

IMÁGÓ BUDAPEST

pszichoanalízis — társadalom — kultúra

Az Imágó Egyesület lapja

Alapítva: 2010-ben

2017/2

FENOMENOLÓGIA és DASEINANALÍZIS

Bevezetés (Krékits József, Kőváry Zoltán)3

TANULMÁNYOK

Gion Condrau: Daseinanalízis (Részletek)5

Lubinszki Mária: A legsajátabb lenni-tudás művészete17

Fazekas Tamás: A Másik terápiája – Egy interkulturális
pszichoterápia filozófiai alapjai25

Krékits József: Az álmom én vagyok – A daseinanalitikus
álomértelmezésről37

MŰHELY

Kőváry Zoltán: „A létezés lényegét illetően történeti.” –
Az élettörténeti megközelítés jelentősége a klinikai munkában
és a pszichológusok képzésében53

Sárkány Péter: A „lenni-tudás” mint erőforrás – A daseinanalízis
„helye” a szociális segítőszakmákban71

Pintér Judit Nóra, Kassai Szilvia, Rácz József:
A tünet mint az élettörténet társszerzője – A hanghallás
fenomenológiája79

ARCHÍVUM

Szász Zoltán: Pro és kontra a pszichoanalízis körül (1935)94

ENGLISH SUMMARIES97

E SZÁMUNK SZERZŐI101

• **IMÁGÓ Budapest** •

ISSN 2062-5383

6. évfolyam, 2. szám, 2017
FENOMENOLÓGIA ÉS DASEINANALÍZIS

Főszerkesztő:
BORGOS ANNA

Szerkesztőbizottság:
AJKAY KLÁRA, BÉKÉS VERA, BÓKAY ANTAL (elnök), CSABAI MÁRTA,
ERDÉLYI ILDIKÓ, ERŐS FERENC, HÁRS GYÖRGY PÉTER, TOM KEVE, SZÉKÁCS JUDIT,
VAJDA JÚLIA, VALACHI ANNA

A szerkesztőség tagjai:
BÁLINT KATALIN, BORGOS ANNA, CSABAI MÁRTA, DOBOS ELVIRA,
ERŐS FERENC, GYIMESI JÚLIA, KOVAI MELINDA, KOVÁCS ANNA, KOVÁCS
PETRA, KŐVÁRY ZOLTÁN, LÉNÁRD KATA, PAPP-ZIPERNOVSZKY ORSOLYA

Jelen számot szerkesztették:
KRÉKITS JÓZSEF és KŐVÁRY ZOLTÁN

Tördelőszerkesztő:
KOVÁCS ANNA

Az Imágó Budapest szerkesztőség e-mail címe:
imago@imagoegyesulet.hu

A kiadó Imágó Egyesület URL címe: <http://www.imagoegyesulet.hu>
A folyóirat URL címe: <http://imagobudapest.hu>

Copyright by Imágó Egyesület, 2017
Felelős kiadó: ERŐS FERENC, alapító főszerkesztő

Bevezetés

A daseinanalízis az emberi *ittlét* filozófiai alapokon nyugvó fenomenológiai-hermeneutikai szemlélete, megközelítése. A német Dasein szó nehezen ültethető át más nyelvekre, ezért más nyelvterületen is megtartották ezt a heideggeri kifejezést, melyet magyarra ittlétnek, jelenvalólétnek szoktak fordítani. Ez nem más, mint az ember a maga egzisztenciájában, világban-való-létében. Így a daseinanalitikus terápia az egzisztenciális pszichoterápiák közé sorolható, melyek célja a pszichoanalízis továbbfejlesztése. A daseinanalízis az 1960-as években született meg Heidegger filozófiájából, Freud pszichoanalíziséből és Husserl fenomenológiai módszeréből Svájcban. A fenomenológiai megközelítés középpontjában a szubjektív tapasztalat áll, amely nem ragadható meg természettudományos módszerekkel, hanem csak egy előítélet-mentes együttlét keretében válik megérthetővé mind a terapeuta, mind a kliens számára. A megértés pedig a szabad-létet szolgálja, hogy a kliens eljuthasson saját létlehetőségei autentikus választásához, és ne hódoljon be a kultúra vagy mások által ráerőltetett konvencióknak, tőle idegen sémáknak.

Tematikus számunkat a Magyar Daseinanalitikai Egyesület és a Szegedi Pszichológiai Intézet által 2016 november 22-én, Szegeden „Szabadság-patológiák” címmel megrendezett konferencia inspirálta. Az itt megjelent tanulmányok részben ekkor hangzottak el előadás formában, részben új és kibővített tematikájú írások. Mindezt kiegészítettük Gion Condrau: *Daseinanalízis* című könyve két fejezetének fordításával, hogy rámutathassunk a daseinanalízisben végbement változásokra, fejlődésre és termékeny belső vitákra, valamint a mozgalom történetiségére. Ezzel szerettük volna bemutatni azt is, hogy nem lezárt és kőbe vésett pszichoterápiás és antropológiai irányzatról van szó, hanem folytonos változásban lévő, alakuló és bővülő gondolkodásmódról. Ezt véleményünk szerint a tematikus számban megjelent írások is tükrözik. Már a konferenciánkon is nyitottunk a tágabb értelemben vett fenomenológiai megközelítésmód felé, azaz nemcsak szorosán vett daseinanalitikus tematikájú előadások hangzottak el. Ezt példázzák Kőváry Zoltán valamint Pintér Judit Nóra és munkatársai műhelytanulmányai is.

Az elméleti tanulmányok közt ki kell emelnünk Fazekas Tamás, a Magyar Daseinanalitikai Egyesület alapítójának írását, aki a más kultúrájú kliensek pszichoterápiájának daseinanalitikai szempontú elemzését nyújtja. Külön kitér a kultúra és az interkulturalitás fogalmaira, és arra, hogy az ilyen jellegű terápia folytatása során még fontosabb a nyitottság a másság iránt. E nélkül csak a más kultúrájú kliensek leigázása, gyarmatosítása történhet meg a saját kultúránk nézőpontjainak érvényesítése által. Saját normativitásunk képviseletével sem megértés, sem segítség, gyógyítás nem történhet. Mivel a kultúrát elsősorban a nyelv hordozza, nem iktatható ki a tolmácsolás szükségessége a kommunikációból. A fenomenológiai szemlélet egyik lényege az előítélet-mentesség, ezért fontos, hogy saját kultúránkat is képesek legyünk elfogultság nélkül, kritikusan szemlélni, csak így válhat a pszichoterápia a valódi otthonosság és az igazi együtt-lét helyévé, azaz gyógyítóvá.

Lubinszki Mária, egyesületünk másik alapító tagja elméleti tanulmányában a heideggeri metaforikus bölcséleti fogalmakat fordítja le a pszichológia nyelvére. Érinti azt, hogyan menekülünk a szorongás hatására legsajátabb önmagunk elől, és hanyatlunk rá a mindennapiság akárki-létére. Azaz csakis a szorongás bizonyos mértékű elviselése és a halál-felé-való-lét tudatosulása szem-

besíthet bennünket lelkiismeretünkkel és létünk egyszerűségével, hogy autentikus önmagunkká válva beteljesíthessük ittlétünk értelmét és egyediségét.

Krékits József tanulmánya elsősorban a daseinanalitikus álomelemzés módszerét mutatja be a gyakorlatban, saját esetvignetták segítségével. Egyúttal kísérletet tesz a fogalmi metaforaelmélet és a daseinanalitikai módszer közelítésére, rámutatva a nyelv és az álmok nyelvezete közti analógiákra. Az álombeli tartalmak egzisztenciálék segítségével történő elemzését igyekszik saját példákkal alátámasztani és érthetővé tenni. Rámutat az álmok önismereti jelentőségére, azaz arra, hogyan ábrázolják a sematikus viselkedés szabadságot beszűkítő voltát, illetve hogyan utalnak még be nem teljesült létlehetőségeinkre.

A következő műhelytanulmány Kőváry Zoltántól származik, melyben a szerző saját oktatói tapasztalataira támaszkodva elkötelezetten érvel a fenomenológiai-történeti szemlélet fontossága mellett a pszichológushallgatók oktatásában. A jelenlegi természettudományos túlsúlyú pszichológiaoktatás ellenében egy „human science psychology” mellett teszi le voksát, mivel a „kapcsolati problémák” a legtöbb esetben nem közelíthetők meg a „natural science psychology” segítségével. Azaz a szellemtudományos paradigma háttérbe szorulása eszköztelenné teszi a végzett pszichológusokat az emberi problémák megközelítése és megoldása tekintetében. Ennek megváltoztatására tett elméleti és gyakorlati erőfeszítéseit és eredményeit írja le tanulmányában a szerző.

A fenti, oktatással kapcsolatos gondolatmenetet viszi tovább Sárkány Péter, aki a szociális segítő szakmák képzéséből hiányolja a daseinanalitikai megközelítést. Mivel a szociális munka eleve interdiszciplináris megközelítésű szakma, ezért jól illeszkedik hozzá a daseinanalízis gondolkodásmódja, amely eleve tudományközi, hiszen filozófia, antropológia és pszichológia határterületeit foglalja magába. A daseinanalízis nem-normatív megközelítése, valamint szabadságra és felelősségvállalásra irányuló célkitűzése kiválóan elősegíthet egy életvilág-irányultságú, emberi problémákra orientált szociális segítő tevékenységet, ezért ennek egyetemi oktatása mellett érvel a szerző.

Pintér Judit Nóra és munkatársai műhelytanulmánya egy hanghallással élő kliens mélyinterjújának szisztematikus feldolgozása az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) módszerével. A tanulmány bemutatja, hogy a hanghallás mint betegségtünet hogyan válik megértett sorseseeménynyé, és hogyan épül be a kliens identitásába. Csak az értelemképződés folyamatában válik elfogadhatóvá a betegség a kliens számára, és ezáltal indulhat el a gyógyulás-keresés folyamata is. A tanulmány pontos elméleti alapvetéseket is megfogalmaz, majd ezek felhasználásával viszi végig a kutatást, amely egyben a betegségbelátást segítő gyógyító beavatkozás is.

Reméljük, hogy az *Imágó Budapest* jelen tematikus száma hozzá járul ahhoz, hogy a daseinanalitikai, egzisztenciális és fenomenológiai megközelítés ismertebbé váljon a hazai pszichológiai kultúrában. Hiszünk benne, hogy ezáltal egyre több szakember számára világossá válhat a szemléletmód megkerülhetetlensége, mivel úgy véljük, a daseinanalízisre is maradéktalanul igaz, amit Rollo May az egzisztencialista terápiákról mondott még a hatvanas években, miszerint az „nem újfajta technikák készlete, hanem az, ami minden technika alapja kellene hogy legyen”, és „minden pszichoterapeuta egzisztencialista annyiban, amennyiben jó terapeuta, vagyis amennyiben képes a páciensét annak valóságában megragadni”.

Krékits József és Kőváry Zoltán

TANULMÁNY

*Gion Condrau***Daseinanalízis**(Részletek)¹

Bevezetés

A daseinanalízis annak a szellemi megújulásnak köszönheti létrejöttét és fejlődését, amely a két világháborút követte. A húszas években a pszichiátria területén egy olyan mozgalom kelt életre, amely részben a freudi pszichoanalízis ellenében, részben egyfajta tudományos elégedetlenségnek köszönhetően az emberi létezésnek és zavarainak új alapértelmezését kutatta, eltávolodva a hagyományos, rendszerező klinikai pszichopatológiától. Különösen a pszichiátria és a pszichoterápia egyoldalúan természettudományos irányultsága esett erős bíráló alá. Így jött létre az úgynevezett „antropológiai” pszichiátria olyan kutatók nevéhez kötve, mint Ludwig Binswanger, Viktor von Weizsäcker, Erwin Straus, Viktor von Gebattel, Eugene Minkowski, Hans Kunz, Alfred Storch, Jürg Zutt, Henri Maldiney, Jan H. van den Berg, bizonyos értelemben Henri Ey, Maurice Natanson és mások, akik már a jelentős 1927-es év előtt is Max Scheler, Sören Kierkegaard, Franz Brentano, Wilhelm Dilthey, Paul Natorp, Henri Bergson és végül döntően Edmund Husserl, Wilhelm Szilasi majd Martin Heidegger műveit tekintették irányadónak. Karl Jaspers és Jean-Paul Sartre hatása kevésbé volt meghatározó, annak ellenére, hogy előbbi maga is a pszichiátriából indult ki, míg utóbbinak egy külön egzisztenciális pszichoanalízis (Psychanalyse existentielle) létezését köszönhetjük. Binswanger, Minkowski, von Gebattel és Straus négyese később „wengeni kör” néven vált ismertté. Wengen, a berni felvidék egyik ismert települése, minden bizonnyal Binswanger kedvelt üdülőhelye volt, ahol rendszeres időközönként eszmecsereire hívta össze a többieket, akikkel még legalább húsz évig tartott fenn személyes kapcsolatot (vö. Passie, 1995, E. Wiesenhütterre hivatkozva).

Ludwig Binswanger (1881-1966) tekintjük a daseinanalitikus pszichoanalízis megalapítójának. Kutatási érdeklődését mindenekelőtt a husserli fenomenológia intenzív

¹ A fordítás az alábbi kiadás alapján készült: Gion Condrau: *Daseinsanalyse. Philosophisch-anthropologische Grundlagen. Die Bedeutung der Sprache. Psychotherapieforschung aus daseinanalytischer Sicht*. Dettelbach: Röhl Verlag, 1998. (Einleitung és Anfang der weitergeleiteten Nachricht c. alfejezet) A fordítás a kiadó szíves engedélyével történt.

kutatásához kötődő fenomenológiai antropológiaként körvonalazza. Először 1941-ben nevezi – Jakob Wyrsh javaslatát megfontolva – daseinanalízisnek. Ez idő tájt Binswanger-re meghatározó befolyást gyakoroltak Martin Heidegger művei, különösen az 1927-ben megjelent *Lét és idő*. 1942-ben jelent meg Binswanger főműve, *Az emberi ittlét alapformái és megismerése* (Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins), melyet a daseinanalízissel, a skizofrének nyelvezetével és viselkedésével, valamint a melankóliával és a mániával kapcsolatos vizsgálatokról szóló tanulmányok sora követett. Binswanger abban látta a daseinanalízis pszichiátriában betöltendő feladatát, hogy egy bizonyos egyedi ember létének adott felépítettségét segítsen megismerni, még hozzá függetlenül az egészséges-beteg, a normakövető-normaellenes különbségtételtől. Különösképp erősen kritizálta azt a felfogást, hogy az elmebetegek lelki életében semmiféle jelentés-összefüggések nem mutathatók ki. Az empátiás és a nem empátiás érzelmi élet közti határ éppen a szemlélő átélőképességétől függ.

Binswanger daseinanalízise a pszichoanalízistől eltérően alakult ki. Az utóbbi elsődlegesen egy terápiás impulzus hatására jött létre, míg az előbbi egy tudományos kezdeményezésnek köszönheti létrejöttét, amely azon az elégedetlenségen alapszik, miszerint a pszichopatológia nem rendelkezik tulajdonképpen ismeretelméleti alapokkal. Az új, Binswanger nyomán létrejövő vizsgálati módszer lehetővé tette a pszichiátriának a konkrét, közvetlenül megfigyelhető pszichopatológiai tünetek és tünetcsoportok fenomenológiai megértését és leírását. A daseinanalízis megalapítója lépésről lépésre világította meg, hogy milyen szűkek az emberi viselkedéssel kapcsolatos természettudományos gondolkodásmód határai, és hogy ezáltal épp az emberi létezés specifikusan emberi tényezői szorulnak háttérbe. Itt elsősorban Heideggerre támaszkodik, aki szembement Descartes azon tézisével, mely a világot a szubjektum-objektum kettősére osztotta, és amelyet Binswanger a tudomány rákos sejtjének nevezett. Kiemelten fontos volt számára a szubjektum-objektum megosztottságot a pszichiátriás gondolkodás területén is kiküszöbölni, amit számos skizofrén beteg életútjának daseinanalitikus bemutatásával szemléltetett. Az sem lehet véletlen, hogy Binswanger tanítványai közül később többen is a szociálpszichiátria irányába fordultak, bár a daseinanalízis lényegéből adódóan eleve szociológiai-társadalmi természettel bír (Boss, Condrau, 1980, 738.).

A második világháború után egy Binswangertől eltávolodó daseinanalitikus iskola is kialakult, melynek elsődleges célja Heidegger tanainak a neurózistanban és a pszichiátriában² való terápiás alkalmazása volt. Medard Bossnak (1903-1991) sikerült felkeltenie

² Binswanger egy hollandiai, 1963. május 15-én kelt levelében azt hangsúlyozta Stephan Strasser professzornak, hogy a daseinanalízis „egyáltalán nem pszichoterápiás” célokat szolgál, még ha egyszer így nyilatkozott is a témában egy lindai pszichoterápiás ülésen.

személyesen Heidegger érdeklődését a pszichoterápia ügye iránt, és meggyőzni, hogy vegyen részt képzési programjukon. Végül ez vezetett a metapszichológia, a freudi pszichoanalízis és a Jung által képviselt „komplex pszichológia”, valamint a neurotikus, pszichoszomatikus és pszichotikus betegségek jelenségének fenomenológiai-daseinanalitikus megközelítése közti elkülönüléshez (Boss, 1957).

Ebből a szempontból vizsgálva feleslegessé válik a „fenomének mögött” rejlő tudatlan erők és az emberi betegségek létrejöttének okai közötti összefüggéseket kutatni, inkább az egészséges és a megzavart emberi létezés jelentéstartalmának megértését kellene előtérbe helyezni (ez azonban semmiképp sem jelenti azt, hogy ne adnának teret a biografikus fejlődéstörténetnek). Boss tanítványai köré szerveződött a hetvenes évek elején a Svájci Daseinanalitikai Társaság [Schweizerische Gesellschaft für Daseinsanalyse] és a Zürichi Pszichoterápiás és Pszichoszomatikus Daseinanalitikai Intézet [Daseinsanalytische Institut für Psychotherapie und Psychosomatik in Zürich] (Medard Boss Alapítvány) [Medard Boss Stiftung], amely Martin Heidegger „áldását” is elnyerte.³

Ezzel a daseinanalízis megfelelt annak az elvárásnak, hogy a pszichopatológiának, valamint az analitikus megközelítésű pszichoterápiának új tudományos alapokat teremtsen, így nem meglepő, hogy egy időnként hevessé váló viták tárgyává vált, ahogy ez korábban a freudi pszichoanalízissel is történt. Ebből a daseinanalízis képviselői mindenestre nem vonták ki magukat. Boss különböző írásaiban, de különösképp az 1957-ben

³ Nem sokkal a második világháborút követően Manfred Bleuler, a pszichiátriai tanszék akkori tanszékvezetője kinevezte a két privátdocenst Medard Bosst és Gustav Ballyt a Burghölzli Klinika segéd-munkatársainak, ahol pszichoterápiás esetszemináriumokat tartottak, és ahol Bally elsősorban a pszichoanalízist, Boss pedig a daseinanalízist képviselte. Ezzel a hallgatók mindkét iskola gondolatosságának a birtokába kerülhettek. A Zürichi Pszichoterápiás Intézet (Institut für ärztliche Psychotherapie) 1955. március 4-i létrejöttét követően mindkét tanár – felügyeleti funkciójukon kívül – alapvető kérdések megvitatásával és gyakran nagyobb konferenciák lebonyolításával foglalkozott. Az intézet felbomlása Bally 1966. november 29-én bekövetkezett halálával vette kezdetét, amit két csoport kialakulása követett, az egyik pszichoanalitikus, a másik pedig daseinanalitikus irányultsággal, melyek kölcsönösen eltávolodtak egymástól. A pszichoanalitikusok a Zürichi Pszichoanalitikus Iskolához (Psychoanalytisches Seminar Zürich) csatlakoztak, míg a daseinanalitikusok Gion Condrau kuratóriumi tag indíttatására és Medard Boss terapeuta támogatásával megalapították az Antropológiai-Daseinanalitikai Pszichoterápiás Társaságot [Gesellschaft für anthropologisch-daseinsanalytische Psychotherapie] (GADP), majd átnevezték Svájci Daseinanalitikai Társasággá [Schweizerische Gesellschaft für Daseinsanalyse] (SGDA). 1971-ben alakult meg a Zürichi Daseinanalitikai Pszichoterápiás és Pszichoszomatikus Intézet, mely három évvel később (1973. november 28-án) alapítvánnyá (Medard Boss Stiftung) alakult át, és önállóvá vált. Martin Heidegger 1971. november 20-i személyes levelében hagyta jóvá „indirekt módon” ezeket az intézményalapításokat. Úgy vélte, utalva a szemináriumaira, hogy ezek csak szociológiai vonatkozásban intézményesültek, azaz „a külvilág elvárásainak vannak kitéve”, és meg kell felelniük a „hatékonyság” követelményének. Heidegger előrelátó megállapításának megfelelően az utóbbi időben elvárások mutatkoznak a hatékonysággal, a minőséggel, és eredményességgel kapcsolatban, melyek alól a daseinanalízis sem vonhatja ki magát.

megjelent *Pszichoanalízis és daseinanalitika* [Psychoanalyse und Daseinsanalytik] kendőzetlenül ostromozza Freud pszichoanalízisét, Jung analitikus pszichológiáját, Binswanger pszichiátriai daseinanalízisét, a fenomenológia alkalmatlanságát és a szubjektívizmust egyaránt. A reakciók sem maradhattak el, bár ezek gyakran nagyon elvétették a célt. A párbeszédre való készség hiányában még manapság is erős frontvonalak mutatkoznak, ami nem a freudi pszichoanalízisre vagy Jung analitikus pszichológiájára vonatkozik, sokkal inkább az általános pszichoterápiás eljárásokra, iskolákra és irányzatokra. Azonban egyre inkább bebizonyosodik, hogy sem a tudományban, sem a gyakorlatban, azaz a páciensekkel szemben nem célszerű a szekértáborokat az eddigi keretek között fenntartani. Különösképp azért, mert a pszichoterápiát az a veszély fenyegeti, hogy autoriter doktrínák gyűjtőmedencéjévé válik, amely később a pszichiátria teljes széteséséhez, felbomlásához vezethet. Feltehetjük azt a kérdést is, hogy milyen részben felelős ez a szekértáborharc a pszichoterápiában uralkodó kaotikus állapotokért, a szekták kialakulásáért, a pszichoterápiás pragmatizmusért, a vadhajtásokért és a szabadfogású birkózásért. Ezzel a megállapítással persze semmiképp sem egy általános, reflektálatlan, mennyei összeborulás, még kevésbé a terapeuták kétségbeesettségét kifejező eklekticizmus propagálására gondolok. Az emberi viselkedés ugyanazon jelenségeiről eltérő vélemények léteznek különféle értelmezési lehetőségekkel és különböző módszertannal, mind az elméleti kutatási területeken, mind a gyakorlati tevékenységekben. Tehát a kölcsönös vita elengedhetetlen.

Az ember és a világ megértése szükségessé teszi a jól bevált, betanult, előítéleteken alapuló bizonyosságok elvetését. Intenzív és állandó önkontrollt igényel, és kételkedést a bizonyosnak tűnő ismeretekben. A karteziánus *certitudo* (bizonyosság) helyét átvette a bizonytalanság, a válasz helyét a kérdés. Különösen nagy fejlődés tapasztalható a közelmúltban és a jelenben ezen a területen, amely nem csak a tudományos kommunikáció szempontjából mérvadó, hanem egyáltalán mindennemű emberi érintkezésre és ezzel a pszichoterápiás eseményekre is kihat. A szemrehányás persze ugyanúgy vonatkozik a daseinanalízisre, mint a pszichoanalízisre vagy más irányzatokra. Ez a hozzáállás abból a harci helyzetből vezethető le, amely minden szellemi szüleményt szembehelyez a hagyományos, azaz a régi gondolkodásmóddal. Ugyanezt élte át Freud, majd később tanítványai, akik a maguk útját járták vagy próbálták járni, most pedig a daseinanalízis képviselői, és minden bizonnyal a jövőben további újítók fognak szembesülni ezzel.

A kritika ebben a helyzetben jogos, sőt szükségszerű. A kritika szó a görög „kínéin”-ből vezethető le, és alapvetően elválasztást, megkülönböztetést, elkülönítést, rétegezést, leválasztást, kiválasztást, kiválogatást, illetve a szellemiekre vonatkoztatva döntést, ítélezést, bírálást, értékelést, elmarasztalást jelent. Ezzel a kritikusra olyan felelősség hárul, ami alól nem vonhatja ki magát könnyelműen. A kritikus akkor látja el jól a fel-

datát, ha először is tájékozódik, majd kritikáját tárgyilagosan vezeti fel, végül pedig hozzásegít a kritika tárgyának jobb megértéséhez. „A kritika megkülönböztetés, nem pedig rombolás.” (Schlette, 1972, 20.)

Heidegger az egyik Zollikoni Szeminárium alkalmával úgy fogalmazott, hogy a valódi kritika nagyon ritka. „Ha nem tisztán kritikusan gondolkodunk, azaz az említett módon kérdezzük, az olyan, mint egy törekeny kocsiúddal körözni az áthatolhatatlan ködben.”

És csak egyre sűrűbb lesz a köd, ami körülvesz bennünket, és amelyben vakon botladozunk. A világ, amelyben élünk, egyre kevésbé büszkélkedhet világosságával. Sötétté, zárttá vált, és pusztulásra ítéltetik, ha mindez így folytatódik. Nem kis részben felelős a kialakult helyzetért az a tény, hogy az ember elfelejtett nyitottnak maradni az impulzusok és a közös világ felé. Az analitikusan orientált pszichoterápia legnemesebb feladatának az előítéletek lerombolását kell tekinteni. Ahhoz, hogy ezt a célt elérhesse, nem elégséges pusztán a saját rendszerein belül zátonyra futott pozitivistá pszichológia elméleti terhéet levetni. Rendkívüli szükség van az emberi létezés alapjaira ráeszmélni, így a daseinanalízisnek is felül kell vizsgálnia analitikus gyakorlatát. Eleinte úgy tűnt, mintha kizárólag vagy túlnyomó részben az elméleti szerkezetben, az emberi létezés antropológiai értelmezésének filozófiai alapvetéseiben térnének el a pszichoanalízistől. De egyre jobban megmutatkozott, hogy az elmélet és a gyakorlat sohasem választható el teljesen egymástól. A pszichoterápia gyakorlati alkalmazása szempontjából sem közömbös, hogy milyen emberkép alkotja a gyógykezelés alapját.

Egy továbbított üzenet kezdete

A daseinanalízis ellenzi a manifeszt álomtartalom elhatárolását a látens álomgondolattól, ahogy elveti a szubjektumszintű és az objektumszintű értelmezést és az álom vágyteljesítő szerepét egyaránt. Ha álmodó létezésünket nem egy rajta kívül álló, tőle idegen szempontból, azaz éber mivoltunkból ítéljük meg, hanem az álomjelenségeket meghagyjuk közvetlen közegükben, akkor válik nyilvánvalóvá, hogy sem képként, sem jelképként nem tapasztaljuk meg azt, amit álmodunk. Az álmainkban történeteket valós közegként éljük meg, a tárgyakat valós tárgyakként, az állatokat valós állatokként, az embereket valós emberekként, a szellemeket valós szellemekként. „Álmainkban éppoly kézzelfogható világban vagyunk, mint ébren, és a jelenvalólétünk ugyanúgy megjelenik a dolgokkal és emberekkel kapcsolatos viszonyainkban és a viselkedésünkben.” (Boss, 1953, 117.) Ebben a tekintetben Boss azt is megállapíthatta, hogy sem pusztán az ember ébrenléte, sem az álmai alapján nem hozható létre egy elkülönített tapasztalati és képzeleti összefüggésrendszer. Mind az éber, mind az álmodó ember tudatának az esetében

ugyanaz a jelenvalólét jelenik meg. Mindig egy emberi létezés önazonossága az, amely önmagát identitásként őrzi meg az ébrenlétben és az álmokban is. Minden megálmodott dolog – mondja Boss – mindig csak az én álmom vagy a te álmod lehet, attól függően, hogy egy bizonyos ilyen vagy amolyan embernek az álma, aki az álmát megjeleníteni igyekszik, miután felébredt. Erőszakot tennénk azonban az adott emberen, ha többet vagy mást keresnénk az álmai mögött, mint ami az álmodó közléseiből adódik. Ez azonban nem azt jelenti, hogy az álom az álmodó éber állapotától el lenne szigetelve: összefüggésbe kerül vele, és ennek eredményeképp fontos alkotórészévé válik a terápiás feldolgozásnak. Csupán nem érdemes összekeverni az álomtörténetes fenomenológiai magyarázatát a terápiás használatával.

Nem bizonyult kevésbé forradalminak vagy komolyan vehetőnek a *Bevezetés a pszichoszomatikus orvoslásba* (Einführung in die Psychosomatische Medizin) című 1954-es könyv sem. Boss itt is a testi betegségek teljesen új koncepcióját képviseli, melyet számos példával bizonyít. Bár nem utasítja el a természettudományos ismereteket, de kritikával illeti őket saját határain belül. A dasein-szemponturnak megközelítésnek olyan kifejezések esnek áldozatul, mint a pszichogén és a szomatogén. Később Boss újfent és még behatóbban foglalkozik a pszichoszomatikus orvoslás filozófiai alapjaival. Ha fenomenológiai módszerrel közelítjük meg a pszichoszomatikus orvoslás jelenségét, akkor válik érthetővé, hogy a pszichikus és a szomatikus fogalma csak akkor különül el, ha ezek egy harmadik közös fogalomba bele-, és abban összetartoznak (1985, 110.). Ennek megvalósulását Boss az emberi létezésben látta meg. Összefoglalva az ember testiségének mibenlétét, azt pusztán különböző hangoltságú világvonatkozások „megtettesüléseként” értelmezhetjük. (Lásd Boss, Condrau, Hicklin, 1977; Condrau, 1979; Messerli, 1991.)⁴⁰

Boss gyakran utal a pszichoszomatika megkérdőjelezhető terminusára, mivel ebben a „lélek” (psziché) és a „test” (szóma) elkülönülése túlzottan szembeűnő (később a daseinanalízis a világvonatkozások megtettesülésének fogalmát használja). Bár a daseinanalízis még mindig pszichoszomatikus zavarokról beszél (a fogalom elterjedtségének köszönhetően), ez egyrészt gyakran a tudományos hitelesség megkérdőjelezhetőségéhez vezet, másrészt egy gyakorlati kényszerűséget is eredményez, ami miatt továbbra is fenntartjuk a kapcsolatot az orvosokkal. Ehhez az is hozzájárul, hogy a pszichoszomatikus betegség társadalmi megítélése sokkal jobb, mint a hírhedt „neurózis”. Boss megkülön-

⁴⁰ Ebben az összefüggésben Karin Schoeller von Haslingenre hivatkozhatunk: „Heidegger filozófiai ráeszmélése arra, hogy mi is az élet, a szervezet és a vágyak.” Itt Heidegger a világról alkotott három tézisét idézi: miszerint a kő (a materiális) világtalan, az állat világszegény, az ember pedig világképző. Ha az ember érzékszervekről és szervekről beszél, különbséget kell tenni a készség (eszközjelleg) és a képesség között is. A szervek a szervezethez kapcsolódóan, azaz belőle kinőve, képesek valamire, ami azt is jelenti, hogy a készség igénybe veszi a szervet.

bözteti a „szervválasztást” a „betegségválasztástól”. Míg az első a világvonatkozás zavarára, a második ennek a zavarnak a fokára, ill. mértékére utal. Így „testesülhet” meg például a szorongás is különböző formákban vagy különböző erősségekben. A vizsgadrukk egyéb fóbiákhoz hasonlóan helyzetfüggő, a szívbeteg vagy az asztmás szorongása mögött azonban egy mélyrehatóbb zavar feltételezhető, a generalizált szorongás pedig egyértelműen neurotikus vagy pszichotikus vonásokkal bír. Azonban mindegyik esetben a világvonatkozás szorongásjellege nyilvánul meg. Boss pszichoszomatikus könyvében részletes esettanulmányokat mutat be többek között magas vérnyomásos, gyomorfekélyes és asztmás betegekről. Bár a szervválasztás fogalmát kihúzták az orvosi szótárból (ICD 10), mégis érdemes Boss kijelentését közelebbről is megvizsgálni. A szervválasztást egy bizonyos világviszony eluralkodása jellemzi, azé, „amelyben az ember létezése kitarul, amely a megtestesülés jellegének egészét is meghatározza, melyben minden testtáj annak a megnyilvánulásán tevékenykedik, ami hozzátartozik, ami testileg azonos önmagával” (1954, 91).

Végül említsük meg Boss kései művét, *Az orvoslás és a pszichológia alapjait* (1975) [Grundriss der Medizin und der Psychologie], melyben (Heidegger aktív közreműködésével) szembeállítja az orvosi és pszichológiai gyógyítás addigi természettudományos alapjait az emberi betegség fenomenológiai szempontú megközelítésével. Ebben a műben Boss először a betegség és az egészség fogalmát határozza meg daseinanalitikus szempontból. Az egészséget szabadságként értelmezi, így a jelenvalóléthez köthető patológia alapkérdése a következő hármas formára fűzhető fel: A világ mely adottságai befolyásolják jelentősen a szabad emberi rendelkezés mely módját, mely cselekvési lehetőség megvalósításával kapcsolatban? Más szóval: a betegség nem más, mint az egészségesség hiányfenoménje [Privativphänomen].⁴¹ Már 1982-ben úgy határozta meg, hogy az ember nevezhető egészségesnek, „aki mennyiségileg és minőségileg is rendelkezik egy legalább átlagos mértékű emberi jelenvalólétet kialakító magatartási minta eszköztárával, és aki a közös világ által elfogadottnak érzi, hogy bármilyen alapvető magatartásformát az őt érő hatásokkal kapcsolatban elsajátítson, ezeket a tulajdonképpeni jelleme szerinti

⁴¹ Csak mellékesen említjük meg azt, hogy ez a felfogás a daseinanalízis részéről is ellenállást váltott ki. A nehézségek mindenekelőtt abból erednek, hogy mind a szabadság, mind a betegség fogalma több eltérő értelmezéssel is rendelkezik. A nem-szabad magában foglalja rabságot is, anélkül, hogy a betegségre utalna, valamint a beteget nem azonosíthatjuk a szenvedéssel, amelyre Alice Holzhey-Kunz (többek között a *Szenvedés a jelenvalólét által* [Leiden am Dasein, 1994] című könyvében többször is utalt. Egy szenvedő ember egy hozzátartozója elvesztése miatt is szenvedhet, de ettől betegnek tekinthetjük-e? Véleményem szerint csak egy biztos: a daseinanalitikus gondolkodás elrugaszkodik a természettudomány „hibás” gondolkodásától. Ezzel kapcsolatban még Susanne C. Cottier és Esther Rohner-Artho (1990) kiváló munkájára szeretnénk hivatkozni, amely részletesen foglalkozik a daseinanalízis betegségfogalmával, valamint Hansjörg Reck *Beteglét mint esemény és terápia, mint kíséret* [Kranksein als Ereignis-Therapie als Begleitung] (1990) című művére.

önmaga-létében gyarapítsa, és szabadon rendelkezessen ezek megvalósításáról. Ezzel szemben betegnek mondható az az ember, akinek nem adatik meg ez a szabadság”.

Nem kevés az, amit Boss az egészséges embertől elvár. Ezért beszélnek a kritikusok nem hozzávetőlegesen a daseinanalízis abszolút elvárásáról (Gebert, 1994). Vetter (1993) és Becker (1997) szintén kételyeiket fejezték ki a Boss megfogalmazása kapcsán. Hozzá kell fűzni, hogy Boss azt is belefoglalja az egészség, ill. betegség definíciójába, ami a rendes neurózistan számára is ismert: szerkezet, környezet. Boss természetesen nem a hibátlanság doktrínáját akarta hirdetni, pusztán az ő (és Heidegger) meghatározásának alapvetéseire hivatkozik. Továbbá fogalom meghatározásából (és ennek következtében kérdésfeltevéséből is) hiányzik egy harmadik momentum, még hozzá az egészséges és a beteg közti határ. Más szóval mindaz, amit a hagyományos orvoslás sem tud megválaszolni: mikor nevezhetünk egy viselkedést, és milyen mértékben, egészségesnek vagy betegnek. Az pedig köztudomású, hogy az egészség és a betegség közötti határterület ingatag.

Ebben az összefüggésben a „priváció” [megfosztás] fogalma okoz nehézséget. Ha a privációt pusztán negatívan, valaminek a hiányaként értelmezzük, akkor elveszítjük a fogalom valódi jelentését. A privációval ezzel ellentétben épp annak a jelentésére utalunk, ami hiányzik. Ebben a tekintetben nagy jelentősége van annak, ami hibádzik vagy hiányzik, hiszen épp ez mutatja meg a betegség lényegét. A betegségnek és a szenvedésnek nincs önmagában értelme, csak utalás a nyitott lét korlátozott lehetőségeire, és így a priváció egyáltalán nem értelmetlen. Ha valaki azt feltételezi, hogy Boss csak a megszorításokkal foglalkozik, és nem a priváció lényegével, az tévedésben van a privációt illetően. Bár ez különösebben nem zavar senkit, de a görög bölcselőknek (Heidegger, 1987, 59.) kétszáz évre volt szükségük, hogy eljussanak a priváció gondolatához. Először Platón beszél erről a negációról priváció értelemben, *A szofista* c. dialógusában. Ezt a meglátást azzal kapcsolatban fejti ki, hogy nem minden nem-létezőről mondható egyszerűen, hogy nincs; vannak olyan nem-létezők, amelyek bizonyos értelemben vannak, épp úgy, ahogy az árnyék a világossághoz tartozik. Ekképp „a nem-egészségesség, a beteglét a létezés egy privatív módja”, és ezért a betegség lényege „nem fogható meg az egészségesség megfelelő meghatározása nélkül”. A priváció „különös” fenoménje ontológiai jellegű. „Ha valamit úgy tagadunk, hogy nem egyszerűen kizárjuk, hanem sokkal inkább megtartjuk abban az értelemben, hogy abból valami hiányzik, az ilyen tagadást privációnak nevezük, és ami külön érdekes, hogy az egész orvosi szakma egy negáció területén a priváció értelmében tevékenykedik.” (58.) Az egészségesség, a jó közérzet, a hangulat nem tűnik el egyszerűen, mindössze zavar támad bennük. „Minden priváció lényegileg hozzátartozik valamihez, amiben hiány támad, ami valamit elveszít. A betegség nem pusztán a megfelelő pszicho-szomatikus állapot hiánya. A betegség egy privációsfenomén. Minden

priváció lényegileg hozzátartozik valamihez, amiben hiány támad, ami valamit elveszít. Triviálisnak tűnik, mégis rendkívül fontos, mert az Önök szakmája [értsd orvosok, a szerző megj.] épp ezen a területen tevékenykedik.”

