

Lélekemelő

pszichiáterek egymás között

*„Egész Erdély
különleges”*

*Pszichiátria és
kultúra*

A Live és az Extra

*Semmelweis Ignác
rejtélyes élete
és halála*

képek
hangulatok
könyvek





Tartalom

CSALÁDERŐSÍTŐ „A legfontosabb módszerem a szeretet”	04
SPORTPSZICHOLÓGIA A játékosság kezd eltűnni az olimpiából...	06
LÉLEKEMELŐ A Live és az Extra	09
LÉLEKEMELŐ LIVE Hipnózis bagateltek és válogatott vendégoldalak!	13
CSÍKSZEREDA „Egész Erdély különleges”	16
APÁM NYOMDOKÁN „Félszavakból megértjük egymást...”	18
KÖNYVAJÁNLÓ Ölni vagy ölelni	20
SPIRITUALIZMUS Archetípusom a bohóc...	22
LÉLEKEMELŐ EXTRA Egymás fölé kerekedni, avagy teljesítménykényszer az ágyban	24
BEMUTATKOZÁS „A leánykérés egy gyalogtúrán hangzott el”	26
ŐSZI PSZICHIÁTRIAI NAPOK Pszichiátria és kultúra	29
OKNYOMOZÁS Simmelweis Ignác rejtélyes élete és halála	32
ORVOSTÖRTÉNELEM A pszichiáter, aki töltőtollra cserélte a fehér köpenyt...	34



Simmelweis 32



Kedves Olvasó!

Sziránek, A híres ismeretlen, Senki többet. Ebből a három egész estés filmből választhattunk az Őszi Pszichiátriai Napok Filmklubjában. Az én szavazatomat azzal nyerte meg Gerevich József, hogy Geoffrey Rusht a világ legjobb színészeként aposztrofálta. És valóban az Oscar-díjas és Golden Globe-díjas ausztrál színész remek. Szóval a 2013-as Tomatore film volt a befutó Ennio Morricone zenéjével, és a David di Donatello-díjjal.

Főszereplője az öregedő, de szakmájában celebnek számító sztár aukcióvezető, aki miközben profi módon irányítja a licitáló közönséget, luxuskörülmények között él, páncélszoba védi a falon díszelgő vagyonokat érő női portréit – ezzel ki is merül az egykori lelenc gyerek minden kapcsolata a nőekkel –, amiket simlis barátja (Donald Sutherland) segít megszerezni általában bagóért az aukciókon. Puccos étterem, magányos vacsorák, hajbókoló pincérek és üzletfelek, valamint tisztaságmánia és állandóan viselt kesztyű.

Ezt a sarkos, tökéletesen zárt világot kavarja fel Claire a gazdag örökös, aki szintén mentálisan sérült: agorafóbiás. 15 éve él kastélya teljes száműzetésében bezárkózva saját szobájába. A gazdag örökös szülei halála után felhívja Virgilt, és valósággal könyörög kegyeiért, mondván anyja és apja egyetlen emberben bízott, csak ő képes felbecsülni a hagyatékot, az értékes műkincseket, és ez nem más, mint ő. Megismerkednek, és a zord férfi szép lassan nemcsak a pincében talált középkori fogaskerekek, hanem a gyönyörű, fiatal nő megszállottja is lesz, és szép lassan kicsalogatja Clairet a szobájából. Nagy csoda ez, hiszen a lány eddig csak a zárt ajtó biztonsága mögül válaszolt kérdéseire. Az öregedő Virgil beleszeret megbízójába, élete első hús-vér nőjébe, és még a kesztyűjét is leveszi.

Nemcsak a betonkalitkába zárt milliókat érő festmények mutatja meg szerelmének, de engedi, hogy Claire a festmény nők helyébe lépjen. Azt hisszük, hogy egy fura, szabálytalan romantikus komédia képei peregnének a szemünk előtt. Csakhogy hirtelen valóra válik az agyunkban motoszkáló sejtés: szemfényvesztés az egész. Egy bűnbanda cselszövése a több millió dolláros képek megszerzéséért.

Az egyik tanulság: az érzelmek éppúgy hamisíthatók, mint a műtárgyak.

A másik, hogy Virgil végül is – hogy ez jó, vagy rossz neki, döntse el ki-ké saját maga – kiszabadult maga épített torz kis világából, lerombolta a saját maga által felhúzott falakat, és semmi akadály, hogy beilleszkedjen a másik világba. Majdnem azt írtam, hogy a normálisokéba, bár tudom, hogy ezzel a fogalommal illik csínján bánni.

Hogy mit tartogat Önöknek a Lélekemelő? Kedves, okos, hivatásszerető emberek portréit, gondolatait. Pászthy Bea a családban hisz – legfontosabb módszere a szeretet –, Rigó Péter pedig a spiritualizmusban, élete egyik meghatározó élménye a tibeti buddhista kolostorok és szerzeteseik világa. Budavári Ágota sportpszichológus az olimpia apropóján elmondja, hogy változnia kell az edző és a versenyző kapcsolatának, és az is kiderül, hogy az Oláh Gusztáv-díjas Bender Zsuzsa hivatásáért a leghálásabb a sorsnak, Hal Viktor jóvoltából, aki pszichológus lányával és pedagógus feleségével közösen kutat, megtudhatjuk, hogyan működik egy családi pszichoteam. Melinda lánya beavat bennünket a vasárnapi családi ebédek rejtelseibe, és azt is elárulja, hogyan hidalják át a földrajzi távolságot. Osváth Péter egész egyszerűen szereti George Simenont, most

„Az özvegy” című bűnügyi történetét ajánlja figyelmünkbe. És persze nem maradhat ki a Lélekemelő Live és a Lélekemelő Extra sem. Piling János „Egymás fölé kerekedni, avagy teljesítménykényszer az ágyban” előadásáról részletesen is olvashatnak, de felidézük Kovács Ambrus hipnózisbagatelljei születésének hátterét is.

Jó olvasást és persze szép, áldott, meghitt karácsonyi ünnepeket kíván Önöknek a szerkesztőbizottság nevében is:

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:

Turjánny Katalin

Munkatársak:

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

Tördelőszerkesztő:

Tusor Ildikó

**A lap orvosok és egészség-
ügyi szakdolgozók számára
készül, terjesztik:**

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



„A legfontosabb módszerem a szeretet”



Egy jó portrét megrajzolni, megfesteni – művészet; egy arcot hűen ábrázolni, az egyént betűkből megrajzolni – nehéz vállalkozás. De a feladat fordítva is igaz, legalábbis, ami az újságírói szándékot illeti. Képzelsen el az olvasó egy pakli kártyát, amelynek minden lapjáról ugyanaz a tekintet néz szembe, de a kép aláírása mindegyiken más. Pászthy Bea esetében a helyzet még különlegesebb. A „kártya” egyik oldalán dús szőke haj, nyílt, mosolygó tekintet, elbűvölően csillogó szemek. A másikon ugyanazon személy különböző szerepekben: csecsemő- és gyermekgyógyász, klinikai farmakológus, pszichoterapeuta, magatartásterapeuta, szakmenedzser, kongresszus szervező, egyetemi tanár, gimnáziumi előadó, szaktanácsadó, továbbá camino (gyalogos zarándok), hobbi kertész és alkalmi szakács.

Tanulmánya első lett az országos diák pályázaton, felvételi nélkül felvették az egyetemre, de ő nem irodalomtanár, hanem orvos akart lenni. Az is lett, a család ellenében is. 1991-ben diplomázott, és egy év múlva már ösztöndíjas-ként, szakorvos jelöltként tanult és kutatott Nagy-Britanniában. Gyermekorvosként kezdte a pályafutását, később azonban további szakvizsgákat tett le, attól függően, hogy éppen mi volt az az új, mi volt az az érdekes és fontos, amit megtanulhatott, illetve aztán taníthatott. Bea asszony három, rendszeresen megrendezésre kerülő továbbképző tanfolyam megálmodója és szervezője, nevéhez fűződik a továbbképzés Gyakorlati Gyermekpszichiátria Gyermekorvosoknak (2005-től), a Magyar Evészavar Kongresszus (2006-tól) és a Háziorvosok Pszichiátriai és Pszichoszomatikus Akadémiája (2015-től). Úgy tetszik, sorolhatnánk a végtelenségig Pászthy Bea szakmai tevékenységének különféle formáit

és fórumait, a hazai gimnáziumi óráktól a nemzetközi szervezetekben betöltött funkciókig; ehelyett azt kérem, beszéljen most főleg arról a témáról, amely vissza-visszatér előadásában: a család egészségéről, a család szerepéről a jövőendő nemzedékek életének alakulásában. Felvetem, hogy a hivatalos statisztika szerint a házasságkötéseknek több mint fele válással végződik Magyarországon, a gyermekek nagy része nem családban születik. **Miként lehet a jövőendő nemzedék felnevelésének alapja az az intézmény, amely maga is súlyos válságban szenved?**

– Nem szeretném túlhangsúlyozni, mennyire fontos az egészséges család, mert azzal ráijesztenék a gyerekekre. Előadásaimban, terápiáimon is úgy szoktam fogalmazni, hogy a szülők, mint házaspár, elválhatnak egymástól, hiszen valamiért nem működik a kapcsolatuk, de mint szülők egy életre összekötődnek. Én ezt a szülőpárost szeretném

erősíteni abban, hogy egészséges gyereket neveljenek. A gyermekek számára nagyon fontos a valahová tartozás érzése, s a családon kívül korunkban más lehetőség nem nagyon van. Valamit nagyon meg kellene változtatni. Én magam azon vagyok, hogy változtassuk meg a világot, de ezt csak a betegekben keresztem tudom. Emellett ezért rengeteget járok előadásokat tartani, mert hiszek a megelőzésben. Az iskolai programom címe az: „Hogy vagy?” A kérdés az, képes-e fogalmazni a gyerek, hogy van, mert ha igen, akkor már tud segítséget kérni, és nem droggal, alkohollal, promiskuitással, evészavarral, stresszeléssel kompenzálja magát. Az a baj, hogy a fiatalok nincsenek tisztában magukkal, nem tanítjuk meg őket sem a testi, sem a lelki változásokra. Például egy menstruáció ma nálunk tragédia a kislányoknak: havi bajnak hívjuk, régen virágzásnak nevezték. Azt igyekszem megértetni, saját lányomat is arra tanítottam, hogy ebben a virágzásban benne

Pro Familiis-Díj – 2015. május 26.

Szociális és családügyi területen végzett kiemelkedő tevékenységéért, a mentális zavarokkal küzdő gyermekekért és családjaikért végzett évtizedes munkájáért Dr. Pászthy Bea gyermekorvos, gyermekpszichiáter, pszichoterapeuta és családterapeuta Pro Familiis-Díjat kapott. Az egyetemi docens 2004-ben alapította az I. Sz. Gyermekgyógyászati Klinika Gyermek- és Serdülőpszichiátriai Osztályát, ahol azóta is sikeresen látják el a mentális zavarokkal küzdő gyermekeket. Az osztály országos hírnevet szerzett a pszichoszomatikus betegségek és a pervazív zavarok diagnosztikájában és gyógyításában.

Dr. Pászthy Bea a kitüntetés átvételekor elmondta, hogy a család bevonása rendkívüli jelentőségű a beteg gyermekek gyógyításában. „Mi a mentális zavarok és betegségek szakértői vagyunk, a gyermek szakértője azonban maga a család, ahol felnevelkedik. Ez az a közeg, ahol a gyermek betegsége kialakul, ugyanakkor gyógyulása is itt valósulhat meg, ezért a gyógyító team tagjai közé sokszor bevonjuk a családtagokat is” – fogalmaz. A docens szerint az így végzett családterápia nagy körültekintést, gondosságot és tervezést igényel, azonban hosszú távú állapotjavulást vagy teljes gyógyulást eredményezhet nem csak a beteg gyermek, hanem az egész család számára is. Tapasztalata szerint a szülők, családtagok szakértőként való megszólítása csökkenti a gyermek betegsége körül kialakult bűntudatukat és jelentősen növeli a motivációjukat, illetve azt az erőt, hogy maguk is tehetnek gyermekük egészségéért.”



képvisel más vonalat a szakásosnál?

– Nem tudom, mennyire különbözök másoktól, de például a művészeteket nagyon tudatosan használok kezeléseim során. A gyógyítás és a művészet az életem nagyon fontos része. Vallom azt, hogy a gyógyítás – művészet, és a művészettel (zenével, festészettel, mesével) lehet gyógyítani. A legfontosabb módszerem azonban a szeretet. Az orvos csak akkor tud hatékonyan gyógyítani, ha a tudását és a szeretetét adja át a páciensének.

Még egy „intim” kérdést engedjen meg. Ön hihetetlenül magas fordulatszámra él. Nincs szükség arra, hogy kikapcsoljon időnként?

– Van, s ennek a módja az, hogy időnként teljesen magányosan elvonulok. Egyedül teszem meg például a camino nevű spanyolországi zarándokutat kéthárom évenként. Itthon pedig el-elrejtőzöm a Balaton felvidéki házunkban. Ott vár rám a konyhakert, amelyben árok, ültetek, gyomot irtok, és megtermelem szinte családunk egész évi zöldségigényét. Az is előfordul, természetesen, hogy meghívunk oda barátokat, nagyokat főzünk, s kóstolgatjuk az északi part jó borait.

Csák Elemér

van a jövőbeni anyaság ígérete; És ő soha nem maradt ki az óráról, neki nem fájt a hasa, mert a dolgot sikerült átlényegíteni.

A másik az önbizalom. Ha tudom, mire vagyok képes és mire nem, ha igenis merem vállalni, tisztában vagyok azzal, hogy én ki vagyok, nem csatlakozom azért egy társasághoz, mert a többiek szípozni akarnak. Elmondok példaképp a középiskolásoknak, hogy az a „kül”, ha tudok jókat főzni, és nem a készen kapott kotyvalékot eszem; hiszen az is összefügg az evészavarokkal, hogy mit eszünk meg testi és szellemi értelemben. Zárójelben megjegyzem, hogy e téren is szeretnék még tanulni, és az igazi szakácmesterség megismeréséhez még az idén egy hétre elmegyek egy neves séf konyhájába. Minderről beszélek a pedagógusokkal is, mert a magyar iskolarendszer a legkevésbé sem alkalmas a kreativitásra és iszonyúan sok szorongó gyereket termel ki.

Nem magányos szélmalomharcaz? Hány előadást tud megtartani egy évben? – hitetlenkedem.

