ez alól csupán a politikai szabadság kivétel, amit mindhárom évben, egymástól teljesen különböző mintákon azonos fontosságúnak értékelték az emberek.

Az egyes értékek érzékelt biztosítottsága némi elmozdulást, hullámozást mutat a különböző adatfelvételek éveiben, emellett bizonyos értékek biztosítottságát mindhárom évben szinte azonosnak ítélik az emberek: az utazás és a vallás szabadságát érzékelik a legbiztosabbnak, ezt követi az orvosválasztás, majd a pártszervezés. Legkevésbé biztosított a sajtószabadság, ez mindhárom időpontban az utolsó, azaz 11. az értékek sorrendjében. A vélemény-nyilvánítás 1995-ben és 2000-ben is a 10., az életmódválasztás pedig a 9. A pártszervezés szabadságát azonos mértékűnek ítélik mindhárom évben.

Kedvezőbbnek ítélik a tulajdonszerzés szabadságát 1997-ben és 2000-ben is, rosszabbnak ítélik a politikai szabadság és a civil szerveződés szabadságát az elmúlt évekhez képest. A vállalkozás szabadságának biztosítottságában hullámozást érzékeltek az emberek: 1997-ben érezték a legkevésbé biztosítottnak, ekkor az 1995-ös 7. helyről visszaszorult a 10. helyre, majd 2000-ben a 6. helyre került.

A szabadságok biztosítottságát tekintve, a biztosítottság aránya gyakran 100 százalék fölött van. Ez nem azt jelenti, hogy sokallják a szabadságok biztosítottságát. Csupán azt, hogy a biztosítottság - pl. a pártalakítás esetében - megvan, de ezt a szabadságot nem értékelik olyan magasra, mint mondjuk az orvosválasztás vagy a sajtó szabadságát. A szabadságok fontosságának és biztosítottságának a viszonyát tekintve, a kérdezettek három érték esetében érzékeltek deficitet az 1995 és 2000 közötti években: az életmódválasztás, a vélemény-nyilvánítás és a sajtószabadság esetében. Ez utóbbi két érték esetében az 1997-es évben némi változás következett be, ekkor a deficit megszűnt, majd 2000-ben ismét érzékelték az emberek.

Összességében tehát azt mondhatjuk, hogy jelentős szabadságdeficitet a polgárok nem érzékeltek 2000-ben Magyarországon.

(...)

Biztonságok 2000-ben¹³

Az emberek számára az egyes biztonságok - kivéve a politika kiszámíthatóságát - csaknem egyformán fontosak, majdnem maximális, átlagosan 6,7 a fontosságuk. Az értékek fontossági sorrendjében első a gyermekek jövője, ezt követi a lakhatás, a családi élet, a munkabiztonság, az egészségügyi ellátás, a jövedelem biztonsága, a közbiztonság és a politika kiszámíthatósága. A biztonságértékek biztosítottsága már hullámozó, leginkább a családi élet biztonsága adott, legkevésbé a közbiztonság.

A biztonságok fontosságának és biztosítottságának különbsége nagy, azaz jelentős deficitet érzékelnek az emberek: 50 százalék a közbiztonság esetében és 52 százalék a jövedelem esetében, azaz ezen két érték esetében a legnagyobb az emberek által érzékelt hiány, deficit. 61 százalékos a deficit a gyermekek jövőjét és 68 százalékos a munka biztonságát illetően. 71 százalék a politika kiszámíthatóságát, 72 százalék az egészségügyi

¹³ A biztonságokra vonatkozó két kérdésünk így hangzott: "Kérem, hogy a következő dolgok mindegyikéről mondja meg, hogy mennyire fontos Önnek a biztonságérzete szempontjából. Most is az előbbihez hasonló módon értékeljen 1-től 7-ig. Tehát mennyire fontos Önnek a biztonságérzete szempontjából az anyagi biztonság, a családi élet biztonsága, az egészségügyi ellátás biztonsága, a lakhatás biztonsága, munkahelyének biztonsága, gyermekei jövőjének biztonsága, a politika kiszámíthatósága és a közbiztonság?" Az egyes biztonságokra egyenként, egymás után kérdeztünk rá. "És hogy érzi, mennyire biztosak az Ön életében? Ismét értékeljen 1-től 7-ig, ahol a 7-es azt jelenti, hogy teljesen biztos, az 1-es pedig azt, hogy teljesen bizonytalan. Tehát mennyire érzi biztosnak...?"

ellátást, 79 százalék a lakhatást illetően. A legkisebb a deficit a családi élet biztonságát illetően, ebben az esetben 89 százalék.

