

Tartalom:

Bevezetés
Rövid hírek, információk
Önkéntesek Hete
Az öngyilkosság figyelmeztető jelei
25 alapelv öngyilkosokkal folytatott beszélgetésekhez
Szociális ellátórendszer
Szupervízió
Dacból nem evők
A neurózis hasznos oldala
Könyvajánlat
Idézetek

Bevezetés

Az hatodik évfolyam 2. számát, egyébként pedig a 37. megjelent lapunkat tartja kezében az Olvasó.

Nemcsak a telefonos ügyelőinknek szerkesztjük az *Infót*, hanem a "külső" érdeklődőkre is számítunk. Leginkább azokkal a cikkekkel, tanulmányokkal jelenünk meg ezeken a hasábozon, amelyek vagy bemutatják a munkánkat, vagy a szakterületünkön is hasznosítható ismereteket tartalmaznak.

A telefonos segítői munkát, sikereinket és nehézségeinket csak szűkebb szakmai körökben ismerik, pedig ez a „mozgalom” talán az egyik legrégebbi önkéntes, karitatív szolgáltatás hazánkban. Szeretnénk, ha módunkban állna egy kicsit többet megmutatni a munkánkból. Ezt a célt szolgálná a kiadványunk is, s a benne szereplő cikkek és tanulmányok.

Debrecen, 2004. október 21.

Rénes László (szerkesztő)

No. 37.
No. 37.

Rövid hírek, információk

- A **Forrás Lelki Segítők Egyesületének Szenvedélybetegek Nappali Intézménye** szenvedélybetegek hozzátartozói részére önszorgú csoportot szervez. A szenvedélybetegségek természetéből adódik, hogy a hozzátartozónak, ismerősnek hamarabb gondot okoz a mértéktelenség, előbb kérnek segítséget. Fontos, hogy az őket megterhelő élethelyzetek feldolgozásához segítséget kapjanak már akkor, amikor a szenvedélybeteg még nem motivált a változásra. A családok rendszerszemléletű megközelítését alapul véve a hozzátartozóknak nyújtott segítség hozzásegíti ahhoz, hogy mind az egyén, mind a család konfliktus mentesebben élhessen, mivel az egyik családtag változása az egész családi környezet változását eredményezheti. Várják mindazok jelentkezését, akiknek családjában, környezetében gondot okoz az alkohol, drog, játék, gyógyszerfüggőség. Térítésmentesen minden páratlan héten, csütörtökön 16-18 óra között a Forrás Közösségi Klubban (Db., Angyalföld tér 11. Tel.: 428-004).

- A **Kezünket Nyújtjuk Támogató Szolgálathoz** olyan beteg, fogyatékos vagy idős emberek fordulhatnak, akiknek a családtagjai nem tudják a rászorulókat teljes mértékben ellátni. A gondozó szolgálat munkájába a személyi tanácsadástól a rászoruló szállításáig sok minden beletartozik (segítségadás a különböző szociális ügyekben, közreműködés az ellátást igénybe vevő háztartásában, személyi kísérés és ügyintézés az egészségügyi, szociális, illetve egyéb szolgáltatóknál stb.). Munkanapokon 8-tól 10 óráig tartanak fogadóórát a Thomas Mann u. 3/a alatt, ill. a 439-677-es telefonszámon. Ez után a 20-4967-345-ös számon egészen estig adnak felvilágosítást a szolgáltatásaikról.

- Klasszikus panasziroda a debreceni városházán nincs, de a **szervezési osztály** feladata a lakosok szóbeli, ill. írásbeli észrevételeinek a kezelése. Ez azt jelenti, hogy telefonon időpontot egyeztetnek az ügyféllel, s erről írásban is értesítik. Tájékoztatók az előzményekről, a hatályos jogszabályokról, körülményekről stb. A „**tisztségviselői fogadóórára**” tehát az 511-400-as telefonszámon lehet bejelentkezni, mindenki észrevételével foglalkoznak, ha az közérdekű, s olyan probléma, ami a városi vezetés kompetenciájába tartozó.

- Már működik, igénybe vehető a **PO(S)itív Életútért Egyesület** új szolgáltatása a jogi segítségnyújtás! Forduljon hozzánk bizalommal, ha hiperaktív, figyelemzavaros, beilleszkedési nehézségekkel küzdő gyermekével kapcsolatban jogi problémája akad, segítségre lenne szüksége! A kérdésekre munkatársunk, Máté Veronika válaszol. Amennyiben mi nem vagyunk kompetensek a felvetett kérdéskörben, felkutatjuk azt a személyt vagy intézményt, akivel vagy amellyel célszerű közvetlenül kapcsolatba lépnie. Senkit sem hagyunk válasz nélkül!
Bővebb információt találhat egyesületünkről, tevékenységünkről a www.positiv.hu oldalon.
Munk Katalin elnök

- A Az idős, ápolásra szoruló családtag elhelyezésében segíthet a **Kenézy-kórház ápolási osztálya**, ahová a hozzátartozó vagy maga a beteg kérheti felvételét. Az

előjegyzésben a várakozási idő kb. két hónap. Mindössze 32 női és 10 férfi helyük van. Nem vesznek fel az osztályra gondnokság alatt lévő, pszichiátriai kezelés alatt álló és daganatos beteget. Három hónapig lehet itt tartózkodni, de az ellátás újra igényelhető. Ha igénylik, akkor lelkész, fodrász, pedikűrös keresi fel a betegeket. Az ápolásért fizetni kell, az első napra 4000 Ft, minden további napra 1500 Ft a 24 órás, teljes körű gondoskodás. Érdeklődni a Kenézy-Kórház zöldszámán is lehet, a 06-80-204-414-es telefonszámon reggel 7-től este 18 óráig.

- **Észrevételek az Igazságügyi Minisztériumból az önkéntes törvény kapcsán**
Megkapta az IM észrevételeit az önkéntes törvénytervezetről az Esélyegyenlőségi Kormányhivatal, Civil Kapcsolatok Igazgatósága. A hivatal által gondozott és korábban az Önkéntes Központ Alapítvány (ÖKA) által vezetett országos civil előkészítő folyamat részeként megszületett törvénytervezet ezzel túl van az első kormány szintű egyeztetésen. Információink szerint az IM nagyon kedvezően fogadta a tervezetet és abban csak apróbb javításokat eszközölt. Ez azért is fontos tény, mert a két tárca a törvény társelőterjesztője.

Így immár semmi se lehet akadálya annak, hogy elindulhasson az úgy nevezett kodifikációs folyamat, mely során a tervezetet minden érintett szaktárca megkapja véleményezésre. A vélemények visszaküldése után a véglegesített tervezet kerül majd a Kormány, s később az Országgyűlés elé. Reményeink és információink szerint a parlamenti szavazás, még idén ősszel megtörténhet, amit az is megerősít, hogy úgy tűnik a kellő szándék és a politikai eltökéltség is meg van a parlamenti pártok részéről.

Amennyiben komolyabb akadály nem jön közbe a Parlament által elfogadott törvény kapcsán, 2005 januárjától idehaza is létrejöhet az önkéntesség és az önkéntesen tevékenykedők jogállása, mely a későbbiekben akár lehetséges kedvezményekkel is társulhat.

(Forrás: a Közösségi Adattár Hírlevele: Civil-net, Debreceni elektronikus hírlevél, a NIOK elektronikus hírlevele, Debrecen Újság, Hajdú-Bihar megyei Napló, a Hajdú-Bihar megyei Civil Szolgáltató Központ Civilizáció c. hírlevele, Cívis Futár, Önkéntes Központ Alapítvány)

Önkéntesek Hete



Az önkéntesek is gazdagodnak munkájuk során

Az önkéntesek hete volt ez a hét. Már tíz évvel ezelőtt is 18 milliárd forintnyi munkát végeztek önkéntesek országszerte a legkülönbözőbb területeken.

Ahhoz, hogy valaki valamilyen tevékenységre jelentkezzen, sem a végzettség, sem a kor, sem a lakóhely nem akadály. A legkülönbözőbb munkákra várnak önkénteseket, és jönnek is jelentkezők. Nyugat-Európában a nemzeti össztermék 8-14 százalékát teszi ki tevékenységük értéke, nálunk a KSH négy évvel ezelőtti adatai szerint 20 milliárd forint ez az összeg.

- *Körülbelül hány önkéntes dolgozik ma Magyarországon?*
- Nagyon nehéz megmondani, ugyanis a legutóbbi felmérés 10 évvel ezelőtt készült, mely alapján 400.000 ember végzett önkéntes tevékenységet. Ennek átszámított értéke 18 milliárd forint volt. Idén tervezünk egy újabb felmérést – *mondta Hadrévy Borbála az Önkéntes Központ Alapítvány munkatársa.*
- *Lapozgattam az www.onkentes.hu internetes oldalon, ahol nagyon sokfajta munkalehetőséget kínálnak azoknak, akik ingyen felajánlják munkájukat.*
- Nagyon változatos lehetőségeket lehet találni a <http://www.onkentes.hu> oldalon, ezek között szerepel irodai segítség, illetve szemétszedés, takarítás, vak gyerekek mozgássegítése.
- *Tapasztalatai szerint általában kik vállalnak önkéntes munkát?*
- Nem lehet behatárolni azt, hogy melyik az a korosztály, vagy melyik az a végzettség, amihez az önkéntességet lehetne kötni. A 16 évestől a 77 évesig, sőt még idősebb emberek is jelentkeznek nálunk. Van otthonvégezhető önkéntes tevékenység is, vagy amelyik nem kötött végzettséghez.
- *Az önkéntes munkáért nem jár pénzbeli fizetség, de mégsem ingyen munkáról van szó.*
- Azt szokták mondani nekünk az önkéntesek, akik jelentkeznek hozzánk, hogy ők azt hitték, hogy ez nagyon nagy segítség lesz annak, akinek adják a tevékenységüket, az idejüket, az energiájukat, de tapasztalataink szerint ők sokkal többet kapnak az önkéntes munkából, mint amennyit ők adnak. Odafigyelést, szeretetet, valahova tartozást, tapasztalatokat, sok helyen képzés is kapcsolódik az önkéntes tevékenységhez.

Szabó Katalin, Tel.: 06 1 438 1053 Fax: 06 1 438 1055;

E-mail: eurodesk@mobilias.hu

Kristály Anita, Tel: 301 9353; E-mail: anita.kristaly@gyism.hu

Beszélgetés Kuti Évával

Magyarországon jelenleg 71.335 nonprofit szervezet vagy ugyanennyi civil szervezet működik? (KSH 2004. március 31. adat, részlet a KSH "Nonprofit szervezetek Magyarországon, 2000." című kiadványából)

Melyik definíció a helyes? - kérdezzük Kuti Évát, a nonprofit szektor kutatóját.

- A nonprofit szektornak a mai magyarországi gyakorlatban három különböző meghatározása használatos. Közülük a legtágabb a jogi értelmezés. Eszerint minden olyan nem profitcélú szervezet (alapítvány, közalapítvány, köztestület, közhasznú társaság, önkéntes kölcsönös biztosítópénztár, az egyesülési törvény hatálya alá tartozó társadalmi szervezet) a nonprofit szektor részének tekintendő, amelyet a Polgári Törvénykönyv rendelkezéseivel összhangban önálló jogi személyként bejegyeztek.

Valamivel szigorúbb és egyúttal pragmatikusabb is a statisztikai definíció, amely lényegében a nemzetközi gyakorlatban kialakított kritériumokra (a profitszétosztás tilalma, a kormányzati szektortól való szervezeti függetlenség, az intézményesültség (önálló jogi személyiség), a közcélúság, az önkéntesség valamilyen eleme és a pártjellegű működés kizárása.) épül. Ez szűkebb ugyan a jogi meghatározásnál, de logikájában illeszkedik hozzá, hiszen a Polgári Törvénykönyvben leírt szervezeti formát használja kiindulópontként. E meghatározás értelmében nem tartoznak a nonprofit szektorba az önkéntes kölcsönös biztosítópénztárak (ahol nem érvényesül a profitszétosztás tilalma), a politikai pártok (mert céljuk a közhatalom és a kormányzati jogosítványok megszerzése), valamint az egyházak, szerzetesrendek (mert a világi nonprofit szervezetek működési kereteit meghatározó szabályozás rájuk nem érvényes). A nemzetközi gyakorlatban is erősen vitatott, hogy az egyházakat a nonprofit szektor részének lehet-e tekinteni. Magyarországon a KSH és a történelmi egyházak 1993-ban olyan megállapodást kötöttek, amelynek értelmében a nonprofit szektor statisztikai definíciójába az egyházak és a szerzetesrendek nem tartoznak bele, az egyházi alapítványok és vallási egyesületek viszont igen.

Egészen más megfontolásokból indul ki a nemzetgazdaság-statisztikai definíció. A nemzeti számlák összeállítása során azokat kell a háztartásokat segítő nonprofit szektor részének tekinteni, amelyek alapvetően a lakosságot szolgálják, bevételszerző tevékenységet csak korlátozott mértékben folytatnak, és finanszírozási forrásaik között túlsúlyban vannak a magántámogatások. A statisztikai definíciónak már nem, de a joginak még megfelelő szervezetek közül a nemzetgazdasági elszámolások a háztartásokat segítő nonprofit szektorba sorolják a politikai pártokat és az egyházakat, szerzetesrendeket. Az önkéntes kölcsönös biztosítópénztárak gazdasági teljesítményét viszont a pénzügyi szektorban veszik figyelembe.

A definíciós különbségek önmagukban is elegendőek lennének arra, hogy erősen eltérítsék egymástól a nonprofit szektor méretére vonatkozó becsléseket. Az egymásnak ellentmondó adatok megjelenésének azonban más okai is vannak. A nonprofit szervezetek számáról napvilágot látó adatok három, egymástól lényegében független nyilvántartásból származnak. Ezek céljaikat, tartalmukat, működési elveiket és karbantartási szabályaikat tekintve egyaránt különböznek egymástól.