– Nem vagyok telhetetlen. A Biblia is azt mondja, meg a Talmudban is le van írva, hogy ha egyet megmentettél, a világot megmented. Ha egy összevont iskolai előadáson száz-százötven diák vesz részt, tíz-tizenöthöz legalább eljut az üzenet, de most szeretném megsokszorozni azzal, hogy egy honlapot tervezek; ehhez keresek most támogatást. Felmértük és látjuk például, hogy a gyerekek 60–70 százaléka így szerez információkat a testéről. A gyerekeket saját nyelvükön kell megszólítani; arra kell törekedni, hogy az, aki érdeklődik, a jó információt kapja meg, s ne a rossz. Ehhez véleményem szerint fel kellene építeni a többi között egy konzultációs hálózatot, amely minél hamarabb eljuttatja a gyerekeket oda, ahol segítséget kaphatnak. S nem csak a pszichiátriai betegeket. Most még én megyek hozzájuk meg a kollégáim, de ha kiépül egy hálózat, megfelelő kezelés után már keresni fognak minket a rászorulóknak.

Mint pszichoterapeuta módszereiben, eszközeiben mennyire

A játékosság kezd eltűnni az olimpiából...



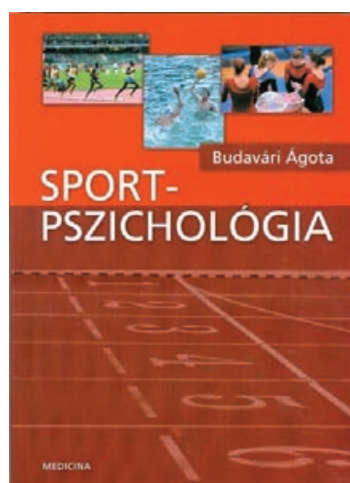
„A sportpszichológia ma is mostohagyermek a pszichológiának. Speciális képzése, oktatása egyik felsőfokú oktatási intézményben sincs jelenleg, bár több egyetem fontolgatja a szakalapítást. Sokan talán még ma is vitatják önállóságát a pszichológián belül, inkább úgy vélekednek, hogy a pszichológiai ismeretek alkalmazását jelenti csupán a sport terén.” Írja a 2007-ben megjelent, Sportpszichológia című könyvének ismertetőjében maga a szerző, Budavári Ágota. Az Országos Sportegészségügyi Intézet klinikai

szakpszichológusa, a '70-es évek óta foglalkozik sportpszichológiával, hazánkban az elsők között kezdte el a klinikai szemléletű vizsgáldást és kezelést az élsportolók körében.

A sportpszichológiát különálló tudományként kell kezelni?

– Meggyőződése, hogy ez nem egy önálló tudományág, hanem sok mindent, a pszichológia kutatási anyagából és tudásából alkalmazunk egy speciális közzegre, tehát ez egy alkalmazott tudomány. Azt a világot, amiben dolgozom, megpróbálom nemcsak a sportolók vizsgálatára redukáltan szemlélni, hanem a nagy kontextusában is, az edzőkkel is főleg, akik a lélektani térben együtt vannak a játékosokkal, a sportolókkal. Nekem legalább annyira fontos az edző személyisége, mint a sportolóé. Az edző és a versenyző-, az edző és a szülő-, illetve a versenyző és a szülő kapcsolata – ez a hármas összefüggés meghatározó, ezért mindig egyikre odafigyelek és igyekszem is találkozni ennek a „háromszögnek” minden résztvevőjével.

Beszélgetésünk aktualitását a nemrég lezajlott olimpiai játékok adják. Mennyire „kemény” az olimpiára történő felkészülés/felkészítés időszaka?



– A mai élsportban folyamatos versenyzetetés zajlik, olyan mértékű, amit talán egy átlagos szurkoló nem is sejt. Az olimpiára való kijutás 1–1,5 évvel az azt megelőző időponttól indul el. Ez egy úgynevezett pontgyűjtő időszak, amelynek során a sportolók gyakorlatilag versenyről versenyre „esnek be” egyik helyről a másikra. Nincs egy kiemelt verseny, mindegyik hihetetlenül fontos, mert pontokat kell gyűjteniük.

Ez alatt a hosszú időszak alatt iszonyatos terhelésnek vannak kitéve a 12–14 edzéssel egy héten. Két edzés között a napjuk csak azzal telik, hogy egyenek

és pihenjenek, hogy a következő munkát maximálisan tudják teljesíteni. Ez a crème de la crème, az élete, vagyis az élsport csúcsa, 300–400 ember tartozik ide. Ezt a hosszú próbátétel-sorozatát csak ügyes pihentető taktikákkal, ügyes életritmus-beállítással lehet maximálisan teljesíteni, a pszichológus ebben is tud segíteni, például, hogy a versenyzők merjenek pihenni! Sok esetben még mindig a mennyiségi és nem a minőségi edzés a jellemző. Ezért aztán nekem folyamatosan „győzködnöm” kell a sportolókat arról, hogy a pihenés legalább annyira része a felkészülésnek, mint maga a munka, amit elvégez. Ezt nagyon nehezen fogadják el ők és az edzők is. Pedig a sport iránti túlfutottságot olyan szintre kell beállítani, amikor még regenerálódni tudnak, amikor még van kedvük ahhoz, amit csinálnak! Több évtizedes tapasztalatból mondom, hogy a versenyzéshez egyfajta bizsergető kedv kell, hogy a versenyző érezze, hogy szívesen megy oda a pódiumra szerepelni! Én ezt



az élvezetet, versenyzési kedvet, vagy, ahogy a vívók mondják, „pengeéhséget” igyekszem előcsalogatni.

Előcsalogatni? Miért, van, aki nem szeret versenyezni?

– Tudja, ebből az örületes edzőmennyiségből sokszor az adódik, hogy az edzést izzadságszagúan kikényszerített fegyelemmel végzik, de ez az olimpián kevés. A versenyzési kedv fenntartása nagy „varázslat”, amit a pihentetés mellett könnyedebb, vagy másfajta edzésekkel lehet elérni, és soha nem szabad elfelejteniük azt, hogy ez egy játék! „Olimpiai játék”, „Olympic games”, „Jeux olympiques” – minden nyelv őrzi az olimpia lényegét! Sajnos azonban az élsport annyira professzionizálódott, annyira pénzcentrikus lett, annyi kereskedelmi ág települt erre rá, hogy éppen ez a fajta játékoság kezd eltűnni belőle, pedig a professzionális sportnak is örömet kell(ene) okoznia.

Jól sejtem, hogy a felkészülés eredményességét, illetve akár a versenyen nyújtott teljesítményt a közvetlen környezet, a család is nagymértékben meghatározza? Arra gondolok, hogy ők milyen mértékben támogatják a sportolót, és mennyiben fogadják el, hogy a fiuk/ lányuk/ feleségük/férjük napja az edzésből-évésből-pihenésből áll...

– Nagyon sok múlik rajtuk! Van egy sajátos jelensége a ma-



gyar sportnak, hogy házaspárból adódik a versenyző és az edző is – a férjek az edzők és a feleségek a sportolók. Kozák Danutát, Hoszszú Katinkát, Zsivoczky-Farkas Györgyi atlétát, Fazekas-Zur Krisztina kajakozót – mindegyiküket a férje edzi, mindannyian nagyszerű eredményeket értek el, és ez korántsem véletlen! Ha a család egy biztos érzelmi háttérrel ad, az egy óriási plusz. Ilyen szakmai tudást kell átadni, hiszen ezek a sportolók mindent tudnak. Itt már csak ez a feladat, hogy a versenyző érzelmi-pszichológiai biztonságát megadják, és védjék őket mindenféle frusztrációtól. Olyan ez, mintha egy jól képzett orvosról beszélnék; fontos, hogy amikor az orvos bemegy műteni a műtőbe, akkor ott lásson bátorító tekinteteket, akár már kint, amikor bemosakszik, lássa, hogy a többiek bíznak abban, hogy ő ezt nagyon jól meg fogja csinálni! Nekünk, mint „egészségügyi személyzetnek” is ez a dolgunk,

hogy ne bántuk, csak övjük és segítsük őket az olimpiai előtti utolsó 1-2 hónapban, az élet úgyis hozhat épp’ elég feldolgozónivalót; elveszítheti a nagypapáját, meghalhat az edzője – ezek megtörtént esetek. Legalább mi vigyázzunk rájuk!

Lelkileg nincs bennük az olimpia után egy nagy úr?

– Ne gondolja, hogy olyan hosszú a pihenő időszak! Pár nappal ezelőtt járt nálam két olimpikon, 1-2 hét pihenőt kaptak. Aki állóképességi sportágban dolgozik, az nem is hagyhat ki túl sokat. Katinka például rögtön az olimpia után ment tovább, versenyezni...

Hogy lehet ezt sokáig csinálni, kiégés nélkül, úgy, hogy azt a bizonyos versenyzői kedvet is megőrizzék? Mindig csak egy adott periódusra koncentrálnak?

– Nem tehetik meg, hogy rövidtávra tervezzenek, mert az olimpiai ciklus 3. évében nem tudnak kvalifikálni, ha nem készülnek fel az első években, tehát alig van kihagyható időszak. Egyre magasabb szintű koncentrációra van szükség, egyre többet kell utazniuk, egyre gyorsabban váltani a pihenésből a maximális teljesítménybe és fordítva... Olyan magasságokban vagyunk most már, amit nagyon nehéz fokozni.

Lehet még egyáltalán fejlődni?

– Fejlődni mindig lehet, igaz, egyre kisebb és kisebb a fejlődési lehetősége az egyes embereknek és a sportágaknak is, mert a teljesítőképesség csúcsára értünk. Két területen van még tartalék, amit „bevetethünk”, az egyik az étrend. Hihetetlen fegyelmezetlenül étkeznek a sportolók, általában. A magyar étkezési kultúránk nagyon gyenge, a magyarok gyakran nem reggeliznek, holott az edzések délelőtt vannak. Ezeknek a sportolóknak különösen oda kellene figyelniük arra, hogy



egyenletesen elosztva étkezzenek, megfelelő időben a megfelelő ételeket.

Komolyan mondja, hogy ezt még az élsportolók sem teszik meg?

– Sajnos sokan nem! Tudja, egy ideje már rutinból rákérdezek az étkezési szokásaikra, és ahol lehet, elmondom, hogy ez milyen fontos, de annyira megszoktak egy bizonyos étkezési kultúrát kisgyerekkorban, hogy ezen később, felnőttként változtatni nagyon nehéz.

Két területet emlegetett, melyik a másik?

– Az edző-versenyző kapcsolata! Elképesztően autoriter még most is az edzői kar jelentős része, semmi esélyt nem adnak a sportolóknak arra, hogy elmondhassák, ők hogy élik meg egy adott edzés terhelését, vagy hogyan/min változtatnának Ezen a területen nagyon sok teendőm volt és van is, hogy ezeket az edzőket valahogy rávegyem arra, hogy meghallgassák, és egyenrangú partnernek tekintsék a versenyzőiket. Ez ugyanis hiányzik a kapcsolatukból, és a sok edzőváltásnak többek között ez az alapos oka. Végigasszisztáltam már nem egy, és nem két versenyzővel. Úgy működik itt is, mint egy házasságban; próbálunk a másikkal egyezkedni, elmegyünk párterápiára, de van, amikor egyszerűen nincs kompromisszumkészség, és akkor marad a válás. Ráadásul ez a globalizált világ a sportban

is hozott változást, a versenyzők össze tudják hasonlítani az amerikai edzőjükkal az itthonit. Sokan járnak külföldre fél évre, egy évre, és ott másfajta szemléletű munkával és edzővel találkoznak! Olyannal, aki érdeklődik irántuk! Volt, aki döbbenten mesélte nekem, hogy „tessék elképzelni, az edző megkérdezte, hogy milyen volt a vizsgaidőszakom”...

Szívfacsaró ezt hallani!

– Az. A magyar edzők nagyon sokat fejlődhetnének, és akkor még jobb eredményeik lennének. Erre talán most van lehetőség, úgy tűnik a Testnevelési Egyetem meg akarja újítani az edző kérdést. Ez az én, saját magam által, saját magam számára kijelölt feladatam is, hogy szocializáljam erre a pszichológiai kultúrára az edzőket, hogy értsék, hogy egy rossz mondattal esetleg 2 évi munkát tönkretelhetnek, és ha a versenyző bizalma meginog az edzőjében, az tragédia, mert ő, az edző a legfontosabb munkatárs, vele tölti el a legtöbb időt! Ezek mind fejlődési potenciálok, és ha mi ezeket a tényezőket kiszűrjük és megpróbálunk reagálni rájuk, akkor én hiszem, hogy tudunk fejlődni, és akkor a maguk generációjából kikerülő edzők már sokkal inkább egyenrangú partnerként kezelik majd a versenyzőket. Eddig is ezért dolgoztam és ezért fogok dolgozni a továbbiakban is.

Bulla Bianka

A Live és az Extra



„Cherchez la glie”, minden sikeres neuron mögött ott van egy glia, sőt mi több, a glia és a neuron is kommunikál, állította a tőle megszokott szellemes és izgalmas előadásában **Janka Zoltán**. Feltűnő és sokkoló képek és történetek váltották egymást. Az egyiken több száz halott rénszarvas. Egyetlen villámcsapás végzett velük Norvégiában. Egy fennsíkon 320 tetemet számoltak meg a vadőrök. beléjük csapott a villám, az egymásba bújó állatok átvezették az elektromos kisülést, és halálra rázták egymást. És a kuriózum: a rénszarvasok összebújnak, a jávorszarvasok nem.

Aztán Pápua-Új Guinea-i nők és cicomás férfiak. Kiderül, hogy a Tchambuli tó környékén élő népeknél a nők képviselik a domináns nemet, anélkül, hogy ez bármiféle problémát okozna társadalmukban. A férfiak cicomázkodással és önmaguk feldíszítésével foglalják el magukat, míg a nők dolgoznak és döntenek a közösséget érintő kérdésekben. Az itteni férfiak nyilván nem ismerik a státuszszindrómának nevezett jelenséget, mely szerint a férfiak esetében a társadalmi hierarchiában való lemaradás súlyos egészségi következményekkel jár a modern

társadalmakban. Jöjjön egy elmaradhatatlan limerick is:

*„A glia felfogás makacs,
Hogy csupán egyféle ragacs.
Szerepe temérdek,
Működése érdek;
Nélküle az agy csak tragacs.”*

Kovács Zoltán: mi is az a bagatell és a többi! A lapban bemutatuk a szegedi pszichiáter könyvét. A szerző ajánlása főként kollégáinak szól. Mert „ki más érthetne jól – háttérismeretek hiányában a pszichoterápia belterjes világának sajátos bikkfanyelvét, fonák utalásait, humorát”? Ebből most

Hagyománnyá vált, hogy évente találkozunk a lap izgalmas riportalányaival, akik elmondják mindazt, ami a Lélekemelőből ezért, vagy azért – legfőképpen terjedelmi korlátok miatt – kimaradt. Így volt ez idén is, a szimpóziumot Kecskeméten tartottuk szeptember végén. Az első kör előadói: Janka Zoltán, Kovács Zoltán, Németh Attila és Tényi Tamás.

nemcsak ízelítőt kaptunk, hanem a könyv elkészültének háttérét is felvillantotta az előadó, amiről részletesen is beszámolunk a következő oldalakon.