Biztonságok alakulása 1995-2000 között

Az emberek számára mindhárom évben a legfontosabb biztonság a gyerekek jövőjének biztonsága. Ezt követi a lakhatás és a családi élet biztonsága. A munka biztonsága a nyolc biztonság közül 1995-ben és 1997-ben is a hetedik helyre sorolódott, míg 2000-ben a 4. legfontosabb biztonság. Ezen biztonság fontossága tehát 2000-re felerősödött az előző 5 évhez képest. Az egészségügyi ellátás biztonsága a két utolsó adatfelvételkor az ötödik helyre került az 1995-ös negyedik helyről. A jövedelem biztonsága az egyes évek fontossági sorrendjében 5-4-6, a közbiztonság hátrább sorolódik, és a politika kiszámíthatósága mindhárom évben az utolsó.

A biztonságok biztosítottságát tekintve a három adatfelvétel sorrendjei egyes értékek esetében azonosak, néhány érték esetében némi elmozdulást mutatnak: mindhárom évben azonosan első a családi élet biztosítottsága, ezt követi a lakhatás (2), az egészségügyi ellátás (3), a munka biztonsága (4), a gyermekek jövője (5), a politika kiszámíthatósága (6,7,6), a jövedelem biztonsága (7,6,7), és a közbiztonság (8). A legfontosabb biztonság, a gyermekek jövője tehát csak az ötödik az értékek biztosítottságának sorrendjében.

Az emberek mindhárom évben úgy érzékelik, hogy hiányzik a biztonság a mindennapi életükből. Legnagyobb deficitet a közbiztonságot, a jövedelmet, a gyermekek jövőjének biztonságát, illetve a politika kiszámíthatóságát illetően tapasztalnak az emberek. A három adatfelvételt összehasonlítva, a biztonságdeficit az egyes értékek esetében változik. Csökken a közbiztonság deficitje (44, 48, 50%), a gyermekek jövőjének biztonságdeficitje (57, 58, 61%), és a politika kiszámíthatóságának deficitje (62, 62, 71%). Növekszik a lakhatás biztonságának deficitje (86, 84, 79%), az egészségügyi ellátásé (81, 75, 72%), a munka biztonsága (72, 73, 68%), stagnál a jövedelembiztonság (51, 54, 52%), és a családi élet biztonságának deficitje (90, 88, 89%).

A biztonságok biztosítottságának és fontosságának egyenlege

A biztonságok biztosítottságából kivontuk a fontosságukat, így megkaptuk a biztonságok egyenlegét. Az előzőekkel összehangban a közbiztonság, a jövedelembiztonság és a gyermekek jövőjének biztonsága mutatja a biztosítottság-fontosság közti legnagyobb különbséget.

A szabadságok és biztonságok fontosságának egyenlege

A két érték fontosságának egybevetéséből számítottuk ki a szabadságok és biztonságok egyenlegét, amikor a szabadságok fontosságának átlagából egyénenként kivontuk a biztonságok fontosságának átlagát. A kérdezettek 18 százaléka számára fontosabb vagy ugyanolyan fontos a szabadság, mint a biztonság, míg a többi kérdezett számára csaknem azonos arányban 1, 1-2, illetve több fokozattal fontosabb a biztonság (28, 28, 26%). A nők számára, az irodai dolgozók és segéd- és betanított munkások, az alacsony iskolázottságúak és a teljesen szegények és a rendszert negatívan megítélők számára fontosabbak a biztonságok mint más csoportok számára. 1997-hez képest 2000-ben a szabadságot a biztonsággal azonos fontosságúnak vagy fontosabbnak érzők arányai az egyes foglalkozási csoportokon belül hasonlóbbá váltak: a vezetők, értelmiségiek, a vállalkozók és az irodai dolgozók aránya csökkent, a szakmunkásoké, segédmunkásoké nőtt, ugyanakkor a biztonságot a szabadságnál sokkal fontosabbnak tartók aránya a segéd- és betanított munkások kivételével csökkent. A segéd- és betanított munkások továbbra is jóval fontosabbnak tartják a biztonságot, mint a szabadságokat. A biztonságoknak szélsőségesen nagy fontosságot tulajdonítók aránya a kérdezettek iskolai végzettség szerinti csoportjaiban nagyon eltérőek: az alacsonyabb végzettségűek fele, illetve 32 százaléka tulajdonít nagy fontosságot a biztonságoknak a szabadságokéhoz képest. Összességében tehát az említett fontos változók szerint a kérdezettek nagyon megosztottak a biztonságok fontosságára vonatkozó véleményeikben. Megosztottságuk a szegénység szubjektív érzetével kapcsolatban kimutatott csoportspecifikumokkal azonos.