A Legfelsőbb Bíróság nyilvántartásában - a közhasznú társaságok kivételével - minden olyan, a jogi értelmezésnek megfelelő nonprofit szervezet szerepel, amelyet önálló jogi személyként bejegyeztek, és a későbbiekben hivatalosan nem szüntettek meg. Mivel a feloszlott egyesületek és vagyonukat vesztett alapítványok jelentékeny része elmulasztotta a hivatalos eljárás megindítását, vagy annak során számára leküzdhetetlen bürokratikus akadályokba ütközött, a nyilvántartásban nagy számban

maradtak olyan szervezetek is, amelyek valójában már régen nem működnek. Ez magyarázza, hogy a sajtóban gyakorta idézett bírósági adatok szerint a nonprofit szervezetek száma meghaladja a 60 ezret.

Szintén igen magas (65 ezer fölötti) azoknak a nonprofit szervezeteknek a száma, amelyeket a Gazdálkodó szervezetek regiszterében tartanak nyilván. Ebbe a regiszterbe minden, adókapcsolatokkal és ennek megfelelően adószámmal is rendelkező gazdálkodó egység bekerül, függetlenül attól, hogy önálló jogi személy-e vagy sem. Ide tartoznak például a közhasznú társaságok, valamint az önálló jogi személyként nem, de adóalanyként regisztrált párt- és szakszervezeti alapszervezetek, plébániahivatalok.

Mindkét fenti regisztertől lényegesen különbözik az a KSH-adatbázis, amelyben kizárólag azoknak az önálló jogi személyként bejegyzett nonprofit szervezeteknek az adatait összesítjük, amelyek a statisztikai definíciónak megfelelnek, és amelyekről az adatgyűjtések során (vagy akár azoktól függetlenül) semmilyen forrásból nem kaptunk a megszűnésükre vagy működésük szüneteltetésére utaló jelzést. Megszűntnek tekintjük azokat a szervezeteket is, amelyek régóta felszámolt intézményekhez (például Hazafias Népfront, állami építőipari vállalatok stb.) kötődtek, és azok felszámolása után nyomtalanul eltűntek.

Az 1989 óta hivatalosan bejegyzett szervezeteknek körülbelül egynegyede már megszűnt, s 2000-ben további 3 százaléuk szüneteltette működését. Valamivel több, mint másfél százalék volt azoknak a szervezeteknek az aránya, amelyek hivatalosan léteztek ugyan, de tényleges működésüket még nem kezdték meg.

- *Melyik fogalom alkalmasabb a mindennapi használatra? Van-e egyáltalán bármilyen különbség a két elnevezés között?*
- A nonprofit szektor elnevezés csúnya, a nyelvünktől szerkezetében is idegen, mégis elfogadtuk, s lassan meg is szoktuk. Sokan vagyunk, akik más nevekkkel is próbálkoztunk. Beszélünk civil társadalomról, öntevékeny szervezetekről, alapítványi és egyesületi szféráról, harmadik szektorról, társadalmi önszerveződésekről, nem-kormányzati szektorról, közhasznú, közösségi, néha még jótékony szervezetekről is - ki-ki értékrendje, szakmai háttere és nyelvi ízlése szerint. Hogy mégis a nonprofit szektor elnevezés honosodott meg, annak oka az, hogy a nonprofit szektor közkeletű definíciója (Kuti-Marchall, 1991, 65-66. old.) alapvetően negatív definíció. Nem azt mondja meg, hogy miről is beszélünk, hanem azokat a jellegzetességeket próbálja megragadni, amelyek a nonprofit szervezeteket más szektorok intézményeitől megkülönböztetik. Ilyen a profitszétosztás tilalma, a működési autonómia és szervezeti elkülönülés a kormányzati szektortól, az intézményesültség, önálló jogi személyiség.

Vannak azonban a nonprofit definíciónak további, talán nem kevésbé fontos, de még vitatottabb elemei is (Salamon-Anheier, 1995, 36-38. old.). Nevezetesen:

- Önkéntesség, öntevékenység, jótékonyosság, civil kezdeményezések. A szervezetek működésének van olyan eleme (például önkéntes munka, magánadományok igénybevétele, választott vezetőség, belső demokrácia stb.), amely civil támogatottságot jelez.
- Közhasznúság, közérdekű tevékenység, a közjó szolgálata. A szervezetek tevékenysége - közvetlenül vagy áttételesen - a tágabb közösség érdekeit szolgálja, hozzájárul a társadalom egészséges működéséhez.
- A pártpolitikai tevékenység kizárása. A szervezetek elsődleges célja nem a politikai tevékenység, nem vesznek részt a választási kampányokban, nem épülnek be a hatalmi struktúrába.
- Az egyházi szervezetben zajló hitéleti tevékenység kizárása. A szervezetek nem részei az egyházi hierarchiának, tevékenységük nem korlátozódik a hitélet szervezésére.

A névválasztási kísérletek és a különböző definíciós elemek közötti kapcsolat már első pillantásra is nyilvánvaló. Aki az állampolgári kezdeményezések fontosságát kívánta hangsúlyozni, az civil

társadalomról, öntevékeny szervezetekről, vagy társadalmi önszerveződésekről beszélt; aki az államtól és a politikától való elhatárolódást érezte kritikusnak, az szívesebben emlegetett nem-kormányzati szervezeteket; aki a nonprofit intézményegyüttes önálló szektorként való megjelenését találta fontosnak, az a harmadik szektor elnevezést szerette volna meghonosítani; aki a profitsztetosztási tilalom érvényesítése körül érzekelte a legtöbb bizonytalanságot, az a szektor megnevezésében is ezt a jellegzetességet helyezte előtérbe, és így tovább.

A legtöbben persze felváltva, rokon értelmű szavakként használtuk. Sajnos nem akadt közöttünk Kazinczy-kaliberű nyelvújító, aki olyan nevet tudott volna találni a szektor számára, amely a nonprofit jelenség teljességét megragadja és kifejezésre juttatja.

A nonprofit szektor elnevezés valószínűleg azért nyert polgárjogot, mert a szektor definíciójának a legáltalánosabb érvényű elemét ragadja meg, amely ugyanakkor lényegében ideológia-mentes. A névhasználat tehát - ha nem is tudatos döntés nyomán - összhangban alakult azzal a képpel, amely a közgondolkodásban a szektorról megjelenik. Matematikai hasonlaltal élve: a legkisebb közös többszöröst nem sikerült megtalálni, így a legnagyobb közös osztó vált általánosan elfogadottá: az elnevezés nem a szektor összetettségét, szervezeteinek sokféleségét tükrözi, hanem arra az egyetlen jellemzőre utal, amellyel kapcsolatban az érintettek között nagyjából teljes az egyetértés.

- *Milyen típusú szervezetek jöttek létre Magyarországon a rendszerváltást követően? Van-e ezeknek a szervezeteknek történelmi hagyományuk?*
- Bár a magyar gazdaságban és társadalomban hagyományosan erős központosítási törekvések érvényesültek, az alapítványok és egyesületek fejlődése mégis viszonylag korán megindult. Az öntevékeny szektorra gyakorolt egyházi befolyás számottevő volt ugyan, de uralkodóvá nem tudott válni. A feudális földesurak és a katolikus egyház dominanciájától egyaránt tartó magyar királyok megpróbálták a szabad királyi városok polgáraitra támaszkodni. A városoknak nyújtott királyi védelem és kiváltságok hozzájárultak egy olyan polgári réteg kialakulásához, amely képes és hajlandó volt világi szociális intézmények létrehozására. A 14. és a 15. században a városokban működő világi kórházak és szegényházak finanszírozását döntően adományokból, hagyatékokból és a céhek hozzájárulásaiból biztosították. Ezek az intézmények igen kevés fizetett alkalmazottat foglalkoztattak, személyzetük nagyrészt önkéntesekből került ki.

A nagy (többségükben végrendelet útján létrehozott) egyházi alapítványok mellett már a 16. században megjelentek a világi alapítványok is. Az alapítványok felügyeletét szabályozó első törvények 1715-ből és 1723-ból származnak. Ezek értelmében az uralkodó vagy az általa kijelölt helytartótanács tagok joga volt az alapítványok tevékenységének és gazdálkodásának ellenőrzése. A későbbiekben ezt a jogkört a központi kormány, illetve a megyei és a helyi önkormányzatok kapták meg.

A magánalapítványok és a közszolgálati intézmények közötti partneri viszony már az oktatási, kulturális, szociális és egészségügyi szolgáltatások állami szektorának korai fejlődési stádiumában kialakult. A 17. században számos város arra kötelezte gazdagabb polgárait, hogy végrendeletükben pénzt vagy vagyontárgyakat hagyjanak a városi kórházra. Néhány település önkormányzata kifejezetten érvénytelennek nyilvánította azokat a végrendeleteket, amelyek nem emlékeztek meg a helyi jóléti intézményekről. A jezsuita rend 1773-as megszüntetésekor a kormány nem államosította a rendi birtokokat, hanem "tanulmányi alapot" hozott létre belőlük, amely gyakorlatilag közalapítványként működött.

A magánalapítványok és az állami jóléti intézmények közötti spontán együttműködés egyik példája a József fiúárvaház 1842-es alapítása volt, Pest városában. Az árvaházat a város polgársága adományokból hozta létre, de az épületet a városi hatóság biztosította. A század második felében az ilyen típusú együttműködés széles körben elterjedt. Az sem volt ritkaság, hogy a kormányzat segítette

az anyagi eszközökkel vagy a telek biztosításával az alapítványi formában működő szolgáltató szervezetek létrehozását. Az állam és az alapítványok közötti együttműködés egészen a II. világháborúig viszonylag harmonikusnak mondható.

Korántsem állíthatjuk ugyanezt a kormány és az egyesületek viszonyától, különösen nem az öntevékeny szervezetek fejlődésének első szakaszában. Ellentétben az alapítványokkal, amelyek többségükben a társadalmi problémák (általában helyi szintű) megoldásához járultak hozzá, az egyesületek, mint a felvilágosodás eszméinek hirdetői és a nemzeti önállósági törekvések képviselői jelentek meg. Nem véletlen, hogy az egyesületi élet 18. század végi indulásáról szóló információk számottevő része a titkos ügynökök jelentéseiből származik. A Habsburg elnyomástól szenvedő országban az önkéntes szervezetek többsége közvetve vagy közvetlenül, de a politikai, gazdasági és kulturális önállóságért harcolt. Az önkényuralom és abszolútizmus korában az osztrák kormányzók semmilyen önkéntes szerveződést nem tűrtek meg. 1858-ig még a Magyar Tudományos Akadémia sem ülésezhetett.

Az egyesületek fejlődése az 1867-es kiegyezés után jelentősen meggyorsult, s a II. világháborúig lényegében töretlen maradt, bár korántsem volt konfliktusmentes. Jogi szabályozásuk egy 1873-as belügyminiszteri rendeleten alapult, s a miniszternek arra is jogot adott, hogy a politikailag veszélyesnek ítélt egyesületek tevékenységét korlátozza, vagy akár be is tiltsa.

A szigorú feltételek ellenére, a két világháború között már majdnem minden társadalmi rétegnek, korosztálynak, szakmai és vallási csoportnak megvoltak a maga egyesületei. Előfordult, hogy az egyesületek a betiltott politikai pártok fedőszerveként működtek, de döntő többségük mégiscsak az volt, aminek látszott: a kialakulóban lévő civil társadalom alapsejtje. Mind a kormányok, mind az egyházak tettek kísérleteket az egyesületi élet befolyásolására, de az öntevékeny szektor egészét egyiküknek sem sikerült ellenőrzése alá vonnia.

A két világháború közötti Magyarország népességének háromnegyede falusi életviszonyok közt élt, s a falvakban még működött a szociális és egészségügyi ellátás hagyományos, informális rendszere. A család, a rokonság, a szomszédság és a tágabb közösség többnyire anélkül gondoskodott a szükségét szenvedők ellátásáról, hogy erre külön szervezeteket hozott volna létre. A szegényeket támogató - jórészt városi - jótékonyági egyletek az összes egyesületnek mindössze 6 százalékát tették ki. Ennek ellenére elmondhatjuk, hogy az 1945 előtti Magyarországon az öntevékeny szektornak jelentős súlya volt. Az öntevékeny szervezetek egy része már megkezdte azoknak a csúcsszervezeteknek a kiépítését, amelyek az érdekvédelmi és szolgáltató tevékenység fejlesztését szolgálhatták volna. Ám előbb a háború, majd a kommunista hatalomátvétel hosszú időre véget vetett a nonprofit szektor ígéretes fejlődésének.

Az állampolgárokat átnevelésre szoruló, megbízhatatlan és ellenséges tömegnek tekintő kormányok minden olyan szervezettől és mozgalomtól félttek, amelyet nem tudtak teljes ellenőrzésük alatt tartani, így az autonóm szervezetektől természetesen szabadulni igyekeztek. Az alapítványokat felszámolták, az egyesületek többségét feloszlatták, az új öntevékeny szervezetek létrejöttét pedig hatalmi eszközökkel akadályozták meg. A megmaradt egyesületeket és társadalmi szervezeteket teljes párt- és állami ellenőrzés alá vonták.

Az 1956-os forradalom megmutatta az állam és a társadalom közötti szakadék mélységét, ugyanakkor mindkét felet önmérsékletre is tanította. A hatalom nem mert többé a nyílt elnyomás legdurvább eszközeihez nyúlni, s a nyílt lázadás helyett az állampolgárok is az ellenállás "lágyabb", rejtettebb formáihoz folyamodtak. A kölcsönös bizalmatlanság így kialakult rendszerében a hatóságok a mégoly ártatlannak látszó állampolgári kezdeményezéseket (amatőr színjátszó csoportok, ifjúsági klubok, értelmiségi körök, táncházak stb.) is gyanakodva figyelték ugyan, de betiltani többé nemigen merték, legfeljebb zaklatták őket. Az öntevékeny szervezetek tevékenységi köre és szabadsága - ha nem is egyenletesen - jelentősen bővült.

Az általános gyakorlat és a jogi szabályozás ellentmondásosan alakult. Miközben a gyakorlatban lazult az egyesületek állami ellenőrzése, a szabályozásuk még szigorodott is. Egy 1970-es kormányrendelet kötelezővé tette az egyesület-szervezési szándék előzetes bejelentését, egy 1980-as rendelet pedig arra is felhatalmazást adott a hatóságoknak, hogy a szervezést megtiltsák, ha a tervezett egyesületet politikailag vagy gazdaságilag veszélyesnek ítélik. Bár nyíltan ritkán éltek vele, e joguk egészen 1989-ig megmaradt.