Ritka pszichiátriai tünetek és szindrómák című könyve alapján igazi csemegékről mesélt **Tényi Tamás** Pécsről. Többek között az





Galsi Gabriella pszichiáter, valamint Nyitrai Gábor és Bartha Tünde szülész-nőgyógyászok

Ekbom szindrómáról (tárgyvesztés) a Cotard szindrómáról (hallással kapcsolatos egzisztenciális szorongás, miszerint a világ, amiben él, és a páciens maga sem létezik), de sorra került az Othello szindróma, a Couvade szindróma, sőt annak rituális formája is, amikor a férj tudatosan imitálja a terhő nő tüneteit, panaszait, hogy távol tartsa a gonosz szellemeket. Ezért például Borneóban a férj rizst ehett, de galambot nem. Tényi Tamás szövegezt a Capgras szindrómáról is. Ezzel kapcsolatban az előadó izgalmas felfedezésre jött rá az irodalomban való kutakodás során: a Capgras-tévesztést (valakit kicseréltek az illető környezetében) nem a nevet adó francia pszichiáter írta le először az 1920-as évek kezdetén, hiszen Dosztojevszkij Ördögök című regényében már hetven évvel korábban megjelenik.

Művészek és pszichopatológia című könyvét **Németh Attila** azért írta, hogy érthetőbbé tegye és megkedveltesse a pszichiátriai gondolkodásmódot a laikus olvasóközönséggel, hogy megpróbálja eloszlatni a pszichiátriát körülvevő misztikus ködöt. Mivel elsősorban azoknak ajánlotta művét, akiknek előítéleteik vannak a pszichiátriával szemben, megértem, hogy néhány rendkívül izgal-

mas, de éppen a további előítéletekre okot adó festőt, zeneszerzőt kihagyott belőle. Nos, róluk a homoszexuális és antiszociális személyiségekről szólt előadása Kecskeméten, azaz Leonardo da Vinciről, Leonard Bernsteintről, Michelangelóról, Csajkovszkijról, és Andy Warholról. Bővebben a Lélekemelő következő számában térünk vissza a témára.

EGISzüret

A gyermekvállalás minden ember életében az egyik legnagyobb változás. A várandósság a legcsodálatosabb időszak egy nő

életében – legalábbis így tartja a közvélemény. De tényleg így van? Életet adni egy új kis jövevénynek felemelő érzés, ugyanakkor számos ok miatt tele van aggodással, félelemmel, sokszor fizikai rosszulléttel jár együtt. Hogy látja ezt a pszichiáter, és mi erről a nőgyógyász tapasztalata? Ezt a kérdéskört járta körül a Léleknevelés Alapítvány kecskeméti konferenciáján az EGIS által támogatott multidiszciplináris szimpózium, ahol **Purebl György** üléseelnöke mellett **Galsi Gabriella** pszichiáter, valamint **Nyitrai Gábor** és **Bartha Tünde** nőgyógyászok mondták el a gondolataikat.





Érdekes felvetéssel kezdte Purebl György üléseelnökként a szimpóziumot. A történelemben páratlan helyzet állt elő azzal, hogy 2016-ban Európa jövőjének meghatározása 4 markáns női politikus vezetésével zajlik, ők Angela Merkel (német kancellár), Christine Lagarde (IMF elnök), Theresa May (brit miniszterelnök) és Nicola Sturgeon (skót miniszterelnök). Úgy tűnik, hogy a nők sokkal nagyobb teret kapnak napjainkban, mint korábban, így fontos, hogy jobban odafigyeljünk rájuk. A szimpózium természetesen nem a politikai szerepvállalásukról, hanem az anyai örömeikkel együtt járó lelki nehézségekről szólt.

A szülés és a hangulati zavarok között meglévő specifikus kapcsolat elismert tény, amit a mai felfogás szerint nem tartanak külön kategóriának, hanem a meglévő diagnosztikus kategóriába sorolják – mondta el **Galsi Gabriella** előadásában. Tisztázta a psychogynecologia fogalmát, ami a női hormonok élettani elváltozásaihoz kapcsolható pszichiátriai körképekkel foglalkozó szakterület, a nőgyógyászat és a pszichiátria közös területe. Részletesen beszélt a graviditás során a leggyakrabban előforduló pszichiátriai körképekről, ami a depresszió és a generalizált szorongás, de emellett szólt a várandós nők partnereinek 10-15%-át érin-

tő Couvade-szindrómáról is, amikor az apa a várandós párjához hasonló tüneteket produkál.

Hagyományosnak nem nevezhető, bevallottan cinikus-provokatív-gondolatébresztő, ugyanakkor mégis szórakoztató stílusú előadást tartott **Nyitra Gábor**, aki több mint két évtizedes szülész-nőgyógyász tapasztalatait sűrítette bele rövid mondataiba, sokszor felsorolásszerű címszavakba. A társadalmi, családi, baráti kör elvárásai nyomásként nehezednek a gyermekvállalásra készülő szülőkre, ami már a terméketlenségtől való félelemmel

elkezdődik, és az ismeretlentől, kórházi beavatkozástól, fejlődési rendellenességtől, valamint konkrétan a szüléstől való félelemmel folytatódik. Az előadó a terhesgondozás önállóságának a visszaállításában látja a helyzet javítását szolgáló megoldást, és szükségesnek tartja pszichiáter szakember intézményesített bevonását is.

Bartha Tünde előadásában nőgyógyász léte ellenére inkább nőként próbálta megfogalmazni a gyermekvállalással kapcsolatos érzéseit, gondolatait. A médiában és a boltok polcain sorakozó nyomasztóan sok ismeretterjesztő könyvben leginkább a tökéletes és könnyű terhességnek, a bé-



kés, nyugodt, higgadt szülésnek, majd egy kiegyensúlyozott baba megszületésének a képe rajzolódik ki. A való életben azonban nagyon sok nő zavarodottságot érez, sőt válságként éli meg a terhességét. Kimutatták, hogy a terhesség alatti szorongás és depresszió ugyanolyan károsító tényező a koraszülésre és az alacsony súllyal való születésre nézve, mint a terhesség alatti dohányzás, alkohol vagy kokain-fogyasztás. Mindez a körültekintő terhesgondozásra hívja fel a figyelmet.

Lélekemelő Extra

A Nő hétszer címmel Várkonyi Andreával Moretti Magdi beszélgetett volna, akinek sajnos elment a hangja, így **Vértes Gabi** ugrott be helyette. Andrea „Micsoda nők!” címmel vezet női talkshow-t. 42 évesen jutott el odáig, hogy azt csinálja, amihez

kedve is van, így pszichológiát tanul, különösen a tanácsadás izgatja, egyéni és csoportos terápiát szeretne folytatni. Úgy gondolja, két lábon kell állni, ha valaki



hosszú távra tervez: márpedig ő ezt teszi, ezért tanul nyelveket és pszichológiát.

Pilling János közérdeklődésre számot tartó témát választott:



egymás fölé kerekedni, teljesítménykényszer az ágyban. Lapoznak néhány oldalt, és már jön is a cikk!

Sallai Zsuzsa az OPAI fiatal ápolási igazgatója előadásában hangsúlyozta, hogy „miközben a társadalomban a pszichiátria megítélése negatív, erre mi magunk is ráteszünk egy lapáttal.”

Sokszor a legrosszabb állapotban lévő osztályok fogadják a pszichiátriai betegeket.

„A pszichiátria legmisztikusabb területéről hallunk most” vezette fel **Füredi János** az észleléstől a tudományos bizonyításig, avagy a delejtől a hipnopszichoterápiáig című előadást. Az előadó ki más lehetett volna, mint Vértes Gabriella a Magyar Hipnózis Egyesület örökös tiszteletbeli elnöke. Mi-

közben hangsúlyozta, hogy sajnos sok képzetlen ember művel hipnózt – persze rosszul, hiszen nem tud mit kezdeni a felszínre tört információkkal – felrajzolta a hipnózis történelem ívét a nini-vei könyvtártól a mongol sámánokon, Paracelsuson Mesmeren, Braiden keresztül a magyar Kölcseyn Völgyesi Ferencen át egészen Mészáros Istvánig, Bányai Éváig, Biró Gyuláig. Akik tömeghipnózisra számítottak (az ebédnél kiderült voltak jócskán) csalódtak, hiszen Gabi meg sem próbálta. Többek között azért nem mert hipnabilitás ismerete nélkül veszélyes, ráadásul, az előadás után véget ért a rendezvény, és kocsiba ültek a résztvevők.

B. Király Györgyi

Hipnózis bagatellek és válogatott vendégoldalak

„Különös, de nekem úgy tűnik, hogy egy idő óta mindannyian rövid történetekben gondolkodunk, egy század technikájával a háttérben. Többkötetes regényalakok jelennek meg így, „Short Stories”-ba ágyazottan.”

(Vangelis)



Kovács Zoltán Ambrus már a felkérés említésekor megpendítette előadása alaphangját, mondván: a jelen prezentáció frenetikus hatásának csúfos elmaradása esetén, a gyatra előadó- és témaválasztás felelőssége a szervezőt terheli. Már az első percben kiderült, hogy 2006-ban 700 példányban megjelent Hipnózis és bagatellek című könyvéből – erről készült riport lapunkban – már egy darab sincsen.

Aztán előhang a „miisazához” címmel a bagatellek háttéréről kaptunk autentikus információkat.

„Lillafüred lankás éjszakáinak fáradt lejtőin, lustán araszolt a válaszom, amikor egy jól eltalált nap leszálló, vagy másnapi felszálló ágában Mórotz Kenéz megkérdezte tőlem: – Mi is ez a bagatell? Tényleg vannak zenei hagyományai?

Majd a zenének és a pszichoterápiának számomra mindig is érzékelhető – analógiáit kezdtem bontogatni, de az is lehet, hogy az eredetiséget nélkülöző pszichoterápiás esetleírások hosszú, unalmas voltán kezdtem mérgeledni, amikor a következő kanyarban más, sürgősebb dolgunk akadt... .. a válasz-torzó feledésbe merült, amelyet kiegészíteni csak most készülök, hiszen tudott:

az igazán fontos dolgok nem sürgősek. A sürgős dolgok pedig nem voltak elég fontosak ahhoz, hogy ráérjenek.”





Csekélységek

Néhány érdekes zenetörténeti hivatkozás: François Couperin (1668–1733) francia barokk zeneszerző volt az első, aki a „csekélységek” címet adta rövidke, csembalóra írott munkáinak. Az ő ötlete nyomán terjedt el a XVIII. század második felében a „bagatell”. Tetszőleges hangszer-összeállítású, különböző műfajú, formájú, karakterű kis zenedarabokat jelölt, hatalmas szabadságot engedve az alkotói fantáziának.

„A XIX. században az emlékkönyvekbe írott aforisztikus szövegek analógiájára „albumlap”-nak sőt, egy fogalom, egy hangulat, egy emberi sajátosság zenei bemutatásakor „jellemdarab”-nak is aposztrofálták a rövid műfaj egyes darabjait. A darabok mesteri kidolgozottsága jelentős rangra emelte e műfajt.

Beethoven három zongoraciklusát is „Bagatellen” címmel illette. Liszt Ferenc késői (1885) atonális bagatellje pedig már olyan mestermunka volt, amely a következő század progresszív zenei kísérleteit hívta. Bartók tizennégy bagatellje és a Mikro-



kozmosz 157 darabja: „zongoramuzsika a kezdetek kezdetétől” pedig a hipno-bagatellek közvetlen ihletői, induktorai voltak. A kortárs zene muzsikusai pl. Anton Webern sőt napjaink szerzői pl. Ligeti György is alkottak jelentőset e műfajban. A bagatell műfaja tehát tovább él. A műfajhoz kapcsolható lélektani hipotézis népszerűsége nem kizárólag a műfaji kezek szabadságfokával és a kor követelményeként emlegetett tömörség igényével magyarázható, hanem az (ál)szerénységét egyetlen szóba kódolni képes alkotói öntudat üzenetével is: „Bagatell”.

„Zene a kezdet kezdetétől” – írta Bartók a Mikrokozmoszról, amely a zongorajáték elsajátításának céljait szolgáló, fokozatosan komplexebbé váló, rövid opuszok gyűjteménye.

Talán szerénytelen, de kézenfekvő analógiával, a hipnoterápiás elméleti képzés mikrokozmoszát azok a rövid anekdotaszerű történetek jelenthetik, amelyekből mindannyian őrzünk néhányat. Ezek nem az eset teljes ismertetésével, hanem egy-egy jól vagy rosszul sikerült mozzanat kiemelésével – sokszor szellemesen – vezetnek el az induktíve aforizmatikus tömörséggel megfogalmazható tanulságokhoz, ismeretekhez.”

A zenei alapok után az előadó bagatellekkel örvendeztetni meg hallgatóit a hipnoterápiás mikrokozmoszból.

A szex és a tenger...

1. Bagatell

„F.-né több éve nem tartott szexuális kapcsolatot a férjével. A terápia során érzékelhető volt közlekedési vágya, de kapcsolatuk felújításával még ambivalens volt. Hipnózisban ez a konfliktusa egy erdei séta során jelent meg. Férjével találkozáskor együtt indultak el. Útjukat magasba törő egyenes nyárfák szegélyezték és F.-né óvatos tartózkodással próbálgatta férje közelségét.

Ekkor történt, hogy egy rosszul megválasztott kifejezést használva bátorítani kezdtem őt.

„Fogadja be ezt az élményt” – mondtam, nem számolva azzal, hogy mit jelenthet ez a szó egy hölgy számára. F.-nén néhány perc alatt a szorongás minden tünete megjelent. A hipnózis szerencséjére nem szakadt meg, így ismét sikerült őt relaxálni.

