

Idegenek az idegeink?

...A fiú tanulmányi eredménye fokozatosan romlik. Édesanyja, aki pedagógus, megkéri a klinika pszichológusát, hogy egy alkalmas időben vizsgálja meg fiát. Férje, amikor megtudta, mi a szándéka, dühös lett és nem engedte meg, hogy a gyerekkel pszichológus foglalkozzon...

...Az igazgató még a legszűkebb családi körben is titkolja, hogy pszichoterápiás kezelésre jár...

Hát ennyire idegenek az idegeink? Vagy mindez önmegismerés hiányának az eredménye? A pszichológia gyógyító hatásáról, a pszichoterápia módszereiről kérdeztük dr. Szilárd János egyetemi tanárt, az Ideg- és Elmeklinika igazgatóját, és dr. Wagner Ádám klinikai pszichológust.

— A pszichés betegségekre hogyan reagál a közvélemény, a társadalom?

Dr. Szilárd János: — Sajátos ellentmondás tapasztalható. A rendelésben megjelenő betegek jelentős része pszichés problémái miatt fordul orvoshoz. A pszichés betegségekre gyakran testi tünetei vannak, szúr a szív, fáj a gyomor, a fej... A betegek nem szívesen veszik tudomásul, hogy a lelki működésükben észlelhetők a zavarok. Ennek az idegenkedésnek oka a sajátos felfogás és az orvosképzés is. Ilyen téren az egészségi kultúráltság nagyon alacsony fokú, természetesen káros.

— Miért alakult ki ez a furcsa helyzet?

— Szinte napjainkig a műszerekkel vizsgálható módszereknek minden más metódussal szemben óriási az előnye. A pszichés betegségeket pedig semmilyen mértékegységgel, centiméterrel vagy grammal, kézzel fogható dolgokkal nem lehet így mérni. Sokkal bonyolultabb a lelki betegségek vizsgálata, mint például a vakbélgyulladásé vagy a légcsőhuruté. A furcsa értékrendnek ez a gyakorlati oka, másrészt az, hogy az orvosképzésben a pszichológia sokáig nem kapott megfelelő fontosságot. De van egy történelmi ok is.

— Eस्पedig?

— A pszichológiának sok ága van. Az egyik, és amiről beszélgetünk, az a kóreléktan. Alapvetően ez a tudományág, és főleg az akkor előtérben álló pszichoanalízist — az első világháború után sokáig fenntartással kezelték. A Horthy-rendszerben az antiszemitizmus, a Rákosi-érában a vulgár materializmus miatt ültözött és indokolatlan fenntartással voltak a pszichológia minden ága iránt. A négy évtizedes szélcsendet megsínylette ez a szakma.

— A szélcsend után vihar következett?

— A hatvanas évektől újra teret kapott a pszichológia. Az idegenkedést ekkor már azzal lehet magyarázni, hogy mindent csak a pszichológiával akartak megoldani. Termelékenységet, munkamorált, szervezést, futballt stb. Egyedül ebben a tudományban látták az üdvözítőt nagyon sok kérdés orvoslására. Ez hiba volt. Csak napjainkban lett kedvezőbb az orvosi pszichológia fejlődésének lehetősége hazánkban.

— Úgy tudom, mégis kevés pszichológus működik közre a gyógyításban?

— Sajnos, valóban így van. Elenyésző a számuk. A nagyfai alkoholelvonó intézetet leszámítva három és „fél” pszichológus dolgozik a megye egészségügyi intézményeiben. Ezek közül kétő gyese van, a „fél” csak másodállásban segít nekünk. Végül is egy pszichológus végzi a gyógyító munkát, éppen itt nálunk, a klinikán. Nem túlzok, ha azt állítom, legalább harminc pszichológus számára lenne állandó feladat Csongrád megyében.

— Hogyan kapcsolódik a pszichológus a gyógyításba?