Alapítványt 1949-től 1987-ig egyáltalán nem lehetett létrehozni, ez az intézmény hiányzott a magyar jogrendszerből. Az adományozásra egyetlen lehetőség maradt: a közérdekű kötelezettségvállalás. Az alapítvány jogintézménye csak 1987-ben került be ismét a Polgári Törvénykönyvbe.

A nonprofit szervezetek a nyolcvanas években aktív szerepet játszottak a politikai változások előkészítésében. Gyakran előfordult, hogy a hagyományos társadalmi szervezetek és egyesületek kereteiben ellenzéki csoportosulások alakultak ki vagy találtak menedéket, az újonnan létrejött szervezetek egy része pedig már nyíltan vállalta az ellenzéki szerepkört.

- *Ma tehát 71.335 szervezet működik. Sok ez vagy kevés?*
- Nincs annyi. 50 és 60 ezer között lehet a számuk. S az adott körülmények között valószínűleg ennyire van szükség. Ha változnak a körülmények, a társadalom reagálni fog rá.
- *Milyen kritériumoknak kell megfelelniük, hogy küldetésüknek meg tudjanak felelni?*
- Legalább három dolog mindenképp kell hozzá. Nagy elhivatottság, igazi küldetésstudat, érteniük kell a szakmához, érteniük kell a működtetéshez. A küldetésstudat, szakmai elkötelezettség rendben van, hiszen kiváló, nagy tudású, nagy tapasztalatú szakemberek dolgoznak a szervezetekben. Ami nagyon gyakran hiányzik az a szervezettel kapcsolatos tudás.
- *Melyek azok a problémák, nem szakmai jellegűek - amelyekkel szembesülniük kell a szervezeteknek?*
- A civilek erre azt mondanák, hogy elsősorban a pénzhiány. Én azt mondom, inkább az a baj, hogy nem igazán átláthatóak, hogy hol és hogyan férhetők hozzá a különböző anyagi támogatások. Nagyon sokszor itt is hiányoznak azok a szakmai ismeretek, amelyek szükségesek ahhoz, hogy megszerezzék a megfelelő forrásokat. A pályázati rendszerekben való eligazodás is gondot okoz és e mellett az is, hogyan hozzák nyilvánosságra a különböző szolgáltatásaikat, nyilvánvalóvá tegyék adott esetben ezek piaci értékesítését is.

A másik igen jelentős probléma a szervezet működésének, működtetésének technikái. Végül még egy jelentős probléma: az elképesztő bürokratizmus mindazon intézményrendszereknek, amelyeknek keretében ezek a szervezetek működnek.

Nagy a távolság a bürokratikus elvárások és a lehetőségek között, amelyekben ezek a szervezetek működnek. Nincs tisztességes szektor érdekképviselet, amely segíthetné, támogathatná ezeket a szervezeteket, hogy jobb körülmények között tudjanak működni.

- *Nyújt-e a Nemzeti Civil Alap ehhez a szektor érdekképviselethez valamilyen segítséget, támogatást?*
- Tartok tőle hogy inkább akadályozó tényezőként szerepel, mert a köztudatban eléggé keverednek a fogalmak. Többen azt gondolják, hogy így megvan a támogatottság, de ez inkább állami támogatást jelent, ami funkcióját tekintve nem is érdekvédelmi feladatot kell, hogy ellásson. Ez

szerepkonfliktust is jelent, mert nem lehet egyszerre állami pénzt elosztani és az állammal szemben érdekérvényesítő funkciót betölteni.

- *Tudjuk-e pontosan a szervezetekben dolgozók létszámát? Hogyan alakul az önkéntesek száma, a fő-és részállásúak száma?*
- A KSH felvétel szerint szervezetek azt mondták, hogy nekik 400.000 fő önkéntesük volt és hangsúlyoznám, hogy ezt a szervezetek mondták. Mi ezt akkor átszámoltuk és kiderült ez 17.000 főállású munkavállalónak felel meg, ami 18 milliárd Ft bért jelent.

A problémák az önkéntesség értelmezése körül lehetnek, mert akkor, amikor a KSH rákérdez, nem biztos, hogy a kitöltőnek eszébe jut, hogy az egyesület elnöke önkéntesként dolgozik, hogy a könyvelő önkéntes munkában könyvel nekik és így tovább.

A statisztikai adatgyűjtés alábecsüli ezeket a számokat. Utoljára 1993-ban volt ilyen vizsgálat, amit talán jövő év tavaszán sikerül megismételni.

- *Hogyan látja az adományozási kultúrát Magyarországon a statisztikák/kutatások tükrében?*
- Sokkal jobban állunk, mint ahogyan az a közhiedelemben megjelenik. Egy 10 évvel ezelőtti vizsgálatból az derült ki, hogy a felnőtt lakosság kb. kétharmada valamilyen formában segít, természetbeni juttatással, legritkábban munkával. Most nem olyan régen sikerült csinálnunk egy vizsgálatot vállalati körben, ahol szintén az derült, hogy a vállalkozók, akikről annyi rosszat hallani - első generációs kapitalisták - egyáltalán nem zárkóznak el attól, hogy adakozzanak.

Én úgy érzekelem, hogy állampolgárként, vállalkozóként nem vagyunk rosszabb adományozók, mint bárki a világon vagy a fejlett országok hozzánk hasonló polgárai. A nagy különbség az, hogy nagyon kevés pénzünk van.

E tekintetben az 1% is sokat segített, számtalan szervezetet rávett arra, hogy végiggondolja és megcsinálja jól a gyakorlatban.

A fundraiserek - professzionális adománygyűjtők - Magyarországon is kezdenek megjelenni, vállalkozó oldalról is ismerek ilyen típusú szervezeteket, amelyeknek az a feladatuk, hogy nonprofit szervezeteket kiszolgáljanak. A kutatásból meglepetésünkre kiderült, hogy például a telefonos adománygyűjtés hihetetlenül felfutott. Nem nevezném amerikai értelemben fundraiseknek őket, de már számos ember él abból, hogy hívogatja a potenciális adományozókat.

- *Az esélyegyenlőség fogalma egyre sűrűbben előfordul a társadalomban, a közbeszédben. Van-e véleménye szerint ennek a fogalomnak létjogosultsága a nonprofit szektorban?*
- Esélyegyenlőtlenségek mindenesetre vannak. Az előbb az adománygyűjtésről beszéltünk. Közismert a szakirodalomban, hogy vannak olyan ügyek, amelyekre könnyű és vannak olyanok, amelyekre nehéz adományt gyűjteni. Beteg gyermeknek, drogosnak, alkoholistának bárki szívesen ad bármekkora összeget, de önhibájából nehéz helyzetbe került embernek már kevésbé.

Elvont dolgokra vagy tőlünk távol eső dolgokra már nagyon nehezen adunk. Az előítéletek felszámolásán dolgozó nonprofit szervezetek nagyon nehezen jutnak adományokhoz, itt be kell lépni kiegyenlítő hálózatoknak.

Másrészt a kistélepüléseken működő kis szervezetek nehezen látják át a központosított pénzosztás mechanizmusait, külföldi támogatásokhoz jószerével nem jutnak hozzá.

Nekik viszont meg van az az előnyük, hogy sokkal jobban ágyazódnak be a környezetükbe, és ha jól teszik a dolgukat, ennek az előnye is élvezhetik.

- *Hogyan látja a szektor jövőjét?*
- Véleményem szerint a szektor tovább fejlődik. Ha valamiben, akkor abban nagyon jók vagyunk, hogy alkalmazkodjunk a mindenkori körülményekhez, kihívásokhoz. Amíg ezek a szervezetek nyújtanak épkezláb válaszokat különböző társadalmi problémákra, addig ezek a szervezetek élni fognak.

Most elég jó a környezetük, a szabályozási környezet ugyan felemás, mert az adókedvezmények nagyon alacsony szinten vannak, viszont már van olyan típusú állami támogatás, ami nagyon széleskörben elérhetőek. A Nemzeti Civil alap is nagyon fontos lépés előre, de én úgy gondolom, hogy az 1% még fontosabb volt. Ezek a lehetőségek egyrésztől, másrésztől pedig van egy csomó olyan szükséglet, amelyekre civil kezdeményezésekkel lehet és kell válaszolni. És ne feledkezzünk meg az uniós támogatási forrásokról sem.

A professzionálissá válás útján a szervezetek fejlődése, fejlesztése a legfontosabb, illetve az, amit már az unalomig mondok, hogy főállású munkatársak kellenének, akiket érdemes képezni, mert a szektorban kamatoztathatják a szerzett tudásukat.

<http://www.onkentes.hu>

Önkéntes Központ Alapítvány
e-mail: onkenteskozpont@onkentes.hu
tel: (06 1) 225 07 10
web: www.onkentes.hu

Az öngyilkosság figyelmeztető jelei

Öngyilkosság (szuicidium)

Az öngyilkosság komplex, multikauzális jelenség.

Társadalmi szinten:

- Politikai rendszerből következő anómia és elidegenedés
- Szociálisan öröklődő kulturális-történeti magatartásminták
- Ambivalens társadalmi attitűdök a devianciákkal szemben
- Devianciaszabályozó intézmények fejletlensége

Mikroszociális szinten:

- Diszfunkcionális család
- Deviáns szubkultúra
- Diszfunkcionális iskola

Individuális szinten:

- Identitás-bizonytalanság
- Fejletlen énvédő mechanizmusok
- Kialakulatlan világkép
- Pszichiátriai betegségek (depresszió! addikciók, szkizofrénia)

Cry for help:

Minden öngyilkosság előtt van valamilyen jelzés, amely a közelgő eseményre utal.

Lehet:

- ◆ Direkt, verbális (beszél róla)
- ◆ Direkt, non-verbális (beszerzi az elkövetéshez szükséges eszközt, előkészül)
- ◆ Indirekt, verbális (az élet értelmetlenségéről beszél)
- ◆ Indirekt, non-verbális (szociális izoláció)

Preszuicidális szindróma:

- gondolatok az öngyilkosság témájára beszűkülnek
- szuicid fantáziák (egyre konkrétabbak)
- gátolt, saját személyre irányuló agresszió.
- Egymás hatását felerősítik.¹

Ringel: az öngyilkosságot vagy komolyabb kísérletet azonos lélektani konstelláció előz meg, amit igen különböző lélektani problémák válthatnak ki.

E konstelláció az öngyilkosság előtti szindróma:

- fokozódó dinamikus beszűkülés,
- az agresszivitás gátlódása,
- menekülés a fantáziavilágba.

¹ Dr. Tolvay Katalin: *Pszichiátriai alapismeretek (egyetemi jegyzet, 2002. Debrecen)*

Az öngyilkosság előtti szindrómában az agresszív indulat nem tud megnyilvánulni, ugyanakkor a személyiség igen sok frusztrációt szenved, amely nyomán indulati feszültsége nő. Lélektani gátló mechanizmusok működése mellett az agresszió levezetődésének azért sincs módja, mert:

- a/ az öngyilkosság előtti állapotban a személyiség általában önmagára haragszik, önmagával elégedetlen;
- b/ a frusztrációkat az egyén ambivalens kapcsolatban szenved el, ilyenkor a másik iránti szeretet és vágy megakadályozza, hogy az agresszió felé irányuljon, holott a frusztrációt ő okozza;
- c/ nincs olyan személy, aki az agresszív indulatnak tárgya lehetne, vagy a személyiség elszigeteltsége miatt, vagy pedig azért, mert az elszenvedett sérelem természete olyan.

A krízis

„A krízis olyan állapot, amely akkor keletkezik, amikor a személy több lényeges ponton céljaival ellentétes akadályokba ütközik, s ezek az ő szokásos problémamegoldó eszközeivel leküzdhetetlennek látszanak. Ekkor felbomlik a személyiség egyensúlya, zavar következik be, miközben a személy több kísérletet tesz a megoldásra. Végül is eléri az adaptáció valamely fokát, amely vagy megegyezik a személyiség érdekeivel, vagy nem.”

Caplan

Ha a krízis - ahogy Gerald Spaul mondja - a hosszabb hibás személyiségfejlődés talaján kialakult inadekvát reakciók következménye, a krízisnek megágyaztak a személyiség hiányállapotai, neurotikus mintái, játszmái, a coping mechanizmusok elégtelensége, a személyiség problémamegoldó válasz-készségének nem pillanatnyi, hanem hosszú folyamatban bekövetkező beszűkülése, akkor ezek korrekciója nélkül nem lehetséges a továbblépés, a rendeződés, azaz szinte törvényszerű az újabb megterhelésre az újabb krízis bekövetkezése.

Ebből következően - a személyiség rekonstrukciója, rehabilitációja, korrekciója és a krízis által dinamizált segítő kapacitások bekapcsolása csak olyan terápiás keretek között valósulhat meg, amelynek feltételeit (...) a néhány működő krízisambulancia és -osztály biztosíthatja.

Az életben bekövetkező kritikus változásokra, krízisekre öt alapvető feladat teljesítése lehet a válasz, akár a kliens, akár a segítő oldaláról is nézve:

1. A helyzet személyes jelentőségének értelmezése és megértése. (Beillesztve az életeményeim sorába, megtalálom a helyét és értelmét az aktuális problémának.)
2. A másik feladat a realitással és a külső követelményekkel való szembesülés. A „most mi a helyzet?”, „hogyan tovább?” témaköre ez.
3. A kapcsolat fenntartása a potenciális segítőkkal, a referenciaszemélyekkel, a számunkra releváns érzelmi, vagy szakértő kapcsolatokkal.
4. A helyzet kiváltotta érzelmek ésszerű egyensúlyának megteremtése és megtartása.
5. Az elégedő én-erő és kompetencia megtartása, és ennek felhasználása a helyzet további megoldásában.

Továbbá: krízisintervención azokat az eljárásokat értjük, amelyekkel a válság lefolyását adaptív irányba tereljük, beleértve azt a törekvést is, hogy az egyén jövőbeni nehézségeit ezáltal eredményesebben tudja megoldani.

A hatékony krízisintervención alapelvei Farberow szerint a következők:

- azonnaliság,
- probléma-közelség,
- elkötelezettség,
- együttműködés,
- várakozás-teliség.