Megjegyzés: A hipnotikus állapotban felerősödött szuggesztibilitás egyúttal fokozott vulnerabilitás lehetőségét is hordozza. A hipnotizőrnek feltétlenül számolnia kell szavak, kifejezések, mondatok szemantikus spektrumával, lehetőleg kimondásuk előtt.”

2. Bagatell

„Páciensem pompásan imaginált. Dinamikus képei és gazdag szimbólumai után számomra különösen megnyugtató volt, amikor megpillantotta a tengert és végre pihenni akart. Hátradólt a finom fövényen...



Ekkor jutott eszembe, hogy most lenne jó elindítani magnetofont, hogy a tenger zenéjének hangjai elmélyíthessék az élményt. Jó lenne! Csakhogy nem készülvén ilyen fordulatra, nem voltam biztos abban, hogy a megfelelő kazetta van a gépben. Nem kockáztattam meg, nem akartam elrontani a helyzetet.

Páciensem hátradőlt tehát a finom fövényen és zene híján szavaimmal segítettem teljesebbé tenni az élményt. Morajlott a tenger... és a part felé futó játékos hullámok finom permetet szórtak a sós levegőbe... sirályok surrantak, hús szellő simogatott...

De csak bosszantott az a kazetta! Vajon melyik zene szólalna meg, ha mégis bekapcsolnám? Türelmetlenül vártam a dehipnózist, majd amikor páciensem végre ébernek látszott, siettem azonosítani a kazettát. Elindítottam a magnót és a tenger zenéje szólalt meg.

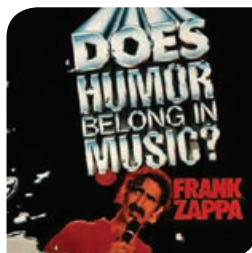
Páciensem kissé álomittasan figyelt, és megdöbbenve mondta: Te jó isten, ez most fölvette, amit én álmodtam?

Megjegyzés: Módosult tudatállapotban megváltozik a valósághoz való viszony. Gyengül a kritikai gondolkodás, a képzelet és a valóság határa elmosódhat. További tanulság a türelmetlen terapeutáról és az elsietett dehipnózisról szólhatna.

Ugye kiderült, hogy a hipnózis bagatellnek van humora?

Ami nem kötelező, de tradicionális. Így az önirónia, a csipkelődés, vagy éppen a finom gúny a szövegek alaphangnemévé vált. A zeneiség mellett a nyelvi játékoság is igyekszik jelen lenni, hogy a gondolatok tekervényeit és/vagy a tekervények gondolatait feldíszítse, és – ha lehet – azokat elégtelűt csiklandozza. Szándékosan vállalt béklyó, hogy a hipnózis bagatellek humora belterjes, szakmai humor. Többnyire csak a beavatottak lelhetik meg a kulcsot a mosolyhoz, a nevetéshez.

A gyógyító igyekezet hétköznapijaiban ritka az eset egyszéles feldolgozásért kiáltó, nagy esemény.



A pszichoterápiás folyam(at) hordalékaként azonban gyakran sodródhatnak a tudatosulás, a felismerés partjaira parányi töredékek, szösszenetek, tanulságos vagy mulatságos mozzanatok, amelyekből kitűnő minőségű miniatűr csiszolható. Nos, ez utóbbiakból készülhetnek a legfinomabb hipno-bagatellek."

A bagatell, avagy a színes szélesvásznú álomkabát...

Bár humorral véges-végig átszőtt előadása során megmosolyogtatott bennünket még jó néhány bagatellel, helyszűke miatt mi most a Boncz István-tól származó ötlettel zárjuk a beszámolót.

„Dr. B. hátradőlt foteljében és még kényelmesebben helyezkedett el, amint a „...biztos benne, hogy beadta a tisztítóba?” – rövid, de váratlan keresztkérdésére újdonsült páciense némileg hezitálni látszott. Miről volt ugyanis szó? A páciens, ez a szelíden erőszakos, kissé elhízott úr azzal a kéréssel fordult a hazájában világszerte ismert pszichiáterhez, hogy kor-regresszióban segítsen megtalálnia annak a Patyolatnak az emlékéit, ahová néhány héttel ezelőtt a felesége határozott kérésére, tisztítani adta be télikabátját.

Mi sem egyszerűbb! – folytatta Dr. B. a tőle megszokott nyugalommal – kérem, mutassa meg nekem a tisztító céduláját, amit a kabát beadásakor kapott. Hát, azt sem találom – válaszolta az imént még szelíden erőszakos úr töredelmesen és látható volt, amint létrejött a regresszió...

Dr. B. ekkor már az „igen-rövid terápia” befejezésére készült. Egy másodpercig a kliens feje felett messze elnyúló végtelent fürkészte, egy másodpercig kedvenc arckifejezései között válogatott, majd lényegesebbnek ítélve a tartalmi részt, kérdésbe fogalmazta felismerését: „Ha megtalálja hipnózisban azt a tisztítót, miből gondolja, hogy kiadják majd a kabátot a cédula nélkül?

Megjegyzés: A hipnoterápiás ABC első betűje előtti betű leírhatatlanul (is) fontos. Céljaink pontos meghatározása és a várható eredmények tisztázása nélkül ne kezdjünk hipnotizálni!"

Lejegyezte: B. Király Györgyi



„Egész Erdély különleges”

Hogyan működik egy családi pszichoteam? Különleges együttműködésről mesél olvasóinknak Hal Viktor, aki pszichológus lányával és pedagógus feleségével közösen végzett kutatásáról tartott előadást júniusban Csíkszeredán, a Nemzetközi Román-Magyar Pszichiátriai Konferencián.



A konferenciát nagyon szép helyen, nagyon szép időben, remek előadókkal, Veres Bercitől megszokott magas színvonalon és a szokásos kedves fogadtatással rendezték meg. Ezúton is köszönjük Berciéknek! Az előadások a pszichiátria széles spektrumát ölelték fel, és a tapasztalatcserék hosszú távon is gyümölcsözőnek bizonyulhatnak, kutatási együtt-

működések is körvonalazódtak. A társasági programok is mindenre kiterjedtek – kulturális élményekkel megspékelve – nem beszélve a Hargita-fürdön rendezett pazar fogadás gasztronómiai élményeiről és a házigazdák által teremtett hangulatról. Ezt a szép hagyományt folytatni kell!

Még egy különleges élmény – bár számomra egész Erdély különleges – a magyar labdarúgó

válogatott mérkőzéseit az erdélyi magyarokkal együtt nézni és fergeteges szurkolásukba beleolvadni mindent elsöprő, felemelő érzés volt!

Ami a családi előadásainkat illeti, hosszú évek, most már évtizedek óta foglalkozom a fejfájással részben neurológusként, részben pszichiáterként annak pszichés vonatkozásaival, mindig törekedve arra, hogy a páciens teljességében értékeljem. Az út fejfájás ambulanciás múltamhoz kötődik. Mivel az alma nem esik messze a fájától: lányom, Hal Melinda pszichológusként hasonló utat választott, a fájdalmat próbálja megérteni. Közreműködésével és óriási kutatómunkájával jött létre „A fájdalom biopszicho-szociális megközelítése” című előadás. Tartalma ötvözte régebbi és friss kutatási eredményeinket, azonban a fejfájástól a





többi fájdalom szindróma felé tekintve átfogó elméleti képet kívántunk nyújtani a közönségnek.

A fájdalom megértése és kezelése tekintetében egyaránt fontos a multidiszciplináris megközelítés, a kezelés pedig leghatékonyabban team-munkában valósulhat meg. Kutatásunkban arra törekedtünk, hogy a lehető legtöbb dimenziót legyünk képesek azonosítani, amelyek a fájdalom hátterében állhatnak, vagy a kezelés során fókuszba kerülhetnek. Arra, hogy személységünk mennyire „benne” van a fájdalomban: a nagy kutatások még kevésbé térnek ki. Pedig ha kezdettől fogva az egész embert vizsgáljuk – nem ragadunk le csak az organikus aspektusoknál, lényegesen jobbak lesznek a diagnosztikus és terápiás eredményeink – mondom ezt, mint

neurológus is. Ha már magyarok vagyunk és tőlünk származik a stressz kifejezés – vizsgáljuk a stressz-megküzdés összefüggéseit a fájdalomszindrómákkal is. Nem utolsó sorban rámutattunk, hogy a krónikus fájdalomszindrómákkal szenvedő betegek mennyire árvák, sokat és feleslegesen kínlódnak az egészségügyi rendszeren belül, igazi gazdájuk nincs. Éppen ezért vált elengedhetlenné az együttműködés az orvosi szakterületeken belül, valamint az orvosok és más szakmák képviselői között egyaránt.

Másik témánk „Az iskolai agresszió és a szülői, nevelői bánásmód összefüggéseinek, valamint a közösségben betöltött szerepek longitudinális vizsgálata” címet viselte, amely Melinda előadásában, és nagy örömünkre feleségem, Hal Viktorné segítségével látott napvilágot. Így tulaj-

donképpen egy családi „pszichoteam” alakult meg. A kutatás évek óta folyik középiskolai osztályok bevonásával, ahol a szülői minták iskolai agresszióra való befolyása mellett ugyanazon osztályok hosszú távú követését vállaltuk. A kutatás kivitelezésében, de talán még inkább a gyakorlati konzekvenciák levonásában feleségem pedagógiai gyakorlata elengedhetetlen. Szociometria és egyéb pszichológiai módszerek segítségével követjük nyomon, az osztályban betöltött szerepek során kialakuló viselkedésbeli változásokat. A basa és az áldozat szerepek kialakulásának mechanizmusa, valamint a szerepek változása igen meglepő még az osztályfőnökök, szülők számára is, mindamellett, hogy viszszafelelő kizárólag összesített formában, anonim módon adunk a vizsgálatról. A szülők nyitottak voltak a téma iránt, nagy volt az érdeklődésük és mivel a szülői-nevelői attitűdök nyomon követhetők a basa és a mellérendelt szerepek kialakulásában, kezdeményezzük a későbbiekben szülői fórum keretein belül a helyzetek pontosabb megértését. Így kutatásunknak gyakorlati haszna is lesz, hiszen az együttműködés, ott ahol szükséges, pozitív változásokat eredményezhet. A konferencián kifejezetten inspiráló volt az előadásokat követő sok kérdés, hozzászólás, érdeklődés, amelyek minket is újabb utak felé terelnek.

„Félszavakból megértjük egymást...”

Hal Melinda pszichológus, a Semmelweis Egyetem Mentális és Egészségtudományok Doktori Iskola PhD hallgatója fejfájás pszichológiával és az iskolai agresszió formáival foglalkozik mostanában. Utóbbi vizsgálatával – ahogyan az előző oldalakon is olvashatták szülei is részt vesznek benne – elnyerte „Az év fiatal kutatója”-díjat.



Befolyásolta a pályaválasztását, hogy édesapja – Hal Viktor, a Bajai Szent Rókus Kórház Pszichiátriai Osztályának vezetője és a Magyar Pszichiátriai Társaság alelnöke – ezt a szakmát műveli?

– Természetesen igen, bár édesapám mindig óvott ettől a pályától. Ő pszichiáter, neurológus, addiktológus és rehabilitációs szakorvos, mindig nagyon tiszteltem munkássága miatt. Eredetileg a Budapesti Gazdasági Főiskolán kezdtem meg tanulmányaimat, később vettem fel mellé a pszichológia szakot a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen. Úgy terveztem, hogy jól tudnám kamatoztatni a közgazdász diplomámat, ha szervezet- és munkapszichológiával kezdenék foglalkozni. Ám erről hamar letettem, mivel a Pázmányon igen erős volt a klinikai irányultság, ami inkább a klinikum felé terelt és kutatásra ösztönzött. Jelenleg autogén trénerként dolgozom, mellette óraadó vagyok az alma materem pszichológia szakán. Fontosnak tartom a szakmai fejlődést, ezért részt veszek a Magyar Relaxációs és Szimbólumterápiás Egyesület kurzusán és a Tündérhegyi Pszichoterapeuta Képzésben.

Hogyan indult az édesapjával közös kutatás?

– Édesapám évekig vezette Baján a Fejfájás Ambulanciát, sok betege ma is visszajár hozzá. Én

a fejfájás pszichológiai tényezőivel kezdtem foglalkozni, melyek között helyet kapott a szorongás, a depresszió, a személyiség, az affektív temperamentum, a stressz-megküzdés és az életminőség. Már negyedik éve végezzük a közös munkát – több kutatóval és szakorvossal egyetemben –, és jól kiegészítjük egymást: ő az idegrendszeri folyamatok felől közelíti meg a kérdést, én pedig a pszichológiai aspektust erősítem. Eddig több mint négyszáz embert vontunk be a vizsgálatba: a diagnosztizált és szakorvosi kezelésben részesülő fejfájósokat, az alternatív gyógymódokat alkalmazó, nem diagnosztizált fejfájósokat, valamint azokat a kisebbségben lévő szerencséseket, akiknek egyáltalán nincs fejfájásuk. A fejfájás sokat kutatott téma, azonban a tanulmányok kevésbé foglalkoznak azzal a kérdéssel, hogy létezik-e fejfájás személyiség. Arra jutottunk, hogy a fejfájás kialakulásában a személyiségjegyek és bizonyos pszichológiai faktorok is közrejátszanak és a kezelés során is érdemes számba venni ezeket.

Mikor van idejük a közös munkára, és hogyan hidalják át a földrajzi távolságot?

– Általában éjjel tizenegy óra tájban jut időnk rá, hogy telefonon beszéljünk, de ez nem okoz problé-

mát, mivel mindketten éjszakai baglyok vagyunk. Félszavakból értjük egymást, nem szükséges személyesen találkozoznunk ahhoz, hogy együtt dolgozhassunk. Édesapám nagyon támogató. Nem veti el a pszichológiai alátámasztásaimat, amelyek sokszor csak előfeltevések, hiszen nincs még irodalmuk. Én pedig nem vitázom az ő szakmaiságával, inkább kérdéseket teszek fel neki, hogy megértsem a gondolatmenetét. Hozzáteszem, pedagógus – matematika-fizika szakos középiskolai tanár – édesanyám is kiveszi a részét a közös munkából. Ő az elsődleges nyelvi lektorom, aki minden írásmat elolvassa. Dolgozunk egy másik projekten is, amelyben vele együtt, hármasban tanulmányozzuk az iskolai agressziót. A kutatás a Pázmány Péter Katolikus Egyetemen írt műhelymunkámból nőtt ki magát és továbbra is ott folytatódik.

