

## Az Embertárs könyvespolca

### MENTÁLHIGIÉNÉ A TÁRSADALOM SZOLGÁLATÁBAN

Tomcsányi Teodóra professor, pszichoanalitikusan képzett klinikai pszichológus és pszichodramatikus, mentálhigiénés szakember az első magyarországi egyetemi mentálhigiénés intézet megalapítója és vezetője. Hetvenedik születésnapja alkalmával szűkebb és tágabb körű munkatársai vastag tanulmánykötettel lepték meg, melyben tíz német és huszonnégy magyar tanulmány foglalkozik Tomcsányi munkásságával összefüggésbe hozható témákkal, tükrözve evvel az ünnepelt széles körű tevékenységét.

A szerkesztő a kötetet tematikusan négy nagy egységre osztotta: a tudomány, a gyakorlat, az oktatás és a kutatás című részekre. Az első tematikus egység a pszichoanalízis, a pszichodráma mesterei előtti tisztelgéssel indul. Freud nézeteivel nemcsak kortársai, hanem az utókor is vitatkozott, vitatkozik. Patrick Luyten és Josef Corveleyn Han Israëls holland szociológusnak a Freud cikkeit és személyiségét támadó cikkeit kritizálja, bizonyítva ezek roszhiszeműségét, valótlan elemeit. Susanna Heine az *Egy illúzió jövője* című Freud-mű kapcsán felelevenít egy vitát, mely Sigmund Freud, Oskar Pfister protestáns lelkész és Theodor Reik teológiai problémákkal is foglalkozó pszichoanalitikus között zajlott. Freud szerint a bűntudat nem a valóságokkal kapcsolatban keletkezik, bár belevivódik azokba, hanem a szeretet és gyűlölet ambivalenciájával kapcsolatos. Grete Leutz a terápiás módszer különbözőségeit vizsgálja Freudnál, illetve Morenónál a múltban szerzett tapasztalatok újraélése kapcsán.

A mentálhigiéné elméletével foglalkozó blokk Nagy J. Endre írásával kezdődik, aki szerint a lelki egészség definíciója értékvalasztást foglal magában, szemben az ellenkező értelmű posztmodern felfogással. Helytelen volna a fogalmat túl pozitívra hangolni. A lelki egészség inkább egyensúly a pozitív és negatív között, magában foglalva mind a tradíciókat, mind a Polányi Mihály által leírt kitörést (*breaking out*) a tradícióból. Varga Károly a vallás és a lelki egészség viszonyát elemzi: a lelki egészség két tényezője, a spiritualitás és a tudatosság köré szerveződő modelleket vizsgál. Többek közt felemlíti Ratzinger nézetét: „A hit nem lesz bebizonyítva, de mint az élet értelmét be lehet látni.” Patsch Ferenc *Túl a felsőbbrendűségi komplexuson* címmel arról értekezik, hogy az egyén esetleges felsőbbrendűségi tudata gyakran vallási meggyőződésből táplálkozik. A felsőbbrendűségi komplexus megismerés és megértés útján küzdhető le. Patsch Ferenc mentálhigiénés szemlélettel vizsgál meg vallásfilozófiai nézeteket, ezáltal megvalósítja a mentálhigiéné multidiszciplináris szintézisét.

Tomcsányi Teodóra tudományos érdeklődésének másik sarkköve a társadalom és a spiritualitás viszonya. Az első rész utolsó tanulmánycsoakra erre reflektál. A modern civilizációs betegségek között az evészavarok egyre nagyobb jelentőségűek. Túry Ferenc és munkatársai szerint az étel értéke a fogyasztói társadalom keretein belül változik, az evészavarok pedig népbetegségnek számítanak. Ennek hátterében az étel spirituális és kulturális jelentősége is állhat, ezért vizsgálták a vallásosság és evészavar kapcsolatát is. Martin Jäggle

tanulmánya szerint a vallásérzékeny képzés Európa jövőjének meghatározó kérdése. Elősegíti a különbözőség tudatosításának és elismerésének képességét, túlmutatva a „saját vallás” és az „idegen vallás” kettősségén. Hasonlóan Patsch Ferenchez a megoldást Jäggle is a dialógusban, a kölcsönös megértésben látja; gyakorlati példái szemléletesen alá is támasztják elméleti állításait. *Karl Heinz Ladenhauf* a pasztorálpszichológia fontosságáról ír, a diakóniához való visszatérést tartja a mai egyházak legfontosabb feladatának.