Ha tehát a szuicid krízisben lévő segélykiáltása, a „cry for help” eljut hozzánk, a következő lépéseket kell megtennünk:

- kapcsolat-teremtés, s annak fenntartásával információk gyűjtése a bajban lévőről;
- a veszélyeztetettség mértékének megállapítása;
- a személyiség dezorganizáltságának felmérése;
- a fokális probléma azonosítása, tisztázása;
- a segítő erőforrások feltérképezése, szükség esetén ezek mozgósítása;
- a terápiás terv megformálása, a megfelelő akciók beindítása és
- a saját kompetencia állandó mérlegelése.

A válság oldásakor gyors feszültség-csökkentésre és elfogadó, beleérző megközelítésre törekszünk, s az eközben nyert fölismerésekből fogalmazódik meg az aktív beavatkozás elképzelése.²

Hogyan közelítsünk az öngyilkossági krízisben lévőhöz

Az öngyilkosság ritkán egy pillanat elhatározásának következménye. Mielőtt valaki kioltja az életét, az azt megelőző napokban, órákban általában fellelhetőek az arra figyelmeztető jelek.

A legerősebb és legmeggrázóbb jelek szóbeliek – „nem megy tovább”, „Már semmi se számít”, „Azt hiszem, véget vetek mindennek”. Az ilyen kijelentéseket mindig komolyan kell venni.

Egyéb szokásos figyelmeztető jelek:

- Depresszió, magába fordulás,
- Felelőtlen magatartás,
- Ügyek elrendezése, szeretett tárgyak elosztogatása,
- Jelentős változás a viselkedésben, beállítottságban, illetve megjelenésben,
- Droghoz vagy alkoholhoz nyúl,
- Jelentős veszteség vagy nagy változás elszenvedése.

Ha valaki depressziós, vagy öngyilkosság foglalkoztatja, az első reakciónk az, hogy segíteni szeretnénk. Tanácsot adunk, saját tapasztalatainkat mondjuk el, megoldásokat próbálunk keresni.

Sokkal jobban tesszük, ha csöndben maradunk és meghallgatjuk az érintettet. Az öngyilkosságot fontolgató embereknek nem válaszokra, vagy megoldásokra van szükségük. Biztonságos környezetet keresnek, ahol kibeszélhetik félelmeiket és szorongásaikat, ahol egyszerűen saját énjük érvényesülhet.

² Buza Domonkos a Magyar Lelki Elsősegély Telefonszolgálatok Szövetségének elnöke (Budapest)

Hallgatni – igazán meghallgatni – nem könnyű. Vissza kell fognunk a késztetést arra, hogy mondjunk valamit – hogy megjegyzést tegyünk, hogy hozzáfűzzünk valamit, vagy tanácsot adjunk. Nem csak az elmondott tényekre kell figyelni, hanem a mögötte húzódó érzésekre is. A dolgokat az érintett perspektívájából kell megértenünk, nem a sajátunkból.

Mire van szüksége az öngyilkosságot fontolgatónak?:

- **Valakire, aki meghallgatja.** Valakire, aki igazán veszi a fáradságot, hogy meghallgassa őt. Valakire, aki nem ítélkezik, nem ad tanácsot, vagy nyilvánít véleményt, hanem teljes figyelmét képes neki szentelni.
- **Valakire, akiben megbízhat.** Valakire, aki tiszteletben tartja őt, és nem próbálja meg átvenni az irányítást. Valakire, aki mindent a legbizalmasabban kezel.
- **Valakire, aki igazán törődik vele.** Valakire, aki rendelkezésre áll, aki nyugtatóan hat és nyugodtan beszél. Valakire, aki megnyugtat, elfogad és hisz. Valakire, aki azt mondja „Nekem Te fontos vagy”.

Mi az, amit nem akarnak az öngyilkosság gondolatával foglalkozók?:

- **Egyedül lenni.** Az elutasítás a problémát tízszer olyan elviselhetetlenné teszi. Ha van valaki, akire támaszkodhatunk, az kulcsot adhat a megoldáshoz. Ha valakit az öngyilkosság gondolata foglalkoztat, azonnal beszélnie kell valakivel az érzéseiről.
- **Megleckéztetést.** A tanmesék nem segítenek. Sem pedig, ha azt ajánljuk, „szedje össze magát”, vagy egy könnyed megnyugtató gondolat, mint „minden rendben lesz”. Ne elemezzünk, hasonlítgassunk, kategorizáljunk, vagy kritizáljunk.
- **Kihallgatást.** Ne váltsunk témát, ne sajnálkozzunk, vagy atyáskodjunk. Nehéz dolog az embernek az érzéseiről beszélni. Ne kérdezzünk, hagyjuk beszélni. Akik az öngyilkosság gondolatával foglalkoznak, nem akarják, hogy siettesék, vagy védekezésre kényszerítsék őket.³

Mit ne tegyünk a beszélgetés során:

- Ne kerüljünk a „szót” (öngyilkosság, halál, meghalás stb.);
- Ne bagatellizáljuk el...
- Ne ijesztgessük;
- Ne zsaroljunk;
- Ne hangoztassuk az élet szépségét;
- Kerüljük a közhelyes nyugtatgatást;
- Ne mutassunk pánikot;
- Ne könyörögjünk;
- Ne használjuk a „szabad-nem szabad”-ot;
- Ne beszéljünk róla általánosságban;
- Ne ébresszünk benne büntudatot;
- Ne beszéljünk helyette, ha ő nem beszél;
- Ne moralizáljunk;
- Ne elemezzük az öngyilkosság okát.

³ Forrás: www.suicideinfo.org/hungarian/

SORGATZ, Hardo 25 Leitpunkte zum Telefongespräch mit suizidalen Personen. = Suizid-Prophylaxe. Theorie und Praxis. 1. Shft; 3. Aufl. 1986 Regensburg, Roderer V. 14-17. pp.

25 alapelv az öngyilkosokkal folytatott telefonbeszélgetésekhez

1. A telefonban *minden egyes* öngyilkossági utalást komolyan kell venni.
2. A telefonhívással egy életunt még kapaszkodik az életbe, különben nem telefonált volna.
3. A szuicid megnyilvánulás gyakran (egy utolsó) kísérlet arra, hogy a hívó egy embertársával beszéljen, akár ha névtelenül is.
4. Az öngyilkossági kijelentéseknek *aktív* odahallgatást kell kiváltaniuk.
5. Az öngyilkosok gyakran feketén/fehéren látnak. Ezért legtöbb esetben egyértelmű kommunikációs struktúrát várnak el a segítőtől (pl. apa-fiú relációban).
6. Az öngyilkossági krízis legveszélyesebb csúcspontja csak néhány óráig tart. Ne félj attól, hogy túl sokat adsz magadból, amikor (mint utolsó embert, akit megszólítanak) hagyod, hogy kihasználjanak.
7. Ha a saját, öngyilkossági gondolataiddal és kívánságaiddal tisztában vagy, akkor tudsz szorongás nélkül más ember szuicid törekvéseivel bánni.
8. Féltsd a *másikat*, de ne szorongj a szavaitól és a szándékától.
9. Kerüld a féltő, aggályos-jó szándékú körülírásokat. Mondj inkább "öngyilkos lesz" helyett "meg akarja ölni magát", vagy "gyógyszert vesz be" helyett "meg akarja mérgezni magát".
10. A szuicid hívók ambivalensen tétováznak az élet és halál közt. Mutass rá erre és erősítsd meg a hívót úgy, hogy még egyszer mindkét alternatívát átgondolni kényszerüljön.
11. Próbáld meg a másikat keresztnevéen szólítani, ez megteremti a személyességet.
12. Aki el akarja dobni az életét, joga van ahhoz, hogy személyes kihívásával és képtelen gondolataival az idegeidre menjen.
13. Hagyd rá a másokra, hogy maga határozza meg azt a módot, ahogy *Ő* veled beszélni szeretne. Ha tárgyilagos, légy te is tárgyilagos, ha szakszerű, légy te is, ha szelíd, légy te is az.
14. Ne hagyd magad a reménytelenségbe behúzni, ellenkezőleg, óvatosan módosítva kijelentéseit kérdezz mögéjük.
15. Kerüld a direkt, miért kérdéseket, amelyek a másikat sarokba szorítják.
16. Próbáld meg a másikat mini-akcióra biztatni: "sokáig kell beszélgetnünk egymással, nem inna valamit (nem gyújt rá addig, nem ül le), még a telefont tartjuk?"
17. Próbáld elérni, hogy a hívó forduljon a számára még jelentős, releváns személyekhez. Ha valóban nincs ilyen, ajánld fel ezt a lehetőséget magad neki.
18. Tudd meg, hogy a jelentős életterületek közül (önmaga, munkája, társas kapcsolatok, vallás és szerelem, szex, partnerkapcsolat) melyik eléréséhez segítheted hozzá.
19. Biztasd a másikat arra, hogy saját jövőjéről fantáziáljon, de el ne vedd tőle ezt a munkát, ne végezd el helyette.
20. Ne hagyd magad logikai végkövetkeztetésekkel meggyőzni, pl.: "HÁT ezért kell, megöljem magam!" Alakítsd át: "Emiatt (a belátható időben, adott körülmények között, ha ezek és ezek a lehetőségek bezárulnak) mérgezhetné meg magát".
21. Csak 2 vagy 3 direkt kérdést tégy fel (keresztnév, az elkövetés módja).
22. Indirekt kérdezz a lakcímére, munkahelyére, kollégáira, stb., de csak, ha feltétlen meg kell tudnod az adatait.
23. Mondd meg a hívónak, hogy milyen jó volt, hogy veled beszélhettél.
24. Próbáld megállapodást kötni, hogy a hívó, mielőtt megöli magát, még egyszer felhív téged, és csak akkor, miután már a javasolt lehetőségeket megpróbálta.
25. Ne félj attól, hogy némelyik ember utolsó emberi jogaként azt akarja eldobni, amiről te éppen - legalábbis gondolatban - alighanem nem mondanál le.

Máday István Mentálhigiénés Szolgálat (kizárólag belső használatra)

Szociális ellátórendszer

Gondozási Központok

Alaptevékenységek, ellátási formák:

Étkeztetés: Napi egyszeri meleg étel biztosítása a hét hat napján. A jogosultság megállapításakor a kort, egészségi állapotot és a szociális helyzetet veszik figyelembe.

A szolgáltatás a területileg illetékes gondozási központ vezetőjétől igényelhető.

Az igényléshez szükséges: kérelem és jövedelemigazolás. A szolgáltatás térítési díj köteles.

Hozzájutás: - személyesen az ételkiosztóhelyen

- házhozszállítással, a házi segítségnyújtás keretében.

Házi segítségnyújtás: A gondozott otthonában nyújtott, a mindennapi életvitel biztosításához szükséges gondozói segítség a hét öt napján, azon idős, beteg felnőttek számára, akik önmaguk ellátásában mások segítségére szorulnak, s ez számukra más módon nem biztosítható.

A szolgáltatásra jogosult az a felnőtt, aki otthonában önmaga ellátására saját erejéből nem képes, és róla nem gondoskodnak.

Nem részesíthető házi segítségnyújtásban, aki

- veszélyeztető állapotú elmebeteg,
- elkülönítésre szoruló fertőző beteg.

A szolgáltatás igényelhető: a területileg illetékes gondozási központ vezetőjénél.

Az igényléshez szükséges: - háziorvos javaslata,

- kérelem,

- jövedelemigazolás.

Főbb gondozói tevékenységek:

■ Az orvos előírásai szerinti alapvető gondozási, ápolási feladatok elvégzése, valamint a gondozott és környezete erre való megtanítása.

■ Gyógyászati és rehabilitációs segédeszközöket alkalmazásukat, megtanítja a gondozottakat és környezetét.

■ Segítséget nyújt a higiénia megtartásában.

■ Közreműködik a gondozott háztartásának vitelében.

■ Elősegíti a gondozottnak a környezetével való kapcsolattartását.

■ veszélyhelyzetek felismerése, szakmai, illetékességi határain belül azok ellátása.

A szolgálat hétfőtől péntekig 7,30-tól 16 óráig végez gondozást, szükség esetén hétfőig is szervezhető.

A szolgálat személyi térítési díjköteles. A díj megállapításakor a gondozottal együtt töltött órákat veszik figyelembe.

Idősek klubja: Nappali tartózkodásra, étkezésre, közösségi programokra a hét hat napján (hétfőtől szombatig), napi 8 órában nyújt segítséget azon bejárni tudós, beteg, rokkant személyek számára, akik társas kapcsolatra vágnak.

A szolgáltatás szociális és mentális támogatásra szoruló, saját otthonukban élő, 18 év fölötti személyek vehetik igénybe.

A szolgáltatás igényelhető a lakóközvet közelében lévő Idősek Klubjában, illetve a gondozási központban.

Szolgáltatások: - étkezés,
- higiéniai szükségletek kielégítése,
- társas kapcsolatok, aktivitás fenntartása.
- orvosi felügyelet.

Személyi térítési díjat az igénybe vett étkezés után kell fizetni.

Idősek Gondozóháza: Átmeneti időre gondozást, ápolást nyújtó bentlakásos intézmény azon idős nők és férfiak számára, akik betegség miatt, vagy egyéb okból időlegesen nem képesek magukról gondoskodni, illetve indokolt a család átmeneti tehermentesítése.

Szolgáltatások: - napi háromszori étkezés,
- gondozás, ápolás,
- éjszakai felügyelet,
- orvosi felügyelet.

A beutalt házi orvosát megtarthatja, gyógyszerei kiváltásáról a szolgálat segítségével maga gondoskodik. A szolgáltatás térítésköteles.

A szolgáltatás az alábbi helyeken igényelhető:

Nők részére: Pósa u.1. Tel.: 319-247

Thomas Mann u.5. Tel.: 412-367

Férfiak részére: Vörösmarty u.21. Tel.: 412-874

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Debreceni Csoportja

4025, Debrecen, Erzsébet u. 24/A.

416-093, 311-749, Nyitva: 9,30 - 17 között.