(...)

Irodalomjegyzék

Dögei Ilona-Ferge Zsuzsa (1998): A szegénységgel és az állami feladatvállalással kapcsolatos attitűdök. Zárótanulmány. MHP Műhelytanulmányok 9. TÁRKI, Budapest, szerk.: Sik Endre és Tóth István György. 164-169. o.

- Ferge Zsuzsa (1994): Szabadság és biztonság. 2000, 1994. augusztus.
- Ferge Zsuzsa et al. (1995): Societies in transition. International report on the social Consequences of the Transition, a survey carried out as part of the SOCO project initiated and coordinated by the Institute for Human Sciences Vienne. Crossnational report on five countries, prepared by Zsuzsa Ferge, Endre Sik, Péter Róbert, Fruzsina Albert. IWM, Vienna.
- Ferge Zsuzsa (1996): A rendszerváltás megítélése. Szociológia, 1996. 1. 51-74. o.
- Ferge Zsuzsa (1996): Freedom and Security. International Review of Comparative Public Policy, Vol. 7. 1996. 19-41. o.
- Ferge Zsuzsa (1997): A szegénységgel kapcsolatos attitűdök, Az ajtók záródnak (?), MHP Műhelytanulmányok 8. TÁRKI, Budapest, szerk.: Sik Endre és Tóth István György. 122-128. o.
- Ferge Zsuzsa-Dögei Ilona (1997): Rövid kiegészítés az adótudatosság kérdéséhez, Az ajtók záródnak (?), MHP Műhelytanulmányok 8. TÁRKI, Budapest, szerk.: Sik Endre és Tóth István György. 143-147. o.
- Ferge Zsuzsa-Dögei Ilona (1998): Néhány társadalmi érték megítélése - az állam szerepe. Zárótanulmány. MHP Műhelytanulmányok 9. TÁRKI, Budapest, szerk.: Sik Endre és Tóth István György. 170-177. o.
- Ferge Zsuzsa (2000): Elszabaduló egyenlőtlenségek. Társadalomtudományi olvasókönyvek. Hilscher Rezső Szociálpolitikai Egyesület és ELTE Szociológiai Intézet Szociálpolitikai Tanszék. Budapest.

(*Esély c. társadalom- és szociálpolitikai folyóirat 2002/4.*)

Könyvajánlat

Szmadám György: Zé, ó és ó **Egy emberkert kacagató tragédiái** Kortárs, Bp. 2002.

Szmadám György, a jeles képzőművész, az élet iskolájában nem akármilyen tanulmányokat folytatott. 1967 és 1975 között az Állatkertben oroszlánápoló, majd a nagyragadozók főápolója volt. Emlékeit, élményeit - több évtizednyi érlelés után - most végre közreadta sok szeretettel, humorral, s nem utolsósorban nagy ember- és állattani ismerettel megírt könyvében.

Szmadám egyszerű, de mégsem könnyű írói technikát választ: anekdotákkal megtűzdelt, a figurák lényegét felvillantó, sorsukba belevilágító, remekbe szabott portrékban mutatja be szereplőit. Sajátos tenyészet ez itt a Városligetben, olyan, akár egy büntetőtelep: csupa lecsúszott alak, vakvágányra futott sors, a Horthy-rendszer hajótöröttjei, priuszosok, alkoholisták és tengődő fiatalok.