— A közelmúltban jelent meg az a rencalet, amely szabályozza a pszichológusok helyzetét. Így törvényesen és megnyugtatóan rendezték ezt a kérdést. A pszichológusoknak a szerepe meg-

növekedett a betegellátásban. Hogy példát mondjak, megemlíteném: a diagnosztikában a személyiség és a lelki működések változásait, kórosságait méri, orvossal együttműködve részt vesz a pszichoterápiás kezelésben. Felkészültsége határozza meg, hogy milyen módszer szerint dolgozik. Sokféle kezelés van, de erről beszéljen maga a pszichológus.

Dr. Wagner Ádám pszichológus: — A harmonikus élet alapfeltétele, hogy az ember beilleszkedjen környezetébe, a társadalomba. Az együttműködés alapja az önregulálás, a fegyelmezett, kiegyensúlyozott viselkedés. A lelki zavaroknál a kiegyensúlyozottságot, nyugodtságot kell visszaállítani. Az egyensúly visszaszerzésére több módszer van. Igen jó az autogén tréning. El-sajátítása nemcsak a lelki egyensúly visszaszerzését, hanem a nagyobb megterhelés elviselését, a mindennapi életben a nagyobb helytállást is biztosítja.

— Hogyan történik mindez?

— Az autogén tréning elsajátításánál az orvosnak, illetve a pszichológusnak mindig közre kell működnie. Eppen ezért ne kívánja, hogy a gyakorlatokat részletezzem. A módszer lényege: az ember félrevonulva figyelmét önmaga felé fordítja. A feszültségek okozta izommerevedést megpróbálja fellazítani. Fel-ébred a kiegyensúlyozottság érzését, majd önszuggesztíóval ezt az állapotot megpróbálja állandósítani. Különböző gyakorlatokkal éri el ezt, izomlazítás, nyugodt lélegzés, melegségkeltés...

— Milyen betegséget kezelnek a pszichoterápia említett vagy más eszközeivel?

— Mint ahogy a professor is mondta, a pszichés problémák hatására legtöbbször testi panaszok keletkeznek. A pszichés bajok felszámolása után ezek is megszűnnek. Például a közel-múltban volt szó a túlzott izzadásról és annak kezeléséről. Ekkor felvetettük, vizsgáljuk meg a pácienseket pszichológiailag is. Az autogén tréning következtében, a lelki problémák feltárása, megszüntetése után az izzadás is elmaradt. Tartósan fennálló feszültség, ideges állapot hatására könnyen kialakulhat gyomorfekély. Kellő időpontban ennek gyógyítását ma már az autogén tréning is elősegítheti.

— Milyen módszerekkel gyógyíthat a pszichológus?

— Feltétlenül említésre méltó a pszichodráma. Ennek alapja, hogy a cselekedeteink indítékai-val sokszor nem vagyunk magunk sem tisztában, azokat meg kell érteni. Sokszor előfordul, hogy az ember a környezet, a munkahely elvárásainak nem tud eleget tenni. Ilyenkor azt hi-heti, hogy azért tesznek neki szemrehányást, mert üldözik. Nos, a pszichodráma segítségével a beteg különböző szerepeket él át, egyszer azt, aki a hibát elköveti, máskor pedig a főnökét, aki felelősségre vonja. Így szem-bekerül önmagával, és az üldöz-tetés érzése fokozatosan megszűnik.

