

GERONTOLÓGIAI OLVASÓNAPLÓMBÓL

– EGY HIÁNYPÓTLÓ LÉLEKTANI KÖNYV MEGJELENÉSE KAPCSÁN –

Ádám György

az MTA rendes tagja, kut. prof. (ELTE) dradam@ludens.elte.hu

A szépirodalomtól kezdve a népszerű orvosi munkákig a hazai könyvkiadás az elmúlt fél évszázadban nem volt és ma sincs híján az öregedés lelki jelenségeit leíró, mozgatóerőit firtató, néhol bölcs tanácsokkal is szolgáló írásoknak. A magyar nyelvterületen a recensens nemzedéke számára a legfeltűnőbb talán Illyés Gyulának 1969-ben megjelent *Kháron ladikján, vagy az öregedés tünetei* című esszékötetete volt, amely idősebb-fiatalabb olvasói körében óriási sikert aratott. A téma egyszerűen „divatba jött”. Talán nem véletlen, hogy a rákövetkező évben napvilágot látott Vas István-féle kétkötetes versgyűjtemény (*Mit akar ez az egy ember?, I-II. 1970*) már az öregedéssel foglalkozó számos költeményt tartalmazott. Érthető, hogy a hazai olvasóközönség illetéknéppen nagy érdeklődéssel fogadta 1972-ben Simone de Beauvoir franciából fordított, átütő hatású, szociológiai igényű nagy művét, *Az öregséget!* A következő évben, 1973-ban megjelent Déry Tibor-féle szellemes kötet, a *Kedves bópeer* a maga ragyogó szerzői öniróniájával már szinte csak kiegészítette ezt a harminc évvel ezelőtti, tündöklő sikersorozatot! A hetvenes évek eme sajátos „szépirodalmi gerontológiája” több-kevesebb visszhanggal szinte a mai napig folytatódott.

Nem állítható ugyanez az ismeretkövetítő, vagy akár a tudományos igényű pszichológiai munkák vonatkozásában. Pedig a nemzetközi lélektani irodalomban se szeri, se száma a geriátriai igényű, vagy legalább is a személyes időskori élményeket esszésze-

rűen taglaló munkáknak! Némi túlzással azt mondhatnánk, hogy ahány nagytekintélyű, hajlott korú karizmatikus pszichológus, annyi öregkori szubjektív esszé! Példaként itt csupán a kilencvenvalahányadik évében nemrég elhunyt neves amerikai pszichológus, Burrhus F. Skinner: *Enjoy Old Age* (1989) című, igaz, fiatal társszerzővel írt, érdekfeszítő könyvét említem.

A Czigler István által szerkesztett kötet, amelyről bővebben szeretnék írni (*Túl a fiataltságon. Megismerési folyamatok időskorban*) nem ebbe a szubjektív, anekdotikus sorba tartozik, hanem a szigorúan objektív, sok adattal alátámasztott és tárgyilagosan prezentált munkák közé, amelyekből régóta hiány mutatkozik a hazai tudományos pszichológiai és orvosi irodalomban. Ezért a kötet sokéves mulasztást pótol. A recensensnek módjában volt sok hónapot eltöltenie az amerikai vezető gerontológiai kutatóközpontban, valamint annak igen gazdag könyvtárában, és tájékozódnia a rendelkezésre álló hatalmas adatbázis területén, amely hűen tükrözi az öregedéslélektan igen kiterjedt nemzetközi irodalmát. Ez a bőséges, jobbára számítógépes adathalmaz persze ma már itthon is könnyűszerrel elérhető.

De ennek a tényarádnak a tudatában is biztos állítható, hogy Czigler István kötetje igen értékes, magas színvonalú, és sok tekintetben úrpótló összeállítás! Különösen a szerkesztő, Czigler István alapos tanulmányát kell kiemelnem, amely a 255 oldalas gyűjteménynek több mint a felét, pontosan 130

oldalt foglal magába. Tulajdonképpen Czigler dolgozata egymagában is önálló monográfiának tekinthető! Ez az összefoglaló munka a maga 6 nagyobb fejezetével, ezen belül további 28(!) kisebb alfejezetével az időskori kognitív pszichológia és pszichofiziológia szinte valamennyi fontos problematikáját áttekinti, miközben visszafogottan, mondhatni túlságosan is szerényen tárgyalja saját és közeli munkatársainak jelentős eredményeit!