A szereplők át- meg átjárnak egymás történeteibe, részt vesznek egymás életében, munkájában, egymás szavait, magatartását minősítik és jellemzik. A portréfűzér darabjai egymás után olvasva összeadódnak és egy új minőséget adnak ki. Lassanként rájövünk, ez a látszólag egészen egyedi közeg, ez a maga nemében különlegesnek számító kis világ - mozgástörvényeiben, a szereplők magatartásában, reflexeiben, félelmeiben és vágyaiban - nagyon is pontos lenyomata a hetvenes évek eleji Magyarországnak, a kádár-rendszer légkörének, moráljának és szokásainak.

A megfogalmazásukban, tömörségükben gyakran Örkény egyperceseit idéző történetekben, történet-töredékekben, vidám és szomorú pillanatokkal, kilátástalan élethelyzetekkel, igazi drámákkal ismerkedhetünk meg.

E kellemes és szórakoztató olvasmány olyan rafináltan hat, akár az igazán nemes borok, s élvezetét Gyulai Líviusz pompás rajzai még teljesebbé teszik.¹⁴

Kulcsár Zsuzsanna: Egészségpszichológia ELTE Eötvös, Bp. 2002.

A kötet nem csupán a szakember, hanem a lét alapkérdései iránt érdeklődő valamennyi olvasót megszólítja, újszerű szempontokkal gazdagítja. Kiemelkedő jelentőségét az adja, hogy személyiséglélektani szempontból újrafogalmazza az egészségpszichológia tartalmát, középpontba állít több olyan kérdéskört, mely máshol alig

¹⁴ Gervai András ajánlata

fellelhető. Ezek: a betegség, haldoklás, halál mint személyiségfejlődési lehetőség aspektusai, valamint az altruizmus és empátia összefüggései, a segítőhivatásúak személyiségfejlődési feltételei. Ez a kötet már "bizonyított", hiszen a boltok polcairól hamar a vásárlók kosaraiba került, így most az újrakiadást ajánlhatjuk (amíg kapható).

H. J. Eysenck - M. W. Eysenck: Elmevadászat
Kairosz, Bp. 2001.

Napjainkban a tudományok, a tudományosság és általában a gondolkodás hihetetlen rangvesztését figyelhetjük meg. Ennek az sem mond ellent, hogy bizonyos szakismeretek, "egydimenziós képességek" piaci értéke növekszik. Technikai civilizációnk relatív fejlettségéhez képest azonban a társadalom mélyfolyamatairól a magáról az emberről vajmi keveset tudunk. (Talán mert nem is karunk: cselekedeteinket nehogy el kelljen téríteni a korszellem, pontosabban a hatalom által megszabott "racionalitás" ösvényeiről). Hans és Michael Eysenck nehezen fordítható (Mindwatching), magyar nyelven Elmevadászat címmel megjelent könyv a laikus lélekbúvárok számára rendkívül érdekes olvasmány. Vélem, a szakemberek egy része provokatívnak, esetleg komolytalannak minősíti majd. Szerény ismereteim szerint a szerzők - apa és fia - mondanója semmiképpen sem komolytalan; a bemutatott szociálpszichológiai kísérletek leírása, kritikája és összegzése korrekt. Ezeket a kísérleteket jó harminc-negyven éve végezték, többnyire az USA-ban. A tervezők szociálpszichológusok, pszichofilozófusok, stb. voltak, míg a közreműködő alanyok jobbra egyetemi hallgatók. Ez a könyv csakugyan "átfogó munka"; tagolása, szerkezete kimondottan olvasóbarát. A szöveg narratív tónusa a nyugodt, tárgyilagos, lényegkereső figyelem állapotát keletkezteti bennünk, holott bővelkedik izgalmas meglepetésekben, merészen tetsző következtetésekben. A szerzők elsősorban ismertetnek: kísérleteket és szakmai vitákat rekonstruálnak, ám a megalapozható, definitív kijelentésektől sem zárkoznak el, s ezeket a szakma tekintélyes, klasszikus irányzataival és képviselőivel is megütköztetik. (pl. a behaviorizmussal, a freudizmussal, sőt Freuddal.) Az Elmevadászat nem nevelési, életvezetési vagy mentálhigiéniai tanácsadó. Direkt útmutatókat, javaslatokat tehát ne keressünk benne. Mégis tanulhatunk belőle, nagyon is sokat. Mert ami megvalósul és hatásába von a kötetet olvasván, az nem a szerzők didaktikus szándéka, hanem a "tükör pedagógiája". Mi magunk kezdjük el keresgélni lehető legprecízebb önképünket az esetek és a reakcióformák között.¹⁵

Judith Viorst: Szükséges veszteségeink
Háttér, Bp. 2002.

