

Pszichoterápia

a klinikum, szociális ellátás, mentálhigiéné, nevelési tanácsadás, szervezeti tanácsadás, prevenció szakmai folyóirata

2013. augusztus, 22. évfolyam, 4. szám

Tartalom

In memoriam Buda Béla

A Szerkesztőség előszava

TANULMÁNYOK

Elméleti tanulmány

Buda Béla: Ember és társadalom a neofreudizmus elméletében

Kincsház

Buda Béla: Maruyama morfogenetikus modelljének alkalmazása a csoportpszichoterápiára

A terapeuta szerepének és a csoportműködés problémájának rendszerelméleti megközelítése.

fordította: Valkó Lili

Áttekintő tanulmány

Buda Béla: Előszó (a Pszichoterápia kötethez)

A gyakorlat kérdései

Buda Béla: Akció — katarzis — empátia — encounter. Moreno hozzájárulása a modern pszichoterápia fejlődéséhez

SZAKMAI KÖZÉLET

Bemutató

Buda Béla: *Életút*

Bemutató

*Ilyennek láttam Buda Bélát – Süle Ferenc ♦ Koltai Mária ♦ Felvinczi Katalin ♦ Bíró Gyula
♦ Haraszi László ♦ Komlósi Piroska, Flaskay Gábor*

Így dolgozunk mi...

Buda Béla: A depresszió egzisztenciális dinamikája

Hírek

Beszámoló

Konferenciák – *Buda Béla, Hidas György*

Könyvismertetés – *Buda Béla*

Szakmai programok

Szerkesztőségi közlemények

A szerkesztőség előszava

Tisztelegve Buda Béla előtt

Buda Béla munkásságának egyik fő vonulatát a szakmai kommunikáció serkentése jelentette. Több szaklapban dolgozott szerkesztőként, s több szakfolyóirat alapítása fűződik a nevéhez. A Pszichoterápia szerkesztését 11 éve tőle vettük át – az első 11 évfolyam Buda szerkesztői munkájából adódott. Szívesen gondolnánk azt, hogy a Pszichoterápia állt Budához legközelebb, de maradjunk tárgyilagosak annak megállapításával, hogy 1991-2002 között hatalmas kedvet és energiát fektetett a lapba. „Egyelőre egyedül, magam szerkesztem, de máris tudom, hogy sokan készülnek és fognak segíteni... A legfőbb felelősség pedig az, hogy a lapot megindítása és felvirágoztatása után nyomban át fogom adni másnak.”^[1] Azt már nem tudjuk tőle megkérdezni, hogy megkapta-e a remélt segítséget. Azt viszont bizvást állíthatjuk, hogy a pszichoterápia és határterületeinek meghatározó orgánumává vált a folyóirat. Hogy akkor adta-e át a lap szerkesztését, amikor igazán meggyőződött a lap felvirágzásáról, vagy akkor, amikor belefáradt, szintén nem tudjuk. Mindenesetre ezt az előszót most közösen írjuk, jelezve nem csak azt, hogy osztozunk az alapító-szerkesztő (majd örökös szerkesztőbizottsági tag) megbecsülésében, hanem azt is, hogy ma egy csapatnyi kolléga végzi mindazt, amivel annak idején Buda Béla egyedül birkózott.

Szerkesztői szempontok és egy kis statisztika

1992-ben jelent meg az első szám. Buda Béla bevezetője szinte olyan, mintha a mai állapotokról szólna. Előre megírta a folyóirat történetét: világosan látta, hogy milyen szerepe lehet a lapnak a hazai pszichoterápiás és segítő szcénában. Tíz pontból álló célkitűzésében határozottan és világosan fogalmazott meg olyan területeket és kérdéseket, melyekkel ma is aktívan foglalkozunk, melyekben lelkesen bontogatjuk szárnyainkat, vagy amelyek kapcsán tanakodunk, hogy hogyan is lehetne megvalósítani elképzeléseinket. Hogyan lehet a párbeszédet és vitát serkenteni? Egymás nyelvét jobban megérteni? Új irányzatoknak teret engedni? A gyakorlatot a maga komplexitásában bemutatni? Fiatal szakembereket írásra ösztökélni? Az etikai érzékenységet növelni? A pszichoterapeuták identitásának kialakulásában, érdekvédelmében segédkezni? Avagy a képzéseket, továbbképzéseket támogatni? Rovatokban, konferenciáinkon keressük a válaszokat. Vannak olyan kérdések, amelyeket még fel sem tettünk hangosan, Buda Béla bevezetőjében azonban már ott szerepelnek. Mint például az, hogy hogyan serkentsük a hatáselemzéseket, hatékonysági kutatásokat, hogyan alakítsunk ki aktívabb kapcsolódást orvosokkal, pedagógusokkal, jogászokkal.

