

# Lélekemelő

pszichiáterek egymás között

*Művészet és  
pszichopatológia*

*Szex a csónakban*

Lélekemelő Live

*„Megújulás” művészeti  
maraton déltől-délig*

képek  
hangulatok  
könyvek





04



22

## Tartalom

- ÁLOMKÖNYV  
Ildikó mindent tud a lélek színházáról... 04
- IN MEMORIAM  
A szépség hódolója Pallaghy Sándor Miklós 07
- APÁM NYOMDOKÁN  
A két ex-lipótos: Péter és a kis Gaszner, Gabi 09
- ÉLŐBEN  
Lélekemelő Live 12
- EGISZÜRET  
Evidenciák, szorongások és tévedések... 14
- NYÍRŐ GYULA-DÍJ  
A homlokon csókolt ló és a lélektan 18
- KÖNYVAJÁNLÓ  
Művészet és pszichopatológia 20
- ART BRUT  
„Megújulás” művészeti maraton déltől-délig 22
- RELAXÁCIÓ ÉS SZIMBÓLUMTERÁPIA  
Egy munkamániás, aki jókor volt, jó helyen 26
- PÁRKAPCSOLATOK  
Szex a csónakban 28
- FILMAJÁNLÓ  
Eszeveszett mesék 31
- AZ ÚT ELEJÉN  
Az alkoholbetegek és a nem létező állatok 32
- ORVOSTÖRTÉNELEM  
Fáültetéstől – Lipótmezőig 34



20



28

# Kedves Olvasó!

**M**ivel foglalkozik az obezitológus? Zárwatermőkkel, puhatestűekkel, vagy az elhízással? Erre a kérdésre kellett válaszolniuk az 50 milliós játszma versenyzőinek, persze, nem tudták. Pedig érdemes végiggondolni, hogy miért van rengeteg munkájuk az obezitológusoknak. Mert nemcsak akkor eszünk, amikor éhesek vagyunk, hanem eszünk örömeinkben, eszünk bánatunkban, eszünk, ha frusztráltak vagyunk, és persze eszünk közösségi eseményként is. Az ünnepek közeledtével nem árt odafigyelni arra is, hogy a meghitt hangulat, a finom illatok mellett kellenek a mennyei ízek is, de nem mindegy, hogy mekkora a trakta, a családi eszem-iszom, dínom-dánom, és az sem, hogy hány deka, esetleg kiló rakódik ránk néhány nap alatt.

A diétáknak persze se szeri, se száma. A Google-ban például 2.240.000 ezer adatot találunk, ha beütjük a fogyókúra szót! Nem véletlen, hogy sokan remek üzletnek tartják, hiszen a bajban lévőit könnyű rávenni, hogy csodaszert lásson a legkülönbözőbb kapszulákban, italokban, kenőcsökben. Egy jó kis „Photoshop”: a duci hölgy máris nád-szál karcsú és indulhat a nagy átverés a „fogyókúra biznisz” piacán.

A média meg egyszerre üzeni, hogy fogyj le, de közben feltétlenül egyél-vegyél, húst, csipszet, édességet, meg amit éppen reklámoznak a televízióban! Tiszta skizofrénia, miközben egészségi mutatóink egyre romlanak! Szomorú, de a túlsúly – elhízás a hazai felnőtt lakosság 60%-át érinti, a hozzá kapcsolódó rizikófaktorok miatt pedig a 10 legsúlyosabb betegség közé tartozik! Hogy az elhízás mennyi bajt okozhat, azt már lassan minden kisiskolás tudja, ön meg pláne!

Mivel mindenki szeret finom ételeket enni, a lapban szereplő könyvajánló mellé idecsempészek egy másikat is, rendhagyó módon egy jó kis szakácskönyvet ajánlok a figyelmébe! Egy orvos-szakmai és egy civil szervezet – MOMOT és a Kor Kontroll Társaság – receptversenyt írt ki, ahol testsúlycsökkentő illetve testsúlymegőrző ételek receptjeit keresték, melyek segítséget nyújthatnak a már kialakult betegségek kordában tartásához is. Számításuk bevált, leleményes, fantáziadús és persze egészséges ételek receptjei kerültek a szakemberekből álló zsűri asztalára!

A pályázók – és az Egészségedre! szakácskönyv szerzői – között akad tisztifőorvos, dietetikus, diabéteszes, életmódréner, filmrendező, egyetemi hallgató, de még séf is!

Nemcsak középkorúak, vagy idősebbek versenyeztek, több 19 éves egyetemista is kedvet kapott a főzőcskézéshez, a legfiatalabb versenyző pedig a 11 éves Patrik meg is nyerte a versenyt. Igaz zabkorpával, durumliszttel és édesítőszerrel készített fitt meggyes sütiébe édesanyja is besegített.

A határon túli nyitás jegyében Szlovákia mellett érkeztek receptek a Vajdaságból, sőt még Finnországból is! A pályázat különdíjasa egy fiatal genetikus-onkológus, aki Finnországban maga fogja a Balti-tengerben csukagombócához a csukát. Csilla a halat darálja, fasírtot készít belőle, amit paradicsomos hajdinakásával tálal.

Az összetevők élettani hatásáról szólva, sokan érdekes és a betegségek szempontjából fontos háttértörténetet is írtak. Tudták például, hogy a csicsóka rostokban és inulinban (probiotikum) gazdag, ezért kifejezetten ajánlott cukorbeteg szívbeteg és fogyni vágyók számára? Vagy: az avokádó többszörösen telítetlen zsírsavakat tartalmaz. B-vitaminjai segítik az agysejtek melatonin termelését, csekély cukortartalma miatt a cukorbeteg számára is értékes.

Lapozzunk bele egy másik írásba! Lapunkban megismerkedhetnek egy könyvcsemegével, sőt könyvbemutatóra is invitáljuk Önöket, hiszen december elején mutatkozik be a Művészet és Pszichopatológia című kötet. Betekinthetnek a két Gaszner – apa és fia – hétköznapijaiba, a Nyíró Gyula díjasok közül Erdélyi Ildikó beavatja önöket az álom-munka rejtelmeibe, Tényi Tamás pedig skizofrénia kutatásairól mesél. Stark András az „Eszevesztett mesék” megtekintésére invitálja az olvasót, beszámolunk a Zamárdiban tartott rendezvényről ahol Pilling János például arra hívta fel a figyelmet, hogy az orvosi tévedés emberi dolog, de nem érdemes eltitkolni a gyógykezelés közben elkövetett hibákat! Lehet vitatkozni Lakatos Lászlóval, szerinte ugyanis a stabil párkapcsolat legfőbb összetartó erői: a hazugság, a lustaság és a beszariság.

És persze ki ne hagyják a többi írást sem! Jó böngészést kíván:

**B. Király Györgyi**



## Lélekemelő

A Psychoeducatio-Léleknevelés Alapítvány és az EGIS szakmai-kulturális magazinja a Magyar Pszichiátriai Társaság támogatásával.

ISSN 2061-4187

## Felelős szerkesztő:

B. Király Györgyi

## Szerkesztő:

Füredi János és Harmatta János

## Szaktanácsadó:

Molnár Károly és Nagy Enikő Éva

## Koordinátor:

Turjányi Katalin

## Munkatársak:

Boromissza Piroska, Bozsán Eta, Bulla Bianka, Csák Elemér, Gubcsi Anikó, Seregély István, Vámos Éva és Várhegyi Andrea

## Tördelőszerkesztő:

Tusor Ildikó

## A lap orvosok és egészségügyi szakdolgozók számára készül, terjesztik:

az EGIS orvoslátogatói, beszerezhető az OPAI titkarságán – Budapest, XIII. ker. Lehel u. 59. Tel.: 451-2600 –, illetve a Magyar Pszichiátriai Társaság – II. ker. Hűvösvölgyi út 75/a. Tel.: 275-0000 – titkarságán.

# Ildikó mindent tud a lélek színházáról...



A munkásságáról, a díjairól, elismeréseiről olvasva egy „kicsit” tartottam a találkozástól, azt gondoltam, „Uram Atyám, mennyi mindennel foglalkozik, szociálpszichológiai tanszéket vezet, számos terápiás módszer magyarországi elterjesztésében vett/vesz részt, egyáltalán hol kezdjem a beszélgetést, mit kérdezzek Tőle”? „Na nem baj – gondoltam –, ő azon az egyetemen tanszékvezető, ahol én végeztem, és én ugyanazokat a nyelveket tanultam, amiket ő – közös pontnak megteszi”. Félelmem alaptalan volt, mert Erdélyi Ildikó határozottan, de kedvesen mesélt mindenről. Találkozásunk apropója a pszichoterápiás álommunkát bemutató Álomkönyv, és az idén elnyert Nyíró Gyula-díj.

– Már gimnáziumban megnyer-tem az irodalmi versenyeket, úgyhogy magától értetődő volt a magyar szak, a francia nyelv pedig nagyon tetszett, így lettem magyar-francia szakos. A pszichológia úgy „kúszott be” az életembe, hogy a kisdoktorim-ban azzal foglalkoztam, hogy térnek vissza a görög mítoszok a két világháború közötti francia drámákban. Még statisztikát is készítettem, kiderült, hogy a legtöbb az Ödipusz-mítosz feldolgozása. Igazából azt szerettem volna megfejtetni, hogyan lehet pszichológiailag megközelíteni egy irodalmi művet. Sokan első-sorban az íróval foglalkoznak, de aki tanult strukturalizmust, az tudja, hogy az író és a műve nem azonosak egymással, éppen ezért én nem az írókkal, hanem a mű-vekkkel foglalkoztam. Az is nagyon érdekelt, hogy az olvasó milyen utakon jut el a befogadáshoz, a megértéshez, az azonosuláshoz. Így kerültem közel a pszicholó-giához, amit később aztán Fran-

ciaországban tanultam, sőt, ott kezdtem el a pszichodramát is.

### **A nyelv szeretete miatt költözött Franciaországba?**

– Nem, a férjem ott az UNESCO-nál kapott egy vezető állást, ő nyelvész volt, az École Normale Supérieure-ön is tanított. Több évig éltünk Párizsban, az egyik gyerekem ott is született, a másik ott kezdte az óvodát és az

iskolát is. Párizs fontos állomás az életünkben.

### **Hogy került a pszichodráma közelébe?**

– Serge Moscovici szociálpszichológus professzornál tanultam, ő küldött el egy pszicho-analitikushoz, aki pszichodramát vezetett. Másfél évig jártam hozzá, aztán miután hazajöttünk Franciaországból, megkerestem

**Pszichodráma szoba**



Mérei Ferencet, aki akkor rögtön meghívott az éppen akkor alakuló műhely-csoportjába. Vele közösen írtuk meg azt a könyvet, amelyik Magyarországon elsőként szolt a pszichodrámáról. A műfajt magát Jacob Levy Moreno román származású, Bécsben képzést szerzett orvos találta ki, aki a zsidóüldözések idején Amerikába menekült, és ott létrehozott egy pszichodráma iskolát. Moreno együtt dolgozott a feleségével, Zerkával, akinek a jelenlegi képzési módszert köszönhetjük, és akitől „első kézből” is tanulhattam a klasszikus pszichodrámát.

**A művészetek, az irodalom egész eddigi életében elkísérték Önt, ez feltűnhet azoknak is, akik a 2013-ban megjelent Álomkönyvet olvasták, olvassák, hiszen a borítón is egy híres festő képe látható. Ebben a könyvben „álommunkáról” ír. Mit jelent ez a kifejezés?**

– Azt, hogy a terápia során dolgozunk a páciens álmaival is. Az úgynevezett „dream-terapeuták” kifejezettel az álmokra „szpecializálódnak”, tehát minden alkalommal kérnek álmot a páciens-től. Az én módszerem más, én pszichoanalitikus vagyok, és nem én határozom meg, hogy az álom legyen a téma, hanem megvárom, hogy a páciens maga kezdjen el mesélni egy álmáról. A legelső találkozásnál mindig elmondom, hogy szabadon beszélhet mindarról, ami őt foglalkoztatja; legyen az valóságból hozott történet, álom, vagy fantázia. Én még nem nagyon találkoztam olyan pácienssel, aki előbb-utóbb ne „hozott” volna álmokat... A kérdésére visszatérve: az álommunka úgy kezdődik, hogy megkérdem, melyik a legforróbb, legizgalmasabb pontja az álomnak. Mindig tudják rá a választ! Ezután azt kérem a páciens-től, hogy kezdjük ezen a ponton, s mondja el, mi jut róla eszébe, milyen fantáziái, aszociációi támadnak. Később persze előkerül a többi álomrészlet is, de fontos, hogy megtalálja azt a bizonyos „forró” pontot. Az álom

mindig a közös munkáról is szól, hiszen ott, a terápia során meséli el, tehát valamilyen módon benne van a páciens és a terapeuta viszonya is az asszociációkban. Az én feladatam, hogy segítsen az „álmodót” a felismerésekben.

**Tulajdonképpen elemzik az álmokat?**

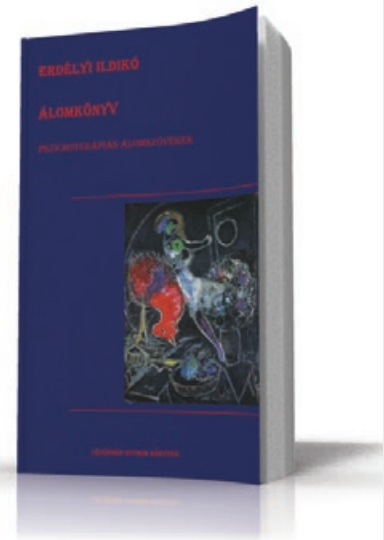
– Igen, és ebben az elemző munkában nagyon sokat jelent az, hogy magyar szakot végeztem, ahol volt egy zseniális professzorom, Barta János, akivel például egy Ibsen-művel foglalkoztunk egy szemeszteren keresztül. Nagyon megtanultuk, hogyan kell egy irodalmi alkotást elemezni, és az elemzés készséggé alakult, ebből meríték akkor is, amikor írok, sőt akkor is, amikor analitikusként, vagy pszichodráma pszichoterapeutaként dolgozom.

**Álmodról beszélni, álmokkal dolgozni – ez nagyon izgalmasan hangzik, de miért, mitől működik?**

– Ahogy Freud írja; „a tudattalanhoz vezet királyi út az álom”. Vagyis ott nem beszél mellé senki. Mindenki benne működnek ugyanis elhárító mechanizmusok, nincs kivétel. Van, akinél ezek erősebbek, másnál gyengébbek, és mindenkinél kicsit eltérők – de működnek! Az álomban viszont, noha még ott is cenzúrázunk, kevésbé tudunk hárítani.