Mi mindent veszítünk el életünk során? Mindnyájunkat érnek különböző veszteségek; el kell hagyni a biztonságos anyaméhet, kistestvérünk születésekor elveszítjük az anya kizárólagos figyelmét, növekedvén elveszítjük a sírás és indulatkitörés jogát, iskolába kerülvén a mentességet a feladatok és felelősség alól. Felnőttként elveszítjük a szülőket, barátokat, szerelmeket, lakhelyet, munkahelyet, kedvenc állatainkat, megöregedve régi képességeinket, egészségünket. Szinte beleszédülünk ebbe a felsorolásba... A könyv azonban mégsem pesszimista búsongás a sok gyászban. A szerző irodalmi példákon, pszichoterápiás eseteken, baráti körből és saját tapasztalatából merített epizódokon illusztrálja a veszteségek különböző feldolgozási módjait - főként azt, hogy a veszteségek helyzetéből hogyan kerülhetünk ki megerősödvé, fejlettebb személyiségként.

Thomas Gordon - Noel Burch: Emberi kapcsolatok
Gondolat, Bp. 2002.

A Gordon-könyveknek egykor nagy kultusza volt. Merőben új hatékony technikát ajánlottak a problémakezelésre. Sorban elsőként a szülő-gyerek viszonylatban, majd a tanár és tanítványban jelentek meg a kötetek. Ezek voltak a P.E.T., ill. a T.E.T. könyvek. Szép, sárga kötésük vonzotta a szemet, s az akkori,

¹⁵ Csajka Gábor Cyprián ajánlása

rendszerültést megelőző időszakban, amikor a lélektan - hivatalosan - még merőben a pavlovi reflexek szintjén mozgott, izgalmas vállalkozás volt a lélekhez való közelítés.

A Gordon-problémakezelés első lépése, hogy eldöntsük, kié a probléma. Az enyém vagy azé, akivel a konfliktus kialakulóban van. Mert, ha csak az övé, akkor bizony egész másként kell közelíteni. Egész pontosan, az ő batyuját nem nekünk kell hurcolni; de ha közös, akkor bizony fel kell ismerni, hogy milyen nehéz, mi van benne, és miként kellene cipelni, vállra vetve, háton vagy vonszolva, de az is lehet, hogy elegánsan ki kell dobálni belőle ezt-azt.

A problémamegoldás emelkedettebb módszertana nemcsak a viselkedésnél követel meg önfegyelmet, hanem már az olvasáskor is. Ugyanis sajátos frusztrációt gerjeszt, menet közben derül ki. Mi mindenre reagáltunk rosszul, s mit rontottunk el eddigi életünk során. Kemény dűhrohamokat vált ki a mulasztás, ezért jobb, ha a könyv olvasásakor senki nincs környezetünkben, akin gyakorolni lehetne ezeket a módszereket. Nem szimpla türelem a kulcsszó, hanem olyanok, mint énüzenet, nyitott kérdés, tükrözés, közlés-sorompó és természetesen a problémaablak.

Aki ama sárga könyvekben olvasottakat elsajátította, annak ez csak szellemi fazonigazítás, amire nem jön rá magától, arra rásegíti e mostani. Aki azonban most először találkozik Gordon papa módszerével, kicsit felületesen ugyan, de élvezettel merülhet el a merőben újnak ható kapcsolatmegközelítésben. Mentés ez a módszer a híglévű amerikai sikertanoktól, végy egy kis ezt, meg azt, és majd eredményeid lesznek. Ennél többről és jobbról van szó, de mégiscsak kedvcsinálónak fogandó fel eme mostani, s majd ajánlatos fellapozni a báziskönyvet, s abból méríteni a lényegét.¹⁶

Kocsis L. Mihály: Végszavazás a halállal

Színészsírató öt felvonásban, két közjátékkal, prológgal és epilóggal
Minerva, Bp. 2002.