Beszéljenek a számok:

Az első 11 évfolyamban 317 tanulmány jelent meg, számonként átlagosan öt. A felölelt irányzatok széles körét mutatja, hogy még a leggyakoribb, analitikus-dinamikus szemléletű írás sem haladja meg a 10 %-ot. Hangsúlyos a művészeti alkotások (főként irodalom, de nem csak) szereplése (7%) éppúgy, mint a pszichoszomatika (7%). A jó évtizednyi időszak első részében inkább a családterápia (8%), a második szakaszban inkább a csoportterápia (7%) szerepelt erőteljesebben.

^[1] Minden idézet Buda Béla szerkesztői bevezetőjéből való, a Pszichoterápia folyóirat 1/1 számából.(1991).

Területi megoszlásban az osztályos/pszichiátriai megközelítésű munkák 11%-ot tesznek ki (ezen belül legtöbb a diagnosztikus megközelítésű tanulmány, az összes írás 4%-a). Összhangban Buda látókört szélesíteni akaró elhivatottságával számos határterületi tanulmánnyal is találkozhatott az olvasó. A sokoldalúságot érzékelteti az alábbi felsorolás: vallás, spiritualitás, tanácsadás, szupervízió, pszichodráma, csecsemő kutatás, művészetterápiák (zene-, mozgás-, komplex művészetterápia), viselkedéses majd kognitív terápia, rehabilitáció, mentálhigiéné, hipnoterápia, jungiánus és egzisztencialista pszichoterápia, evészavarok, szimbólumterápia.

A szerkesztői örökség

Buda Béla pontosan megfogalmazta szerkesztői hitvallását a folyóirat első számának bevezetőjében. Ennek legfontosabb pontjait vetjük össze azzal, hogy a lap mai szerkesztése mennyiben van összhangban Buda eredeti elképzeléseivel, mennyire folytatása, kiterjesztése azoknak.

Az egyik legfontosabb különbség, hogy a lapot egy csapat szerkeszti, s két, közel egyenlő részre tagolódnak: tanulmányok (melyek független lektori véleményekre támaszkodva kerülnek közlésre, s nemzetközi indexálásra kerülnek) valamint szakmai közélet részre. Ez együtt tesz eleget Buda kívánságának: „Kellene önálló fórum, ahol párbeszéd és viták alakulhatnak ki, ahol mód van a pszichoterápiás munka szakirodalmi kultuszára.”

A szakmai kapcsolatok fejlesztése, a kölcsönhatás, a vitakultúra növelése, egymás megismerése és megbecsülése mint szerkesztői cél hozta magával a Pszichoterápia folyóirat konferenciájának rendszeresítését – ami még nem szerepelt Buda konkrét elképzeléseiben. Az újság és a konferencia együtt, úgy véljük, eleget tesz Buda Béla ma is megszívlelendő 10 pontjában foglalt nagy ívű elvárásainak:

„A lap természetesen szeretne bizonyos célokat elősegíteni. Fontossági sorrendbe szedve ilyenek pl. a következők:

