

Pszichoterápia

a klinikum, szociális ellátás, mentálhigiéné, nevelési tanácsadás, szervezeti tanácsadás, prevenciószakmai folyóirata

2013. december, 28. évfolyam, 4. szám

Tartalom

A szerkesztő előszava

Tiringer István

TANULMÁNYOK

Módszertani tanulmány

Sarkadi Borbála: A játék, mint a pszichoterápia lényege

Elméleti tanulmány

Boross Viktor: Látva látni. A kognitív metaforaelmélet néhány érintkezési pontja

A gyakorlat kérdései

Irmgard Dettbarn: Skype, a kísérteties harmadik és a pszichoanalízis. Fordította Hansjürgens Anna Mária

A gyakorlat kérdései

Árkovits Amaryl: Eredet érzetét érzi énem

SZAKMAI KÖZÉLET

Interjú

Valkó Lili interjúja Dobó Katalinnal és Eörsi Dániellel a Magyarországi Bálint Mihály Pszichoszomatikus Társaságról

Viták, hozzászólások

Vita a gyermekekkel végzett pszichoterápiáról – *Csák Annamária* ♦ *Csiffáry Éva* ♦ *Janda Zsuzsa* ♦ *Szamosi Éva*

A terápiás gyakorlat etikai kérdései 8. – *Cziglán Karolina* ♦ *Kácsándi Elvira* ♦ *Tornyossy Mária*

Álláspont – Az Amerikai Pszichológiai Egyesület állásfoglalása a pszichoterápia eredményességének elismeréséről. *Fordította Takácsy Márta*

Levél az Olvasóhoz – a Pszichoterápia 10., jubileumi konferenciájához

Hírek

Beszámolók

Konferenciák – *Kertész Katinka* ♦ *Kuritárné Szabó Ildikó, Merza Katalin*

Irodalmi levél – *Koltai Mária*

Könyvismertetés – *Tiringer István* ♦ *Varga József* ♦ *Zana Katalin*

Szakkönyv- és folyóiratlisták

Szakmai programok

Szerkesztőségi közlemények

A szerkesztő előszava

Idei utolsó lapszámunk hasonlóan készült, mint a karácsonyi ajándékok. Szerkesztőségünk hosszabb ideje azon igyekezett, hogy időben összeálljon a tartalma, kellően gazdag legyen és az utolsó simításokkal együtt is a postás még az ünnepek előtt elhelyezhesse olvasóink postaládájába. Reméljük, hogy az összehangolt erőfeszítéseknek meglesz az eredménye.

A szám anyagainak átnézését követően úgy érzem, sokszínű, tartalmas írásokat vehetnek kézbe tisztelt olvasóink.

Boross Viktor elméleti tanulmánya a kognitív metaforaelmélet pszichoterápiás vonatkozásait tárgyalja. Terápiás gondolkodásunkban gyakran használunk metaforikus fogalmakat, ami szükségessé teszi elméletalkotásunk reflexióját. A metaforaelmélet – mint azt Buda Bélától gyakran olvashattuk – jól használható elméleti kerete lehet a pszichoterápiás irányzatok közötti párbeszédnek is. A tanulmány érdekes elemzést ad az analitikus és családterápiás metaelméletekről, majd részletesen ismerteti, hogyan használhatók a metaforák és metaforikus történetek a kognitív terápiás munkában.

Sarkadi Borbála módszertani tanulmánya érzékletesen és kellő elméleti megalapozottsággal mutatja be, hogyan válhat képessé a terapeuta nehéz kezelési helyzetek, tartósan elakadt kapcsolatok megoldására, ha ki mer lépni tartózkodó, megfigyelői pozíciójából, s a megszokottnál több kockázatot vállal, mer játszani, játékosabban viszonyulni klienséhez. A tanulmányban közölt gyermek- és felnőtt-terápiás részletek jó példát adnak arra, hogyan lehet mindeközben a professzionalitást megőrizni.

Árkovits Amaryl egy esettanulmányához kapcsolódóan osztja meg velünk gondolatait arról, hogyan lehet bizonyos esetekben az átélt pszichózist egyfajta beavatási rítusként értelmezni, s a terápiás kapcsolatban a páciens személyiségfejlődésének szolgálatába állítani. A bemutatott eset jól példázza, hogy ebben a kockázatos terápiás vállalkozásban milyen elengedhetetlenül fontos a kapcsolati munka és a viszontátvételi érzelmek nyomon követése.

Közreadjuk egy frissen megjelent analitikus szemléletű német tanulmány (Ingmar Dettbarntól) fordítását, mely kapcsolódik a folyóiratunkban és a konferenciánkon hosszabb ideje zajló tapasztalatcseréhez és vitához az interneten keresztül folytatott terápiákról. A tanulmány érdekes szempontokat gyűjt össze a technikához való viszonyunk mélyebb megértéséhez.