**Hogy cenzúrázunk?**

– Például, az álmodónak csak nehezen felismerhető, hogy mit álmodott, más személyek kerülnek azok helyébe, akiről valójában szó van, olyan tájakon játszódnak az események, amelyek nincsenek összefüggésben a megálmodott személlyel. Ha viszont részekre szedjük az álmot, és megnézzük, melyik „darabkáról” mi jut eszébe, akkor egészen állnak össze a részek. Ezek a folyamatok ráláttatnak a páciens elakadásaira – szándékosan nem azt mondtam, hogy megoldják –, mert az a páciens dolga, a problémáit megoldani, az ő életében fog bekövetkezni a változás. Most, a napokban jelenik meg az új könyv-



vem, „A lélek színháza” címmel, melyben 47 terápiai történetet írok le. Az első egy súlyos beteg nő története. A betegsége következtében kezdett terápiára járni, és egyik alkalommal egy álmát hozta el a csoportba, amit el is játszottunk. Abból az álomból kiderült, hogy hol kezdődött a betegsége. Azóta megoperálták, és jól van. Egy másik alkalommal egy másik páciens azzal keresett fel, hogy nem ismeri az anyját, segítsen neki megtalálni. Megtaláltuk...

**Ez szédítő! Pontosabban az a szédítő, hogy ezek nem „csak” kitalált történetek.**

– Valóban az, ugyanakkor itt nincs semmi varázslás; én tudom, hogy azért jönnek el hozzám, hogy történjen, változzon valami. Föl van adva a lecke, amit nekik kell elvégezni, de én segítek benne, például az álommunkán keresztül. Az álmokkal a tudattalanban nagyon mélyre lehet jutni, rengeteget gazdagodhat páciensként valaki, ha a terapeuta maga is megjárta ezt az utat, és felhasználja munkájában saját tapasztalatait is.

**Éppen azt akartam mondani, hogy a terapeutának nagyon kell tudnia, hogy mit csinál, hogy a páciens hagyja megmutatkozni az akár régóta elnyomott, ijesztő gondolatait, érzéseit... Biztosan mesélnek ijesztő álmokról is...**

– A legtöbb álom, amit hoznak, ijesztő. Aki hozzám jár, az



tudja, hogy ha egy ijesztő álmot apránként kibontunk, megszűnik ijesztőnek lenni. A legszörnyűbb rémálmok is. Az ijesztő álmoktól sokan nem tudnak szabadulni. Néhány éve a hallgatóimnak azt a feladatot adtam, hogy találjanak olyan embereket, akiket nem ismernek, de akik érdeklődnek az álmaik iránt. Akkor derült ki, hogy rengetegen vannak, nagy számban jelentkeztek álmaik iránt érdeklődők, a fodrásztól kezdve az egyetemi tanárig mindenki el akarta mondani az álmát, mert szenvedett tőle.

**Most, hogy mondja, nekem is volt visszatérő álmom, amitől szorongtam, szabadulni akartam. Utólag rádőbentem, hogy egy figyelmeztető álmom volt, mindig akkor álmodtam, amikor valamilyen fontos helyzetben „nem”-et kellett volna mondanom. Azt**

**éreztem, hogy az álmom segíteni „akart”, de én nem hallgattam rá...**

– Igen, ez egy bűvös dolog, nem hiába foglalkoztatja az embert az ókor óta. Sokan mondják, hogy az álmom jósol. Én ebben nem hiszek, az álmom reagál! Jelzi, hogy valahogy másképp' kéne lépni, közbeszól, érdemes odafigyelni rá.

**Ahhoz, hogy a terapeuta tudja, lássa, hogy a páciensnek hol vannak az elakadásai, vagy az észre nem vett összefüggések, neki, saját magának is komoly önismereti munkát kell végeznie, jól gondolom? Vagyis, a terapeuta minden egyes páciensén keresztül saját magában is egyre mélyebbre jut.**

– Igen, ez pontosan így van, az önismereti munka nagyon fontos, és valóban, mi is gyógyulunk, amikor a páciens gyógyul, hiszen

nem tudnánk segíteni, ha nekünk nem lettek volna hasonló problémáink. Mindnyájunk életében vannak elakadások, problémák, különbségek az arányokban vannak, és idővel persze, a megoldozottságban.

**Olvastam már ezt a kifejezést Öntől, ezt a „feldolgozás” helyett használja?**

– Igen, ugyanis arról nem lehet szó, hogy feldolgozni, soha nem lehet feldolgozni, csak meg-, illetve átdolgozni. A feldolgozás azt sugallja, mintha az a probléma, amivel találkoztunk korábban, megszűnt volna, miközben ez nem így működik. A probléma átalakulhat, majd újra felmerülhet esetleg más formában, tehát többször is át lehet azt dolgozni.

**Milyen igaz! Hányszor mondjuk: „á, én ezt már feldolgoztam”, aztán később kiderül, hogy mégsem.**

– Az átdolgozásnak soha nincs vége. Beleszövődik az életünkbe, újra és újra megjelenik esetleg más „ruhában”, de éppen ettől érdekes a pszichológiai munka, sőt ettől izgalmas az életünk is. A regények, a filmek, s jelenleg a jó sorozatok is használják ezt a lehetőséget, amikor szereplőket teremtenek. Az Álomkönyv páciensek álmait, és az álommunkán keresztül életük fontos fordulatát mutatja be.

*Bulla Bianka*

# A szépség hódolója

## Pallaghy Sándor Miklós



1996-tól egészen a haláláig a II. kerületi gondozó vezető főorvosa volt. Pszichiáterként a szenvedélybetegségben szenvedők ellátásának szentelte az életét. Személyisége meghatározta a gondozó remek légkörét, hangulatát. Öröm volt oda bejárni, és öröm volt ott dolgozni. A betegek iránti elkötelezettsége, példaértékű, karizmatikus egyénisége nagyon hiányzik mindenkinek, aki a közelében lehetett. Párja, Radics Judit nehezen találta meg a szavakat, de bármilyen nehéz is volt számára az emlékezés, nem hátrította el.

*„Hihetetlennek tűnik, mégis megtörtént: Sándor 2015. május 16-án meghalt. Csak egy pillanat alatt, mindenki számára teljesen váratlanul. Szakmánkban, a pszichiátria köreiben igazán sok kiváló ember van, magam mindig úgy láttam és látom most is, hogy köztünk, pszichiáterek között különösen sok a széles látókörű, az orvosi terület ismeretén túl is speciális érdeklődési körökben professzionális mélységben tájékozott kolléga. Sándor is közéjük tartozott. Közismert volt, hogy igazi polihisztor.*

*Úgy látszott, hogy nem fog rajta az idő. Elegancia és feltűnően nagy vitalitás jellemezte. Egye-*

*Egy ember addig él, amíg emlékeznek rá. Pallaghy Sándor pszichiáter főorvos évtizedekig él majd elsősorban hat gyermeke, családja és barátai, munkatársai és nem utolsósorban a betegek lelkében, emlékezetében.*

*nes tartással, határozott tekintettel lépett közénk, nyugalmat, és valamiféle jószágot, jóindulatot árasztva magából.*

*A munkabírása hihetetlenül nagy volt, talán már túlságosan is. Több pihenésre lett volna szüksége? Egyáltalán nem tűnt úgy, sőt, maga is azt mondta, ahogy mi is láttuk, az állandó tevékenység adott neki lendületet és erőt.*

*Van egy kis naptáram, ahol minden naphoz egy – népi – megfigyelés, bölcsesség, népszokás van beírva. Azt írja március 18-nál: „Mivel sok Sándorra keresztelt élt egy faluban, ez a nap a vigadozásé volt”. Sándor is imádkozta a jó hangulatú összejöveteleket, élvezte nem csupán magát a hangulatot, de ha ő jelen volt, a „móka, kacagás”-ban mindenki biztos lehetett. Szellemessége, ragyogó humora és egész életigénylése mindig a vidám összejövetelek biztosítékul szolgált. Ez a „mai nehéz időkben” annyira ritka képesség, hogy egyszerűen pótolhatatlan.*

*A szépség, az esztétikum nagy rajongója volt. A szép tárgyak, a könyvek, művészeti alkotások, a zene, de a szép nők nagy rajongója is. Mindenben és mindenben meglátta a szépet és a jót. Könyvgyűjtése is erre az alapra épült. Mind a kulcsín, mind a belbecs szem előtt tartása szerint hozta létre páratlan gyűjteményét, melynek minden egyes*

*darabját ismerte szerző, kiadás, korábbi tulajdonos, kiadott példányszám, könyvkötője szerint. A tartalmukról nem is szólva: mindent tudott róluk, olvasva őket eredeti nyelvükön, görögül, latinul, franciául, németül vagy éppen valamelyik szláv nyelven. 9 éves korában már saját komolyzenét komponált.*

*Sándor egyetemi tanulmányait még az akkori Szovjetunióban kezdte, Leningrádban – történelemszakként. Bár egész életében a történelem érdekelt igazán, mégis az orvosi pálya felé fordult, és pszichiáter lett. Első munkahelye az IMEI (Országos Ideg- és Elmemegfigyelő Intézet) lett, majd a Szent Imre kórház pszichiátriai osztályán folytatta orvosi munkáját, innen pályázva meg a második kerületi Ideggondozó főorvosi állását. Valamennyi munkahelyén nagyon szerették kollégái és a betegek, és ez kölcsönös volt. A klinikai betegellátáson túl publikációi jelentek meg elsősorban az addiktológia tárgykörében, magával ragadó előadásait pedig a hallgatóság még évek múlva is sokszor emlegette. Szakmai kiválóságán túl munkatársait is mindig szakmai fejlődésre biztatta, támogatására kollégáinak mindig, mindenben lehetett számíthatnia.*

*Számomra egész életem megváltozását jelentette találkozásunk. Olyan távlatokat nyitott meg előttem, melyeknek létező-*



sét én magam addig nem is sejtettem. Nem tudtam, hogy ezek a távlatok egyáltalán léteznek. Sándor megváltozatta az életemet, életével és halálával is.”

Simoné Deák Izabella diplomás főnővér 16 éven át dolgozott a köztisztviselői állás mellett. Anyira fontos volt számára az emlékezés, hogy még a főorvos szobáját is megmutatta munkatársunknak.

„Még most is keresem a szavakat, ha róla beszélek. De így vagyunk mi valamennyien a rendelőben. Egy májusi hétfőjén a főorvos Győrben járt a párjánál és kora délután kávézás közben a kanapén egy pillanat alatt érte a halál. Ma is hihetetlen a tény, hogy nincs többé velünk. Azért invitáltam a szobájába, hogy lássa mennyi könyv, kedves tárgy vette körül a mi polihisztorunkat. Széles látókörű, nagy tudású ember volt a szó legnemesebb értelmében. Tudását körültekintően, a másikat egyenrangú félként kezelve adta át. Sosem oktatott, mindig tanított. Hihetetlen energiával dolgozott reggel 8-tól este 10-ig minden nap.

Gyógyító volt, a szó legtágabb értelmében. Remek humora volt, ezt gyakorolta közöttünk és a betegekkel is, természetesen finoman, hogy meg ne bántson senkit. A munkatársakra teljes odaadással figyelt, és amikor segíteni kellett akár magánéle-

ti problémát megoldani, ő tetterre kész volt. A betegek – nem mondhatok mást – imádták. A betegség mögött mindig az embert kereste. Kijárt hozzájuk. Látni akarta miként, milyen körülmények között élnek. A teljes embert vizsgálta és gyógyította.

Talpig úriember volt. Viselkedése, hangneme, stílusa mindenkire lenyűgöző volt. Ő még ahhoz a generációhoz tartozott, aki tisztelte a nőket. Akkor sem engedte el magát, amikor a rekreációs közös hétvégeken együtt lazítottunk. Igen a mi munkahelyünkre dolgozni is jó érzés volt bejönni – szerencsére most is így van – és a szabad időnkben néha kiváló táncos, eszem-izom rendezvényeket szerveztünk. Most a legutóbbi farsang alkalmával álarcos és jelmezes összejövetelt tartottunk. Itt a fotó is róla, seriffnek öltözött. Igen 100 fokon égett, nem ment nyaralni éveken át. Azt mondta, ő nem tudja a lábát lógatni a vízparton. Nyugdíjba sem ment. Inkább számos más rendelőben teljesített szolgálatot, ha itt becsukta maga után az ajtót. A munkában a társa voltam. Egyenrangúnak tekintett és én mégis felnéztem rá. Halála után el akartam menni innen. A többiek marasztaló szavai, a főorvos asszony bizalma, a csapat itt tartott.”

A harmadik emlékező, Hoszszú Éva pszichológus, Izabellához hasonlóan éppen 16 évet töltött

munkatársaként Pallaghy Sándor mellett.

„Iszonyatosan megrázott a halálának híre. Éppen Siófokon voltam egy „civil csoport hétvége” konferencián, amikor félálomban megszólalt a telefon és Izabella közölte velem, hogy bekövetkezett, amitől oly sokan tartottunk. Láttuk, tapasztaltuk azt a túlfeszített tempót, amit ő magának évtizedeken keresztül diktált. Ugyanabban a budai rendelőben kezeltük a betegeket és az utóbbi időben én már úgy léptem be az ajtón, hogy azt kérdeztem: Sándor él még? Mindannyian nagyon féltettük. A halála előtt két nappal beszéltem vele utoljára. Akkor elmondta, hogy családi ok miatt eladta a lakását. Gondolom lelkileg megviselte a tény, hogy megvált otthonától és fantasztikus könyvtárától, mely a szívéhez nőtt. Apropó könyv, ő eredetileg történésznek készült, az orvosi kar előtt a bölcsészkar hallgatója volt. Ez a szemlélet, no meg a könyvgyűjtés az orvoslás mellett végigkísérte az életét. Azon a napon, amikor a hír elérte, éjjel róla álmodtam. Veszélybe került és én nem tudtam rajta segíteni. Rémes volt erre ébrednem.

Hogy milyen volt vele dolgozni? Élményszerű állapot. Hagyott bennünket önállóan dönteni, megbízott a munkatársai szakértelmében. A feltétlen bizalom jellemezte a kapcsolatunkat. Voltak közös pácienseink, diagnózisaihoz kikérte a véleményemet. Kölcsönösen cseréltünk betegeket, ez is jelzi, mennyire bíztunk egymás értékítéletében. Sosem viselkedett úgy, mint ahogyan megszoktuk más főorvosoktól. A szobája ajtaja a kollégák előtt mindig nyitva állt. A rendelő légköre más kollégák számára a fizikai nehézségek – kicsi szobák, egy légtér a betegek és a velük beszélő orvosok, pszichológus, szakasszisztens – ellenére irigylésre méltó volt. Sándor emberi tartása példaadó volt valamennyiünk számára. Hiányzik...”