Boss ezzel elnyerte a filozófiai legitimációt az „egészség” és a „betegség” fogalmának meghatározásához. Itt még hozzá kell fűzni, hogy a „betegség” és a „szenvedés” fogalmak nem azonosak. A jelenvalólétben szenvedni – az új megfogalmazásban – nem bírhat azzal a jelentéssel, hogy a szenvedés itt a „beteglélet” fejezze ki, még ha Heidegger meg is említi a jelenvalólét szenvedésjellegét. Ugyanígy félrevezető az a feltételezés, hogy Boss nem vette volna figyelembe a jelenvalólét önreferenciáját, amikor a jelenvalólét világnitottságát hangsúlyozza. A jelenvalólét a világfelfogásában önmagáért felelős világvonatkozás-ként létezik; és fordítva, szintúgy világnitottan létezik világértelmezésében. Itt nem egy reflexív momentumról (Holzhey-Kunz, 1995) van szó, hanem egy elő-reflexív önnyitottságról, mint önnyitott világértelmezésről. Miben vitathatja tehát Boss a saját létünk felé való nyitottságot?

Von Herrmann egy 1997. június 15-i levelében ismét felveti a lelki szenvedés kérdését Holzhey-Kunzra hivatkozva. A szerző alaptézisét, miszerint a lelki szenvedésben a saját létezés ontológiai alapfeltételei nyilvánulnak meg, alapvetően tévesnek tartja. A lelki egészségesség és a lelki beteglélet sokkal inkább ontikus, azaz a jelenvalólét világban-benneléte egzisztenciál-ontologikus megvalósulásának egzisztenciális kifejeződése. Amit Boss (egyébként Heideggerrel közösen) hiányzó módoknak nevez, azt nem feltétlen negatív értelemben teszi, hanem hiányzó módusként pozitív jelentéssel is felruhazza. Az viszont egész biztosan félreértelmezés, hogy a lelki betegeknek jobb hozzáférése lenne a jelenvalólét egzisztenciál-ontológiai megvalósulásához, mint az egészségeseknek, vagy hogy a lelki betegléletben a jelenvalólét egzisztenciális létmegvalósulása különböző vonatkozásokban jelenhet meg. Itt az „elő-ontológikus” magába-foglalás csak azt jelentheti, hogy a lelki szenvedést átélő jelenvalólét az önmagáért felelős világban-benneléte alapján szenved ontikus-egzisztenciális módon, és amelyet egy deficit, ill. elvonás jellemez. De a lelki szenvedés nem jelentheti azt, hogy „feltárul benne a jelenvalólét egzisztenciál-ontológikus jellege”. A szerző figyelmen kívül hagyja az egzisztenciál-ontológikus és az egzisztenciális-előontológikus területek közötti lényegbevágó különbséget.

Nem ezen a helyen fogjuk alaposabb vizsgálat alá vetni Holzhey Boss-szal szembeni kritikáját és céljait (lásd könyvismertetőmet a *Daseinanalízis*ben). Mindazonáltal ki kell térnünk itt arra a problémára, amely korábban kritikák és félreértések ösztüzébe került. Ez pedig az ágálás (lejátszás) [Agieren] jelentősége az analitikus pszichoterápiában. Freud az ágálásban tudvalevően egy ellenállási fenomént látott, míg Boss ugyanezt „az éledező viszonylehetőségek éppoly közvetlen és valós megnyilvánulásának tekintette, mint amilyen a gondolati felfogás” (ld. Condrau, 1965, 57). Ebből következik, hogy az ágálás elfo-

gadása, engedélyezése mindenképpen terápiás előnyökkel járhat. Az ágálás ennek következtében a gyermeki jelbeszéddel válik egyenértékűvé, ha a neurotikus egyén lénye megrekedt egy kisgyermek fejlődési szintjén. A pszichoanalitikusok „Miért?” kérdése a daseinanalitikusok „Voltaképpen miért nem?” kérdésével áll szemben. Holzhey-Kunz (1995, 54.) ezt a kérdést a daseinanalitikus betegségelmélet következményének tekinti, „pontosabban a pusztán privációnak tekintett lelki szenvedés felfogásának a következménye” (itt Bosstól eltérő értelemben vett „szenvedésről” beszélünk; de az úgynevezett lelki betegségek területén is léteznek olyan emberek, akik nem szenvednek, akiknél azonban valami mégis hiányzik). „Számomra azt jelenti ez a jelmondat”, mondja Holzhey-Kunz, hogy a „miért”-tel feladjuk a „megértését” annak, hogy az ember változni akar, új dolgokat kipróbálni. Ugyanis abban nem sok megértenivaló van, „ha a lelki szenvedésnek, mint olyannak nincs értelme, hanem egy akadályoztatást, korlátozottságot, a saját lehetőségektől való elmaradást ábrázol, tehát egy olyan állapotot, amelytől való megszabadulás az egészségesség felé, azaz nagyobb nyitottsághoz és szabadsághoz vezet”. Itt félreértik Boss daseinanalitikus célkitűzését. Nem a freudi értelemben vett ellenállás fejeződik ki már csak a „miért?” felfogásában is, egy utalás a kauzális kapcsolatra, amely feladja a tulajdonképpeni (fenomenológiai) megértést? Boss minden írásában az egzisztenciális problémák megértésének szentelte a legnagyobb figyelmet, gondoljunk csak például a *Szexuális perverziók értelme és tartalma* [Sinn und Gehalt der sexuellen Perversionen] (1947/1966) c. művére. Aki a jelentést és a tartalmat keresi, attól nem vitatható el, hogy a megértés fontos a számára.

Az már egy másik kérdés, hogy nem épp a „Miért nem?” kérdés aknázza-e alá az analitikus higgadtság princípiumát, és benne nem a tiltott gyümölcs manipulatív nyomatéka érezhető-e. Amennyiben az ágálást ellenállásként értelmezzük, akkor joggal mondhatjuk, hogy ez a terápia során megeshet. De ha abból indulunk ki, hogy felhívjuk az analizálandó személy figyelmét azon lehetőségeire, amelyeket „kívülről” felhasználhatna, úgy a fentnevezett megfogalmazás mindenképp hasznos lehet. Sok kliens és páciens épp ebben szenved, hogy ezt vagy azt nem szabad neki, vagy nem képes megtenni – tehát: „Tulajdonképpen miért nem?” Ez a „miért nem” nyitottságra ösztönöz, megsokszorozza a szabadlétet, és ebben az értelemben természetesen felszólításként értendő. Véleményem szerint azonban a terápiás ülés során a kérdés csak akkor jogos, ha az analizálandó személy paragon heverő lehetőségeire utal. Ezzel az ágálás ellenállásként való értelmezése semmiképp sem haszontalan. Szerintem Boss ezzel a kérdéssel nem volt teljesen tisztában.

Medard Boss elképzelése kezdetektől fogva sok ellenzőre talált, akik nem egészen építő jelleggel reagáltak az új elképzelésre. Ezt részletesen is kifejtem a 60. születésnapjára megfogalmazott ünnepi beszédemben (Condrau, 1965). Nagyon jól viselte az ellenséges ütések, aminek köszönhetően nagy tisztelet övezte, bár nem is volt épp

sértődékeny természet. Nem véletlen, hogy főművét az *Orvoslás és a pszichológia alapjait* [Grundriss der Medizin und der Psychologie] (1975) értelemszerűen „barátainak és ellenfeleinek” ajánlja.

Ebben a munkában nincs lehetőség részletesen méltatni a fent említett művet, amely magában foglalja Boss és Heidegger természettudomány-kritikáját, valamint az orvoslás és a pszichológia fenomenológiai megközelítésének gyakorlatát és elméletét. Az alcím talán ennél is többet elmond a tartalomról: Egy fenomenológiai fiziológia, pszichológia, patológia, terápia és egy dasein-megközelítésű preventív orvoslás kezdetei a modern társadalomban.

Boss nem sokkal halála előtt (Condrau-val és Hicklinnel közösen) aktív oktatói tevékenységet folytatott a Zürichi Pszichoterápiás és Pszichoszomatikus Daseinanalitikai Intézetben [Daseinsanalytische Institut für Psychotherapie und Psychosomatik in Zürich]. A zürichi daseinanalitikai iskola nagyra becsült tanítómesterének 1990 karácsonyán bekövetkezett halálát követően, 1991 januárjában vettek tőle örök búcsút a St. Peterskirche templomban (Daseinsanalyse 8, 1991). Az ott elhangzó méltatások közül az utolsó beszélő, François Fédier szavait idézve: „Medard Bosstól tisztelettel és hálával búcsúzunk.”

Surinás Olga fordítása

IRODALOM

- BECKER, G. (1997). *Philosophische Probleme der Daseinsanalyse von Medard Boss und ihre praktische Bedeutung*. Marburg: Tectum.
- BINSWANGER, L. (1953). *Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins*. Zürich: Niehans.
- BOSS, M. (1953). *Der Traum und seine Auslegung*. Bern, Stuttgart: Huber.
- BOSS, M. (1954). *Einführung in die Psychosomatische Medizin*. Bern: Stuttgart: Huber.
- BOSS, M. (1957). *Psychoanalyse und Daseinsanalytik*. Bern: Huber.
- BOSS, M. (1947/1966). *Sinn und Gehalt der sexuellen Perversionen*. Bern: Huber.
- BOSS, M. (1975). *Grundriss der Medizin und der Psychologie*. 2. Bern: Huber.
- BOSS, M. (1985). Psychosomatische Medizin: Wissenschaft oder Magie? Philosophische Grundlagen einer „Psychosomatische Medizin”. *Daseinsanalyse* 2. 107-119.
- BOSS, M. – CONDRAU, G. (1980). Die Weiterentwicklung der Daseinsanalyse nach Ludwig Binswanger. In: *Die Psychologie des 20. Jahrhunderts*. Bd. X. *Ergebnisse für die Medizin* (728-739). Zürich: Kindler.
- BOSS, M. – CONDRAU, G. – HICKLIN, A. (1977). *Leiben und Leben*. Bern: Benteli.
- CONDRAU, G. (1965). *Die Daseinsanalyse von Medard Boss und ihre Bedeutung für die Psychiatrie*. Bern: Huber.

- CONDRAU, G. (1979). Daseinsanalytische „Psychosomatik“. In: *Psychologie des 20. Jahrhunderts. Bd. IX. Ergebnisse für die Medizin* (199-210). Zürich: Kindler.
- COTTIER, S.C. – ROHNER-ARTHO, E. (1990). Der Krankheitsbegriff in der Daseinsanalyse. *Daseinsanalyse* 7: 197-217.
- GEBERT, S. (1994). Der Absolutheitsanspruch der Daseinsanalyse. *Daseinsanalyse* 11: 237-250.
- HEIDEGGER, M. (1987). *Zollikoner Seminare*. Frankfurt: Klostermann.
- HOLZHEY-KUNZ, A. (1994). *Leiden am Dasein*. Wien: Passagenverlag.
- HOLZHEY-KUNZ, A. (1995). Ist die Analyse ein philosophischer Prozess? *Daseinsanalyse* 13: 52-62.
- MESSERLI, U. (1991). Das Leib-Seele-Problem in der Daseinsanalyse. *Integrative Therapie* 17(1-2): 29-38.
- PASSIE, T. (1995). *Phänomenologisch-antropologische Psychiatrie und Psychologie. Studie über den Wengener Kreis*. Stuttgart: Pressler.
- RECK, H. (1990). Kranksein als Ereignis-Therapie als Begleitung. *Daseinsanalyse* 7:130-136.
- SCHLETTE, H.R. (1972). *Skeptische Religionsphilosophie; zur Kritik der Pietät*. Freiburg: Rombach.
- SCHOELLER VON HASLINGEN, K. (1985). Grundgedanken zur „Psychosomatischen Medizin“. *Daseinsanalyse* 2. 157-164.
- VETTER, H. (1993). „Es gibt keine unmittelbare Gesundheit des Geistes“. Anfragen an die Zürcher Schule der Daseinsanalyse. *Daseinsanalyse* 10: 65-79.

* * *

TANULMÁNY

*Lubinszki Mária***A legsajátabb lenni-tudás művészete**

„A Föld romlatlan
és szelíden
virágzik. –
Légy
elpusztíthatatlan
tüzének fénye.”
(Martin Heidegger: A Föld)

A nagybetűs Élet lehetőség-feltételei

Minden adott. Minden adott ahhoz, hogy megéljük az életet és a lehetőségeinket a maguk teljességében. Éppen ettől nehéz. A daseinanalízis a lenni tudás problematikáját izgalmasan és elgondolkodtatóan járja körül, több olyan pontra is rámutatva, amely komoly önismeretet kíván, valamint a jó és a rossz integrálásának a képességét. Épp ettől művészet jó egyensúlyt találni; hiszen a szorongás, bűn, lelkiismeret és a halál folyamatos fátyolként borítja be mindennapjainkat, segítve ezzel a legjobb irány megtalálását. Tanulmányomban szeretném körbejárni a legsajátabb lenni tudás daseinanalitikai felfogását, kiemelve a leglényegesebb pontokat.

A létezés egészének megtapasztalása, megélése a lét közelségének és a létező nyitottságának függvénye. A teljes egész mint a Dasein¹ egésze megfoghatatlan messzeségben van; sokkal inkább érezzük, mint megfogalmazzuk. Mit jelent megtapasztalni a Dasein egészét, és lehet-e egyáltalán? A Dasein Heidegger szerint eredendően az egészre nyitott; számtalan lét-lehetőségre, melyek közül azonban csak keveset tud beteljesíteni. Ebben az értelemben a Dasein sosem foglalhatja magába az egészet, sosem teljesítheti be összes lét-lehetőségét. Heidegger kiemeli azonban, hogy lényegi különbség van a

¹ A *Dasein* kifejezés magyar fordításai: ittlét (Fehér M. István) és jelenvalólét (Vajda Mihály). Nem magát az embert jelenti, hanem azokat a minőségeket és létmódokat, ahogyan a világban betölti a helyét.

létezés egészének felfogása és a között, ahogyan önmagunkat találjuk a létezés egészében. (Helting, 1999, 59.) Magunkba nem foglalhatjuk, de benne találhatjuk magunkat. E látszólagos ellentmondás értelmet nyer, ha az olyan alaphangoltságokra gondolunk, mint például a szorongás.

A hangoltság² a világban-benne-lét lényegi momentum, „bepillantást enged abba a hangulattal teli módba, ahogyan az ember mint a lét nyitottsága, feltárultsága, fénye létezik” (Helting, 1999, 59). Heidegger a *Lét és idő*-ben a szorongást mint alaphangoltságot emeli ki, korábbi és későbbi írásaiban az unalmat és a csodálkozást is az alaphangoltságok közé sorolja. Az alaphangoltságok a Daseint kifejezetten az egészlegesség messzeségének nyitják meg. Bennük minden feltárul, ami jelentéssel bírhat és lehetőséget jelenthet az emberi életben. Az alaphangoltság olyan megélési mód, amely megnyit egy tapasztalatot, mely által a szabadság és a lehetőségek sora megtapasztalhatóvá válik. Nézzük a szorongást mint alaphangoltságot: A szorongásnak fontos jelentése van a pszichopatológia számára, hiszen benne feltárulhat a létezés egésze, így a benne rejlő gyógyító potenciál kihasználható. Az az út, amit a Daseinnak meg kell tennie, a hanyatlás létmódjain keresztül vezet el a hátborzongató idegenség és otthontalanság, majd a semmi érzéséhez. Az otthontalanság megélése az a pont, ahol a Dasein a szorongást a legmélyebben tapasztalja: a semmit, ami visszavon a világból, ahová végtelen tevévőségünkkel menekültünk. A semmi és az otthontalanság nem enged több lehetőséget a szétszórtságra, arra, hogy a világ dolgaiba és az utunkba kerülő létezőkbe kapaszkodjunk önmagunk helyett. A szorongás fenoménje lesz majd az, amely kiindulópontul szolgálhat a jelenvalólét eredendő lét-egészének megragadásához, így a szorongás központi helyet tölt be az emberi tulajdonképpeniség vállalásában is.

A nagybetűs Élet lehetősége mindig itt van. Ahhoz, hogy élni tudjunk vele, nem elég a nyitottság, a figyelem a szorongás hívására, vagy éppen a lehetőségeink felismerése. Ezen képességek mögött a daseinanalízis szerint egy sokkal mélyebb dimenzió is létezik, melybe a személyiségelmélet ad némi betekintést.

A daseinanalitikai személyiségelmélet

A daseinanalitikai személyiségelmélet fogalmát óvatosan kell kezelnünk, hiszen a daseinanalízisben nincs szubjektum, psziché, ego, ilyen értelemben az intrapszichikus személyiség szerveződés sem értelmezhető. A személyiséget ontológiai értelemben, mint Daseint határozza meg, azaz mint a világban-benne-lét nyitottságának alapidimenzióit.

² *Befindlichkeit*. = alaphangoltság: olyan megélési mód, amely megnyit egy tapasztalatot, mely által a szabadság és lehetőségek sora megtapasztalhatóvá válik.

Ahogy az ember önmaga vagy nem önmaga létmódjaiban létezik a világban. A személyiség kapcsán újfent utalnunk kell az ontológiai differenciára: a létezők szintjén megnyilvánuló ontikus jellemzők mögött mindig feltárhatók az elfedett ontológiai meghatározottságok, ami az ember-lét megértésének lényegét jelenti.

A daseinanalízis a személyiséget történetiségében, saját maga aktuális léteztudásában fogja fel. Működésének megértéséhez elengedhetetlen az emberi lét alapstruktúráinak megismerése; ezek az egzisztenciálék. „Mivel az egzisztencialitás határozza meg őket, a jelenvalólét létjellemzőit egzisztenciáléknak nevezzük.” (Heidegger, 2001, 62.) Az emberi léteztés fenomenológiailag olyan egységes egészként képzelhető el, melynek dimenziói mind lényegileg határozzák meg a világban való jelenlétünket. A daseinanalitikai személyiségelmélet emberképe szinte az összes kiemelkedő daseinanalitikai szerzőnél összecseng. Paulat véleménye szerint legkifejezőbben Boss jellemzi: „Az ember lényegi létmódja szerint sohasem hasonlítható össze tárggyal, sokkal inkább fényel, amely megvilágítja a lét dolgait. Vagy egy melódiával, amely a világ dolgaival összecseng”. (Boss, 1979, in: Paulat, 2001, 55.) A fény az összes egzisztenciálé nyitottságra való lehetőségét mutatja; ahol fény van, ott lét is van. „Az ember a megismerés fényét a világba dobja, mint egy gyertyalángot.” (Uo. 56.) A személyiségelmélet lényegében, egészében láttatja az embert, nem mint rendszert, hanem mint a Dasein struktúráját.

Az egzisztenciálék

Az egzisztenciálék az emberi lét alapstruktúráját alkotják, és koherensen összefüggnek. Az emberi jelenvalólét valamennyi egzisztenciálé felé eredendően nyitott, egyiket sem kerülheti el, vagy kapcsolhatja ki a léteztésből. Ez a nyitottság nem mérhető; nyílt, szabad teret jelent a fenomének megjelenésére, és az általuk közvetített lehetőségek megélésére. E lehetőségekhez azonban a nyílt-lét mellett másra is szükség van: szabadságra, higgadságra, és másokkal való együttlétre. A személyiség felfogásán kívül a daseinanalitikai neurózistan, pszichózistan és pszichoszomatika alapját képezik az egzisztenciálék. Ezek nem tulajdonságok, hajlamok, amelyeket a személyiség birtokol, hanem olyan dimenziók, amikhez a Dasein mindig valahogy viszonyul. Az egzisztenciálék a létmegértés területei, bármelyik által megérintődhetünk, bármelyikben rátalálhatunk a legsajátabb lehetőségeinkre.

Lehetőség és lenni tudás

A lehetőség és a lenni tudás vajon egy és ugyanaz? Lehetőségünk mindig, minden pillanatban van. Meg is tudjuk ragadni, meg is tudjuk élni? Mi ad erőt a változáshoz? A

szenvedésnyomás a múlt és jelen kellemetlen helyzeteiből, vagy a boldogabb élet reménye? Vagy a félelem az elmúlástól?

A Dasein létlehetőségéről csak feltárultságában kaphat felvilágosítást. A feltárultság³ alapvető eleme a megértés, hisz a lehetőségeket csak értő füllel hallhatjuk meg igazán. A szorongás a „jelenvalólét egyik kitüntetett feltárultsága” (Heidegger, 1992, 40.), és egyben kitüntetett lehetősége is. A szorongás kellemetlen, megfoghatatlan érzés, a poklok pokla – hogyan lehet akkor mégis kitüntetett feltárultság, kitüntetett lehetőség? Akképp, hogy a Dasein struktúraegészének explicitté tételével a lehetőségek számát kettőre redukálja: vagy a legsajátabb lenni tudását választja, vagy nem. Fontos, hogy a folytonos önmaga előli menekülésben mégiscsak lesz egy pont, amikor a legeredetibb módon találkozhat a maga legsajátabb lehetőségével: valódi önmagával.

Heidegger a struktúraegész egész-voltának megragadásához kiindulópontnak a hanyatlás analízisét választja. A hanyatlás két fő jellemzője, hogy a Dasein feloldódik az „akárkiben”⁴, valamint a gondoskodás tárgyává tett világban. Ez a feloldódás azt jelenti – derül ki a hanyatlás analíziséből már a szorongás vonatkozásában –, hogy a jelenvalólét nem akar önmaga lenni. Sőt, menekül önmaga elől, elfordul önmagától, nem néz szembe önmagával. Ilyenformán elvezet a jelenvalólét tulajdonképpeniségétől. Mit is jelent ez? A tulajdonképpeniséget a „mindenkori enyémvalóság” határozza meg, ez az a jelenvalólét, amely rákérdez a legsajátabb lenni-tudására. A menekülés során, ami persze egyre közelebb visz a szorongás sűrűjébe, a jelenvalólét a kérdezni tudását veszíti el. Elfelejt, hogy nem csak egy választásra van lehetősége, hogy a választást meg is lehet ismételni. A jelenvalólétet belevetettségekben hidegen hagyja, hogy önmaga csapdájára zárta kulcsra az ajtót, és ki tudja, hogy a kulcsot mikor találja meg, hogy meg fogja-e találni.

Menekülés önmagunk elől

Az önmagunk elől menekülés azért szükségszerű, mert önmagunkat vállalni nehéz. Kötelezettségekkel, felelősséggel jár, nyomja a Dasein vállát ez a teher. Az előle menekülés éppen hátrafelé haladás: nem vállalni azt, ami az enyém, azt jelenti, hogy lemaradunk arról, amire kibékíthetetlenül szükségünk van, de nem tudjuk megszerezni. Minél inkább elfordul a jelenvalólét attól, ami elől menekül, annál inkább jelen van az a tőle való elfordulásában. Az elfordulásban rejlő eltávolodás magyarázza a menekülés furcsa függőségi helyzetét: a távolság csak valamihez mérten meghatároz-

³ *Erschlossenheit*. A világban-benne-lét eredendő feltárultsága. A másik alternatív fordítása a „kinyitottság”, ami talán jobban visszaadja az eredeti német jelentést: a hangoltság által a Dasein kinyílik, teret, horizontot kap arra, hogy felmérje a dolgok állását és lehetőségeit.

⁴ *Das Man*: „akárki”, Heidegger értelmezésében a létezés inautentikus létmódja.

ható, így amitől el akarunk távolodni, szükségképpen relációban áll velünk. Fogalmi szinten ez odafordulás, hisz a távolság csak szemtől-szemben mérhető le. Érdekes dinamika jelenik itt meg: a rendezetlen, tisztázatlan külső és belső viszonyok csak mélyülnek az elfordulással, és fokozzák a szorongás megjelenésének valószínűségét. A szorongásban ontológiai tapasztalatról van szó, és mivel a legeredendőbb fenomén, annak a valószínűsége is a legnagyobb, hogy benne a Daseint megértsük. A szorongás ezért van „jelen” – egy teljesebb megértés reményében.

Az önmaga elől menekülés következménye, hogy a jelenvalólét a „világba” hanyatlík, melyet akárkiként a gondoskodás tárgyává tett. Az elfordulás következménye, hogy egyrészt mégsem szakad el attól, amitől elfordul, másrészt pedig a világon belüli létezőhöz fordul oda, feloldódván benne. A menekülés és elfordulás kettősségét világítottam meg itt: egyrészt a világra hanyatlással beszűkülnek a lehetőségek, csak a kézhezállók rendelkezésre állása lesz bizonyosság, másrészt a Dasein egyre közelebb kerül legsajátabb lehetőségének választásához, midőn lassan áthatja a szorongás. A menekülés és az elfordulás a szorongáson alapszik, a Dasein pedig a világban-benne-lét elől menekül.

A szorongás tárgya nem világon belüli létező. A kézhezálló és kéznéllevő dolgok között ontológiai értelemben semmi olyan nincs, amitől szorongani lehetne. Az eszközök világa mindig és mindenkor rendelkezésre álló, körbevesz, és amikor nem találni közöttük a szorongás kiváltó okát, rájövünk, hogy a dolgok lényege egészen máshol van: nem kívül, hanem belül. Ekkor történik, hogy a világ silánnyá lesz, nem lényegi révén. És a világra hanyatlottság tárgyai, melyek egykor a könnyed biztonságot nyújtották, feltűnővé, tovakodóvá válnak. A jelenvalólét lényege, léte szempontjából nincs jelentősége a kéznéllevő és kézhezálló dolgoknak, a rendeltetésük az, hogy jelentőség nélküliek legyenek. A szorongás úgy fogja át a struktúraegészt, hogy megmutatja a világ silányságát és jelentéktelenségét, ezzel kirántva a talajt a mindennapiság alól. Ez az a folyamat, mely által a szorongás a legmélyebbre tud hatolni az emberben, mert elsüllyednek a kézhezálló dolgok, és a világ már semmit sem tud nyújtani. A világban-benne-léttől szorong a szorongás, attól, hogy tudja: bármelyik eszközt választaná, ez a választás a nem-tulajdonképpeni létét támogatná meg. Így „telepszik rá” az emberre a világ, mely egészében áthatja.

Látható, hogy a világ mint jelentés-összefüggés jelentéktelenné válásával semmit sem tud nyújtani egy ponton túl. A szorongás „megfosztja a jelenvalólétet attól a lehetőségtől, hogy hanyatlóként önmagát a világból értse meg” (Heidegger, 1989, 344.), mert tudja, hogy a hanyatlás létmódjai áttetszők, sehova sem vezetnek, és semmire sem köteleznek, így nem is lehet elbújni mögéjük. A szorongásban a jelenvalólét teljességgel magára marad. Tisztán, sallangok és kibúvók nélkül, a legsajátabb világban-benne-létével, mely lényegszerűen a lehetőségekre vetül ki. Ezek a legsajátabb lehetőségek azt

jelentik, hogy feltárul a legsajátabb lenni-tudáshoz viszonyuló lét, mint az önmagát választás szabadsága.

A lelkiismeret hívása

A Dasein célja, hogy tulajdonképpen egészként egzisztáljon, és ehhez meg kell értenie a szorongásban feltáruló, halálhoz viszonyuló létet. Ez a megértés azon múlik, hogy meghallja-e a lelkiismeret hívó szavát, és hallgat-e rá. A nem-tulajdonképpen jelenlét mindaddig, amíg a szorongással nem találkozott, nem tudja önerőből önmagát választani, hanem belefeledkezik a rendelkezésre állóba: így nem is választ. Ahhoz, hogy kimozduljon ebből az állapotból, át kell élnie a hátborzongató idegenség és a semmi érzését. Ez a tapasztalat kimozdít, de az egzisztenciális módosulásnak még egy komoly feltétele van: a lelkiismeret hangjának meghallása, ami a „választásnak a választása” (Heidegger, 1989, 452.). A korábbi nem választás bepótlandóvá lesz. A lelkiismeret hívása arra szólít, hogy önmagunkra találjunk, és nem engedi feledni a legsajátabb lenni tudás lehetőségét.

A daseinanalitikai szorongás-koncepció: szorongás, bűn, lelkiismeret

A szorongás ott keletkezik, ahol az ember „szorítóba” kerül, ahol nem tud távolságot tartani, ahol kiszolgáltatottá válik. A szorongás mégis elsődlegesen egy „egészséges” fenomén, a hiánya életveszélyes lehet (Kunz, 2002, 42). Míg a szorongás és bűn fenoménjét Boss külön-külön értelmezi, Condrau hangsúlyozza mély összefüggésüket, és azt a pszichoterápia alapproblémájának tartja. Boss Heideggerre alapozva kétségbe vonja a szorongás és bűn összetartozását (Jenewein, 2002, 107). A szorongás, bűn, és lelkiismeret nem magától értetődő attribútumai az emberi egzisztenciának. Zavarják a jó közérzetet, a lelki élet harmóniáját, az ember önmagával való elégedettségét, így inkább igyekszik távol tartani a hétköznapoktól. „A mai életnek két értéke van: a teljesítmény és az élvezet.” (Condrau, 1992, 197). A hétköznapi valóság nem tud mit kezdeni a szorongással; nem hallja meg benne a lelkiismeret hívását, nem ismeri fel benne elszalasztott lehetőségeit, amellyel tartozott volna önmagának. Mind személyes, mind orvosi-terápiás szempontból a könnyebb út a gyógyszeres kezelés. A szorongáscsökkentők fenomenológiai-antropológiai nézőpontból a Daseint redukálják, beszűkítik a testi-lét és a hangolt-lét korlátozottságára.

A Dasein mindig hangolt, és mindig megértő. Felvetődik a kérdés, hogy a hétköznapiság, az akárki létmódjának mennyire sajátja ez a megértés és a meghallás. „Szükségszerű-e az akárkibe hanyatlani?” (Spitzer, 2004, 110). Ahol az élet leginkább

igénybe vesz, ott a legnehezebb meghallani a Dasein tulajdonképpenségét. Ott azonban szorongás is van, és ahol szorongás, ott közelség is: önmagunk és a szabadság közelsége (uo.). A szorongásban önmagunk és a világ a legközelebbi és egyben a legtávolabbi is. A Dasein önmagát elsősorban legősibb létmódjaiból érti meg; azokból a létmódokból, melyek saját létének gyökereihez legközelebb vannak. „A legősibb lehetőségek nem veszíthetők el.” (Uo. 114.) Az ember minden pillanatban figyelni tud rájuk, és önmagát megnyitni nekik; méghozzá a lelkiismeret által. A lelkiismeret hívásként értelmeződik, ami a Daseint tulajdonképpeni létezéséhez hívja.

Összefoglalva, a szorongás, bűn, és lelkiismeret nem azonos módon viszonyulnak múlthoz, jelenhez, jövőhöz. Éppen ez az, ami a terápiás munkában felfedhető, és segíthet a beteg-lét sérült egzisztenciáléit meggyógyítani. A bűn mint tartozás, a megvalósítatlanul maradt lehetőségek értelmében, a világra jövetelünk pillanatától egészen a halálig megmarad. A legsajátabb lenni tudás művészete talán éppen abban áll, hogy tudunk-e mégis maradandó pillanatokot teremteni, és ezeket örömmel megélni.

IRODALOM

- CONDRAU G. (1992). *Sigmund Freud und Martin Heidegger. Daseinsanalytische Neurosenlehre und Psychotherapie*. Freiburg: Universitätsverlag Verlag Hans Huber.
- HEIDEGGER, M. (1989). *Lét és idő*. Ford. Angyalosi Gergely, Bacsó Béla, Kardos András, Orosz István, Vajda Mihály. Budapest: Gondolat Kiadó. Második, javított kiadás. Budapest: Osiris, 2001.
- HEIDEGGER, M. (1992). *Az idő fogalma – A német egyetem önmegnyilatkozása – A rektorátus 1933/34*. Budapest: Kossuth Könyvkiadó.
- HEIDEGGER, M. (1995). *Költemények*. Budapest: Societas Philosophica Classica.
- HELTING, H. (1999). *Einführung in die philosophischen Dimensionen der psychotherapeutischen Daseinsanalyse*. Aachen: Shaker Verlag.
- JENEWEIN J.C. (2002). Grundgedanken zur Daseinsanalyse und daseinsanalytischen Psychotherapie bei Gion Condrau unter spezieller Berücksichtigung der Unterschiede zu Medard Boss. *Daseinsanalyse*, 18:104-114.
- KUNZ, A. (2002). Therapie einer Patientin mit generalisierter Angststörung. *Daseinsanalyse*, 18:40-56.
- PAULAT, U. (2001). *Medard Boss und die Daseinsanalyse – ein Dialog zwischen Medizin und Philosophie im 20. Jahrhundert*. Marburg: Tectum Verlag.
- SPITZER, CH. (2004). „Und es listet die Seele Tag für Tag der Gebrauch uns ab.” *Daseinsanalyse*, 20:110-121.

* * *

Csabai Márta

ESET-TÖRTÉNET

A klinikai mesétől az esetbankig

megjelent az Oriold és Társai Kiadó gondozásában

Fazekas Tamás

A Másik terápiaja Egy interkulturális pszichoterápia filozófiai alapjai

Bevezetés

A Másik lényegiként kísér minket. Sok erő kell ugyanakkor ahhoz, hogy a *szenvedő* Másikat kísérjük, és törődésünkkel segítsük. És annál nehezebbé válik, minél inkább az Akárki birodalmában lakik a Másik, és annál inkább másnak tűnik ez a másik Akárki. Ebből kiindulva a Másik másságáról folytatott diskurzus célja, hogy az eltérőség széles skáláját feltárhassuk.

Kezdeképp a Másik nyelvtanára lesz szükségünk, mely szerint a lényegénél fogva Mást meg kell különböztetnünk más embertársainktól, illetve másoktól mint embertársaink alkotta csoporttól. Miért és milyen mértékben különbözik a Másik? A mindennapi életben a Másik mindig egy adott másikként mutatkozik meg. Miben áll az emberi lény világhoz való megkülönböztető viszonyának jelentősége, és mi az, ami ebben a különbségben autentikusan megmutatkozik? Mielőtt a Másikként-való-lét lét-módját megközelítenénk, egyértelműen el kell határolnunk egymástól a különbözőség és a másság fogalmát.

Csak a Másik nyelvtanának megértése után tisztul ki az általánosan használt terminusok jelentése, ami egyébként sokszor manipulatív módon torzul. Csak ezt követően, második lépésként tudunk az Idegenként-való-létre mint a Másikként-való-lét kitűnő módjára összpontosítani, mely a hierarchikusan értelmezett együtteségből, a korlátozó irányító struktúrákból ered. A korlátozás eszköze a különbségek tipizáló megközelítése, a világgal való kapcsolat *sztereotipizálása*, amit a mindennapokban előítéletnek hívunk. A tipizálás, idegengyűlölet és dominancia jelensége a kultúra más-más módon meghatározott felépítésének velejárója. Kritikusan vizsgálva a kultúra fogalma problematikusnak tűnik; inkább szűkíti, mintsem tágítja az ember lehetőségeit, sokkal inkább népszerűsíti, mint kerüli az egyenlőtlenség domináns feltételeit, az emberi lényeket pedig inkább elkülöníti, ahelyett, hogy egyesítené.

A zárt és elszigetelt kultúrák elvárása valójában már jóval bármiféle globalizáció előtt is lehetetlen elgondolás volt, csakúgy, mint az önmagukba zárt alanyként létező, egymástól elszigetelt emberi lényekről alkotott elképzelések. Az embertársakhoz fűződő kapcsolatunk nem interszjektív, mert akkor két kapszula közötti harmadikként kellene rá gondolnunk, mely legjobb esetben is éppen csak megérinti a másik kettőt. Ha viszont kritikusan vizsgáljuk az interszjektivitás fogalmát, mivel az az emberi lét szempontjából elkülönítő jelentésű, akkor az interkulturalitás fogalma több mint megkérdőjelezhetőnek bizonyul. Nem segít az sem, ha a *metakulturális* fogalmát vesszük elő, mivel nem tudunk a Dasein (jelenalólét) fölé vagy mögé állni, és a kívülállóként, azaz, kultúra nélkül figyelni meg a kultúrákat. A *szinkulturális* fogalma a szintézis gondolatát sugallja, mely érvénytelenít minden egyes kultúrát, és tagadja a mindennapi életben előforduló valódi különbségeket. Két ember találkozása *transzkulturális* sem lehet, míg a transzcendentális ego létét nem követeljük meg. A jelenalólétnek megfelelő kultúrakritikát követően nyilvánvalóan nem marad más, mint a kultúra meghatározásának dekonstrukciója az összes hozzá kapcsolódó referenciaterminussal együtt, hogy ezután elvégezhessük az interkulturalitás meghatározásának fenomenológiai rekonstrukcióját.

Mielőtt párbeszédbe bonyolódnánk az interkulturalis pszichoterápia lehetőségéről, tisztázni kell az *interkulturalitás* meghatározásának kérdését. Elsőként meg kell kérdeznünk önmagunktól: ki a Másik, és mi jellemző erre a Másikra, enélkül a közelébe sem kerülhetünk annak, hogy egy másik kultúra másságát megértsük. Feltételezhető, hogy a mindennapi életben, az emberek közötti kapcsolatokban konfliktushoz vezet az interkulturalitás, ha a különbözőség jelensége fogalmilag eltorzul, vagy a kultúra fogalmának konstrukcióját nem akként ismerik fel. Ilyenkor lehet a Másik egzotikus, romantikus vagy akár patológikus – pusztán azért, mert különbözik. Az egyes kultúrákat összekötő hidak építéskor nem szabad figyelmen kívül hagyni a Másik modern gyarmatosításának veszélyét, az e hídon átszállított, feltételezetten kultúraspecifikus értékek és világnézetek segítségével.

A kultúra minden egyes fogalma kultúraspecifikus jelenségekre, nem pedig univerzálékra támaszkodik. Az interkulturalis pszichoterápia azonban a Másikat az ő saját világában keresi fel. Bármilyen interkulturalis terápia megkezdése előtt még itt fel kell mérnünk a tervezett beavatkozás jelentőségét és a benne rejlő veszélyeket is, köztük a kliens adott terápiás iskola általi pszichológiai gyarmatosítását, mellyel a világról és az emberi létről egy bizonyos kép közvetíthető, illetve az idegen pszichodinamika esetlegesen a terapeuta saját kultúrájának egészség-meghatározásához igazítható.

Először tisztázni kell a kultúrával, az egészséggel, valamint a szociális-gazdasági keretekkel kapcsolatos valamennyi specifikus fogalmat, hogy a terápia céljában megegyezhessünk; csak ezáltal érhető el az a feltétel, ami az interkulturalis terápia

lehetőségét megteremti. A terapeuta fokozatosan mintegy koordinátorrá válik, aki információkat gyűjt az idegen kultúráról és nyelvről, valamint a kliens környezetében jellemző, kapcsolódó helyi terápiás hagyományokról. A terapeuta higgadtsága és nyitottsága előfeltétel ahhoz, hogy dogmák nélkül, a földrajzi helytől függetlenül belépjen a szenvedő embertárs egzisztenciálisan különbözőként-való-létébe. Ekkor talán – minden korlátozásával együtt – feltárulhat előttünk az interkulturalitás, hogy saját kultúránkat a kapcsolat új módjával, a higgadt interkulturalitással gazdagíthassa.

A Másik nyelvtana

A mindennapi életben a megértés nem mindig adódik egyszerűen. Sok ember nem érti világát, nem érti lelkiismerete hívását, hogy Önmagává legyen, és még kevésbé érti a Másik igényét és megszólítását. Nincs embertárs, akinek ne lennének igényei. Mindennapi életünkben mégis sokszor szóhoz sem jutunk, amikor felismerjük, mennyire különböző a Másik, ha kitűnik az Akárki névtelen általánosságából, és felismerjük lényegi másságát. A Másik igényének megvan a maga nyelvtana.