1. Érdeklődést, kontaktust, párbeszédet és vitát ösztönözni a szakemberek körében, és ennek teret biztosítani.
2. Növelni a pszichoterápiás íráskultúrát, szakmai igényességet, a gyakorlati tapasztalatok konszenzuális megfogalmazásának készségét.
3. Fejlesztetni a törekvést, hogy a saját irányzat, iskola vagy módszer gondolkodásmódját más "nyelven", más szemléletek koncepcióiban is bemutassuk.
4. Elősegíteni az integratív, eklektikus gondolkodást és gyakorlatot, a komplex, multimodális megközelítések, a módszerkombinációk alkalmazását, a terápiás célkitűzések megfogalmazásának képességét, és az ehhez szükséges távlati (stratégiai) és közvetlen (taktikai) műveleti tervezést és folyamat-monitorizálást.
5. Csökkenteni a hazai pszichoterápiás szcéna egyoldalúságát, ösztönözni új irányzatok térhódítását (pl. rendszerszemlélet, kommunikációs irányzatok, új indikációk stb.).
6. Növelni az érzékenységet a pszichoterápia etikai vonatkozásai, szociokulturális háttértényezői, jogi, adminisztrációs és szervezési vetületei iránt.
7. Serkenteni a kedvet hatáselemzések; hatékonysági vizsgálatok, folyamat elemzések, kontrollált megfigyelések végzésére, innovatív módszerek keresésére, amelyek a pszichoterápiás kutatást közelítik az általános tudományos követelmények szintjéhez.
8. Kialakítani a kommunikációs készséget különféle szakmai közvéleményekkel (orvosokkal, pedagógusokkal, jogászokkal stb.) és az általános közvéleménnyel, érzékeltetni és feldolgozni az érkező visszajelentéseket és felvilágosító, nevelő munkát végezni e területeken.
9. Hozzájárulni a pszichoterapeuták identitásának kialakításához, érdekvédelméhez, a kiszorító szakmai vagy társadalmi törekvésekkel szembeni fellépéshez.

10. Támogatni tudományos színvonallal, információkkal, adatokkal a képzést és továbbképzést a pszichoterápia terén.”

(Ifjú sorozatunk – az etikai példák véleményekkel – elindításakor nem vettük elő Buda programadó írását, így mondhatnánk, hogy véletlen egybeesésről van szó, de a szellemiségbe mind akkor, mind most jól illeszkedik ez a rovat.)

Így emlékezünk

Buda Béla köztudottan nem szerette az ünneplést, ajnározást, inkább visszahúzódott. Ezért úgy gondoltuk, legjobb, ha elsősorban önmaga mutatja be önmagát. A leginkább hiteles fénykép az lenne, ahogy ül, ölében az írógéppel, s széleseben alkot. Önmaga bemutatásához így természetesen adódik, hogy írásaiból válogassunk. A halandó olvasó számára nyomasztó terjedelmű életműből persze mi képtelenek vagyunk kiegyensúlyozott, torzításmentes képet összeállítani, ezért elsősorban olyan munkákból válogattunk, melyek a mai olvasó számára kevésbé ismertek, történelmi és személyi szempontból karakterisztikusak, s Budához elsősorban mint pszichoterapeutához kapcsolódnak.

Megtartottuk a lap szokásos szerkesztését, s igyekeztünk a szokásos rovatcímeinket használni. Mivel a tanulmányoknál nem szerepelt összefoglalás, ezért a magyar és angol összefoglalókat rövid szerkesztői bevezető helyettesíti. Valamennyi Buda Béla írást (tanulmányt és szakmai közéletit) szöveghűen közlünk, megtartva az eredeti helyesírást is, hiszen az adott időszakra jellemző volt a ma általunk is használt akadémiai helyesírás és az orvosi helyesírás keveredése.

Az első írás (Ember és társadalom a neofreudizmus elméletében, 1963) korszaknyitó; a társadalmi és a lelki újra helyet kaphat, eljött a „három T” (támogatott, túrt, tiltott) világa. A második tanulmány (Maruyama morfogenetikus modelljének alkalmazása a csoport-pszichoterápiában) olyan lapban jelent meg – Studia Psychotherapeutica –, amiről a legtöbben sohasem hallottak, s még az idősebb korosztály tagjai sem emlékeznek rá. Volt egyszer egy „Szocialista Országok Pszichoterápiás Munkacsoportja” is... S közben a rendszerszemlélet beépítése a csoportvezetői munkamódba még ma is „up to date”. A Pszichoterápia szöveggyűjtemény akkor jelent meg (1981), amikor létrejöttek a pszichoterápiás munkacsoportok a frissen megalakult Magyar Pszichiátriai Társaság kebelében. Ezzel a féllegális szervezeti legalitásba fordult; a munkacsoportok hivatalosan is képeztek, s belőlük jöttek létre a mai szakegyesületek; a képzések pedig beépültek a pszichoterapeuták képzési rendszerébe. Buda Előszava a közös szempontok keresésére teszi a hangsúlyt, míg a kötet naprakész ismereteket hozott számos irányzatról. A negyedik tanulmány (Akció – katarzis – empátia – encounter. Moreno hozzájárulása a modern pszichoterápia fejlődéséhez) már nem az alapok lefektetésével foglalkozik, hanem modern kérdéssel: Buda egyik kiemelt fogalmát, az empátiát vezeti végig a pszichodráma módszertani gondolkodásán.