Lejegyezte:  
Várhegyi Andrea



# A két ex-lipótos: Péter és a kis Gaszner, Gabi

Ugyanazok a mélykék szemek és ugyanaz az elhivatott aktivitás. Összeköti őket a szeretet, az egymás iránti megbecsülés, az összhang és még a szakma is. Az apa, Gaszner Péter, több mint fél évszázada áll a pszichiátria szolgálatában mindenfajta lelki betegség gyógyítójaként, terapeutaként, a pszichiátria és pszichofarmakológia tanáraként – még 76 évesen is teljes odaadással. A fiú, Gaszner Gábor, édesapjának méltó utódja, jelenleg a Nyírő Gyula Kórház – OPPI Központi Pszichiátria Betegfelvételi és Szubintenzív Részlegének vezetője, miközben a biztonsági pszichiátria kialakításában is tevékenykedik.



**Meglepően korszerű ez az új részleg az „A” épületben.**

*Gábor:* A földszinten egyszerűen átlátható két szobában, 4-4 ágyon biztosítunk ambuláns, folyamatos megfigyelést, az emeleti zárt, szubintenzív részlegen pedig 22 ágyunk van.

*Péter:* Elfogultság nélkül mondhatom, hogy Gabi sokat lendített a részleg létrejöttében.

*Gábor:* Egyfajta szerencse, hogy egybeesett a hazatérésemmel. És ne lepődjön meg, édesapám mindig Gabinak nevezett. Erre elmondom a kedvenc családi történetet. Édesanyám, aki szintén orvos, Gabikámnak szeret hívni, és az egyik nagybátyám, aki Németországban él, hazalátogatván maga se tudta, miképp is szólítson: „Gabi, Gabika, dehogyan, Gábor”. Egyébként a szakmabeliek úgy aposztrofálnak, hogy

a kis Gaszner, ami megtiszteltetés, a régi lipótos kollégáim pedig Gabinak hívnak még most is, apukám révén. Egy másik „neves” történet, amikor Rihmer professzor egy vizit során hátraszólt, mert nem igazán figyeltünk oda: „Viselkedjete a betegek előtt! Az isten szerelmére, Gabi, az édesapád a piaristákhoz járatott, úri fiú vagy...”.

**Gaszner Péter Békéscsabán született, Diósgyőrben nőtt fel. Mikor jött a fővárosba?**

– 1978-ban hívtak ide egy feltétellel, hogy előtte menjek el Angliába gyógyszerkutatás céljából. (Ezt úgy megszerettem, hogy később a kandidaturámat és a nagydoktorimat is gyógyszerkutatási témában csináltam.) Így 1980-tól dolgoztam az OPPI-ban, egészen bezárásáig, ami egyben a nyugdíjazásom ideje.

*Gábor:* Én 2003–2006-ig, rezidens-

ként voltam az OPPI-ban. Nekem is meghatározta a pályámat, hogy ott kezdek el. Jóleső érzés, hogy valaki ex-lipótos, ami nem egy megkülönböztetés részünkről, hanem egyfajta nosztalgia és összetartás, még találkozókat is szerveznek rendszeresen. Bennem ez úgy él, hogy amikor vasárnap egy téli reggelen hat órakor felkeltem, szakadt a hó, hideg volt és koromszótét, mégis jó kedvvel, feldobottan mentem be ügyelni. Egy kicsit olyan elvárásolt kastély volt.

*Péter:* 26 évet dolgoztam ebben a csodálatos intézetben: 26 év boldogság volt.

*Gábor:* Persze akkurátusan figyeltünk arra, hogy ne dolgozzunk együtt, viszont apukám





minden héten tartott rezidenseknek képzést, abban részt vettem én is, valamint voltak közös kutatásaink. Abban az időben, a két rangidős orvos Füredi professzor és apukám volt, és mindkettőnek az oktatás volt a vesszőparipája. Füredi professzor vezette be a pszichiátriai rezidensek képzését egész Magyarországon, és édesapám ezt markánsan azzal tetézte meg, hogy a Pszichofarmakológiai Társaság révén rezidenseket nemzetközi kongresszusokra vitt. Így jutottunk el sokan még tengeren túlra is – más orvos szakmában ez csak főorvosok privilégiuma volt – én például a kongresszusokon túl egy éves tanulmányi úton voltam Chicagóban, újabb egy évet Írországban töltöttem.

**Péter:** És évekig dolgozott Angliában szakmai tapasztalatszerzés céljából, de szerencsére ez a kórház, Németh Attila főigazgatóval az élén hazacsábította 2013-ban, hogy részt vegyen a biztonsági pszichiátria kialakításában. A főigazgatóval együtt meglátogatták az Essex megyei biztonsági pszichiátriai intézményt, ahol a fiam korábban dolgozott.

**Gábor:** És nem csak nekünk orvosoknak mutattak meg mindent, hanem a főépítésznek, Marosi Miklósnak, aki a Nyíró Gyula Kórház pszichiátriai főépületét tervezte. Láttuk, hogy milyen infrastruktúrával, milyen logisztikával

valósítják meg a biztonságos pszichiátriai ellátást, amiben az épületnek óriási jelentősége van. A világon a legkifinomultabb mentális egészségügyi ellátási rendszer Angliában van, mindenki ezt mintázza. Németh Attila a központi betegfelvételnek szánt épületet már a látottak szerint építtette át. Ez még nem a biztonsági pszichiátria, de nagyon fontos része az ellátásnak, egy új irányzatot képviselő, új szemléletű ellátó struktúra, ami ha beválik, máshol is lehet majd alkalmazni. Az akut betegellátásban, a betegutak fluenssé tételében, a beutalások szűrésében és az osztályok tehermentesítésében játszik szerepet. Ez kiváló lehetőség számomra, de a fő célom a biztonsági pszichiátria kialakítása, ami meg fog valósulni, sajnos a Norvég Alapok befagyasztása miatt késik.

## Hány fő dolgozik Önnel ezen a sürgősséginek posztulálható osztályon?

**Gábor:** Huszonöt és fél ápoló és rajtam kívül még két rezidens orvos látja el az ajtókon becsöngetőket. Ma például ezek közül négy hajléktalan volt, és kettőt el sem lehetett irányítani, mert valóban rosszul voltak. Országos intézetként mindenki tud rólunk, vidékről is idejönnek, valamint gyakran a mentők is egymás után érkeznek hozzánk. Az első két hónapban úgy 300 betegünk volt.

**Péter:** Az, hogy spontán becsöngetnek, egy óriási dolog. Egyedülálló, hogy valaki a pszichiátriai osztályra meg segítséget kérni, és kap is.

## Gábor, hogy érzi, miben jár édesapja nyomdokán, szakmában és azon kívül?

– Szakmailag nem feltétlenül az a tudásanyagom, amit apukám pszichofarmakológusként elért fél évszázados pályafutása alatt, de amit tőle és neurológus édesanyámtól is eltanultam, az, hogy a betegek szeretete és tisztelete a legfontosabb, valamint az a hivatástudat, amivel mindketten képviselték egész életfelfogásukban a klasszikus orvoslást. Ami miatt pszichiáter lettem, az nem szülői örökség, hanem spontán ez kezdett el érdekelni. Apukámmal az közös bennünk, hogy imádkunk utazni, bár ebben ő túltesz rajtam, inkább az a kérdés, hogy hol nem járt.

A Gaszner család Fonyódligeten



*Péter:* Ezek szakmai utak voltak, és főként a vasfüggöny lebontása után, azelőtt még az Angliai tanulmányutam is csodaszámba ment, annyira nem lehetett nyugatra menni. A '80-as évek közepétől a 2000-es közepéig hetven országban jártam, volt, ahol többször is. A lelki betegségekre ható gyógyszerek kutatása számomra nagyon fontos volt, ezért is alapítottam meg a már említett Magyar Pszichofarmakológiai Társaságot, melynek azóta is elnöke vagyok. Szóval a tudomány-szervezés is immár 35 éve komoly érdeklődési területem, és nagyon sok fiatalt sikerült elcsábítanom erre a pályára. Még szeretném eldicselkedni, hogy 17 éve megalapítottam a Neuro-Psychopharmacologia Hungarica-t, a Társaság hivatalos lapját, mely azóta világhírűvé vált.

### **Milyen kedvtelésnek hódolnak?**

*Gábor:* Gyermeünk még nincs sajnos, így feleséggel töltöm minden szabadidőmet, főként az erdőben. Ő sziklamászó, én pedig hegyi kerékpárosok. Az erdő fantasztikus, szerintem a legegészségesebb és leginkább feltöltő dolog a világon, legyen az túra, futás, hegymászás vagy hegyi kerékpározás a friss levegőn. Én mindennap kimegyek, ha megtehetem. És szeretek zenét hallgatni, mindenfélét. Anyukám kocsiját használom, és magam is meglepődtem, milyen különböző adókat állítottam be a rádión. A harmadik kedvtelésem pedig a Darts, amit egyébként be is szeretnék vezetni a betegfoglalkoztatásba, mert fejleszti a mozgáskoordinációt, koncentrációt és a számolási készséget.

*Péter:* A komolyzenét nagyon szeretem, soha nem voltam annyira elfoglalt, hogy ne lettem volna nyitott rá. Schumann, Bartók a kedvenceim. És a sport is része volt mindig az életemnek, most is teniszezek, futok, tornázok rendszeresen. És az olvasás: nyugdíjazásomig a szakirodalmat „fogyasztottam”, azóta pedig a szépirodalmat, napokig szinte

le se teszek egy-egy könyvet, úgy bele tudok merülni.

### **Az jelent valamit, hogy oroszlán jegyében született?**

*Péter:* A barátaim szerint igen. Határozott vagyok, néha kemény is. Nem mindig lehetett jó a munkatársamnak lenni. Megköveteltem a fegyelmet – a betegek érdekében.

### **Ön is apja nyomdokán jár?**

*Péter:* Igen, apám háziorvos volt, édesanyám pedig nyelvtanár, tőle tanultam angolt és németet. 1956 októberében az iskolában forradalmár csapatot szerveztem. Még az a szerencse, hogy fegyvert nem fogtam, mert amikor a rendőrség később megtalált, csak emiatt nem ültettek le. Következménye azonban így is volt. Amikor a debreceni orvosi egyetemen diplomáztam, a rektor akart maga mellé venni, de a KISZ nem engedte, mondván, reakciós voltam. Akkor ő beprotezsált Pécsre, a világ egyik legjobb klinikájára, Környey István professzor mellé. A pszichiátria olyan mély gyökereket eresztett az életembe, hogy a mindennapjaimat a betegeim, és vezetőként a munkatársaim töltötték be. Velük éltem, mint egy nagy családdal, és Gábor ezt látta végig. A szakma mindenképp helyezése persze azzal is járt, hogy nem tudtam annyit foglalkozni a gyermekeimmel, amennyit szerettem volna, de büszkeséggel tölt el, hogy négy gyermekemből három orvos lett. Balázs kardiológus, ő nekem is segít, Andrea gyermek-neurológus, Mariann pedig közgazdász. Édesapámtól tanultam a szakma és a betegek iránti szeretetet, tiszteletet és ezt tovább tudtam adni. Életem értelme, hogy gyógyítottam a betegimet, és még most is megtehetem. A pszichiátriai betegekkel szeretnék foglalkozni, életem végéig. Abban reménykedek, hogy amikor meghalok, a magánrendelésemről visznek majd el.

Gubcsi Anikó

# Lélekemelő Live

Izgalmasan alakult idén a Lélekemelő Live, hiszen a pszichiáterek mellett a nőgyógyászok is meghívást kaptak Zamárdiba, a rendezvény helyszínére. A születésünk körül is bábáskodó szakemberek örömmel vettek részt a kiváló pszichiáterek izgalmasnál izgalmasabb előadásain, ahol az első szekcióban megelevenedtek az újságlapra írt betűk, a másodikban pedig az együttműködés is terítékre került.



**Molnár Anna** a Szent Imre kórház pszichiátora, az Európa Tanács CPT bizottságának egyetlen magyar résztvevője – Kínzást és az Embertelen vagy Megalázó Bántásmódot vagy Büntetést Megelőzni Hivatott Európai Bizottsága – tapasztalatairól számolt be. Ha egy ország nem felel a bizottság megjegyzéseire: marad a nyilvánosság, aminek Anna szerint még mindig nagy a visszatartó ereje. Új információ, hogy Csehországban kasztrálják a szexuális bűncselekmények elkövetőit. Minél hamarabb aláírja egy bűnelkövető a beleegyezési nyilatkozatot, annál hamarabb végrehajtják rajta a beavatkozást és annál hamarabb szabadul. A bizottság fellépett azért, hogy ez ne sebészi, hanem kémiai úton történjék, amit viszont a csehek túl költségesnek találtak. Finnországról szólva elmondta, hogy a nagyon hideg országban senkit nem hagynak az utcán. Így hát az

alkoholisták is fedél alá kerülnek, csak hogy nem a detoxikálóban, hanem a fogdában végzik, az előzetes letartóztatásban lévőök mellett. Az ezer tő országában ezen a gyakorlaton próbált változtatni a bizottság. Egy minket érintő hír: a magyar állam Strassburgban pert

vesztett egy a váci gondozóban pszichiátriai kezeléssel szemben, akinek kényszerkezelése miatt kártérítést kell fizetnünk.

**Tunyi Tünde** a János Kórház pszichiátriai osztályának főnövére kedvesen szubjektív előadásában nemcsak saját magát, 17 éves lányát is bemutatta, aki klinikai pszichológusnak készül. A főiskolát és egyetemet is végzett mama alaposan bedolgozta magát a hazai és a nemzetközi szakdolgozói szervezetek munkájába. Konferenciákra jár, vizsgáztat, érdeket képvisel, és persze a gondjaira bízott osztály betegeit is ellátja legjobb tudása szerint. Egy izgalmas példa Tündétől: Máltán 38 betegre 25 nővér, nálunk 90 betegre 26 nővér jut! Arrafelé nagyobb a nővér kompetenciája, egy szakápoló nem lát el alapfeladatokat, nálunk muszáj, hiszen 2500 nővér távozott külföldre.