Mátság

A világban-benne-lét az anyaméhben kezdődik. Itt tárul fel minden emberi lény első emberközi kapcsolata; az édesanyához fűződő olyan kapcsolat ez, mely nemcsak az első érzéki észleléssel kezdődik, de az egzisztenciális Együtt-lét megélése is. A saját pulzus, a mozdulatok, a bőr első észlelése maga az ontikus megtestesülés. Amint az emberi lény legelőször érzékeli anyja pulzusát, hőmérsékletét, mozdulatait, vagy a magzatburkon át hallja egy másik emberi lény hangját, az *Akárki* igényének való megfelelés hangja szólal meg benne. Mint ahogy az autentikus Önmaga-lét, úgy a nem autentikus Akárki-lét is az anyaméhben kezdődik.

Az emberi lény másokkal együtt tárja fel a világot. Többféleképp értelmezhető ez a mondat: először is, az egyén soha nem egyedül tárja fel a világot, hanem – a Világban-benne-lét kezdete óta – más emberi lényekkel együtt. Ez nem csak az anya és a még meg nem született gyermek közötti de facto elválaszthatatlanságra utal, de annak valós alapjára is, miért tartozik egybe az emberi lény és a Lét mint olyan. Másodszor, a „másokkal tárja fel”, nemcsak másokra, hanem a világra is utal: az emberi lény a világot tárja fel másokkal. Embertársaim alkotják világom; nyitottságom saját terébe egyformán engedem be a természet és más személyek jelenlétét; világom egyben a mi vilá-gunk, mindannyiunk számára. Harmadszor, az emberi lény más emberi lények mint közvetítők segítségével tárja fel világát. Az emberi lény másokkal tárja fel világát. Mások nemcsak saját világukat tükrözik, hanem az én világomat is. Valójában rajtuk

keresztül tudatosan bennem lehetőségeim skálája. Végül pedig mindig feltárom mások egy részét is, mivel felismerésem mindig kereszteződik másokéval. Rajtam keresztül a másik is tudatára ébred létlehetősége horizontjának, így én is részt veszek abban, hogy a Másik világa önmaga *számára* feltáruljon. Az emberi lény ugyanakkor nemcsak közvetítő törődésével tárja fel a világot másoknak, hanem azzal is, hogy hagyja, elfogadja a másikat olyannak, amilyen. A *számára* szó úgy értendő, mint *számára* jelentést teremtve. A Másokért-való-léten saját világomat értem.

Különbözőként-való-lét

A Másiknak igényei vannak, amelyekkel megszólít. Úgy találjuk, a Másik nem valami máshoz hasonlítható különböző, nem kategóriaként értendő, hanem a Másik *ténylegesen* valami különböző. A Másik eltérőségére kérdés nem helyes, ha a másságot tulajdonságként látjuk. És mivel az emberi lény kezdettől fogva a létre válaszol, a Másik megértésének lehetőségére irányuló kérdés tisztán transzcendens értéket hordoz, mintha az abszolút megértést másokról alkotott véleményünk mögött tennénk fel. Az ilyen abszolút megértés vagy abszolút empátia nem egyeztethető össze az emberi lény létezésével mint Világban-benne-léttel. Nem mintha az emberi lény nem lehetne létezésén vagy saját világán kívül – a fogalmat itt nem földrajzi jelentésében értjük –, sokkal inkább arról van szó, hogy hallgatóként mindig megértő egyén vagyok, amennyiben hagyom, hogy a Másik önmagát-megmutató jelenség legyen.

Ugyanakkor más módon találkozunk embertársként egy olyan entitással, akit saját egzisztenciális Különbözőként-való-léte jellemez. Egzisztenciális értelemben a Másik léte ugyanazon alapon nyugszik. Mint már említettem, ez a Különbözőként-való-lét nem pusztán külsősen alapuló; a Másikat nem csak érzékszerveimen keresztül érzem, mint másik fizikai testet, nem is úgy találkozom vele, mint az egómmal nem-egóként kívülről szembesülő valakivel. A másikkal mint lényegileg és valószerűen azonos létezéssel találkozom. Ez a közelség nem a születéssel vagy szoptatással kezdődik, hanem már az anyaméhben; létezésem kezdetétől fogva bennem van a Másik mint együtt-lét, miközben mindnyájan ugyanazon környezeten osztozunk: a minket körülvevő világon. És a világba-belevettség sem a születéssel kezdődik.

A Másik

Most fordítsuk figyelmünket a konkrét Másik felé az egzisztenciális Együtt-létben és az embertárssal való mindennapi találkozásokban. Az Együtt-lét már eleve Egymással-létként értendő, vagy még pontosabban Valaki-mással-való-létként, illetve a-Másikkal-való-létként. Én azonban nem egyszerűen egy másik személy vagyok – hacsak nem

vagyok az Akárki létmódjában –, hanem már mindig a megtestesülő Másik vagyok így létemben, létlehetőségeim megvalósítása közben. Így a Másikkal vagyok, pontosan úgy, mint az engem megszólító társ-személy. A-Másikkal-való-létünknek nincs egyes száma; az embertárs-lény mindig a-Másikkal-való-létre alapozza egyedi kapcsolatát velem; a *Másikkal* szó rajján keresztül a-Másikunkkal-való-létre utalva. Mindannyiunk egyben a Másik is; mindannyiunk egyidejűleg megszólított és megszólító.

Az emberi lény önmagának tartozik azzal, hogy megfeleljen ennek a kettős igénynek Léte módjával, ne csak a közvélemény normáinak. Az „Ön”-maga, mint „Akárki-önmaga” hajlamos kezdetben megkülönböztetni, majd saját szabályai szerint egységbe hozni a Másikat. Az *Akárki* konstrukcióinak kézzelfogható és nem túl nagy igényeket támasztó határokra és struktúrákra van szükségük, hogy Akárki megérthesse őket. Ezen a ponton a Másikból idegen lesz. Az emberi lények mindig mint Másikat értik önmagukat, nem mint önmaguktól elidegenített Önmaga-létet, hanem mint a-Másikkal-együtt-létet. Az emberi lény *nem* értheti meg a Másikat, mivel *ő maga* már a Másik.

A létlehetőség ontikus megvalósítása során eleinte rejtett marad a Másik lényegszerű megértése. Mindennapi kapcsolatainkban – pragmatikus, szervezeti vagy strukturális okoknál fogva – néha *Akárki-önmagunk* vagyunk, és egyáltalán nem értjük a Másikat. Az *Akárki* rituáléi és szabályai túlzott erővel és túl hangosan nyomnak le bennünket; a Másik használati tárgyá válhat; a Másikat csak akkor értjük többé-kevésbé, ha ugyanazon rituáléknak hódol. Ugyanakkor minél autentikusabb elgondolásunk van arról, ahogyan a mindennapi életben a Másikhoz kapcsolódni szeretnénk, annál erősebb hatással lesz a Másik a mi hangoltságunkra; minél inkább megegyezünk a másikkal, annál jobban törődünk a Másikkal és gondoskodunk róla. Ekkor értjük meg, hogy a Másikkal-való-lét a Másikért-való-lét. Azonban ha kapcsolatunk a másikkal törődésre hangolt, akkor törődünk a Másik Olyanként-való-létével, Különbözőként-való-létével. A megkülönböztető világ-viszonnal ellentétben a gondoskodásra hangolt emberi lény számára a Másik adott Különbözőként-való-létében létezik, nem individualitása feloldásán keresztül, hanem kiemelkedve (ek-sistere), kiállva világunk Másik általi megvilágításában (tisztásban). Az emberi lény csak a Másikkal létezik. Bármely erőfeszítés a Másik lehetséges racionális megértésére az *Akárki* kiáltása a Különbözőként-való-lét elsöpréséért. A Másik valójában mindig kívül van az *Akárkin*, aki mindig egységesítő módon próbálja magába olvasztani a Másikat. A megértés szükséglete így a Másik kisajátításának kísérletévé válik, tehát eleinte fenyegető saját létezésünkre nézve. Csak létezésünk szűkítésével vagyunk képesek a Másik kiállítását, azaz egzisztenciáját elrejteni. Minél jobban szeretné valaki megérteni a Másikat, annál kevésbé fogja érteni a Másik Különbözőként-való-létét, annál kevésbé fogja érteni *saját* Különbözőként-való-létét.

A női Másik

A Másikról szóló jelen tanulmány eddig lét-módjában vizsgálta a Másikat, most pedig szeretnénk a női Másikat és a férfi Másikat egymástól elkülöníteni. Láthattuk, hogy az egyén neme – testisége részeként – nem jelent autentikus Másért-létet, de utat nyit az Egymással-lét megértésének nő és férfi között, mely a mindennapi kapcsolatok legradikálisabb különbsége. Ha a Másikat eleinte a Másik mint kiindulópont jelentésben gondoltuk el, most rá kell térnünk a Másért-való-(női-)lét, pontosabban *a-Másikért-való-(női-)lét* fogalmának átgondolására.

A testiség egzisztenciálisan meghatározza létlehetőségeink megvalósítását és világhoz való hangoltságát. A nem (a férfi- vagy nőneműség) az emberi lény világba belevettségének része, csakúgy, mint környezete vagy az *Akárki*. Megadatik számunkra – többek között –, hogy nők vagy férfiak legyünk, és a Dasein arra szólít fel minket, hogy fogadjuk el ezt az adományt éppúgy, mint összes többi létlehetőségeinket. E lehetőség nyílt megvalósítása korlátozódhat, ha az *Akárki* megkülönböztető konstrukciók célpontjává válik, melyek véletlenszerű jellemzőkkel ruházzák fel az azonosságot és a másságot. A fizikai formára, bizonyos viselkedési vagy gondolkodási módokra korlátozott élő test külső jegyei pontosan meghatározott csoportoknak tulajdonítottak, mégpedig valaki sajátjának és a másik *Akárki*jének. A csoportba való felvétel alapján bizonyos rituálék jelezhetők előre, hogy a saját csoport legitimitása fennmaradjon és állandósulhasson. Az *Ön*-maga mint *Akárki*-önmaga számára fontos, hogy az emberi lényt a Különbözőként-való-lét állítólagos terhétől, és ugyanakkor autentikus voltától is megszabadítsa. Az egyén azonban csak akkor jár sikerrel, ha megtagadja mind a másságot, mind az autentikusságot, miután eltúlozta mindkettőt, hogy a csoport és a külvilág felé igazolja speciális rituáléit. Számtalan jellemző miatt látszódnak különbözőnek más emberi lények; ezek a jellemzők földrajzi helytől és történelmi korszaktól függően is változóak, de a bőrszín mellett mindig is a nem volt a legállandóbb feltétel az emberek másságának meghatározásában. Az osztályozás után az *Akárki* létrehozza a férfi és a nő specifikus példaképét, ezután legitimálja mindazokat az uralkodó struktúrákat, amelyeknek magunkat alávetjük, mert látszólag megszabadítanak terheinktől. Először is a Dasein azt érti meg legjobban, hogyan legyen autentikus, mivel eleve autentikus már. A saját *Önmaga*-lét és a Különbözőként-való-lét nem teher, hanem létlehetőség. *A-Másikért-való-lét* lényegileg akkor jelent *a-Másikért-való-létet* (női), ha az embertárs nemét nem megkülönböztető-tipizáló módon közelítjük meg, hanem a világ egy másik testiség általi megnyilvánulásaként, azaz minden esetben autentikus testiségként, mely nőként vagy férfiként jellemez.

A Mások

A Dasein kezdettől mint Önmaga-lét létezik. Az autentikus Önmaga-lét nem valamikor kisgyermekkor után kezdődik, mint ahogyan azt a feltételezhetően magatehetetlen újszülöttet vagy magzatot elképzelve feltételezhetnénk. Az emberi lény a Dasein kezdetétől fogva szabad, nyitott és befogadó lény, bár érzékszervei még valószínűleg nem működnek úgy, mint a népesség egy bizonyos standard része esetében. Ugyanakkor természetesen a Másikért-való-lét is az anyaméhben kezdődik, az emberközi kapcsolatok az anyaméhben kezdődnek, és jellemző módon az *Akárki* lét-módjába hanyatlás – az egyén létlehetőségének részeként – szintén in utero történik. Az emberi lény a Dasein kezdetétől fogva észlel konkrét másokat; csak amikor maga az emberi lény, mint *Akárki* tárja fel a világot, válnak mások rejtélyes általánossággá. A mások ily módon a saját csoporton kívül álló csoport lesznek, amely a különbözőség címkéjéért küzd. A saját csoport mint *Akárki* a különbözőséggel áll szemben; a *Másokért-való-lét* *Mások-ellen-való-lét*be fordul, vagy még pontosabban megfogalmazva: *Másokkal-szembeni-lét*be. A saját *Akárki szembehelyezkedik*, verbális értelemben véve. A szembe-helyezkedő *Akárki* világban-benne-léte a találkozástól megfosztott szembenállás.

Az emberi lény valójában mindig is együtt-létként létezett; a Másik nyelvtana az *Egymással-való-lét*ből indult az *Egymásért-való-lét*en át az egzisztenciális *Másokért-való-lét* felé.

Az emberi lény nyílt-létének módjaként az emberek közötti, másokhoz fűződő kapcsolat mindig valamihez hangolt. Higgadt módban az emberi lény hagyja másoknak, hogy másságukban legyenek jelen, de csak ha ez az ő számára is megengedett. Nyugalomban a *valami* hagy, a mindennapi kapcsolatokban a *valakik*, azaz mások hagynak. Kezdetben minket hagynak mások, mielőtt képesek lennénk mi is nyugodtan hagyni másokat azoknak, akik. Ha viszont az igény és megfelelés egyidejűségén elgondolkodunk, az emberi lény ténylegesen olyan lény, aki higgadtságban *hagyott* és *hagyó*.

Mások nélkül nincs higgadtság. Másrésztől az emberi lény nem lehetőségei szerint lehet *Másokért-való*, hanem legtöbbször az *Akárkire* bízva, hogy a másokkal való találkozással szembehelyezkedjen.

A különbözőképp hangolt Másik

Ha higgadtan nem felelünk meg a Másiknak, a Másik különböző létként alakul. A *Másikként-való-lét* másságba fordul, amelyet sajátságunk ellenpontjaként látunk. A másik valami idegenné válik, az idegenség pedig tulajdonsággá, mely által a Másik valami tárggyá képes válni. A másféleséggel való találkozásban a világ-viszony minden eset-

ben negatív vagy pozitív módon hangolt, az *Akárki* által adott esélytől függően. Amint a Különbözőként-való-lét a higgadtságtól eltérő bármely más módon hangolt, véget ér a Dasein autentikus megvalósulása, és elkezdődik az *Akárki*-lét anonimitásra törekvéssel, céltalan beszéddel, pletykával és előítéllettel. Mutassunk rá még egyszer ezen egzisztenciálé fontosságára: a terep kutató például kifejezetten idegen tételeket keres, hogy másságukban megérthesse és dokumentálhassa azokat. A kutatónak ugyanakkor bizonyos szabályokat be kell tartania, hogy az idegent megvédje, hiszem maga a kutató is idegenként van jelen. Óvatosan kell tehát kezelni a terepen tartózkodó idegent. Az idegen mindig tárgyiasul, függetlenül attól, hogy élettelen, növény, állat vagy emberi lény. És az idegennel való találkozásom hangoltsága mindig nem-autentikusan pozitív vagy negatív.

Ha már a kutató pozitív kíváncsiságát megemlítettük, ki kell térnünk a rasszista negatív gyűlöletére is. Ismételten kimutattuk az *Akárki* hajlamát, hogy más emberi lényeket külső jellemzőik alapján osztályozzon, hogy így azok könnyebben tagadhatók legyenek másságukban és beolvashatók legyenek saját különlegességükbe. Többször utaltunk ugyanakkor az emberi lény szabadságára is abban, hogy nyitottabb legyen az autentikus Önmagaként-való-létre az *Akárki*-léten belül. Az a személy, akinek létbeteljesülése a Másik tagadására korlátozódik, sok mindentől megfosztja magát, és világa egyre inkább beszűkül. A beteges rasszizmus a létlehetőség megvalósításának megfosztó formája, melyben a-Másikért-való-lét és önmaga Másikként-való-léte rejtett marad. A narcisztikus páciens ugyanakkor szenved saját idegenségétől, amelyet le szeretne küzdeni. Az idegenség különlegességében tárgyként kizáródik; az önmaga az önmagába szerelmes viszonyulás tárgya lesz. A mindennapi életben ezeket a személyeket betegesen hangoltnak találjuk.

A Másik iránti kapcsolat

A viszonyulás mindennapi módjai mindenkor a saját létlehetőségeknek és szükségleteknek felelnek meg a Dasein nyíltságának módjaiként. A másikhöz fűződő kapcsolat – ahelyett, hogy ismerős, nyugodt és a-Másikért-való-lét lenne, amely hagy és amelyet hagynak –, elkerülendő, idegen szembehelyezkedésbe fordul. Az emberek közötti kapcsolatban a másik ily módon gyűlöltté válik, ami pedig irányulhat a környezetre és más emberekre egyaránt. Nem lehet azonban elkerülni a Másikat, bele kell őt olvasztani egy fogyasztói jellegű kapcsolatba; a másik személy tárgyként felhasználódik, legsajátabbunkba beszűrődik, míg a gyűlölt személyt fel nem szívja az Önmagával-való-lét-a-másikban, amíg az a személy meg nem semmisül. Legtöbb esetben a másikkal való egybeolvadás még szeretet megjelölést is kap; előfordul, hogy egyesek *csak* egy bizonyos környezetet vagy idegen emberi lényt szeretnek. A Másik ezáltal még inkább

tagadott Különbözőként-való-létében, mint az idegen: igényeket nem támasztó egzotikumává válik.

A lét lényegi beteljesítésében a Másik szeretete a Másik lehető legteljesebb tulajdonképpeniségébe való felszabadítását jelenti. Ahogyan már említettük, mindenekelőtt felszabadítottak vagyunk. A mások mint szülők adnak életet, mert nekik maguknak ez hatalmukban áll. Valójában a szerető kapcsolat az, ami által a másik személy saját egyediségében jelen lehet. Ezen a felszabadító és feltáruló alapon ajándékként éljük meg létezésünket, és még a szerető másik másságát is fel tudjuk szabadítani. A másikhoz fűződő bármilyen más kapcsolat tagadja a Különbözőként-való-létet, és ezzel egy időben minden esetben az Önmagaként-való-létet is.

A másik hely

A Másik nyelvtana a közelség nem-térbeliségével kezdődik és végződik. A Vele-való-lét nem elsősorban együttes jelenlét ugyanazon a helyen; a Dasein nem csak Itt-lét, a Világban-benne-lét pedig eleve Ismerős-létet sugall. És ha a másikkal való lényegi kapcsolatot *közelségnek* hívjuk, akkor ez csak kapcsolati, nem földrajzi jelentésben értendő. Akkor viszont: Mi a hely? A hely a Másikhoz hasonlatos, helyszínt ad a környezetnek és az emberi lényeknek, belőle tér alakul. A terek így a Másik együtteseként a helytől kapják lényüket. Ahol higgadtan hangoltan engedem, hogy a Másik eltérőségében jelen legyen, ott vagyok otthon.

Mint láttuk, a Másikkal-együtt-lét az egzisztenciálékban gyökerezik. A Másikkal először nyitott Önmaga-létként találkozunk, ezután Akárki-létként, majd Hangolt-létként. Amennyiben az egyszeri létlehetőség megvalósulása korlátozva van, a hely rejtélyessé válik. Természetesen a releváns földrajzi jegyek is a helyhez tartoznak, csakúgy, mint történetiségem minden esetben, ahonnan a rituálék és az *Akárki* nyelvészete felmerül. Hívjuk a fent említett jelenségek együttesét kultúrának. Amíg tudatában vagyunk, hogy a kultúra létlehetőségeim mindennapi megvalósítását együttesen hangoló, de nem determináló jelenségek gyűjtőfogalma, addig a kultúra fogalma csak határok nélkül használható. Mert valami lényege a határnál kezdődik; a határok közé korlátozottat a hely hozza együtteségbe. A kultúra lényegének viszont nincsen kezdete, a kultúrának *nincsenek* határai, és maga bizonyosan *nem* határ, mivel maga a kultúra az emberi természetben gyökerezik. Ennélfogva a kultúrkör, a civilizációk ütközése vagy az enkulturáció és hasonló fogalmak elavultak, mivel mesterséges határokat építenek egy fogalom köré.

Most pedig, ha másik helyre megyek, a Másik másmilyen együttesével találkozom, ami magával ragadó. A-Másikért-való-létben ennek megfelelően lehetővé tehetem a Másik számára, hogy Különbözőként-való-létében meghallják. Így a másik hely is

otthonom. A migráció akkor válik problémává, amikor a személy saját kultúráját korlátozott módon látja, azaz korlátozó és szembehelyezkedő *Akárkiként*.

Az átmenet

Sok átmenet-rítust ismerünk, amelyek képesek a Különbözőként-való-létet Különbözővé-válásként meghatározni. Az *Akárki* a világot egyes területekre osztja, így strukturált és érthető módon rajzolja meg. Az egyes területek a mindennapi életben hajlanak arra, hogy funkciókat, működések vegyenek fel; a területek közötti átmenetek ritualizálódhatnak. Mért veszi a fáradságot az *Akárki*, hogy ilyen összetett struktúrákat teremtsen? Azért, hogy önmagát *Akárkiként* fenntarthassa és megőrizhesse. Az átmenet az újba oly módon kiművelt, hogy a másik mint új nem rejtélyes többé, és nem ébreszt félelemmel teli hangulatot a személyekben. Az *Akárki* hajlamos ugyanazon dolgot ugyanazon mivoltában megőrizni. A kiegyenlítés és megőrzés az *Akárki* eszköze, mellyel végül megnehezíti az emberi lény létlehetőségének mindennapi megélését. Az autentikus létezés minden fenoménre nyitott, az emberi lény higgadtan vetül a jövőbe. Ebben a kivetülésben a Különbözőként-való-létbe való átmenet rituálé nélkül megy végbe, azaz *nem kulturált* módon.

A mindennapi életben az önmagunkból *Akárkibe* való átmenet lehetősége nap mint nap hívogat. Az emberi lény bármilyen aktuális, emberek közötti kapcsolatában szabadon dönthet: autentikusan megfeleljen-e az igényeknek megfelelő másikkal, vagy hagyja, hogy a közvélemény feleljen meg *Ön*-magaként. Bármely pillanatban dönthetek saját kultúrám mellett vagy ellenében.

A kultúra nem tévesztendő össze a világba-belevetettséggel. Nem dönthetek történetiségem ellenében, mely magában foglalja őseim történetét és az én jövőre való kivetülésemet. Nem dönthetek legsajátabb létlehetőségem ellenében, mely jelen lehet Testbeliségemben, környezetemben és a-Másikkal-való-létünkben. Végül pedig nem dönthetek alapvető szükségleteim ellenében. Viszont valóban szabadon dönthetek világba vetettségem megfelelő tényleges megéléséről; ebben a kontextusban a „megfelelő” autentikus vagy nem autentikus módot jelöl. Az emberi lény nem alávettette a kultúrának. Bármely kultúrakonceptió, mely leigáz ahelyett, hogy szabaddá tenne, határokat szab ahelyett, hogy elősegítené a-Másikkal-való-létet, a Különbözőként-való-lét eredeti jeleniségének manipulációja.

A Másik terápiaja

A pszichoterápia a kulturális megújulás helye. A Másik nyelvtana adott néhány választ arra a kérdésre, hogyan fogalmazhatjuk meg helyesen a Másikra irányuló kérdést. A psi-

choterápia gyakorlatában nem becsülhető alá e szempontok jelentősége. A következmények tárgyalását az interkulturális pszichoterápiának nevezett kezelésre szeretnénk korlátozni. Ha egy kultúrának nincsenek határai, és nem tér, mivel önmagában térben foglalt, akkor a kultúrák között nincsen térköz, és ténylegesen interkulturalitás sincsen. Következésképp az *interkulturális pszichoterápia* fogalma félrevezető. Másrésztől mindennapi életünkben nemcsak magukkal a másokkal találkozunk, hanem gyakran a másokhoz viszonyulás mindennapi problémáival is. Nevezzük csak a más kultúrában gyökerező Másikkal való *problémás* találkozást interkulturalitásnak. Próbáltunk rámutatni, hogy ezen problémák a megfosztó Másikért-való-lét és az *Akárki* általi *szembehelyező* manipuláció eredményei. A Másik nem zárható ki, és nem is tárgyként érdekes. Az idegen kultúrák és az interkulturalitás iránti érdeklődés több határt szab, mint amennyit felszámolni kíván. A Másikkal való problémák csak a magával ragadó Másik felé való léten alapuló válaszokkal kerülhetők el, mert a Másik lényegileg kísér minket.

Hogyan kísérjük terapeutaként a Másikat mint klienst? Először is ismernünk kell a Másik nyelvtanának gyakori, mindennapi nyelvi szintjeit. Ezután kapcsolódnunk kell a kliens konkrét nyelvéhez. A kliens igénye szerinti megfelelő terapeutára van szükség, akinek majd szüksége lehet tolmácsra, hogy a szavak jelentését az egyik világból a másikba átfordítsa. Ez ugyanakkor azzal is jár, hogy a viszonyulás nyílt módon más területét teremtik meg, amely segíthet *is* szenvedő embertársunknak, mégis ténylegesen másmi-lyen kapcsolat, mint az eredeti analitikus–kliens kapcsolat.

Akárki-önmagunk ismerete fontos tényező a Másikkal való találkozásban. A terapeutának jól kell ismernie önmaga és a Másik *Akárki-létét* és konstrukcióit, hogy adott esetben képes legyen elkerülni az előítélet és a nem autentikus, megkülönböztető fogalmak jelenlétét a kapcsolatban. A kliens kultúrájában elérhető terápiás lehetőségek ismerete még nyitottabbá teszi a terapeutát a Másik igényei és elvárásai irányában. Előfordulhat az is, hogy a Másikra vonatkozó egyes kérdésekre adott válaszunk (pl. a betegség, a migráció, az idegenség vagy a másik kizárásának megértése terén) a saját kultúránkon alapul. A terápiát megelőzően korlát nélkül teret kell adni ezeknek a válaszoknak. Próbáltuk bizonyítani, hogy a kultúra fogalma mindennapi életünkben funkcionális voltában szűkítő és szembehelyező jellegű, illetve lényegi válaszokat próbáltunk adni a terapeutáknak a kiegyensúlyozott fogalmak kapcsán. Mert a terapeuta nemcsak kliense jóllétével törődik, hanem azzal is, hogy az a terápiát a terapeutával való együtt-létében saját otthonaként élje át. A pszichoterápia eleve mindig a kultúra kritikája, mivel a megkülönböztető világ-viszonyulást higgadt és nyitott létmegvalósításba helyezi, amely hagy, és amelyet hagynak másik szintre lépni. Így a terápiás kapcsolat a kulturális megújulás tere, még akkor is, pontosabban azért, mert a pszichoterápia környezete egy adott kultúrából teremtődött meg. Így hát világfelfogásán keresztül bármilyen terápiás

irányultság gyarmatosíthatja és manipulálhatja a Másikat, függetlenül attól, hogy a kliens vagy a terapeuta származik más kultúrából. A pszichoterápia ily módon kultúrák közötti híddá válhat, amelyen még több szembehelyezkedés haladhat át, és amely még messzebb mozdítja a partot a Másiktól. Ez a Másik metapszichológiai gyarmatosítását és egy-szintbe-hozását eredményezi a terápiás iskola és annak egészségről alkotott definíciója által, a világ és az emberi lény kultúraspecifikus képét továbbbítva.

A Másik terápiaját lehetővé tevő feltétel akkor teljesül, amikor a terapeuta – higgadt és nyitott alapviszonyulásában – mind a kultúrafüggetlen, azaz egzisztenciális, mind pedig a kultúraspecifikus jelenségek jelenlétének teret ad. Ez ténylegesen megelőzi a Másik minden patologizálását, illetve romantizálását a terapeuta részéről. Utóbbinak minden esetben tisztában kell lennie az *Akárki* által felállított, szociális-gazdasági referenciakeretként is említett határokkal, hogy a Másik kísérése ne teher legyen, hanem a kliens felszabadítása saját létlehetősége számára. A Másik nyelvtanának elemzése azért nagy jelentőségű a pszichoterápia gyakorlatában, mert felhívja a figyelmet ezekre a veszélyekre, és utat nyit a lényeg megközelítésének.

Az interkulturális pszichoterápia minden esetben arra törekszik, hogy saját világában találkozhasson a Másikkal, akár kultúrának hívjuk azt, akár nem, akár megértjük, akár nem. A különbségek tökéletes megértése és ezen keresztüli feloldásuk igénye helyett vég-és határ nélküli nyitottság szükséges a Másik Különbözőként-való-léte iránt.

Angolból fordította Bernáth Andrea

IRODALOM

- BARNETT, L. – MADISON, G. (szerk.) (2012). *Existential Therapy*. New York: Routledge.
- BINSWANGER, L. (1993). *Grundformen und Erkenntnis menschlichen Daseins*. Heidelberg: Asanger.
- BOSS, M. (1999). *Grundriss der Medizin und Psychologie*. Bern: Hans Huber.
- CONDRAU, G. (1998). *Daseinsanalyse*. Dettelbach: Röhl.
- HEIDEGGER M. (1986). *Sein und Zeit*. Tübingen: Niemeyer.
- HEIDEGGER M. (1994). *Zollikoner Seminare*. Frankfurt am Main: Klostermann.
- HELTING, H. (1999). *Einführung in die philosophischen Dimensionen der psychotherapeutischen Daseinsanalyse*. Aachen: Shaker.
- JACOBSEN, B. (2007). *Invitation to existential psychology*. Padstow: Wiley & Sons.

TANULMÁNY

Krékits József

Az álmom én vagyok A daseinanalitikus álmértelmezésről

Bevezetés

A címben parafrázált eredeti mondást, „Az állam én vagyok”, XIV. Lajosnak, a Napkirálynak tulajdonítják, aki abszolutisztikus kormányzása által híresült el. A történészek megkérdőjelezik azt, hogy ténylegesen elhangzott-e ez a mondat a király szájából. Úgy érzem, hogy így módosítva a kijelentést, sokkal igazabbá válik, és kifejezi azt a tapasztalatumat, hogy az álmunk legsajátabb önmagunkat ábrázolja, még akkor is, ha ezt nem mindig kényelmes elismernünk. Nyilvánvalóan a hangzásbeli hasonlóság hozta létre asszociációm. Először azt gondoltam, hogy én találtam ki ezt a parafrázist, de később kiderült, hogy Vajda Mihály filozófus jóval korábban leírta egy tanulmányában, utalva rá, hogy az álomban a tulajdonképpeni önmagunk (Selbst-sein) jelenik meg a maga világbanvaló-létében, illetve jelenvaló-létében. Ez a jelenvaló-lét vagy ittlét: maga az ember, Heideggerrel (1927/2004) szólva, a Dasein.

Edmund Husserl, a fenomenológia atyja fogalmazta meg a *fenomenológiai redukció* lényegét: „Vissza magukhoz a dolgokhoz!”, azaz igyekezzünk önmagunkat előítéletmentessé tenni és magánál a tapasztalatnál maradni, elkerülve a teóriák csapdáit. A fenomenológia az emberi tapasztalatra és a kontextusra redukálja lényegmegragadását, azaz Robert Mac Leod (id. May, 1992) szavaival élve, egyfajta „tudományos naivitással” közelít a problémákhoz. Husserl (1927/1998) szavaival: „A reduktív beállítottságban maradván történik meg a tisztán pszichikai *eidetikus*¹ elemzése, azaz az egyes élményfajták, valamint összefüggés- és történésformáik lényegstruktúráinak kiemelése. Minthogy pedig a pszichikai megközelíthető az öntapasztalásban is és az interszjektív tapasztalásban is,

¹ Husserl megkülönbözteti a filozófiát mint eidetikus (lényeg) tudományt a természettudománytól mint „ténytudománytól”. A lényeg a látszat ellentéte, amely csak az emberi tudatszférában értelmezhető: ezért egyrészt a tudatot, másrészt a tudat és a fenomének kapcsolatát kell kutatni. Kétséggel és bizalmatlansággal kell kezelnünk minden eleve meglévő elméletet és előfeltételezést, amely manipulálná a megfigyelést.

ennek megfelelően a redukció egologikusra és interszjektívre oszlik meg.” (426., kiemelés az eredetiben). A későbbi hermeneutikai folyamat során ezt a kétféle tapasztalatot elemezzük a pácienssel együtt, amikor abban tipikus mintázatokat, tendenciákat, szabályszerűségeket, azaz rejtett értelmet keresünk. Ugyanakkor maga „az értelmezés sohasem előfeltevésmentes megragadás” (Fehér, 1989, 38.), hiszen egy előzetes megértésen, fogalmak előzetes elsajátításán, a világ előzetes megismerésén alapul. Amit észlelünk, azt mindig egy már meglévő fogalmi struktúrába helyezük bele. Így a fenomenológiai redukciót egy ideáltipikus célkitűzésként kell felfognunk, sohasem válhatunk abszolút előítélet-mentessé, mivel a fenomenológia mindig kiegészül hermeneutikával is.

Metaforák és metonímiák az álomban és a nyelvben

Már Roman Jakobson észrevette, hogy Freud (1900/1985) *Álomfejtésében* felfedezhetők a metafora- és a metonímiaképződés jelenségei. Lacan ettől kezdve a metaforát a freudi sűrítésnek, a metonímiát pedig a helyettesítésnek vagy eltolásnak feleltette meg (id. Erdélyi, 2013; Kuiken, 1999/2013). Erdélyi Ildikó (2013) hívja fel figyelmünket tanulmányában arra, hogy a francia metaforikus elméletek szerzői (A. Green, F. Dolto, D. Anzieu) munkáikban rámutatnak a korai preverbális testi élmények metaforikus megfogalmazhatóságára, amely tapasztalatok ezáltal áttételesen mégis verbalizálhatóvá válhatnak. Véleményem szerint azonban nemcsak testi, hanem képi élmények is megmaradnak mind ebből a fejlődési fázisból, mind a későbbi életünkben, amelyek az álmok dramaturgiájában is megjelennek. Ez a képi és testérzeti gondolkodásmód mind az álmokban, mind a képszerű nyelvi megfogalmazásokban megjelenik, és egy ősből szintjét képviseli az élmények megragadásának. Például a keserű íz érzékelése, mint alapvető testi tapasztalat, a nyelv fejlődése során „keserves”, „kesereg”, „megkeserüli”, stb. metaforikus kifejezéseké válik bővítmények által.

A jelentés fejlődésében nagy valószínűség szerint az a tapasztalat áll, hogy a kesergő ember olyan képet vág, mint aki valami keserűbe harapott. (Erre vonatkozó szótást nem találtam, de ennek az élménynek az analógiájaként gondolom, amikor valaki „savanyú képet vág, mint aki citromba harapott”.) Ez a keserű íz egyben az epének is jellemző tulajdonsága, innen jöhetnek a magyar nyelvben az ’epés’, ’epekedő’ kifejezések metonimikus eltolással (Szabó, 2015), de hasonló módon jön létre a ’sárga irigység’ is. A metonímia: az epe, mint tulajdonságot HORDOZÓ A TULAJDONSÁG (keserű) HELYETT, míg a ’sárga’ az ’epés’ helyett áll, azaz TULAJDONSÁG A HORDOZÓ HELYETT. Tehát a nyelvi fejlődés azzal a következménnyel is jár, hogy „a szavak úgy nyerhetnek új értelmet, hogy közben nem veszítik el eredeti jelentésüket sem” (Ullmann, 1952, id. Ricoeur, 1975/2006, 183). Azaz az álombeli és a nyelvi metaforák, metonímiák közös forrásból

származnak: egy képi és testérzeti tapasztalati szintből, amelyből mind az egyén nyelvi fejlődése, mind a nyelvek történelmi filogenezise kiindul. Persze ezek a kifejezések már úgynevezett *halott metaforák*, *metonímiák* mivel jelentésük konvencionalizálódott, azaz használatukkor nem gondoljuk végig keletkezésüket, de az eredeti kifejezés (itt a keserű íz) jelentése érzelmi jelentőséggel bír.

A fogalmi-metafora elmélet koncepciója

Röviden ki kell térnem a metaforákra és a metonímiákra a nyelvben, hogy érzékeltethessem azt, hogy az álom hogyan működik. A nyelv és az álom analógiájára szeretnék rámutatni, amire szintén Lacan (1966/1993) hívja fel a figyelmünket, aki szerint a tudatalan úgy van strukturálva, mint egy nyelv. Amikor egy metaforát képzünk, akkor egy *forrástartomány* (pl. az időjárás különböző megnyilvánulási jelenségei) utalunk egy *céltartományra* (pl. hangulati megnyilvánulások), és ezáltal létrejön a metafora „olyan, mint” szerkezete: pl. „olyan a hangulatom, mint az időjárás” vagy „olyan volt ez az élmény, mint a derült égből a villámcsapás” (Kövecses, 2005). Azaz egy egyszerűbb, élményközelibb, konkrétabb tartalommal mutatunk rá egy elvontabb, inkább fogalmakban megjeleníthető tartalomra. A „metaphero” jelentése görögül azt jelenti, hogy átviszek, azaz átvitt értelemben gondolom azt, amit mondok. Amikor kiteszem az „olyan, mint” kifejezést, akkor tulajdonképpen *hasonlatot* hozok létre, a valódi metafora törli, illetve kihagyja a hasonító kifejezést. A magyar „fogalom” szavunk, a német „begriffen” (megfogni, megragadni) kifejezésből származik, és épp azt jelöli meg, hogy valami megfoghatatlant igyekszünk általa megfoghatóvá tenni, ami legtöbbször konkrét, *kézzel fogható* dolgokra való visszautalással valósul meg (Fónagy, 1999). Azaz a fogalmak is a metaforákhoz hasonlóan képződnek, pl. a hangutánzó „tip, top, tap” alapszóból indul ki az a forrástartomány, amelyből bővítményekkel képződik a tapint, tapaszt, tapasztal, tapasztalat, stb. szavunk, melyek így visszautalnak eredetükre is (EtimSz, 2006). A magyar „tapasztal” igének megfelelő német „erfahren”, „erleben” sokkal inkább „átél, megél, értesül, megtud” jelentéssel bír, míg a magyar ember azt tekinti tapasztalatnak, amivel testi kontaktusba kerül, ami számára kézzel fogható.

