



Bevezetés

A globalizálódó társadalmakban való létezés egyre több kihívást jelent életünk legkülönbözőbb szinterein, így a testünkhöz való viszony szempontjából is. A mindennapjainkat meghatározó és folyamatosan erősödő digitális kultúra, a hétköznapi érintkezésen túl már a pszichoterápiában is teret nyerő online kapcsolatok, vagy a közösségi média különböző platformjain ránk zúduló képek üzenetei mind új viszonyulási és test-megélési formákat hoznak létre, befolyásolják a testképünket és az énképünket, a kötődési mintázatainkat és az általános jóllétünket. A fizikai környezet kiszámíthatatlan eseményei, aktuálisan a COVID járvány, a klímaváltozás, a globális migráció, és a világ különböző pontjain, így a szomszédunkban is zajló háború is hatással vannak a testünk egyéni és társadalmi megélésére és az ahhoz kapcsolódó szorongásokra, az ezek nyomán kialakuló tünetekre, továbbá a terápiás folyamatokra is.

Bár a testben való létezés kérdései, dilemmái az adott társadalmi és kulturális viszonyok között a történelem során mindig jelen voltak az emberek életében, a témával kapcsolatos társadalomtudományi vizsgálódások csupán pár évtizedes múltra tekintenek vissza. A testet az orvostudományokhoz hasonlóan a pszichológiában is sokáig elsősorban biológiai tárgyként kezelték, amelyet például az agy fiziológiája vagy az emberi fejlődés szempontjából döntő fontosságúnak tartottak ugyan, de a személyiséglélektanban és szociálpszichológiában nem tekintették kulcsfontosságú témának, és nem kapott hangsúlyt a pszichoterápiás kutatásokban sem. Az utóbbi évtizedekig a társas struktúrákra és az individuális szubjektivitásra helyeződött a hangsúly a társadalom-és politikaelméletben is. Ennek egyik oka feltehetőleg az volt, hogy a bölcsészet- és társadalomtudományok képviselői igyekeztek elkerülni az emberrel foglalkozó „kemény” (természet-, orvos-) tudományok biológiai determinizmusát.

Azonban a fogyasztói társadalom problémáinak a társadalomtudományi érdeklődés fókuszába kerülésével és bizonyos társadalmi mozgalmak, eszmeáramlatok, így például a modern feminizmus és a posztstrukturalizmus hatására a test témája rendkívüli intenzitással jelent meg a társadalomtudományokban és a pszichoterápiás diskurzusban is. Erőteljesen befolyásolta a kutatások intenzív fejlődését, hogy a média vizuális hangsúlya és az internetkultúra – főként a közösségi média megjelenése – jelentős mértékben facilitálta a testek nyilvános terekben való megmutatását, összehasonlítását, kontrollálását és ezáltal a testtel kapcsolatos elvárások és szorongások erősödését is. A tudományos és a laikus megközelítésekben

is egyre erősödött az a felismerés, hogy a testünkön keresztül kapcsolódunk egymáshoz és a körülöttünk lévő világhoz: a test a másokkal való kommunikáció, az önkifejezés és az önérvényesítés eszköze. Továbbá, hogy lehetetlen elválasztani a testben való létezés kérdését az identitásunktól; attól, hogy kik vagyunk és mi a helyünk az egyre bonyolultabbá váló világban, melynek történéseitől, elvárásaitól és feszültségeitől nem tudjuk többé távol tartani magunkat, hiszen azok óhatatlanul testközelbe kerülnek – ha másként nem, a szinte mindenkinél ott lévő okostelefonok üzenetei által. Az egyre szélesedő kutatások tehát azt tekintették kiindulópontnak, hogy a test csak látszólag „személyes” és „természetes” entitás, valójában ugyanúgy „társadalmi”, sőt „politikai” is. Az új nézőpont egyúttal megkérdőjelezte azokat a megközelítéseket, amelyek a világot leegyszerűsítő kettősségek (test/lélek, egyén/társadalom, cselekvés/struktúra) alapján mutatják be. Ez segített abban is, hogy középpontba kerülhessen a fenomenológiai perspektíva, amely lehetőséget adott a test megélt tapasztalatainak tudományos tanulmányozására, továbbá arra, hogy megoldásokat keressünk ezeknek a tapasztalatoknak a személyközi és nyilvános elbeszélésére, megmutatására.