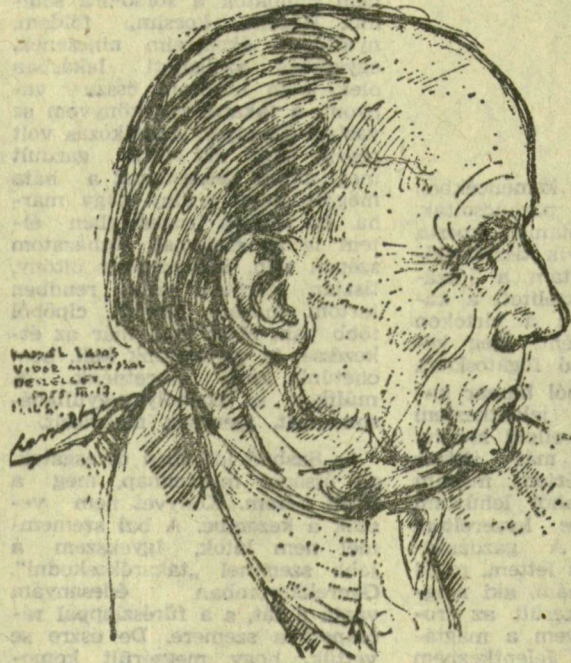
— A legfantasztikusabb történetek élnek, keletkeznek a hipnoterápiákról a közvélemény körében. Méghegyszá mulattató, elkápráztató produkcióként ismerik sokan ezt a gyógyítást. Nyilvánvaló, hogy ez tévedés. A hip-noterápia kellően megalapozott javallat esetén nagyon hatékony gyógyítómódszer lehet. A beteg saját akarata következtében — természetesen a kezelést végző egyén közreműködésével — sajátos állapot alakul ki. A szuggesz-tió hatására a beteg számára kedvező élményt él át, ettől megnyugszik, magabiztossá válik. A kezelés ismétlésével az állapot tartós lesz, s a panaszok megszűnhetnek.

— Milyen hasznos következményei lehetnek, ha magunkkal többet foglalkozunk, ha idegeinkről nem idegenkedünk?

— A jobb önmegismeret, az önre-gulálás és természetesen — hi-zen az egészek az érteleme — egészségünk megővése.

HALÁSZ MIKLÓS

Ez az igazi Kaszák Lajos! A kritikus fangor fangor! (M. J. ...)



Csütörtökön se legyen szünet

László Gyula sorrendben ötödik kiállítását rendezte Szegeden, a Móra Ferenc Múzeum Horváth Mihály utcai képtárában. 1973-ban művészportréiból rendezett kiállítást. A következő évben a tudomány reprezentánsainak arcképeit sorakoztatta fel, 1975-ben száz rajzát láthattuk magyar festőkről, szobrászokról, muzsikuskokról, egy év múltával pedig rajzai, festményei és kisplasztikái csatlakoztak szűkebb körébe engedtek bepillantást. A múlt vasárnap megnyílt *gyűjteményes tárlata* a visszatérítő alkotó rendszerező készségének, felméréseinek, számvető számdékának indulatából született.

A mostani bemutató első darabja a gyerekkort idézi. A tízéves László Gyula a *honfoglalást* szeretné megfesteni. Szinte jelképes indulás, előlegezi a majdani riváló régészt, a magyar őstörténet és a honfoglalás korának tudós kutatóját és előlegezi a sok arcú képzőművészt, aki egyaránt művészi módon bánni a rajzjollal, az ecsettel, akinek engedelmessé válik a vész, a karcolat, a karcolat. Előlegezi László Gyulát, a „*Victor archeológus*”-t, akinek legyvere a toll és az ásó. Aki ássa az egykor volt Magyarországot, amely ott lapul a mostani magyar föld alatt. És rajzolja arculatát a mainak is — az arcképek, kompozíciókban tükröződő valóságát napjaink-nak. A tudomány és a művészet oldhatatlan szerelme teljeseedik ki László Gyula életének közel hét évtizedében. A reneszánsz embertípus hanyatlóban levő példaként egyike ő. Michelangelót idézi mostani kiállítás katalógusának előszavában a kortárs és barát, Borsos Miklós: „*aki rajzolni tud, mindent meg tud csinálni, mert birtokában van a tér és az abban elhelyezkedő álló vagy mozgó jelenségek meg-ragadásával*”. Szinte kéri a közönséget „*bocsássuk meg László Gyulának, hogy mestere a rajz-nak, és amellett, vagy azon fe-lül tekintélye a magyar tudomá-nyos életnek*”.