Fónagy Iván (1999) szerint „ezek a szavakba épült, *szavakba rejtett metaforák* még közvetlenebbül, még alattomosabban irányítják gondolkodásunkat, mint a szavak által kiváltottak.” (209. kiemelés tőlem, K. J.). Lakoff és Johnson fogalmi-metafora elmélete szerint a metafora az emberi megismerés nélkülözhetetlen eszköze. Nézetük szerint a humán fogalmi rendszer kisszámú *tapasztalati élmény* köré szerveződik. „Valóságunkat testünk mozgásának mintázatai, tér- és időorientációink kontúrjai, ill. a tárgyakkal való kölcsönhatásaink módjai szabják meg.” (Johnson, 1987, id. Szamarasz, 2014, 783). A

korábbi példában szereplő „epe” elfakadása a húsfeldolgozás során keserűvé teszi a húst, ami egy igazán ősi tapasztalata lehet az emberiségnek. Persze nemcsak élettelen, hanem élő tárgyakkal, emberekkel is kölcsönhatásban vagyunk, és ez szinte minden esetben érzelmi kísérőjelenségekkel, vagy *daseinanalitikus* terminológiával, hangoltsággal járnak. Erre utal a „kéz a kézben járnak” metaforikus kifejezés is, mely eredetileg konkrét személyközi viszonyból indult ki, de ma már használjuk olyan fizikai, kémiai jelenségekre is, amelyek együtt járnak. Ezért Johnson idézetét ki kell egészítenünk azzal, hogy nemcsak „tárgyakkal”, hanem más személyekkel való „kölcsönhatásaink” is beletartoznak a valóságunkat meghatározó tények körébe.

Hadd hozzak egy példát a jobb érthetőség kedvéért. Ha egy kamasznak azt mondja a szülő, hogy „a szobád egy dzsungel”, akkor nem arra gondol, hogy abban majmok hínáznak liánokon, hanem arra, hogy a szoba túlszűfolt, áttekinthetetlen, mozgásában gátolja a benne közlekedőt, rendetlen, kaotikus. Ezt azonban egyetlen szóba sűrítve képes megragadni (Szamarasz, 2014). Ebben az esetben egy ún. *kifejtett metaforával* (Fónagy, 1999, 141.) állunk szemben, mivel szimbolizáló és szimbolizált egyaránt megtalálható az állításban, azaz hasonlattá kibővítve a metaforát, „a szobád olyan, mint egy dzsungel”. Ugyanez a kép, a dzsungel megjelenése egy álomban többféle jelentéssel bírhat, hiszen nem tudjuk, hogy *mire is utal* az álmodó éber létében, így az álom: *kifejtetlen metafora*. A kifejtett metaforánál meg van jelölve a céltartomány, ez esetben a szoba, de az álomnál nincs megjelölve, csak a forrástartomány. Ráadásul egy forrástartomány, jelen esetben a „dzsungel” többféle céltartományra is utalhat, azaz *alternatív konceptualizáció*² lehetséges. Először is meg kell vizsgálnunk, hogy az álmodónak hogyan jelenik meg az álombeli dzsungel, azaz nem az őserdőre, mint az európai ember számára általánosságban megjelenő szimbólumra gondolunk, hanem egy konkrét személy számára konkrétan megjelenő élményre, ahogyan azt álomtapasztalatában átéli. Ehhez először elemeznünk kell az álmot, annak érdekében, hogy közelebb jussunk az utaláshoz, azaz az álmodó világában lévő céltartományhoz. Ehhez az elemzéshez használjuk fel a heideggeri *egzisztenciálék*at. Mik ezek?

Az álmok elemzése egzisztenciálék segítségével

Heidegger (1927/2004) szerint „A létező, amelynek elemzése most feladatunk, minden esetben mi magunk vagyunk. [...] E létező mibenlétét (essencia) [...] létéből (existencia) kell megragadnunk” (59). *Mivel az önmagát reflektíven érzékelő embert egzisztenciája*

² „Konceptualizáció alatt egy entitás vagy egy szituáció értelmezését, interpretálását értjük. A legtöbb esetben azonban ugyanazt az entitást vagy szituációt többféle módon is értelmezhetjük – ezt hívjuk alternatív konceptualizációnak.” (Kövecses, Benczes, 2010, 145.)

határozza meg, az emberi ittlét alapvonásait egzisztenciáléknak nevezi. Az álomban megjelenő élményt ezen egzisztenciálék alapján tudjuk megragadni, azaz az élmény modalitásai alapján. (Felhívnám itt a figyelmet a Johnson-féle definíció és az egzisztenciálék közötti átfedésre, amely átfedés még nagyobb az általam tett kiegészítéssel.)

Ilyen modalitás az álombeli szituáció *térbelisége*, azaz hol helyezkedik el a dzsungel az álmodóhoz képest, átlátható vagy beláthatatlan, zsúfolt vagy némileg strukturált, van-e benne út, tisztás, áthatolható vagy áthatolhatatlan, stb. Egy másik modalitás az álom-élmény *időbelisége*: az álmodó személy jelenkorú e, vagy más életkorú álmában, éjszaka van-e vagy nappal, illetve a környezet az egyén mely életkorának vagy mely történelmi kornak felel meg (a dzsungel e tekintetben kortalan).

A *testbeliség* egzisztenciáléja abban mutatkozik meg, hogy akadályoztatva van-e a mozgásában vagy sem, éhes-e, szomjas-e, fázik-e vagy melege van, megsérült-e, ruhák védik-e a testét vagy meztelenül van, van-e fegyvere vagy más eszköze megvédeni magát, képes-e erőt kifejteni? Az álom *hangoltsága* érzelmi és hangulati összetevőkből áll össze, azaz nem mindegy, hogy egy izgalmas vadászatot vesz-e részt az őserdőben, vagy eltévedt, és fél a vadaktól. Az álombeli időjárásnak is fontos hangoltság-jelző funkciója van, amelyre már egy korábbi példában utaltam.

Az *együtt-lét* egzisztenciáléja rámutat, hogy egyedül van-e vagy másokkal, ezek az emberek vagy állatok segítően vagy ellenségesen viszonyulnak-e hozzá, illetve ő hogyan viszonyul hozzájuk. Főszereplője, mellékszereplője, egyáltalán résztvevője-e a saját álmának, vagy csak kívülről szemléli az eseményeket, mint egy filmet. Ezt az egzisztenciálét érdemes többször is körbejárni, mivel rámutat a többi emberrel megvalósított interszubjektív viszonyra, kapcsolati mintára, így a terapeuta iránti áttételre is utalhat. A *nyitott-lét* egzisztenciáléja megmutatja, hogy a környezete iránt mennyi érdeklődést tanúsít, pl. bebújik-e egy odúba, és még a szemét is behunyva várja a megmentését vagy a halálát, vagy egy fa tetejére mászva próbálja a helyzetét felmérni. A *szabad-lét* egzisztenciáléja arra kérdez rá, hogy mennyire érzi szabadnak magát a helyzetében, mennyire szabadon cselekszik, vagy csak kényszereknek engedelmesskedik, esetleg menekülni próbál, aktív vagy passzív megoldásokat választva. Az *önmaga-lét* egzisztenciáléja megmutatja, hogy képes-e önálló döntéseket hozni álmában, képes-e kreatívan viszonyulni a helyzetéhez, vagy ráhanyatlik a konvenciókra, és azt teszi, amit mások is tenni szoktak, azaz csak egy *akárki-önmagaként*³ jelenik meg.

³ Heidegger megkülönbözteti az autentikus önmaga-létet (Selbst-sein) a konvencionális akárki-önmagától (Man-selbst). Ez utóbbiban a Man kifejezés nem más, mint a „das Man”, ami németül egy semleges nemű általános alany, amit „akárki” vagy „bárki” jelentéssel lehet magyarrá fordítani, jelezve, hogy egy bárki által helyettesíthető emberi létmódról van szó.

Végül, de nem utolsó sorban a *halálhoz-viszonyuló-lét* egzisztenciáléja következik, azaz milyen mértékben jelenik meg az álomban az élet végességének tudata, halálfélelem, halálvágy, belenyugvás vagy küzdelem formájában. Esetleg lehet a halál lehetőségének tagadása a szembetűnő fenomén. Az egészségsszorongás és a halálfélelem legtöbbször ott jelenik meg, ahol az ittlét elmulasztja önmaga megvalósítását, kiteljesítését, azaz elhibázza önmagát, így azzal szembesül, hogy mulasztása miatt bizonyos dolgok végképp kimaradhatnak az életéből (Condrau, 1992/2013). Tehát a halál fenomenjét csak az élet fenomenjéből tudjuk megragadni.

Mint látható a különböző modalitások átfedik egymást, nem választhatók szét mereven. A terápiában csak a tanulási fázisban pipálgatjuk ki az egyes egzisztenciálékat, később már nem. Tehát még egyszer hangsúlyozom, hogy nem általában a „dzsungel” metaforáját használjuk (mint az álmoskönyvek, illetve sok esetben a jungi szimbólumok esetében), hanem konkrét személy, konkrét dzsungelképét a „manifeszt” álomban. (Nyilvánvalóan egészen másképp jelenik meg a dzsungel egy európai és egy bennszülött dzsungellakó ember számára.) Az álom fenomenológiai analízise az egzisztenciálék által segít abban, hogy az értelmezés során ne nyúljunk nagyon mellé, azaz az álom, mint metafora vagy metonímia mire utal a kliens életvilágának kontextusában. Ehhez persze szükségesek a páciens asszociációi is, hiszen saját életének tapasztalati analógiái neki állnak leginkább rendelkezésére. Az ilyen részletes álomelemzés annak a lehetőségét is megteremti, hogy minél inkább bele tudjuk élni magunkat terapeutaként az álomszcénába. Ennek ellenére még ilyenkor is maradhatnak fel nem derített álomzugok (Erdélyi, 2013), amelyek esetleg néhány üléssel később jelennek meg, mondván, nem tartotta a kliens lényegesnek ezt vagy azt a részletet.

Például egyik páciensem arról álmodott, hogy két fegyveres férfi üldözi őt, valamint a nővérét és az édesanyját, és ők a hegytetőn álló rendőrautóhoz futnak segítségért, amelyben egy rendőr és három civil ül. A rendőr kitér a segítségnyújtás elől, mondván, erősítést kell kérnie ehhez. Mivel elbújni sem tudnak a kopár hegytetőn, az álom véget ér, szorongva ébred fel. Az álmot – mely több más fontos részletet is tartalmazott, és bemutatta a páciensem férfi-nő viszony-mintáját – hosszasan elemeztük, sőt visszatértünk rá két üléssel később is. Azonban csak ekkor derült ki, hogy a rendőr mellett az édesapja ült, teljesen passzívan. Ez persze új távlatait nyitotta meg az értelmezésnek, hiszen csak ekkor árulta el, hogy az édesapja hosszú éveken át alkoholbeteg volt, bár már hét éve absztinens. Egyedül egy farkaskutya jelentett biztonságot az álmában, amely valós életükben is jelen volt, és amelyet a helyi rendőrségtől szereltek le, és ajándékoztak a családjuknak. A rendőrök ezt követően is gyakran jelentek meg álmaiban, eleinte meg sem merte kérni őket veszélyeztetett helyzetében – azt gondolva, hogy úgysem fognak segíteni –, azután jött az előző álom, ahol elhárítja a segítséget a rendőr, majd egyre inkább segítőkésznek

mutatkoztak, pl. betörőket kaptak el a lakásában, azután egy rá nézve veszélyes sorozatgyilkost ártalmatlanítottak. A rendőrök, azaz a „rend őrei” igyekeznek rendet teremteni és segíteni a veszélyes férfiak távoltartásában. A rendőrök iránti bizalom eltolással megféleltethető a terapeuta, illetve a terápia iránti bizalom megerősödésének, azaz metonímiával, átnevezéssel van dolgunk. A legfőbb veszélyeztető férfi pedig az apa, aki elől gyerekkorában a nagymamához lehetett menekülni, ha részeg volt és késsel fenyegette a családot. Egyébként ő maga rejtegette az apát előlem is, mivel csak a 12. ülésen árulta el alkoholizmusát.

Tehát a *visszatérő metaforáknak*, *metonímiáknak* különleges jelentésük és jelentőségük van. A daseinanalízis során egy ülésen legtöbbször csak egy álmot elemzünk, de a későbbiekben is többször visszatérünk egy-egy jelentős álmra. Az azonos szereplők, motívumok visszatérése, a hozzájuk való viszonyulás változása az álmokban, bemutatja a kliens segítségkérő attitűdjének és a terapeutához való viszonyulásának változását is. A terápiás folyamat egy pontján ennek értelmezését a pácienssel együtt dolgoztuk ki.

Az álmok értelmezése

De térjünk vissza a példa-metaforánkra, a dzsungelre, hiszen most következne a metafora értelmezése. A legtöbb európai ember számára a dzsungelnek nincs valódi tapasztalati jelentősége, hiszen kevesek jutnak el oda. De filmekben már láttunk dzsungelt mindannyian, és ha megjelenik az álmainkban, az mindig utal valamire. Ha mondjuk középkorú az álmodó, akkor találhatunk egy *értelmezési keretet*, miszerint „[a]z emberélet útjának felén egy nagy sötétlő erdőbe jutottam, mivel az igaz utat nem lelém”, ahogyan Dante fogalmazta meg metaforikusan az *Isteni színjáték* első soraiban. Én magam, de más daseinanalitikusok is gyakran utalnak költeményekre, filmekre, művészeti alkotásokra. Itt a költői metafora: „az élet olyan, mint egy erdei út”, innen az „életút” kifejezés is. És ha az élet egy út, akkor lehet sima vagy göröngyös, aszfaltozott vagy ingoványos, gátakkal teli vagy akadálymentesített, messze belátható vagy perspektívátlan, esetleg el is lehet tévedni rajta, különösen akkor, ha erdőn át vezet, és elágazások vannak az úton, vagy akár úttalanná is válhat a dzsungel (vö. „úttalan utakon”). Persze nemcsak az életút részeként konceptualizálható a „dzsungel” metafora, utalhat arra, mint Brecht színműve, hogy *Egy nagyváros dzsungelében* vagy tudományos teóriák dzsungelében is el lehet veszni, de emberi kapcsolatok kilátástalan helyzetei is lehetnek dzsungelszerűek.

A daseinanalízis a lehetőségek minél szélesebb körét igyekszik meghagyni, annak érdekében, hogy valódi, egyedi jelentését keresse meg az álomnak. A dzsungel és a szoba eredendően nem hasonlít egymásra, azaz nem a hasonlóság hozza létre a kapcsolatot köztük, hanem két egymástól nagyon különböző dolog összekapcsolása hozza létre az

egymásra vonatkozást, ami egy új jelentést konstruál. Petőfi S. János (1969) szerint költői képeknek tekinthetünk „mindazon szövegrészletet, melyet legalább két szintaktikai kapcsolatban álló, de szemantikai szempontból összeférhetetlen szó alkot” (id. Fónagy, 1999, 139). Ez persze az álomelemzést nem segíti, mivel legfeljebb az álmon belüli események vannak szintaxisban egymással, de az álomtapasztalat és az ébrenléti tapasztalat csak analógiás összefüggést mutat, nem érintkeznek egymással, az érintkezési pontokat a terápia során hozzuk létre. Tehát itt fordított módon gondolkodunk, mint a költő, mert nem az érzéseink kifejezéséhez keresünk analógiás forrástartományokat, hanem az álomban megjelenő (költői) képhez keresünk életbeli analógiákat. Tehát mondhatjuk azt, hogy az álomértelmezés a versek értelmezéséhez hasonló, mit fejez ki egy költői, és mit egy álombeli metafora, metonímia.

Freud (1900/1985) *Álomfejtésében* a „látens” tartalom kapcsán egy konkrét jelentés elrejtéséről beszél a cenzor által, melyet az álom képnyelvi formában jelenít meg. Ez azonban csak akkor van így, ha az álomban olyan ösztönkésztetéseket, vágyakat keresünk, melyek egyúttal *tiltottak* is. Ez azonban beszűkítheti az értelmezés terét, és az álmoknak általános, sematikus jelentést kölcsönözhet különösen akkor, ha az értelmezési keretünk az „elfojtott szexualitás”. Vágyteljesülés vagy pozitív törekvések megjelenése esetében már nem jó ez a keret. Fazekas Tamás (2008) megfogalmazása szerint: „Az álomfejtésben az *akárki-önmaga* nyilvánul meg, míg az álomértelmezés során a legsajátabb önmaga-lét kerül szóba.” (37., saját fordítás.) A heideggeri terminológia itt arra utal, hogy amennyiben az *álomfejtést* (Traumdeutung) sematikus végezzük, akkor általános, bárkire ráhúzható, általános, konvencionális jelentések jelennek meg, míg az *álomértelmezés* (Traumauslegung) az egyéni, autentikus jelentéseket igyekszik felszínre hozni. Azaz nem a dzsungelről mint szimbólumról beszélünk, amely bárki számára ugyanazt jelenti, hanem arról a fenoménről, amelynek megjelenése az álmodó álmában egy lehetséges egyedi jelentést implikál, azaz amit az álmodónak jelent a dzsungel abban a szcénában, amelyben megjelenik. Persze a „dzsungel” kifejezésnek van egy konvencionális jelentése is, épp ezért használhatjuk metaforaként, hiszen az európai átlagember számára egy olyan erdőfajta, amely félelmetesebb, áttekinthetlenebb, veszélyeket rejtőbb, haladásunkat gátlóbb, mint egy kontinentális éghajlatú erdő. De ahogyan a szótárakban is van egy első jelentése a szavaknak, amely a legáltalánosabb jelentést hordozza, a legtöbb szónak többféle jelentése is fel van sorakoztatva, azonban ezeknél már a kontextust is feltüntetik, ami azt mutatja, hogy bizonyos szövegösszefüggésben hogyan módosul vagy változik meg az alapszó jelentése. Ezért kell az álmon belül is felderíteni a kontextust, hogy lássuk, milyen összefüggésben jelenik meg egy bizonyos fenomén az álomban, majd ezt követően kell behelyezni az álmot egy nagyobb *élettörténeti kontextusba*. Tehát nem hagyatkozhatunk a legkonvencionálisabb első jelentésére az álombeli metaforának, amelyben az

akárki-önmaga jelenik meg, hanem meg kell találnunk a legsajátabb önmaga-lét kifejeződését az álomban, hiszen ezzel segítjük az egyén individualizálódását, önmaga autentikus kifejezését, az önmaga-lét megszületését is. Ha nem ezt tesszük, akkor elidegenítjük a klienst saját álmától, miáltal saját élményeitől, tapasztalataitól, azaz önmagától fog elidegenedni, ami identitása gyengülését eredményezheti. Ezért mindig keressük az álomban azokat a pozitív létlehetőségeket, melyek előre vihetik és egyedivé tehetik a változásokat a kliens életében.

Persze az álmok nemcsak autentikus önmegvalósításunkra utalnak, hanem az ezt gátló sémáinkra, mintázatainkra is, amelyek épphogy akadályozzák az önkibontakozást. Nyilván erre is utalnunk kell, hogy ezek a kognitív, affektív és interszubjektív mintázatok hogyan is gátolnak bennünket szabadságunkban, így felvethetjük másféle kimeneteleit is az álomnak, rámutatva az álombeli viselkedés és annak eredménye összefüggéseire. Ennek egyik változata az álomelemzés kapcsán a „miért nem?” kérdéssel feltevése (Condrau, 1992/2013), melynek során alternatívákat is mérlegelünk az álom megbeszélése során. Ez sok esetben hasonlatos mind a kognitív viselkedésterápiák sémakorrekciójához, mind a pszichodramában a segéd-én ötletadásához, ill. a Leuner-féle kataratím imaginatív pszichoterápia indirekt javaslataihoz, melyeket persze vissza is utasíthat a kliens.

Mindez rávilágít arra, hogy attól függően, hogy mit is keresünk az álomban, mást és mást találhatunk benne. Kereshetünk archetipikus allegorikus alakokat, szülő- és testvérkomplexust, Ödipusz-komplexust, elfojtott vágyakat vagy vágyteljesülést, szelf-állapotokat, traumákat, kapcsolati mintákat, kognitív és affektív sémákat. Amit keresünk, azt fogjuk találni. De épp az a jó, ha valamely dolgok keresése nem zárja ki a többi keresését. A daseinanalízis ateoretikusnak tartja magát, azaz nem hagyja teóriák kliséibe béklyózni gondolkodását, ezért előítélet-mentesen csak a fenoménekre, és azok utalás-összefüggéseire koncentrálnak. Nekem azonban szimpatikusabb Prochaska és Norcross (2011) megfogalmazása, akik az integratív terápiákra a „*transzteoretikus*” kifejezést használják: azaz gondolkodásunknak teóriákon túlinak kell lennie, integrálva mindazt a felhalmozott tudást, melyre a pszichológiai (filozófiai, antropológiai, nyelvi, művészeti, stb.) ismereteink elsajátítása során szert tettünk. Ez lehetőséget ad egy olyan átfogó szemléletre, melynek során minden esetben azt az értelmezési keretet használjuk fel, amely leginkább előre viszi a változást.

Eset-vignetta álomelemzéssel

Húszas évei végén járó férfi kliensem hosszú ideig nem volt képes elköteleződni partnerei mellett, mivel úgy gondolta, hogy ezzel beszűkülnek a választási lehetőségei, azaz vége szakad az új partnerek keresésének, csorbul szabadsága. A legutóbbi kapcsolatának több

mint egy éve alatt ugyanakkor nem próbált új kapcsolatot keresni, annak ellenére, hogy egy idő után úgy érezte, ez a kapcsolat is gátolja őt az „igazi partner” megtalálásában. Ezért szakított a lánnyal. Ezt követően azonban pániktünetei léptek fel, és kifejezett hangulati ingadozásai lettek, súlyos mélypontokkal. Főként akkor, amikor kliensem újraközeledési kísérletei a lány részéről elutasításra leltek, valamint megtudta, hogy volt partnerének új udvarlója van. Bár a terápia során ezek a tünetek fokozatosan enyhültek, egyik álmában megjelent a lány, ami eléggé felkavarta. Az álom szerint szülei vidéki házában van, az ablakon néz ki, várjam hogy elkezdődjön a tűzijáték. Kint esik az eső. Megjelenik a lány az utcán, odamegy az ablakhoz, és bead rajta egy esernyőt, azután elmegy. Kliensem nem mozdul, csak pár szót váltanak, marad a becsukott ablak mögött és tovább várja a tűzijátékot, ami végül nem kezdődik el. Az álom hangoltsága várakozó, valami látványos élményre vágyik, de mindvégig passzív marad. Az ablak egyfajta nyitottságot jelenít meg, ugyanakkor be is van csukva, csak a tekintete várja a vágyott látványt. Nem is érti, hogy adhatta be a lány az ablakon keresztül az esernyőt, mivel ő nem emlékszik rá, hogy kinyitotta volna. Az álom végére egy kifejezett csalódottság-érzés keríti hatalmába. Bár a perspektíva nyitott, ő egy zárt térben marad mindvégig a szülei házában.

Az elemzés során felvetődött, hogy az esernyő beadása egyfajta invitálás lehetett arra, hogy menjen ki ő is az utcára. A másik lehetőség az lehetett volna, hogy ő hívja be a lányt a házba, mivel kint esik az eső. (Arra nem gondolt álmában, hogy esőben kicsi a valószínűsége a tűzijátéknak.) Adódott a kérdésem, miért csak várt, *miért nem* választott valami cselekvést, hiszen akkor lehetett volna igazi „tűzijáték”, ha végre találkoznak. Egyfajta elképzelt, idealizált jövőkép eddig is megakadályozta abban, hogy elköteleződjön a jelen „szürke, esős” létlehetőségei mellett. Aztán, amikor ezek a valódi létlehetőségek elmentek mellette, akkor jött a pánik, a halálfélelem, hogy talán egy soha vissza nem térő alkalmat mulasztott el. Ez a *mulasztás-szorongás* (Schuldangst) a daseinanalízis egyik alapfogalma, azt jelöli, hogy az egyén adósává válik önmagának, elmulasztja kihasználni létlehetőségeit, metaforikus kifejezéssel szólva: elmegy mellette az élet. És ha lemaradunk az életről, akkor élőhalottakká válhatunk, talán innen a halálfélelem megjelenése a tüneteiben. A kliens megértette, hogy nem várhat se a tűzijátékra, se a csodára, neki is tennie kell a céljai eléréséért valamit.

Az álmot még hosszasan lehetne elemezni, főleg a szülői ház aktivitást blokkoló szerepét, de így is bemutatja a kliens központi problematikáját sűrítetten egy rövid szcénában. Egy pozitív *együtt-lét lehetősége* azért megjelenik az álomban, ez a közös (es)ernyő alatt megélt védelem élménye, mely eddig hiányzott az életéből. Ha az álom nem mutat fel érdemben pozitív létlehetőségeket, akkor a terapeutának kell az alternatívákra felhívnia a figyelmet. Azaz „miért nem” próbálta meg befolyásolni az eseményeket a saját céljainak megfelelően, hiszen épp azért érzi csapdába ejtve magát, mert nem

próbálja meg a kapcsolatait aktívan alakítani. Passzivitása pedig egy idő után arra készteti, hogy kilépjen a kapcsolataiból, mert azokban nem érzi szabadnak magát, és egy elképzelt, ideális jövőbe menekül, egy ideális partner megszerzését remélve. A jövőbe vetített végtelen lehetőségek és a végleg elszalasztott lét-lehetőségek kettősségében élte eddigi életét. Ahhoz, hogy ezt az álmot megálmodhassa, egy csomó előkészítésre volt szükség, mely a terápia során jött létre. Tehát egy sűrített, központi problémát kifejező álomszcéna sem a semmiből kerül elő, annak színre viteléhez már komoly lelki előmunkálatokra van szükség, hiszen ezeket a problémákat racionális szinten már átbeszéltük. Az álombeli dramaturgia viszont sokkal életszerűbben, plasztikusabban, érzelem-telítettebben ábrázolja a kliens problémáját, ami így egy igazi katarzist generálhat.

Konvencionális és újszerű metaforák az álmokban

Visszatérve a nyelvre, a metaforák is feloszthatók konvencionálisakra és újszerűekre (Fónagy, 1999), utóbbiakra példák a költői és bizonyos álombeli metaforák. Gyakran szükségünk van a költő korának és élettörténetének ismeretére ahhoz, hogy mélyebben megérthessük metaforáit, metonímiáit. Persze konvencionális metaforák is megjelenhetnek az álmokban, ilyen pl. az „időzített bomba” vagy a „piros fény, mint tilos” metaforája, amit nemrég egy páciensem álmából bontottunk ki. Azonban a konvencionális metaforák is csak az egyéni kontextusban bontakoznak ki, és így már egyedi jelentésre tesznek szert.

Nézzünk nem-konvencionális álom-metaforákat is. A negyvenes éveiben lévő nőpáciens pániktünetekkel keresett fel, amelyek valóban úgy jelentek meg életében, mint „derült égből a villámcsapás”. Úgy gondolom, ez a metafora igazán sűrítetten fejezi ki a páciens élményét, hogy a legnagyobb jólét közepette törtek rá megmagyarázhatatlanul a nagyfokú szorongást, halálfélelmet kiváltó panaszok, rohamok. Nem tudott semmilyen konfliktust, problémát megnevezni életében, amik kiválhatták volna a tüneteit. Második házasságában él, jó anyagi körülmények közt. Férje sokat dolgozik saját vállalkozásában, így neki elég napi négy órában kozmetikusként dolgozni, ami lehetővé teszi, hogy több időt töltsön gyerekeivel. Eredeti, főiskolai végzettségének megfelelő foglalkozását régebb óta feladta, mivel azt nem végezhetné részállásban. A kozmetikában viszont maga osztja be az idejét. Az egyetlen diszharmónia életében, hogy szereti az eredeti segítő jellegű szakmáját, bár tudja, azzal nem keresne jól. A bemutatkozó első álma azonban ennél jóval beszédesebb. Egy vidéki város plázájában van éjszaka, láthatatlanul, hogy ne vegyék észre, bár senki sincs az épületben, még biztonsági őrt sem lát. Bemegy több butikba is és ruhákat próbál fel. Ez kifejezetten jó érzésekkel tölti el, bár az álom végén egyiket se viszi el. Úgy gondolta, ha valamelyik megtetszene neki, annak az árát otthagyná.

Megpróbáltuk a „láthatatlan ruhapróba” fenomenjét értelmezni. Nyilvánvalóan ő látja saját magát, csak mások nem láthatják őt. Hozzáfűzése, hogy érthetetlen számára az álom, hiszen anyagilag megengedhetné magának, hogy a plázában ruhákat vásároljon. Utolsó pánikrohama egy hete volt, amikor férjével Pestre utaztak az autósztrádán áruért. Ez is egy szokványos program az életükben, kéthetente járnak fel vidékről kisteherautóval, ő segít a pakolásban. Megkérdeztem, hogy egyébként szoktak-e Budapestre járni szórakozási vagy bevásárlási céllal, amire azt válaszolta, hogy nagyon ritkán, utoljára két éve az Állatkertben voltak a gyerekekkel. A férje hétvégére nagyon elfárad, már nincs energiája kimozdulni, ő pedig respektálja a férj igényeit. Rákérdezve, hogy rendszeres pesti útjaik során be szoktak-e ülni egy-egy vendéglőbe, szintén nemleges a válasz: nincs rá idő, ha haza akarnak érní az iskolában végző gyerekekért, akkor csak a büfében tudnak bekapni valamit. Felhívtam a figyelmét rá, hogy Budapesten több pláza, és szórakozási lehetőség is van, mint vidéken, nem lehet-e, hogy ezt hiányolja az életükből, ezért jelent meg álmában a pláza és a ruhapróba. Neki volna ilyen jellegű igénye, de nem meri mondani a férjének, mert lehet, hogy nem tetszene neki, és ezzel veszélyeztetné a saját biztonságát, illetve a házasságát. Gyerekkorában szegények voltak, kamaszként neki már dolgoznia kellett, ezért értékeli az anyagi helyzetét, amelyet férjének köszönhet.

Az értelmezés kibontásakor egy *kettős elrejtettség* jelenik meg, mely szerint egyrészt a férje elől kell elrejtienie a vágyait, másrészt önmaga elől is, hogy ne szenvedjen tőle. Az az álombeli tény, hogy végül nem vesz magának semmit, azt is bemutatja, hogy nincs hova felvennie a ruhákat, amiket kiválaszthatna magának, így inkább lemond róluk. „Hát igen, tulajdonképp munkaruhában megyünk fel Pestre a pakolás miatt, abban nem lehetne beülni egy jobb vendéglőbe” – mondja kliensem. Ha tetszik nekünk, ha nem, a pláza ma itthon és külföldön is a régi főtér és piac szerepét tölti be (a pláza spanyol eredetű szó, teret jelent, az olasz „piazza” szóból lett a magyar piac szavunk), azaz a nyilvánosság és a vásárlás, vendéglátás, szórakozás helye. Nyilvános megmutatkozásra vágyik, de ezt a késztetését *láthatatlanná* kell tennie a világ előtt, és önmaga számára is csak álmában jelenik meg a vágy, ott is egy néptelen, üres pláza formájában. Véleménye szerint azért kell láthatatlannak lennie, mert különben lebukhatna, hogy mit keres ő éjszaka a plázában, *lopással* gyanúsíthatnák meg. Megjelenik a vágyai okozta bűntudata, azaz vágyait csak *lopva* valósíthatja meg. Az álom a páciens szabadságának súlyos beszűkülését mutatja. Az elrejtett vágy és a férje iránti eltitkolt harag ezért csak kerülő úton, tünetek formájában jelenhet meg. A ruha persze a testbeliség egzisztenciáléjához tartozik, ami egyrészt elfedi, másrészt kihangsúlyozza testbeli létünket, mely egyben önmaga-létünk egy szeletének prezentálása is a világ előtt. Hogy az önbemutatással korábban is gondjai voltak, az abból is valószínűsíthető, hogy az első pánikrohama három hónappal egy sikeres fogyókúráját követően, két évvel ezelőtt jelentkezett. Az álom és az általa behozott

tartalmak meggyőzték páciensemét, hogy mégiscsak lelki konfliktusok állhatnak tüneteinek hátterében, így meg lehetett kötni a terápiás szerződést. Az egzisztencia kifejezés a latin 'exsisto' igéből származik, melynek jelentése: kiáll, kilép, előjön, előáll, megjelenik. Az álom épp ennek hiányát, illetve korlátozott voltát mutatja meg; annak, hogy világban benne-létét megjeleníthesse, bemutathassa a többi ember előtt. Véleményem szerint ez nem exhibicionizmus, hanem természetes emberi szükséglet.

Álmok és memória-rendszerek

Ha a memória rendszereit nézzük, akkor az álom és a nem-fogalmi gondolkodás megfeleltethető a procedurális (implicit) és epizodikus (munka-)memóriából előhívott emlékképeknek, fantáziáknak, míg a fogalmakban való gondolkodás a deklaratív (explicit) memóriának felel meg. A kétfajta memóriarendszert mind a nyelvben, mind az álomban a *metaforák és a metonímiák kötik össze*, mintegy hidat képezve a kétféle memória közt. Ezért jelenhetnek meg az álomban preverbális élmények, azaz pszichoanalitikus szóhasználattal a nem-elfojtott tudattalan képei is (Pető, 2010; Erdélyi, 2011). Másrészt megfigyelhető az is a terápiás gyakorlatban, hogy a páciensek érzelmekkel telített álmokat hoznak az ülésekre, aminek pedig az lehet az oka, hogy ezek maradnak meg a kliensek memóriájában, hiszen a memória-rendszerek az érzelmileg fontos eseményeket rögzítik, mivel ezek szolgálják a túlélést, ill. ilyen álmokból ébred fel leggyakrabban a kliens. A daseinanalízis nem szereti a tudattalan kifejezést, mivel tudatos és nem-tudatos élményeink kontinuumot képeznek, és attól, hogy egy élmény fogalmi szinten nem megragadható, még nem biztos, hogy tudattalan, egyszerűen csak képi és testérezeti munkamódban rögzült a procedurális memóriában.

Mint az eddig bemutatott esetrészletekből látható, a múlt szellemképe folytonosan bekúszik a jelen történéseibe, és ezt maga a szellemkép-metafora ábrázolja mint a múlt és a jelen egymásra csúszását. Ez a szellemkép nem más, mint a múlt tapasztalatainak lecsapódása, azaz a tapasztalatok és élmények sajátos mintákba, sémákba vagy *személyes konstrukciókba* (Kelly, 1955, id. Carver, Scheier, 2006) szerveződése. Ezeknek a mintázatoknak a felismerése csak egy kívülről rápillantó munkamódban lehetséges, amelyhez egy másik ember szükséges, akivel olyan kapcsolatba lehet kerülni, hogy az egy jelentős Másikká váljon a kliens számára. Így a másik ember, ez esetben a terapeuta, a saját kapcsolati élményei alapján visszajelzést adhat azokról az egyedi *mintákról*, amelyek *beszűkítik a kliens szabadságát* a kettejük közti kommunikáció kiteljesítésében. A másik rápillantási lehetőség az álmok vizsgálata, amelyekben ugyanazok a mintázatok kerülnek előtérbe, mint az éber cselekvésekben, de itt azok a kreatív alkotó fantáziák is megjelennek, amelyekben megvan a csírája a változtatásnak, azaz *új pozitív létlehetőségek*

felfedezésének. Ez utóbbi lépés megtörténhet saját álom elemzése kapcsán is, de számolni kell vele, hogy ez nagyon sokszor félreviheti az elemzőt. Erre Kóváry Zoltán (2014) is felhívja figyelmünket Jung „Siegfried-álma” kapcsán, amely Jung saját értelmezésében egy jósló álom, az eljövendő világháborús eseményeket vetíti előre, miközben teljesen kihagyja az álom személyes motívumait, Siegfried alakját csak kulturális szimbólumként kezeli. Akkori élethelyzetének kontextuális elemzése azonban rávilágít nagyon is személyes krízisére, és annak ábrázolására az álomban.

Egy fenomenológiai metafora-elmélet felé

Az álom tehát az álom a szubjektum autentikus alkotása, de olyan alkotás, amely elemzésre és értelmezésre szorul, hasonlóan ahhoz, ahogyan egy műalkotás. A művészetterápiás eljárásokban régóta felhasználják a kliensek saját alkotásait vagy egy professzionális szerző alkotását a közös elemzés céljára. Már a 19. és a 20. század fordulóján leírta Rickert (id. Fehér 1989), hogy létezik egy úgynevezett „individualizáló fogalomalkotás”. Ennek lényege, hogy „az emberi megismerésnek két önálló formája van: az általánosra irányuló (általánosító) és az egyedire irányuló (individualizáló) megismerés” (Fehér, 1989, 15). Míg Freud egy természettudományi paradigmába helyezve gondolatait, általánosító, szintetizáló törvényszerűségek megragadására törekedett (ld. Habermas (1968), addig Rickert *individualizáló fogalomalkotása* már egy szellemtudományi, differenciáló gondolkodásmódot tükröz, mely megegyezik a strukturalista nyelvészet modelljével. Ezért idézi Merleau-Ponty (1964) a nyelvész Saussure gondolatait: „Saussure elgondolásai a jelölők közötti viszonyokról, a jelölők és a jelöltek között fennálló kapcsolatról, illetve a *jelentések közötti különbségként értelmezett jelentésről* viszont egyenesen igazolni és megerősíteni látszanak az észlelésre vonatkozó elképzelésünket: az észlelés mint nem megfelelés, mint egy közeghez viszonyított *eltérés*” ragadható meg (226., kiemelések tőlem: K. J.)⁴. Ezek a különbségek, eltérések, differenciációk (différenciation) csak időben észlelhető folyamatok, „nem egy már készen meglévő fogalmi háló alkalmazása az észlelésben, hanem a tapasztalat legelemibb eseményeinek egymásra következő, egymást szakadatlanul felülíró sorozata” (Ullmann 2010, 405).

Saussure alapfogalmai Sartre (1960) gondolataiban is megjelennek, amelyeket azért idézek, mert alátámasztják a metaforákról írtakat: „A jelentés annyi, mint valami más

⁴ Eredetileg Ferdinand Saussure (1916/1967) bontotta fel a nyelvi jelet hangképre és fogalomra, az előbbi jelölővel (signifié), az utóbbit jelölttel (signifiant) javasolta helyettesíteni, utalva a nyelvi egység kettősségére, mely összetevők agyunkban az asszociáció köteléke által egyesülnek. A zárójelben megadott eredeti francia kifejezéseket magyarra hol jelölő/jelölt, hol pedig jelentő/jelentett szó párosokkal fordítják.

dologra való utalás, mégpedig úgy, hogy a jelentés kibontása nyomán megtaláljuk a jelentett dolgot” (38). Sartre itt az emóciókról ír, de vonatkoztathatjuk gondolatait az álmokra, illetve a metaforákra is, hiszen mindhárom fenomén esetében kliens és terapeuta alkujának eredményeként jön létre egy interaktív, közös jelentés a terápiában (Krékits, 2000). De ide sorolható Don Kuiken (1999) defamiliarizáció fogalma is, mely szerint az álmok és a költői alkotások a megszokott tapasztalatot, élményt szokatlanná, egyedivé teszik. Ha a pszichoterápia célkitűzése, értéktételezése nem az alkalmazkodás felé irányul, akkor az egyén individualitásának kifejlesztése nem más, mint a különbözőség létrehozása. Ehhez egyrészt bizonyos mértékű szabadság-feltételek szükségesek a társadalomban (pl. háborús körülmények közt ez beszűkül), másrészt az egyénnek kell felismerni és megvalósítani a saját létlehetőségeit. A különbözőség persze önmagában nem érték, akkor válik azzá, ha haszonnal bír mások számára. Az álom arra szolgál, hogy a gyerekkori és a hétköznapi alkalmazkodásban elaltatott legsajátabb önmagunkat (individualitásunkat, autenticitásunkat, kreativitásunkat) ébren tartsuk általa, és hogy világban-benne-létünk során felébredetté váljunk, és jelenvaló-létünkben tevőlegesen jelen lehessünk. Ez csak akkor jöhet létre, ha odafigyelünk álmainkra, és komolyan vesszük azokat. Hadd fejezzem be a költő, Simonyi Imre (1986, 402.) szavaival, ahol az álom tradicionális és – egy elképzelt jobb világ értelmében – metaforikus jelentése egyaránt megjelenik és interferál egymással:

„Van nekem egy kisvilágom,
túlhan a nagy valóságon
túlhan is meg innen is
ébremlét is álom is:
nyitott szemmel tartott álom
a megvakult valóságról.”