A szakmai közéleti rész egy Budánál ritka műfajjal, személyes megmutatkozással kezdődik, ahogy a honlapján szól magáról, őszintén. Ehhez csatlakozik egy kis csokor, amiben olyan pályatársai, akik egy-egy hosszabb szakaszban együtt dolgoztak és személyes kapcsolatban is voltak vele, írnak arról, hogy ők milyenek látták, tapasztalták Buda Bélát.

A személy bemutatását Buda Béla munkamódjának bemutatásával folytatjuk, egy depressziós beteggel folytatott interjújának leírása révén. A műhelymunkát Haraszi Lászlótól kaptuk meg közlésre – eddig még nem került publikálásra.

Buda Béla számtalan konferencián vett részt, és szorgalmasan adott tájékoztatást arról, mit látott, mit tapasztalt, és mit hozott magával a világból. Ez az írás kivételesen társszerzős, Hidas Györggyel közösen készült. Különlegessége, hogy a konferencia nagycsoport módszeréről szól, arról az anekdotikus esetről, ahol a nagycsoport tagjai leváltották a

vezetőket, és őket kérték fel a helyükre. A jelzett tapasztalatoknak meghatározó szerepük volt annak idején a Pszichoterápiás Hétvégek módszerének kialakításában és a hazai konferencia-nagycsoport megteremtésében.

Végül a könyvismertetések hazai nagydoktorától, Buda Bélától közlünk egy válogatást. Az ismertetésekben annyit rövidítettünk, hogy kihagyjuk a recenziók szokásos könyvszerkezeti-tartalmi ismertető részét, meghagyva Buda személyes véleményét, továbbgondolását, kitekintését.

Jó olvasást kívánunk, bízva abban, mint mindig, hogy az Olvasó maga alkot képet magának a szerzőről.

A szerkesztők – Albert-Lőrincz Enikő, Bokor László, Kiss Tibor Cece, Szőnyi Gábor, Takácsy Márta, Tiringier István, Valkó Lili

Tanulmányok

Elméleti tanulmány

Ember és társadalom a neofreudizmus elméleteiben
Buda Béla

Ez a tanulmány egyszerre kortörténeti dokumentum és szakmai nyitány, Buda Béla első pszichoterápiás témájú írása. A „puha diktatúrába” való átmenet időszakában járunk, már érvényesül a három T (tiltott, túrt, támogatott), amiből Buda – mind írásaiban, mind szakmai kiállításában – sokat mozgott a „túrt” tartományban. Buda 1963-ban diplomázott, s ez az írás már a második megjelent tanulmánya (az első: Buda B. (1963): A szociálpszichológia tárgya és jelentősége. Magyar Pszichológiai Szemle, 20: 606-613).

Ekkor társadalmi eseménynek számított, ha a pszichoanalízisről tanulmány jelenhetett meg. Néhány évvel korábban még „a burzsoázia szolgálóleánya”, „az imperializmus házi pszichológiája” volt a pszichoanalízis a hivatalosnak számító munkákban.

Miközben Marxot és Engelst idézi, és éles kritikával illeti az amerikai neofreudiánusokat, finom eleganciával a pszichoanalízis és Horney, Sullivan, Fromm, Kardiner, Lasswell, Alexander elméleteit is ismerteti. A tanulmány alapvetéseként a freudi életműben formálódó alap téziseit mutatja be: az ösztönelméletet, melyet Freud később „finomított” a nárcizmus fogalmának kiterjesztésével, a pszichoszexuális fejlődés jellegzetességeit és az analízis, mint munkamód sajátosságait. Azokat a társadalmi – politikai tényezőket is számba veszi, melyek az egyes amerikai neofreudiánus elméletalkotókra hatottak, ezzel kontextusba helyezi azokat, miközben a fent említett kritikus kívülállást is megvalósítja.