A *Gyakorlat* címet viselő második nagy tematikus egység a pszichoterápia, a pszichodráma és a lelkigondozás területeire kalauzolja el az olvasót. *Perczel Forintos Dóra* a kognitív terápiákat mutatja be dolgozatában, melyek ellensúlyt képeznek a dinamikus terápiákkal szemben. 1970 tájékára helyezi az úgynevezett kognitív forradalmat. A figyelem ezután inkább a jelen felé fordul, annak problémáit tisztázza, magyarázza a terápia során. A gyermekkori traumákat elismeri ugyan, a jelen bajaiban azonban nem annyira ezek visszfényét látja, hanem a valódi, patogenetikai tényezőket. *Reinhardt Krüger* Moreno nyomain fejtegeti, hogy pszichotikusok kezelésénél a terapeutának egy megváltozott, a valóságot túllépő transzreális magatartást kell felvennie, és többé-kevésbé folyamatosan a páciens hasonmásává kell válnia. *Csáky-Pallavicini Krisztina* és *Milák Piroska* a pszichodráma módszerével kísérleteznek egyéni pszichoterápiás személyiségzavaros borderline esetekben. Az analitikusan orientált verbális módszerekhez hozzáadnak pszichodramatikus elemeket, így szomatikus élmények bevonásával közelítenek meg preverbális elakadásokat.

A pszichodrámának szentelt tanulmányok gyakorlati példákkal alátámasztva

mutatják be a pszichodráma alkalmazásának egy-egy részkérdését. *Török Szabolcs* a gyakran alkalmazott, de kevés irodalommal rendelkező antiszerepjáték fogalmát és technikáját ismerteti, *Sallay Viola* és *Martos Tamás* pedig a többgenerációs család-szobor technikáját mutatja be. Az antiszerepjáték a személyiségen belül háttérbe szorult viselkedésmintákat, szerepkészleteket, míg a többgenerációs család-szobor nonverbális tartalmakat mobilizál, tesz jobban hozzáférhetővé. *Sarkady Kamilla* *Keresd a békét, és járj utána* című cikkében a sértett ember számára keresi a megbocsátás lehetőségét, *Marlok Zsuzsa* *Fel hát, szívem, búcsúzz új gyógyulásra* című írásában pedig a kötődés és elengedés (elvesztés) témájával mint az élet alapélményeivel foglalkozik. Mindketten azt kutatják, hogy mely pszichodinamikus technikák segíthetnek ezekben a helyzetekben.

A lelkigondozással foglalkozó tanulmányok között történeti áttekintést csakúgy találunk, mint elméleti problémát boncolgató írást. *Tésenyi Timea* történelmi áttekintésében a lelkigondozás, illetve korabeli megfelelőinek részleteit taglalja az ókortól a jelenig. *Németh Dávid* a logoterápia lehetőségeit kívánja beépíteni a lelkigondozásba. Az ember értelemkereső lény: ha tartósan nem talál értelmet az életben, érdektelenné, motiválatlanná, lelkileg üressé válik (*Viktor E. Frankl*). Ezt nevezzük egzisztenciális frusztrációnak. A logoterápia filozófiai, teológiai kapcsolódásának részletezése után példákon mutatja be a logoterápia értelemgyűjtő lehetőségeit. *Hermann Steinkamp* egy új tevékenységi kör, a „tiszteletbeli megbízatás” (*Ehrenamt*) problémájával foglalkozik a telefonos lelkigondozás kapcsán. Az ott rendszeresen sorra kerülő csoportos megbeszéléseken a társadalmi munkában díjazás nélkül részt vevők kompetenciája, motivációja

növekszik, lehetőséget teremtve pozitív visszacsatolásokra.

Az ünnepelet életművének harmadik alappillére az oktatás, mellyel szintén külön tematikus rész foglalkozik. *Norbert Mette* a kisgyermekkorai vallásos nevelés és képzés problémáiról szól, a valláspedagógia elmélete és gyakorlata számára levonható tanulságokkal, továbbá ismerteti a témába vágó szakirodalmat. A szexuális érettség kritériumait és a korszerű szexuális nevelés céljait, alapelveit elemzi. *Gombocz János* a sportpedagógiáról és Magyarországon való meglehetősen háttérbe szorulásáról ír. Történeti kitekintését a jelen problémáinak bemutatásával zárja.