IRODALOM

- CARVER, C.S. – SCHEIER, M.F. (2006). *Személyiségpszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.
- CONDRAU, G. (1992). *Freud és Heidegger. Daseinanalitikus neurózistan és pszichoterápia*. Budapest: L'Harmattan Kiadó, 2013.
- ERDÉLYI I. (2011). A korai kapcsolat az álmokban a pszichoanalízis és az idegtudományok tükrében. *Az álom-munka hatékonysága. Lélekelemzés*, 6(1):55-66.
- ERDÉLYI I. (2013). A tudattalan testkép elmélete és a testkép megjelenése álmokban. In: *Uő: Álomkönyv* (pp. 31-52.). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- ETIMSZ. = ZAICZ G. (főszerk.) (2006). *Etimológiai szótár. Magyar szavak és toldalékok eredete*. Budapest: TINTA Kiadó.

- FAZEKAS T. (2008). *Fundamentale Psychotherapie. (Grundlegung einer interkulturellen Psychotherapie)*. Frankfurt am Main: Peter Lang Verlag.
- FEHÉR M. I. (1989). Heidegger útja a *Lét és idő*ig. (Előszó) In: Heidegger, M.: *Lét és idő* (pp. 5-84). Budapest: Gondolat Kiadó.
- FÓNAGY I. (1999). *A költői nyelvről*. Budapest: Corvina Kiadó.
- FREUD, S. (1900). *Álomfejtés*. Budapest: Helikon Kiadó, 1985.
- HABERMAS, J. (1968). A metapszichológia szcientista önfélreértése. In: Szummer Cs., Erős F. (szerk.): *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről* (pp. 91-106). Budapest: Cserépfalvi Kiadó, 1993.
- HEIDEGGER, M. (1927). *Lét és idő*. Budapest: Osiris Kiadó, 2004.
- HUSSERL, E. (1927). Fenomenológia. In: Bókay A., Vilcsek B. (szerk.): *A modern irodalomtudomány kialakulása* (pp. 424-427). Budapest: Osiris Kiadó, 1998.
- KÓVÁRY Z. (2014). C.G. Jung „Siegfried”-álma. In: Uő: *Pszichobiográfia* (pp. 163-180). Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- KÖVECSES Z. (2005). *A metafora*. Budapest: Typotex Kiadó.
- KÖVECSES Z. – BENCZES R. (2010). *Kognitív nyelvészet*. Budapest: Akadémiai Kiadó.
- KRÉKITS J. (2000). Don Juan lánya. *Pszichoterápia*, 9(3):207-217.
- KUIKEN, D. (1999). Az álommetafora kibővített koncepciója. *Imágó Budapest*, 2013, 3(2):5-24.
- LACAN, J. (1966). Rövid előadás a francia rádióban. *Thalassa*, 1993, 4(2):12-16.
- MAY, R. (1992). Az egzisztencialista pszichológia felbukkanása. In: Kulcsár Zs., Lukács D., Komlósi A. (szerk.): *Függés – függetlenség* (pp. 173-201). Budapest: Tankönyvkiadó.
- MERLEAU-PONTY, M. (1964). *A látható és a láthatatlan*. Budapest: L'Harmattan Kiadó, 2006.
- PETŐ K. (2012). Az álomfejtésről – ma. *Lélekelemzés*, 7(2):211-248.
- PROCHASKA, J.O. – NORCROSS, J.C. (2011). *A pszichoterápia rendszerei*. Budapest: Animula Kiadó.
- RICOEUR, P. (1975). *Az élő metafora*. Budapest: Osiris Kiadó, 2006.
- SARTRE, J-P (1960). Egy emóció-elmélet vázlatja. In: Uő: *Módszer, történelem, egyén. Válogatás Jean-Paul Sartre filozófiai írásaiból* (pp. 25-93). Budapest: Gondolat Kiadó, 1976.
- SAUSSURE, F. (1916). *Bevezetés az általános nyelvészetbe*. Budapest: Gondolat Kiadó, 1967.
- SIMONYI I. (1986). Megvakult valóság. In: Uő: *Különvélemény. Válogatott versek* (p. 402). Budapest: Szépirodalmi Kiadó.
- SZABÓ R. (2015). *Metaforák és szimbólumok*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- SZAMARASZ, V.Z. (2014): Metafora. In: Pléh Cs., Lukács Á. (szerk.): *Pszicholingvisztika* (pp. 777-811). Budapest: Akadémiai Kiadó.
- ULLMANN T. (2010). *A láthatatlan forma. Sematizmus és intencionalitás*. Budapest: L'Harmattan Kiadó.

Kőváry Zoltán

„A létezés lényegét illetően történeti.” Az élettörténeti megközelítés jelentősége a klinikai munkában és a pszichológusok képzésében

„Idővel az ember beleun az általánosról és megint az általánosról szóló örökös locsogásba, ami a legfárasztóbb unalmassággal ismétlődik. Vannak kivételek. Ha ezeket nem tudjuk megmagyarázni, akkor ez nem sikerül az általános esetében sem. Általában nem vesszük észre ezt a nehézséget, mert az általánost sokkal inkább unott felszínességgel, mintsem szenvedéllyel szemléljük. Ezzel szemben a kivétel az általánost energikus szenvedélyességgel gondolja el... A kivétel tehát az általánost és önmagát is állítja, és ha az általánost alaposan tanulmányozni akarjuk, akkor pusztán egy jogos kivétel után kell néznünk; az sokkal világosabban mutat meg mindent, mint maga az általános.”

(Søren A. Kierkegaard: *Az ismétlés*)

Bevezető

A narratív személyiségpszichológia amerikai kiválósága, Dan McAdams (1997) a diszciplína történetét négy nagy szakaszra bontotta. Az 1930-as évet megelőzően a történeti gyökerek időszakáról beszél, amelyet olyan jelentős alapító atyák határoztak meg, mint William James és Sigmund Freud. Az 1930-1950 közti korszakra esik a nagy rendszerek kialakulása (pszichoanalitikus iskolák, behaviorizmus, Henry Murray perszónológiája), míg az 1950-1970 közti periódus – a kvantitatív kutatómódszertan bővületében – a mérhető konstrukciók kialakításával telt. A javarészt pozitívista szemlélet hegemoniája azonban 1970 után szerencsére megtört, és – főként a narratív pszichológia sikerének köszönhetően – megtörtént egyfajta visszatérés az 1950 előtti holisztikus, élettörténeti modellekhez. McAdams (1988, 2005) maga például a Murray-féle perszónológia és Erikson identitás-elméletének integrációját szorgalmazta a kortárs narratív törekvésekkel. Ennek megfelelően felfogásában az identitás nem más, mint egy bensővé tett, dinamikus élettörténeti narratívum, amely a korai felnőttkorban alakul ki, célt és értelmet biztosítva az egyén számára. Egyes radikálisabb szerzők, például Kenneth Gergen (Hargitai, 2007) már nem csak az identitást, hanem a szelfet is narratív jellegűnek tartják.

Ez a felfogásmód azonban nem teljesen új, hanem szinte a kezdetektől fogva jelen van a személyiség- és klinikai pszichológiában. Sigmund Freud már legelső, pszichoanalitikusnak tekinthető művében, a Josef Breuerrel írt *Tanulmányok a hisztériáról* című könyvben kifejtette, hogy a neurózisok esetén a hagyományos orvosi (természet-tudományos, pozitívista) megközelítés kevésbé releváns. A pszichoterápiás kezeléssel írt esettanulmányok ellenben „úgy olvashatók akár egy novella, és úgyszólván nélkülözik a tudományosság komoly jellegét [...]. Ezért – írja Freud – nyilvánvalóan inkább tehető felelőssé a tárgy természete, mint az én személyes elfogultságom. [...] Azon lelki folyamatok részletes bemutatása, melyet az írótól szokhattunk meg, megengedi, hogy néhány kevésbé szokásos pszichológiai módszer alkalmazásával [...] betekintést nyerjek a hisztéria lefolyásába.” (Freud, 1895/1998, 54.) Ezért is szokták Freudot joggal a narratológia előfutárának tekinteni (Lohmann, 2008). Erikson később odáig ment, hogy a pszichoanalízist egyenesen történeti módszernek nevezte (Erikson, 2002/1950), aminek az egyik folyamata lett a freudi eredetű, egyénre irányuló pszichobiográfiai kutatás kibővítése pszichohistóriaivá, ami az egyéneken keresztül az egész kor mentalitását igyekszik bemutatni (Erikson, 1968; Kőváry, 2014)¹.

A történeti jelleg explicitté tétele és középpontba helyezése a pszichológia/pszichoterápia történetében azonban már a narratív pszichológia megjelenése előtt megtörtént, mégpedig a *daseinanalízis* és az egzisztencialista iskolák nyomán. Ludwig Binswanger 1956-ban kijelentette, hogy „a lét lényegét illetően történeti” (Binswanger, 1956/1986, 276.), amihez négy évvel később Jean-Paul Sartre is csatlakozott, aki ennek módszertani következtetéseit is levonta. Az egzisztenciális és empirikus pszichoanalízist összehasonlítva Sartre arra a megállapításra jutott, hogy mindkettő „állandó történetív tételnek tartja az emberi létet, és arra törekszik, hogy sokkal inkább e történet értelmét, irányát és átváltozását fedje fel, semmint statikus és állandó adatokat állapítson meg”. (Sartre, 1966/1960, 238.) Binswanger – Sartre-ral szemben – inkább a pszichoanalízis és a *daseinanalízis* különbségeit hangsúlyozta, de hasonlóképpen úgy vélte, hogy a történetiség alapvetően befolyásolja a klinikai gyakorlatot. „Ahelyett, hogy [a pszichoanalízis] homo naturának megfelelő ‘emberképét’ vagy zseniális biológiai-pszichológiai tudományos rendszerét osztanánk – mely mégis tankönyvi szintre süllyeszti a vizsgálandó embert – nem szabadna elmennünk az élettörténet fontos, egymásba fonódó ösvényei mellett, [ezért] abból a célból, hogy ‘sokakat meggyógyítson’, a

¹ Ez a törekvés kiváló példa arra, amit e cikk mottójában Kierkegaard állít: ha az általánost akarjuk tanulmányozni, akkor elég egy jó kivétel után néznünk. Egyébként mind Erikson, mind Kierkegaard dán volt, és a filozófus stádiumelmélete hatást gyakorolt Erikson fejlődési modelljére, sőt állítólag pszichobiográfiát is akart írni az egzisztencializmus előfutáráról (Mooney, 2011).

létezésanalitikus pszichoterapeuta [...] rá van utalva a beteg élettörténetének alapos kutatására” (Binswanger, 1956/1986, 276-277).

Ezeknek a megfontolásoknak a következményei azonban nem kizárólag a pszichológia/pszichoterápia különféle egzisztencialista iskoláit érintik; érvényességük sokkal általánosabb jellegű. Nem véletlen, hogy Abraham Maslow 1968-ban már így fogalmazott: „A pszichológusok számára rendkívül fontos, hogy az egzisztencializmus biztosíthatja a pszichológia számára ma még hiányzó háttérfilozófiát. A logikai pozitivizmus kudarcot vallott, különösen a klinikai és személyiségpszichológusok számára” (Maslow, 1968/2003, 72-72). Ha igazat adunk Maslownak, és az „egzisztencializmus” jelenti a klinikai és személyiségpszichológia számára a szükséges filozófiai alapot, akkor az emberi lét történeti jellegéből következő episztemológiai és módszertani sajátosságoknak központi szerepet kellene kapnia a személyiségpszichológiában, a pszichopatológiai elméletekben, a pszichodiagnosztikában és a pszichoterápiában. Ez vonatkozik mind a gyakorlati tevékenységre, mind pedig az azt megelőző graduális és posztgraduális képzésekre. A tapasztalat azonban – sajnálatos módon – azt mutatja, hogy Maslow javaslatát a pszichológiai szakma azóta is teljesen figyelmen kívül hagyta.

A pszichológiai oktatás/kutatás és gyakorlat tudományos alapjainak különbségei

A pszichológusok képzésében és az (akadémiai jellegű) kutatásokban köztudottan privilegizált helyzetben vannak a természettudományos szemléletű modellek és elméletek (kognitív idegtudomány, evolúciós pszichológia), illetve a pozitívista ihletettséggű kutatási módszerek (kísérleti-korrelációs eljárások, statisztikai próbák). Ez többek közt abból fakad, hogy a pszichológia 19. század végi intézményesülése során maximálisan igyekezett megfelelni a tudományos kutatást domináló természettudományos módszertani elvárásoknak (Walsh, Teo & Baydala, 2014). Így ez az előzetesen kialakított perspektíva határozta meg, hogy milyen jelenségek váltak a kutatás tárgyává, és azok hogyan konceptualizálódtak elméletileg. Ezért is hangsúlyozta Husserl a 20. század elején – épp a tudat naturalista felfogását kritizálva –, hogy ennek épp ellenkezőleg kellene történnie, mivel „az igazi módszer mindenkor a vizsgálandó dolgok természetéhez igazodik, nem pedig előítéleteinkhez és mintaképeinkhez” (Husserl, 1910-11/1993, 57-58).

A pozitívista-empirikus hagyományok nyomán kialakult pszichológiai kutatás célja univerzális törvényszerűségek megállapítása, ami a windelbandi-allporti értelemben vett nomotetikus szemlélet dominanciáját (vagy inkább a hegemoniáját) jelenti, legalábbis a személyiségpszichológiában és annak alkalmazott formáiban (Allport, 1961/1980).

Ennek elérése érdekében ez a fajta tudományos perspektíva általában dekontextualizálja a pszichológiai jelenségeket, a komplexitást pedig redukcionista módon mérhető/korrelálható változókra egyszerűsíti. A kutatások alapformája a természettudományok mintájára a hipotézistesztelés, ami leginkább lineáris oksági gondolkodásra épül. Fontos cél továbbá az „objektivitás” mindenáron való elérése, amelynek érdekében a tudós harmadik szemű perspektívája kitüntetett szerepet kap a vizsgált személy megbízhatatlan, első személyű beszámolóihoz képest. A tudomány ilyen jellegű alkalmazásának a pszichológiában az a legfőbb feladata, hogy a természettudományokhoz hasonlóan oksági magyarázatot adjon a pszichológiai történésekre. A magyarázat sok esetben nem a jelenség tapasztalat által megragadható síkjáról, hanem „kívülről” érkezik (pl. melyik agyterület „felelős” az adott jelenségért), így ezek a magyarázatok terápiás kontextusban legfeljebb edukatív jelentőségűek lehetnek, lényegi terápiás hatásuk nincs. (Ezért beszélhet például Pulver (2003) az idegtudományok „döbbenetes klinikai irrelevanciájáról”.) Ez a megközelítésmód a Jerome Bruner (1985/2005) által leírt paradigmatis/logikai tudományos gondolkodási módra és az ún. mechanisztikus világ- és emberképre (Sarbin, 2001) épül, amely a gép analógiájára képzelel el az emberi működést is. (Lásd a kognitív pszichológia elme-számítógép metaforáját.) A kutatás ezen a területen a már említett módon pozitivista szemléletű, és a bizonyítás stratégiáját (Babbie, 2008) követi; összefoglalóan ezt természettudományos pszichológiának („natural science psychology”) nevezzük (Walsh, Teo & Baydala, 2014). A „natural science psychology” alapvetően határozza meg az akadémikus pszichológiai kutatást és a pszichológusok képzését.

A „természettudományos” hagyomány képviselői szerint a klinikai gyakorlatnak ugyanezt az irányt kell követnie, erre példa a „bizonyítékon alapuló orvoslás” elveinek – egyébként vitatható – alkalmazása a pszichoterápiában (Stolorow, 2012). Ha azonban közletről szemügyre vesszük a tényleges klinikai gyakorlatot vagy a diagnosztikus/terápiás tevékenységet, és meg akarjuk határozni annak tudományos alapjait, akkor egészen más kép tárul a szemünk elé. Itt ugyanis (legalábbis a nem csoportterápiás eseteknél) az individualitás megismerése áll a középpontban. A pszichológus – bár óhatatlanul használja a nomotetikus perspektívát is, amikor például klinikai kategóriákat használ – tevékenysége során döntően az idiografikus jellegű megközelítést alkalmazza. A jelenségeket azok interszubjektív, interperszonális, szociális, kulturális és élettörténeti kontextusában kell szemlélnie, mivel ezen összefüggések nélkül a mélyebb megértés nem lehetséges. Munkálkodása lényegében a viselkedés és a szubjektív élmények jelentésének megragadására irányul (Atwood & Stolorow, 1984). Ez a megismerés nem természettudományos jellegű, mivel – ahogyan azt már Jaspers (1913/1986) több mint száz éve leírta – a pszichológiai/pszichopatológiai jelenségek megragadása a fenomenológia, összefüggéseik megértése pedig a megértő lélektan és a hermeneutikai szemlélet alapján lehetséges. A

jelentésképzés és értelmezés nem korrelációs/experimentális, hanem történeti-értelmező módszerek (Runyan, 1997) alkalmazásával történik; az experimentális és korrelációs módszertan szerepe meglehetősen csekély a terápiás szituációban vagy a páciens diagnosztikus célú megismerésében. Az objektívizáló, harmadik személyű perspektíva ebben a helyzetben nem privilegizált, hiszen a szubjektív élmények feltárása csak a páciens első személyű beszámolója (Gallagher & Zahavi, 2008) alapján lehetséges. A megismerő és a megismert ebben a szituációban nem válik el egymástól élesen. Egyrészt a klinikus egyoldalú megfigyelés helyett kétoldalú dialógust folytat a páciensével, másrészt az objektivitás illúziója helyett az iskolázott szubjektivitást tartja követendő ideálnak, amit folyamatos önreflexióval igyekszik elérni (pl. szupervízióon keresztül). Fő célja nem a jelenségek (természet)tudományos-oksági (külső szempontú) magyarázata, hanem a megértés. Ennek a tevékenységnek az alapját a bruneri narratív gondolkodás, a sarbini kontextualista ember- és világkép jelenti, a felfedezés stratégiáját követi (Babbie, 2008); módszertani alapjait pedig a pozitívizmus helyett valójában a módszertani hermeneutika (Rennie, 2007) biztosítja. Mindezt összefoglalóan a „human science psychology” fogalmával lehet leírni (Walsh, Teo & Baydala, 2014). Természetesen ez a dichotomizáló szembeállítás – ami történetileg Wilhelm Diltheynek (1894/1974) a leíró és taglaló pszichológiát megkülönböztető nézeteiből származtatható – korántsem fedi a valóságot, de elemzésem szándékosan polarizált. A polarizálás ugyanis alkalmas arra, hogy rámutasson, a pszichológia miként követi el ugyanazt a „szcientista önfélreértést”, amit Habermas (1968/1993) a pszichoanalízissel kapcsolatban hangoztatott csaknem fél évszázada.

Azok, akik nem értenek egyet a pszichológia ilyen jellegű tudományelméleti kritikájával, azzal az ellenvetéssel élhetnek, hogy a természettudományos modellek következetes alkalmazása a „korszerű, integratív, interdiszciplináris” szemlélet követését jelenti, amiből nagyon sokat profitálhat a lélektan tudománya. Az integratív szemlélet azonban az esetek nagy részében csak névleg az, és az „integrativitás” korántsem egy olyan, arkhimédészi pontból kiinduló perspektívát jelent, ahonnan egyszerre látszik egy jelenség pszichológiai/élményszintű és idegéletteni vetülete. Az integratív leírás ugyanis legtöbbször vagy egymástól ontológiailag és episztemológiailag eltérő síkok egymás mellé helyezését és a perspektívák gyors váltogatását jelenti, vagy pedig az történik, hogy a „lélektani” leírás az adott élettani felfedezés következtében gyakorlatilag feleslegessé válik, neurobiológiailag felülíródik. Ilyen például az empátia és más interperszonális/interszubjektív folyamatok redukálása a tükroneuronok aktivitására (Vivona, 2009) vagy annak a „felfedezése”, hogy mivel a pszichoterápia nyomán detektálható neurobiológiai változások jönnek létre az agyban végre a pszichoterápia folyamata is ellentmondásmentesen beleilleszthető lesz a medikális diskurzusba, semmi szüksége a hermeneutika és a narratológia „kétségbeesett törekvésére” (Gedo, 2006, 43).

Kérdés azonban, hogy egy ismeretelméletileg képzetesebb szemlélő számára ez a megközelítés vajon nem inkább a husserli „értelmetlen problémafeltevések” és ebből eredő „hamis kutatási irányok” újabb változatát jelenti-e, ami abból fakad, hogy „természettudományt mintaképnek tekintjük”, és ezzel „eldologiasítjuk a tudatot” (Husserl, 1910-11/1993, 58). Így jönnek ugyanis létre az olyan tudományos „kimérák”, mint például a neuropszichoanalízis, amely Stolorow és Atwood (2012) szerint valójában egy olyan oximoron, amely elkendőz fontos konceptuális megkülönböztetéseket, összevegyítve egymástól elkülönülő diskurzusok univerzumait. A magam részéről velük, a kohuti „tisza pszichológiával” (Karterud, 1999), illetve Jasperszel értek egyet, akinek 1913-as szavai tökéletesen illenek a jelen szituációra is: „A megismerés szétválasztó jellegű, részleges és tagolt, ellentétek hatják át, mindez együttvéve pedig nyitottá teszi az egység iránti mozgással. Az átmenetek [~integráció] felemlegetése a gondolat és a megfigyelés renyhességének melegágya. Ennek a negatív módon racionális módszertani látszatkritikának a következménye semmiképpen sem az igazi egységerősítés, hanem a zavarosság. Ez az egységért való tartás nélküli lelkesedés csak összevisszaságot eredményez, ahol a vakság uralkodik a saját eszközeit biztosan kézben tartó megismerési folyamat szélességével szemben.” (Jaspers, 1913/1986, 68-69.)

Egy másik lehetséges ellenvetés lehet, hogy a klinikai pszichológiában már 1949 óta létezik a „scientist- practitioner”-modell (Trull & Phares, 2004). Ennek fényében semmi gond nincs azzal, hogy az egyetemi képzés során a pszichológushallgatókat a „natural science psychology” szellemében képzik; a terápiás tevékenységhez szükséges képességeket és nézőpontokat majd úgyis elsajátítják a kötelező intézményi gyakorlat, majd a végtelen posztgraduális képzések során. (Más kérdés, hogy a klinikai/terápiás tevékenység ismeretelméleti/szemléleti alapjait jelentő fenomenológiát vagy hermeneutikát vajon miért nem oktatják semmilyen formában a pszichológia szakokon, miközben a (klinikai) pszichológiai tevékenység jobbra erre épül.) A következőkben azt szeretném megvizsgálni, hogy az intézményi gyakorlatok (bár nyilvánvaló, hogy azok színvonala és megközelítésmódja nagyon különböző lehet) valóban alkalmasak-e a klinikai tevékenység alapját jelentő szemlélet elsajátítására, vagy inkább a „szcientista önfélreértést” erősítik.

A pszichológushallgatók intézményi gyakorlata és a klinikai munka természete

A pszichológushallgatók intézményi gyakorlatukat leginkább a mentális egészségügyi ellátás különféle helyszínein (akut pszichiátriai osztályok, ambulanciák, rehabilitációs intézmények) töltik. A könnyebb megragadhatóság érdekében ezt leszűkíteném a pszichiátriai osztályokra, hiszen praktikusan ez a leggyakoribb eset. Az intézményes

pszichiátria a 21. században biológiaiaként definiálja magát, a természettudomány részeként (Buda, 2011), amelynek szemléleti alapját a mentális zavarok tekintetében a biológiai redukcionizmus jelenti. Magyarország egyik legismertebb pszichiáttere, Németh Attila például így fogalmaz *Művészek és pszichopatológia* című könyvében: „A pszichiátria az orvostudomány ugyanolyan része, mint a belgyógyászat, a sebészet vagy a neurológia. A pszichiátriai betegségek során is az agy bizonyos területeinek a működése változik meg, ahogy a stroke-nál vagy az epilepsziánál, csak még nem tudjuk pontosan lokalizálni a zavart, mint a neurológiában, mert a lelki működések szabályozása sokkal bonyolultabb, mint a mozgásé vagy az érzékelésé.” (Németh, 2015, 7). Ez gyakorlatban a pszichológiai problémák, zavarok medikalizációját, a pszichológiai jelenségek „pszichiátrizációját” jelenti (Illich, 1975; Szasz, 2007), aminek az egyik legárulkodóbb jele például a „kapcsolati zavar” mint orvosi diagnosztikus kategória megjelenése a DSM 5-ben (APA, 2014).

A „kemény tudományosságot” képviselő biológiai/természettudományos pszichiátria, mint az „orvostudomány része” – annak tudományos autoritására támaszkodva – a pszichológusok által képviselt „szoft” tudományossághoz képest a szakmai és laikus diskurzusokban egyaránt mint fajsúlyosabb, ezért fölérendelt ismeretrendszer aposztrofálódik. Ezt tükrözi például az, hogy csak pszichiáter adhat hivatalos diagnózist a mentális zavarokról, vagy hogy az igazságügyi szakértői esetekben a beszámíthatóság vagy a veszélyesség megállapítása orvosi, pszichiátriai kompetenciaként van meghatározva.² A (klinikai) pszichológia ezt a leosztást függő helyzeté miatt elfogadja és alkalmazkodik hozzá, amit az is tükröz, hogy a pszichológusok saját tudományuk tárgyával kapcsolatban – sokszor reflektálatlanul – átveszik a medikális/természettudományos diskurzus perspektíváját („brain talk”). Ennek a történeti és hatalmi dimenzióit most figyelmen kívül hagyva indokoltnak tartom megvizsgálni azt a kérdést, hogy tudományelméleti szempontból vajon ténylegesen jogos-e ez az alapállás. Ezt leginkább akkor tudjuk megválaszolni, ha megnézzük, hogy mi a pszichiáter feladata egy pszichiátriai osztályon.

Az osztályos pszichiátriai munka nagyjából öt összetevőből áll. A pszichiáter (1) diagnosztizál; (2) gyógyszereket ad a pácienseinek; (3) támogatja a gyógyulási folyam-

² Holott ha alaposan belegondolunk, ezek megállapítása is legtöbbször interjúkon, megfigyelésen és pszichológiai tesztek eredményein alapul, amelyek *nem* természettudományos adatok. Kivételt képeznek persze azok az esetek, ahol a problémás viselkedés organikus eltérés vagy intoxikáció eredménye; ezek valóban orvosi kompetenciát igényelnek. Feltehetően azonban többségben vannak azok az esetek, ahol nem ez helyzet; hogy mégis ez utóbbiakra van kiterjesztve az orvosi kompetencia mint elvárás, annak inkább történeti-hatalmi, mintsem tudományos okai vannak, és episztemológiai szempontból nem tűnik indokoltnak.

atot azzal, hogy szupportív pszichoterápiát végez(het) (mivel az akut osztályos ellátás ennél többet nem enged meg); pszichoedukációs tevékenységet folytat, és tartja a kapcsolatot a beteg családjával. Ezen kívül (4) menedzseli a beteg szomatikus problémáit például konzultációk kiírásával; végül (5) adminisztrál. Véleményem szerint ezek közül a (2)-es pont, a farmakoterápia az, ami tudományos szempontból tisztán pszichiátriai kompetenciát igényel. Az (5) adminisztráció jobbára formális tevékenység, míg a (4) szomatikus komplikációk kezelését más szakorvosok (belgyógyász, endokrinológus, stb.) végzik. A (3) gyógyulási folyamat támogatása tisztán pszichológiai, kommunikációs készségekre épül. Talán a legprovokatívabb kijelentésem az lehet, hogy a (1) diagnosztikai folyamat (leszámítva a valóban organikus eredetű és intoxikációból származó eseteket³) ezen a területen valójában csak névlegesen orvosi tevékenység, azáltal, hogy az alkalmazott diagnosztikai rendszer medikális igényű. Ha azonban episztemológiai szempontból vesszük szemügyre a diagnosztikai folyamatot, akkor láthatóvá válik annak pszeudomedikális jellege, ami különösen a 21. századi pszichiátria biologizmusának fényében elgondolkodtató.

A pszichiátriai diagnózisalkotási tevékenység tárgya és alapanyaga egyrészt a viselkedés, ami (a) vagy közvetlenül megfigyelhető, vagy (b) a páciens első személyű (élettörténeti) beszámolóí alapján tárul fel. A viselkedés mindkét esetben a megfigyelő/hallgató aktív értelmezési tevékenysége nyomán válik jelentéssel bíróvá. Ilyen például a borderline személyiségzavar esetén az instabil és egyben intenzív személyes kapcsolatok, melyeket az idealizálás és a lebecsülés szélsőséges váltakozása jellemez. Ezek a „tünetek” mindig magukba foglalják önmaguk történeti kontextusát, vagyis – Binswangert parafrázálva – lényegüket tekintve történeti jellegűek.⁴ A viselkedés mellett a diagnózisalkotás a páciens szubjektív élményeiről szóló verbális (első személyű) beszámolókon alapul; ilyen „tünet” például (ugyancsak borderline személyiségzavar esetén) „a belső üresség krónikus érzése”, ami kizárólag a páciens első személyű beszámolója alapján, fenomenológiailag férhető hozzá. Ezeket a diagnosztikus támpontokat ugyan medikális jellegű kategóriákhoz kapcsolja a klinikus, de azok megragadása –

³ Abban a kijelentésben, hogy „még nem tudjuk olyan pontosan lokalizálni” a mentális zavarok neurobiológiai hátterét, benne foglaltatik az a feltételezés, hogy a jövőben ez megváltozhat, és végül minden klinikai zavarról kiderül majd, hogy valójában organikus eredetű. Ha valóban erről van szó, és ez a kizárólagosan releváns tudás e területen, akkor a pszichiátriának le kell mondania arról, hogy bármiről véleményt nyilvánítson, ami ennek hatósugarán kívül helyezkedik el (kreativitás, művészet, mindennapi viselkedés, kapcsolatok...). Ezt már Jaspers (1913/1986) is hangsúlyozta. Másrészt viszont ekkor a pszichiátriának a neurológiától való függetlensége, amiért évtizedekig harcolt, ugyancsak alaptalanná válik.

⁴ Foucault (2000) ezért vélte úgy, hogy mivel a mentális zavar tünete inherensen tartalmazza a maga történeti kontextusát, ezért fenomenológiai jelenség, vagyis lényegileg különbözik a szomatikus orvostudomány által vizsgált szimptomáktól.

ahogyan azt Jaspers, Binswanger és mások is hangsúlyozták – nem természettudományos ismeretek és módszerek alkalmazása nyomán történik, hanem fenomenológiai, míg a köztük levő összefüggések felismerése a „megértő lélektan” alapul (Jaspers, 1913/1986). Az intenzív és egyben instabil személyes kapcsolatoknak vagy a (szintén borderline-tünetként számon tartott) belső üresség krónikus érzésének beazonosítása a diagnózisalkotás szituációjában egyáltalán nem igényli azokat a neurobiológiai háttér-folyamatokkal kapcsolatos ismereteket, amely a 21. századi pszichiátria tudományos identitását adja és „felsőbbrendűségét” biztosítja ezen a területen. Tehát episztemológiai és módszertani szempontból a mentális problémák diagnosztikája (az előbb említett organikus és intoxikációból eredő eseteket kivéve) nem természettudományos tevékenység. De valószínűleg nem azért, mert „még nem tudjuk pontosan lokalizálni a zavart” (Németh, 2015, 7.), hanem azért, mert az ilyesfajta diagnosztika tárgya (pl. a kapcsolati mintázat) nem természettudományosan megragadható fizikai entitás, hanem az intencionális élményben adott fenomén vagy az értelmező tevékenység során megragadott struktúra. Ez utóbbit nem lehet visszavezetni és redukálni a struktúrát alkotó részösszetevőkre, mint pl. a kapcsolatban résztvevő személy, a benne lokalizálható mentális vagy – *horribile dictu* – agyi folyamatok.⁵

Ennek a fényében még inkább világossá válik, hogy mire gondolt Foucault, amikor a következő kérdést tette fel: „Vajon nem azért látszik-e olyan nehéznek a lelki egészség és betegség meghatározása, mert hasztalan igyekszünk alkalmazni rájuk erőnek erejével a szomatikus orvoslás számára alkotott [~ természettudományos] fogalmakat?” (Foucault, 2000, 9). Arról van ugyanis szó, hogy a pszichopatológiai, tágabb értelemben a pszichológiai jelenségek konceptualizálását nem az orvostudomány/természettudomány által felkínált szűk keretbe erőltetve kellene elvégezni, hiszen azok a gyakorló szakember számára nem természettudományos jelenségeként válnak megragadhatóvá akkor sem, ha nyilvánvalóan van neurobiológiai komponensük. (Ahogy *minden* emberi megnyilvánulásnak van.) Husserl erre már évtizedekkel korábban rájött, és a következő – már részben idézett – megállapítást tette: „Az igazi módszer mindenkor a vizsgálandó dolgok természetéhez igazodik, nem pedig előítéleteinkhez és mintaképeinkhez. [...] A természettudományt mintaképnek tekinteni – ez majdnem kikerülhetetlenül azt jelenti, hogy eldologiasítjuk a tudatot, ez pedig eleve értelmetlenségekhez vezet, amelyből viszont újabb és újabb értelmetlen problémafeltevés, hamis kutatási irányok iránti

⁵ A „pszichológiai” azonosítása a személyben mint zárt határokkal rendelkező rendszerben zajló mentális folyamatokkal és tartalmakkal, illetve azok megfeleltetése a mögöttes agyi történésekkel egy sajátos episztemológiai pozíció, a „kartézianus materializmus” (Gallagher & Zahavi, 2008) sokszor reflektálatlan alkalmazásának következménye, ami egy lehetséges perspektíva az elmével kapcsolatban. Követői azonban gyakorta a kizárólagosan elfogadható tudományos perspektívaként pozicionálják.

hajlandóság fakad.” (Husserl, 1910-11/1993, 57-58). Az „újabb és újabb értelmetlen problémafeltevések, hamis kutatási irányok iránti hajlandóság” a pszichiátria és a hozzá kényszeresen igazodó (klinikai) pszichológia részéről abban a formában áll fenn, hogy kutatási módszerei nem „a vizsgálandó dolgok természetéhez” igazodnak, hanem tudományos előítéletekhez és mintaképekhez.

Amennyiben fenti érvelésem jogos, akkor nehezen képzelhető el, hogy a teljes mértékben a medikális diskurzus által meghatározott mentális egészségügyi ellátás keretein belül elsajátítható volna az a fajta klinikai ismeret- és tudásrendszer, amely a „vizsgálandó dolgok természetéhez” igazodva támogatná a kompetens, „a saját eszközeit biztosan kézben tartó” (Jaspers, 1913/1986, 69.) pszichológus kiképződését. Sokkal inkább az történik, hogy az egyetemi oktatás során elsajátításra kerülő, zömében pozitivistá szemléletű „natural science psychology” a hallgatók fejében az egészségügyi gyakorlat során tovább asszimilálódik a „mintaképekhez”. Amikor viszont tényleges esetvezetésre, az esetek tantermi megbeszélésére és feldolgozására kerül sor, akkor a tárgy természetéből fakadóan a hallgatók legtöbbször reflektálatlanul, ösztönösen a „human science psychology” fogalmait, koncepcióit kezdik alkalmazni, ugyanis nem tehetnek másképp: a tárgy természete és a folyamat jellege ezt követeli. Véleményem szerint ezért sokkal hasznosabb lenne, ha ezeket a nézőpontokat és szemléletformákat (fenomenológia, hermeneutika, strukturalizmus) tudatosan és reflektáltan alkalmazhatná a pszichológushallgató (majd a későbbiek során a pszichológus), így ezek számára teret kellene biztosítani a képzések során is.

Vissza az idiografikus-élettörténeti pszichológiához!

2003-ban Stephen C. Yanchar és Jack R. Hill amerikai pszichológusok publikáltak egy cikket „What is Psychology About? Toward an Explicit Ontology” címmel. Ebben felvetették, hogy a pszichológia lassan másfél évszázados története során oly mértékben koncentrált a (kutatás)módszertani kérdésekre, hogy annak a definiálása, hogy miről is szól valójában ez a tudomány (vagyis az ontológiai alap) a háttérben maradt. Az általánosan elfogadott, természettudományos paradigmára épülő pozitivistá módszertani hegemonia, amihez a pszichológia is igazodott, azt eredményezte, hogy az ennek megfelelő implicit ontológiai és episztemológiai szemlélet határozta meg azt, hogy mit tekintünk „pszichológiaiainak” – ezt nagyjából a „natural science psychology” fogalma fedi le. A fentiekben bemutatott elemzésem viszont arra utal, hogy a (klinikai) pszichológiai gyakorlat – tárgyának természetéből fakadóan – egy ettől eltérő ontológiai és episztemológiai alapra épül, ami sokkal inkább a „human science psychology” formájában ölt testet ezen a tudományterületen.

Ennek az ellentmondásnak a kezelése érdekében fontos volna tisztázni, hogy egyrészt milyen létezőnek is tekintjük az embert, ami vizsgálatunk tárgya.⁶ Ezt a tisztázást teszi lehetővé például a Maslow (1968/2003) által is említett egzisztencialista filozófia alkalmazása, aminek nyomán túlléphetünk a „homo natura” emberképén, amely „tankönyvi szintre süllyeszti a vizsgálandó embert” (Binswanger, 1956/1986, 277). Egy lehetséges kiindulópontunk lehet ebben a tisztázási folyamatban Jaspers munkássága (Jaspers, 2008), aki azért roppant hiteles, mert gyakorlati klinikusként kezdte munkáját, és később vált filozófussá, tehát mindkét területen otthonosan mozgott, ismeri azok metszéspontjait. A megfelelő ontológiai alap tisztázásához tartozik másrészt az is, hogy világossá váljon, mi a pszichológia által vizsgált jelenségek ontológiai státusza, ugyanis ezek vizsgálata és konceptualizálása során episztemológiai szempontból releváns elméleteket és módszereket kell alkalmazni. Ahogy Husserl írta már idézett módon: „az igazi módszer mindenkor a vizsgálandó dolgok természetéhez igazodik” (Husserl, 1910-11/1993, 57-58). Ha nem válik világossá, hogy például az intenzív és egyben instabil kapcsolatok visszatérő mintázata vagy a belső üresség érzése nem természettudományos módszerek által megragadható jelenségek, hanem az intencionális élményben adott fenomének és/vagy struktúrák, akkor az említett feloldatlan ellentmondások végzetesen rögzíthetik a „szcientista önfélreértés” állapotát.