Ez a téma igencsak aktuális napjainkban...

– Vizsgálódásunk során azt látjuk, hogy megváltoztak az iskolai agresszió megnyilvánulási formái. A nyugati országokból érkező média hírekkel ellentétben – ahol a fegyveres bántalmazások kerültek előtérbe – Magyarországon a verbális agresszió dominál. Ennek kevés azonnali mutatózó hatása van, ám hosszútávon szorongás, depresszió formájában tör elő. A jelenség hátterében szerteágazó okok húzódnak. A pedagógusok kezéből kikerültek bizonyos eszközök, ám nem kaptak helyettük alternatívát. A gyerekek kevés fizikai, annál több mentális terhelést kapnak, a tanórák nem kötik le őket. Hol más-hol vezetnék le a felgyülemlett feszültséget, mint az iskolában, ahol napi minimum hét-nyolc órát töltenek?

Az édesanyja pedagógusi tapasztalatai nagyban elősegíthetik a kutatást. Az önök triászja ideális formációnak tűnik...

– Olyannyira, hogy ennél jobbat nem is tudok elképzelni. Általában én fogom össze a kutatást, dolgozom ki a módszertant, végzem az adatelemzést. Édesapám adja hozzá a szakmai hátteret, de a feladatok nem kizárólagosak, akár fel is cserélhetőek. Az iskolai agresszióról szóló kutatásunkban különösen nagy szerepe van édesanyámnak, a gyerekek vizsgálatba való bevonása neki köszönhető. Oroszlánrészt vállal, amit jól példáz a következő eset is. Édesanyám jelezte, hogy megérkeztek a kitöltött kérdőívek, gépbe kellene vinni őket. Több hét eltelt ezt követően, amikor hazamentem, ő pedig az asztalra csapott és azt mondta: „Márpedig ezt itt és most gépbe visszük!” Addig nem engedett felkelni a számítógép mellől, amíg be nem diktálta mind a száznyolcvan kérdőívet...

Elképzelem, ahogy a vasárnapi ebéd közben megbeszéljük a soron következő munkafázist...

– Azért akad más beszédtemánk is, főleg, ha a nővéremmel – nem szakmabeli, szállodát vezet a fővárosban – egyszerre vagyunk otthon. Ügye-



lünk arra, hogy ne csak a kutatás töltse ki a családi együttléteinket. A csíkszeredai konferencia jó alkalom volt arra, hogy a szakmai programok végzetével kiránduljunk, ami számomra óriási élmény volt, hiszen először jártam Erdélyben és még a párom is velünk tartott. Szakmai szempontból is sokat jelentett nekem, hiszen a közös munkánk gyümölcseként két előadást is tarthattunk. A fejfájás bio-pszicho-szociális összefüggéseiről szóló tanulmányunkat édesapám mutatta be, az iskolai agresszióról szóló vizsgálatunk eredményeit pedig én ismerttettem, és nagy örömömre „Az év fiatal kutatója”-díjat nyertem vele. Számos hozzászólás érkezett és több kérdést is kaptunk, amelyek rávilágítottak, milyen irányban lehetne tovább folytatni, bővíteni a kutatásunkat.

Tervezik az eredményeik publikálását?

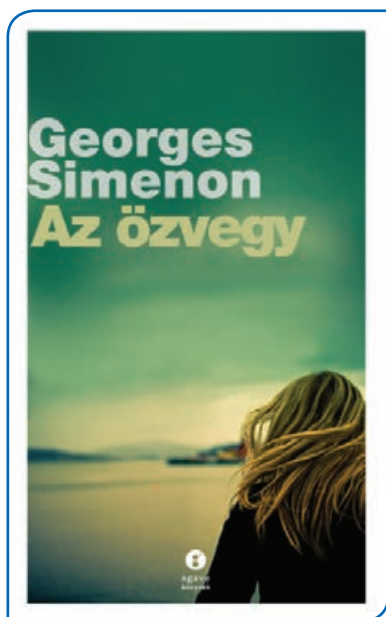
– Igen, a fejfájás téma hazai és nemzetközi publikálását Purebl György témavezetővel, Rihmer Zoltán professzorral, a SE Neurológiai Klinikájának munkatársaival, valamint Vécsei László professzorral és munkatársaival készítjük elő, szépen haladunk a kézirattal. Az iskolai agresszióról szóló kutatásunk is lassacskán abba a fázisba kerül, hogy leközöljük, elsősorban pedagógiai profilú szaklapokban.

Az önök családi együttműködése már-már meseszerű. Sosincs vita önök között?

– Gondolkodhatnánk hárman háromféleképpen egy-egy kérdésről, és ez folyamatos vitaalapot képezhetne. Szerencsére nálunk ez éppen fordítva működik, valószínűleg azért, mert nagy az elfogadás közöttünk, nem vitázunk, inkább megértjük a másik érveit.

Boromisza Piroska

Ölni vagy ölelni



A bűnügyi történetek – szemben a klasszikus, nyomozó és nyomozó központú krimikkel – fordított optikával működnek. Itt nem a rendőr látószögéből követjük az eseményeket, aki mintegy retrospektív módon próbálja rekonstruálni és megérteni a történéseket és a szereplők motivációit, cselekedeteit, és természetesen megtalálni a tettest, hanem pont fordítva. Az eseményeket folyamatában követhetjük végig, és ezekből rajzolódik ki a tettes személyisége és válnak érthetővé tettének mozgatórugói. Regényeiben Simenon sajátos hermeneutikus megközelítéssel arra az alapvető kérdésre keresi a választ, hogyan működik az emberi lélek kritikus helyzetekben. Így művei sok érdekességgel és tanulsággal szolgálnak az intrapszichés és interszónális folyamatok iránt érdeklődők számára.

Ezt nagyon jól példázza Simenon 1942-ben írt bűnügyi története is, mely egy sajátos kapcsolati drámát mutat be. A regényből 1971-ben híres film született Alain Delon és Simone Signoret főszereplésével. A gazdag vidéki gyáros fia – miután

Georges Simenon elsősorban a Maigret történetek révén vált világhírűvé. A többi bűnügyi regénye talán kevésbé ismert, de ezek is érdeklődésre tarthatnak számot. Mélylélektani igényességgel megírt patográfiaként – olvashatták a Lélekemelő 2015/1 számában – sok érdekes adalékkal szolgálnak a bűn és a bűnhődés körlelektani és igazságügyi vonatkozásait illetően. Osváth Péter ezúttal Az özvegy (La veuve Couderc) című regényének tanulságaival ismertet meg bennünket.

letöltötte a fiatalkorában elkövetett gyilkosság miatt kapott börtönbüntetését – visszatér szülőföldjére, hogy új életet kezdjen. Azonban apjával való konfliktusai miatt nem kíván családjával élni, így pénz és tervek híján céltalanul kóborol. A véletlen egy özvegy parasztasszony házába sodorja, ahol cselédként kezd dolgozni. Az együtt töltött napok során mind sajátosabb érzelmi viszony alakul ki közöttük. Az addig otthon-talanul sodródó férfi – életében először – egyfajta biztonságra lel a vidéki élet megnyugtatóan egyforma és kiszámítható ritmusában.

Az özvegy a férfi számára támogató és elfogadó fizikális és érzelmi közeget nyújt. Testi és lelki szükségleteit gondoskodó

anyaként és szeretőként elégíti ki, de egyben megszabja életének kereteit is, sajátosan kontrollálva és függőségben tartva. A kerettörténetből megismerjük az özvegy gazdaságát, állandó küzdelmét elhunyt férje családjával, hogy meg tudja őrizni birtokát és önállóságát. Ebben kezdetben a férfi is szövetségesévé válik, szorgalmasan dolgozik és gondosan ápolja, amikor megbetegszik. Ez azonban felborítja kapcsolatuk kényes egyensúlyát. Az események tragikus fordulatot vesznek, amikor a férfi szerelmes lesz a meghalt férj unokahúgába. A békés együttélés semmivé foszlik, az özvegy féltékenysége, birtokló és kontrolláló indulatai szétzúzzák kapcsolatuk biztonságát. A drámai feszültség fo-



kozódik, ahogy a helyzet egyre elviselhetetlenebbé válik, majd a regény csúcspontján a férfi destruktív indulatkitörése ismét gyilkossághoz vezet.

A regény tulajdonképpen egy hétköznapi kapcsolati háromszög története. Simenon azonban egyedivé teszi a szereplők lelki rezdüléseinek finom ábrázolásával, melyben kiemelt szerephez jut a főszereplő folyamatos belső önreflektív monológjának bemutatása. A sajátos hermeneutikus, megértő és együttérző elemzés során feltárul a főszereplők múltja, aktuális érzései és indulatai, valamint azok a korábbi traumatikus események, melyek szerepet játszhatnak a jelenlegi helyzet kialakulásában.

Simenontól megszokott módon a főhős sorsának és egyéniségének komplex bemutatásában nagy szerephez jut a pszichodinamikus tényezők pontos ábrázolása, így szinte egy analitikus fejlődésregényt olvashatunk.

Megismerhetjük a főszereplő gyermekkori traumáit, kamaszkori beilleszkedési nehézségeit, fiatal felnőttkori veszteségeit, melyek végül gyilkossághoz vezetnek. A börtönben személyiségfejlődése megtörik, a büntetés letöltése sem ad feloldozást, folyamatosan önmarcangoló bűntudat kínozza, mely sajátos hajtóerőként – és egyfajta önbeteljesítő jóslatként – vezet a tragikus végkifejlethez. Tette így nemcsak heteroagresszív indulatként, de ön maga ellen forduló büntetesként is értelmezhető. Alapvető érzelmi állapotát a magány, a feleslegesség-, kizártság-, és értéktelenségérzés jellemzi. A vidéki újrakezdésben kezdetben fontos élményekre talál. Nemcsak érzelmi biztonságot élhet át, de a hasznos és örömteli tevékenységek, és a másokról való gondoskodás pozitív élményét is megtapasztalhatja. Ezek nemcsak önbizalmát és identitását, de kompetenciaérzését és önállóságát is erősítik. Ekkor úgy tűnik, látszólag megtalálta



a helyét a világban, és életében először boldognak és kiegyensúlyozottnak érzi magát.

Azonban a szerelem mindent megváltoztat, mert ez a férfi számára nemcsak a korábbi feldolgozatlan érzelmi csalódásokat lobbantja fel, de egyben reflektál az özvegyvel való kapcsolatának elfogadhatatlanságára is. Illuzórikus álma a boldog családról, ahol békében élhetnének együtt szerelmével és „pötmamájával” nem válhat valóra, hiszen túl sok a múltból származó sérelem és a felszín alatt lappangó indulat. Az özvegyet ősi és feloldhatatlan gyűlölet fűzi férje családjának tagjaihoz, így számára elfogadhatatlan, hogy a férfi hűtlen lett hozzá, ráadásul „az ellenséggel cimborál”. A frusztrált és csalódott férfi indulatai mind inkább az asszony felé fordulnak. Az özvegy a betegség okozta kiszolgáltatottsága és a fiú elvesztésétől való félelme következtében nem tudja az ambivalens érzelmeket tartalmazni és a feloldásukhoz szükséges elfogadást és biztonságot nyújtani. Ezzel még jobban felszítja a negatív indulatokat, egyfajta destruktív kapcsolati játszmat indukálva. Így a felfokozott érzelmi állapot a férfi korábbi hibás megoldó mechanizmusait aktiválva óhatatlanul az agresszív cselekedet kirobbanásához vezet.

Simenon a lélektani szálak és a cselekmény óvatos gombolyításával vezeti az olvasót a tra-

gikus végkifejlet felé. A belső és külső világ történéseinek párhuzamos ábrázolása következtében az egész regényt áthatja valamilyen baljós előérzet, egyre inkább érezzük, hogy a sebzett főszereplők kontrollál(hat)atlan érzelmei megállíthatatlanul sodródhatnak a robbanás felé. A feszültség szinte tapinthatóvá válik, ahogy a férfit ambivalens érzései mind zaklatottabb lelkiállapotba sodorják. Ez a plasztikus lélektani ábrázolás sorolja Simenont a XX. század klasszikusai közé. Bűnügyi regénye nemcsak a lélektani, de társadalomszociológiai és pszichoszociális szempontból is érdekes. Képet kaphatunk a francia vidéki létformáról és a 30-as évek francia társadalmának szigorú, hierarchikus rendjéről, valamint az egyszerű paraszti létformáról, ahol a vagyonszerzés, az öröklés és a gazdálkodás szigorú szabályok szerint történik, mely alapvetően meghatározza az emberi kapcsolatokat is.

Talán nem véletlenül juthatnak eszünkbe Móricz Zsigmond novellái az alföldi paraszti élet kegyetlen világáról. A szigorú rendet alapvetően kérdőjelezi meg a jó családból származó deviáns ifjú, aki büntetésének letöltése után új életet próbál kezdeni. Itt sem lehet azonban „a múltat eltörölve” tiszta lappal indulni. Kiszakad a polgári közösségből, a gyökeresen eltérő szociokulturális milióbe a magával hozott értékek miatt nem fogadják be, így légtüres térbe kerül. Végérvényesen kívülálló marad és értékeket és kapaszkodókat nyújtó támogató környezet híján visszafordíthatatlanul sodródik végzete fel. A katarzist eredményező drámai csúcspont így nem éri az olvasót váratlanul. Simenon a tőle megszokott tárgyilagos stílusa következtében most sem ítélik, csak bemutatja a történéseket és a háttérben zajló lélektani folyamatokat, az olvasóra bízva az értelmezést és az értékelést. Így ez a műve is sok pszichológiai tanulssággal szolgál és további elmélyült gondolkodásra készíti a befogadót.

Archetípusom a bohóc...



Pályáját az Uzsoki utcai kórházban kezdte neurológusként.

– Úgy gondoltam, hogy a neurológia is lehet az alapja a pszichiátriának. Először ezen a területen kell gyakorlatot szerezni, és azt követően érdemes a pszichiátriát választanom. Pszichiáter vagyok, ez szerintem több mint orvosnak lenni! E szakterület művelője egyik lábával a természettudományok, másik lábával a bölcsészettudományok talaján áll. Utóbbi nélkül ugyanis nem tudnánk olyan fogalmakat definiálni, mint tudat, gondolat érzélem, lélek stb, és nem tudnánk pszichoterápiával gyógyítani sem.