A pszichoanalízis – sokszor igen kritikus formában – újra és újra megjelenik munkáiban. Hasonlóan nagyhatású, úttörő munka volt az első, önálló szerkesztésében megjelent A pszichoanalízis és modern irányzatai (Budapest, Gondolat, 1971) című könyv.

Kulcsszavak: pszichoanalízis – ösztönelmélet – neofreudizmus – társadalmi és politikai változások

Tanulmányok Kincsház

Maruyama morfogenetikus modelljének alkalmazása a csoportpszichoterápiára
A terapeuta szerepének és a csoportműködés problémájának rendszerelméleti megközelítése.
Buda Béla

Különleges a tanulmány megjelenési helye: Studia Psychotherapeutica. Az egy évfolyamat megért szaklap a hetvenes években létrejött „Szocialista Országok Pszichoterápiás Munkacsoportjára”-nak egyik kézzelfogható működési terméke volt. A munkacsoport szakpolitikai célja az volt, hogy az egyes országokban gyenge, ideológiailag gyakran támadt pozícióban lévő pszichoterápiás szakemberek, bimbózó szervezetek egymást kölcsönösen támogassák, egyfajta pszichoterapeuta-KGST-t testesítve meg. A lap szerkesztése, előállítása Budapesten, a relative legszabadabb országban zajlott, terjesztése pedig a magánlátogatások keretében történt, miközben nem nevezhető szamizdatnak. Összesen négy számot – egy évet – élt. A lapban Buda tanulmánya angolul jelent meg, Valkó Lili fordítása rohammunkában, a mostani emlékszámhoz készült.

A tanulmányban Buda Béla áttekintést nyújt a rendszerelméletéről mint a társadalomtudományok és különösen a csoportpszichoterápia lehetséges közös szemléleti keretéről. Bemutatja, hogy a kommunikáció, szabályozás, visszacsatolás és nyílt rendszer fogalma hogyan képezhetné a közös alapot különböző irányzatok és elméletek integrációjához, de rámutat egy ilyen integráció nehézségeire is. Körvonalazza a csoportok fejlődésének fontosságát a szakaszokon keresztül, és leírja, hogy a szabályozás hogyan része ennek a folyamatnak. Ebben egy kiemelt szerepet ad Maruyama morfogenetikus rendszerének és a struktúra fogalmának, és a csoport magáról alkotott képének. A részletes elméleti elemzést követően Buda konkrét és hasznos következtetéseket von le a gyakorló csoportterapeuták számára az érzékelt változások monitorozásának és értelmezésének használatát illetően.

Kulcsszavak: rendszerelmélet – morfogenetikus modell – csoport-pszichoterápia – elmélet-integráció – csoportfejlődés

Tanulmányok

Áttekintő tanulmány

Előszó

Buda Béla

Buda Béla alábbi írása a Gondolat Könyvkiadó gondozásában 1981-ben megjelent Pszichoterápia című nemzetközi pszichoterápiás irodalomra támaszkodó szemelvénygyűjtemény előszavaként jelent meg. A kötet kontrollszerkesztője Buda Béla volt. A kötet fordítói napjaink azóta közismertté vált szakemberei voltak.

A megjelenésének fontosságát mutatja, hogy – amit ma már tudhatunk – nyitó kötetét jelentette a későbbiek során szakmai körökben „kockás könyvek” címen emlegetett pszichoterápiás könyvsorozatnak. Az 1980-ban megalakult Magyar Pszichiátriai Társaság Pszichoterápiás Szekcióján belül munkacsoportok formájában létrejött a pszichoterápiás módszerek szervezeti képviselője. A kötet a munkacsoportok megalakulásával azonos évben, 1981-ben jelent meg. Célja az volt, hogy magyarul nyújtson áttekintést az akkor időszerű nemzetközi pszichoterápiás irodalmon keresztül a pszichoterápiás módszerekről. Az akkori helyzetben a magyar nyelven történő megjelentetés nem csak a nyelvi nehézségek áthidalását szolgálta, hanem legalább ilyen jelentősége volt a szakmai anyag elérhetővé tételének, mivel akkoriban alig volt elérhető a nemzetközi pszichoterápiás szakirodalom Magyarországon. Egyrészt itthon nem kerültek forgalomba, másrészt külföldi megrendelésük nem csak drága, hanem a valutában történő fizetés gyakorlatilag megoldhatatlan volt.