Ezeknek a szempontoknak az oktatásban is meg kellene jelenniük. Az intézményi gyakorlatok megszervezésében és kivitelezésében szükségszerűen a létező mentális egészségügyi struktúrákhoz kell alkalmazkodni, de az ezekhez kapcsolódó tantermi gyakorlatok során fel lehet készíteni a hallgatókat arra, hogy a pszichológiai megközelítést az eset feldolgozása során ne rendeljék alá mindenestül a medikális szempontoknak. Fontos hangsúlyozni például a pszichiátriai és a pszichológiai/pszichoterápiás diagnózisok különbségeit, rámutatva, hogy az utóbbi tartalmazza a személyiségstruktúra és dinamika felmérését is, például Kernberg modellje alapján (Ratkóczy, 1997), valamint a motivációs, kapcsolati, illeszkedési vagy módszerspecifikus diagnózisokat is (Szőnyi & Füredi, 2000). Ezen túl azonban azt is célszerű tudatosítani, hogy az egyedi eset vizsgálata során a pszichológusnak túl kell lépnie az általánosságokon (nomotetikus pszichológia), mivel tevékenysége sok tekintetben az egyediségre, az individualitásra irányul (idiografikus pszichológia). Tehát azért, hogy sikerül besorolnia a páciens valamelyik

¹ Az, hogy elsősorban a biológiai evolúció eredményének, vagyis biológiai lénynek tekintjük, egy olyan választás eredménye, amely egy előzetesen kijelölt tudományideált követ. Ez a kitüntetett perspektíva előre meghatározza, hogy milyen típusú válaszokat kapunk majd kutatásaink során. Ezeket a prekoncepciókat igyekszik kiiktatni pl. a fenomenológiai megismerés a „zárójelzés” módszerével (Gallagher & Zahavi, 2008).

klinikai kategória alá (pl. depresszió, skizofrénia, borderline személyiségzavar), valójában nem fogja jobban „ismerni” a beteget a kategóriára vonatkozó általános ismeretek alapján. Amire a klinikai megismerés ezen túl irányul, az a viselkedés és a szubjektív élmények szerveződése és személyes jelentése, ahogyan az az interszubjektív, élettörténeti, szociális, kulturális kontextusokban megjelenik (Atwood & Stolorow, 1984; Stolorow & Atwood, 1996). Nyilvánvalóan ennek megismerése széles körű tudást feltételez, ami túl van az empirikus kutatómódszertan, az evolúciós pszichológia vagy a kognitív idegtudományok horizontján. Ezt már Freud is látta a pszichoanalízissel kapcsolatban, amikor így fogalmazott: „Az analitikusok kiképzésének magába kell foglalnia olyan területeket is, amelyekkel az orvosi gyakorlatban közvetlenül nem találkozunk: a civilizáció történetét, a mitológiát, a vallás pszichológiáját és az irodalomtudományt. Addig, amíg nem otthonos ezeken a területeken, az analitikus a szükséges anyag nagyon jelentős részének nem jut birtokába.” (Freud, 1926, 245.)

Ezen felül azt is hangsúlyozni kell, hogy a klinikai gyakorlat leginkább a kvalitatív kutatás jellegzetességeit viseli magán, ami folyamatosan igényli az episztemológiai („meddig terjed tudásom határa a területen?”) és személyes reflexiót („hol vagyok személyesen érintve a folyamatban?”) (Willig, 2008). Mindezen szempontokat a számonkérés során is érvényesíteni kell. Ezért kiemelten jelentős kezdeményezés, hogy az ELTE PPK Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszékén 2017-től újfajta szakdolgozati követelményrendszer lép érvénybe. A szokásos empirikus szakdolgozat helyett a végzős hallgatóknak két kisebb terjedelmű szakdolgozatot kell készíteniük: egy hagyományos, empirikus kutatásra épülőt, és egy gyakorlati jellegűt, ami egy eset bemutatására épül. Az utóbbi lehet klinikai eset, illetve pszichobiográfiai elemzés is. Tanulmányom befejező szakaszában ez utóbbi jelentőségére és hasznosságára szeretném felhívni a figyelmet.

A pszichobiográfiai módszer oktatásának előnyei a pszichológusképzésben

A pszichobiográfia a pszichológia tudományának explicit alkalmazása egy szignifikáns, tevékenységében kiemelkedő személy élettörténetének és életművének értelmezése során. A pszichobiográfiai kutatás célja, hogy a hozzáférhető dokumentumok alapján megformálódjon egy a felmerülő kérdésekre széles körű magyarázattal szolgáló narratívum (Kőváry, 2014). A pszichobiográfia műfaja 1910-ben született meg Freud Leonardo-esszéje (Freud, 1910/1983) nyomán, ezt követően pszichoanalitikusok, majd személyiségpszichológusok (Allport, Murray, Erikson) használták, leginkább kiemelkedő kreativitású személyek élettörténetének pszichológiai vizsgálatában. A

második világháborút követő évtizedekben a személyiség- és kreativitáskutatásban egyeduralomra jutó kvantitatív szemlélet hosszú időre háttérbe szorította, de a nyolcvanas évektől kezdve – elsősorban a narratív pszichológia sikere nyomán – az élet-történeti pszichológia ismét elfogadottá, népszerűvé vált. Ennek köszönhetően az ezredfordulóra beköszöntött a pszichobiográfia reneszánsza (Schultz, 2005; Kőváry, 2011).

Korábban a – főként pszichoanalitikus – pszichobiográfiát gyakran vádolták hanyag adatkezeléssel, a gyerekkorra irányuló spekulációkkal, túlzott pszichologizálással, elméleti dogmatizmussal. A több évtizedes tapasztalatokból okulva a kortárs pszichobiográfia igyekszik elkerülni ezeket a hibákat. Egyrészt a kutatást mindig egy körülhatárolható kérdés határozza meg, ennek a megválaszolása érdekében forráskritikának alávetett első és harmadik személyű dokumentumokat használunk, az adatokat pedig explicit adatrendező modellekkel strukturáljuk (Kőváry, 2014). A gyerekekkel kapcsolatos spekulációk helyett inkább a jobban dokumentált felnőttkor áll a fókuszban, amit a mai személyiségpszichológia nem kevésbé tart fontosnak a személyiség alakulásában (Carlson, 1988). Az értelmezést különféle pszichológiai elméletek (pszichoanalitikus és egzisztencialista iskolák, perszonológia, narratív pszichológia) segítik, amelynek során mindig szem előtt tartjuk a Gadamer (1960/2003) által megfogalmazott hermeneutikai alapelveket. Nem feltétlenül a mélylélektani összefüggések megállapítása a cél; az élet-történetet meghatározó forгатókönyvek vagy „életstruktúrák” beazonosítása ugyanolyan hasznos lehet. Nagy hasznunkra lehet a strukturalista nyelvészetből származó szemlélet a jelenségek szinkrón/diakrón vetületeiről: milyen sajátosságokat mutatnak a hasonló jelenségek (pl. különféle kapcsolatok) egy perióduson belül (szinkrónia), és milyen jellegzetességei vannak ugyanannak a dolognak (pl. intim kapcsolatok) a különböző periódusokon át (diakrónia) (Atwood & Stolorow, 1984). A megformálódó értelmezéseket explicit validálási szempontoknak kell alávetni (Runyan, 1982, 2005; Schultz, 2005). A kvalitatív kutatásoknál elvárt módon a folyamatot episztemológiai és személyes reflexióknak kell kísérnie (Willig, 2008). A pszichobiográfiai kutatási módszer klasszikus alkalmazási területeit a kiemelkedő kreativitás különféle típusai (művészi, tudományos, spirituális) jelentik, ami ma már kiterjed a politikai karrierekre is, de használható elmélettesztelésre is (Carlson, 1988) és oktatási célokra is (Ponterotto et al., 2015).

Úgy vélem, hogy az utóbbi, a pszichobiográfiai módszer felhasználása a pszichológusok képzésében számos előnnyel járhat. Alkalmazása olyan magas szinten integrálja a pszichológiai ismereteket, amely a párját ritkítja. Megtanít arra, hogy hogyan kell egy adott probléma megértéséhez és egy konkrét kérdés megválaszolásához a megfelelő magyarázó elméleteket kiválasztani (Elms, 2005). Fokozza az episztemológiai és módszertani tudatosságot, például azzal, hogy rádöbrent arra: a klinikai munka sokkal

inkább hasonlít egy egyedi élettörténet/életmű idiografikus, kvalitatív vizsgálatához, mint egy kvantitatív, változókkal és statisztikai próbákkal operáló, nomotetikus kutatáshoz, ezért a klinikai munkának az előbbi elvárásaihoz kell igazodnia. Ebből kifolyólag a pszichobiográfiai kutatás a klinikai szemlélet alkalmazására is jobban felkészít, mint a pozitivista/természettudományos megközelítés. A kutatásnak nincsenek etikai komplikációi, a nyilvános adatokkal való munka következtében az eset közös megtárgyalása sokkal inkább öltheti a párbeszéd jellegét, mint a névtelen klinikai eseteknél, ahol csak a beszámoló szűrőjén keresztül megismert részletek alapján lehet tájékozódni. Így az értelmezés érvényessége is hatékonyabban vizsgálható.

A módszertani előnyök mellett elgondolásom szerint a pszichoterápiás szemléletet is formálja a pszichobiográfia alkalmazása. Elmondható, hogy gyakorlati kontextualizmusával elmélyíti az élet- és emberismeretet, jobban, mint bármely más pszichológiai eljárás. Azáltal, hogy a modern pszichobiográfia elveti a pszichopatológiára épülő érvelést (Schultz, 2005), rátanít arra, hogy az adott eset mély megértéséhez szükséges túllépünk a klinikai/medikális megközelítésen. Ezáltal az egyes konkrét megnyilvánulásokat nem a klinikai kategóriából következő általánosságok nyomán igyekszünk megérteni, hanem például úgy, hogy az adott élettörténetekben megvizsgáljuk a daseinanalízis által leírt „egzisztenciálékra” adott egyedi válaszokat (Krékits, 2013). Így az akadémiai és klinikai pszichológia implicit ontológiai alapjait és előfeltevéseit tudatosan helyettesítjük olyanokkal, amelyek a tárgyunk természetét autentikusabban képesek megragadni. Ilyen filozófiai alap például az egzisztencializmus, ahogyan azt említett módon Maslow (1968/2003) is szorgalmazta. Ez elvezethet oda is, hogy a hallgató feladja azt az elképzelést, miszerint a terápia kézzelfogható technikák gyűjteménye volna, és megértheti, hogy sokkal inkább a filozófiai mélységű „terápiás bölcsesség” (*phronesis*) az, ami sikeressé tesz egy segítő munkát végző pszichológust.

Mivel egy adott személlyel való elmélyült foglalkozás (akárcsak a pszichoterápiában) mindig személyes bevonódással jár, a pszichobiográfiai kutatás során a pszichológusnak meg kell vizsgálni azt is, ő hogyan van jelen az értelmezési folyamatban. Úttörő írásában Erikson (1968) ezt úgy fogalmazta meg, hogy az elemzőnek meg kell vizsgálnia, hogy az elemzett személy és annak műve milyen személyes jelentéssel bír számára aktuálisan (szinkrónia) és az élettörténetét tekintve (diakrónia). Ennek során világossá válik számára, hogy az objektivitás ezen a területen merő illúzió, és annak erőltetése helyett inkább az iskolázott szubjektivitásra kell törekednie. Ez fontos részét képezi az interpretációnak, hiszen – ahogyan Wilhelm Dilthey is megfogalmazta – „megértésről akkor beszélünk, ha az én a te-ben önmagára ismer” (Dilthey, 1990, 61). Ugyancsak ő fogalmazta meg 1894-ben azt az gondolatot, amelyet az emberrel kapcsolatos kutatók egyik alapelveként kell számon tartanunk: „Nem akkor bizonyulunk a nagy ter-

mészettudományos gondolkodók igazi tanítványainak, ha az általuk feltalált módszereket átvisszük a mi területünkre, hanem akkor, ha megismerésünk alkalmazkodik objektumaink természetéhez...” (Dilthey, 1894/1974, 467).

IRODALOM

- ALLPORT, G.W. (1961/1980). *A személyiség alakulása*. Budapest: Gondolat Kiadó.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2014). *DSM 5 referencia kézikönyv a DSM 5 diagnosztikai kritériumaihoz*. Budapest: Oriold és Társai Kiadó.
- ATWOOD, G.E. – STOLOROW, R.D. (1984). *Structures of Subjectivity. Explorations in Psychoanalytic Phenomenology*. Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- BINSWANGER, L. (1956/1986). Az ember helye a pszichiátriában. In: Pethő, B. (szerk.): *Pszichiátria és emberkép* (pp. 261-277). Budapest: Gondolat Kiadó.
- BABBIE, E. (2008). *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Budapest: Balassi Kiadó.
- BRUNER, J. (2005/1985). *Valóságos elmék, lehetséges világok*. Budapest: Új Mandátum Könyvkiadó.
- BUDA, B. (2011). *Az elme gyógyítása*. Budapest: Háttér Kiadó.
- CARLSON, R. (1988). Exemplary Lives: The Uses of Psychobiography for Theory Development. In: D. P. McAdams & R. L. Ochberg (eds.): *Psychobiography and Life Narratives* (pp. 105-134). Durham and London: Duke University Press.
- DILTHEY, W. (1894/1974). Gondolatok egy leíró és egy taglaló pszichológiáról. In: Uő: *A történelmi világ felépítése a szellemtudományokban* (pp. 321-467). Budapest: Gondolat Kiadó.
- DILTHEY, W. (1990). Vázlatok a történelmi ész kritikájához. In: Csikós, E. & Lakatos, L. (szerk.): *Filozófiai hermeneutika* (61-91.). Budapest: A Filozófiai Figyelő Kiskönyvtára.
- ELMS, A.C. (2005). If the Glove Fits: the Art of Theoretical Choice in Psychobiography. In: W. T. Schultz (szerk.): *The Handbook of Psychobiography* (pp. 84-96). New York: Oxford University Press.
- ERIKSON, E.H. (1968). On the Nature of Psychohistorical Evidence. In Search of Gandhi. *Daedalus*, 97(3): 695-730.
- ERIKSON, E.H. (1950/2002). *Gyermekkor és társadalom*. Budapest: Osiris.
- FOUCAULT, M. (2000). *Elmebetegség és pszichológia. A klinikai orvoslás születése*. Budapest: Corvina.

- FREUD, S. (1895/1998). Elisabeth von R. kisasszony. In: Uő: *A Farkasember. Klinikai esettanulmányok* (pp. 29-75). Budapest: Filum Kiadó.
- FREUD, S. (1926). The Question of Lay Analysis. In: *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XX (1925-1926)*, (pp. 179-258). London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-analysis.
- FREUD, S. (1910/1982). Leonardo da Vinci egy gyermekkori emléke. In: Uő: *Esszék* (pp. 253-324). Budapest: Gondolat Kiadó.
- GADAMER, H.G. (1960/2003). *Igazság és módszer*. Budapest: Osiris Kiadó.
- GALLAGHER, D. – ZAHAVI, D. (2008). *A fenomenológiai elme. Bevezetés az elmefilozófiába és a kognitív tudományba*. Budapest: Lélekben Otthon Kiadó.
- GEDO, J. (2006). *A pszichoanalízis haladása*. Budapest: Animula Kiadó.
- HABERMAS, J. (1968/1993). A metapszichológia szcientista önfélreértése. In: Szummer, Cs. & Erős, F. (szerk.): *Filozófusok Freudról és a pszichoanalízisről* (pp. 91-106). Budapest: Cserépfalvi Kiadó.
- HARGITAI, R. (2007). Narratíva és személyiség. In: Kiss, E. & Oláh, A. (szerk.): *Vázlatok a személyiségről* (pp. 294-307). Budapest: Új Mandátum Kiadó.
- HUSSERL. E. (1910-11/1993). *A filozófia, mint szigorú tudomány*. Budapest: Kossuth Könyvkiadó.
- ILLICH, I. (1975). The Medicalization of Life. *Journal of Medical Ethics*, I, 73-77.
- JASPERS, K. (1913/1986). Általános pszichopatológia. In: Pethő, B. (szerk.): *Pszichiátria és emberkép* (pp. 45-86). Budapest: Gondolat Kiadó.
- JASPERS, K. (2008). *Mi az ember?* Budapest: Media Nova.
- KARTERUD, S. (1999). Heinz Kohut szelfpszichológiája. In: S. Karterud, S. & J. T. Mosen, (szerk.): *Szelfpszichológia – a Kohut utáni fejlődés* (pp. 17-28). Budapest: Animula Kiadó.
- KIERKEGAARD, S. (1843/1993). *Az ismétlés*. Szeged: Ictus Kiadó.
- KŐVÁRY, Z. (2011). A pszichobiográfia, mint módszer. Az élettörténet elemzés reneszánsza: új perspektívák a személyiség- és kreativitáskutatásban. *Alkalmazott Pszichológia*, 4, 65-92.
- KŐVÁRY, Z. (2014). *Pszichobiográfia: történet, elmélet, módszertan és alkalmazás*. Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- KRÉKITS, J. (2013). Vissza az álmokhoz! A fenomenológiai Daseinalitikus álomértelmezésről. *Pszichoterápia*, 22(5): 318-326.
- LOHMANN, H-M. (2008). *A huszadik század Ödipusza*. Budapest: Háttér Kiadó.
- MASLOW, A. (1968/2003). Mit tanulhat a pszichológia az egzisztencialistáktól? In: Uő: *A lét pszichológiája felé* (pp. 69-85.). Budapest: Ursus Libris.

- MCADAMS, D.P. (1997). The Conceptual History of Personality Psychology. In: R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs, S. (eds.): *Handbook of Personality Psychology* (pp. 3-39.). San Diego: Academic Press.
- MCADAMS, D.P. (1988). *Power and Intimacy. Identity and the Life Story*. New York: The Guilford Press.
- MCADAMS, D. (2005). What Psychobiography Can Learn from Personality Psychology. In: W. T. Schultz (szerk.): *The Handbook of Psychobiography* (pp. 64-83.). New York: Oxford University Press.
- MOONEY, E.F. (2011). Erik Erikson: Artist of Moral Development. In J. Stewart (ed.): *Kierkegaard's Influence on Social Sciences* (pp. 81-94). Franham: Ashgate Publishing Limited.
- NÉMETH, A. (2015). *Művészek és pszichopatológia*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.
- PONTEROTTO, J.G. – REYNOLD, J.D – MORELA, S. – CHEUNG, L. (2015). Psychobiography Training in Psychology in North America: Apping the Field and Charting a Course. *Europe's Journal of Psychology*, 11(3): 459-475.
- PULVER, S.E. (2003). On the Astonishing Clinical Irrelevance of Neurosciences. *Journal of American Psychoanalytical Association*, 51; 755-772.
- RATKÓCZI, É. (1997). A Kernberg-féle személyiség-diagnosztikai rendszer gyakorlati használhatósága és használata. *Psychiatria Hungarica*, 12(4): 487-506.
- RENNIE, D.L. (2007). Methodological Hermeneutics and Humanistic Psychology. *The Humanistic Psychologist*, 35(1):1-14.
- RUNYAN, W.M. (1982). *Life Histories and Psychobiography. Explorations in Theory and Method*. New York: Oxford University Press.
- RUNYAN, W.M. (1997). Studying Lives. Psychobiography and the Conceptual Structure of Personality Psychology. In: R. Hogan, J. Johnson & S. Briggs, S. (eds.): *Handbook of Personality Psychology* (pp. 41-69). San Diego: Academic Press.
- RUNYAN, W.M. (2005). How to Critically Evaluate Alternative Explanations of Life Events: the Case of Van Gogh's Ear. In: W. T. Schultz (eds.): *The Handbook of Psychobiography* (96-104). New York: Oxford University Press.
- SARBIN, T. (2001). Az elbeszélés, mint a lélektan tő-metáforája. In: László, J. & Thomka, B. (szerk.): *Narratívák 5. Narratív pszichológia*. (pp. 59-77). Budapest: Kijárat Kiadó.
- SARTRE, J.P. (1960/1966). Az egzisztenciális pszichoanalízis. In: Köpeczi, B. (szerk.): *Az egzisztencializmus*. Budapest: Gondolat.
- SCHULTZ, W.T. (szerk.) (2005). *The Handbook of Psychobiography*. New York: Oxford University Press.
- STOLOROW, R.D. (2012). Scientism in Psychotherapy. www.psychologytoday.com, 2012.06.22.

- STOLOROW, R.D. – ATWOOD, G.E. (1996). The Intersubjective Perspective. *Psychoanalytic Review*, 83:181-194.
- STOLOROW, R.D. – ATWOOD, G.E. (2012): Deconstructing “The Self” of Self Psychology. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 7(4): 573-576.
- SZASZ, T. (2007). *The Medicalization of Everyday Life*. Syracuse: Syracuse University Press.
- SZŐNYI, G. – FÜREDI J. (szerk.) (2000). *A pszichoterápia tankönyve*. Budapest: Medicina Könyvkiadó.
- TRULL, T.J. – PHARES, E.J. (2004). *Klinikai pszichológia*. Budapest: Osiris Kiadó.
- YANCHAR, S.C. – HILL, J.R. (2003). What is Psychology About? Toward and Explicit Ontology. *Journal of Humanistic Psychology*, 43:11, 11-32.
- VIVONA, J. (2009). Leaping from Brain to Mind: a Critique of Mirror Neuron Explanations of Countertransference. *Journal of American Psychoanalytic Association*, 2009, 57: 525-549.
- WILLIG, C. (2008). *Introducing Qualitative Research in Psychology. Adventures in Theory and Method*. Berkshire Open University Press.
- WALSH, R.T.G. – TEO, TH. – BAYDALA, A. (2014). *A Critical History and Philosophy of Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.

* * *

Sárkány Péter

A „lenni-tudás” mint erőforrás A daseinanalízis „helye” a szociális segítőszakmákban

„Egyetlen embert sem fognak tudni meggyógyítani a pszichoterápia segítségével,
ha ezt megelőzően nem állítják helyre a léthez való viszonyát.”

(Martin Heidegger: *Lét és idő*)

Tanulmányomban azt az állítást kívánom alátámasztani, hogy a Ludwig Binswanger és Medard Boss által megalapított daseinanalízis több szempontból is jól illeszkedik a szociális segítőszakmák kortárs elméleti és módszertani törekvéseihez. Ehhez képest a szociális szakmákban egyáltalán nem hivatkoznak a daseinanalitikus pszichoterápiára, és csak ritkán Martin Heidegger filozófiájára. A tanulmány egyfelől arra a kérdésre keresi a választ, hogy miként kapcsolódhat a daseinanalízis a szociális segítőszakmák elméletéhez és gyakorlatához.¹ Másfelől magyarázatra szorul a tény, hogy a szociális munka eddig miért nem fedezte fel a daseinanalízist, holott számos pszichoterápiás irányzat komoly karriert futott be a szociális esetmunka megalapozásában. Először szakmaelméleti, majd módszertani nézőpontból vizsgálom meg a szociális munka és a daseinanalízis kapcsolódási pontjait, végül néhány következtetést fogalmazok meg a két terület viszonyát illetően.

Szakmaelméleti nézőpont

A daseinanalízis elméleti és módszertani megközelítése azért érvényesíthető a szociális szakmák vonatkozásában, mert a szociális munka, a mai tudományos elvárásoknak és szakmai kihívásoknak megfelelően, pszichoszociális nézőpontból elemzi a kliens helyzetét, és ennek alapján tervezi meg a konkrét segítőmunkát. A szociális munka tudományelméleti szempontból inter- és transzdiszciplináris megközelítésű. Tehát a tudományközi együttműködésre és a konkrét életvilág által felvetett kihívásokra egyaránt nyitott szemléletet képvisel. A kortárs szociális munkát elméleti pluralizmus jellemzi. A filozófiai, szociológiai, pszichológiai

¹ Szociális segítőszakmák: szociálpedagógia és szociális munka. A két terület különbsége a jelenlegi tanulmány szempontjából nem lényeges, ezért a továbbiakban a szociális munkát a szociális segítőszakmák gyűjtőfogalmaként használom.

és pedagógiai elméletek egyaránt fontos szerepet játszanak a szociális szakmák önértelmezésében. Amennyiben a daseinanalízis „helyét” és szerepét próbáljuk meghatározni a szociális szakmák összefüggésében, érdemes a különféle elméleteket Heiko Kleve és Jan Wirth (2009) javaslatai alapján osztályozni. Eszerint a társadalomfilozófiai és szociológiai elméletek a szociális szakmák helyének, feladatainak és célkitűzéseinek a megfogalmazásában segítenek. Ide sorolhatjuk például Durkheim anómia elméletét vagy Ulrich Becknek a kockázat-társadalomról kifejtett nézeteit, amelyek számos ponton kijelölhetik az egyéni segítségnyújtás rendszerében tevékenykedők céljait és feladatait. Ezekről az általános társadalomelméleti megközelítésektől elkülöníthetők azok az elméleti teljesítmények, amelyeket a tudományos téren is alkotó szociális szakemberek fogalmaznak meg a szociális szakmák számára. Ilyen elméleti teljesítményeknek tekinthetők például az életvilág-irányultságú szociálpedagógia (Thiersch, 2005), a többszemponú szociálpedagógiai esetmunka (Müller, 2006), az emberjogi szakma (Staub-Bernasconi, 2007) vagy a posztmodern szociális munka (Kleve, 2000). Ezek a megközelítések a szociális szakmák sajátos elméleteinek tekinthetők, hiszen ezek alapján fogalmazható meg a szociális munka szakmai identitása vagy a konkrét szakmai célkitűzések megvalósításához szükséges módszer (Sárkány, 2013). Az említett két elméleti megközelítés mellett egy harmadik csoportját is meg kell említeni a szociális munkában érvényesített elméleteknek. Ide azok az elméletek és módszertani elvek tartoznak, amelyekre a szociális szakmák képviselői elsősorban a gyakorlati munkavégzés során támaszkodnak. Ezek elsősorban a pszichológiai és pedagógiai elméletek (pl. pszichoanalízis, viselkedéslélektan, kognitív terápia, individuálpszichológia, stb.), amelyek hozzájárulnak a konkrét egyén motivációjának és helyzetének a megértéséhez és – a bizalmi légkör megteremtését követően – a konkrét segítőmunka kivitelezéséhez. Ugyancsak pszichológiai és pedagógiai elméletek szolgálnak alapul a szociális csoportmunka megvalósításához (pl. élménypedagógia, drámapedagógia, stb.).

Ha a daseinanalízis és a szociális munka kapcsolódási pontjait keressük, először arra kell rákérdeznünk, hogy a daseinanalízis mennyiben kompatibilis a szociális szakemberek által tudományos igénnyel kidolgozott elméletekkel. A továbbiakban amellet érvelek, hogy az életvilág-irányultságú szociális munka elmélete számos ponton osztozik a daseinanalízis elméleti előfeltevéseivel. Ennek megfelelően először a Hans Thiersch által kidolgozott hétköznapi- és életvilág-irányultságú elmélet jellemzőit ismertetem. Majd a daseinanalízis elméleti alapját képező heideggeri filozófia belátásaira térek ki.

Életvilág-irányultságú szociális munka

Hans Thiersch felfogásának központi fogalmai a *hétköznapi (Alltag)* és az *életvilág (Lebenswelt)*.² Ezt a két fogalmat tulajdonképpen nagyrészt azonos jelentéssel használja.

² Thiersch felfogásának rekonstruálását – rövidítve és kisebb módosításokkal – a szociálpedagógia elméleteinek szentelt könyvemből veszem át (Sárkány, 2011).

Az első szó szakmai tevékenységének kezdeti időszakára jellemző, amikor inkább a hétköznapi-irányultságú szociálpedagógia (*alltagsorientierte Sozialpädagogik*) kifejezést alkalmazza (Thiersch, 2006). A második pedig munkásságának későbbi korszakában jelenik meg, amikor az *életvilág-irányultságú szociálmunka* (*lebensweltorientierte Soziale Arbeit*) megnevezést részesíti előnyben (Thiersch, 2005). Thiersch szervesen kapcsolódik azokhoz a kortárs filozófiai, társadalomfilozófiai és szociológiai elméletekhez, amelyek tárgyukká teszik a hétköznapi, a hétköznapiság és az életvilág fogalmait.

Thiersch szerint a szociálpedagógia célja nem a sikeres, hanem a *sikeresebb* hétköznapi élet elérése. A sikeres hétköznapi feladat, amit meg kell oldani. A *sikeresebb* hétköznapi pedig eredmény, ami egy folyamat végén bontakozik ki. A sikeresebb hétköznapi élet iránti vágy felébresztése és tudatosítása a szociálpedagógia alapvető feladata. A szociálpedagógia ugyanis, hangsúlyozza minduntalan Thiersch, a hétköznapi élet perspektívája alapján tájékozódik, s ez által válik hétköznapi-irányultságúvá. Thiersch a hétköznapi két fontos jellemzőjét emeli ki: 1) A hétköznapi számos olyan problémát foglal magába, amelyeket mindenkinek meg kell oldani. Ezek az úgynevezett hétköznapi nehézségek, jelentéktelennek látszó, fel nem tűnő problémák; 2) A hétköznapi során az ember saját maga felelős az előtte álló feladatok teljesítéséért. Amikor tehát hétköznapról beszélünk, akkor abba a minden emberre jellemző, magától értetődő kompetenciákat is beleértjük (Thiersch, 2006, 17).

A hétköznapiság szociális és pragmatikus megértés illetve cselekvés. Az ember a többiekkel együtt él, velük együtt alakítja világát. A szociális cselekvés alá-, fölé- és mellérendeltséget, hatalmat, veszteséget vagy győzelmet jelenthet. Ezáltal alakul ki az ember identitása. A szociális megértés és cselekvés gyakorlatias szempontokat érvényesít. A hétköznapiokban nehézségek, konfliktusok, és az adott helyzetekhez kötődő feladatok várnak megoldásra (Thiersch, 2006). Ez a hétköznapi szociális és pragmatikus viszonyulás a valósághoz az áttekinthetőségen, a megbízhatóságon és mindenekelőtt a szerepekben megnyilvánuló rendben, a rutinnal és a tipikussággal keresztül nyilvánul meg.

„A hétköznapiság azt jelenti, hogy érintve vagyok: Itt cselekszem és értek meg, itt leszek mások számára önmagamért felelős, és itt leszek számon kérve. [...] A hétköznapiság arra a térre vonatkozik, ahol élek és cselekszem, tehát a lakás, a szomszédság, az utca és a városrész terére. A hétköznapiság arra az időre vonatkozik, amelyben az emlékezet, a hagyomány rendelkezésemre áll...” (Thiersch, 2006, 23.)

Thiersch szerint ez azonban nem azt jelenti, hogy a hétköznapi mindig egyértelmű és bizonyos. Sőt, a hétköznapiság szociálpedagógiai szempontból fontos sajátossága, hogy nem egyértelmű terep. Számos bizonytalanság és nehézség várhat ránk nap mint nap. Ráadásul a mai viszonyok közepette sokak által megélt tapasztalat, hogy a hagyományos problémamegoldási sémák csődöt mondanak, s egyre többen érzik magukat túlterheltnak, és éppen a hétköznapi problémák leküzdésében erősen nélkülözik a segítséget (Thiersch, 2006, 17). A hétköznapiság több szempontból is ellentmondásosnak bizonyulhat: A felelősség és az érintettség ellentmondásba kerülhet a rutinnal, a felmentéssel, és a hétköznapiság korlátoltságával. A hétköz-

napiság gyakorlatias szemlélete által vezérelt következetes nyitottság a számos feladatra és a különböző megoldásokra könnyen feszültségbe kerülhet a tapasztalat, a rutin és az önkorlátozás képességének elégtelenségével (vö. Thiersch, 2006, 25-26). Ráadásul a hétköznapiság szervesen összefonódik a társadalom struktúrájával és a hétköznapisággal szemben érvényesülő politikai koncepciókkal (Thiersch, 2006).

Az eddigiek alapján megállapítható, hogy a hétköznapi fenomenológiai leírása valójában elméleti keretként, egyfajta horizontként szolgál a szociális szakmák gyakorlatában, amelyben a kliens hétköznapi világának elemzésére és a benne rejlő erőforrások kiaknázására kerül a hangsúly. Vagyis a hétköznapi- és életvilág-irányultságú munka a hétköznapiság általi meghatározottságból indul ki, és a hétköznapi világok befolyásolási lehetőségére kérdez rá.

Daseinanalízis: Lenni-tudás a világban

Pszichoterápiás irányzatként a daseinanalízis erősen kötődik Martin Heidegger létfilozófiájához. Ennek belátásai az életvilág-irányultságú elmélet megalapozásának tekinthetők.

Heidegger a *Lét és idő* című munkájában abból indul ki, hogy az ember, pontosabban a Dasein (jelenvalólét) minden tematikus vizsgálódást megelőzően megérti a létet, létezése eleve tudásként (*können*) adott. A jelenvalólét lehetőségei felől érti meg önmaga létezését. „A megértésben rejlik egzisztenciálisan a lét mint *lenni-tudás (Sein-können)*. A jelenvalólét nem valami kéznéllevő, ami ráadásul még képes valamire, hanem elsődlegesen lehető-lét. A jelenvalólét mindenkor az, ami lehet, és ahogyan lehetősége van.” (Heidegger, 2007, 172.)

A lenni tudásban megnyilvánuló létezés a jelenvalólét ugyanakkor mindenkor a sajátjaként éli meg. „Az egzisztáló jelenvalóléthez hozzátartozik a mindenkori enyémvalóság, mint a tulajdonképpeniség és a nem-tulajdonképpeniség lehetőségi feltétele (Heidegger, 2007, 71). A jelenvalólét tehát mindenkor az enyém, függetlenül attól, hogy hiteles vagy nem hiteles létezésként nyilvánul meg. „A jelenvalólét mindig e móduszok valamelyikében, illetve e móduszok indifferenciájában egzisztál.” (Heidegger, 2007, 71.)

Fontos belátása Heidegger filozófiájának, hogy a nem-tulajdonképpeni létezés ugyanolyan fontos az ember önértelmezése számára, mint a tulajdonképpeni létezés. A hétköznapi, nem-tulajdonképpeni létezés alanya – amikor úgy élek, ahogyan mások élnek, azt teszem, amit mások is tesznek – az akárki (*das Man*). Ez teszi lehetővé a hétköznapi rutinszerűségét. Az egyénnek nem kell újszerű, sajátos utakat kidolgoznia, hanem ráhagyatkozhat „az akárki” döntéseire. „Az akárki egzisztenciálé, és eredendő fenoménként a jelenvalólét pozitív szerkezetéhez tartozik.” (Heidegger, 2007, 156.)

A létmegértés és annak nem-tulajdonképpeni vagy tulajdonképpeni megélése alapvetően abból az általános egzisztenciális szerkezetből érhető meg, amit Heidegger „világban-benne-létek” hív. A jelenvalólét a világon belüli kézhezállóról (tárgy) *gondoskodik*, a másik jelenvalólétben megnyilvánuló létezőt viszont *gondozza*. Heidegger arra hívja fel a figyelmet, hogy a „gondozás mint faktikus szociális intézmény” azért lehetséges, mert a jelenvalólét

valójában együttlét. Faktikus sürgető volta onnan ered, hogy a jelenvalólét mindenekelőtt és többnyire a gondozás deficiens módusában van.” (Heidegger, 2007, 148.)

A gondozás tekintetében „levehetjük” a másiktól a gondot, vagy magunkra vállaljuk a másik gondját. Ebből következik, hogy „a másik függővé válhat, és uralom alá kerülhet” (Heidegger, 2007, 148). Ehhez képest az igazi gondozás az, amikor a másikat hozzásegítjük a saját gondjának vállalásához.

„... fennáll a lehetősége egy olyan gondozásnak, amely nem ugrik be a másik helyett, hanem inkább a maga egzisztenciális lenni-tudásában elébeugrik a másiknak, nem azért, hogy levegye válláról a »gondot«, hanem éppen hogy azt mint tulajdonképpeni »gondot« visszaadja neki” (Heidegger, 2007, 149).

Ennek megfelelően a daseinanalitikus terápia antropológiai szemléletben érvényesíti Heidegger ontológiai elemzéseit. A daseinanalízis a lenni-tudásra mint erőforrásra és az ezen keresztül megnyilvánuló tulajdonképpeni és nem-tulajdonképpeni létlehetőségekre apellál. Kiemeli az egzisztenciálékat (*Existenzialien*), amelyek Heidegger szerint az ember, pontosabban a *Dasein* sajátos létjellemzői (Heidegger, 2007). Ezek közül pedig figyelembe veszi, hogy a hétköznapi „a jelenvalólét legközelebbi létmódja” (Heidegger, 2007, 86).

E rövid elemzés alapján is megállapítható, hogy a daseinanalízis azokhoz a szociális szakmák képviselői által megfogalmazott elméletekhez illeszkedik, amelyek a hétköznapi, az életvilág fogalmait vagy az egzisztenciális nézőpontot helyezik a középpontba. Ezen kívül természetesen a daseinanalízis módszerére is rá kell kérdezni, azaz arra, hogyan illeszthető ez az irányzat a szociális esetmunka gyakorlatához. A szakmaelméleti és a módszertani aspektus szorosan összefügg. Ha bizonyítást nyert a daseinanalízis és a szociális munka elméletének kompatibilitása, akkor valószínűsíthető, hogy a két terület módszertani szempontból is összefér.

Módszertani nézőpont

Az alábbiakban arra kívánok rámutatni, hogy módszertani szempontból a daseinanalízis miért releváns a szociális munka gyakorlatában. Először a daseinanalízis és a szociális munka általános célkitűzéseinek hasonlóságából indulok ki, majd a daseinanalízisben érvényesített terápiás viszony és az értelmező munka relevanciájára térek ki. Végül az élettörténet feltárásának daseinanalitikus szemléletét vetem össze a szociális munka felfogásával.

Pszichoterápiaként a daseinanalízis az egyén szabadságának és az őrá jellemző felelősség vállalását tűzi ki célul:

„... a daseinanalízis a maga fenomenológiai elköteleződésének megfelelően azt tűzte ki maga elé, hogy a betegeket arra ösztönözze, hogy előítéleteiktől szabadon forduljanak a saját életheirre; illetve hogy segítsen nekik abban, hogy átvállalják saját felelősségüket, és a számukra adatott szabadságnak nagyobb teret engedjenek.” (Condrau, 2013, 280).

Ezzel az általános terápiás célkitűzéssel jelenetős mértékben összhangban van a szociális munka nemzetközi definíciója:

„A szociális munka olyan gyakorlat alapú szakma és tudományág, amely elősegíti a társadalmi változást és fejlődést, a társadalmi összetartozást, valamint az emberek hatalommal való felruházását és felszabadítását. A társadalmi igazságosság, az emberi jogok, a közös felelősségvállalás és a különbözőségek tiszteletének elvei központi helyet foglalnak el a szociális munkában” (A szociálismunka-szakma globális definíciója, 2014).

A daseinanalízis és a szociális munka számára a szabadság és a felelősség kérdésköre egyaránt fontos. Mindkettő az embert alapvetően szabad és felelősségteljes lénynek tekint. Ennek megfelelően ezeknek a segítőszakmáknak a fontos feladata az egyéni szabadság és felelősség megélése. Mindez fontos szerephez jut a konkrét terápiás viszonyban és az egyéni esetkezelésben.