**Kovács Miklós** a Magyar Családterápiás Egyesület elnöke mindenekelőtt Böszörményi Nagy Iván magyar-amerikai pszichiáterre, a családterápia területének egyik alapítójára, a kontextuális terápia modelljének megalkotójára emlékezett. Elmondta, hogy mindig is érdekelte a család, mint a társadalom legfontosabb építőköve, és hogy milyen fontos segítséget nyújtani, ha megbillen a kocka. A Magyar Családterápiás Egyesület a Magyar Pszichiátriai Társaság Családterápiás Munkacsoportjából alakult 1989-ben, jelenleg több mint 1000 tagot



számlál. Legalább 800 óra képzés kell ahhoz, hogy valakiből családterapeuta váljék, és az is elhangzott, hogy egy éves az új képzési rendszer, ami az európai szten-derdekhez igazodik. Szubjektív elemekkel tarkított beszámolójába azt is beleszótta, hogy miképpen változott meg saját családi közössége élete és feladata felesége betegsége idején, és hogyan zökkent minden vissza a régi kerékvágásba, amikor meggyógyult.

**Mészáros Judit** pszichoanalitikus nagyot tud ugrani, ha lökdösik. Először Füredi János lökte, afelé, hogy foglalkozzon többet hobbijával, aztán Keleti Éva a hazai fotózás nagymestere. Éva lökése olyan jól sikerült, hogy Judit megnyitotta első önálló



kiállítását. Ahogyan elmesélte nagybányai festő édesapjától örökölhette vizualitását, de az a képessége már nem alakult ki, „hogy a szememtől a kezemig menjen a művészet, mint édesapámnál”. Thaiföld, Kalifornia, egy indián szemüvegben és anélkül, fura, harmonikus és diszharmonikus épületek, sorsok és találkozások tárultak a résztvevők szeme elé Judit képei nyomán.

*B.Király Györgyi*

# Evidenciák, szorongások és tévedések...

Interdiszciplináris szakmai tanácskozást tartott október elején Zamárdiban a Psychoeducatio-Léleknevelés Alapítvány és a Magyar Pszichiátriai Társaság az Egis Gyógyszergyár támogatásával. A konferencián elhangzott előadások és megbeszélések arról tanúskodtak, hogy a pszichiáterek és a szülész-nőgyógyászok munkája számos ponton összekapcsolódik, és a két szakma eddigieknél szorosabb együttműködése jelentősen emelheti a betegellátás színvonalát.

## Mítoszok és evidenciák

A perinatális pszichiátriai ellátás kérdéskörével foglalkozó plenáris ülés felvezető előadásában **Kurimay Tamás** professzor a születés körüli időszak leggyakoribb mentális problémáit vette számba, amelyek számos gyakorlati kérdést vetnek fel a kismamákat gondozó klinikusok számára. Mint mondta, a mentális zavarral küzdő várandós anyák gondozása során mérlegelni kell a terápia lehetőségeit, kockázatait és a vele járó megterhelést. Ugyanakkor tekintettel kell lenni a páciensek prioritásaira is, súlyozva mindazon előnyöket és hátrányokat, amelyekkel a gyógykezelés járhat.



**Szeverényi Péter** szülész-nőgyógyász docens Debrecenből a perinatális stressz közvetlen negatív hatásai mellett arra is felhívta a figyelmet, hogy a gyermekvárás időszaka nagyban befolyásolja az egyén és a család későbbi fejlődését. Nem helyes szétválasztani a lelki és a szomatikus történéseket, hiszen a páciens – a gyermekét váró, vagy vajúdjó nő – ugyanaz a személy. Szemléletformálásra van szükség a szülészeti gyakorlatban – fogalmazott az előadó –, ami messzemenően szolgálhatná a mentálhigiénés prevenciót és az egészség megőrzését.

„Legfontosabb cél, hogy a várandósság lehetőleg nyugodt, stressz-mentes periódus legyen”

– hangsúlyozta **Kurimay Tamás**. Ezt hivatott biztosítani a fővárosi Szent János Kórházban 2004 óta működő „Baba-Mama-Papa” („Együtt”) Program, amelybe eddig kétszáz várandós anyát vettek be. A program olyan modellen alapul, melyben lehetőség van a várandósság ideje alatt fellépő pszichiátriai problémák kezelésére, a szülést követően kialakult pszichiátriai betegségek korai diagnosztikájára, illetve a kezelés mielőbbi megkezdésére úgy, hogy az anya saját betegségének kezelési ideje alatt ne legyen gyermekétől elszakítva.

A program szülészeti aspektusait **Pepó Lilla** szülész-nőgyógyász mutatta be, rávilágítva, hogy az anamnézis, a rizikó besorolás és a társbetegségek alapvetően meghatározzák a terhes gondozást, mindemellett azonban igazodni kell az anyák dinamikusan változó állapotához is. Megemlítette, hogy nem csak a várandósgondozást célszerű egyénre szabott terv alapján végezni, hanem érdemes jó előre végiggondolni, hogy a szülés mely formája a legmegfelelőbb a kismama számára. Ugyanilyen körültekintést igényel a gyermekágyi ápolás és az édesanya pszichiátriai osztályra történő visszahelyezése is.

**Tory Vera** neonatológus gyermekgyógyász kiemelte, hogy a perinatális stressz akár epige-



netikai változásokat is okozhat, amelyek profilaxisa az EGYÜTT program egyik fontos célkitűzése. Ezért a Szent János Kórház Gyermekosztályának orvosai és nővérei mindent megtesznek azért, hogy átsegítsék az édesanyákat ezen a nehéz időszakon. Mindehhez az Egis Gyógyszergyár képviselőjében **Szuhaj György** hozzátette: örömteli, hogy az EGYÜTT program munkatársai szemléletváltással integrálódni tudtak egy újfajta, előremutató ellátási metódusba.

## Mindennapi szorongásaink és félelmeink

A szakmai felelősség csak akkor „öl, butít és dönt nyomorba”, ha hagyják – jelentette ki **Simon Tamás** ügyvéd, aki a jogszabályok útvesztőjében kalauzolta végig a hallgatóságot. A három kulcsszó a gyógyítás, a megelőzés és a védekezés, ami annyit tesz, hogy az orvosnak természetesen a gyógyításra kell koncentrálnia, de tudnia kell, hogyan előzze meg a peres ügyeket és hogyan



védje meg magát egy esetleges jogi procedúra során. Stílusosan fogalmazva: van helye a szorongásnak, a szülésznőgyógyászok számára különösen, hiszen a peres ügyek ötven százaléka az ő szakmájukat érinti. Az orvosok etikai, közigazgatási, fogyasztóvédelmi, büntetőjogi, nemzetközi és polgárjogi kártérítési felelőségre is vonhatók, ám „nem kell feltett kézzel a csatába menni”. Védekezni kell – hangsúlyozta a szakember, s hogy ez a téma mennyire felkeltette a hallgatóság érdeklődését, azt jól mutatta, hogy az előadást követően majdnem egy órán át záporoztak a kérdések az előadóhoz.

A betegek gyakran azért jelentik fel orvosukat, mert úgy vélik, nem kaptak kellő tájékoztatást a rájuk váró beavatkozás következményeiről, vagy gyógyszerük mellékhatásairól – fejtette ki **Pilling János** pszichiáter, orvosi kommunikációoktató. Mi, orvosok nem szívesen beszélünk a kockázatokról – mondta az előadó –, mert úgy érezzük, elriasztjuk a beteget. Hogyan lehet feloldani ezt a dilemmát? Lényeges, hogy amikor kockázatokról, mellékhatásokról beszélünk, ne csak felsoroljuk, hanem számszerű-



sítsük is azokat. Relatív helyett abszolút rizikót említsünk, és hétköznapi analógiával érzékeltesük, lehetőleg jelenítsük meg vizuálisan is a kockázat gyakoriságát. Mondjuk el azt is, hogyan lehet felismerni és kezelni a veszélyt. Közöljük, hogy mit kockáztat a beteg azzal, ha nem vállalja a kezelést, és hangsúlyozzuk a gyógyszeresedés, illetve a beavatkozás előnyeit.

A félelmek legyőzésének néhány, a hétköznapiakban jól alkalmazható módszerét ismertette **Moretti Magdolna** pszichiáter. „Nem konzerveket hoztam, hanem együtt főzünk” – hangsúlyozta az előadó, aki a tudományos szemelvények felsorakoztatása helyett praktikus tanácsokkal látta el a kollégákat a szorongásoldás lehetséges módjairól. A zenei aláfestéssel kísért gyakorlatok





közben ki-ki végiggondolhatta félelmei tárgyát, számba vehette erősségeit és megfigyelhette teste jelzéseit. Az önségítő technikák kipróbálását követően az előadás az „Egy asszony illata” című film híres tangójelenetének bejátszásával zárult. A főhóst alakító Al Pacino szavai visszautaltak a nap folyamán elhangzottakra: „Csak az életben lehet hibázni, a tangóban nem.”

## Tévedni emberi dolog – de mi jön utána?

**Pilling János** a rendezvény utolsó napján tartott workshopjában arról is beszélt, hogy Magyarországon a legtöbb orvos általában igyekszik eltitkolni a gyógykezelés közben elkövetett hibákat a betegek elől. Ez azonban veszélyes stratégia: ma is van kolléga, aki emiatt jogerős börtönbüntetést tölti. A workshop arról szólt, hogy milyen más megközelítés lehetséges egy ilyen helyzetben. Ha az orvos elkövet egy hibát, akkor érdemes megbeszélnie a problémát a kollégáival, akiknek összeadódott tudása nagyban segítheti a továbblépésben. Az orvosok általában azért hallgatják



el a betegek elől, hogy valami baj történt, mert tartanak a feljelentéstől. Azonban számos kutatás ennek az ellenkezőjét bizonyítja: a páciensek döntő többsége azért tesz feljelentést, mert úgy érzi, nem informálták őt, és még csak bocsánatot sem kértek tőle. Ha egy orvos őszintén feltárja az elkövetett hibát, kifejezi sajnálkozását és elmondja, hogy mindent szeretne megtenni a probléma orvoslása érdekében, akkor a be-

tegek nagy hányada megbocsátó és nem jelenti fel az orvosát. A hibákkal való nyílt szembenézés mindenkinek jó: a beteg esélyt kap a beavatkozás negatív következményeinek mérséklésére, az orvos pedig nyíltan és őszintén kommunikál, ezért csökkenti a per esélyét.

*Boromisza Pirooska*

*A fotókat Pyszny László készítette*



# A homlokon csókolt ló és a lélektan



Tényi Tamás évtizedek óta foglalkozik a szkizofrénia eredetével és terápiájával, a betegséggel kapcsolatos biológiai és pszichiátriai kutatásokkal. Publikációs listáján szakkönyvek, egyetemi jegyzetek, tudományos közlemények, és persze könyvek. 2010-ben a ritka pszichiátriai szindrómákról szóló könyvéért, 2014-ben pedig a „Pszichiátria és művészet” című művéért kapta meg a Magyar Pszichiátriai Társaság Nyíró Gyula-díját. Pécssett szerezte meg orvosi diplomáját, azóta is a városban él a Pécsi Tudományegyetem professzora, a Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika orvosa.

– Ezt úgy mondják nálunk Baranyában, hogy „tüke” vagyok: Pécssett születtem, szüleim is itt voltak orvosok; ők belgyógyászként dolgoztak, engem viszont már másodéves orvostanhallgatóként a pszichiátria határterületei foglalkoztattak – a pszichiátriai betegek művészeti alkotásai, a betegek költészete... miért nem követtem a szüleimet? Nos, valószínűleg volt bennem jó adag ambivalencia az azal kapcsolatban, hogy orvos legyek, ugyanakkor – bár soha nem erőltették – belém ivódott a családi hagyomány. A pszichiátria az a köztes terület volt, ahol nemcsak az emberi testtel, hanem az emberi lélekkel is tudtam foglalkozni. Nem bántam meg...

biológiai és a pszichológiai vagy akár a szociológiai szempontok egyfajta egyensúlyba kerülnek. A kutatások során rengeteg adat mutatja, hogy a pszichiátriai betegségek hogyan függenek össze az aggyal, a genetikával, ugyanakkor azt is tudjuk, hogy a pszichológiai szempontok, a fiatalkori traumák mennyire meghatározóak. Ma úgy gondoljuk, hogy az agy betegsége, és a többi pszichiátriai kórképhez hasonlóan nem pusztán lélektani mechanizmusok következtében alakul ki, mint ahogy azt a freudizmus hirdette. A szkizofréniát egy idegfejlődési zavarnak tartjuk, ami azon alapul, hogy a központi idegrendszer bizonyos szerkezetei nem megfelelően alakulnak ki, oka a magzati időszakra nyúlik vissza. Hát-

***Ha valaki ennyire kötődik egy helyhez, nem áll fenn a belterjesség vagy a perifirikusság veszélye – még ha olyan szellemi központról is van szó, mint Pécs?***

– Igyekszem ápolni a szakmai kapcsolatokat, ösztöndíjjal hosszabb időt töltöttem az Egyesült Államokban, és folyamatosan részt veszek kollégáimmal nemzetközi kitekintést adó tudományos programokban. Mindeközben tagja vagyok egy összetartó csapatnak, egy olyan jó közösségnek, nevezhetném „pécsi iskolának” is, amely ideköt... Az iskola filozófiája, egyfajta kiegyensúlyozottságot jelent a pszichiátriai betegek megítélésében és kezelésében, amiben a





tere genetikai: egy-egy családban halmozódik. Ehhez hozzájárulhatnak az epigenetikai tényezők is, mint a például a magzati korban az anya által elszennvedett influenza vagy a macska által terjesztett toxoplazma-fertőzés, vagy a súlyos anyai éhezés. A II. világháború idején a dániai, hollandiai nagy éhezések időszakában várandós anyák gyermekei között 20 éves korban megnőtt a szkizofrénia előfordulása. Az apai életkor is szerepet játszhat. Ha egy férfi 50 év fölött nemz gyermeket, az növeli a betegség kialakulásának a kockázatát. Hasonlóképpen az anya által a terhesség során megélt súlyos stressz is. Mindezeket sok vizsgálat igazolta. Kicsit nagyképűen úgy fogalmazhatnék, hogy a pszichiátria művészetét az képezi, ha az ember helyes arányban látja a biológiai meghatározottságot, a genetikát és a lélektani szempontokat; ha a gondolkodásunk bármely irányban elcsúszik, rossz úton járhatunk. Ezt a szemléletet képviseli a „pécsi iskola” és azok a mesterek, akiktől én is tanultam.

***Egy olyan ember, aki mások lelkével foglalkozik, mások lelki bajait kezeli és kutatja, miként gyógyítja saját lelkét, ha szükség van rá?***

– Azt hiszem, a pszichoterápiás munka egyfajta folyamatos önismeretet jelent, kialakul a készség az önreflexióra, az önmagára való figyelésre; a saját lélek ápolásának módja az esetben az alkotás, saját magam kifejezése. Különösebb hobbim nincs, de autodidakta módon gitározom, s van egy blues zenész barátom, akivel időnként együtt játszunk, saját magunk örömeire.