— Festőként indultam, a főiskolán társaim — Szalay Lajos, Szabó Viadimir, Jaskievicz István, Borsos Miklós, Tóth Meny-hért — át-átjötték a szomszéd osztályokból is, hogy megnézzék egy-egy rajzomat. De hát én is átjártam, hogy nagy erejű ké-peiket megnézzem. A főiskolai évek óta 50 esztendő telt el. Mindent, amit eddig tettem, bel-ső kényszerből és nem mások hatására tettem. A főiskola el-végzése után „szakítottam a mű-vészettel”, elégettem mázsányi-ra gyarapodott főiskolai rajzaim halmazát. Tizenkét évig kemény munkát szántam arra, hogy ré-gész legyek. A régészet tudomá-nya is kétféle lehet. Fiatalon analitikus szorgalommal gyűjtöt-tem a föld mélyében rejlő em-lékeket, s ez a szorgalmas anyag-

gyűjtésen alapuló számadás a régészeti kutatómunka egyik ága. Később rájöttem, hogy a történelemben nagyobb lélegzetű humánról van szó, s ez a történelem mozgásban való meg-ragadása, a szintéziskeresés ej-tett rabul. Mindkétféle tájékozódásra szükség van, egymás nél-kül nem élhetnek meg.

Életének tudományban és mű-vészetben kiteljesedő lüktetésé-ről ír az *Új Irás Pályám* emlé-kezete című sorozatában, ahol *büvöpatatokként* jelöli meg éle-tének egymást váltó érzelmi és értelmi korszakait, amikor az egyik évekig tartott, s ezalatt a másik büvöpatakként tájékozott a mélyben, hogy aztán újra fel-színre kerülhesen, hogy a másik keressen menedéket az ismeret-lenben. Így váltogatta a két életérzés egymás színt-fonakját, így kísérté László Gyula életét a tudomány és a művészet torz-saikodása mindmáig, amikor a lélek csendjének áhitatában lét-rejött közöttük a békeszerződés.

A gyűjteményes kiállításon van egy festmény, a *Pályám* em-lékezete címet viseli. Erről a képről, témájáról, alakulásáról így vall László Gyula: — Nos, úgy alakul a kép, hogy a bal sar-kában gepelek, oldalról látszom, tehát nem zavar a nézők belém kapaszkodó tekintete. Az írógép jelképezne kutató munkásságo-mat. Szorosan mellette kinyit-va ott lenne festékdobozom cso-dálatosan szép, nyomorgatott fes-téktubusokkal, odakent festékfol-tokkal. Aztán a háttérben fel-rajzszegve egy vonalrajzom, előtérben meg vésők, tollak, ecsetek, jelezvén, hogy fát-linó-leumot metszettem, szobrot fa-ragtam, mintáztam, karcoltam, festetem. Nos, mindez a szem számára sürítene, amit írásban terjengősen, s mégis kurtán meg-fogalmaztam: kutatás, írás, fes-tés, faragás, rajzolás, karcolás

— Úgy érzem, munkásságom kétszólamú. Részint világos és harmonikus vonalmuzsika, ré-szint sötétlen kavargó indulatok világa, sátni bizonytalanság. Az első rajzoktól mai képeimig sze-retném elvezetni a művészet iránt érdeklődő nézőket, abba a világba, mely nem csupán az enyém. Életem nagy ajándéka, hogy a legnehezebb időkben épp-úgy, mint ma, barátaimnak mondhatom a XX. századi ma-gyarság nagy pantheonjának alakjait. A nevek pusztá felsoro-lása is lapokat tölthetne be, s ki-gyózné meghatottság nélkül so-rolni a neveket. Az idősebbekhez atyai barátság, a fiatalabbakhoz, a kortársakhoz elmélyült kaposo-lat fűz. Semmiféle kitérítés nem érhet fel ezzel a kincs-sel, életem nagy ajándékával. Ör-ülök, hogy kortárs lehettem. Em-lékszem, főiskolásként gyakran játszottunk olyat, hogy mestere-ink stílusában rajzparódiát ké-szítettünk. Én egyik mesterem napról napra fejlesztett, satírozó stílusában készítettem egy port-rét. De nem rajzoltam meg az orr és a száj sávját. Mikor meg-kérdezték, hogy miért nem, azt válaszoltam, hogy csütörtökön szünet volt. Egész életemmel, munkásságommal azon voltam, hogy *sose legyen csütörtökön srünet*.



TANDI LAJOS