A daseinanalízis megköveteli a terapeutától, hogy ne beszéljen el a páciens felett, hanem a heideggeri értelemben vett „elébeugró” gondozás szellemében alakítson ki társas viszonyt a pácienssel. Ezért a nyíltság egy igen fontos egzisztenciálé, amely az értelmező munka feltétele (Condrau, 2013). A nyíltság a szociális munka számára is magától értetődő előfeltevés, amikor partneri viszony keretében és erőforrás-központú szemléletben a kliens „létlehetőségeit” tárja fel, a hétköznapi rutin, a rövid- és hosszútávú célkitűzések, a különböző képességek, az identitás és a szociális háló tekintetében (vö. Möbius – Friedrich, 2010). A daseinanalízis és a szociális munka számára egyaránt igaz, hogy „a cél nem az, hogy »tudattalan« és »elfojtott« tartalmakat hívjanak elő, hanem hogy az analízálendő személy megtapasztalja, milyen lehetőségek rejlenek egy másik emberrel szembeni nyitottságban a saját szabadságára tekintettel” (Condrau, 2013, 265).

Az egyéni szabadságra apelláló felelősségteljes terápiás viszony az értelmező munka szempontjából nagyon fontos. A daseinanalitikus terápia ugyanis fenomenológiai szemléletet érvelnyesít, ami azt jelenti, hogy nem engedi meg a metapszichológiai értelmezést és nyelvezetet. Abból indul ki, hogy a páciens értelmezése a jelentés elsődleges forrása. „Minden szónak, minden mondatnak, minden kimondott gondolatnak jelentősége van, [...] amennyiben bízunk a szóban és nem módosíthatják azt” (Condrau, 2013, 266). A terapeuta és páciens a terápiás viszony keretében értelmezik a panaszokat, veselkedéseket és álmokat. A terapeutának fontos feladata, hogy a nyílt kapcsolat érdekében felfüggeszse a saját metapszichológiai előítéleteit és ezen keresztül a páciens „analitikus előképzettségét”, amelynek segítségével tudni véli, hogy „indulatáttételről”, „projekcióról”, „kasztrációs félelemről” vagy „archetipikus álomról” van szó (Condrau, 2013).

A szociális munkában az egyéni esetkezelés szintjén is megjelenik a fenomenológiai módszer követelménye, mégpedig a kliens sajátos nyelvhasználatának, az egyéni szemantika feltérképezésének értelmében. A szociális szakember ezen kívül tudatában van annak is, hogy a kliens probléma-meghatározását jelentősen befolyásolja a mindenkori társadalom szemantikája. Az egyéni esetkezelésben is együttes probléma-értelmezés történik, amely

során az életvezetéssel vagy a viselkedéssel kapcsolatos problémák kerülnek előtérbe (vö. Szabó, 2003).

Az említett összefüggéseken kívül a daseinanalízisnek az élettörténet jelentőségével kapcsolatos megfontolása is említésre méltó. Az élettörténet is a szabadság kontextusába kerül, hiszen az élettörténet elemzése nyilvánvalóvá teheti, hogy a beteg „élete adott pontján mely világvonatkozásban és milyen mértékben csorbulhatott az ember szabadsága” (Condrau, 2013, 275). Fenomenológiai elköteleződésének megfelelője, hogy a daseinanalízis kerüli a betegség okainak részletes felkutatását. Fontosabb szempont, hogy a nyíltság, az idő és a hangoltság egzisztenciáléinak vonatkozásában a páciens mennyire „tapad még a múlthoz”, és főleg az, hogy „hogyan kell attól megszabadulnia” (Condrau, 2013, 279). Ezen kívül a daseinanalitikus terapeuta figyel a páciens életeseményeihez kapcsolódó értelmezések változásaira, arra, hogyan változtatja meg a páciens saját élettörténetének értelmezését (Condrau, 2013).

Az élettörténet értelmezésével kapcsolatos felfogása miatt a daseinanalízis jól illeszkedik a szociális munka pragmatikus szemléletéhez, amelyben a múlt erőforrásként, a jövő és a jelen szempontjából kerül előtérbe. Az élettörténet a szociális esetkezelésben is végső soron a szabadság megélésének elszalasztott vagy megvalósított lehetőségeinek története, amely hozzásegíti a klienst ahhoz, hogy képessé váljon a saját életét autonóm módon élni.

Következtetések

A fent követett gondolatmenet alapján egyértelmű, hogy a daseinanalízis tudományelméleti szempontból kompatibilis a szociális munka azon elméleteivel, amelyek egzisztenciális illetve életvilág-irányultságú szemléletet képviselnek. A daseinanalízis módszertani szempontból legalább olyan jól érvényesíthető, illetve alkalmazható a szociális esetkezelésben, mint a gyakran emlegetett többi pszichoterápiás irányzat. A szakirodalomban mégis ritkán hivatkoznak a daseinanalízisre. Véleményem szerint ennek három egymással szorosan összefüggő oka van. Az első és legfontosabb ok, hogy a daseinanalízis körülményes heideggeri nyelvezetet használ, amelyet – megfelelő átértelmezés nélkül – elég nehézkes beépíteni a szociális munka pragmatikus szemléletébe. A második ok a kontinentális fenomenológiai-hermeneutikai indíttatás érvényesítése. A daseinanalitikus pszichoterápia ráhagyatkozik az értelmezés művészetére. Ezzel szemben a mai megközelítések erősen technika-orientáltak: pontos lépésekre bontják az eljárásokat, s ezzel – a daseinanalízis szempontjából legalábbis – könnyen elvéthetik a szakmai célkitűzés igényes elérését. A harmadik okként az egzisztenciális terápiák térnyerése említhető. Az angolszász „social work” szakirodalma elsősorban Abraham Maslow, Viktor E. Frankl vagy Irvin D. Yalom munkásságára hivatkozik (Roberts, 2009). Ez érthető, mert az említett szerzők jelentős mértékben megkönnyítik a bonyolult fenomenológiai-egzisztenciafilozófiai szemlélet befogadását és alkalmazását. Ezekhez képest azonban a daseinanalízis előnye lehet,

hogy lételmélete, emberképe és módszertana jobban megvéd azoktól a rejtett normatív szempontoktól, amelyek az említett irányzatok követőinél megfigyelhetők.

A daseinanalízis szemléletének és gyakorlatának meghonosítása a szociális esetmunka elméletében és gyakorlatában komolyan hozzájárulna a segítőkapsolat és az értelmező munka elmélyítéséhez. Sehol sincs rögzítve, hogy a szociális munka szempontjából kizárólag a pszichoanalízis, viselkedésterápia, kognitív terápia, narratív terápia vagy a humanisztikus szemlélet lehet releváns.

IRODALOM

- A szociálismunka-szakma globális definíciója (2014). *Esély*, 6, 96-100.
- CONDRAU, G. (2013). *Heidegger és Freud. Daseinanalitikus neurózistan és pszichoterápia*. Budapest: L'Harmattan.
- HEIDEGGER, M. (2007). *Lét és idő*. Budapest: Osiris.
- KLEVE, H. (2000). *Die Sozialarbeit ohne Eigenschaften. Fragmente einer postmodernen Professions- und Wissenschaftstheorie Sozialer Arbeit*. Freiburg im Breisgau: Lambertus.
- KLEVE, H. – WIRTH, J.V. (2009). *Die Praxis der Sozialarbeitswissenschaft. Eine Einführung*. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- MÖBIUS, T. – FRIEDRICH, S. (szerk.) (2010). *Ressourcenorientiert Arbeiten. Anleitung zu einem gelingenden Praxistransfer im Sozialbereich*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- MÜLLER, B. (2006). *Sozialpädagogisches Können. Ein Lehrbuch zur multiperspektivischen Fallarbeit*. Freiburg im Breisgau: Lambertus.
- ROBERTS, A.R. (2009). *Social Workers' Desk Reference*. Oxford.
- SÁRKÁNY P. (2011). *Szociálpedagógiai elméletek*. Budapest: Jel Kiadó.
- SÁRKÁNY P. (2013). *Theorie und Praxis Sozialer Arbeit. Eine professionstheoretische Auseinandersetzung*. Marburg: Tectum.
- STAUB-BERNASCONI, S. (2007). Dienstleistung oder Menschenrechtsprofession? Zum Selbstverständnis Sozialer Arbeit in Deutschland mit einem Seitenblick auf die internationale Diskussionslandschaft. In: A. Lob-Hüdepohl, W. Lesch (szerk.): *Ethik Sozialer Arbeit: Ein Handbuch* (pp. 20-54). Paderborn, München, Wien, Zürich: Verlag Ferdinand Schöningh.
- SZABÓ L. (2003). *A szociális esetmunka gyakorlata*. Budapest: Wesley János Lelkészképző Főiskola.
- THIERSCH, H. (2005). *Lebensweltorientierte Soziale Arbeit. Aufgaben der Praxis im sozialen Wandel*. München: Weinheim.
- THIERSCH, H. (2006). *Die Erfahrung der Wirklichkeit. Perspektiven einer alltagsorientierten Sozialpädagogik*. München: Weinheim.

* * *

Pintér Judit Nóra, Kassai Szilvia, Rácz József

A tünet mint az élettörténet társszerzője A hanghallás fenomenológiája

Tanulmányunkban azt a célt tűztük ki, hogy a hanghallás élményét, egyes szám első személyű tapasztalatát megértsük és leírjuk. Az auditoros hallucinációk korábban pszichiátriai kórképek diagnosztizálásában töltöttek be szerepet, míg az utóbbi egy-két évtizedben a hanghallás jelenségének diagnózistól független komplex megértése került előtérbe. Ebben fontos szerepet játszott annak felismerése, hogy a normál népességben is előfordul a hanghallás, illetve tünettaniilag több pszichiátriai zavarban is megjelenhet.

Az átfogó kutatáshoz egy kvalitatív pszichológiai módszert, az interpretatív fenomenológiai analízist (IPA) választottunk. A pszichológiai kutatásokban az elmúlt évtizedekben egyre nagyobb teret kapnak a fenomenológián alapuló módszerek, mivel általuk jobban feltárhatók és megérthetőek az amúgy olyan nehezen megragadható pszichés tapasztalatok, mint például a betegség, a fogyatékkal élés tapasztalata, vagy éppen a szerhasználó identitás változása a segítővé válás folyamán. Az IPA értelmező, hermeneutikai módszer, amellyel azt áll módunkban kutatni, ahogyan az emberek megértik saját tapasztalataikat. Így a kutatási kérdés minden esetben nyitott (és nem lezárt), explorációs (és nem magyarázatot célzó), inkább a folyamatra (és nem a végeredményre) fókuszál, valamint a jelentést célozza (és nem az okokat vagy a következményeket). Az IPA céljaira legjobban a mély- és a félig-strukturált interjú alkalmas, amely akkor igazán eredményes, ha az interjúalany „sokat beszél”, és az interjúkészítő keveset.¹ A fenomenológiai alapokon nyugvó módszer különösen alkalmas élmények és tapasztalatok leírására, esetünkben az egyes szám első személyű elbeszélői módra építve, a hanghallók személyes tapasztalatainak elemzésével. A fenomenológiai tradícióból következik, hogy a módszer az én és az élmény, azaz az én és a hangok együttes, egészes értelmezését célozza. Azt igyekeztünk feltárni, hogy az átélő számára hogyan jelennek meg a hangok, milyen jelentést kapcsol hozzájuk, illetve az

¹ A módszer alaposabb bemutatásától most eltekintünk, erről lásd: Rácz et al., 2016.

én és a hang viszonyának változása, története milyen dinamikát és fordulópontokat mutat, mit jelent ebben az esetben a „felépülés”.

A hanghallókkal folytatott vizsgálatokban gyakran találkozunk a hangok értelmezésére, beazonosítására irányuló szándékkal. Mind az eddigi kutatásokban, mind saját vizsgálatunkban a hangoknak különféle státusza, jelentése adódik a hanghalló számára, más-más módokon azonosítják azokat. A hangra így gondolhatnak tünetként, idegen vagy saját „hangos” gondolatként, énrészként, vagy épp nem az én részeként, spirituális entitásként, valamint külső vagy sajátos értelemben „belső” személyként, aki lehet idegen, imaginárius (képzeletbeli), de van, aki ismerősének, rokonának felelteti meg. Fontos látni azt is, hogy a hanghoz való viszony korántsem statikus, hanem nagyon is dinamikus. Jelen kutatás során a hang és az én kapcsolatát, annak változását, a hanghallás tapasztalatának való jelentésadást a hangokkal való együttélés tanulási folyamatát és identitásba integrálását az IPA-kutatás keretén belül felvett egy interjú alapján, fenomenológiai keretben vizsgáljuk, Tengelyi, Heidegger, Ricoeur és MacIntyre nyomán. A következőkben tehát egy fenomenológiai szempontú esetelemzés következik interjúalanyunk, „Veronika” betegség- és élettörténete alapján.

Értelemképződés és értelemrögzítés az élettörténetben

Az élettörténet fenomenológiájával, identitáshoz való viszonyával számos filozófus foglalkozik, megpróbálva számot adni arról, hogyan áll össze az egyéni életút, miként ad a szubjektum értelmet a vele történt eseményeknek. Továbbá, az értelemadás hogyan hat vissza az egyén személyes identitására, arra, ahogyan magáról és múltjáról gondolkodik. Már Husserl is megfogalmazta, hogy „az *ego* [...] önmaga számára a »történet« egységében konstituálódik” (Husserl, 1931 [2000, 90]). Az első fontos kérdés ezzel kapcsolatban az, hogy a *megélt* életvalóságot vagy az életünkről *elbeszélt* történetet értjük az életünk történetén. A következő pedig, hogy bár különféle történetek szerzőségét magunknak tudhatjuk, de saját élettörténetünk egészének lehetünk-e ugyanúgy szerzői? Illetve hogyan lehetséges az, hogy „egyetlen élettörténet több hiteles elbeszélés tárgya” is lehet, ahogy Tengelyi László (1998, 19-20.) felveti. A skót filozófus, Alasdair MacIntyre fontos meglátása, hogy élettörténetünk jelentését, értelmét illetően a kizárólagos szerzőség nem illethet meg minket, hiszen számos egyéb faktor is alakítja életünket, de annak *társszerzői* („co-authors”) mindenképpen mi vagyunk (MacIntyre, 1981).

Kérdés tehát, hogy mi a megélt élettörténet és az elbeszélt történetmondás kapcsolata. Ricoeur megfogalmazásában az élettörténet „meseszövés és eleven tapasztalat

bomlékony elegye” (Ricoeur, 1990, 191.), amennyiben a történetmondás „szerkezeti alkotóelemeit alkalmazzuk az életvalóságra” (Tengelyi, 1998, 21). Ricoeur narratív identitás koncepciójában megkülönbözteti egymástól a dologi azonosságot (*memeté*, identitás) és az önazonosságot (*ipséité*, ipszeitás). Az elmélet szerint az önazonosság az élettörténet egységében áll, amely ugyanolyan jellegű, mint a történetek egysége, innen a *narratív identitás*, avagy *elbeszélt azonosság* kifejezés (Ricoeur, 1999). Az élettörténet egysége megengedi a változást, a mássá válást is, hiszen az elbeszélt élettörténet képes egységbe foglalni az életünk során történt változásokat. Amennyiben a történetet magát tesszük meg a személyes azonosság hordozójának, az garantálni látszik, hogy az ember önmaga marad anélkül, hogy ugyanaz vagy ugyanolyan maradna. Ugyanakkor, állapítja meg Tengelyi, kétséges, hogy önazonosságunk pusztán elbeszélő tevékenységünk terméke volna, és magát Ricoeurt idézi, aki úgy fogalmaz, hogy elbeszélt azonosságunkat „*felfedezni* igyekszünk” (Ricoeur, 1991, 20-33., idézi Tengelyi, 1998, 21).

A dilemma tehát továbbra is az, hogy életünkről szőtt elbeszéléseinkre tekinthetünk-e úgy, mint amelyek „életünk eseményeinek értelmet adnak”? (Tengelyi, 1998, 23.) Ricoeur a pszichoanalitikus terápiát is úgy jellemzi, aminek során élettörténetünk megelőző elbeszéléseit „újabb és újabb helyesbítés révén” alakítjuk. (Ricoeur, 1983-85, 356, idézi Tengelyi, 1998, 26.) Nem csupán a terápia, de válsághelyzetek, vagy – Tengelyi kifejezésével élve – az életünket alapjaiban felforgató *sorseseemények* is arra kényszerítenek minket, hogy újfogalmazzuk az életünket oly módon, hogy integrálhatóvá váljanak bennük traumáink és azok utóélete, illetve addigi élettörténetünknek a traumák által átírt jelentései. Tehát a sorseseemények nyomán, amelyeken olyan történéseket értünk, „amelyek hatására az önazonosság mint az élettörténet foglalata meghasad és felnyílik” (43), olyan értelmek képződnek, amelyek előre és visszafelé is új értelmek rögzítését, jelentések keresését teszik szükségessé.

Tengelyi szerint tehát fontos megkülönböztetni egymástól az *értelemképződést* és az *értelemadást* vagy *-rögzítést*. Az élettörténet a maga sorseseeményeivel, fordulópontjaival, életvalóságával így az értelemképződés színtere, amely önmagában sokszor kezdeményszerű, „ingatag és határozatlan értelemalakzatokat” foglal magába – Merleau-Ponty megfogalmazásában olyan *vad* értelmeket (Merleau-Ponty, 1964 [2007]), amelyeket megszelídíteni, szimbolizálni, analizálni: rögzíteni kell. A történetbe-foglalás pedig a rögzítés aktusa. A rögzítés azonban soha nem végleges, hiszen új életesemények, tapasztalatok, traumák vagy akár a terápia megkérdőjelezheti addigi értelmezéseinket, és újabb és újabb értelmeket rögzíthetünk.

Értelemképződés és -rögzítés a hanghallás tapasztalatában

A következőkben azt a változást fogjuk nyomon követni a felnőttként „hanghallás” diagnózisát kapott interjúalanyunk, Veronika beszámolóján keresztül, amely az élettörténete során az első tünetek jelentkezésétől, a hang megjelenésén át a hang integrálásáig, az élettörténet egészének a kontextusában való megértésig, az állapottal való sikeres megküzdésig tart. Ebben a folyamatban arra leszünk kíváncsiak, hogyan válik a hanghallás sorseseménnyé, hogyan társít értelmet a hanghalló saját tapasztalataihoz, és ez hogyan vezet lassacskán az életút pozitív változásához, az identitás újjászerveződéséhez, ennek folyamán, ezt támogatva passzív énmegélése aktívvá, ágencia (hatóerő)-érvessé transzformálódásához.

Az előjelek: a hanghallás előtti időszak

Nyolcadik osztályban már volt egy kis változás, addig minden rendben volt, akkor kerültem kórházba. És őö, közel kilenc, talán tíz hónapot is kórházban töltöttem, kisebb megszakítások voltak [...] aztán visszakérültem hónapokra, és őö, már akkor az megviselt, ott már érzékeltem, a környezet is, meg én is, hogy **valami nincs rendben**, de a komolyabb probléma, az középiskola elsőben volt.

Kimerültem, megviselt az iskolaváltás, a biztonságos régi környezet, ahol én nagyon szerettem lenni, [...] ez lecserélődött tulajdonképpen egy másik iskolára, ahol még nagyon új voltam, nagyon új. Idegen emberek vettek körül, ismeretlen elvárásoknak kellett megfelelni, plusz a sport, plusz anyunak a betegsége. Illetve, akkor már nagyon sok volt a családi veszekedés, konfliktus. És akkor volt egy ilyen gyógyszer-túladagolásom [...], akkor őö egy olyan nap volt, amikor **tulajdonképpen nem öngyilkossági kísérlet volt**, és nem is volt céloom három napot aludni a gyógszertől. Azt gondoltam, **beveszek néhány szemet, akkor másnap reggel elalszok, nehéz lesz fölkelni, megsajnálak**, hogy álmos vagyok, és otthon maradhatok

Veronika az egzisztenciáját leginkább érintő eseményekről úgy beszél, mint amelyek csupán (meg)történtek vele, nem is lenne köze hozzájuk, csupán passzív elszenvedője azoknak. Megfogalmazásaiból azt láthatjuk, hogy e korai élményeiről beszélve hiányzik az én-megéléseből az ágencia érzete: „volt egy kis változás”, „volt egy gyógszertúladagolásom”, „megsajnálak”. A gyógszertúladagolás volt az első olyan tényező, ami miatt szakembert, illetve kórházi kezelést javasoltak.

Gyerekosztályra vettek föl, a pszichiátriára vettek fel, és a **zárójelentésben nem szerepelt semmilyen diagnózis** [...]. Kimerültem, abbahagytam a sportot, a kimerültség elmúlt, emellett volt egy nyomasztó érzésem, ugyanez az érzésem volt később, amikor depressziót diagnosztizáltak. [...] És őö, az otthoni légkör miatt javasolták, hogy menjek el kollégiumba... És ez valóban egy segítség volt, mert megszabadultam az otthoni konfliktusoktól, vitáktól, balhéktól. És körülbelül fél év alatt elmúlt ez a... hát ilyen nagyon **nyomasztó hangulatú állapot**. [...] Tehát ebből tulajdonképpen ez volt a felépülés, ez volt az első jele annak, hogy én nem vagyok teljesen jól...

Húsz éves koromban kb. fél évig tartott egy ilyen [...] **szintén ilyen rosszabb állapot volt talán azt**

lehet mondani hangulati szempontból. Megint valamilyen változás volt, főiskolás lettem, csak egy héten egy-két napot jártam be, levelezős voltam. Megint kellett egy idő, hogy megszokjam, hogy most valami egészen más dologgal foglalkozok, megint probléma volt, hogy nincs hova kötődöm, nincs egy olyan hely, ahova tartozom, mint a középiskola.

És ő, az alvászavar viszont 19 éves koromtól szinte a mind a mai napig jelen van. [...] Általában valamilyen probléma, nehézség, konfliktus váltja ki. [...] És ő, most már azért nincs gond, mert egy ideje már szedek gyógyszert, és ilyenkor van egy fix gyógyszerem. [...] körülbelül öt-hat évig szenvedtem az alvással, amikor elmentem egy orvoshoz, aki megállapította, hogy **kevert szorongásos-depressziós zavart.** Bár hangulati problémám nem volt... valóban társas helyzetekben előjött egy szorongás, otthon sosem, mindig társaságban, új munkahelyen, iskolában, amíg új voltam, és amikor megszokok egy ilyen környezetet, akkor ez elmúlik.

Megjelenik az első diagnózis – a depresszió – és ennek gyógyszeres kezelése, majd pedig – ettől elkülönült megfogalmazásban – az alvászavar és ennek szintén gyógyszeres kezelése. Továbbra is azt láthatjuk, hogy Veronika sokkal inkább passzív elszenvedője annak, ami vele történik: „valahogy ebbe is beleszoktam”, „az alvászavar jelen van”, „előjött a szorongás”.

Ezt a diagnózist adta, és erre adott gyógyszert, amit körülbelül három hétig szedtem, utána föladtam, mert nagyon letompított. Szerinte [az orvos szerint] a gyógyszer mindent meg fog oldani. Kérdeztem, hogy a gyógyszert meddig szeretné szedtetni velem, és azt mondta, hogy élethosszig. Ez a hozzáállása sem tetszett az orvosnak. Ezért nem is mentem vissza gyógyszer-cserére, [...] pszichológust viszont [...] olyat nem találtam, aki ingyenes, viszont fizetni már nem tudtam volna. És ő, akkor ez a **probléma megoldatlanul maradt,** [...] illetve egy másik probléma is elindult, **húsz éves koromtól már naponta füveztem.** [...] Azzal próbáltam valamilyen **módon elnyomni ezeket a tüneteket, problémákat, akár az idegességet, a szorongást, az alvási problémát,** javította az étvágyamat. De egy idő után már ezeket sem oldotta meg, és már csak azért szívtam évek után a füvet, mert ha nem szívtam, akkor nagyon hiányzott, ha szívtam, akkor kicsit hiányzott.

Ha elszívtam, akkor tudtam enni, és akkor már nagyon vékony voltam, körülbelül 10 kilóval voltam kevesebb, mint most, és nekem ez egy ilyen nagyon nagy segítség volt, [...] **nem tudtam egy olyan napot vagy egy olyan döntést hozni, hogy én innentől fogva ebből kiszállok.** Illetve amikor próbáltam, akkor együtt próbáltuk a párommal. Hol én, hol ő föladtuk, hol együtt megbeszéltük, hogy ez eddig tartott, és akkor is inkább a költségét, tehát a kiadások miatt szerettük volna ezt abbahagyni.

A fenti idézetekben továbbra is a saját sorsáért viselt felelősség és a döntések nem felvállalása jelenik meg: „föladtam, mert nagyon letompított”, „a probléma megoldatlanul maradt”, „nem tudtam [...] egy olyan döntést hozni, hogy én innentől fogva ebből kiszállok”. Ugyanakkor most már az is megjelenik, hogy nem elégedett az orvos hozzáállásával, és más megoldást keres, ami a füvezés lesz. A füvezés öngyógyító, öngyógyszerező hatását látjuk. A „megoldatlan problémához” és az alvászavarhoz már az idegesség és a szorongás is társul, valamint a romló étvágy.

A hanghallás kialakulása: értelemképződés

Eltelt egy körülbelül öt-hat év, és utána már főiskolás voltam, [...] a szakdolgozat volt az egyetlen, ami hátra volt. [...] De nem adtam le, eltelt két év [...]. Fölhívtam [a konzulensem], hogy érdeklődjek ezzel kapcsolatban, és ott volt egy konfliktus, kialakult közöttünk, letettem a telefont, és **ott volt egy emlékezetkiesésem**, amit már rögtön éreztem, hogy a beszélgetés eleje megvan, a vége nincs meg, csak a legutolsó mondat, és valami ott kiesett. [...] Amikor letettük, nyolc percet, megnéztem a telefont, ennyit beszélünk, körülbelül két perc esett ki. És azt gondoltam, hogy valószínűleg valami nagyon sokkoló volt, amit mondott, azért esett ki. A doktornő azt mondta, hogy valószínűleg disszociatív amnéziám volt. Valóban volt egy konfliktus, a tanárnő azt mondta, hogy elege van belőlem, és zaklatom őt, hogyhogy fölhívom két évvel a dolgozat leadását követően, [...] miért nem adtam le, és miért őt hívom, miért nem a tanulmányi osztályt. [...] Emlegetett eseményeket negyedikből, egy vizsgánál látta, hogy csalog, puskázok, tudta, hogy összedolgoztunk, többen írtunk szak... házidolgozatot, egymásról másoltunk. [...] És egyszer csak azt mondta, hogy betelt neki a pohár. És ő, a **tanárnő jelenlétében**, [...] **mindig fokozott volt a szorongásom**, tehát önmagában az, hogy énnekem föl kellett őt hívnom, ez is egy erős szorongást váltott ki, és utána egy ilyen konfliktushelyzet kialakult, tehát ő **piócának nevezett**, erre még emlékeztem, és ezért bocsánatot is kért két héttel később. Abszolút fel volt háborodva, valamit mondott, kiesett, nem emlékeztem. [...] Bementünk az iskolába, és megkérdezte, hogy mindenre emlékszek-e a telefonbeszélgetésünkből, mondtam, hogy nem, [...] egyre érthetlenebb volt ez az egész. [...]

És ő, a probléma napokkal később kezdődött, jöttek vissza emlékek, és én azt gondoltam sokáig, hogy ezek valós emlékek, és ezek közül sok olyan volt, amiről racionálisan még el is tudtam képzelni, hogy ez elhangzott. És utána jöttek egyre furcsább emlékek, amik egyre elképzelhetlenebbek voltak, hogy ilyen elhangzott, és szerintem valahol itt kezdődött ez a hanghallásos betegség, vagy nem is tudom mi a jó szó erre. És nem nagyon tudom, hogy itt mi történhetett, hogy az amnéziából visszajött egy emlék, ami nem valós, nem tudom, hogy elvben ilyen is létezhet, vagy ez ilyen pszichotikus tünet, olyanra emlékeztem, ami nincs. Bár a **doktornő szerint ez csak egy amnézia volt ott, ez nem függött össze semmilyen pszichotikus egyéb problémával nálam**.

Nem tudtam eldönteni, hogy az emlékezetem csal, vagy valóban elhangzottak ilyenek, egy biztos, hogy volt egy barátnőm, aki akkor pszichológushallgató volt, utolsó éves, és ő azt mondta, hogy biztos, hogy ez nem sokkhatás, ő rögtön a skizofréniát mondta. [...] Több ilyen emlékről kiderült, hogy az valódi, tehát tényleg elhangzott, bebizonyosodott. És viszont rengeteg olyan van, emlékem, ami viszont több mint valószínű, hogy ilyen nem hangzott el. Összezavarodtam, és megijedtem az emlékektől amiatt is, hogy a barátnőm azt mondta, hogy szerinte ez skizofrénia. Egyre idegesebb voltam, és egyre kevésbé értettem, és megpróbáltam felhívni a tanárnőt, hogy tisztázzam, hogy mi történt ott a telefonban. [...] Fölhívtam, és harmincegy percet beszélünk, de abból csak körülbelül négy-öt mondatot tudtam felidézni. A két telefonhívás között viszont nem volt emlékezetkiesés, viszont előtte sem korábban. [...] És értetlenül álltam a telefon előtt, hogy miért jelez ilyen hosszú beszélgetést, itt mi történt, és megint jöttek ilyen friss emlékek, többek között egy ilyen emlék volt, nem tudom ez első vagy második beszélgetésből, hogy **ha abbahagyom a füvezést, szellemet fogok látni**.

És akkor így elkezdtem így gondolkodni, hogy ilyen létezik? [...] Akkor már egyre furcsább dolgokban kezdtem hinni, [...] ültem és vártam, hogy mikor jelenik meg szellem. [...] Akkor már

rendszeresen voltak rohamaim, és nem tudtam elszívni a füves cigiket, mert azonnal [pánik]rohamot provokált. [...] És ott **abbahagytam a füvezést**, mert egyszerűen nem ment, két ilyen rohamom volt cigitől, és a harmadikat nem merem elszívni. [...] Réálmom volt, és utána rémnappalom. [...] Már féltem emberek közé menni, illetve egy idő után már nem merem tévét nézni, mert meghallottam a szót, hogy skizofrénia, vagy a szellem, akármelyiket, nekem rögtön pánikrohamom volt. [...] Nem merem interneten utánanézni, szakembert se kerestem föl. **És nem tudtam eldönteni, hogy beteg vagyok, vagy ez megtörténik, de nekem akkor a valószínűbbnek az tűnt, hogy itt valamit csinál a tanárnő.** [...] Körülbelül két évig éltem ezzel a hanghallással, mielőtt orvoshoz kerültem.

A hangok először nem hangokként jelennek meg Veronika számára, hanem emlékként. A meglehetősen részletes leírásban két telefonbeszélgetésről van szó. A telefonbeszélgetésekhez kapcsolódó vissza-visszatérő, „disszociatív” emlékekről derül ki, hogy azok nem valóságos emlékek. Az a gondolat is kapcsolódik ehhez az időszakhoz, hogy szellemeket fog látni. Megjelenik a rettegés: „réálmom volt, és utána rémnappalom”. Veronika nem tudta eldönteni, hogy az „emlékei” valóságosak vagy sem, illetve van-e rájuk magyarázat, vagy téveszmék. Fontos, hogy ezt is az interjúkészítés idején fogalmazza meg így; könnyen lehet, hogy a „téveszme” szót annak idején még nem használta. Ezek a „nem valóságos emlékek”, amit a „tanárnő csinált velem” (nem a valóságban) váltak azután hangokká.

Két évig élt a hangokkal, mielőtt orvoshoz fordult volna. Az elbeszélésből nem derül ki pontosan, hogy ez alatt a két év alatt már végig hangokat hallott, vagy az előző „nem emlék” (de nem is hang) stádium meddig tarthatott. A rettegés utalhat mindkét lehetőségre. A fenti interjúrészletben továbbra is megjelenik a passzivitás és az ágencia, illetve a felelősségérzet hiánya: „körülbelül két évig éltem ezzel a hanghallással, mielőtt orvoshoz kerültem” – mind abban, hogy két évig várt, mind a megfogalmazásban: „orvoshoz kerültem”. Illetve a passzivitás mellett, a hangok kialakulásának origójában megjelenik a büntudat és a szorongás annak értelmezésében, hogy a tanárnő miért „mondhatta” azokat a dolgokat, amikről később kérdésessé vált, hogy tényleg mondta-e: „csalok, puskázok, tudta, hogy összedolgoztunk, többen írtunk szak... házidolgozatot, egymásról másoltunk... És egyszer csak azt mondta, hogy betelt neki a pohár..., ez is egy erős szorongást váltott ki, és utána egy ilyen konfliktushelyzet kialakult, tehát ő piócának nevezett”. Tehát mintha Veronika a saját büntudatát a tanárnő személyén keresztül élte volna meg, amit a következő megjegyzés is alátámaszt: „És nem tudtam eldönteni, hogy beteg vagyok, vagy ez megtörténik, de nekem akkor a valószínűbbnek az tűnt, hogy itt valamit csinál a tanárnő”. Értelmezésünkben tehát Veronika saját énjének egy részét „idegenként”, egy rajta kívül álló személyen keresztül élte meg, a tanárnő hangjában keveredik saját lelkiismereti hangja, önostorozó, büntető-büntudatot keltő felettes énje, amelybe a társadalom hangja is belevegyül

a füvezés tiltásával. A füvezésről való leszokás, amit régóta sikertelenül próbál, a hang keltette szorongás miatt azonnal megtörténik: „egy ilyen emlék volt, nem tudom ez első vagy második beszélgetésből, hogy ha abbahagyom a füvezést, szellemet fogok látni”, majd ennek hatására: „nem tudtam elszívni a füves cigiket, mert azonnal rohamot provokált”.

– Körülbelül két és fél évig nem látott [...] semmilyen szakember, nem foglalkozott velem. Viszont a hanghallással fél év alatt eljutottam arra a szintre, már a rettegés már egy ilyen erős szorongássá csökkent. És újra mertem emberek közé menni. Mertem kimozdulni, és úgy éreztem, hogy így már tudok dolgozni, hogy ki tudok lépni otthonról, illetve elmúltak a pánikrohamok, és akkor már fél éve nem füveztem.

– *Tehát akkor a hanghallás az segített? Vagy csökkentette a szorongást?*

– Tulajdonképpen a hanghallás... igen, a hang mindig győzködött, hogy ez nem betegség, de ha betegség, az sem probléma, mert a betegség kritériuma, hogy én ettől szenvedek, és nehezebben teljesítek. És márpedig a hang meg fogja nekem mutatni, hogy lehet ezzel élni, és teljesíteni, mintha nem lenne. [...] És nem fog látszódni rajtam, mert megtanítja a hang, nekem ezt ígérte, hogy úgy működjek ezzel a hanghallással a világban, hogy ez ne legyen észrevehető, és csak én tudjam...

Ez az idézet továbbra sem világítja meg, hogy a hangok előtti „nem emlékek” mikor alakultak át hangokká. Úgy tűnik, hogy amikor már definitíve hanghallásról beszél Veronika, az már csökkentette a rettegését. Itt már valóban hangokról lehetett szó, mert Veronika – a későbbi terápia során megszerzett tudásával – hanghallásról beszél. Egy olyan kifejezést használ, amit annak idején nem valószínű, hogy ismert volna. Továbbá maga a hang az, aki arról „győzködi” Veronikát, hogy ez nem betegség, a rettegés szorongássá csökken, azonban Veronika továbbra sem, már fél éve nem füvezik. A hanghoz való viszony tehát már elkezdett formálódni: nem a rettegés tárgya, hanem egy noszogató hang, aki egyszerre szül még szorongást, de közben próbálja meggyőzni arról is, hogy nem szükséges szorongania miatta.

Nem tudtam eldönteni, hogy betegség, vagy a tanárnő beszél hozzám gondolatátvitel útján. De a hang azt mondta, hogy ő az Ildikó, és azért van, hogy segítsen, és ennek egy drasztikus módját fogja választani, és egészen addig kommunikál, amíg úgy fogja érezni, hogy én segítségre szorulok. És a kommunikáció az valóban segítségnyújtás volt, vagy legalábbis azt gondoltam, hogy ennek valamilyen drasztikus formája. Mert nagyon ösztönzött. **Nem mertem kimenni, erre a hang beszélt, hogy apránként, kis lépésekben menjek emberek közé.**

Fél évig rettegtem, nagyon depressziós voltam, legalábbis szerintem. Nem keltem fel az ágyból, [...] hónapokig nem takarítottam, és a párom sem. Így körülbelül életem legnagyobb nagy-takarításába kezdtem... És mindig a hang nyúzott, hogy csináljam, csináljam. És elkezdtem árulni azt a házat... És azt találta ki a hang, illetve én, vagy így együtt, hogy el kellene adni a lakást, kifizetni a hitelt, [...] közben a párkapcsolat is kezdett széthullani. És gondolkodtam én is, hogy én is szeretnék kilépni. [...] Körülbelül két és fél év után eldőlt, hogy [...] ez egy tünet. Az egy másik kérdés, hogy ez vajon minek a tünete, ez egy nyitottabb kérdés, de legalább ez a része eldőlt bennem.

Ebben az időszakban már kommunikál az Ildikónak nevezett hanggal, akinek a hatására az eddigi passzivitásából ki tud szakadni, és a beszámolójában tendenciózusan megjelenik az ágencia, a hatóerő érzete: nagytakarításba kezd, megjelennek a saját vágyak: szeretne kilépni a kapcsolatából. Minderre a hang ösztönzi: „ő az Ildikó, és azért van, hogy segítsen, és ennek egy drasztikus módját fogja választani, [...] mindig a hang nyúzott, hogy csináljam, csináljam”. A hang itt már egy „drasztikus” segítőként jelenik meg, aki felrázza Veronikát a passzivitásból. Közben Veronika elkezd tünetként tekinteni a hangra, bár még „kérdés” számára, hogy minek a tünete. A „tünetként” való meghatározás (tehát ez egy betegség) csökkenti a szorongását, még akkor is, ha nem tudja, minek a tünete.

Amikor hazajöttem [Angliából], akkor volt talán a legmélyebb pont depresszió szempontjából. [...] **Túladagoltam a gyógyszert.** [...] Ez szándékos volt, és utána taxit hívtam, és bementem a dél-pesti kórházba, és kértem, hogy vegyenek fel, mert nem vagyok jól. Viszont a hanghallásomról nem beszéltem. És azt mondták, hogy ez csak egy kevert szorongásos depresszió, és elég napi egy Rivotril.

Hónapokig tartott mire valahogy sikerült összeszednem annyira magam, hogy lászon egy darab orvos. Aki azt mondta, hogy súlyos depresszióm van, és már kezelni kellett volna a depressziót is. [...] Akkor először kaptam antipszichotikumot.

A hanghallás jelentésképzése (értelemrögzítése)

A T. Kórházba kerültem be, és ott változott meg minden. [...] Több embert láttam, akinek volt hasonló hanghallása. [...] És egy érdekességnek tartották, és nem a beteget látták, hanem azon csodálkoztak, hogy hát itt a hanghallás, de hogyhogyan jól vagyok. [...] Talán az antipszichotikumnak is volt valami ilyen hatása, ebben nem vagyok biztos. Viszont, biztos, a hanghallásra nem hatott ez a gyógyszer. [...] És én a T. Kórházból már úgy kerültem ki, hogy egyértelmű volt számomra, hogy ez egy tünet. [...] **Találkoztam olyan emberekkel, akiknek hasonló tünete volt, és ők betegnek vallották magukat... valahogy ezzel azonosítani tudtam magam. Illetve az, hogy ezt ilyen pozitívan fogadták a körülöttem élők,** és már egyre reálisabb képem volt a betegségről. Nem volt olyan rémisztő, ijesztő, mint amit valaha gondoltam.