Képzéseim során jöttem rá, hogy archetípusom a bohóc. Érthető: játszik, tanít és gyógyít. A tudás elsajátításához mesterekre van szükség. Nekem szerencsém volt, hogy olyan személyiségektől tanulhattam, mint Juhász Pál, Mérei Ferenc, Kuncz Elemér, vagy Füredi János. A későbbiekben a szakma egykori ismert képviselője Veér András hívott az OPNI-ba. Ott kezeltem a betegeimet egészen az intézet bezárásáig. Azóta vagyok itt Angyalföldön. Korábban négy éven át kijártam Strassburgba Richard Meyer professzorhoz somatoterápiát tanulni, hogy újabb módszert (eklektikus és integratív) lássak és tanuljak meg az elmebetegek és függőségben

Az OPAI / Nyíró Gyula Kórház pszichiátriájának gerontológiai osztálya egy hajdanvolt elegáns kastély épületében található. A sarokban a főorvos, Rigó Péter szobája. A betegek által készített képek és ajándék dísz tárgyak társaságában beszélgetünk a főorvossal a múlttól, a családról, az orvoslásról és a társadalomról.

szenvedők bajainak enyhítésére. Rájöttem: minden beteghez sajátos, terápia szükséges. Fontos, hogy a pszichiátriában az egészség és a betegség kérdései sem tárgyalhatók az embernek a többi emberrel való viszonya, közösségi és társadalmi volta nélkül. Két betegségcsoport érdekel különösen: a pszichózisok és a szenvedélybetegségek.

Láttam Önről egy portréfilmet az interneten. Abból kiderül, hogy vonzza a spiritualitás, hogy feltöltődésképpen sízik, teniszeznek, járja a természetet négylábú barátjával, a kuttyájával.

– E téren semmi sem változott a forgatás óta. Éppen ötven éve érettségiztem és 1972-ben diplomáztam a SOTE-n. Azóta vagyok klinikai orvos és azonnal a pszichiátria érdekelt. Szakvizsgáztam neurológiából és később pszichiátriából, majd úgy gondoltam szükségem van pszichológiai ismeretekre is, ezért elvégeztem a bölcsészszakon a pszichológia szakot. Nekem filozófiai értelemben a neurológia a tézis, a pszichológia az antitézis és a pszichiátria a szintézis. Több évtizedes pályám során bebizonyosodott, hogy kiégnék, vagy – ahogyan a kollégák közül sajnos akad rá példa – önmagam ellen fordulnék, ha nem tudnék a napi kimerültség után feltöltődni. Egyébként este már nem sokat beszélge-

tek a feleségemmel sem, de ő ezt teljesen elfogadja, hiszen ő is pszichológus, tudja hallgatásom okát. Persze ez nem jelenti azt, hogy nincs baráti társaságunk, hogy nem utazunk itthon és a világban együtt.

Persze egyedül is nekivág, hiszen a zárándoklat idején az ember belső utazást tesz, spirituálisan töltődik a lelke. Járt Tibetben is.

– Igen és életem egyik meghatározója volt az ottani tapasztalat, a buddhista kolostorok és szerzeteseik világa, az élet tisztelete. De jártam az inkák kincses birodalmában, Peruban is. Ez Tibet ellenpontja volt, mai korunkra jellemzőbb a pénz „tisztelete”.

A zárándoklat során az ember a lelki megtestesüléssel túl fizikai teljesítményt mondhat magának. Kábítószerfüggő fiatalokkal is útra keltünk, hogy megsza- baduljanak démonjaiktól. Ebben segítő társam volt Csorba Simon művészetterapeuta is, utunkról dokumentumfilm készült. Azóta is a keleti mentalitás áll hozzám közel és időnként szeretek meditálni is. Utána kicsit könnyebb újra a napi feladatokat ellátni.

Erre pedig több helyütt is nyílik lehetősége. Most itt beszélgetünk, de Ön a Drogbeteg Gondozó és Prevenció Központ vezetője is a közeli Jász utcában, és magánrendelés is van.

– Megszoktam, hogy reggeltől estig a hivatásomat gyakorlom. Először ide, a gerontológiára vezet az utam, aztán itt a kórház pszichiátriai osztályán folytatom, majd a függő betegek között fejezem be a napot. Számomra természetes a segítő szándék.

áter akar lenni, akkor sem volt ez másképp. Mégis ez a szakterület érdekelt. Legfőképpen pedig az, amire máig sem kaptam választ a többféle megközelítés ellenére sem: mi az ember?



Ezért lettem orvos. Anyai nagyapám Pusztaszabolcson volt körorvos, aztán Kecskeméten tüdőgyógyász. Egy évig kisgyerekként náluk laktam és elbűvöltek nagyapám röntgenfelvételei. Segítettem neki, mert már tudtam olvasni és számoztam a felvételeket, sorba raktam és közben beszélgettünk a betegségekről és az emberekről. Egyébként

azért kerültem kisiskolásként hozzájuk, mert az édesapám agrár- és közgazdászdiplomás szakemberként az ötvenes években rendszerellenes kijelentést tett és börtönbe került. Később édesanyámmal – aki az én születésem miatt otthagyta az orvosi egyetemet – és a húgommal együtt Agárdra kerültem. Rövid idő múltán Budán találta magát a család a XII. kerületben. Ma sem tartják normálisnak, aki pszichi-



Mire az ember megbölcslül, az is egyértelművé válik, hogy a szakmán túl a legfontosabb a család. Ezzel Ön is így van?

– Valóban és a legszebb ajándék benne az unoka. Az ember szereti, és szövetséget köt velük a szülők ellen, majd visszaadja az anyukának és az apukának. A felelősség már a szülőké. Négy gyerekem született: három lány és egy fiú. Mára természetesen felnőttek. Dóra lányom állatorvos



és Hannoverben él, ahol szintén állatorvos férje az ottani állatkert igazgatója. Ők ajándékoztak meg a két unokával Botonddal és Borókával. Áron fiam Amszterdamban él közgazdász, Lili lányom szintén közgazdász és itt van, Anna lányom pedig szociális munkás és itthon dolgozik.

Ne feledkezzünk meg a négylábú barátokról sem, a kutyájáról.

– Ő egy tibeti masztiff, mert ő egy buddha kutya és Bárdo névre hallgat. Vele járom Nagykövácson az erdőt, hogy kiszellőztessem a fejem.

Várhegyi Andrea



Egymás fölé kerekedni, avagy teljesítménykényszer az ágyban

Még mindig Kecskemét. Pilling János egy, az M5-ösön bekövetkezett baleset miatt éppen az utolsó percben lépett be az ajtón. Purebl György már felkonferálta a Lélekemelő extra előadójaként, aztán éppen azon töprengett hangosan, hogy ha nem érkezne meg, akkor miről is beszéljünk, amikor nyílt az ajtó, és belépett János, aki így azonnal nagy tapsot kapott jutalmul.

„Minden a szexről szól. Kivéve a szexet, ami minden másról szól.”

(Gyimesi Andrea)



Már az előadás címe is vonzza a résztvevőket, így aztán egy szalmaszálat sem lehet leejteni a konferenciateremben. Miről szól a szex? Az előadó Hevesi Krisztát idézte, aki szerint: élvezet/öröm, gyermekáldás, nőiesség/férfiasság, önértékelés, párkapcsolat meg erősítése, anyagi előnyök, dominancia és alávetettség, agresszió/ellenségesség, stresszcsökkentés,



kaland, teljesítmény. Ez utóbbit, a szexuális teljesítmény témakörét járta körbe a humorral dúsított előadás.

A szexuális teljesítménnyel kapcsolatos aggodalmaknak ezernyi árnyalata van. A férfiak például sokat foglalkoznak a méreteikkel. Egy fotó, rajta Jonah Falcon amerikai író, színész, akinek pénisz mérete nyugalmi állapotban 24, izgalmi állapotban 34 centi!

A jelenleg 46 éves világrekorder azonban mindmáig az anyjával él – teszi hozzá János. A nőket hasonlóképpen foglalkoztatja a mellük mérete. Az ezt illusztráló fotón Kelemen Annácska hatalmas mellei – egy plasztikai sebész honlapja szerint kis hazánkban ő a rekorder. A mellnagyobbítás világrekordja egyébként 9 kg. A méretek mellett az aggodalmak másik forrása a szex gyakorisága. A jópofa karikatúrán egy házaspár mindkét tagja egy-egy könyvet olvas – a férfi kezében a könyv: 101 pozíció, a nő kezében: 102 kifogás. Aggodalmak (és dicsekvések) forrása lehet azonban az együttlétek időtartama is. Mae West amerikai színésznő például egy interjúban azzal dicsekedett, hogy 15 órán át szeretkezett egy Ted nevű fickóval!



ben Sally (Meg Ryan) egy étteremben mutatja be, hogy hogyan lehet ezt bármikor, bárhol megtenni... s, hogy miért színel a nő? A női önképe miatt, a kapcsolatért, mert szereti azt a férfit, vagy egyszerűen csak ezért, mert már elfáradt, és inkább aludni szeretne...

A teljesítmény hajszo-
lása, a teljesítménykény-
szer azonban számos
szexuális probléma forrá-
sa lehet. Az első együttlét

Az ágyban tehát mintha Superman és Supergirl találkozna. Az elvárások növekedésére egyre több üzlet épül. Az előadásban máris sorjáznak a webshop-ok gyakran nevetséges példái: pénisznövelő tabletta, pénisznövelő krém, pénisznyújtó készülék és a kispénzűeknek pénisznövelő e-book... A nőknek mellnagyobbítás, mellkisebbités, mellplasztika hitelre, speciális üzleti ajánlattal, s itt is egy lehetőség a kevésbé tehetősöknek: mellnagyobbítás Photoshop segítségével... Majd újabb extrémítás: a G-pont feltöltés, amelynek során hialuronsavas injekcióval igyekeznek fokozni a gyönyörérzetet. Valójában a szexológiával foglalkozó szakemberek körében a G pont létéről és helyéről is nagy viták vannak, ennek megfelelően a G pont feltöltés is alapvetően csak üzleti modellként értelmezhető – a szakemberek tiltakozása és érvei azonban általában nem jutnak el a teljesítmény hajszo-
lókhoz.

nem ritkán sikerül balul a fokozott elvárások és a szorongás miatt. A merevedési zavar kialakulásában pedig gyakran játszanak szerepet olyan önrontó körök, amelyekben a teljesítményszorongásnak kiemelt szerepe van. Az első kudarc miatt megélt szorongást fokozhatják a partner negatív reakciói. Az anticipált szorongás a szexuális kapcsolat ritkábbá válásához vezet, a negatív automatikus gondolatok rontják a merevedés kialakulásának és fennmaradásának esélyét, a rövid ideig fennálló merevedés miatt pedig a férfi arra törekedhet, hogy ez az egész jelenet minél hamarabb érjen véget – és a merevedési zavar máris korai magömléssel társul.

Hogyan kezelhető a teljesítményszorongás? Az előadás végén a szexuálterápia hatékony módszereiről volt szó: a paradox instrukciókról, a kognitív újrastrukturálásáról, a szexuális scriptek átírásáról, a tudatos jelenlét technikákról és az érzéki fókusz gyakorlatokról.

A szexuális teljesítménnyel kapcsolatos elvárások ugyanis immár egyre inkább a pornófilmek alapulnak. A teljes internetes tartalom 1%-a pornográfia, ami így is több millió fáj. Egy kutatás szerint élete során pornófilmet látott már a férfiak 96%-a, a nők 76%-a, az elmúlt 12 hónapban azonban a férfiak 72% a, nők 24%-a nézett pornót – vagyis a férfiak nagyobb része újra és újra néz ilyen anyagokat, míg a nők egyszeri kíváncsiság után nem feltétlenül néznek ismét pornót.

A pornófilmek világát is rengeteg webshop igyekszik a mindennapokba is átültetni. Ezernyi variáció, szexuális segédeszközök diszkrét csomagolásban, ingyenes szállítással. Cicamaszk, lakk cselédruha, dildó, zselés vibrátor, vagina maszturbátor – és nem is sorolom tovább. Elképesztően izgalmas lehet a Supergirl és a Superman szexuális élete, ha mindezeket használja. Vagy mégsem?

Kielégíteni egymást, bármi áron... Kétségtelen, a nők igen sokféleképpen tudnak eljutni az orgazmusig: csikló ingerléssel, hüvelyi úton, análisán, mellbimbó ingerléssel, testedzés, sportolás közben, fantáziálás útján, alvás közben. De ha így van, vajon miért színelik olyan gyakran a nők az orgazmust? Harry és Sally – egy briliáns jelenet a filmből, amely-



S ami a legfontosabb tudatosítani, hogy a szex nem sport, célja nem a teljesítmény hajszo-
lása. Ezt illusztrálja egy fantasztikus tangó fotó az előadás végén, ami csupa szépség, csupa ritmus, csupa érzékiség, ahogyan a férfi és a nő átéli a pillanatot. A hozzá tartozó idézet: „Amikor táncolsz, nem az a célod, hogy eljuss a szoba egy bizonyos pontjára, hanem az, hogy élvezd a közben megtett lépéseket”.

B. Király Györgyi

„A leánykérés egy gyalogtúrán hangzott el”



Megjelenése alapján még medikának hinném, miközben tavaly már szakvizsgázott. Miért lett orvos?

– Mondhatnám, hogy kicsi gyermekkorom óta ez volt az elképzelésem a jövőmről. Korán foglalkoztatott a gyógyítás, noha az én családomban egyáltalán nem volt senkinek sem köze foglalkozását illetően az egészségügyhöz. Szabolcsban születtem, itt is nőttem fel, Kisvárdán jöttem a világra, a szüleimmel kezdetben Demecseren laktunk, majd Nyíregyházára költöztünk. A szüleim ma is ott élnek. Édesanyám ingatlanközvetítéssel foglalkozik, édesapám rovarirtással a cégében, Bernadett nővérem jogász. A középiskolát már a megyeközpontban végeztem, ahol a biológia, a fizika és a kémia tartozott a kedvenc tantárgyaimhoz, sőt korrepetáltam az iskolatársaimat is. Indultam egy genetikai tanulmányi versenyen és megnyertem a megyei szintű döntőt. Eldől a sorsom, jelentkeztem Debrecenbe az orvosi karra.