A mentálhigiénés szakemberek képzése Tomcsányi Teodóra életének fő műve. A semmiből hozott létre egy képzést, amely mára egyetemi intézetté nőtte ki magát. *Hanneke Meulink-Korf* lelkipásztorok, teológusok Hollandiában már negyedszázada működő, „kontextuális lelkigondozás” nevű továbbképzését mutatja be. A képzés elemei *Böszörményi-Nagy Iván* családterápiás munkájára, *Martin Buber* dialogikus gondolkozására, *Emmanuel Levinas* gondolataira mennek vissza. *Andreas Wittrahm* a kliensek problémáinak sokrétűségét hangsúlyozza, és ennek megfelelően a segítők interdiszciplináris tájékozottságának fontosságát emeli ki, hogy felkészüljenek a XXI. század kihívásaira. *Török Gábor* és *Joób Máté* a lelkigondozói kompetenciák fejlesztési lehetőségei kapcsán a lelkigondozói képzés tanulságait összevizsgálják, a képzésre jelentkezők motivációs leveleinek elemzése során a hallgatók elvárásait vetik össze a képzés célkitűzéseivel, valamint összegyűjtöttek néhány ötletet, miként mélyíthető el a professzionális lelkigondozás a gyülekezetekben.

Végezetül a kötet negyedik nagy egységét a kutatással, a pszichológián belül, valamint a pszichológia és a szociológia határterületein alkalmazott módszertannal, empiriával foglalkozó tanulmányok alkotják. *Ehmann Bea* írása a nyelvtechnológiai és pszichológiai tartalomelemzés kapcsolatát és fejlődésirányzatait vázolja fel, bemutatja a kutatók által használt szoftvereket, és latolgatja a jövő lehetséges útjait. *Hámori Eszter* koraszülő anyákkal készített interjúkat, amelyek során a koraszüléssel kapcsolatos szorongásokról, a szülés körülményeiről és a gyermek jövőjéről félig strukturált interjú formájában kérdezte a kutatásban részt vevő anyákat. *Vargha András* és *Császár-Nagy Noémi* azt vizsgálták, hogy vannak-e markáns nemi különbségek a Rorschach-teszt egyedi vulgárválaszainak gyakoriságában. Statisztikai számításokkal százalékos szinten szignifikáns eredményekre jutottak. *Sipos Kornél* különböző énhatékonysági skálákkal azt mutatta ki, hogy testnevelés szakos és egészségtudományos egyetemi hallgató nőknél a férfi hallgatókhoz képest erőteljesebb a harmóniára törekvés, a pillanatnyi és alkati szorongás, a depresszió és a dysthymia, valamint az alkati harag. *Ittész Gábor* és munkatársai a Rokeach-teszt üdvözülés itemét vizsgálva arra jutottak, hogy – más indikátorokkal összevetve – a vallásosság általános mérőeszközeként használható, bár kevésbé erős mutató, mint a többi globális indikátor. *Török Péter* és *Ittész András* *Lehet-e szövetség a keresztények és a muszlimok között a házasság és a család védelmében?* címmel a házasság és a család kérdéskörét elemzik. Összevetik a két vallás előírásait, szokásait a házasság előtti nemi élet, a férfi-női szerepek, a fogamzásgátlás, az abortusz és a homoszexualitás terén. *Horváth-Szabó Katalin* és *Dávid Beáta* tanulmányukban

a családi és kortárstámogatás összefüggéseit vizsgálják, és bizonyítják a család típus („kiegyensúlyozott”, „laza”, „kibilient egyensúlyú”) jelentőségét a serdülők kortárskapcsolatainak alakulásában.

Összegzésképpen elmondhatjuk, hogy a kötetet haszonnal forgathatják pszichodramatikusok, pszichoterapeuták, mert rálátást nyerhetnek munkájuk nagyobb kontextusára is. A segítőszakmák képviselőinek, gyakorló mentálhigiénés szakembereknek, lelkigondozóknak, valamint mentálhigiénés és lelkigondozói továbbképzésen oktatóknak és hallgatóiknak szintén örömmel ajánlhatjuk ezt a mind megjelenésében,

mind tartalmában igényesen összeállított könyvet, hiszen nemcsak a mentálhigiéné szorosan vett területéről, hanem a határterületekről is – mint egy színes képmontázs – átfogó képet nyújt.

**Paneth Gábor**

(Ittész Gábor [szerk.]: *Cura mentis – salus populi – Mentálhigiéné a társadalom szolgálatában – Ünnepi kötet Tomcsányi Teodóra 70. születésnapjára: Festschrift für Tomcsányi Teodóra zum 70. Geburtstag*, Semmelweis Egyetem Egészségügyi Közszolgálati Kar Mentálhigiéné Intézet, Budapest, 2013)