A szeretetszolgálat az alábbi területeken nyújtja szolgáltatásait:

Krízis Iroda:

- Kisnyugdíjasok, nagycsaládosok gyermeküket egyedül nevelők, munkanélküliek, hajléktalanok, határon túli magyarok krízistámogatása.
- Használt ruha, bútor, tartós élelmiszer segélyezés háromhavonta.
- Tanácsadás, segítség hivatalos szociális ügyek intézésében minden ügyeleti napon.
- „Guruló ebéd”: mozgáskorlátozott, kisnyugdíjjal rendelkező idősek számára ingyenes ebéd házhoz szállítása szombaton és vasárnap 50 fő számára. A létszám kötött.
- „Beszélgetek veled”: egyedülálló, családdal, közvetlen hozzátartozóval nem rendelkező idősek kéthetenkénti látogatása, mentálhigiénés támogatása.
- „Máltai gyűjtés”: adományok elszállítása azon adományozóktól, akik nem tudják személyesen eljuttatni felajánlásukat a szervezethez. Telefonon, vagy személyesen kérhető.

- „Börtönmisszió”: Büntetésvégrehajtási Intézetben lévők mentálhigiénés gondozása, családgyegetése, minden héten szerdán. Felzárkóztató, ismeretterjesztő előadásorozatok szervezése, vezetése havi egy alkalommal.
- Speciális szükségletű gyerekeket nevelő családok kiemelt támogatása, számukra előadások, továbbképzések szervezése.

Daganatos Betegek Klubja:

A beteggondozó szolgálattal párhuzamosan működik. Minden hónap utolsó szombatján 16 órakor tartják összejövetelüket a Máltai Házban.

Gyászcsopórt:

Az elhunyt betegek hozzátartozóinak szerveznek csoportokat. Erről a Hospice Irodában kérhető bővebb felvilágosítás.

Magyar Vöröskereszt Debrecen Városi Szervezete

Házi gondozás- betegápolási tanfolyamok szervezése, közvetítést, gondozást, ápolást vállalók, ill. az ilyen szolgáltatást igénylők között.
Érdeklődni lehet a Hatvan u. 37. sz. alatti irodában, vagy a 316-697-es és a 316-330-as telefonszámon.

Idősek Háza (szociális otthonok)

Idősek Háza

Debrecen, Pallagi u.9.
315-166, 311-615, fax: 417-466

Az Idősek Házában jelenleg 426 férőhelyen idősek, betegek gondozását, ápolását látják el.

Alapesetben „idős” emberek juthatnak be az intézetbe, tehát akik a nyugdíj-korhatárt betöltötték. Ezzel szemben egyre több a fiatal otthonlakó (rokkantnyugdíjasok, mozgáskorlátozottak, értelmi fogyatékosok, szenvedélybetegek), így az Idősek

Házának otthonlakói eléggé heterogén összetételűek.

A bekerülés feltételei:

- kérelem benyújtása a Szociális Irodához,
- háziorvos által kiállított egészségügyi lap,
- nyugdíjszelvény,
- születési anyakönyvi kivonat,

A fentiek és a körzeti gondozási központ környezettanulmánya alapján a Szociális Bizottság dönt.

Szolgáltatások:

- állandó orvosi felügyelet,
- szemész főorvos,
- belgyógyász főorvos,
- pszichiáter,

- pszichológus,
- fizioterápiás nővér,
- mentálhigiénés csoport.

Idősek Nagyerdei Otthona

Debrecen, Nagyerdei krt.100.
411-115, 418-440

Alaptevékenység, feladatkör:

Az önmaguk ellátására nem, vagy csak folyamatos segítséggel képes időskorú nem látó, ill. látáscsökkenett személyek állapotától függő teljeskörű és folyamatos intézeti ellátása. Az otthonba Hajdú-Bihar megyében élő lakosok kérhetik elhelyezésüket. Az otthon 108 férőhelyes.

A felvétel feltételei:

- a Szociális Irodához benyújtott kérelem formanyomtatványon,
- házi orvos, szakorvos javaslata,
- nyugdíjszelvény.

Az elhelyezésről a Szociális Bizottság dönt.

Református Szeretetotthon

Debrecen, Nagyerdei krt.64.

Ügyfélfogadás: hétfőtől péntekig 8 - 16 óra között

Az intézet a reformáció korabeli „Ispotály” maradéka, amely 1951 óta működik jelenlegi helyén. A Szeretetotthon szervesen ékelődik a Magyarországi Református Egyház diakóniájába.

Bekerülés feltétele:

A lakókat a Zsinati Iroda Szeretetszolgálati Osztálya (1146, Budapest, Abonyi u.21.) utalja be előzetes jelentkezés, önéletrajz és lelkeszi ajánlás alapján.

A gondozási díj a nyugdíj 80%-a, ezért ellátást, gondozást, gyógyszert kapnak a lakók.

Terápiás Ház

4031 Debrecen, Kishegyesi u.88.
346-208, 346-258, 346-322

Azon felnőttkorú elmebeteg és értelmi fogyatékos személyek ápolása, gondozása, akik számottevő elmegyógyászati kezelést nem igényelnek, nem veszélyeztető állapotúak, nem is rehabilitálhatók, viszont önálló életvitelre nem képesek és állandó intézeti gondoskodást igényelnek. 280 férőhelyen 140 nő és 140 férfi teljes körű ellátását biztosítják, 4-8 ágyas lakószobákban, 6 hektáros összterületen.

Napi háromszori étkezést, textillel való ellátást, orvosi felügyeletet, gyógyszert, és gyógyászati segédeszközt biztosítanak. Egyéni és csoportos munka, pszichoterápiás foglalkoztatás, jogi segítségnyújtás, szociális gondoskodást biztosítanak. A beutalást a Szociális Bizottság bírálja.

A megye egész területéről beutaltakat fogadó Szociális Otthonok:

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Módszertani Gondozási Központja
4200 Hajdúszoboszló, Hőforrás u. 105/C. 52-362-644

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Idősek Otthona és Rehabilitációs Intézete
4060 Balmazújváros-Nagyhát 52-370-224

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Idősek Otthona
4071 Mikepércs, Forrás tanya 42. 52-374-128

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Pszichiátriai Otthona
4080 Hajdúnánás, Magyar u.46. 52-384-657

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Fogycékosok Otthona
4038 Komádi, Iszap tanya 54-438-052

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Pszichiátriai Otthona
4150 Püspökladány, Kiss F. u.3. 54-451-052

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Pszichiátriai Otthona
4254 Nyíradony, Vörösmarty u.20. 52-203-002

Hajdú-Bihar megyei Önkormányzat Pszichiátriai Otthona
4130, Derecske, Morgó tanya 54-410-020

Pszichiátriai Betegek Otthona
4100 Berettyóújfalu, Mátyás u.1. 54-402-138

Idősek Otthona
4220 Hajdúböszörmény, Dorogi u.91. 52-371-234

Pszichiátriai Betegek Otthona
4132 Tépe 54-412-080

Hospice szolgáltatások:

DEBRECEN:

Szent Erzsébet Hospice Otthonápoló Szolgálat
4030 Debrecen, Tátra u. 2-6. Tel.: 52-503-308

HAJDÚ-BIHAR:

Fazekas Gábor Idősek Otthona
4220 Hajdúböszörmény, Dorogi u. 91.
Tel.: 52-561-228; 52-561-227 e-mail: fgio@axelero.hu

SZABOLCS-SZATMÁR-BEREG:

Nyírtelekért Ápolási Egyesület

4461 Nyírtelek, Szent István u. 173. Tel.: 42-210-798

Sóstói Szivárvány Idősek Otthona
4481 Sóstófürdő, Tölgyes u. 11.
Tel.: 42-479-777 Fax: 42-479-712

Bagi Ildikó

Szupervízió

Almássy Maritta: A szupervízió 6 funciója

Ezek elfogadása-kihasználása és megmunkálása az intézménybe tartozás feltételei.

1.) Az ügyelőnek beszédképesség biztosítása.

- ◆ Csak tud hallgatni, aki meg is van hallgatva.
- ◆ Önkifejezés fejlesztése – feszültség levezetés
- ◆ „Térbiztosítás”

2.) Továbbképzési készség

- ◆ Problémás hívások kapcsolati diagnózisa, elemzése-értelmezése.
- ◆ Hozzáállások, motivációk, értékek, érzelmek, indulatok, előítéletek felismerése, értékelése.
- ◆ Frustrációk tudatosítása, szorongások megértése.
- ◆ Önismeret – és önkritikai képességek fejlesztése.
- ◆ Elméleti segítség a felmerült kérdések megvilágítására (referenciagazdagítás)
- ◆ Szituációk többoldali megvilágítása.
- ◆ A képzeleti tényezők szóba vitele (pl.: ez a nő biztos nagyon csinos) és felelevenítése (amilyenek képzelem)
- ◆ Viszont-áttetelek feltárása és összevetése (mintha a fiam lenne)
- ◆ A személyes stílus tudatosítása.
- ◆ Speciális problémák megbeszélése és esetleg elméleti megvilágítása („perverz”, - hecc hívás, - krónikus hívó, - szexuális kihívások stb...)

3.) Az intézményi keret megelevenítése

- ◆ A „háromszög-szituáció” garantált beiktatása. Én – Te – Ő (ügyelő-hívó-intézmény dialektikus felfogása)
- ◆ A három pólus elvárásainak, igényeinek összevetése és az esetleges ütközések megbeszélése.
- ◆ Az anonimitás és a nem beavatkozásból származó problémák megbeszélése és megértése.
- ◆ A kerettörő szituációk értékelése és értelmezése. A kerettel kapcsolatos kérdések megbeszélése, esetleg konszenzus kiépítése (idő-befejezés, stb...)
- ◆ Kötelező feladatok – esetleg kizárási problémák áthágás esetén.

4.) A csoportéletbe és csoportmunkára való képesség fejlesztése.

- ◆ Aktív részvételi készség, személyes jelenlét és tapasztalatcsere – nyíltság, tolerancia, érdeklődésnyilvánítás, konfliktusok, rivalizációk és csüggedések elviselése.
- ◆ Demokratikus hatalom-tér megosztás, tervelőkészítés és megvalósítás, kreatív gondolkodás, fantázia és humorfejlesztés. Konszenzus kiépítés.
- ◆ Információközlekedés
- ◆ Segítőkézség gyakorlás
- ◆ Bion-féle alapfeltételek feldolgozása (amennyiben a képzési feladatokat hátrálják)

5.) Karbantartás

- ◆ Burn out megelőzés és krízis segítség
- ◆ Közösségi élet fejlesztése
- ◆ Narcisztikus restauráció, (f)elismerés, önbizalom / szolidaritáselevenítés

6.) Modell fejlesztés

- ◆ A szupervizor mint modell és egzisztenciális kapcsolat képesség élménye, pszichés beépítése.

Dacból nem evők

Beszélgetés Túry Ferencel a bulimiáról és az anorexia nervosáról

Az egyetemista lányok közül ma már minden második táplálkozási gondokkal küszködik. A legfrissebb kutatások szerint „családban” kialakuló jelenségekről van szó.

Erős családi kötődés jellemzi a táplálkozási zavarokkal küzdő betegeket, nevelő-, javítóotthonokban szinte egyáltalán nem fordul elő ilyen – legalábbis ezt igyekszik bizonyítani egy most kezdődött kutatás. A családjuktól elszakított, szeretethiánytól szenvedő gyerekek feltételezhetően nagyobb eséllyel küzdenek meg a pszichés problémákkal, amelyek keletkezéséhez a családi „burok” kimondottan hozzájárulhat.

- A túlzott gondoskodás, a lelki nyomás vagy éppen az agresszió ellen a leghatásosabb dacreakció a látványos „nem evés”, amely ellen tehetetlenek a szülők - állítja dr. Túry Ferenc pszichiáter, a kutatást vezető szakorvos. - Ha a gyerek megtanulja, hogy az evés visszautasításával hatást tud elérni, problémáit, tiltakozását azután már valószínűleg elsősorban ezzel fejezi ki. Ennek a reakciónak azonban súlyos üzenete van, hiszen a gyerek élete forog kockán. Nevelőotthonban semmit sem érnének el ezzel, legfeljebb megennék előlük az ételt, de senki sem figyelne oda, hogy gond van.

Az anorexia nervosában szenvedő beteg súlyos fogyókúrával, testedzéssel mindent megtesz, hogy testsúlya nehogy meghaladja a korra és testmagasságra vonatkozó minimális normát. Kóros

soványságuk ellenére túlsúlyosnak tartják magukat, folyamatosan attól rettegnek, hogy elhíznak. Ebben a stádiumban a lányoknál általában elmarad a menstruáció. A mozgásos hiperaktivitás gyakori, jellemző a teljesítményorientáció, túlkontrolláltság, kerülnek az érzelmeket, a szexualitást is. Személyiségük részben megváltozik, visszahúzódó, dacos, gyakran depressziós lesz a beteg. A bulimiás páciensek szintén állandóan aggodalmaskodnak alakjuk és testsúlyuk miatt, szigorú diétájukat azonban kontrollálhatatlan falásrohamok szakítják meg. Büntudatukat rendszerint önhánytatással, hashajtó vagy vízhajtó szedésével, testedzéssel próbálják csökkenteni, súlyos esetekben a napi 8-10 falásroham és hányás is előfordul. A testsúly változó lehet, előfordulnak sovány, kövér, de normális súlyú betegek is.

- A páciensek nagy részének kettős tünetei vannak, az anorexiások felében bulimiás tünetek is kialakulnak, illetve a kezdetben bulimiás betegek jelentős részében anorexiás tünetek fejlődhetnek ki. Bármelyik csoportba tartozó páciensek naponta és órákon át végezhetnek testgyakorlatokat, gyakran öndestruktívak, szexuális érdeklődésük csökken, teljesítményük romlik, állandóan fáradtak, hangulatuk nyomott, depimált – részletezte Túry Ferenc.

Az anorexia kezdetét követő tíz éven belül a betegek nyolc százaléka meghal, húsz év elteltével a húsz százalékot is eléri a

halálozás. Elsősorban a súlyos alultápláltság, fertőzések, öngyilkosság, szívmegeállás vezet tragédiához. – Ha a fiatal lány kóros soványsággal vagy erősen romló fogzománccal jelentkezik, fel kell merülnie az evészavar gyanújának. Még azoknál a betegeknél is, akik megtévesztően jól érzik magukat, gyakran fordul elő csökkent pulzusszám, vérnyomásesés, kiszáradás, gyomorpanasz, csontritkulás – állítja Túry Ferenc.