Rezidenst kerestem, ifjú szakorvost találtam a minap az Országos Pszichiátriai és Addiktológiai Intézet – Nyíró Gyula kórházban. A kórteremből jövet, kórlapokkal megrakottan, mosolyogva reagál a megkeresésre, miközben vagy hárman is szólnak hozzá a nővérpult mellől, a kispadról. Beszélgetésünk az orvosi szobában kezdődik, lecsippentve kis időt a napi tennivalókból, miközben többször keresik telefonon Varga Ritát és be is kopognak hozzá. Feltűnő a türelme, a kedvessége. És vélhetően a tudásával sincs baj, hiszen az Országos Rezidens Továbbképzési Napon fiatal kora ellenére ő vezetett a sürgősségről egy esetbemutatót.

Kollégista volt?

– Nem, albérletben kezdtem az önálló életet, de gőzerővel vettem részt a közösségi tevékenységekben is. A HÖK-ben a programszervezés volt a profilom, de rövidesen tagja lettem a Magyar Or-





vostanhallgatók Egyesületének is. A külföldi csere-diák programban kapcsolattartó szerepet vállaltam, ennek révén utaztam is külföldre. Erasmus-sal Törökországban, Isztambulban három hónapot töltöttem. Kardiológián voltam az ottani klinikán, akkor nagyon vonzott a belgyógyászat. Nagyon tetszett az a világ és meg is tanultam egy keveset törökül. Még nem tettem le róla, hogy esetleg egyszer meg is tanulom ezt a nyelvet.

Itthon hol kezdte a pályát?

– Éppen hat éve vettem át a diplomát és mehettem volna Szegedre a Pszichiátriai Klinikára, mert addigra eldőlt, hogy ez lesz a szakterületem. Szó volt Nagykállóról, Berettyóújfaluról, és Egerről. Rezidensi lehetőségeim közül a legutóbbit, Eger városát választottam. Valóságos mélyvíz volt. A köresetek, az ügyeletek és minden más tekintetben is, de én a „teher alatt nő a pálma” típus vagyok és örültem ennek. Két és fél éven át dolgoztam ott és párhuzamosan vállaltam részállást a sürgősségi osztályon. Nagyon érdekelt a szakma szomatikus oldala. Az ügyeletek során számos mérgezett, függő, öngyilkosjelölt beteggel, esettel találkoztam. Megbízható, a szak-

mában jártas kollégák segítették a munkámat. Az ügyeletben hajnalban is felhívhattam a tapasztalt szakorvos kollégát, hogy döntésem előtt kikérjem a véleményét. Önállóságra szoktam, tanultam a gyors diagnózist. Természetesen ehhez a sürgősségihez tartozó gyors leletek segítettek hozzá. Sokat tanultam Egerben.

Mégis a fővárosban találta meg az új lehetőséget. Miért döntött így?

– Hallottam, hogy új rendszerben dolgoznak a kollégák ebben a kórházban. Nagyon érdekelt és jelentkeztem rezidensnek. Szerencsém volt jöhettem és 2013 óta praktizálok az OPAI-ban, tavaly novemberben szakvizsgáztam. Mi érdekel elsősorban? Az évszavarral kezdtem foglalkozni: anorexia, bulémia stb. Kutatással folytatnám a pszichózisok neuroendokrin hátteréről. Igazán a pszichés betegségek belgyógyászati körkép előzményei vonzanak. A közöttük lévő összefüggéseket keresem és néhány esetben minden kétséget kizáróan meg is találtam. Például felborult szénhidrátháztartás esetén, vércukorszint probléma okán került hozzám beteg. A neuroendokrin háttér a pszichés zavarokban egyébként nem egyedi eset.

Nem hiányzott a sürgősségi ellátás Budapesten?

– Hogyne hiányzott volna, el is mentem a Péterffy Kórházba, és csakúgy, mint Egerben részállást vállaltam. Rengeteget tanultam az ügyeletben. Főként a toxikológia vonzott és nem egy alkalommal kikértem édesapám vegyész szakvéleményét a különböző mérgek hatásmechanizmusával kapcsolatban. Fontos kiegészítő információ volt a szakorvos kollégák szakmai segítségéhez. A kollégák szakmai alázata, emberségük, tudásuk számomra példaadó volt. Most éppen fizetés nélküli szabadságon vagyok onnan, de amint időm enge-





di, visszamegyek. Második szakvizsgámra készülök: pszichoterapeuta leszek. Ez lényegében azt jelenti, hogy a hangsúly nem a gyógyszeres kezelésen, hanem az emberi kommunikáción van. Az én nézetemmel ez egyeztethető elsősorban össze. A tartós segítség nem kizárólag a gyógyszeres gyógymód, beszélgetni kell a beteggel. Erre mindig kell időt szakítani.

Rövid idő alatt sok beteg közelébe került. Volt emlékezetes esete?

– Több is, az egyik egy 26 éves, fel nem ismert szkizofrén fiatalemberrel történt. Agresszív volt, dühöngött ezért a családtagjai elfordultak tőle. Bár korábban egyetemre járt, kiesett onnan. A háziorvosa küldte hozzánk. Hónapokon át kapott gyógyszeres kezelést, csoportterápián vett részt. Beszéltünk az édesanyjával és támogatásával sikerült közösen eljutnunk odáig, hogy ma már dolgozik. Tudjuk, hogy most csak tünetmentes. A másik betegem, szintén 26 éves, aki teljes szeretetlenségben, kemény, ag-

resszív apa mellett nőtt fel. Szorongó felnőtt lett. Nálunk most is jár terápiára, új szakmát tanul és vágyai szerint fogyatékos emberekkel akar foglalkozni. *(A fiatal doktornő szerényen egy meghatározó köszönő levelet vesz le az íróasztal fölötti falról. A fiútól érkezett, az emberséges gyógyításról írt torokszorító mondatokat.)*

Rita, ezt feszítő munkatempót ki kell pihenni. Hogyan sikerül?

– Színházrajongó vagyok és szerencsére ebben is velem tart jogász férjem. Az Örkény Színházba és a Katona József Színházba szeretünk járni. Az olvasás mostanában a szakirodalomra korlátozódik. Utazni is szoktunk, akár hazai wellness programra, akár határon túlra. Nemrég volt az esküvőnk, a nászút Amerikában volt, a tavasszal remélhetően Rómába megyünk. Itthon kerékpáron is túrázunk, a leánykérés egy gyalogtúrán hangzott el....

Várhegyi Andrea

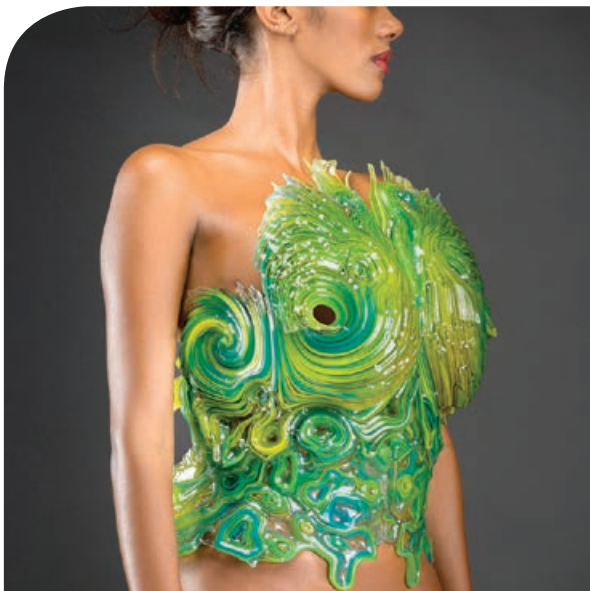
Pszichiátria és kultúra

„Bár egyre inkább háttérbe szorul a papír alapú olvasás, a könyv és a Gutenberg galaxis – nyitotta meg Füredi János a rendezvényt – mi nem követjük a divatot, ebben.” Kiemelte, hogy az elmúlt esztendőkből terítékre került a jog, a fotózás, a szívsebészet, az opera, a kulináris élmények, idén Siófokon a divat, a film és az olvasás viszi el a pálmát.



Tükröm, tükröm címmel **Radics Judit** és **Rózsavölgyi Éva** számolt be a divat rejtelméről, és változásáról egészen az ókortól kezdve napjainkig. Nofrete, Twiggy, Audrey Hepburn, Jennifer Lopez, és Iris Apfel, hogy csak néhány divatikon nevét említsem. A stílus (és ez igaz az öltözködésünkre is) maga az ember, a divat önismeretünkről és önazonosságunkról szól. Így a két előadó tökéletes harmóniában, elegáns kis feketében korall színű sállal, és rózsás magassarkúban okozott tekintet simogató perceket.





One-Man Show helyett, One Woman Show-val kápráztatott el bennünket **Görög Ibolya** protokoll szakértő, vissza is tapsoltuk, ahogyan kell. A miniszterelnökök, és miniszterek egykori protokoll főnöke megerősített bennünket abban, hogy a nonverbális kommunikáció sokkal fontosabb, mint a verbális. Kiderült, hogy milyen a helyes kézfogás, mikor illik kezét csókolni és mikor nem, hogyan kell begombolni a zakót a férfiaknak, és hogyan kell keresztbe tenniük a lábukat a nőknek. Apróságnak tűnik, de jó, ha tudod: ha valaki hátradról veled szemben, az nem figyel rád, ha előredől és rád néz, akkor nyertél! A karba tett kéz a témától való elzárkózást, a hátrahúzott kéz a koncentrációt jelzi!



Szirének, A híres ismeretlen, Senki többet. Ebből a három egész estét filmből választhatunk (miután eldöntöttük, hogy nem a több filmből részletek koncepció a nyerő) **Gerevich József** Filmklubjában. A senki többet remek döntésnek bizonyult.

Az orvos, a beteg és az olvasás téma alcímeként **G. Tóth Anita** Az irodalom érzéki gyönyörét mutatta be Faludy György Villon



fordításaiban. Faludy szabadsága vitathatatlan személyes életérzése tolmácsolásában, hiszen miközben Villon hangja nyers, szava tömör, kemény, népiesen vaskos és egyszerű, Faludy Villon-versei bőbeszédűek, simák, érzelmesek és pikánsak.

Osváth Péter előadása: Kultúra-nyelv-identitás. Állítja, hogy az egyén mindig kulturális mezőben létezik, de azt is, hogy a pszichiáternek központi szerep jut az orvostudományban és a világban, hiszen a lét nagy kérdéseivel foglalkozik, és persze nem akkor, ha valaki boldog. Segítséget kap a kultúrától, és az olyan remek íróktól, mint Szerb Antal, Ottlik Géza, Márai Sándor Georges Simenon Simon de Beauvoir és a lista tetszés szerint bővíthető.

Semmelweis Ignác rejtélyes élete és halála



Tudjuk, milyen nehezen fogadták el a kortársak Semmelweis Ignác korszakalkotó felfedezését, és azt is, hogy s milyen tragikus véget ért az egyik legnagyobb magyar orvos élete. Az MPT májusi vándorgyűlésén Wernigg Róbert, az Országos Tisztifőorvosi Hivatal Norvég Lelki Egészség Program Módszertani Központjának vezetője Semmelweis kézírása, élettörténete és kortársainak beszámolóí alapján arra a kérdésre kereste a választ, hogy befolyásolta-e valamilyen mentális zavar Semmelweis felfedezését és annak érvényre juttatását, illetve mi történne, ha ma betegként diagnosztizálnák?

Semmelweis szakmai nagysága vitathatatlan, higiéniéről alkotott tanai időtállóak. Figyelemre méltó és szinte hihetetlen, hogy abban az időben, amikor még mindenféle miazmákról meg tellurikus viszonyokról beszéltek, a fiatal kutató saját megfigyelései alapján még ma is helytálló epidemiológiai elemzést készített, s adatokkal alátámasztva levezette a gyermekágyi láz kóroktanát. A teljes képhez viszont az is hozzátartozik, hogy Semmelweis szélsőséges hangulati állapotokra és perfekcionizmusra hajlamos személyiség lehetett. Viselkedése olykor annyira furcsának tűnt, mintha nem pusztán „nehéz természetű” hanem mentálisan beteg emberről lenne szó. Vajon így van?

Neve 20 évig tabu...

Semmelweis életében több olyan mozzanat is van, ami erre utal. Élete tele van nehezen érthető döntésekkel: váratlanul elhagyta Bécset; felfedezését egy évtizeden át nem publikálta, és amikor mégis megtette, azzal vérgis sértette kora orvosait. Helyzete eleve abszurd: a fiatal, izgága orvos néhány hónap munka után tanszéki ülésen nyilvánosan megkérdőjelezi tanszékvezető felettesének

véleményét, majd rövid kutatási időszak után nyilvánítja, hogy elődei, felettesei és munkatársai, valamint ő maga is maguk felelősek sokak haláláért, és csak az segít, ha szigorúan betartják az általa előírt protokollt.

Ő maga egyetleneszer, támogatói unszolására és a Bécsi Orvosegyesület határozott felkérésére tartott nagy sikerű előadást 1850-ben, de ennek publikálását átengedte másoknak, a téves interpretálásokat nem cáfolta időben, a támadások hátterében zajló kicsinyes intrikák veszélyét pedig nem ismerte fel.

1861-es írásaiban is „gyanús” jelek mutatkoznak: érvelése önismétlő, gondolatmenete megreked, nem fejleszti tovább eredeti elgondolását a tudomány új felfedezéseivel (noha Pasteur 1860-ban bebizonyította, hogy a rothadást mikrobák okozzák). Hatalmi pozíciót vesz fel, feltétel nélküli egyetértést követel; eközben egyre kevésbé vesz tudomást tanítása szaporodó követőiről.

1865. június elején hirtelen elveszíti érdeklődését családja iránt. Falánkság, aluszékonyság, gyermekes viselkedés, koprolalia (illetlen, olykor durva szavakat használata), költekezés, nagyzásos hóbortok, igénytelen megjelenés, alkoholizálás,

hiperszexualitás, kicsapongó életvitel jelentkezik; mindez teljesen idegen addigi életvezetésétől.

Életének vége tragikus és elgondolkodtató: fokozódó kiszámíthatatlansága miatt eltiltják a betegektől, majd egy orvos felügyeli éjjel-nappal; végül 1865. július 30-án Bókai, Balassa és Wagner Bécsbe szállítatják Bókai beutalójával, ahol Hebra közreműködésével az Alsó-Ausztriai Tartományi Elmegyógyintézetbe (Niederösterreichische Landes-Irrenanstalt) viszik. Súlyosan elhanyagolják, és feltehetően bántalmazzák, ebbe hal bele. Halála után Magyarországon neve 20 évig tabu. Özvegye, gyermekei nevet változtatnak, fia öngyilkos lesz.

Elemzés a DSM-5 diagnosztikai rendszerrel...