Igen fajsúlyos mostani szakmai közéleti rovatunk. Ebben jelentős szerepe van az *Amerikai Pszichológiai Társaság állásfoglalásának* a pszichoterápia elismertetésével kapcsolatban. A dokumentum az elmúlt évtized empirikus kutatásai alapján egyértelművé teszi a szakszerű pszichoterápiás ellátás hatékonyságát. Az eredmények összességében nagyon biztatóak és alapot adnak arra, hogy az egészségügyi finanszírozás vitáiban, harcaiban nyomós érvként szerepeljenek. Jó lenne, ha az ilyen példák a hazai pszichoterápiakutatásoknak is ösztönzést adnának. Az amerikai tapasztalatok ugyanis nem általánosíthatók, megkerülhetetlen, hogy saját ellátásunkról magunk is meggyőző bizonyítékokat szerezzünk.

Interjút olvashatnak a Bálint Társaság vezetőségi tagjaival, *Dobó Katalinnal* és *Eörsi Dániellel*. A beszélgetésben a megújulásra törekvő társaság céljairól, küzdelmeiről kapunk hiteles képet.

Ismét jelentkezik etikai esetelemző rovatunk.

A konferencia-beszámolóik között szerepel a megalakulásának centenáriumát ünneplő Magyar Pszichoanalitikus Egyesület őszi konferenciájáról, illetve egy a pszichoterápia-kutatások főáramába tartozó nemzetközi társaság rendezvényéről – a személyiségzavarokkal foglalkozó konferenciáról – szóló híradás. Örvendetes, hogy utóbbin hazai kutatási eredmények is megjelenhettek.

Találkozhatnak még egy lapunkban ritkán megjelenő műfajjal, irodalmi levéllel a néhány hónapja megjelent Dés Mihály regényről. Recenziókat ritkán szoktunk kiemelni – s ez rovatvezetői, recenzióírói szerepemmel is ütközik –, mégsem állhatom meg, hogy ne hívjam fel a figyelmet egy közelmúltban megjelent Gabbard kötetre, mely a pszichiátria szakmaiságáról foglal össze alapvető tapasztalatokat. A hasznos könyvet azért is említem, mert a szám olvasása során gyakran eszembe jutott folyóiratunk sokat idézett szlogenje, mely szerint „nem a tekintélyt, hanem a szakmát tiszteljük”. Jelmondatunkban talán könnyebb azt körvonalazni, hogy mi az, ami kételyeket ébreszt bennünk: a nem kellően megindokolt, önkényesnek érzett vélemények, melyek kapcsán hiányolható a kellő önreflexió és a nyílt szakmai vita és megmérettetés. Nehezebb meghatározni, hogy mi az a szakmaiság, az a biztosnak érzett közös nevező, amit viszonyítási pontnak érzünk és tisztelünk. Úgy érzem, a Gabbard kötet és a szám tanulmányai közelebb visznek bennünket a kérdés megválaszolásához.

Tisztelt olvasóinknak szerkesztőségünk nevében is boldog karácsonyt és eredményekben gazdag újesztendőt kívánok.

Tiringer István

Tanulmányok összefoglalói

Módszertani tanulmány

A játék, mint a pszichoterápia lényegi hatótényezője

Sarkadi Borbála

A tanulmány elsősorban azt mutatja be – egy gyerek- és egy felnőtt-esetpéldával illusztrálva – , hogy hogyan lehet a játékos cselekvés valamilyen formáját alkalmazni nehéz helyzetek megoldására a pszichoterápiában. A terapeuta a játék, a mintha-cselekvés során személyesen bevonódik, „bemozdul”, de kontrollálja is a folyamatot, megőrizve, illetve újra és újra helyreállítva saját reflektivitását.

A fenti jelenségeket pszichoanalitikus elméleti keretbe helyezve vizsgálja a szerző.

A pszichoanalízis elméletében történt változások egyik legfontosabb eleme, hogy felértékelődött a terápiás kapcsolat, mint hatótényező szerepe. Míg korábban az értelmezést tekintették a legfőbb tényezőnek, ma úgy tartjuk, hogy a verbális intervenciók is elsősorban a kapcsolaton keresztül hatnak. Egyre nagyobb figyelem irányul a kapcsolaton belüli interakciókra, amelyeknek egy része szükségképpen cselekvésben zajlik, és nem is teljes mértékben verbalizálható. A terápiás kapcsolati cselekvések kitüntetett formája a játék, amely nagyrészt ebben a „nem teljesen verbalizálható”, „nem pontosan tudható” mezőben mozog, és egy olyan átmeneti térben zajlik, amely lehetőséget teremt a páciens számára, hogy saját lényének el nem fogadott részeit biztonsággal megközelítse, új megoldásokat kipróbáljon, új érzelemszabályozási eszközökhöz jusson. Ez egészen nyilvánvaló a gyermekterápiákban, ahol mindennapos tapasztalat, hogy „csak” játszunk a gyerekkel, és mégis javulás következik be. De felnőtt terápiáknak is lényeges eleme a játék, itt is szükség van a játékosság adta originalitásra és komplexitásra.