*Csák Elemér*

A ritka és különleges lelki bajokról szóló könyvében azt a betegséget is említi, amikor a beteg úgy érzi, hogy bogarak mászkálnak rajta, benne – Ekbohm tünet –, de a Capgras-szindrómát is, amikor a páciensnek az a téveszméje, hogy valakit



kicseréltek a környezetében. Utóbbinak számos kultúrtörténeti vonatkozása van, ilyen: Babits Mihály: A gólyakalifa című regénye, vagy Dosztojevszkij műve: A hasonmás. Tényi Tamás izgalmas felfedezésre jött rá az irodalomban való kutakodás során: a Capgras-téveszmét nem a nevét adó francia pszichiáter írta le először az 1920-as évek kezdetén, hiszen Dosztojevszkij Ördögök című regényében már hetven évvel korábban megjelenik. Dosztojevszkij epilepsziásként hihetetlenül érzékeny volt a pszichiátriai problémák iránt, s így válhatott az élet mélységeinek és magasságainak a legnagyobb ábrázolójává. Ami a professzor tavalyi kötetét illeti, abban korábbi tanulmányokat gyűjtött egybe különböző területekről, elemzi például a pszichotikus betegek nyelvhasználatát és költészetét, s bemutatja a többi között a művészetterápiás kezelést. A kötet legizgalmasabb írása Dosztojevszkij és Nietzsche összefüggéseivel foglalkozik. A témában sok elemzés megjelent már; a szerző figyelmét az a hasonlóság keltette fel, hogy míg a lélekbűvár orosz író hőse, Raszkolnyikov álmában egy olyan jelenetet lát, amelyben egy kocsis agyonver egy lovat, Nietzsche – már mint megtévelyodott filozófus – Torinóban a valóságban megélte ezt az esetet, és Raszkolnyikovhoz hasonlóan homlokon csókolta a döglött lovat. Az analógia lélektani elemzése szakembernek és érdeklődőnek egyaránt érdekes olvasmányt Tényi Tamás legutóbb díjazott könyvében.

# Művészet és pszichopatológia

**„Nem elég, ha ismerjük egy művész munkáit. Azt is tudni kell, mikor csinálta, miért, hogyan, milyen körülmények között. Egyszer majd biztosan kialakul egy új tudomány, talán „embertudománynak” fogják hívni, amely arra törekszik, hogy az alkotó emberen keresztül mélyebben behatoljon az emberbe.”**

Pablo Picasso

Lessünk be egy kicsit a kulisszák mögé, ismerkedjünk meg egy olyan könyvcsemegével, amelyik még nincs a könyvesboltok polcain! Németh Attila gondolt egy nagyot és merészet, és úgy döntött, hogy megpróbálja eloszlatni a pszichiátriát körülengő misztikus ködöt, és nemcsak a szakmát, a laikusokat is megszólítja. Némi töprengés után elsősorban azoknak ajánlja írását, akiknek előítéleteik vannak a pszichiátriával szemben, akik nem szeretik a pszichés belemagyarázásokat. Zseniális művészek életrajzát, kortársaik véleményét tanulmányozva 21 fejezeten – és persze 21 alkotó sorsán keresztül – mutatja be, hogyan gondolkodik, hogyan diagnosztizál egy pszichiáter. A könyvben szerepel többek között Csáth Géza, József Attila, Michael Jackson, Salvador Dali, és Vincent Van Gogh is. A szerző a fenti idézetet választotta a Medicina decemberben bemutatkozó könyve mottójául.



**A** festőkről, írókról, költőkről, zeneszerzőkről, énekesekről szóló izgalmas fejezetek közül emeljük ki most a mexikói festőművész Frida Kahlo életútjának csöppet sem tanulságok nélküli összegzését, és elemzését. A szerző a Névjegy, az Életút és a Pszichiáter szemmel felosztást alkalmazza minden fejezetben.

„Tizennyolc éves korában súlyos gerincbalesetet szenvedett, hónapokig volt ágyhoz kötve, ekkor kezdett festeni. Szakított a hagyományos női szerepekkel: több nyelven beszélő, művelt nő volt, aki időnként férfiöltönyben járt, máskor pedig ősi mexikói népviseletet öltött magára, csatlakozott a forradalmi mozgalmakhoz, aktívan politizált, és biszexualitását sem titkolta. A kor legelismertebb mexikói művészebe, Rivera-ba lett szerelmes, akihez kétszer ment feleségül. Eredeti stílusát egyetlen irányzatba sem lehet besorolni. Művészetében a női testet és a szexualitást övező tabukat döntögeti. Szimbólumai az ősi mexikói kultúrában gyökereznek. Képei saját benső



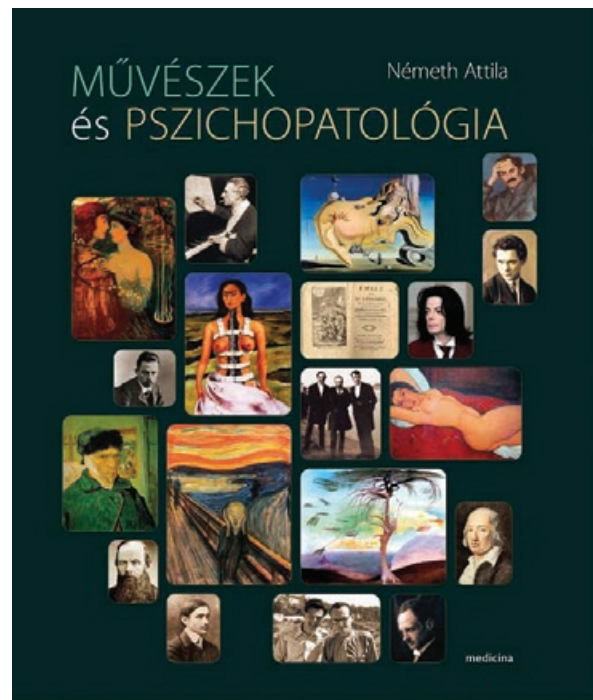
világát jelenítik meg, és nem értette, miért akarják a szürrealisták közé sorolni. Negyvenhét éves korában testi és lelki fájdalmainak önhatalmúlag vetett véget.”

„Frida Kahlo gyermekként az apjához kötődött erősen, anyjával ambivalens volt a kapcsolata. Anyja mélyen vallásos, kövér asszony volt. Frida ellenazonosulásként ateista lett, külséjére sokat adott, mindig sovány volt. Anyjának nem tudta megbocsátani, hogy apját nem szerette igazán. Ez a felállás a pszichológiában a klasszikus Elektra komplexusnak felel meg. Frida házastársnak egy „apa figurát” választott, egy biztonságot nyújtó, erős, nagy emberhez ment feleségül, aki anyagi és művészeti szempontból is támasza lehetett. Anyja nem értett egyet lánya párválasztásával, szerinte Diego „túl kövér, túl kommunista, és mindenek fölött túl öreg”. Az esküvőjükre csak az apa ment el.



Frida – életvezetése alapján – a borderline (határeseti) személyiség típusba sorolható, amelynek fő jellemzője az instabilitás. Hangulata egész életében labilis volt, szélsőséges érzelmi megnyilvánulások, dühreakciók, depressziós hullámok, öngyilkossági készletések és kísérletek váltakozva jelentek meg. Intenzív és egyben instabil kapcsolat fűzte férjéhez és számos férfi és női szeretőjéhez, melyeket a túlidealizálás és a lebecsülés szélsőséges váltakozása jellemezett. Nemi identitászavarára utal a biszexualitása. Diegoval a „se veled, se nélküled” viszonya tele volt szenvedéllyel, haraggal, veszekedésekkel, ugyanakkor kétségbeesetten igyekezett elkerülni az elhagyatást, sokáig tűrte a megcsalást. Mikor mégis elvált tőle a férje, alkohollal és szexuális kalandokkal „vigasztalta magát”, de egy évvel később boldogan és gondolkodás nélkül mondott újra igent Diegonak.

Impulzív, kiszámíthatatlan, nehezen alkalmazkodó természete már serdülőkorában megnyilvánult. Nem véletlenül figyelmeztette apja a leendő férjet arra, hogy „lánya démona belül van”. Extrovertált személyisége, ingerkereső magatartása, kockázatvállalásai megerősítik a borderline személyiség diagnózisát.



Minden fejezet végén található egy rövid szummáció, ahogy a pszichiátriai kórrajzokban is szokás.

„Összefoglalva: ilyen személyiségtípus kellett ahhoz, hogy – lehetősége szerint – teljes életet élhessen gyermekkori benuháza és serdülőkori súlyos gerincbalesete ellenére. Az ebből eredő elviselhetetlen fájdalmak, a számos műtét, a poliomyelitis szövödményeként fellépő gangrénás elváltozások, melyek jobb lábának amputálásához vezettek, közvetve halálának okai lettek, ugyanakkor ezek adták a muníciót képeinek mondanivalójához, és ez a személyiség kellett ahhoz, hogy önvalomásos ábrázolásaival a női testet és a szexualitást övező tabukat összetörje. „A művészet történetében ő volt az első asszony, aki tökéletesen és megalkuvást nem tűrő őszinteséggel, sőt azt mondhatnánk, higgadt könnyörtelenséggel jelenítette meg a csakis a női nem által megtapasztalható általános és konkrét élményeket” – ismerte el férje, Riveria. Frida számára a festészet igazi szublimáció volt. Érzéseit, vágyait, csalódásait, gyermektelensége miatti elkeseredését így fejezte ki. Érzéseivel könnyen azonosulhatunk, alkotásaiban pedig gyönyörködhetünk.”

**Szeretettel várunk mindenkit a könyvbemutatóra december 2-án 13.30.kor az OPAI tanácstermébe! A bemutatón részt vesz a szerző, Németh Attila, a Medicina Könyvkiadó igazgatója Farkasvölgyi Borbála, a könyvet – sokak örömeire – Janka Zoltán professzor méltatja.**

# „Megújulás” művészeti maraton déltől–délig...



**Az Ön életében mi volt a kezdet, ami ebben a különleges eseményben, pszichiátriai betegek, illetve professzionális és „outsider” művészek 24 órán tartó együtt-alkotásában csúcsondott ki?**

**Simon Lajos:** – 2005-ben a Semmelweis Egyetem Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikáján elindítottuk a művészetterápiás alkotó műhelyt. A művészetterápiás foglalkozások nemcsak a klinika alagsorában megnyitott művészetterápiás műhelyben folynak, hanem a súlyosabb állapotban lévő betegeknek is tartunk foglalkozásokat – a korai aktív rehabilitáció elvének megfelelően – az akut osztályon. A tehetséges pacienseink egyre szebb alkotásokat hoztak létre, amelyeket alkalmanként kiállítottunk, és azt vezettük észre, hogy ez mind rájuk, mind a hozzátartozóikra jó hatással volt. A család tudott büszke lenni arra a családtagra, aki eddig a betegsége okán gyámoltásra, segítségre, támogatásra szorult. Mindennek folyamánként négy év után létrehoztuk a Budapest Art Brut Galériát a Moravcsik Alapítvány keretei között. Az Alapítvány tiszteletből választotta Moravcsik Ernő Emil nevét, aki 1905–1908

Art Brut. Egy fiatal művészeti irányzat, és egy fiatal terápiás módszer kézzel fogható eredménye. Szeptember 25–26-án újra megrendezték a PsychArt24 művészeti maratont „Megújulás” címmel. „A rendezvény különlegessége, hogy a pszichiátriai betegek, nemcsak mint alkotók, hanem mint az esemény szervezői, lebonyolítói is részt vesznek a programban.” – olvashatjuk az artbrut.hu portálon. És egy finom kávé mellett a részletekről is mesélt Kovács Emese, a Budapest ArtBrut Galéria vezetője és Simon Lajos, egyetemi docens, a Moravcsik Alapítvány kuratóriumának elnöke.

között megtervezte és felépítette a Balassa utcai klinika épületét és munkásságában már megjelent a pszichiátriai betegek közösségi szemléletű rehabilitációjának terápiás gyakorlata. 2009-ben nyitottuk meg a Budapest Art Brut Galériát, a VIII. kerületi kőbányai úti telephelyen. Innen 2014-ben költöztünk egy művészeti galéria számára megfelelőbb helyre, a VIII. kerület Üllői út 60–62-be. A



régi telephely továbbra is közösségi térként szolgál a klienseknek. Mind az alapítvány, mind a galériával célunk a pszicho-szociális fogyatékkal élők felépülésének segítése, reintegrálásuk a társadalomba, munkahelyteremtés számukra, mivel sokan közülük munkát kapnak a galériában. Végül, de nem utolsó sorban olyan közösségi teret hozunk létre, ahol lehetőség nyílik arra, hogy klienseink egészséges emberekkel találkozzanak, kommunikáljanak a művészeti programok során, és velük együtt alkossanak.

**Kovács Emese:** – Egy példának voltam tanúja arra, hogy mindez milyen gazdagító. A patchwork klubban együtt varrogattak és közben beszélgettek a résztvevők: klienseink és „külsősök”. A pszicho-szociális fogyatékkal élőkön általában nem látszik, hogy pszichés problémájuk van, esetleg másképp reagálnak vagy viselkednek. Az egyik „külsős” hölgy megkérdezte a mellette ülőt: „Hallom, betegekkel foglalkoztok, nem nehéz?” – „Én is itt dolgozom” – válaszolta a valóban megváltozott munkaképességű varró társ, mire egy másik paciensünk is felvállalta ugyanazt a „státuszt”. Az elfogadás így alakul ki a személyes meg tapasztalás élmény hatására. –

A Moravcsik Alapítvány munkatársai a Budapest Art Brut Galéria alkotóközösségével közösen azért döntöttek a Magyarországon egyedülálló rendezvény lebonyolítása mellett, hogy a művészet kifejező erejét felhasználva hozzájáruljanak a (mentális) pszicho-szociális fogyatékkal, (és) lelki betegséggel élők önértékelésének erősítéséhez, az ellenük irányuló előítéletek és diszkrimináció csökkentéséhez, a társadalom által a pszichiátriai betegségek köré emelt falak lebontásához. A művészeti programok célja elsősorban a közös festés öröme, az értékképzés képességének megélés és az egymás iránti elfogadás bemutatása volt. Az eseményeken résztvevő alkotók bizonyították, hogy az egészséges emberek és a pszichiátriai betegséggel élők közös nyelve lehet a művészet.