Az átlagnépesség harminc százaléka küzd étkezési gondokkal, az egyetemista lányok körében a hatvan százalékot is eléri ez az arány. Az anorexia általában 12-18 éves korban, a bulimia néhány évvel később kezdődik. A felső és középső társadalmi osztályokban gyakoribb, bár az utóbbi években alacsonyabb osztályokban, illetve

idősebbek és férfiak körében is előfordul. Fokozottan veszélyeztetettek a diákok, a táncosok, manökenek, egyes sportolók, férfiak között leginkább a homoszexuálisok vagy a testépítők (náluk elsősorban az inverz anorexia jelentkezik, amelyre az anorexia tüneteinek fordítottja jellemző: izmos testük ellenére soványnak tartják magukat, sztereoidokat használnak, szégyellik soványságukat. A kényszeres testedzés kitölti életüket).

A betegséget az elmúlt húsz évben kezdte „komolyan venni” az orvostudomány: történeti előzményei századokkal ezelőtt ismertek voltak, de a bulimia csak 1979-ben jelent meg önálló betegségként. Az anorexiát a XVII. században leírták, ám a XX. századik az agyalapi mirigy rendellenes működésének tulajdonították.

Megjelent a Hajdú-Bihar Megyei Civil Szolgáltató Központ Civilizáció c. hírlevelének 2004/9. számában.

*Hajdú-Bihar Megyei Civil Szolgáltató Központ, 4010 Debrecen, Egyetem tér 1. (Menza földszintje)
Tel.: 52-512-900/2414; e-mail: papp.anita@pszk.unideb.hu (www.tanacsadoiroda)*

Tanulmány**Buda Béla dr.*****A neurózis hasznos oldala...***

Korunkat sokan a neurózis, az idegesség korszakának nevezik. Ezt sok adattal megfigyeléssel lehet alátámasztani. A gyakorló orvoshoz forduló betegek negyede-fele ideges panaszokkal jelentkezik. Ha a lakosságot felméri az idegrendszeri tünetek gyakoriságára vonatkozóan. 8-10%-át neurotikusnak találják. Ha az enyhébb ideges tüneteket is számba veszik, attól függően, hogy hol vonják meg a határokat e tünetek súlyosságában, a lakosságban található neurotikusok számát akár 50%-ra is becsülik. Ezt a körülményt a szakemberek is, a köztudat is aggasztónak találja. A neurózis a mai orvosi felfogás szerint betegség. Aki neurotikus, az feszültségben él, különböző pszichológiai működéseiben zavarok vannak, tünetei és panaszai miatt szenved. Ugyanakkor a neurózis sokáig tart, akár évekig is. Ha nem gyógyul, kellemetlen következményei lehetnek. A leggyakoribb kellemetlenség, hogy a neurotikus ember fejlődése megreked, emberi kapcsolatai károsodnak. Ez főleg a házassági és a családi kapcsolatokban mutatkozik meg, de a munkahelyi viszonyokban is. Sajnos elég gyakori, hogy az ideges ember *ívásban* vezeti le a feszültségeit, szorongásait. Sokak szerint az alkoholizmus egyik legfőbb oka az idegesség, amit itallal igyekeznek „oldani”. Aki panaszával orvoshoz jár, az gyakran a kapott nyugtatókhoz, altatókhoz szokik hozzá. A modern társadalomban már orvosi előírás nélkül is elég könnyen lehet hozzájutni a nyugtatókhoz és altatókhoz, így sokan anélkül szoknak ezekhez a szerekhez, hogy ezért orvos hibáztatható lenne. A tapasztalat szerint férfiak főleg „elisszák” neurózisukat, a nők pedig gyógyszerekhez fordulnak. „Ami a férfiaknak a kocsmá, az a nőknek a patika” – mondja egy orvosi szólás-mondás. Külföldi országokban az idegesség könnyen kábítószerfogyasztás kiindulópontja is lehet. Ideges állapotok átmehetnek *depresszióba*. Depresszióban – vagy anélkül is, a neurózis talaján – gyakori az öngyilkosság. Számos szakember az öngyilkosságot a „neurózis halálozásának” tartja.

Sok más kellemetlen következményt is lehetne még sorolni, de az is elég annak megértéséhez, hogy a neurózist miért tartják *súlyos társadalmi problémának*. A következmények végső soron általában az *egészségügyi ellátási rendszerre* nehezednek (bár számos más területben is megnyilvánulnak), itt nagyon sok társadalmi kiadást eredményeznek. Lehet mondani, hogy a kiadások évről-évre nőnek. Ugyanakkor orvosi módszerekkel a neurotikus tünetek nehezen befolyásolhatók, a gyógy-eredmények nem jók, az egészségügy túlterheltnak érzi magát az ideges betegek miatt. Az ideges beteg az „orvos keresztye” (erux medicorum), ahogyan a régi orvosi mondás tartja.

Paradoxnak, sőt érthetetlennek tűnhet, ha mégis azt mondjuk, hogy a neurózisnak – a betegségnek, a súlyos társadalmi problémának – van hasznos, pozitív oldala. Pedig így van. Ezt a kérdést ma még elég kevesen értik. Nagyon nagy horderejű dologról van ugyanakkor szó, nagyon fontos lenne, hogy a benne rejlő üzenetről minél többen tudomást szerezzenek.

Mai tudásunk szerint a neurózis a személyiség *alkalmazkodásának* zavara. Mindig olyan élethelyzetben nyilvánul meg, amikor a személyiség valamit nem bír elviselni. Egyszerűen szólva, a legtipusosabb esetet kiemelve ezt úgy is szokták mondani, hogy a személyiség valamilyen ellentmondásba, konfliktushelyzetbe kerül, amit nem tud megoldani vagy kikerülni. Ilyenkor csak a keletkező feszültséget, szorongást, csüggedést éli át. Ebből keletkezik ezután testi tünet, nem egyszer működési zavar. Zavartünetek léphetnek fel az élményvilágban és a viselkedésben is. Még szerencsésnek tartható, ha már a szorongás, a feszültség vagy – lehangoltság visz valakit orvoshoz, mert ilyenkor könnyebb felhívni a figyelmet arra, hogy valami nincs rendben az aktuális élethelyzetben, valami fenntartja a feszültségeket. Legtöbbször testi tünet vagy viselkedészavar viszi a neurotikusokat orvoshoz, ilyenkor *szervi betegnek* érzik magukat, az a meggyőződésük, hogy az a szervük, vagy szervi működésük a beteg, ahol a panaszokat érzik, a tüneteket észlelik. Szexuális zavar esetében, pl. urológiai vagy nőgyógyászati betegségekre gyanakodnak, szapora szívverés, ki-kihagyó szívritmus mellett szívbetegségtől félnek stb. Ilyenkor nagyon nehéz meggyőzni őket, hogy testileg egészségesek, valamilyen idegesség hatását érzik. Ezt nem hiszik el, többnyire orvostól orvosig járnak. Kipróbálnak minden új, divatos gyógymódot. Ők is kipróbálói az új „csodaszereknek”, „csodagyógymódoznak” is. Annyira nehezen fogadják el, hogy nem a testük, hanem a „lelkük”, az életük beteg, annyira ragaszkodnak a szervi betegség képzetéhez, hogy az ilyen idegesek esetében a „betegségbe való menekülésről” beszélnek az orvosok. Amikor ugyanis az ilyen betegek élettörténetét, életkörülményeit, emberi viszonyait feltárják a gyógyító beszélgetések, kitűnik, hogy a betegség képzele révén szinte elbújnak problémáik elől, sajátos „struccpolitikát” folytatnak. Ebből nagyon nehéz kisegíteni őket.

Ha azonban a neurotikusokkal valaki sokat beszél életükről, emberi kapcsolataikról, viszonyulásmódjaikról és érzésekről, fokozatosan kibontakozik a probléma, ami nem hagyja őket nyugodni, amit nem tudnak megoldani, ami elől menekülni szeretnének. Ezt a problémát legtöbbször úgy kell rekonstruálni, feltárni, mint valami régészeti leletet, kikövetkeztetni, mint valami rejtvényt. A neurotikus tünet ugyanis éppen emiatt segít elviselni az életproblémákat, hogy ezeket szinte elrejtí, elködösíti, lehetővé teszi, hogy a személyiség ezek elől elbújjon, felmentse magát. Mert, aki beteg, az nem tehet arról, hogy dolgai sikertelenek, hogy feladatainak nem tud megfelelni, hogy az emberi kapcsolataik világában nem tud sikereket elérni... A betegségtudat, a társadalom által a testi betegnek biztosított *„betegszerep”* lehető teszi, hogy a neurotikus ne nézzen szembe önmagával, ne kelljen felismernie, hogy ő mit mulasztott, mit hibázott el. Sajátos menekülési, elrejtőzési *életstratégiát* tesz tehát kialakíthatóvá a neurózis. Ráadásul gyakran kíméletet, segítőkészséget is mozgósít, ami valamiféle „bevételt” jelent jelképesen a személyiségnek, könnyebbséget, kedvezményt, figyelmet, szeretetet. A rosszban van tehát valami jó, és ez a jó nehezíti, hogy a neurotikus ember meg tudjon szabadulni bajától. Leginkább azonban az a nehezítő körülmény, az rögzíti, teszi krónikussá a neurózist, hogy közben az ideges beteg *nehéz életfeladatot* kellene megoldjon, olyant, amihez előre láthatóan sok erőfeszítés és lemondás kellene, aminek mindenféle szövődménye és kockázata is lehet. Erre nehezen szánja rá magát a neurotikus ember, ennek várható kellemetlenségei és feszültségei nagyobbak tűnnek számára, mint a tünetek, panaszok, funkciókorlátozások negatívuma. Ebben az „egyenlegben” a neurózis által lehetségessé tett betegszerep előnyei számottevően „nyomnak a latba.”

Ha ezt a helyzetet más szempontból nézzük, érthető lesz, felsejlik a neurózis olyan vetülete, amire címünk utal, a baj, a kényelmetlenség és szenvedés valódi pozitív oldala. Az előbb említett „pozitívum”, vagyis az életfeladatok elől való elmenekülés lehetősége, vagy a

neurotikus betegség által előidézett „betegségelőny”: - kímélet és figyelem, ugyanis igazában hátrányos dolog, hiszen nem oldja meg, inkább súlyosítja a valódi bajokat. **A neurózistól csak úgy lehet szabadulni, ha az ember változtat kellemetlen életkörülményein, illetve maga is változik. Leginkább a személyiség saját változására kellene tenni a hangsúlyt. A legtöbb** nehéz élethelyzet ugyanis, ami neurózist kelt, az nem az objektív, külső körülmények miatt súlyos és megoldhatatlan, hanem a személyiség belső viszonyulása miatt, amely merev, alkalmazkodásra képtelen. Ez a belső viszonyulás vagy túlzott, irreális vágyakban és szükségletekben, vagy túlzott érzékenységekben nyilvánul meg, máskor nagyfokú önzésben, alkalmazkodási képtelenségben, vagy hajlandósági hiányban. Gyakori az is, hogy a személyiség nem tanult meg korábbi fejlődése során valamilyen probléma megoldási módszert, pl. nem tanult meg megfelelően kommunikálni, nem tudja a másik ember igényeit és szükségleteit értékelni. Sokszor a beteg mereven és kényszerűen erőltet bizonyos megoldási módokat, amelyek nem vezetnek célra.

Szinte felsorolhatatlan az a sokféle pszichológiai hiba, ami valakit neurotizáló élethelyzetbe hozhat, és abban rögzíthet, megakadályozza, hogy azon változtatni tudjon. A külső bajok túlnyomó többségében ugyanis meglebbe a mód arra, hogy személyiség megoldást találjon valamilyen változtatás révén. Nehéz helyzetükből ki lehet lépni (pl. rossz munkahelyi környezetből, elviselhetetlen kapcsolatból stb.), máskor lehet befolyásolni a környezetet, ha egyébként nem valamilyen **kompromisszum**, alku révén. Megoldás tehát mindig lenne, ha a személyiség megfelelően rugalmas lenne. A neurotikus azonban nem veti be a megoldásba kreatív erőit, nem próbál kiegyezni, nem törekszik tudatos döntés vagy önnevelés révén fokozott tűrőképességre, nem ragadja meg a kedvező alkalmakat. **Nem változtat, illetve nem változik, hogy változtathasson.** Rendszerint pedig neurózist kiváltó életprobléma nem valami szörnyű csapás vagy szerencsétlenség, amit el kell viselni (ilyen is van, hiszen az embert érheti nagy veszteség, szerencsétlenség, ilyenkor ugyanúgy tehetetlen, mint a váratlanul rátörő testi betegség esetében, ilyenkor csak a türelem, a feszültségek elviselése segít), **hanem az élet által a személyiség elé állított szokványos feladat.** Az embert az ilyen feladatai fejlesztik. Már kicsi gyermekkortól kezdve jelentkeznek ezek a feladatok. Az óvodásnak meg kell tanulnia az időszakos elszakadást a családtól, ez az iskolában a teljesítmény végrehajtásának feladataival bővül, majd később barátokat kell szerezni, önállósulni kell, meg kell felelni a gyermekkor kiscsoportnak. Még később a serdülés életfeladatait kell megoldani, viselni kell a szexuális feszültséget, párkapcsolatokra kell szert tenni, foglalkozást kell választani, munkába kell lépni, baráti közösségeket kell teremteni, házasodni, családot alapítani kell, majd pedig el kell viselni a változás korát, az öregség megnyilvánulásait, a testi hanyatlás megannyi jelzését. Ezekben a feladat-korszakokban jelentkezik általában neurózis, a személyiség ennek segítségével kikerüli a szükséges fejlődést, változást.