„Amint mind mélyebbre beástam magam ezeknek az embereknek a színházi és mindennapi életébe, ha a tragédiák végső megfejtéséig nem juthattam el, azt dokumentálhattam: miféle korban és közegben éltek-haltak. A szorongató légkör, a tehetséget fojtogató kiserűség, a magánélet megannyi kudarca, csődje bizonyára belejárta abba, hogy a talán genetikusan is adott tulajdonságok, a szuperérzékeny lelkialkat „hatásai” mintegy megsokszorozzák egymást, s az önkéntes halál folytonos gondolatától, nemegyszer a kísérletektől a tényleges (szakszóval: befejezett) öngyilkosságig vezessenek...

Pszichiáterek is elmondják gondolataikat a könyvben. Az általánosítás síkján éppúgy, mint konkrét esetekben. Említik a statisztikákat, amelyek kimutatják: lélekszámhoz viszonyítva nálunk az öngyilkosságok száma vagy száz esztendőn át a nemzetközi „élmezőnyben” volt. Folyt az elemzés, találgatás, szóba került az országot sújtó sok tragédia, a nyomorúság, betegség stb. De hát - akár a térségünkben is - más országok népét is sújtották hasonló csapások...

Egy jelentős amerikai vizsgálatból egyébként az a furcsa dolog derült ki: a művészeké - noha sokan így gondolják - nem a legveszélyeztetettebb társadalmi csoport. De például a fegyveres testületek tagjai, vagy - ami talán meglepő - a bányászok sokkal veszélyeztetettebbek. Kötetemben azért egy közös okot megemlítek; ez pedig bizonyos lelki rugalmatlanság. Az adaptációs készség hiánya, vagy annak elvesztése kétségtelenül motiválta e művészberek végzetes cselekedetét. Ezt óvatosan olyan lelki predesztinációnak nevezem, amelynek következménye lehet a tragédia...”

Kocsis L. Mihály

Polcz Alaine: Élet és halál titkai

Pont, Bp. 2002.

"Legnagyobb sikerem a szakácskönyvem volt - 30 ezer példányban jelent meg, most megint újra nyomják - szerintem azért, mert végre egyszer nem a halálról írok. Azt is mondják, beloptam a szakácskönyvet az irodalomba.

A legkevésbé fogyó könyvem, amellyel a legtöbbet dolgoztam az *Élet és halál titkai* - azaz, mit mondjunk a gyerekeknek a halálról. Ez nekem nagyon fontos, mert mint az özönvíz önti el gyermekeinket az agresszív halál, és nem tudnak úszni. Mi nem tanítjuk meg őket, mit sem tudnak a halál lényegéről, a békés halálról, a halál következményeiről, mit jelent azok számára, akik gyászolnak és annak, aki meghalt. Ők csak azt látják, hogy robbantanak, lönek, szúrnak, egy jobb akciófilmben legalább harmincan meghalnak. Komputertéjékekkel is ölnék, a következményeket láthatjuk."

Polcz Alaine

¹⁶ Bagota Edit ajánlata

Kun János - Kun Jánosné: Szeretetfürdőben

Érzelempőzpontú szexualitás és harmonikus párkapcsolat

Kun János - Kun Jánosné: Élők gyönyöre a szerelem

A sokszínű szerelem és erotika a szépirodalomban

Arkadas, Debrecen, 2002.

Kun János és felesége, a pszichológus Nagy Valéria 1984-ben kezdte el járni az országot a Szeretelművészet, ill. Szerelem, szerelem, átkozott gyötrellem című előadásával, melyet rendhagyó osztályfőnöki órának szántak. Ötletük az érzelmpőzpontú, szakszerű szexuális felvilágosítás iránti akkori (és ma is aktuális) igény szerint fogant. Azóta már több mint százötvenezer általános és középiskolához jutott el a Szeretelművészet. Módszerük azóta védőnők és orvosok számára akkreditált továbbképzésen szerepel, a Nyíregyházi Főiskolán pedig tantárgy lett.

A Szeretelművészet című könyv most új, bővített kiadásban jelent meg, s vele együtt egy másik kötet: Élők gyönyöre a szerelem című „erotikus szeretet-almanach”. Ez utóbbi válogatás a magyar és a világirodalom igényes szépirodalmi műveiből.

Ajánlatképpen két szakember megjegyzése:

„Lehet, hogy én jobb szexológus vagyok, de a szexológiát ti emeltétek művészi rangra.” - *Lux Elvira*

„Biztos vagyok benne, hogy ez a könyv a szexuális nevelés folyamatában jelentős állomás lesz.” - *Buda Béla dr.*

Rudolf és Margot Wittkower: A Szaturnusz jegyében

Osiris, Bp. 1996.