**Tulajdonképpen mi is az art brut, ami visszaköszön a galéria nevében is?**

**K.E.:** – A művészetterápia már a századforduló előtti időktől része a rehabilitációnak. Ehhez kapcsolódik a második világháború után új utak és irányok keresése a művészetben. Jean Dubuffet kiállítását nyitott a háborúról készült gyerekrajzokból, ami óriási port kevert annak idején. Azután svájci elmegyógyintézetben rajzoltatott és az ő nevéhez fűződik az art brut megnevezés is, ami nyers, őszinte, robusztus művészeti kifejezőmódra utal. Az art



brut nem csupán a pszichiátriai betegek művészete, hanem a gyerekek és társadalmi periférián élőké, hajléktalanoké, fogvatartottaké. Jakab Irén professzor asszony végzett kutatásokat, melyek eredménye szerint a betegek 10%-a spontán elkezd alkotni a pszichiátriai osztályon a betegség fellángolása után. Így sokszor felszínre kerül szunnyadó tehetség, amit éppen a betegség enged megnyilvánulni. A pszichiátriai betegség nem tesz művésszé, csak akinek van ilyen tehetsége, az nyilvánul meg, mint a beteg belső késztetése az önkifejezésre, érzelmi, belső világa megmutatására.

**S.L.:** – A pszichiátriában a rajzolás használható segítségként a diagnózis kialakítására, alátámasztására, emellett kommunikációs alap és terápiás eszköz. Az alapítványon belül működik a tehetsé-





gek alkotó közösségekbe vonása, ami azért nagyon fontos, mert a művészi munka során mindenképpen értékteremtésről van szó és az alkotók egészséges személyisége erősödik. Ez a pozitív változás láthatóvá tehető, a társadalom felé is kommunikálható. A klienseknek „art brut művész”-ként új identitásuk alakul ki, ami segít elfogadni önmagukat és a környezetük számára a személyiségüket, a betegséggel együtt.

### **Milyen benyomásokról számolnak be az alkotóművészek?**

**K.E.:** – Vissza tudják adni a pszichotikus emlékeket. Vannak kliensek, akik azt tapasztalják például, hogy „elcsitulnak a hangok” az alkotás vagy éppen a művészettel való foglalkozás közben és megnyugszanak.

### **És most elevenítsük fel a legutóbbi Psychart24-et. Mióta is tartják ezt a rendezvényt és milyen céllal indították?**

**K.E.:** – 2010 őszén volt az első, úgy 200 résztvevővel. Ez már a 6. találkozó, egy közös tér az alkotásra az SE EOK csupa üveg aulájában. Minden önszántából érkező elfogadja a szabályokat, fest vagy

rajzol, és a közös nevező a művészet. A pszicho-szociális fogvatékkal élők (art brut alkotók), a professzionális művészek (insiderek) és a műkedvelő, tehetséges amatőr alkotók (outsiderek) között ezen az eseményen közös nyelvvé válik a művészet. A kommunikáció alapja a művészeti tevékenység és a kölcsönös személyes megtapasztalás élménye lehetővé teszi a résztvevők számára egymás előítélet mentes megismerését és elfogadását. Számokban is bemutatva a 2015-ben megrendezett PsychArt24 művészeti maratont: 335 résztvevő, 70 állvány, 400 ecset, 25–30 kg festék, 700 karton és 493

kép. Az alapanyagokat és az eszközöket az alapítvány biztosítja, cserébe minden kép az alapítvány tulajdonává válik és szabadon felhasználhatja. A képekből 60–70-et „merítünk” kiállításra, illetve vásárra. Végül a szervezőkről: 60 pszicho-szociális fogvatékkal élő kliensünk, 18 közösségi szolgálatot teljesítő középiskolás, 20 önkéntes segítő és 12 az alapítványban és a galériában dolgozó segítő munkatárs vett részt a lebonyolításban.







**Milyen saját élményük van erről a hosszú, déltől-délig tartó napról?**

**K.E.:** – Számunkra ez az esemény minden évben az évforduló. Mindenki szárnyakat kap. Már csütörtök délután beköltöztünk, lefóliáztuk a 400 négyzetméteres területet, beosztottuk a segítőket 3 órás váltásban. Minden percre pontosan meg volt tervezve, és mindent a pszichiátriai betegséggel élő klienseinkkel együtt csináltunk. Számunkra ez egy nagy „buli”, amire előre készülnek (például a gyógyszeriek szedését illetően), hogy végig bírják, amit vállaltak. Egyébiránt ez egy nagyon fontos tapasztalat a rehabilitációban, mármint, hogy egy ilyen programmal lehet a betegeket motiválni és terhelni is. Mint mindig most is óriási volt a nyüzsgés. Már pénteken 12-kor megteltek az állványok, és volt, aki következő nap délkor, a záráskor sem akart még elmenni. Voltak, akik egy alkotás erejéig maradtak, úgy 3 óra hosszat, és volt, aki tényleg maratoni módon kitartott. Sok gyerekes család is részt vett, a gyerekek is rajzoltak, persze ők megtarthatták alkotásaikat. Vidéki partnerszervezetek vidéki betegek is szép számmal érkeztek. Talán a legnagyobb élményem az ő boldogságuk érzéskor, a boldogságé, hogy itt lehetnek. A jó hangulat, a nevetés és a NYUGALOM, ami nem csak számomra, hanem a résztvevők számára is évről évre érték és vonzerő.

**S.L.:** – A fővédnök – ebben az évben is – Szél Ágoston, a Semmelweis Egyetem rektora volt, de eljött az egyetem vezetése, az AOK dékánja, rektor helyettesek, a doktori iskola vezetője, és mindannyian a rendezvény hatása alá kerültek, akárcsak én. Fantasztikus élmény volt, minden jól szervezetten, olajozottan folyt, a klienseink (pszicho-szociális fogyatékkal élők) is tökéletesen végezték a feladatukat. Nyilvánvalóan a betérők is élményt kaptak, ez meg-

mutatkozik az alkotások számában és témájában. Személyesen, nekem nagyszerű érzés, hogy kézzelfogható valósággá válik az alapítvány munkája, és hogy ez a rehabilitációs út eredményes. És jó mosolyogva látni azokat az embereket, akik időnként nehezen élnek, mélyponton vannak. Igazolást kap a közösségi pszichiátriai gondozás felépülés modellje, melyben a pszicho-szociális fogyatékkal élők egészséges személyiségrésze integrálódik azokhoz a mindennapi feladatokhoz, amiket ezen a különleges eseményen vállaltak. Fontos az esemény folytonossága, a folyamatok egymásra épülése: az előkészítés, a megvalósítás és végül a létrejött alkotások kiállításokon történő bemutatása. Most éppen Párizsba visszük a Budapest Art Brut Galéria alkotóműhelyéhez tartozó art brut művészek alkotásait. Budapesten pedig október 30-ától három héten keresztül megtekinthetők a 6. PsychArt24 művészeti maraton kiválasztott képei a Budapest Art Brut Galériában (VIII. ker. Üllői út 60-62. Hétköznap: 10–18 óra között). Mindenkit szeretettel várunk!

**Gubcsi Anikó**



## Egy munkamániás, aki jókor volt, jó helyen!



### **Miért lett pszichológus?**

– Első generációs értelmiségi vagyok, szüleim 6 elemi végeztek, és nagyon fontosnak tartották, hogy tanuljak. Nagyon közvetlen és kíváncsi vagyok, mindig szerettem az embereket, úgy gondoltam, ez lesz a megfelelő pálya. Környezetemben nagyra értékelem a közvetlenséget, kedvességet, de érdekes módon a páciensekben az őszinteséget keresem.

### **Hogyan kezdődött?**

– 1963-ban iratkoztam be magyar és lélektan szakra. Két év múlva azok a pszichiáterek, akik évek óta szorgalmazták a pszichológusok klinikai képzését, utat találtak az ELTE-re, így igazi különlegességként mi elsőként klinikai szakképzést is kaptunk a diplománkhoz. A harmadik és a negyedik évben a SOTE-re jártunk orvosi tárgyakat hallgatni, pszichiátriát és pszichopatológiát 2 évig a Lipóton tanultunk Kun Miklós professzortól, pszicho diagnosztikát Mérei Ferenc tanár úrtól, csoportterápiát pedig Füredi János és Szakács Ferenc vezetésével. Az ötödik év csak szakmai gyakorlat volt, így amikor a végzés után elkezdtünk dolgozni, kiválóan fel voltunk készítve, nagyon sokat tudtunk a betegekről és a vizsgálatokról. Egy egyedülálló képzés első évfolyamában tanulhattam, jókor voltam jó helyen! A végzés után négyen kerültünk a Semmelweis Egyetemre pályázattal, én a Neurológiai Klinikára, csoporttársaim a Bel- ill. Pszichiátriai Klinikára, ahol évtizedekig dolgoztak. Magam az ötödéves szakmai gyakorlatot Füredi János mellett egy szakren-

Sokáig Szombathelyi Éva volt a Magyar Pszichiátriai Társaság elnökségében az egyetlen pszichológus, és az egyetlen nő. Negyvenhét éve dolgozik a Semmelweis Egyetem Neurológiai Klinikáján, több évtizednyi tapasztalattal a háta mögött percek alatt elkészít egy olyan diagnózist, ami másnak biztosan tovább tartana. Sok volt páciense évekig kötődik hozzá, és fel is köszöntik a nagyobb ünnepeken. Az oktatás és az unokák. Ennek van prioritása manapság az életében.

delőben töltöttem. Minden betegről értekeztünk, betegcsoportokat együtt tartottunk, nagyon sokat tanultam. Társszerzője voltam Füredi professzor első, nagycsoportot ismertető cikkének Mórotz Kenéz csoporttársammal.

### **Aztán a relaxáció és a szimbólumterápia szakértője lett.**

– Mindkét szakvizsgát az elsők között, 2001-ben szereztem meg. Sosem éreztem „kiégést”. 2005-ben megkaptam az ECP-t, az Európai Pszichoterápiás Bizonyítványt is. Számos kongresszuson tartottam előadást, mindkét témakörben, itthon és külföldön egyaránt. Egy személyes tragédia folytán 7 éve abba kellett hagynom a pszichoterápiás munkát, azóta csak neuro-pszichológiával foglalkozom, a klinikai betegek funkcióit vizsgálom. Annak a megállapítása a feladatom, hol van a deficit, mi romlott a beteg öregedése miatt, és mit okozott maga a betegség, amivel esetleg foglalkozni kell. Vizsgálom a kognitív funkciókat, a döntési és tervezési képességet, a hangulatot, a szorongást, a betegséghez való hozzáállást. Próbálok segíteni a betegséggel való megküzdésben: például abban, hogy egy ötvenéves páciens fel tudja dolgozni, hogy Parkinson-kórja van. A klinikán tízezernél több beteget vizsgáltam már meg, az elsőt – ma is emlékszem – 1968. szeptember 1-jén. Regisztráltam minden beteget, úgyhogy már komoly adatbázis van a birtokomban, talán egyszer könyv is lesz belőle... Örömmre szolgál, hogy a klinikai pszichológia egyre nagyobb súlyt



kap: ma már a klinikai zárójelentéseknek is állandó része a pszichológiai lelet, valamint az oktatásban, PhD tutorálásban is szerepet kapunk.

### **Ön az egyik alapító tagja a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesületnek.**

– A Magyar Pszichiátriai Társaság 1980-as megalakulásakor már létezett a Relaxációs Munkacsoport, amelynek a tagja voltam. A munkacsoport önállóvá vált a Társaság Pszichoterápiás Szekciójában, mely összefogta az országban folytatott pszichoterápiás irányzatokat. 1990 májusában alakult meg a Budapesten a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület, elnöke Bagdy Emőke volt. Én 2002-ben lettem az alelnök, idén pedig az elnök. Mára az egyesületünk, mint módszer specifikus képzőhely, a 15 tagú Magyar Pszichoterápiás Szövetség tagja. Célunk a relaxáció és szimbólumterápia egyre szélesebb körű kiterjesztése, módszerünk továbbfejlesztése, további kimunkálása.

### **Ebben elég komoly eredményeket értek el. És említette, mennyire sokat jelent Önnek az oktatás...**

– Sokszor a relaxáció az első lépés, ami nyugodt állapotba hozza a beteget, erre épülhet rá több különböző pszichoterápiás módszer. Az autogén tréning és szimbólumterápiai végzettség a pszichoterápia szakvizsga része, akkreditált képzés. A különböző szintű végzett hallgatók száma egyesületünkben eddig kb. 1500-ra tehető. Én nagyon szeretek tanítani. Magyarul angolul, németül oktatok a Neurológiai Klinikán, rezidensképzésben és a klinikai szakpszichológusok képzésében veszek részt gyakorlatvezetőként illetve tutorként.

### **Ahhoz képest, hogy tizenöt éve nyugdíjas, rengeteget dolgozik. És még nem beszéltünk a nemzetközi kapcsolatairól, de a hobbijairól sem.**

– Azt gondolom magamról, hogy munkamániás vagyok. Pár éve fordítottam egy kanadai pszichológus könyvét a témáról, hát... magamra ismertem. A Pszichiátriai és Pszichológiai Társaság tagja vagyok, A SOTE klinikai pszichológiai Grémium munkájában

is részt veszek. Tavaly az egyesület küldöttként alapító tagja lehettem a madridi székhelyű nemzetközi Társaságnak, az ISATAP-nak (International Society of Autogenic Training & Autogen Psychotherapy), aminek köszönhetően egyesületünk bekerült a nemzetközi szakmai vérkeringésbe. Idén júliusi konferenciánkon a társaság 23 külföldi tagja tartott előadást, vagy műhelyt. Nagyon érdekes volt bepillantást nyerni abba, hogyan használják máshol az autogén tréninget, mennyi idő alatt lehet letenni a vizsgát. Országonként más a képzés, a feltételek, Franciaországban például a nővérek is lehetnek pszichoterapeuták.

### **Zene, könyvek, főzés?**

– Imádom a komolyzenét, én magam is zongorázom. Gyerekkoromban kezdtem, és néha még ma is játszom. Nagyon szeretek olvasni is – régebben inkább a klasszikusokat forgattam, de mostanra mindenevő lettem. És a konyha! Kifejezetten kikapcsol a főzés, és a három unokám csillogó szeme az asztalnál! Az utazás is nagyon vonz, Európában már minden országban jártunk, Távol-Keleten, Afrikában és az USA-ban is voltunk. Idén, a hetvenedik születésnapomra máltai utazást kaptam a férjemtől.

Vámos Éva



# Szex a csónakban, avagy, hogy lesz az alfahímből szemüveges kretén

A szerző nem állítja, hogy a leírtak bármelyikünkkel megtörténhetnek, vagy már inkább meg is történtek, hiszen mindig vannak kivételek. Habár érdekes, hogy sokan úgy érzik, hogy pontosan ők a kivételek, hogy hálaisten nálam-nálunk nem így áll a dolog. Lakatos László Zamárdiban is elhangzott előadása szerint a stabil párkapcsolat legfőbb összetartó erői- fogadjunk, hogy nem ezekre gondoltak! – a hazugság, a lustaság és a beszariság.