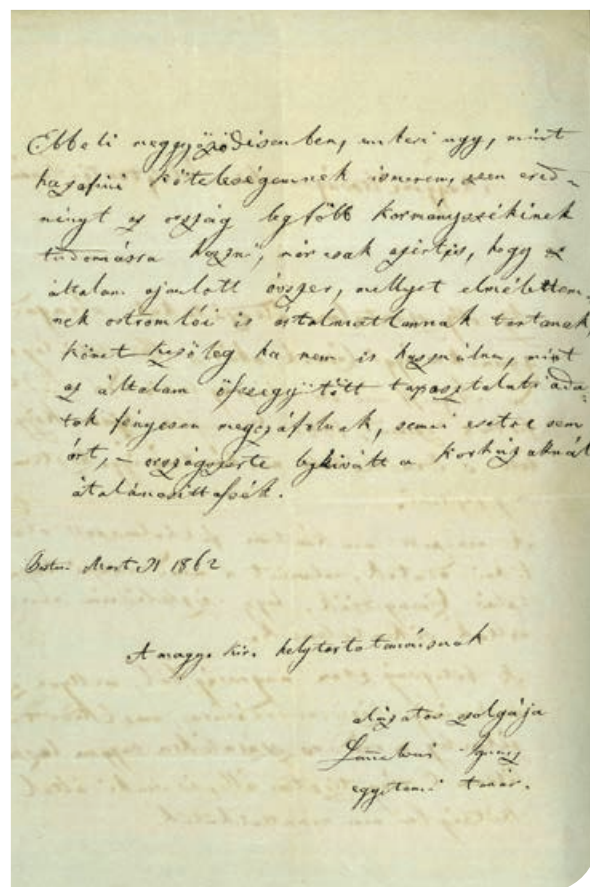
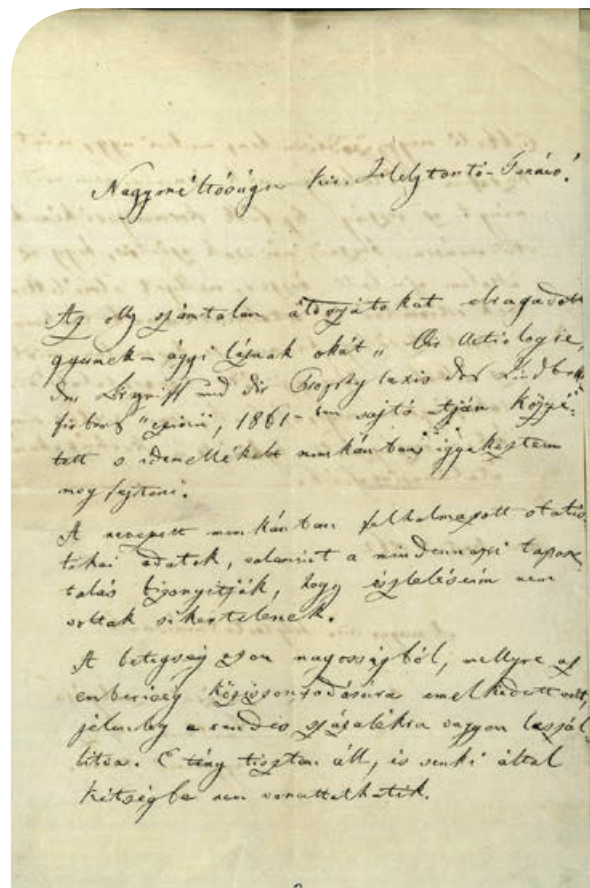
Nézzük – természetesen nem csak kiragadott példák, hanem a teljes vizsgálati anyag alapján –, milyen betegség állhat viselkedése hátterében! A ma használatos diagnosztikai rendszer, a DSM-5 ismérveit visszavetítve 1860-tól felmerül, 1863-tól pedig igen valószínű az enyhe, a beutalást megelőző 5 hétből a súlyos neurokognitív zavar. Kifejlett bipoláris affektív zavar, írásfóbia, valamint akut és poszttraumás stressz zavar felvethető, de a jelenleg rendelkezésre álló adatok alapján nem bizonyítható; a bipolaritás mellett azonban számos érv szól. Az 1860. körül kezdődő, vélhetően neuroszifilisz által előidézett frontotemporális kognitív zavar a boncolási leletek és a későbbi exhumálási szakvélemények figyelembe vételével bizonyítottan tekinthető.

Élettörténeti adataiból az a következtetés vonható le, hogy az 1860-as években már voltak jelei a mérsékelt diszfunkciónak, a hatvanas évek elején-közepén ez fokozódott, 1865 nyarán pedig már súlyos diszfunkcióról beszélhetünk.

Összefoglalva, elsődleges mentális zavar nem bizonyítható, de valószínűsíthető a bipoláris zavar. Semmelweis a halála előtti hetekben bizonyíthatóan organikus pszichoszindrómában (frontotemporális neurokognitív zavar és lázas delírium) szenvedett. Felfedezése valószínűleg nem mentális betegség közvetlen tünete volt. Érvényesülését rigid alkalmazkodóképessége akadályozhatta, de bizonyos értelemben segítette is.

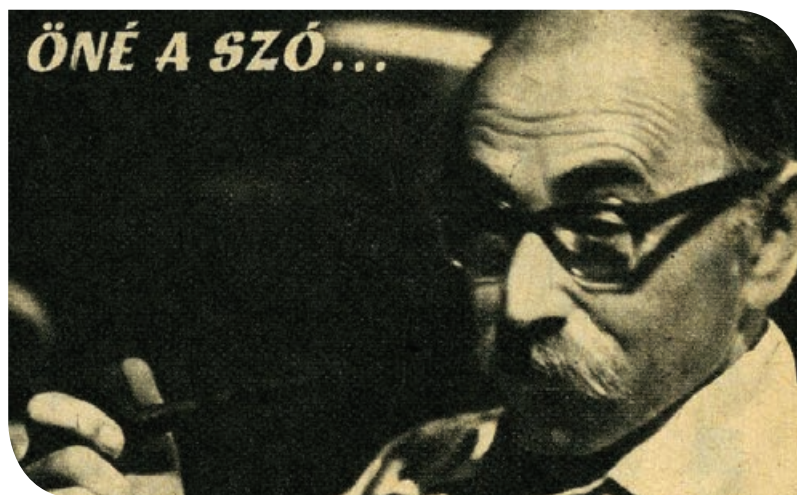
A XIX. században igazán hatékony gyógymódokat egyik felvetett betegséggel kapcsolatban sem ismertek. Ma a nem-publikáláson, a hibás kommunikáción segítene a személyes hatékonysági tréning, a coaching, a mentoring. A bipoláris tünetek kezelése valószínűleg nem lenne releváns a felfedezés szempontjából; esetleg késleltetné, de javíthatná az elfogadottságát. A tercier szifilisz antibiotikummal gyógyítható vagy mérsékelhető lenne.

Vámos Éva



Semmelweis Ignác levele a Helytartótanácsnak, hogy a gyermekágyi láz megakadályozására az általa ajánlott védekező módszert minden kórházban és ápoló intézetben vezessék be

Budapesten a Pázmány Péter Tudományegyetemen szerzett orvosdoktori oklevelet 1940-ben, pályáját Csepelen kezdte általános orvosként. Pszichiátriai gondolkodását jelentős mértékben befolyásolta, hogy Szondi Lipót tanítványa lehetett, Illyésné Kozmutza Flóra, Mérei Ferenc, Kardos Lajos társaságában. A tanár és példakép Szondi Lipót pályakezdő éveit az Apponyi Poliklinikán és a Gyógypedagógiai Pszichológiai Laboratóriumban Ranschburg Pál mellett töltötte. A Vallás és Közoktatásügyi Minisztérium 1940. december 31-i hatállyal indoklás nélkül, de köztudottan a zsidótörvények következményeként felmentette állásából. Ezután 1944 júliusában Bergen-Belsenbe történt deportálásáig a ciszterci rend védelme alatt is folytatta munkáját, írt és tanfolyamokat tartott. 1944 decemberében családjával együtt Svájcban kapott menedékjogot. Negyedszázados magyarországi munkásságának idején alkotta meg világhírű tesztjét, a Szondi-tesztet.



1945–47-ben a kolozsvári Bolyai Tudományegyetemen tanított pszichológiát meghívott professzorként. Utána visszatért Budapestre, ahol 1948-ban az Országos Ideg- és Elmegyógyintézet főorvosává nevezték ki. 1951-ben elmeorvosi szakvizsgát tett. 1952 és 1957 között az intaházai Munkaterápiás Elmegyógyintézet igazgatói posztját töltötte be. Itteni tapasztalatait és gyógyítási módszerét foglalta össze az Aranyketrec: egy elmegyógyosztály élete című könyvének első kiadásban, amely

1957-ben jelent meg. A mű címét – ahogy ezt az író a könyvben el is meséli – nem ő adta, hanem Helga, egy az intézetben ápolt skizofrén beteg. „Kettős ketrecben élnek az elmebetegek. Egyiket ők építik a lelkük köré, a másikba a társadalom zárja a testüket. A maguk csinálta ketrec rácsait nehezebb lebontani, sokszor megoldhatatlan, a társadalom emelte falat lebontani sem éppen könnyű, de legalább nem reménytelen. S ha ledönteni nem is, de megaranymozni a ketrecet! Ez is valami.”

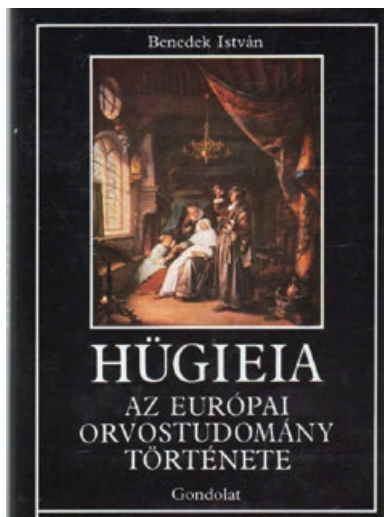
1957-58-ban Kistarcsára internálják, majd Budapestre visszakérülve 10 éven át vezeti a XI. kerületi pszichoterápiás szakrendelést.

1971-től felhagy orvosi tevékenységével, szabadfoglalkozású író lesz, ismeretterjesztő előadásokat tart a rádióban és a televízióban. 1968 és 1971 között a XII. kerületben a Tanács művelődési osztályának tanácsadójaként működött, s megindította a kerület Hegyvidék c. folyóiratát. A következő években szakíróként, lexikonszerkesztőként, szépíróként dolgozott, és számos értékes televíziós műsort készített. Az 1990-es rendszerváltozást követően, 1992-től haláláig a Magyar Újságírók Közössége tiszteletbeli elnöke volt, emellett tiszteleti tagjává választotta a Magyar Orvostörténelmi Társaság.

Legismertebb kutatási területe a Semmelweis-életmű feltárása, melyet az a vágy mozgató, hogy igazságot szolgáltatson Semmelweisnek a róla megjelent sok-sok rágalommal és pontatlan következtetéssel szemben. Lépésről lépésre dolgozta fel a legnagyobb magyar orvos életművét, s írta meg 1967-ben első követét, amelynek nagyon nagy visszhangja volt. Az orvosi szakma „hivatalból” támadta őt, mivelhogy nem fogadta el a Semmelweis halálának okaként oly sokszor hangoztatott vérmérgezés-elméletet, hanem ehelyett élete utolsó hónapjainak folyamatos agyi elborulásaként a

szifiliszt (paralysis progressiva) jelölte meg. A 2000 után lefolytatott orvostörténelmi kutatásokból, s egykori boncolóorvosa leírásából kitűnik, hogy Benedek István hipotézise – miszerint egy fertőzött beteg boncolásakor szerzett sérülés kapcsán kapta meg a betegségét – valósnak mutatkozik, valóban ez a betegség támadta meg Semmelweist, s végső soron ez okozta a halálát.

Sokat foglalkozott a darwinizmus és a lamarckizmus kutatásával, különösen az utóbbi témakörben talán az egyetlen nagy magyar monográfia az ő nevéhez fűződik. Fontos megemlítenünk más jellegű orvosi kutatásait, hiszen a művelődéstörténeten belül elsősorban orvostörténész és biológiai történész volt. 1967 és 1973 között az orvostudomány kiemelkedő személyiségeinek életét kutatta, majd valamennyi jelentős régi tudós életrajzát megírva, a négy kötetes akadémiai orvosi lexikonban helyezte el azokat. Ezek az összefoglalók maradandó értékűek.



Értékes monográfiája jelent meg „Hügieia” címmel, amely az orvoslás klasszikus századainak történetét foglalta össze. A Magyar Televízió archívumában talán még őrzik orvostörténelmi előadásait, amelyek főbb részeit a Tudóra című televíziós sorozatban mutatták be, az 1990-es évek második felében. Kedvenc kalandozási területe az egykori tibeti és indiai kultúra, valamint e korszak gyógymódjainak meg-



ismerése volt. E témakörben jelent meg a „Mandragóra” című kétkötetes munkája, amelynek első kötete Tibetről, a második Indiáról szól. 1987-ben önálló kötetben foglalta össze a tibeti orvoslásról és varázslásról szóló elgondolásait.

Számos művével gazdagította a regényirodalmat, könyvei több helyen is kapcsolódnak pszichiai elgondolásaihoz, a gyógyító munkája során szerzett tapasztalataihoz. Talán legismertebb három kötetes műve a Csineva. Kiemelkedően mély értője volt a francia kultúra történetének is, elsősorban a felvilágosodástól kezdődően. 1965-ben jelent meg összeállítása „Természet-tudomány a francia felvilágosodásban” címmel, regényszerűen számolt be az egykori párizsi szalonokról, 1976-ban jelent meg művészettörténelmi munkája „-mondta Krisztina. Párbeszéd az impresszionizmusról” címmel. 1978-ban írt könyvet Rousseau-ról, s édesapjával együtt fordította le Rousseau Vallomásait.

Aktív turista volt, s emellett kutatta a hegymászás történetét. Legismertebb munkája a „Csavargás az Alpokban”, amely első kiadásban 1958-ban látott napvilágot. Egykori turisztikai felszerelésének általa nagyra becsült darabjai ma a dobogókői Eötvös Loránd Emlékház állandó kiállításán láthatók.

1992-ben életművéért Szent-Györgyi Albert- és Széchenyi-díjat kapott a tudományos ismeretterjesztés terén kifejtett tevékenysége elismeréseként. Benedek István 1996. június 9-én halt meg Velencében.