Éppen itt a pozitív oldal pedig a neurózisban! Ezeket a problémákat minden ember többé-kevésbé nehezen oldja meg. Nagyon is igaz Freud zseniális mondása, amely szerint **a neurotikus ember azokba a problémákba betegszik bele, amikkel a „normális” ember küzd, vívódik.** E problémák mindenki számára okoznak feszültséget, mindenkiben keltenek szorongást, kisebb-nagyobb tüneti reakció mindenki esetében része a fejlődésnek. Az egészséges ember azonban igyekszik vállalni, megoldani ezeket. A neurotikus tüneteket, panaszokat fejleszt. E tünetek, panaszok, a neurotikus viselkedés és betegségtudat azonban **a szervezet jelzése, hogy a fejlődés megállt, az alkalmazkodás tartós zavart szenved, a kreatív erők helyett, a menekülési készletek működnek.** Ebben a jelzésben rejlik a neurózis igazi haszna, pozitív oldala! Miként a fájdalom is figyelmezteti a szervezetet, hogy valami nincs rendben, valami betegség lépett fel, ugyanúgy a **neurózis is a személyiség figyelmeztetésére**

önmaga és környezete számára. Üzenet, amit meg kell hallgatni, tudatosítani kell. Ha valaki megragad abban, hogy ő beteg, akkor elzárkózik az elől az üzenet elől. Ha az orvos nem segíti a beteget, hogy valódi élethelyzetét felismerje, úgy jár el, mintha csupán fájdalmat csillapítana annak tisztázása nélkül, hogy a fájdalom miből ered. Jó, ha a környezet figyelemmel, kímélettel veszi körül a neurotikust, de árt neki, ha nem segíti e mögött észrevenni a valódi életproblémát, fejlődési feladatot, ha nem segít ezt megoldani neki. Vizsgálatok tapasztalatok szerint a neurózis megjelenése és megfelelő megoldása a fejlődés nagy hajtóereje lehet. Egyrészt a személyiségből magából is kiválthat új megnyilvánulásokat, hasznos erőfeszítéseket. Másrészt azonban a környezettel is újfajta kapcsolat lehetősége nyílik meg. Családtag, barát, tanár, a lakóhelyi közösség érettebb tagja, hivatásos „segítő”, mint amilyen a pszichológus, a pszichiáter vagy a szociális gondozó kommunikáción át segíthet a problémák feltárásában és megoldásában. A megfelelően fogadott, megharcolt, leküzdött neurózis tehát hozzájárulhat ahhoz, hogy a személyiség integráltabb, erősebb legyen. A jól megoldott élethelyzeti konfliktus, amely már neurotikus tünetekben is megtestesült, a személyiséget erősebbé, ellenállóbbá teszi, mint korábban volt. Mai pszichológiai felfogásunk szerint a személyiség akkor fejlődik jól, ha néhány kisebb-nagyobb krízisen, neurotikus zavaron átment. Nem szerencsés, ha valakit mindentől megkímél a sors, ha nincsenek fiatal korában nehézségei. Gyakran az ilyen ember védtelenebb az élet megpróbáltatásaival szemben, egy későbbi válság veszélyes mélypontokra sodorhatja.

A neurotikus embernek tehát **sajátos kihívásnak**, alkalomnak kellene tekintenie a baját. Meg kellene állnia egy időre élete – többnyire rohanó – dolgaiban, vizsgálgatnia kellene önmagát, segítséget kellene kérnie barátaitól. Türelemmel kellene elemeznie életét, emberi kapcsolatait, érzelmvilágát, eleve számítva arra, hogy a neurózis révén valamit nagyon homályossá és áttekinthetetlenné tett a maga számára. Kétségbeesés helyett a megnyugtató tudatosság kellene eltöltse, valamilyen változás előtt áll, valami feltárul magából, mód van arra, hogy életében valamit megújítson. Ismerősök, szakemberek során kívül, lehetséges ilyenkor jó könyvekről is konzultálni, nagyon sok felvilágosító, önismeretet fokozó kiadvány is van manapság, de voltaképpen a modern szépirodalom, dráma és film is az emberi életút konfliktushelyzeteivel, fejlődési kihívásaival foglalkozik, ebből is nagyon sokat lehet meríteni.

A társadalomnak is fel kellene használnia a neurózis pozitív oldalát, a benne kínálkozó fejlesztési alkalmat. A társadalomnak érdeke, hogy integrált, problémamegoldásra képes, fejlődő tagjai legyenek. Amit a család, az iskolai és más intézményes nevelés, a szakmai szocializáció, a közösségi élet stb. elmulasztott, az pótolható akkor, amikor a neurózis figyelmeztető jelei megmutatkoznak. A társadalomnak tehát nagyon „megéri” hogy a neurózis életkori megjelenési szakaszaira különféle pszichológiai segítségformákat „telepít”. Ezek már nevelési tanácsadásban, a gyermekkori pszichoterápiás ellátásban kezdődnének, majd a serdülőkori tanácsadási formákban folytatódhatnak (pl. szexuális tanácsadás, párkapcsolati tanácsadás, serdülőkori krízisintervenció stb.). A felnőttkorban a **pszichoterápia** különböző válfajai nyújthatnak segítséget, az egyéni foglalkozás mellett, pl. a családi és párkapcsolati pszichoterápia, a csoportpszichoterápia stb. Elősegíthetné a társadalom az emberek spontán törekvéseit is, hogy segítsenek egymáson és magukon. Ilyen módszer a különféle közösségi érdekcsoportok, az önsegítő csoportok, az önismeret fokozó csoportfoglalkozások sokféle változata. Ezeket általában maguktól szervezik, kezdeményezik a problémáikat tudatosító emberek.

A modern társadalom rendkívül bonyolult szerveződés, amely ráadásul növekvő gyorsasággal változik. Korábban évszázadokon át, majd legalább néhány nemzedéken át állandóak voltak a

társadalmi élet feltételei, az embereknek ezekhez könnyen lehetett alkalmazkodniuk. Az előírt viselkedéssémákra egyformán tanított a család, a közösség, a vallás, az iskola. Most az értékek, életutak, közösségi formák sokasága létezik egymás mellett, egy-egy ember életében is új és új feltételekhez kell igazodni. Az emberek elveszítik közösségi és tágabb családi támaszaikat, magukra maradnak. Igényességük önmagukkal szemben nő, de a társadalom is többet vár tőlük. Gyakran, időnként pedig gyorsan kell új helyzeteket, ellentmondásokat megoldaniuk, változtatni maguk körül, és ehhez önmagukban változni. A neurózis ennek a felgyorsult társadalmi fejlődési szakasznak az új életkörülmények növekvő gyakoriságú jelentkezésének tünete, ha társadalmi méretű előfordulását és problematikáját nézzük. A neurózissal való megfelelő, pszichológiai – pszichoterápiás – foglalkozás tehát társadalmi méreteken annak pótlását, korrekcióját segítheti elő, ami a család, az iskola és más intézmények – a gyors változások miatt elkerülhetetlen – mulasztása miatt állt elő. A neurózis tehát a modern társadalom számára is különleges alkalom. A neurózisból eredő bajok megoldásán kívül a megfelelő társadalmi segítség azért is előnyös lenne, mert a neurózisok társadalmi méretű gyógyítása, befolyásolása olyan ismereteket, módszereket, szakembergárdát és intézményeket hozna létre, amelyek a neurózisok megelőzését, a társadalmi „személyiség-újratermelés” hatékonyságának fokozódását tenné lehetővé.

Könyvajánlat

Tar Sándor: Az alku

Gonosz történetek

Noran, Bp. 2004.

Vajon tényleg „gonosz történetek” ezek a többségükben néhány lapnyi terjedelmű novellák? Végigolvasva Tar Sándor új kötetét, lehetetlen nem érteni, mire vonatkozik az alcím. Tar írásaira mindig is jellemző volt egyfajta *kíméletlenség*, amely elgondolásom szerint két forrásból táplálkozott. Az egyik az volt, amit általában a magyar írók többségénél jóval kiterjedtebb és közvetlenebb „valóságismeretnek” szoktak nevezni. Ennek az irodalmi ázsiója az elméleti és kritikai divatok ingadozása szerint hol magasan szárnyal, hol lenézett ócskaságnak számít. (Az olvasónak mindegy, rá ugyanis egy horogütés erejével hat ez a „valóság-dózis” – ha az írása egyébként is jó; de néha akkor is, ha nem olyan jó.) A másik forrás Tar fantáziája, vagy mondhatnám így is: metafizikai víziója, amely éppen abból a közegből nő ki, attól rugaszkodik el, ami számára a valóság.

A „gonoszság” kifejezésnek tehát kétféle jelentést tulajdoníthatunk nála. Egyrészt nem kíméli meg az olvasót *attól, ami van*; ez úgy értendő, hogy a nyomorúság legkiagyaltabbnak látszó változatait is úgy tárja elénk, hogy nem szabadulhatunk a kínos érzéstől: ez bizony megtörténhet, talán nap mint nap meg is történik. A gyomorszáji ütést ilyenkor nem az író, hanem a saját morális énje „viszi be” az olvasónak. (Hogy lehet, hogy ezt mi megúsztuk – egyelőre?) Az irodalomnak ez a szociális lelkiismeretet ösztökélő funkciója ugyanis minden ellenkező híreszteléssel szemben nem múlt el a naturalista vagy verista irányzatokkal együtt, és mai is teljes mértékben vállalható hagyomány. A „gonoszság” másik értelme, amelyet a metafizikai alapállásból eredeztettem, voltaképpen a világban meglévő Rossz extrapolálását jelenti az írói fantázia segítségével. Olyan ez, mint egy matematikai művelet: ha ennek és ennek a létezését axiomatikusan elfogadjuk, akkor logikailag semmi sem mond ellent annak, hogy belőlük ez és ez következzen. S ami következik, az a Tar novelláinak némelyikében a tébolyítóan, esztelenül gonosz; a Teremtés sötét oldala.

Az alaphelyzet többnyire a kilátástalanság, az egyénre vadfogó hálóként rátekeredő sors, amelybe vergődésével csak egyre jobban „behömpölygeti” magát, ahogy Arany János írta valamikor. Nem

mindig csak a szociális körülményekről, az eleve-esélytelenségről van szó; Tarnál igen gyakran fordul elő a *hübrisz*, vagyis a tragikus (utóbb inkább tragikomikus) vétség. Valaki henyén vagy figyelmetlenül inbtézi önnön sorsát életének egy meghatározott pontján, nem tud méltóképpen kezelni egy kapcsolatot, enged a vér vagy az ösztönök csábításának – és máris olyan helyzetbe lavírozza magát, amelyből nincs kiút. Ilyenkor megtapasztalhatja a közösség, a „falka” kegyetlenségét, amellyel kiveti magából a megsebzettet; de találkozhat a szolidaritás sajátos, néha egészen groteszk formáival is. (...)

Tar Sándor egy borzasztóan nehéz, mert sokak szerint korszerűtlen és sokfelől támadható műfaj nagymestere. Azért lehet nagymester, mert egyáltalán nem védi magát. Nem trükközik, nem bújócskázik az olvasóval, nem akar megfelelni hallgatóságos vagy éppen nyílt színen hirdetett „poétikai” elvárásoknak. Úgy ír, ahogyan tehetsége és az általa követhető minták diktálják; ennek megfelelően, ahol kátyú kerül elébe, ott megbotlik. Nem „tökéletes”, de nagyon jó próza az övé. Szükség van rá a mostani mezőnyben is, tán nagyobb is, mint korábban.⁴

Globális Civil Társadalom 1.

Helmut ANHEIER, Marlies GLASIUS, Mary KALDOR (szerk.)

Typotex Elektronikus Kiadó Kft. 2004.

www.typotex.hu

A kötet célja egyszerre elméleti és gyakorlati. Az igen nagy gonddal megírt és lenyűgöző szakirodalmat mozgató tanulmányok igyekeznek különböző szempontokból megragadni a civil társadalom fogalmát és meghatározni azt. Az alapos esettanulmányok és a gazdag szociológiai háttéranyag segít a téma jobb megismerésben, körüljárja azt. Az Évkönyv négy témakörre koncentrált. Először is három megállapítást tesz közzé a globális civil társadalomról: ezek kiinduló következtetések és a jövőbeli kutatásokra vonatkozó hipotézisek egyben. Másodsor, tömör vázlatot ad a fogalom kialakulásáról és a különböző definíciókról. Harmadsor, bemutatja az adatgyűjtés problémáját és a "módszertani nacionalizmus" kihívását. Az utolsó rész összefoglalja az aktivistákra és stratégiákra vonatkozó konklúziókat, amelyek az egyes fejezetekből következnek.

Rendkívül aktuális a globális civil társadalom gondolatának bemutatása, amely tudományos szempontból Magyarországon még nem tartozik a végiggondolt-végigbeszélte témák közé, politikailag és politikaelméleti szempontból viszont Európa egyik legvitatottabb kérdései között szerepel. Erre a fontos feladatra vállalkozik a Civil társadalom sorozat.

John Keane: A civil társadalom. Régi képzetek, új látomások

Typotex Elektronikus Kiadó

Kft. 2004.

www.typotex.hu

John Keane a civil társadalom egyik leghíresebb szakértője Európában. Idestova immár több mint három évtizede tanulmányozza a témát, jelenleg széleskörű nemzetközi kutatásokat koordinál, amelyek a Globális Civil Társadalom mibenlétét, kereteit, intézményeit, működését vizsgálják. A Civil Társadalom - Régi képzetek, új látomások című könyve klasszikus elméleti és gyakorlati összefoglalását nyújtja a témának, különös tekintettel a Kelet-Közép-Európában végbemenő "bársonyos forradalmi" átalakulásokra - angolszász szemszögből.

Naomi Klein: NO LOGO Multik, Márkák, Monstrumok

AMF Kft. Bp. 2004.

⁴ Részletek Angyalosi Gergely recenziójából (ÉS)

Végre magyarul is megjelent Naomi Klein No Logo c. világhírű bestsellere. Az AMF Kft és a Tudatos Vásárlók Egyesülete kiadásában megjelenő No Logo előszavát Tamás Gáspár Miklós írta. A globalizációról szóló irodalom könyvtárakat tölthetne meg, a 'globalization' hívószóra egy internetes keresés közel 3 millió találatot eredményez. Körülbelül annyit, mint a 'socialism' és a 'capitalism' együttvéve.

Naomi Klein No Logo című könyve nem egy a sok közül. Megjelenése pillanatában bestseller lett, a The New York Times kissé talán fellengzős definíciója szerint „az antiglobalizációs mozgalom bibliája”. Az elmúlt négy évben 18 nyelven jelent meg. Fontos könyv tehát, és ezért fontos kiadni magyarul is. A No Logo elsősorban a mai globális fogyasztói világ társadalmi, kulturális és gazdasági problémáival foglalkozik. Elindul a leginkább láthatótól: a reklámoktól, bemutatja a reklámbiznisz szédítő felfutását, az életünket behálózó marketingpraktikákat, majd elemzi azt, ami e mögött van: a foglalkoztatottság csökkenését, a munkavállalók kiszolgáltatottságának növekedését a fejlett államokban, a szegény országok munkásainak kizsákmányolását, a közterek (iskolák) vállalatok általi kisajátítását, az élet- és választási lehetőségek szűkülését. Végül, ami igen érdekes, kitér azokra a civil és ellen-kulturális mozgalmakra is, amelyek a fogyasztói világgal, a konzumerizmussal szemben igyekeznek üzeneteket megfogalmazni, alkotásokat létrehozni, vagy alternatív életlehetőségeket kialakítani.