A testtel kapcsolatos pszichológiai munkák jelentős része az egészség és betegség témájára összpontosít. Ennek háttérében részben az áll, hogy a test tudatos megélése többnyire csak akkor következik be, ha valamilyen funkciózavar, stressz, szorongás vagy betegség lép fel. Ehhez a gondolathoz kapcsolódnak azok a korábbi, inkább még a dualista szemléletet tükröző felvetések, melyek szerint a test a betegség beálltával mintha elkülönült létezővé, az éntől függetlenné válna, így mintegy „felajánlja magát” a beavatkozásra. A (testi és lelki) szenvedés azonban egy olyan határhelyzetet is létrehoz, ahol egzisztenciális kérdéseinkkel is szembesülhetünk. Ezek testhez kapcsoltságának, integritásának megértését és átélését jelentős mértékben segítik azok a testi tudatosságot hangsúlyozó terápiás megközelítések, technikák, melyeknek elméleti alapját éppen a fentiekben bemutatott új társadalomtudományi-pszichológiai-fenomenológiai paradigma adja. Az egészséggel és a betegséggel kapcsolatos szakirodalom „test-központú” vonulata kritikusan viszonyul ahhoz a még ma is jelenlévő hagyományhoz, amely a testet a jogi és orvosi beavatkozások passzív befogadjaként konstruálta/helyezte el. A kritikai megközelítés segít rávilágítani arra, hogy az egészség gyakran a testhatárokkal kapcsolatos szorongások, az egészségnevelésben megjelenő racionalitás-hangsúly, a test fegyelmezése témáiban reprezentálódik. Ez a szemléleti keret hozzájárul ahhoz is, hogy a gyógyító szakemberek kapcsolati-kommunikációs technikáinak interszubjektív hangsúlya erősödhessen, és megoszthatóvá váljanak a megélt testi tapasztalatok, úgy a testi betegségek ellátásában, mint a pszichoterápiában, művészetterápiákban és egyéb segítő eljárásokban.

Lapszámunk tanulmányai és a recenziókban bemutatott kötetetek ezekre a tudományos előzményekre és háttérre épülnek, és részben a fentiekben bemutatott kérdésselvetésekhez kapcsolódnak, részben azokat egészítik ki új és aktuális szempontokkal.

Szemerey Márton tanulmánya a háború mint határhelyzet testi vonatkozásait, a hatalomgyakorlás végső tárgyát jelentő test traumáit, tapasztalatait mutatja be pszichoanalitikus elméleti keretben, gyakorlati vonatkozásokkal kiegészítve. Faix-

Prukner Csilla és Sebastian Haas a társadalmi privilégiumok és a stigmatizáció testre gyakorolt jellemző hatásait elemzik. Bemutadják a terapeuta szerepét a kulturális különbségek és hatalmi dinamikák testi szintű tudatosításában, olyan fogalmak mentén, mint a testi tudattalan és a szomatikus áttételek. Csizmadia Ráhel cikke első felében Griffin Hansbury „A maszkulin Vaginális” című tanulmányának (melyet szintén közlünk a lapszámában) értelmezéseit és kritikáit foglalja össze, majd további fogalmak – Judith Butler *leszbikus fallosz*, valamint Debra Roth *vérbő lesbikus klitorisz* koncepciói – bevonásával mutatja be saját értelmezését. Hodován Zsófia a szakirodalomra és saját empirikus kutatási eredményeire is támaszkodó írásában a tetováltatás jelenségvilágát járja körül, bemutatva e testdíszítő és esetenként rituális eljárás testképpel, énképpel, önmeghatározással, kontroll-igénnyel és önértékeléssel kapcsolatos összefüggéseit.

Incze Adrienne a pszichodinamikus mozgás- és táncterápia példáján keresztül vizsgálja azt a paradigmaváltást, mely a terápiás helyzetben megjelenő testi jelenlét, a test-központú sajátélmény szerepét állítja középpontba mint a terápiás kapcsolat és a páciens megértésének egyik fő meghatározóját. Tomán Edina, Pintér Judit Nóra és Hargitai Rita írása egy nyitott szívűn átvesztett nőbeteg szubjektív testi tapasztalatait tárja fel a husserli embodiment-paradigma, illetve a Paul Schilder-féle pszichoanalitikus testkonceptiók találkozási felületének értelmezésén keresztül. Salz Gabriella két borderline zavarral küzdő páciens művészetterápiás esetét mutatja be, és azt vizsgálja tanulmányában, hogy miként változik a testkép a traumafeldolgozás és a terápiás munka során.

A *Recenziók* rovatban három, a közelmúltban megjelent könyv kerül bemutatásra. Békés Veronika Vermes Katalin *A felelő(s) test. Exkarnáció és inkarnáció ritmusai* című kötetét ismerteti. Révész György a Szemerey Márton, Kövesdi Andrea és Fehér Pálma Virág által szerkesztett, *Testképek a társadalomban* című tanulmánykötetet mutatja be. Végül pedig Borgos Anna recenziója következik Csabai Márta *Aggódó testünk. Az egészségsszorongástól a belső biztonságig* című könyvéről.

Reméljük, hogy ez a változatos tartalmú lapszám bepillantást enged abba a gazdag és izgalmas munkába, amely a test társadalmi és terápiás összefüggéseivel foglalkozó szerzők hazai műhelyeiben zajlik, és inspirációt jelent az olvasók számára is a területen folyó kutatások fejlesztéséhez és újabb kérdésfelvetések és nézőpontok megtalálásához.

Csabai Márta