**M**anapság sokszor halljuk, hogy az a lényeg, hogy két ember között működjön a kémia. De mi is ez a kémia a valóságban? Honnan tudjuk, hogy működik az a bizonyos kémia? Bizony ez a kémia is a külsőségekkel kezdődik. Amit látunk egy másik nemű egyed külső tulajdonságaiból, az erősen megszabja, hogy lesz-e itt kémia vagy marad a matematika, hogy hány percet kell még kibírnunk, hogy a másiktól végre megszabaduljunk. Ha a látvány megfelelő, akkor kez-

dődik a következő fázis, amit az orrunkkal teszünk. A nők ebben érzékenyebbek, és valójában képesek kiszagolni a férfiak számukra vonzó tulajdonságait. Itt persze nem csak a tényleges szagok, hanem a feromonok nevezett anyagok érzékeléséről van szó. Az állatvilágban ez sokkal határozottabban érvényesül, amíg mi az elmúlt évezredekben megpróbáltuk elnyomni, megváltoztatni, letagadni, vagy más, ennél egyértelműbb jelzésekkel helyettesíteni, ügyesen manipulálni és felhasználni.

## A szerető elomegásodása

Jó esetben a párkapcsolat kezdete az alfahím és a szerető szenvedélyes találkozása, az esetek nagy részében szerelemnek nevezzük. Érdekes, de szerintem a szerelem érzése lassabban alakul ki két független ember között, mert náluk a stabil, tartós kapcsolat keresése felerősíti a kritikai készséget. A nő a szeretőben egyben a stabil kapcsolatra alkalmas férfit is keresik. Ha hamar megtalálják ez bizony előrevetíti az omegásodás gyors kialakulását, és a szenvedély lanyhulását. A nők többsége tudattalanul is meglátja bennünk a szunnyadó omegát, ami hamar feléleszti a stabil kapcsolat igényét. Az ennek való átmeneti ellenállás a férfi részéről bizonytalanságot okoz, és kicsit elodázza az omegásodási folyamatot. A bizonytalanság viszont mindkét részről tüzezi a szenvedélyt, a meghódítás igényét, de a hiányzó stabilitás mindig feszültséget gerjeszt.

A szerelem időszakában a szexuális vonzalom nem lehet kérdés, persze adódhatnak tapasztalatlanságból vagy önértékelési zavarból adódó nehézségek, és ezek megoldása valóban fontos eleme a

szexuális kapcsolat stabilizálódásának. A plátói szerelem egy nagy marhaság, mert azt jelzi, hogy a valóságban hiányzik a szexuális vonzalom. A valóságban a szerelem a működő szexualitás talaján alakul ki. A szerelem mámorának alapvető biológiai célja a minél gyakoribb szexuális kapcsolat. Ennek érdekében a józan észnek ellentmondó időben, helyeken és módokon is vágyunk a találkozássra, a másik érintésére.

Ilyenkor nem érdekel bennünket mások véleménye, nevetségesen jelentéktelenné válnak a mindennapi problémák, a másik jelenléte feledteti a gondjainkat. Normál esetben ilyenkor érzéssel, intenzív párosodási kényszerrel érzünk. A szex ebben az időszakban gyakori és megnyugtató. A gondolkodásmódunk ilyenkor romantikus, az érzelmek vezérlik, biológiai késztetéseink uralkodnak, amit hormonok és feromonok közvetítenek, mindez a kötődést erősíti. Miről szólnak ilyenkor a konfliktusok? Elsősorban arról, hogy ki szereti jobban a másikat, hogy a vágy valóban kizárólagos-e irányunkba? Na, az igazi bajok általában ezzel kezdődnek.

A párkapcsolat érett fázisában (ez néhány hét, de legkésőbb 1-2 év után bekövetkezik) a romantika helyét fokozatosan átveszi a logika, a mindennapi élet praktikussága, a biológiai késztetéseket jelentősen átformálják pszichés állapotaink, hormonjaink a stabilitás, a kiszámíthatóság, a biztonság keresésére ösztönöznek bennünket. Így aztán tetszik, nem tetszik, a stabil párkapcsolat lényegi eleme lesz a folyamatos hazugság. Nos, itt nem arról van szó, hogy ezt akarjuk, de valahogy muszáj! Miért? A béke, a feleslegesnek ítélt konfliktusok elkerülése miatt. Van olyan, hogy a hazugság már a kezdetektől áthatja a kapcsolatot? Hajaj, de még mennyire, csak olyankor már indulóban sem a szenvedély, hanem az ész, a számítás diktál. Ebben a kölcsönös játékban a lényeg, hogy mindkét fél azt várja a másiktól, amit elképzelt, a tartós kapcsolatnak ez az egyik legerősebb pillére és egyben ismertetőjele. Konkrétan a kegyes hazugság...a nyers, bántó igazmondás helyett. A valós érzéseinket, elégedetlenségünket jobb esetben a legközelebbi barátokkal, rosszabb esetben (ez persze nézőpont kérdése) a potenciális szeretővel szokás megbeszélni. Akkor miért veszekszenek mégis olyan sokat a tartósan együtt élő párok? Hogy minél hamarabb kibéküljenek, és azt a szenvedélyesnek látszó szex pecsételje meg. Gondolják, hogy ilyenkor a tényleges problémák miatt tör ki a veszekedés? Soha, kizárólag mondvacsinált ürügyek robbantják ki!



Természetesen semmi sem ennyire fekete-fehér, de azért majdnem. Azt hiszem az a normális, hogy mi magunk mindig úgy érezzük, valahogy kivételek vagyunk. Mi nem így csináljuk, a mi párunk sem úgy működik, mint a többi.

A stabil párkapcsolatban is kialakul, jó esetben már a kezdetektől létezik egy baráti szál két ember között, akiknek közös élményeik vannak, akik a világ dolgairól és persze más emberekről véleményt cserélnek. Saját magunkról ez a fenti elvek alapján már nehezebb, de időnként legalább megpróbáljuk. Ha tényérok repülnek, ajtók csapódnak, akkor úgyis hamar abbahagyjuk.

Mit jelent modellünkben a piros keret? Ez a szexcsónak. Az adott párkapcsolatban a szex csak a csónakon belül szokott működni. Persze nem ugyanúgy, hanem a leírtak szerint szenvedélyesen, barátilag vagy kegyelemből.

## A megroggyant kapcsolat – hogyan tovább?

Az alfahím csendes átváltoztatása omegahímmé, sőt akár szemüveges kreténné igen fájdalmas is lehetne, de általában egyáltalán nem az. Nagy valószínűséggel a férfiak ezt sokáig észre sem veszik, a nők meg nem mondják meg nekik. A már eleve omegahímek és szemüveges kretének esetében szinte élvezetes. Cserébe viszont előbb-utóbb megkapjuk a tisztas családanya átváltozását tüzes szeretővé. Csak sajnos sohasem a családi fészekben. Ezt általában romantikus szenvedélyszósszal megbolondítva tálalják egymásnak az elszürkült kapcsolatból kikacsintó felek. Természetesen a leírt folyamathoz szükséges legalább minimális szintű csáberő, hogy a csábításra és az elcsábulásra esély legyen. Ennek hiányában gyakran előáll a tökéletes feleség vagy tökéletes férj, akinek misem könnyebb, mint örökre hűségesnek lenni, a csapnivalóan lapos



vagy akár teljesen megszűnt szexuális élet ellenére, hisz egyiket sem csábítja erre a kutya sem. Így bizony könnyű hűségeseznek maradni. Ezt ebben az esetben általában szokás is fennhangon hirdetni.

A tisztas családanya önbecsapásának lényege: a már ellaposodott szexnél valóban sokkal fontosabb a meleg családi légkör, a mindent megbocsátó szeretet, egymás megbecsülése és mások előtti bárgyú dicsérgetése. Az otthon jóllakottan rőfögő férfi viszont ragaszkodik a realista fásultsággal tartósított, kis befektetéssel nyerhető gazdaságos szex és a vasalt ruhák nyújtotta, „mindenünk megvolt” meghittséghez. Na persze idegen nők jelenlétében a férj rőfögése az igényes gerjedelem jele. Az általában viccesnek gondolt megjegyzések inkább otromba udvarlásá silányulnak. A szenvedélyszószra éhes asszonyoknál elért siker után általában pumaléptű hazaosonás következik néhány napra otthon is fokozott libidóval és apró ajándékokkal. Van magyarázat is: istenem néha előfordul az ilyesmi, nem nagy ügy, a lényeg, hogy mi összetartozunk. Az önfeláldozó férfi önbecsapása: neki csak rám van szüksége, talán össze is roppanna, ha elhagynám.

A fiatal, stabil párkapcsolat nélkül élő, önmagában, saját szexuális értékében és igényeiben is bizonytalan, emiatt szorongó nő igénye: kiszámítható, megbízható férfi, aki védelmet és biztonságot nyújt. Az önbecsapás következő lépése: a szex is jó vele, annak is kell lennie, mert olyan kedves tud lenni hozzám, jaj de jó. A középkorú, stabil párkapcsolat

ban élő, önmagát elfogadó, saját szexuális értékét és igényeit ismerő, emiatt már nem szorongó nő igénye: kiszámíthatatlan, megbízhatatlan, de vonzó szexuális partner. A hozzávaló szerelem könnyen előteremthető, csak épp egy kicsit gyors tűzön meg kell futtatni.

Mit tegyünk, hogy a partnerünk számunkra rossz tulajdonságait megváltoztassuk? Próbáljuk meg legalább részben átvenni őket! Osztózzunk bennük, így csökkentjük számunkra a kényszerítő erőt, hogy így tegyen! Meggyőződés, hogy kizárólag saját magunkon keresztül lehetünk képesek megváltoztatni másokat. Hatás-ellenhatás, akció-reakció, minden esetben kétoldalú a változás, csak az a különbség, hogy ki irányít. A legrosszabb, amikor senki.

Megoldódik-e az elromlott párkapcsolat válsága, ha megtaláljuk az okokat? Dehogyan oldódik! Az okok drámaian hasonlóak szinte minden esetben. A megoldásaink térnek el, azok lehetnek egyéni, bár itt is vannak jól körülírható sablonok (harmadik gyerek, lakásfelújítás, tánciskola).

Nem a gondolataink vagy az érzéseink tesznek bennünket jóvá vagy rosszra akár magunk, akár mások számára, hanem kizárólag amit teszünk. A valóságban mindig ez alakítja a gondolatainkat és az érzéseinket, a többi merő képzelgés. A párkapcsolat kritikus szakaszában nem lehet igazán jól vagy rosszul dönteni, csak dönteni vagy nem dönteni. Az utóbbi azt jelenti, mások döntenek rólunk.

# Eszeveszett mesék



**D**amián Szifron filmjének producere Pedro Almodóvar. Ez már előre jelzi, mire számíthatunk. A prológosban egy pszichiáter dörömböl egy zárt pilótafülke ajtaján, azt kiabálva:

„Te nem vagy semmiért felelős, mindenről a szüleid tehetnek”. Fél évvel a Germanwings gépének tragédiája után nem oly meglepő a folytatás. A film öt meséje az életből ellesett. Bár argentin a rendező, és Argentínában játszódik a történetek, ilyen mesék mifelénk is megesnek.

Például a parkolási mizériákról, jogtalanak tartott büntetésekről, autó-eltávolításokról szinte mindenki tud számtalan történetet. A jog nem igazságot osztogat, ezt is tudjuk. De az elemi düh, felháborodás, tehetetlenség, megalázottság és társadalmat átható korrupció szülte agresszió kifejezése keserű humorában már-már katartikus. Főleg, ha szenvedő alanya Buenos Aires legjobb robantomestere.

A második mese a társadalmi igazságtalanság, alávettség, politikai hatalommal való visszaélés

Ugye Önnel is megtörtént már, hogy elvitték a kocsját, mert tilosban parkolt? És az, hogy kiszólt az autójából és káromkodott egy otrombát? Arra persze valószínűleg soha nem gondolt, hogy egy ilyen megszokott hétköznapi történetnek drámai következményei lehetnek. Mert egyeseknél igen hamar betelik a pohár. Elszakad a cérnájuk, bekattannak, és innen már nincs visszaút. Stark András az egyik legnézettebb argentin filmet ajánlja figyelmükbe.

okozta keserűség népi „igazság-szolgáltatásáról” szól, egy éjszakai bisztróban.

Az autó, mint szelf-tárgy férfi identitás-protézise már Steven Spielberg klasszikus filmjében, a „Párbaj”-ban (1971) élet-halál-harc eszköze volt. Az erről szóló mese már igazi XXI. századi történet a leállíthatatlan erőszakról.

Az autó a modern ipari társadalom mindennapjait alapvetően áthatja, talán ezért is jelenik meg egy olyan történetben ismét, amelyben a korrupció gátlástalansága a pénzért megváltható élet drámája keserű nevetésre ingerlő tragikomikus hangon szólal meg.

A legutolsó mese egy esküvőről szól, ahol a „boldog” ifjú pár hihetetlen energiákat mozgósít annak érdekében, hogy mindket-

ten „tisztá lappal” kezdhessék közös életüket.

A fenti sorok nem csak azért talányosak, mert nem szeretném lelőni a történetek „poénját” – a filmművészetben ritka humora nem helyzetkomikumokra, poénonokra kihegyezett. Sokkal inkább társadalomlélektani körkép mai kultúránkról, amelynél még az állati ösztönvilág is sokkal hatékonyabban tudja szabályozni, kontrollálni az agressziót, emberi kapcsolataink destruktivitásához nem is hasonlítható. Pusztító indulataink irracionálisága, fékezhetetlensége, leállíthatatlansága, sőt félelmetes eszkáladása ma már hétköznapi örületeink meséje. A filmet feltétlenül ajánlom a tartalmas szórakozásra, nevetésre, elgondolkodtató élményre vágyó kollégáknak.



# Az alkoholbetegek és a nem létező állatok...



Bódi-Kiss Zsófia pszichológust már a pszichiátrián töltött első munkanapján lenyűgözte az alkoholbetegek semmivel össze nem hasonlítható világa. Mint mondja, rendkívül megérintő sorsok bontakoznak ki, és felemelő látni, hogyan kezdi egy önpusztító ember megszeretni önmagát. Érdekes és sok tanulságot rejtő kutatást végzett a szolnoki kórházban, melynek során a betegeket arra kérték, rajzolják le önmagukat és a betegségüket nem létező állatokként.

elvégeztem egy posztgraduális szervezetfejlesztő tanácsadó- és trénerképzést is.