A pszichoterápia hivatalos elfogadása akkoriban részleges volt. A bevezető egyik különlegessége, hogy érdekes keresztmetszetét nyújtja a korszaknak. Buda Béla komoly erőfeszítése jelenik meg a bevezetőben, amelynek célja a pszichoterápia beágyazásának mélyítése. Stratégiája, hogy felmutassa, a pszichoterápia gyógyító tudomány, és tagja az orvostudományok családjának. Mai szemmel érdekes gondolatvezetés, hogy a pszichoterápia korábbi fejletlenségét, hiányosságait a tudományosság előtti orvostudománnyal állítja párhuzamba, azzal, hogy ott is időre volt szükség, míg megtalálták a tiszta hatóanyagokat, eljutottak a gyógynövényektől a gyógyszerekig. Álláspontja szerint ez a folyamat a pszichoterápia területén is elkezdődött.

Az írás világosan tükrözi Buda Béla szemléleti alapállását. A beavatkozások alapjának a kommunikációt tekinti, és ennek megfelelő elemei tekinthetők a hatékony pszichoterápiás beavatkozás alapjának, ezek azok, amelyek valamennyi módszerben kimutathatóak. Buda Béla rendkívüli olvasottsága és áttekintő képessége révén igyekezett a módszerek feletti, általános szinten megragadni és integrálni a módszerspecifikus hatóanyagokat.

A Bevezetőn túl a kötet újraolvasása is sok érdekességgel szolgálhat a maradandó értékeket felvonultató szerkesztői válogatásnak köszönhetően.

Kulcsszavak: pszichoterápia – pszichoterápiás irányzatok – pszichoterápiás hatóanyagok – kommunikáció – pszichoterápiás beavatkozások

Tanulmányok

A gyakorlat kérdései

Akcio — katarzis — empatia — encounter
Moreno hozzájárulása a modern pszichoterápia fejlődéséhez
Buda Béla

Buda Béla rendkívül gazdag életművének egy újabb szakaszát az empatia fogalmával lehetne fémjelezni. Az empatia, mint terápiás hatótényező jelentéséről és jelentőségéről szóló írásaival jelentősen hozzájárult a fogalom elterjedéséhez a magyar pszichoterápiás gyakorlatban. Jelen írás, mely 1986-ban jelent meg, bemutatja azt a tudományos, terápiás közeget, melyből Moreno elmélete kiforrott. Moreno új paradigmájának kulcsa az önfeltárás fontossága, mely azonban – ellentétben a pszichoanalízissel nem a szavak „szerkesztett”, kimunkált szintjén, hanem akcióban jelenik meg, amely egyrészt ismétlése és sűritése valaminek, másrészt pedig lehetőség a spontaneitás, s a kreatív új megoldási módok megjelenítésére. A Moreno-féle paradigma egyik legfontosabb eleme, hogy a pszichodramatikus helyzet társas helyzet, interakciós tér. A szó katarzisa helyett az akció katarzist ajánlotta, melynek új eleme az interakciós tisztázódás indulat-levezető ereje, melyre különösen a szerepcserék teremtenek lehetőséget. Ezen szerepcserék nyomán a másik helyzete élményszerűvé, megérthetővé válik, ez az empatia a pszichoterápiás kontextusban – kissé korlátozottabb értelemben használta tehát a fogalmat, mint az később elterjedt. Ugyanakkor hangsúlyozta, hogy a terápiás sikerhez elengedhetetlen az empatia előrehaladása, mely fokozza a belátást, segíti a személyiségváltozást. A pszichodráma másik kulcsfogalma a találkozás, melyet dramatikusan hoz létre azzal, hogy a személyiség mintegy belép a másik lényébe, magára veszi annak szerepét. A találkozás fogalmának kiterjesztése a pszichodramán túlmutató terápiás fogalommá vált.

*Az írást az eredeti helyesírás szerint, változtatás nélkül közöljük.
Kulcsszavak: akció – katarzis – empatia – találkozás*