Megszűnt az az érzés, hogy lehet, hogy valaki figyel, és beszél hozzám, és hatalma van a testem fölött, a kezem-lábam, gondolataimat látja. Tehát megszűnt ez a fajta rettegés. Jött helyette egy másik, hogy ez egy betegség. Viszont akkor már annyira nem volt rémisztő ez a betegség, mert akkor már reálisabban láttam.

A doktornőtől most nem tudtam kérni papírt, hogy skizofrénia, ahhoz, hogy adókedvezményt kapjak, mert azt mondja, hogy ez nem az (nem skizofrénia). Nem, nem teljesítem, mert **nem vagyok pszichotikus, nincsenek téveszmém,** tehát sehogy sem stimmel ez, ez valami más...

A hangokkal kapcsolatos fordulatot, tulajdonképpen a „hanghallás” megfogalmazását a T. Kórházban érte el Veronika, amikor olyan betegekkel találkozott, akiknek hasonló tünetei voltak. A betegség egyértelmű meghatározása csökkentette a szorongást.

Ahogy egyre pozitívabb kapcsolata alakult ki a T. Kórház betegeivel, úgy érezte jobban magát – a hanghoz való hozzáállása is tovább alakul. Már nem idegen, külső hatalomként tekint rá, aki irányítja, és aki felett nincsen befolyása: „igen, megszűnt az az érzés, hogy lehet, hogy valaki figyel, és beszél hozzám, és hatalma van a testem fölött, a kezem-lábam, gondolataimat látja”. Azzal tehát, hogy nem egy külső, befolyásoló hatalomként tekint rá, megkezdődik az énbe való integráció folyamata.

Együttélés a hanghallással: a hanghallás integrálása a személyiségbe

Másfél éve nem szedek antipszichotikumot. Viszont történt egy nagyon, nagyon nagy változás a hanghallásban. A szinte **egész napos hanghallás elkezdett csökkenni**, és ezt a pszichológushoz járásnak tulajdonítom. Mert ő azt mondta, hogy szerinte ez valamilyen lelki eredetű dolog, ezt valamilyen trauma kiváltotta, és én a hangot, mint egy segítőt használom. Egy olyan élethelyzetben alakult ki, amikor nagyon kellett volna segítség, de akárkihez fordultam, barátnőm, akivel nagyon jóban voltam lerázott, mert bolond vagyok, az anyám nem hitte el, nem akart meghallgatni, apu abszolút nem volt olyan helyzetben. A párom nem akart [...] Magamra maradtam ezzel a betegséggel, meg azzal, hogy nem tudok dolgozni, és nincs pénzem, és jönnek a számlák, el vagyok mindennel maradva, és el fogom veszíteni a lakást, hogyha nem adom el, vagy valami... valami csoda nem történik. És akkor jelent meg a hang, és...

– *A hang volt a csoda...*

– Azt mondták, hogy **valószínűleg létrehoztam a hangot mint segítőt**, mert valakihez kellett, valamibe kellett kapaszkodni. [...] És evvel a terápiával elkezdünk feldolgozni traumatikus eseményeket, családi problémákat, és úgy éreztem, hogy van egy ilyen kapaszkodóm, egy ilyen segítség, amire vágytam már sok éve, és a hang egyszer csak elkezdett egyre kevesebbet beszélni. És már a végén talán az tartotta fent a hanghallást, hogy **mindig a hanghoz fordultam, megszoktam, hogy ott van, és mindig meg lehet kérdezni. És vagy segít, vagy nem, de egy lehetőség.** És akkor már úgy éreztem, hogy nem akarom, inkább valaki más segítsen, aki nem így beszél hozzám. ... És maradt egy alkalmi hanghallás, bármikor, nincs olyan pillanat szerintem, hogy ha én föltennék egy kérdést, ne kapnék valamilyen választ, viszont kérdés nélkül viszonylag keveset beszél, egy héten talán két-három alkalommal, talán négy-öt mondatot. [...] Szerintem az igazi áttörés pedig itt történt meg, az [Ébredések] Alapítványban, amikor eljöttem erre a csoportra. Mert itt valami egészen más módon értelmezték ezt a hangot, mint ami jellemző volt egyébként, vagy amit tapasztaltam az orvosok körében. [...] Illetve, hogy itt nem betegségben gondolkoznak, hanem **gondok okozta megváltozott... átmenetileg megváltozott állapot.**

Újabb fordulat: a pszichoterápia (pszichológushoz járás) előkészítette a hanghallók csoportjában megélt tapasztalatot, ami tovább alakította a hangokhoz fűződő viszonyát. Drasztikus segítőtől, teljesen pozitívvá vált Veronika hanghoz való viszonya, sőt, megmentő szerepben látja, „csodaként” említi, akibe lehet kapaszkodni. Majd ez a kitüntetett szerep is kezd normalizálódni, amivel kapcsolatosan tovább szelídül a hang jelenléte/élménye: sokkal ritkábban jelentkezik, illetve egy lehetőséggé válik: „mindig a hanghoz fordultam, megszoktam, hogy ott van és mindig meg lehet kérdezni. És vagy segít,

vagy nem, de egy lehetőség”. A csoportban pedig a hang „ontológiai státuszával”, (azaz, hogy mi is a hang) kapcsolatban is változás történik: a tapasztalat, amit Veronika átél nem egy betegség tünete, hanem egy „átmenetileg megváltozott állapot” eredménye.

És itt a hanghalló csoporton pedig egyre közelebb kerülök ahhoz, hogy ez vajon miből alakult. [...] Itt inkább az a magyarázat, hogy miből alakult ki, ez a része itt kezdett összeállni. [...] Volt több problémám, rettegtem, párkapcsolati, anyagi problémák is voltak, és **senki nem volt ott, aki azt mondja, hogy itt jobbra vagy balra menjek.** [...] Mert akitől kértem segítséget, az nem, meg sem hallgatott gyakorlatilag.

Veronika már azon gondolkodik, hogy milyen szerepe lehet a hangnak, mi válthatta ki, illetve milyen szerepben tudja a hangot elfogadni. Kezdi koherensebb összefüggésben látni saját tapasztalatát, hogy túl sokáig kívülről, mástól várta a segítséget, a megoldást a problémáira: „senki nem volt ott, aki azt mondja, hogy itt jobbra vagy balra menjek”, és ekkor jelent meg a hang, aki konkrétan megmondta neki, hogy mit csináljon.

Az első lépéseket a hangnak köszönhetően tettem meg, ő rángatott ki az ágyból, ő vett rá, hogy takarítsak ki, adjam el a lakást, ő indított el a fekvő, és semerre nem haladó állapotból egy valamilyen szinten funkcionáló állapotba.

Önkéntesként dolgoztam az Alapítványnál itt a családsegítő közösségi házban. [...] Amit tapasztalok a munkahelyemen, hogy elfogadnak, szeretnek, teljesítek, meg nagyon sok pozitív visszajelzést kaptam innen, [...] nekem ez segít inkább [...]. Ez a betegségtudat, ami korábban nyomasztó volt, az, talán az megszűnt. [...] A hanghallás terén én már... hát én azt gondolom, hogy már amit ebből ki lehet hozni, szerintem mindent kihoztam. Még szorongás, depresszió, függőség terén azt gondolom, hogy van tennivaló, bár azt nem mondanám, hogy nagyon komoly lenne a helyzet. Hangulatjavítót mai napig szedek, fokozatosan csökkentjük, egy nagyon kis adagot kapok. [...] Nagyon közel vagyok ahhoz, hogy gyógyszert sem szedek.

Fontos kiemelni, hogy a „felépülés” folyamatában nagy szerepe volt a külső segítségnek. A pszichoterápia, a csoportterápia, majd az Alapítványnál a betegtársak belépésével együtt a hanghallás is kezd visszaszorulni. Az elfogadó környezetben Veronika kívülről is elkezd megkapni a támogatást: valódi külső segítséget kap, illetve ő maga is nyitottá válik a külső segítség elfogadására.

Vizsgálatunk fontos tapasztalata, hogy a hanghallás észlelése több esetben egy megszakításokkal szabdaltszerű folyamat eredményeként jön létre: a hanghallás élményére sokszor jellemző, hogy a hanghallók többféle észlelet közül kezdik egyszer csak azonosítani a hangokat. Ekkor kezdik megérteni, hogy ami velük történik, ami a „fejükben” zajlik, azok hangok, és ők hallják ezeket a hangokat. Tehát a különböző érzetek hangként történő azonosítása szükséges a hanghallás kialakulásához. Néha még ezt az „érzetet” sem magukban (a „fejükben”) észlelték, hanem külső forrást jelöltek meg eredőjükül.

Láthattuk, hogy a hangok meghallása – hangként történő identifikációja – bizonyos megnyugvást jelentett Veronikának. A hangokkal kapcsolatban is megjelent – de főleg a

hangokat megelőző „még-nem-hangokkal” –, hogy ez az én része vagy sem. Egyrészt a hanghallást megelőző „érzetek” természete és azok „átalakulása”, hangként való identifikációja érdekelt bennünket, továbbá az egész folyamatban a hanghoz való viszony és a hangnak tulajdonított státusz összefüggése és együtt változása. Az élmények kialakulásának és a tapasztalatok értelmezésének a fenomenológiai hagyományban megvannak a saját magyarázóelvei. A továbbiakban Tengelyi (1998), Heidegger (1927) és MacIntyre (1999) nyomán elemezzük a hanghallás (ki)alakulásának és különböző fázisainak tapasztalatát, illetve az értelemadás, értelemképződés és -rögzítés folyamatát.

Sorsesemény, hívás és értelemrögzítés

Tágabb fenomenológiai és egzisztencialista filozófiai horizonton válik értelmezhetővé az a folyamat, ami Veronika beszámolójában kirajzolódik. A hang először az emlék-fantázia-hallucináció-szorongás határán imbolygó, beazonosíthatatlan státuszú „vad értelem”, ingatag tapasztalatkezdemény, amit büntudat, bűnösség-érzés („csaltam, puskáztam”) és szorongás kísér, hatalmas rettegést szülve. Ezzel együtt azonnal változást iktat be Veronika életébe az élmény: leáll a füvezésről, amit évek óta tervez, de képtelen volt rá eddig. A következő fázisban Veronika rettegése csökken, a szorongás viszont megmarad, azonban maga a hang győzködi őt arról, hogy nem kell szorongania. Az ezt követő állomáson Veronika „drasztikus segítőnek” éli meg a hangot, ami noszogatja, kirángatja az ágyból, ezzel párhuzamosan elkezd a hangra már, mint „tünetre” tekinteni. Majd „csodaként, kapaszkodóként” referál rá, egy „átmenetileg megváltozott állapot” részeként, végül pedig olyan „lehetőségként”, amelyhez lehet fordulni, meg lehet azt kérdezni, de magától már csak ritkán jön elő. Végül elérkezünk a hanghalláshoz való viszony utolsó fázisához: a hang és a hanghallás integrálásához a személyes élettörténetbe és az identitásba. Élettörténeti kontextusban, a hanghallás akkor jelent meg Veronika életében, amikor a felnőtté válás határára érve egy fontos lépést kellett volna megtennie az önállóság, az érett, felelősségteljes felnőtté válás felé: befejezni a diákéletet, felhagyni a füvezéssel, megszerezni a diplomát, öneltartóvá válni.

Veronika felismeri, hogy addigi életében mindig kívülről várta a megoldást, hogy valaki „mondja, hogy itt jobbra vagy balra menjek”, ebben a reménytelen, passzív állapotában jött a hang. „Az első lépéseket a hangnak köszönhetően tettem meg, ő rángatott ki az ágyból, ő vett rá, hogy takarítsak ki, adjam el a lakást, ő indított el a fekvő, és semerre nem haladó állapotból egy valamilyen szinten funkcionáló állapotba.” Veronika maga megfogalmazza, hogy a passzivitásból a hangnak köszönhetően jutott el a saját sorsáért aktívan felelősséget vállaló létezésig.

A folyamatot megérthetjük a Heidegger által leírt lelkiismereti hívás felől értelmezve is. Heidegger Akárkinek hívja azt a létezőt, aki csak sodródik az életben, nem néz szembe saját magával, nem hajlandó az egzisztenciáját érintő fontos választásokat és döntéseket meghozni. A heideggeri egzisztencialista megközelítés értelmében többek között akkor leszünk képesek tulajdonképpen (autentikus) módon élni, ha a világban-benne-létünk „otthontalan szorongásától” nem menekülünk tovább, hanem „megtaláljuk” önmagunkat és „a választást választjuk” (Heidegger 1927 [2001, 311]). Ehhez pedig az kell, hogy meghalljuk a lelkiismeretünk hangját, és azt, amit mond nekünk. Heideggernél a „lelkiismeret feltár ’valamit’”, „valakinek valamit valami módon értésére ad”. „Amennyiben jobban elemezzük, kiderül, hogy hívás” (313), amely mindenkor „*felhívás*jellegű”, és az „önmaga-lét választására” hív fel, amit a fenomenológus elhatározottságnak hív. A lelkiismeret „hangját”, amit a „beszéd egyik módusának” nevez (313), Heidegger értésadásként interpretálja, amely „a lökés, a kimozdító felrázás mozzanata”. Azonban nem elégséges, ha a hívást csupán a „lelki képességek”, érzelmek, motivációk tükrében értelmezzük (315), hanem ennél egy mélyebb, egzisztenciális horizonton: saját magunk önmagunkhoz való viszonya tekintetében érthetjük meg. Heideggernél a lelkiismeret nem törekszik párbeszédre, hanem a „hallgatás módusában” beszél (317), azonban az egyes szám első személyű tapasztalatnak „a lelkiismeret úgy kerül az útjába, mint intó bíró és figyelmeztető, akivel a jelenvalólét kalkulálva tárgyal” (339). Ez a bíró azonban nem külső hatalom, hanem mindenkor én magam vagyok, „*a jelenvalólét önmagát hívja a lelkiismeretben*. [...] A hívás *belőlem* jön, mégis rajtam *túlról*” (319) és rám irányul. A hang pedig mindig „valamiképpen ’bűnről’ beszél” (324), szorongást ébreszt, ami – ahogyan arról már volt szó – azzal kapcsolatos, hogy el akarjuk kerülni a lényegi választásokat, vállalni a felelősséget életünkért és a saját egzisztenciánkkal való szembenézést.

Veronika története jól megérthető, ha a „hívás” fenomenológiai keretében közelítünk hozzá. Ez az egzisztenciális megszólítotttság mint *emlék-fantázia-hallucináció/egy másik személy hangja/külső, ellenőrző hatalom/tünet/megváltozott állapottal járó élményként megértett tapasztalat* folyamatában manifesztálódik Veronika számára. Saját passzivitásából, sodródásából ez a tapasztalat és konkrétan a hang „hívja fel”, hogy vállalja a felelősséget saját sorsáért, amihez a hang konkrét dolgokra sarkallja őt, a bűntudat felkeltésével és a szorongáson keresztül: a füvezés abbahagyása, kitakarítás, munkakeresés, funkcionálás az élet különféle területein: a munka, a párkapcsolat, anyagiak, a szerhasználat vonatkozásában. Veronika Ildikójában, a hangban, amit hall, megtestesül, vagy inkább valódi, hangos hangot kap az az egyébként, normális esetben néma „belső hang”, amely mindannyiunkban „szól” – noszogat,

motivál, ami nem hagyja, hogy széteessünk, feladjuk. Mintha Veronikának szüksége lett volna erre a fajta felhangosításra, hogy meghallja saját belső hangját, meghallja saját magát.

A hívás lelkiismereti „hangként” való megértése fenomenológiai horizonton a Tengelyi által leírt *sorseseemény* és *értelemrögzítés* identitásépítő folyamatába is beilleszthető. A sorseseeménynek (Tengelyi, 1998) a tanulmány elején bemutatott jelensége „olyan *magától meginduló, uralhatatlan módon lejátszódó, föld alatti értelemképződésre* utal, amely az élettörténetben *új kezdetet teremt*” azáltal, hogy „új és kezdetben teljességgel *önidegen* értelmet szül, amelyet önazonosságunk újólagos rögzítése révén igyekszünk – több-kevesebb sikerrel – megragadni és ismét csak a *magunkévá tenni*” (199). Tengelyi a következőképpen egészíti ki a fenti jellemzést: „az önhasadás eme pillanataiban az önmagunkból való kilépés olyan igényével találjuk szembe magunkat, amely még akkor is az idegenség jegyét viseli magán, ha nem valaki más közvetlen jelenléte váltja ki bennünk” (47), vagy máshogyan fogalmazva: a sorseseemények „az önmagunkból való kilépés igényét a megszüntethetetlen másság és idegenség erejével szegeznek nekünk” (48). A hanggal való találkozás Veronika számára kétségkívül sorseseeményként interpretálható, amelynek „idegenségével”, „önidegen értelmével” interjúalanyunk szó szerint küzd, próbálja „megragadni és magáévá tenni”. A tapasztalat végül valóban sorsfordítónak bizonyul, és „új kezdetet” iktat be Veronika életébe: újra funkcionálni kezd, és felelősséget vállal az életéért.

Az ezzel együtt járó értelemrögzítés során az eleinte metaforikusan „vad” értelemként, ingatag és határozatlan értelemalakzatokként adódó tapasztalat lehorgonyozódik, megszeli. Ezáltal betagozhatóvá válik Veronika tapasztalati horizontjába, az élményhez jelentés adódik, ennél fogva helyet talál magának az élettörténet koherens egységében is. Veronikánál a hanghallás beintegrálódik narratív identitásába, értelmet nyer és feldolgozódik. Ez az interjúbeli elbeszélésben is megjelenik. A beszámoló (az identitás változásának történetéről) mint narratíva ily módon nyomként ad hírt arról, hogy a tapasztalat a személy narratív identitásának is részévé, építőelemévé vált.

Izgalmas játékba hoznunk a társszerzőség (MacIntyre, 1981) fentebb tárgyalt fogalmát is, és azt a kérdést, hogy életünknek, illetve életünk történetének mennyiben vagyunk szerzői. Ennek tükrében Veronika „tünete” sajátos önmagaként – a hang fenomenalitásában (hangként megjelenve) –, saját másikkaként önmaga (Veronika) társául szegődik, és részt vesz, bekapcsolódik a személy önmagát értelmező, önmagát egyre jobban megértő folyamatába, amely valójában a létrehozásnak, az önlétrehozásnak a folyamata is.

Köszönetnyilvánítás

Az interjút Kiss Márta készítette, az Ébredések Alapítvány hanghalló csoportjában. Köszönjük a hanghalló csoport és az Alapítvány vezetőjének, dr. Harangozó Juditnak a segítségét.

IRODALOM

- HEIDEGGER, M. (1957). *In Der Satz from Grund*. Pfullingen: Neske.
- HEIDEGGER, M. (1927). *Lét és idő*. Budapest: Osiris, 2001.
- HUSSERL, E. (1931). *Kartéziánus elmékedések*. Budapest: Atlantisz, 2000.
- MACINTYRE, A. (1981). *Az erény nyomában*. Budapest: Osiris 1999.
- MERLEAU-PONTY, M. (1964). *A látható és a láthatatlan*. Budapest: L'Harmattan, 2007.
- RÁCZ J. – KASSAI SZ. – PINTÉR J. N. (2016). Az interpretatív fenomenológiai analízis (IPA) mint kvalitatív pszichológiai eszköz bemutatása. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 71(1-2):301-324.
- RICOEUR, P. (1983-85). *Temps et récit*. III. kötet. Paris: Seuil.
- RICOEUR, P. (1990). *Soi-même comme un autre*. Paris: Seuil.
- RICOEUR, P. (1991). Life in Quest of Narrative. In: Wood, D. (szerk.): *On Paul Ricoeur: Narrative and Interpretation*. London, New York: Routledge.
- RICOEUR, P. (1999). Az én és az elbeszélte azonosság. In: Uő: *Válogatott irodalomelméleti tanulmányok*. Budapest, Osiris.
- TENGELYI L. (1998). *Élettörténet és sorseseemény*. Budapest: Atlantisz.

* * *

Szász Zoltán*

Pro és kontra a pszichoanalízis körül (1935)

A reakció, mely most fél Európában rég levitézlett uralmi rendszereket és ásatag gondolatokat igyekszik életre galvanizálni, nagy támadó kedvet mutat a politikától távol eső vagy nem szorosan politikai területekkel szemben is. Ennek eredménye például az a valóságos gyűlölet-hullám, amely a felszabadult s a társadalmi munka terére beáramló nők pozícióit ostromolja. Kiszorítani a nőket az állásokból és visszakényszeríteni a házastársi és gyermeknevelési funkciókhoz, ez a főirányvonala a nőellenes támadásnak; egy csomó oldaltámadás, temérdek burkolt merénylet is folyik azonban ennek a főtengelynek a mentén. A haladásellenes érzésmód legújabbban a pszichoanalízisre is rávetette magát. Németországban, ahol legalaposabban irtják ki a hivatali életből a dolgozó nőket, a pszichoanalízis egyenesen proskribált tudományvá lett. A párhuzamosság a két támadás közt, melyek mellé különben egy csomó más reakciós előretörést is lehetne sorakoztatni, nyilvánvaló. Igaz, rögtön meg kell jegyezni, hogy mind a két említett szabadságmozgalom, a legszélesebb értelemben vett feminizmus s a pszichoanalízis, ami szintén egy szabadságmozgalom, olyan balfogásokat és bolondgombákat is termelt ki, melyekbe a rosszakarat könnyen beakaszkozhatott.

A nő-felszabadulás sok szempontból készületlenül találta a nőállományt, és így nem egy feminista megmozdulás és még inkább nem egy egyéni női hang mutatkozott éppen az elmúlt években megdöbentően éretlennek. Ilyen volt sok nő kifejezetten férfiellenes megnyilatkozása, vagy egészen gyerekes pacifizmusa. S ma is meg lehet állapítani, hogy a gyűlölethullámra is a nők s főleg a női nem egyes vezetői meglehetősen gyámoltalanul vagy szintén reakciós szellemben reagálnak. Kétségtelen az is, hogy a pszichoanalízis szintén sarjasztott nem egy olyan csodabogárszámba vehető megnyilatkozást, ami, ha nem is okot, de ürügyet adhatott a haladásellenes vagy egyszerűen csak korlátolt lények támadásaira. A nőgyűlöletről és a feminizmus, sőt a női öntudat mai válságáról most nem írok. Bizonyos támadások azonban, melyek a pszichoanalízist érték, sürgősen időszerűvé tesznek néhány megjegyzést, melyek erre a szellemi irányzatra vonatkoznak.

*

* Forrás: *Pesti Napló*, 1935. január 16. 12. oldal.

Szász Zoltán (Kolozsvár, 1877 – Budapest, 1940): író, újságíró, a *Pesti Napló*, a *Pesti Hírlap*, a *Nyugat*, a *Jövendő*, az *Újság* és a *Toll* c. lapok munkatársa. 1924-ben *Szellem* címmel folyóiratot adott ki.

Mindenekelőtt azt, hogy Freud, aki ennek a tudománynak a megalapítója, s aki hatalmas jelentőségű és rendkívül termékeny munkát végzett, kétségtelenül ragyogó betűkkel írta be nevét az emberi tudomány történetébe. A lélek mélységéről és szerkezetéről, működési módjáról és zavarairól rengeteg újat és becseset állapított meg. Nem egy jeles tanítványa és folytatója szintén méltánylást és dicsérő elismerést érdemel. Van már most annak a nagy munkának, ami pszichoanalízis név alatt folyik, egy sajátosan orvosi, gyógyító és egy kutató tudományos ágazata. Ami a gyógyítást illeti, erről nemcsak egy laikus, de egyáltalában senki, aki nem vetette alaposan vizsgálat alá azokat az eredményeket, amikhez pszichoanalitikusok a betegállományon jutottak, véleményt nem mondhat. Hogy mi történik a pszichoanalitikusok rendelőhelyiségeiben, erről annak, aki nem bír erre vonatkozó széleskörű tapasztalatokkal, hallgatnia kell. Különben is, hogy valaki meggyógyult-e vagy nem, ez nemcsak a neurózisok, de sokkal ellenőrizhetőbb betegségek esetében sem állapítható meg mindig teljes határozottsággal. Mennyivel nehezebb már most felülbírálni azt, hogy egy pszichoanalitikus kúra mennyiben bizonyult eredményesnek. Az persze bizonyos, hogy ugyan nem ellenséges, de éber kételkedés nem egy pszichoanalitikus gyógyító munkájával szemben gyakran ugyancsak indokoltnak látszik.

Viszont minden orvosi tevékenységgel szemben felvetődhetik, ha talán nem is ilyen mértékben a kételkedés. Végül pedig az is meg kell gondolni, hogy az orvos nemcsak akkor végez hasznos munkát, ha százszázalékosan gyógyít, ami úgyis gyakran lehetetlen, hanem a baj csökkentésével, a beteg állapotának enyhítésével, az élet egyszerű meghosszabbításával is. Meglehet, sőt valószínű, hogy a pszichoanalitikus igen sok esetben nem gyógyítja meg a hozzáfordulót, enyhülést, megkönnyebbülést azonban nyújt neki. Már az is örvendetes, hogy mérsékeltebb értelmiségű vagy gyengébb lelki gerincű emberek valami mégis tudományos alapon dolgozó gyóntatóatyafélére találnak a mai világban, ahol annyi megzavarodott kedélyű, vagy tényleg idegbajos ember saját erejéből nem tudja eloszlatni a lelkében jelentkező problémákat. Én erre a tanácsadói s inkább lelkészi, mint gyógyító munkára még a laikus pszichoanalitikusokat is alkalmasaknak tartom. Persze nálunk ezek nem is végezhetnek orvosi, legalább is anyagi ellenszolgáltatásért végzett orvosi munkát, mivel azt, aki ilyesmit diploma nélkül űz, a törvény kuruzslónak minősíti.

*

Eddig a pszichoanalízisről, mint gyógyító művészetről szóltam, és jeleztem, hogy ezt a módszert, mindent, a prót és kontrát összevéve, az orvostudomány igen hasznos ágának tartom. Más kérdés persze, hogy mily mértékben helytállóak azok a tudományos igényekkel fellépő törvények és tételek, amelyekkel a pszichoanalitikusok operálnak. Ebből a szempontból már a nagy, hervadhatatlan érdemű Freud is kihívja a kritikát. Különösen mivel ő maga kifejezetten természettudósnek nevezi magát, s elhárítja az a feltevést, hogy esetleg poétának tarthatják; egy természettudóstól pedig bebizonyítható, ellenőrizhető és világosan kifejezett igazságokat várunk, amiknek pedig Freud termékeny megsejtéseit és remek szuggesztioit nem lehet mindig nevezni. Gondoljunk csak arra, hogy milyen szellemes, de önkényes módon bizonyítja Freud, hogy minden álom kivétel nélkül vágyteljesülés. Beszél ő egy manifeszt, az álomképekben megnyilatkozó álomról és egy ebbe beleöltözködött álomgondolatról, ezt az állítólagos alapgondolatot is azonban egy elfojtott vágy kifejeződésévé minősíti. Az álomfejtés tehát többszörös burkok lehántását kívánja meg, ami viszont azt is jelenti, hogy nagyon kényes művelet, mely mindenféle tévedésekre és önkényes magyarázásokra ad alkalmat. Lehetséges, hogy valaki, főleg ha ezt maga akarja, minden álmáról, például arról is, hogy az akasztófán lóg, ki tudja

mutatni, hogy ez tulajdonképpen egy vágyteljesülés, de hogy a valóságban minden álom kivétel nélkül tényleg ez volna, ez legalábbis még be nem bizonyított, tehát nem is természet-tudományos igazság.

És milyen egyéni módon, a rajta kívülálló szóhasználatától eltérően értelmezi Freud a „tudattalan” kifejezést. Itt van aztán az Ödipusz-komplexum, aminek ő a gyermek tudattalan vágyakozását a saját nemével ellenkező nemű szülője iránt jelöli meg. Ödipusz tudvalevőleg anélkül, hogy tudta volna, hogy az anyját veszi feleségül, megtette ezt. A gyermek ellenben Freud szerint tudattalan nemi vágyat érez az apja, illetve az anyja iránt, akiről azonban tudja, hogy az apja, illetve az anyja. Ez a két szituáció nagyon kis mértékben hasonlít egymáshoz. Igaz, hogy mind a kettőt a tudattalanság közös nevezőjére lehet hozni, erről a Freud-féle tudattalanról azonban, ami olyasvalami, mint a kanti Ding an sich, magának Freudnak kijelentése szerint nem tudunk semmi biztosat.

Ma már különben, talán a jelzett okoknál fogva is, az Ödipusz-komplexumot inkább incesztus-komplexumnak nevezik.

Mindez Freudra, a finom gondolkodóra és mesteri stílusára vonatkozólag állapítható meg. Képzeltető már most, hogy mi minden szaladhat ki az olyan tanítványok és utódok tolla alól vagy szájából, aki a gondolkodás és a gondolatok kifejezésének nem a mesterei. Ezek valóban olykor olyasmikkel lépnek a nyilvánosság elé, amik a hozzáértőt ugyan csupán megmosolyogtatják, a nyárspolgári lelkeket ellenben dühbe hozzák és gúnyra ingerlik. Felfedeznek egy okot, egy szálát az emberi cselekvéseket és magatartásokat előidéző töméntelen ok útvesztőjében, és ezt az egy okot mint *az* okot jelölik meg. Holott ha azt mondanák, hogy többek közt ilyesmi is közrejátszik valamely magatartás létrejöttében, akkor más sokkal valószínűbbnek tünnék fel ez a felfedezés. A tudomány és különösen a pszichoanalízis érdeke, hogy az ilyen eltévelyedések ne szaporodjanak el. Talán a pszichoanalitikusok tábora maga küzdhetne ez ellen tevékenyen belső kritikával. Nem szabad sohase elfelejteni: a haladásellenesség készen áll lecsapni az alapjában helyes irányzatok elfajulásaira is, csak hogy ezeken keresztül magát a tudományt, a szellem szabadságát, az egész haladást sújthassa.

* * *

English Summaries

The present issue, edited by József Krékits and Zoltán Kóváry is entitled *Phenomenology and Daseinsanalysis* and includes the following topics.

ESSAYS

GION CONDRAU: *Daseinsanalysis* (excerpts)

This translation contains two chapters from the author's 1998 book under the above title. In the chapter "Introduction" we read a brief historical overview about daseinsanalysis which is a self reflecting account of the development of this trend. The other chapter is mostly focusing on practice-oriented theoretical questions, like the daseinsanalytic approach to dreams, conceptualizing psychosomatic disorders, and philosophical differentiation of sick and healthy existence. It refers to the existential-ontological approach to illness a deficit-phenomenon, and also analyzes the different perspectives on acting out as it appears in psychotherapy. The author is basically focusing on the approach of Medard Boss, the founder of this school, but also refers to other representatives of daseinsanalysis, therefore we can take an overview at the debates within daseinsanalysis and the evolution of the method.

Keywords: *daseinsanalysis, dreams, psychosomatics, illness, health, deficit*

MÁRIA LUBINSZKI: The art of one's own state of being oneself

In daseinsanalysis – deriving from Freudian psychoanalysis and Heidegger's philosophy – the question of how to experience life to the fullest is a complex one. Achieving one's own state of being oneself is closely related to one's relationship with anxiety. The relationship to the possibilities that may reveal themselves through anxiety is ambivalent; the dilemma of fleeing or coping may be resolved by conscience.

Keywords: *Dasein, anxiety, possibility, fleeing for ourselves, conscience*

TAMÁS FAZEKAS: Therapy of the Other. Philosophical foundation of an intercultural psychotherapy

Before working as an intercultural psychotherapist or even before thinking about interculturality as such, we have to consider the difficulties of the term *intercultural*. At first, we have to ask who and what the other is, to understand what another culture might be. What if it's our concept of difference and our construction of culture that makes interculturality seem difficult? Consequently, many pitfalls become obvious, such as treating the other as something or someone exotic, romantic or even pathologic for simply being different. Intercultural psychotherapy must not be a bridge for transportation of pretended culture-specific virtues and views of the world and thus a bridge for neo-colonializing other people by our definitions of health.

Concepts of culture have to be questioned critically in order to separate supposed culture-specific phenomena from universal ones. We have to meet the other one in his own world which is ever since his very own, whether we call it culture or not, and whether we understand it or not. Rather than complete understanding of differences, a borderless openness is required for an adequate therapy of the other.

Keywords: *otherness, being-different, culture, interculturality*

JÓZSEF KRÉKITS: I am my dream. On the daseinanalytical interpretation of dreams

In my study, I would like to present the method of dream analysis in daseinanalytical psychotherapy in both theory and practice. For this purpose, I briefly discuss the phenomenological approach of daseinsanalysis, as well as the system of concepts of the Heideggerian Dasein. I use three case vignettes to demonstrate how the method works in practice, and – by carrying through a metaphor – present the Heideggerian existentials used as the means of analysis. At the same time, I examine how Johnson and Lakoff's conceptual metaphor theory can be accommodated with the phenomenological approach, i.e. how metaphors and metonymies appearing in dreams express the dreamer's most own being-oneself. I would like to point at the metaphoric and metonymic presence of waking experiences, that is, the creative (poetic) function of dreaming. All these certainly serve to deepen the self-knowledge of the individual and being-here in order to freely find their most own potentials for being.

Keywords: *daseinsanalysis, dream analysis, phenomenological approach, conceptual metaphor theory, creative function of dreaming*

WORKSHOP

ZOLTÁN KŐVÁRY: „Existence is essentially historical.” Application of life historical approach in clinical work and in the education of psychologists

There is a huge contradiction between the scientific basis of academic psychology that dominates university education and the scientific background of clinical psychological practice. The former is closer to “natural science psychology” with its theoretical presuppositions and positivist methodology. The latter – explicitly, as an official profession – is trying to assimilate to academic expectations and to psychiatry, while implicitly – if we analyze a clinical psychologist’s activity – it is the applied form of “human science psychology” which is rather idiographic, contextual and belongs to the phenomenological-hermeneutic tradition and not positivism. These contexts are containing intersubjective, interpersonal, social, cultural and historical perspectives, and their investigation help students and psychologists to realize “what is Man” (Jaspers). That is why we have to ask two questions: (1) knowing that most of the psychology students intend to become clinician, is it justifiable that natural science psychology is overrepresented in university education, and (2) institutional practice at psychiatry departments (dominated by biomedical approach) is a proper medium to acquire clinical psychologist’s knowledge and skills? This article suggests two possible solutions for these problems. We have to get students ready that during their institutional practice they shouldn’t identify themselves as a representative of a “softer” science that is subordinated to the “hard science” of biological psychiatry, because the latter’s “superiority” is based on historical traditions and possession of social power and not on scientific facts. In university education we have a chance to integrate psychobiography as a research method to the curriculum. From ontological, epistemological and methodological point of view psychobiography is much closer to everyday psychological practice than academic research, and if a student learns how to use it properly it will help him/her to develop important clinical skills, attitudes and knowledge.

Keywords: *clinical psychology, clinical practice, life historical approach, human science psychology, psychobiography, university education*

PÉTER SÁRKÁNY: The “ability of being” as a resource. The “place” of daseinsanalysis in social helping professions

The paper argues that the daseinsanalytic psychotherapy founded by Ludwig Binswanger and Medard Boss fits well in several respects to the contemporary theoretical and methodological intentions of social helping professions. However, the

professions (social pedagogy, social work) hardly ever refer to daseinsanalysis and the philosophy of Martin Heidegger. The author's interest is how daseinanalysis relates to the theory and practice of social helping professions. Furthermore, he attempts to explain why the social work profession has not discovered daseinsanalysis yet, while several trends of psychotherapy have had a great impact on social casework. The paper examines the connections of social work and dasein-analysis first from a theoretical, then from a methodological point of view. Finally, it formulates some conclusions regarding the relationship of these two fields.

Keywords: *psychotherapy, daseinsanalysis, social work, life world, ability of being (Seinkönnen), freedom*

JUDIT NÓRA PINTÉR, SZILVIA KASSAI, JÓZSEF RÁCZ: The symptom as a co-author of life narrative. The phenomenology of voice hearing

Voice hearers often search for meaning – in ways that can be explained through different frameworks (e.g. intrapersonal, interpersonal, or parapersonal explanations) – until they find the exact explanation of their symptoms. The examination of their meaning construction process in the context of phenomenology may illuminate and promote deeper understanding of the phenomenon. The aim of our study was to examine the experience and the process of the construction of meaning in a voice-hearing person with no current apparent serious mental illness or psychiatric condition. A semi-structured interview has been conducted and analyzed, using a phenomenological approach. The subject of our study was traumatized in her childhood by a dysfunctional family. Later in her life psychotherapy revealed that she had developed voice hearing as a helper in difficult times. Our findings suggest that the perception of voice hearing is a process with interruptions, where the voice hearer suddenly identifies the voices among several perceptions, and starts to understand surrounding events. We can examine this process of voice hearing as a “call of conscience” as Heidegger described it and the subject's story with her voices can be explained as a “calling”. Understanding the voice as a “calling” fits in the process of identity building of life events and the fixation of meaning.

Keywords: *voice hearing, meaning construction process, first person account, semi-structured interview, phenomenology*

In the ARCHIVES section we re-publish the article of writer and journalist Zoltán Szász originally appeared in *Pesti Napló* [Pest Journal] in 1935, entitled “Psychoanalysis pro and contra” that discusses the widespread arguments supporting and criticising psychoanalysis in contemporary public discourse.

E számunk szerzői

CONDRAU, GION (1919–2006) svájci pszichiáter, pszichoterapeuta.

LUBINSZKI MÁRIA pszichológus, egyetemi docens, Miskolci Egyetem BTK Tanárképző Intézet. E-mail: marialubinszki@gmail.com

FAZEKAS TAMÁS filozófus, gyermekgyógyász, Bécs. E-mail: tamas.fazekas@aon.at

KRÉKITS JÓZSEF pszichiáter, pszichoterapeuta, Magyar Daseinanalitikai Egyesület. E-mail: krekitsj@gmail.com

KÓVÁRY ZOLTÁN klinikai szakpszichológus, adjunktus, ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar. E-mail: kovary.zoltan@ppk.elte.hu

SÁRKÁNY PÉTER filozófus, főiskolai tanár, Eszterházy Károly Egyetem, Társadalomtudományi Intézet. E-mail: sarkany.peter@uni-eszterhazy.hu

PINTÉR JUDIT NÓRA tanácsadó szakpszichológus, adjunktus, Szegedi Tudományegyetem Pszichológiai Intézet. E-mail: pinterjudit@gmail.com

KASSAI SZILVIA PhD-hallgató, ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar. E-mail: kassaiszilvia04@gmail.com

RÁCZ JÓZSEF pszichiáter, egyetemi tanár, ELTE Pedagógiai és Pszichológiai Kar, SOTE Egészségtudományi Kar. E-mail: racz.jozsef@ppk.elte.hu

* * *