A művészekkel kapcsolatban mind a közvélemény, mint pszichológusok, szociológusok, művészetkritikusok azt a nézetet vallják, hogy különböznek tőlünk, „normális emberektől”. Talán ezért is nézünk rájuk más szemmel, ezért értünk meg viselkedésükben olyan mozzanatokot, amelyek más személyeknél megbotránkozhatnának. A hétköznapi életben is gyakran használunk olyan kifejezéseket: „művészlélek”, „művésztársadalom”, „művészegyéniség” stb.

A másság az, ami a művészek sajátja?

Rudolf Wittkower és Margot Wittkower erre a kérdésre próbál válaszolni a Szaturnusz jegyében című könyvükben. Megpróbálják feltárni azt, hogy miért alakult ki ez a kép az emberek tudatában. Nyomon követik az európai művészi öntudatra ébredését, szerepének és társadalmi helyzetének változásait az ókortól a romantikáig. Mindehhez többféle forrást is felhasználtak: semleges dokumentumok adatait (szerződéses, bírósági jegyzőkönyvek stb.), művésznaplókat, önéletrajzokat, leveleket, elméleti és életrajzi írásokat.

Szaturnusz ősi római istenség, a vetések és megművelt mezők védője (satus: vetés). Ő tanította meg az embereket a különböző mezői munkákra, uralma pedig egyet jelentett az aranykorral, amikor nem voltak háborúk, nem volt rabszolgaság. A rómaiak erről évente december második felében, a Saturnáliák ünnepségsorozatán emlékeztek meg: ez volt a féktelen jókedv, evés-ivás, ajándékozás ideje.

A Szaturnusz bolygót a melankolikusok bolygójának tartották, és a reneszánsz idején úgy találták, hogy koruk művészei e bolygó sajátosságait hordozzák magukban: kreativitás, tünődés, szemlélődés, magányosság.

Ez a két leírás (az istenről és a bolygóról) jól visszaadja azt a kettősséget, amely egyrészt az elidegenedett, magányos, a többiek felett álló művészt jellemzi, másrészt a vad, tivornyázó, az életet a maga teljességében megélő személyt tükrözi.

Már az ókorban élt az a felfogás, hogy egy ember jelleme és műveinek sajátosságai között szoros megfelelések vannak. Valóban vannak olyan esetek, amikor úgy tűnik: a művész jelleme, viselkedése és művei összhangban állnak (pl. Raffaello, Rubens).

Mégis: sok szerző beleesik abba a hibába, hogy belevetíti mindazt a tudást egy-egy alkotásba, melyet egy adott alkotó életéről tud.

A pszichológusok pedig különösen hajlottak arra, hogy a művész-személyiséget tipizálják. Az első ilyen tipizáló Lombroso volt, aki összehasonlította, hogy reagálnak bizonyos klimatikus tényezőkre, illetve az alkoholra az alkotó emberek és az elmebetegek. Emellett áttekintette az öröklési, faji és földrajzi tényezőket is.

Következtetése szerint: „...a zseniális ember pszichológiája sok ponton találkozik az elmebetegek patológiájával”.

Lombroso óriási hatással volt még a XX. századi pszichológusokra is. A Pannenburg fivérek pl. statisztikai módszerek segítségével próbálták a művészeteket tipologizálni. Eredményeik szerint a festők megbízhatatlanok és pontatlanok, álmodoznak, rendetlenek és a szabadság megszállottai. Velük szemben viszont a szobrászok kötelességűdők, tartózkodók, komolyak és pontosak.

Kretschmer főként a pszichológiai jelenségek fiziológiai feltételeire összpontosított. Átfogó tipológiai rendszert és fajelméletet alkotott, melyeket „nagy műalkotásokkal és tudományos módszerekkel támasztott alá”.

A pszichoanalitikusok különösen előszeretettel vetették rá magukat a művészekre és műveikre. Ők már a neurotikus művészt állították a régi örült és melankolikus művész helyére. A műalkotások vizsgálatakor a művész személyiségében uralkodó esetleges neurotikus vonásokat igyekeztek felfedezni. A személyiségproblémákat a művészi alkotások mögötti indítékoknak tekintették, a műveket pedig a személyiség egyik dimenziójának. Úgy vélték, hogy ezek az elfojtások valamint a szublimációk feloldásából erednek.