A No Logo elemző, adatokra támaszkodik ugyanakkor élvezetes, „történetmesélő” stílusban megírt mű. Olyan könyvről van szó, amely számottevő sikert aratott a tengerentúlon, és európai kiadásai is nagy visszhangot keltettek. A No Logo egyik erőssége közérthető nyelvezetében, és (a szó jó értelmében vett) újságírói stílusában rejlik. Naomi Klein, a szerző kanadai újságíró, aki elsősorban az alternatív, független sajtónak dolgozik. Könyvének nagy része személyes élményekre, riportszerű beszámolókra alapul. Klein elment egy fülöp-szigeteki „vámszabad területre” és beszélgetett a multinacionális cégeknek fillérekért dolgozó munkáslányokkal; bemutatja a Montrealban tevékenykedő „adbuster”-eket, akik az óriásplakátok átfestésével üzennek a nagy cégeknek; a McDonald's által beperelt angol környezetvédőket; és így tovább. Még azokat a fejezeteket is konkrét vállalatokról, esetekről szóló „sztorikkal” teszi érthetővé és - ne tagadjuk – szórakoztatóvá, amelyekben egyébként statisztikai adatok alapján fest képet a reklámpiac felfutásáról vagy a munkaerő-piac drámai átalakulásáról.

Magyarországon napjainkban kezdenek kibontakozni a multinacionális vállalatok magatartását élesen bíráló társadalmi vélemények. Éppen ezért fontos egy olyan mű megjelenése, amelyik megalapozott adatokkal, és egyben szemléletesen, sok példával, konkrétumokon keresztül mutatja be és érteti meg a globalizáció és a nemzetközi márkák mögött álló mamutvállalatok társadalmi valóságát.

A No Logo vitákat vált ki, és mozgalmakat képes elindítani. Ránk is vonatkozik, itt, Magyarországon, mivel a globalizáció bennünket is elérte. Ha más nem, a korszellem diktálja, hogy foglalkozzunk vele, gondolkodjunk róla, alkalmazkodjunk hozzá, ellenezzük, vagy alternatíváit keressük. A No Logo kedvezményesen megrendelhető közvetlenül a kiadótól: www.nologo.hu. Ugyanitt még több információ a könyvről és a No Logo mozgalomról.⁵

⁵ NIOK elektronikus hírlevél

Esélyes diploma

Szerkesztette: Juhász Béla Szilárd

Debreceni Egyetem, 2004.

Esélyes diploma – a furcsa cím mögött egy most megjelent könyvecske rejtőzik, amit az Egészségügyi-, Szociális és Családügyi Minisztérium támogatásával a Debreceni Egyetem Mentálhigiénés Program munkatársai készítettek. Hat tanulmány foglalkozik azzal a „rémmel”, amivel a felsőoktatás padosraiban eleinte még nem törődnek a hallgatók, s valójában nagyon összetett kérdés: álláskeresés, munkanélküliség, diplomások foglalkoztatása (és nem foglalkoztatása) stb.

Mindjárt a könyv elején (előszó és bevezető nincs) Adomán János tanulmánya rögtön a kész tényekkel szembesít minket: a diplomások és főleg a pályakezdő diplomások aránya a munkanélküli rátában folyamatosan nő. És nőni fog. Hiába, a felkapott szakok hallgatói sem örülhetnek: túlképzés van, nem mindenkinek sikerül a szép és megható diplomaosztó után olyan munkahelyen/beosztásban elhelyezkedni, amihez 4-5 évig keményen tanult. Mi hát a megoldás? Élethosszig tanulás, rugalmasság, mobilitás, kreativitás? – csupa elcsépelet szavak, de azért lehet ezekben valami, ha egy kicsit jobban elmélyedünk e témában. Szentkatolnay Miklós a szociálpolitikusok alaposágával ismerteti meg az olvasót tényekkel, adatokkal és egy gyakorlatban kipróbált képzési modellel, amit a diplomás pályakezdő munkanélkülieknek dolgoztak ki. Balog Lajos és Balcsók István egy-egy dolgozata is pontos képet rajzol ábrákkal és számadatokkal felvértelve; még az előbbi írás kitekint a makrovilágba, az Unióba, addig az utóbbi a megyénket hasonlítja össze az ország más tájékaival.

A könyv végén Berényi András klinikai szakpszichológusként a munkanélküliség mentálhigiénés aspektusait elemezte. Átfogóan foglalkozik a munkanélküliség élményével, amit bizonyos lelki folyamatok lezajlása miatt olykor nevezhetünk munkanélküliség-neurózisnak, de a jól ismert kiegészítő szakaszok is felismerhetők a reményvesztett embereknél. A kudarcélmények nagyon megviselhetik a munkanélkülit, s egyaránt rossz tünetek következ(het)nek be a magatartásában és a szociális magatartásában, valamint a testi és lelki egészségében. Mindemellett a munkanélküliség tényét felfoghatjuk úgyis, mint változást, ami ha szenvedéssel és erőfeszítéssel jár, de végződhet pozitívan is.

Színház

Metadolce, avagy egy félédes színház

Szinglikék, szingli-lét...

Komoly tanulmányok és komolytalan filmek, még komolytalanabb bulvárlapok hálás témája ez manapság. Éppen ezért nem könnyű megfelelni a várakozásoknak, ha ezzel kapcsolatban ír darabot az emberlány. Falussy Lilla a friss dramaturg-diplomás, és fiatal drámaíró mégis megpróbálkozott ezzel. Olyannyira sikerült, hogy tavaly a Komédióm Színház drámaíró pályázatán díjat nyert színdarabjával, s a Csokonai Színház ezt az évadját rögtön ezzel a darabbal kezdte (Metadolce – félédes társkereső játék).

Amikor huszonvalahány évesen kiesik az ember az iskolapadból az Életbe, még szeretne Élni (jól és nagyon), s minél kevesebb korlátot, felelősséget magára erőltetni. A szabadságvágy elég erős bennünk, s olykor még egy-egy nem tökéletes párkapcsolatot is úgy élünk meg, csak nyűg volt a nyakunkon.

Aztán az évek teltével nem minden perc, óra, este pörgéssel telik, amikor az üresjáratok már-már napokat, esetleg heteket jelent, valami megváltozik. Bennünk is. A bulikon nem rossz az ivararány, de egyre kevesebb a számításba

jöhető partner (mindenkinek van barátnője, s vannak, akik a feleség mellé szeretnének egy kis kalandot). És egy kicsit később, milyen érzés, ha pl. a gyerekkori volt barátnőtől jön meghívó esküvőre – a lánya(!) megy férjhez?

A színdarab egy igazán (félédes) játék a Csokonai Színház művészei jóvoltából. Árkosi Árpád rendező tényleg játéknak fogja fel, amitől nem feltétlenül kell félni, nem lesz az előadás operett-szagú. A színészek remekelhetnek, és meg is teszik. A Hősnő, Majzik Edit az első pillanattól az utolsóig a színpadon van, mégis újabb és újabb arcát tudja megmutatni. A Hős, Garay Nagy Tamás szerepe jutalomjáték: számtalan férfi karakterébe kell bújni rövid időn belül, s a nézőkkel felismertetni egy-egy jellemet, figurát. Nem könnyű feladat egyik sem, de roppant nehéz Kóti Árpád Karnak nevezett szerepe is, hiszen a legtöbb jelenetet úgy kell végigjátszania, hogy nincs is szövege, de ő sem hagyhatja el a játékteret az előadás alatt. Ilyen feladatot csak az igazán profi színészek tudnak megoldani. A darab végén, mintegy „freudi fordulatként” azért neki is adatik hagyományosabb színészi munka.

A színdarabot továbbra is láthatjátok, novemberben és decemberben a Csokonai Színház Horváth Árpád Stúdiószínházában.

Idézetek

Mivel mindenki egyetlen alanya önmagának, rácsodálkozunk, amikor a közös sors saját sorsunkká lesz.⁶

*Nem az a gazdag, akinek sok mindene van, hanem aki sokat ad.*⁷

Az a baj, hogy Justitiának, az igazság istennőjének a szeme ugyan be van kötve, de az orra nem – s így megérzi a szegényszagot.⁸

A zseni, aki az emberi civilizáció legbolondabb és legszebb virága, attól koldul, aminek létét köszönheti.⁹

A kevesebb egyenlőtlenség a több szabadság feltétele.¹⁰

Semmi sem könnyebb, mint egy szigorú rangsorhoz szoktatott társadalomban valamilyen rangsor nevében rendet, jogot és biztonságot teremteni; ez azonban a mozdulatlan rendje, joga és biztonsága, nem a szabadságé.¹¹

A történelem legfőbb tanulsága, hogy az emberek soha sem vonják le a történelem tanulságait.¹²

Ésszerűen nem várhatjuk, hogy egy vég posztó tökéletesen szövessék olyan népnél, mely a csillagászathoz nem ért, vagy az etikát elhanyagolja.¹³

Hány valóság húzódhat meg a tények látszata mögött? Vagy: mennyit világíthatnak meg a tények a körülöttük lévő, homályba burkolózó valóságból?¹⁴

A törvényeket hónapok alatt meg lehet változtatni, a gazdasági átalakulás évek alatt végbe mehet, de a szokások, attitűdök, kulturális kódok, értékek megváltoztatása nagyon hosszú, évtizedekbe telő folyamat.¹⁵

Az őszintétlen csoport tétlen.

Azt tudom, hogy semmit sem tudok. – Bölcsesség és éleslátás van ebben a Szókratész-től kölcsönvett mondatban. Meg kellene, szívlelje minden segítő, főleg azokkal kapcsolatban, akiket figyelmesen meghallgat.¹⁶

⁶ Goethe

⁷ Erich Fromm

⁸ Hollingshead-Redlich

⁹ Ady Endre

¹⁰ Ferge Zsuzsa

¹¹ Bibó István

¹² Aldous Huxley

¹³ Hume Dávid

¹⁴ Mózes Attila

¹⁵ Dahrendorf

¹⁶ Alfred Vanesse

Gondolatébresztő

AZ emberek mindenütt a szeretet keresésével vannak elfoglalva, mert szentül meg vannak győződve arról, hogy csak a szeretet képes megmenteni a földet, hogy csak a szeretet teheti értelmessé és érdemlegessé az életet. De milyen kevesen vannak, akik valóban értik is, hogy mi a szeretet, s hogy hogyan keletkezik az az emberi szívben! Nagyon gyakran azonosítják a mások iránt érzett jó érzésekkel, jótékonyással, erőszakmentességgel, vagy szolgálattal. De ezek egyike sem a szeretet. A szeretet tudatosságból ered. Csak amennyiben valójában annak látsz valakit, aki és ami az illető, és nem annak, ami az emlékedben, vágyaidban, fantáziádban, vagy kivetítéseidben szerepel, csak akkor tudod igazán szeretni az illetőt. Máskülönben nem személyt szereted, hanem azt az ideát, amit róla formáltál, vagy azt, aki a vágyaid tárgya, és nem azt, aki valójában.

A szeretet első cselekedete tehát, hogy olyannak lássuk a személyt vagy dolgot, amilyen valójában. Ezzel pedig együtt jár az a rettenetes feladat, hogy elhagyd vágyaidat, előítéletedet, emlékeidet, kivetítéseidet, válogató látásodat. Ez a feladat akkora, hogy sok ember inkább fejest ugrik a jócselekedetek és a szolgálat tengerébe, mint hogy alávesse magát e lemondás lángoló tüzének. Ha olyan embert készülsz szolgálni, akivel kapcsolatban még nem vetted a fáradságot, hogy igazán megismerd, akkor vajon az ő igényeit vagy a sajátjaidat akarod inkább teljesíteni? A szeretet első összetevője tehát az, hogy igazán lássuk a másikat.

A második összetevő ugyanennyire fontos: lásd önmagad, könyörtelenül vedd alá érzéseidet, kívánságaidat, őszintétlenségedet, önzésedet, irányítási és manipulálási szándékaidat a tudatosság fényének. Ez azzal jár, hogy nevéen nevezed a dolgokat, függetlenül attól, hogy mennyire fájdalmas e felfedezés és annak következményei. Ha eléred a másokról és önmagadról való tudatosságnak ezt a fokát, tudni fogod, hogy mi a szeretet. Mert akkor olyan értelmed és szíved lesz, amely éber és figyelmes, tiszta és érzékeny, akkor birtokodban lesz az észlelés tisztasága és az az érzékenység, amely minden pillanatban és minden helyzetben kihozza belőled a pontos és megfelelő választ. Esetenként ellenállhatatlanul cselekvésre ösztönöz, máskor visszatart. Néha arra készlet, hogy észre se végy másokat, máskor pedig arra, hogy megadd nekik azt a figyelmet, amit keresnek. Egyszer szelíd leszel és engedékeny, máskor pedig kemény, alkuvást nem ismerő, magabiztos, sőt még erőszakos is. Mert a szeretet, amely érzékenységből születik, nagyon sokféle és váratlan formát ölthet, hisz nem előre gyártott irányvonalakra és elvekre válaszol, hanem a mindenkori konkrét valóságra. Amikor először megtapasztalod ezt az érzékenységet, nagy valószínűséggel megrettenesz. Mert minden védekezési mechanizmusod összetörik, minden becstelenséged feltárul, s a körülötted lévő védett falak leégnek.

*Anthony de Mello: A szeretet útja (A. de Mello jezsuita atya utolsó meditációi)
Korda Kiadó, Kecskemét, 2002.*

infó VI. évfolyam, 2. szám.

Lezárva: 2004. október 20-án, Debrecen.

"Segítőkéz" Lelkiségegy Telefonszolgálat

4024. Debrecen, Varga u.1.

e-mail: debrecen27@sos505.hu

(Cikkeket, tanulmányokat e-mailen várunk!)

Támogató: DMJV Polgármesteri Hivatal Kulturális Osztálya

© Rénes László ®