## **Mindezt Szolnokon?**

– Nem, ezek a munkák Budapesthez kötődtek, akkor ott éltünk a férjemmel. Két és fél-három évvel ezelőtt a férjem munkája miatt költöztünk Szolnokra, gyerekkori álma vált valóra, amikor egy Jász-Nagykun-Szolnok megyei cégnél helyezkedett

– Már a gimnázium elején tudtam, hogy pszichológus szeretnék lenni. Édesanyám is pszichológus, igaz, ő a pedagógiai szakpszichológia területén tevékenykedett, mégis sok kérdéssemre tudott választ adni, amikor a gimnazistaként a még oly misztikusnak és megfoghatatlannak tűnő pszichológia világáról, vagy a szakember munkaköréről kérdeztem.

## **Mikor kezdtél érdeklődni a klinikum iránt?**

– Klinikai és interperszonális szakirányon végeztem a Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológia szakán 2010-ben. Az egyetemi évek alatt a kriminálpszichológia területén szerettem volna elhelyezkedni, így diploma után egy fogvatartottakkal és szabadultakkal foglalkozó civil szervezetnél kezdtem el pszichológusként dolgozni. Az ezt követő másfél évben szervezetfejlesztőként és trénerként bővíthettem pszichológusi tapasztalataimat, igaz, civil környezetben – közben

el fejlesztő mérnökként. Azóta – márciusban – megszületett első gyermekünk, Blanka. A városba ismeretlenként érkezünk, mindketten Szabolcs-Szatmár-Bereg megyéből származunk. Szolnokon a kórház onkológiai osztályára kerültem először, és egy ideig párhuzamosan dolgoztam itt, és a pszichiátriai osztályon, egy év után azonban már teljesen biztos voltam abban, hogy a pszichológia klinikai területe iránt szeretnék elköteleződni. Mivel Driesz Márta megbízott osztályvezető főorvosnő is nyitott volt rá, teljes állást kaptam a pszichiátriai osztályon.

## **Ehhez persze továbbképzésre is szükség volt...**

– A pszichológusi alapképzés – 5 év egyetemi képzés – ahhoz nem elég, hogy diagnosztizált betegekkel is foglalkozunk, így időközben ismét beiratkoztam az egyetemre és a négy éves felnőtt klinikai és mentálhigiénés szakpszichológus képzés negyedéves hallgatója vagyok, már közel a szakvizsgához. Az elmúlt években egy 300 órás kurzus keretében, NLP tréner képzettséget is szereztem.





### Hogyan kerültek fókuszba az alkoholbetegek?

– Az első munkanapomon egy „véletlen” folytán Fróna Erika mellé kerültem csoportvezetőként a szenvedélybeteg csoportba. Először megijedtem a feladattól, de az első hét végére teljesen megfogott az alkoholbetegek semmivel össze nem hasonlítható működése. Itt ragadtam, és igyekeztem csoportvezető társamtól mindent ellesni, ami az addiktológiai betegek kezelését illeti. Sajnos az alkoholbetegek populációja sok szempontból még az egészségügyben is periférián mozog. A mi osztályunk azonban ugyanolyan kitüntetett figyelmet fordít a szenvedélybeteg kezelésére, mint a depressziós vagy éppen szkizofrén betegekére. Az alkoholbetegekkel való munkában azt szeretem a legjobban, hogy a betegek életét talán leginkább meghatározó lelkiismereti-bűntudati konfliktus miatt nagyon jól lehet velük dolgozni, rendkívül megérintő történetek és sorsok bontakoznak ki. Felemelő érzés látni, tapasztalni és részese lenni, hogy egy addig önmagát gyűlölő vagy pusztító ember hogyan kezdi el lassacskán ismét megismereni és megszeretni régi önmagát. Ehhez persze nagyon sok időnek kell eltelnie, és nem is mindenki jut el ide. A betegség „rákfenéje” a motiváció hiánya és a szer ereje a gyógyulási folyamat ellenpontjaként.

### Egy nagy volumenű kutatásban vizsgálókat is az alkoholbetegek rajzait.

– A kutatást Jakab Krisztina pszichológus kolleganómmal végeztük. Krisztina körülbelül egy éve csatlakozott az osztályunkhoz. Mivel a napi két csoport után mi magunk is szakmai megbeszélést tartunk, folyamatosan azon gondolkozunk, hogyan lehetne még hatékonyabbá tenni a munkánkat. Végül egy kísérleti fázisban lévő rajzteszthez nyúlunk. A betegek feladata az volt, hogy rajzolják le önmagukat és betegségüket nem létező álla-



tokként. A rajzok értelmezése közben feltárhatóvá vált, hogy az alkoholbetegek hogyan definiálják magukat a betegségük tükrében, rendelkeznek-e betegség tudattal, hol tartanak a felépülési folyamatban, milyen a terápiai motivációjuk, valamint betegségükről alkotott képük. A nem létező állatrajz alapján nyert információk rendkívül hasznosan beilleszthetőek a szenvedélybeteg osztályunkon folytatott terápiai folyamatába.

### Van-e a szakmában példaképed? Kí az, miért, milyen hatást gyakorolt rád?

– A rajzelemzés tekintetében mindenképpen Hárdi István és Vass Zoltán tanár urak nevét emelném ki, akik alázatra tanítanak a rajzok értelmezése terén. Arra, hogy nem elég egy rajzot tekinteni, a folyamat részévé kell válni, jelen kell lenni a rajz készítésénél, minden lehetséges információt meg kell szerezni a rajzolóról, több rajzot kell egyszerre szemlélni, és a részleges és globális elemzések értelmében 600–700 tekintetből kell megvizsgálunk az adott produktumot. A módosult tudatállapotok ter-

piája tekintetében Bíró Gyula képző terapeutát említeném, összességében pedig egyetemi intézetvezetőnket, Bagdy Emőket, aki hatalmas inspirációként tudta átadni szakmai szellemiségét, lelkesedését és pszichológia iránti elköteleződését.

### Mit hoztál otthonról?

– Háromgyerekes család közepeső gyermeke vagyok, két lánytestvérem van, mindketten közgazdászok, és HR-es területen dolgoznak. Édesapám doktori címevel rendelkező kutató, egyetemi tanár, aki szabadidejében hagyományörző tevékenységet folytat, édesanyám pedagógiai szakpszichológus, és 20 éve sikeres üzletvezetőként dolgozik.

### Tervek?

– Ami a szakmát illeti, egyelőre a klinikai szakképzés befejezése a célom, tehát a sikeres szakvizsga, majd a képi kifejeződé-pszichológia témakörében szeretnék PhD dolgozatot írni. Rengeteg ötletem van, elsősorban a pszichológiai tanácsadást szeretném elérhetőbbé tenni minden társadalmi réteg számára. Hiányterületek feltöltésében gondolkozom, de ez még a jövő zenéje. Jelenleg kisbabánk és az ő nevelésével kapcsolatos gondolatok foglalkoztatnak leginkább. Az elkövetkező években a gyermeknevelést, a szüleinktől kapott értékek és elvek átörökítését tartom legfontosabb feladatomnak.

Vámos Éva

# A Lipótmező atyja



A XIX. század második felében Magyarországon is megérett a helyzet, hogy az orvostudomány az elme gyógyításával is foglalkozzék, létrejöttek a magán elmeegógyintézetek. A pszichiátria és a neurológia kiemelkedő elméleti és gyógyító orvosai közül Schwartzter Ferencet a magyar tudományos elmekórtan megalapítóját mutatja be önöknek Nagyné Dubay Éva sorozatában.

**S**chwartzter Ferenc (1818. november 24 – 1889. március 2.) a Somogy megyei Babarcon született, ahol atyja uradalmi kádár volt. Orvosi tanulmányait a bécsi egyetemen végezte, 1844-ben szerezte meg oklevelét. Magyar anyanyelvén kívül beszél latinul, németül, szerbül, franciául és tanult olaszul. A diploma megszerzése után a bécsi kórház elmeosztályán kapott állást Viszánik Mihály főorvos mellett. Erről a nagy tudású, magát magyarnak valló kiváló orvosról is érdemes megemlékeznünk, hiszen őt tekintik az osztrák elmeügy reformátorának. A bécsi Egyetemen az elmekórtan „akadémiai tanára” volt, működése alatt a hírhedt „Narrenturm”-ba bevonult az új kor szelleme. Lehullottak a bilincsek, megszűntek a börtönszerű cellák és megkezdődött az elmebetegek hasznos munkával történő foglalkoztatása. Viszánik volt Schwartzter Ferenc tanítómestere.

Schwartzter Ferenc 1846 áprilisában pályázik a még nem is létező tébolyda fő-, vagy első orvosi állására. Kinevezési kérelmében hangsúlyozza, hogy egész igyekezetét és érdeklődését az elmeegógyászatnak szentelte és ideiglenes minőségben is hajlandó a tervbe vett intézetnél szolgálatot vállalni.

A Helytartótanács, annak érdekében, hogy megszervezzenek egy Magyarországon felállítandó

elmeegógyintézetet, 1848-ban államköltségen külföldre küldte Schwartztert, hogy tanulmányozza a német, a belga, az angol és a francia elmeegógyintézeteket. Tapasztalatai alapján 1848 őszén benyújtott egy tervet a magyar kormánynak a magyar elmeegógyintézet megszervezésére. Magyar elmebetegügyről a XIX. század első felében még alig beszélhetünk, bár az 1790–92-i országgyűlés óta szinte állandóan törvényhozásunk napirendjén volt a tébolyda ügye. Ezt a problémát azonban a következő fél század sem oldotta meg, bár javaslatok sokszor elhangzottak, sőt egyesek nagy adományokkal igyekeztek az egyre sürgetőbbé vált kérdést a megvalósulás felé terelni.

Az elmebetegekről legfeljebb annyiban gondoskodtak, hogy a kórházakban egy-egy cellát építettek számukra, ami országosan mintegy 80 beteg elhelyezését tette lehetővé. A Rókus-kórházban „négy sötét kamrában” helyezték el őket. Pest város alpolgármestere még 1851-ben is jelenti, hogy a Rókus-kórházban a „mindössze 8 kis szobából álló örültek osztálya” semmiképpen nem felel meg hivatásának, mert abban sem a felügyelet, sem a gyógyítás lehetősége nincs biztosítva. Még égetőbbé vált a kérdés, amikor kormányrendelet eltiltotta magyarországi elme-



betegek ausztriai intézetekbe való felvételét. Pedig Ausztriában a már korábban említett bécsi „Narrenturm” mellett az újabb korszellemnek megfelelő intézetek is épültek.

Schwartzter a szabadságharc kitörésekor 1848 októberében hazajött és a harcok alatt végig, mint törzserős szolgált Guyon Richárd tábornok csapatában. A világosí fegyverletétel után az üldözések elől külföldre menekült. Bejárta Franciaországot és megismerkedett az elmeegógyászati intézményekkel. 1850-ben tért haza Magyarországra és ekkor alapította meg Vácon magán-elmeegógyintézetét, mely akkor az első ilyen intézet volt hazánkban. 1852 januárjában Budára helyezte át, a Kékgolyó utcába, ahol ez az intézet közel 100 éven át működött.

dött. Közben külföldön szerzett tapasztalataira támaszkodva elkészíti tanulmányát egy tébolyda létrehozására.

Sorra veszi a tébolyda építésénél szóba jöhető helyeket. A Kamaraerdő nagy távolsága, valamint a talajvíz magas szintje miatt alkalmatlan. A Ferenc dombja és Szép Juhászné ellen szól a nehéz megközelítés, a vízhiány és a viharoknak kitett fekvés. Legalkalmasabb a Lipót mezeje, amely aránylag jól megközelíthető, kies fekvésű és északi szelek ellen védett, vize is bőven van. Fontos szempont az is, hogy Buda városa ezt a területet még 1829-ben ingyen ajánlotta fel tébolyda céljára, a szükséges kő és mész ingyenes juttatásával együtt.

Schwartzter Ferenc lipótmezei terve részletes javaslatokat tartalmaz az épület célszerű besztására, az osztályok elkülönítésére, az orvosi lakásokra és ápolói felügyeletre vonatkozóan. Gondoskodik a munkaterápia megszervezéséről, a megfelelő műhelyek felállításáról. A nyugtalanok és tisztátalanok különválasztása, a figyelőszobák külön gondoskodásának tárgyai. Hangsúlyozza, hogy minden börtönszerűséget kerülni kell. Végül a lipótmezei tébolyda az ő tervei szerint készült és az ő felügyelete alatt épült fel.

Schwartzter 1860-tól 1866-ig a pesti egyetemen az elme- gyógyászat magántanára volt.

1878-ig állott az intézete élén és ekkor annak vezetését fiának Schwartzter Ottónak engedte át. A helytartótanács kinevezte az állandó közegészségügyi bizottság tagjává, itt több éven keresztül az elme- gyógyászati ügyek előadója volt. 1864-ben Buda város képviselőjévé választotta. Megkapta a királyi tanácsosi címet, a Ferenc József-rendet, valamint a tudomány és művészeti aranyérmét. Tagja volt az Országos Közegészségügyi Tanácsnak is.

1852-től tevékeny irodalmi szakmai munkásságba kezd, dolgozatai a „Zeitschrift für Natur und Heilkunde in Ungarn” című folyóiratban jelennek meg. Az elmebetegeknek törvény előtt való megítéléséről szóló dolgozata az első ilyen cikk irodalmunkban. Több cikket közöl az elmeorvosi vizsgálat módszereiről, az elme- gyógyászat oktatásáról, az intézeti beszállítás indokairól és módjairól. Legjelentősebb műve „A lelkibetegségek általános kór és gyógytana”, amely 1858-ban jelenik meg és egy új korszakot jelent elmeorvoslásunk történetében, a könyv felöleli az akkori elme- gyógyászat egész tudásterületét.

A bécsi és budapesti királyi orvos egyesület, a királyi magyar természettudományi, a német elmekórtani és a törvényszék lélektani társulat tagja volt. A Gellért-hegy fásítása is az ő nevéhez fűződik, hiszen ő kezdeményezte.

Emberi értékét erősíti, hogy olyan férfiak sorolták barátaik körébe, mint Eötvös József, Deák Ferenc, Balassa János és Semmelweis Ignác.

Orvosi egyéniségét határozott céltudatosság, törhetetlen akarat, az elmeügy iránt való lankadatlan lelkesedés, és egészséges gyakorlati érzékkel párosult szervező erő jellemzi. A betegek mindenkor érezhették közvetlen, mély emberszeretettől áthatott lényét, ami titka volt orvosi sikereinek.

Forrás:

Wikipedia,

Dr. Horánszky Nándor:

Schwartzter Ferenc és Schwartzter Ottó jelentősége a magyar pszichiátria történetében