Freud például külön tanulmányt szentelt Leonardónak. Tanulmánya megírásakor a művészettörténészek által jól ismert dokumentumokra és irodalmi anyagokra támaszkodott. Szerinte Leonardo életében és művészetében különösen két dolog játszott fontos szerepet: az, hogy törvénytelen gyermek volt, és az, hogy homoszexuális hajlamai voltak.

A könyv szerzői több tematika mentén igyekeznek bemutatni a művészekről kialakult mítoszok eredetét, korok szerinti alakulását és ezek valós vagy valótlan hátterét. Érintik többek között a szerelem-nötlenség, a homoszexualitás, a pénz és erkölcsatlenség kérdését is.¹⁷

Idézetek

Fogadjuk el magunkat olyannak, amilyenek vagyunk, aztán kezdjük el dolgozni a jobbításon.¹⁸

Ellenezni sokkal kényelmesebb, mint támogatni. Támogatni: munka. Tagadni: szórakozás.¹⁹

Visszavonok mindent, amit valaha is mondtam, nehogy elveszítsem, amihez még nincs kulcsom: a lelkem.²⁰

A salétromról, a kénről és a szénről való tudásunk mindaddig nem teljes, amíg nem teszünk szert arra az ismeretre, hogy ha összekeverik őket, puskapor lesz belőlük.²¹

Azon nemzet, mely emlékeit veszni hagyja, azzal saját síremlékét készíti.²²

Amíg a hallgatásból eljutunk a meghallgatás pozíciójába, a telefonban feltűnnek előttünk érthetetlen fordulatok. Beszélgetni róluk annyit jelent, mint felszínre hozni a valóságot.²³

Ideje már lassan rehabilitálni az arany középutat. Annyi időn át hamisítódott meg a színe, az íze, az értelme, azonosítódott ama langyosokkal, kiket az Úr is kiköp, annyi időn át tévesztették össze a határozatlansággal, a tétovasággal, a bátortalan kerülgetéssel, annyiszor állítottuk, hogy a középut dehogyis arany, inkább sár, lusta massa, gyáva óvatosság, szókimondás helyett dadogás, becsületes kiállás helyett ötölés-hatolás, opportunizmus - hogy lassan már az sem mert a középuton járni, aki tudta: az vezet a célhoz... Mégis azt mondom: nem másutt - az arany középuton kell igazán bátran haladni.²⁴

¹⁷ Kiss Virág ajánlása

¹⁸ Maxwell Maetz

¹⁹ Bodor Pál

²⁰ Bohumil Hrabal

²¹ Zygmunt Bauman

²² Ipolyi Arnold

²³ Alfred Vannesse

²⁴ Bodor Pál

Aki Vonzónak talál minket, azt sohasem találjuk ellenszenvesnek vagy teljesen érdektelennek.²⁵

Az álmok valóra is válhatnak, különben a természet nem ösztönözne bennünket arra, hogy álmodjunk.²⁶

A féligazságnak rendszerint még a fele sem igaz.²⁷

A könyveket ugyan nem berendezési tárgynak készítik, de nincs a világon semmi más, amivel ilyen széppé lehetne berendezni az otthonunkat.²⁸

Becsület nélkül az Istennek minden adományai keserűek.²⁹

Elárulom a titkot, amely segített nekem, hogy célba érjek. Az én erőm egyedül a makacs kitartásomban van.³⁰

Az emberiség legősibb gyógymódja nem más, mint a gondosan megválasztott vigasztaló szavak.³¹

infó IV. évfolyam, 6. szám.

Lezárva: 2002. november 26-án, Debrecen.

²⁵ Alice Ferhey

²⁶ John Updike

²⁷ Bern Williams

²⁸ Henry Ward Beecher

²⁹ Széchenyi István

³⁰ Louis Pasteur

³¹ Louis Nizer

"Segítőkéz" Lelkiségi Telefonszolgálat

4024. Debrecen, Varga u.1.

e-mail: debrecen27@sos505.hu

Az Infó megjelenését támogatta: DMJV Polgármesteri Hivatal, Kulturális Osztály, Debrecen.

Kozma Ferencné, © Rénes László ®