Kulcsszavak: játék – terápiás hatótényezők – bevonódás – enactment – pszichoanalízis – analitikus pszichoterápia

Elméleti tanulmány

Látva látni

A kognitív metaforaelmélet néhány érintkezési pontja a pszichoterápiás elmélettel és gyakorlattal

Boross Viktor

A metafora jelenségének magyarázatával kapcsolatban számos megközelítés alakult ki az évezredek során. A metaforakutatásban új fejezetet jelentett a kognitív metaforaelmélet, ami az 1980-as években bontakozott ki. A kognitív metaforaelmélet kiindulópontja az, hogy a fogalmi metaforák és a megismerő folyamatok között szoros kapcsolat áll fenn. Az elmélet szerint a fogalmi metafora a figyelem, az emlékezés, a gondolkodás és jelentésadás fontos komponense. Tanulmányomban a kognitív metaforaelmélet bemutatását követően a fogalmi metafora és az analitikus és családterápiás pszichoterápiás elmélet és gyakorlat néhány lehetséges kapcsolódási pontját emelem ki. Hangsúlyozom a pszichoterápiás metaelméletekben használt metaforákra való reflexió fontosságát. Munkám második felében a fogalmi metafora és metaforikus történetek, valamint a kognitív viselkedésterápia kapcsolatát elemzem a terapeuta és a kliens szempontjából terápiás példákon keresztül. A kognitív terápiában a metaforák és a metaforikus történetek egyrészt a terápiára való szocializációban, a tünetfenntartó tényezők megértésében, az átstrukturálásában, egy új nézőpont kialakításában segíthetnek. Másrészt a metafora a személy egyéni gondolkodásáról, hiedelmeiről ad fontos információt. A kliens által felkínált metafora a terápiás változás minőségi mutatója lehet, amennyiben a terápia során úja és újra visszatérünk rá.

Kulcsszavak: kognitív metaforaelmélet – pszichoterápia – metaelmélet – kognitív viselkedésterápia

A gyakorlat kérdései

Skype, a kísérteties harmadik és a pszichoanalízis

Irmgard Dettbarn

„...Amikor elmosódik a határ a fantázia és a valóság között...” (Freud)

Saját tapasztalatait számba véve teszi fel a szerző a következő kérdéseket: vajon milyen specialitásokat hordoz magában az a helyzet ahol a pszichoanalitikus pszichoterápiába Skype-ot azaz video telefont használunk? Milyen érzések, fantáziák, gondolatok jelennek meg a pszichoanalitikusban és a páciensben akkor, amikor a fizikai jelenlét hiányában mikrofonon keresztül hallják egymás hangját, a számítógép monitorán keresztül látják egymást? Megnehezíti-e a szükséges bizalmi kapcsolat kialakítását a hiányzó testi közelség? Válhat-e a pszichoanalitikus kapcsolatban ez a „harmadik” veszélyes módon a hiányérzet és az elválás tagadásává? Megvéd-e bennünket a testi jelenlét hiánya a fizikai agressziótól vagy a szexuális csábítástól? Vajon eltűnik-e az áttétel, az ellenállás és a regresszió a varázslat birodalmába? Kísérteties harmadikká válik-e a Skype terápiás folyamatban?

Kulcsszavak: Skype – a kísérteties harmadik – pszichoanalízis interneten keresztül – „távterápiák” – test és a tér elvesztése – a számítógéppel kapcsolatos technikák hatása a terápiás folyamatra

A gyakorlat kérdései

„Eredet érzetét érzi énem”

Árkovits Amaryl

Megfigyeléseim szerint egyes fiatal, felnőtt férfiak az eriksoni identitás versus szerepdiffúzió pszichoszociális fejlődési krízisére pszichózissal reagálnak. A keresztmetszeti kép – a klinikai tünetek alapján – a szkizofreniform pszichózis kategóriájába tartozik, az áttétel-viszontáttétel azonban eltérő a szkizofréniában szenvedő páciensekéhez képest. Az akut fázist követő, évekig tartó pszichoterápia és utánkövetés alapján ezek a pszichotikus időszakok a fejlődés, az identitáskeresés szolgálatába állíthatóak, hosszabb távon ezek a férfiak végül tünet- és gyógyszermentesen élik az életüket. Fejlődésüket azonban sajátos családi szerepreláció nehezíti: az apák gyengék, fizikailag vagy érzelmileg távol vannak, így a velük való – a férfi identitás kialakulásához elengedhetetlen – harc lehetetlenné, értelmetlenné válik. Esetükben a pszichózis, a beavatási rítusokhoz hasonlóan, liminális fázisként értelmezhető, ahol a régi identitás megszűnik, új még nem alakul ki, s a mindennapok tér-idő relációjától távol lehetővé válik a normák megkérdőjeleződése. A reintegrációhoz azonban a közösség támogatása elengedhetetlen. Ezekben az esetekben a terapeuta gyakran a közösség egyszemélyes képviselője, a vele való kapcsolat és terápiás munka a visszatérés záloga.

Kulcsszavak: pszichózis – dezorganizáció – liminális – liminoid – reintegráció