Czigler István az előszóban a saját, korántsem mindig szívderítő és csak fő vonalaiban derűlátó adataira támaszkodva, nyilván az idősök optimizmusát kikezdve, önmagát „rossz emberként” tünteti fel. A recenzíró kénytelen szembeszállni ezzel az önjellemzéssel! Az öregedő és a késői öregkort elért populáció vonatkozásában ugyanis olyan sokrétű, színes és gazdag adathalmazt tár az olvasó elé, amelynek összessége nem annyira a megismerési folyamatok hanyatlását, mint inkább megtartott, ámbár sokszor lassuló teljesítményét tükrözi. Azokon a kognitív területeken pedig, ahol a befogadó funkció időskori romlása nyilvánvalónak tűnik, ezt a szerző joggal az agyműködés morfológiájának és fiziológiájának természetes módosulása következményeként tünteti fel! Czigler monográfiának is beillő alapos tanulmányát az igen tekintélyes irodalmi lista, a maga több mint háromszáz hivatkozásával is erőteljesen hitelesíti.

Czigler kettős szerepe – avatott gerontopszichológiai szerző és ugyanakkor gondos, körültekintő kötet szerkesztő – egyáltalán nem zavaró körülmény! Hiszen a saját tanulmányához illő, a nemzetközi időslélektani irányzatokat kitűnően reprezentáló hat tanulmányt; három hazai szakemberek, másik három pedig külföldi szaktekintélyek tollából (nagyraért a saját fordításában) a szerkesztő maga választotta a gyűjteménybe.

Először néhány gondolatot a magyar szerzők dolgozatairól: Degrell István írása az

öregedő agyvelő normális és kóros morfológiájáról, biokémiájáról és patofiziológiájáról korrekt, célratoró, korszerű munka. Nélküle a kötet nem lenne teljes, hiszen agybiológiai adatai nagymértékben hitelesítik a többi öt, lényegükben kognitív pszichológiai és pszichopatológiai síkon kibontott fejezetet. Kiss Éva és Tariska Péter értékes kórlélektani tanulmánya szinte közvetlenül támaszkodik az előző agyszöveti és –élettani adatokra. A hazai szerzők a legutolsó, igen gyorsan fejlődő és változó adatok fényében, illetve saját klinikai tapasztalataik alapján ismertetik az időskori, jobbára kóros kognitív eltéréseket. Három kérdéskör áll a tárgyalás középpontjában: a memóriazavarok és a demenciák, az időskori depressziók valamint a korszerű diagnosztika és terápia szempontjainak problematikája. Igen olvasmányosan megírt, fontos és tanulságos fejezet! Végül a magyar szerzők sorát és egyben a gazdag tanulmánykötetet Pék Győző kifejezetten módszertani jellegű dolgozata zárja, amely „az első komplex gerontopszichológiai vizsgálóeljárás” (ez a szerző saját meghatározása) magyar nyelvű változatát ismerteti. Ezt a Nürnberg Alters Inventar (NAI) elnevezésű tesztrendszer Oswald és Fleischmann az ötvenes évek elején ajánlotta, azóta (és nemcsak a német nyelvterületen) sokan behatóan tesztelték. A magyar változatot éppen a tanulmányíró és néhány más hazai szerző próbálta ki több időskorú beteg és egészséges csoporton.

A három, külföldiek által írt tanulmány közül Paul B. Baltes, Jacqui Smith és Ursula M. Staudinger nagyjelentőségű fejezetét kell kiemelni, amelynek már a címe is jellemző: *Bölcsesség és a sikeres öregedés*. A nemzetközi viszonylatban is jól ismert német öregedés-kutatónak, Paul Baltesnek ez a nagylélegzetű fejezete voltaképpen az öregedés optimista „kiáltványának” is tekinthető, ha a recenzens által kreált idézőjelbe tett kifejezés illő volna e komoly, sok érveléssel alátá-

masztott munkához! De elégedjünk meg azzal az értékeléssel, amelyet fent vázolt saját dolgozatában Czigler István nyújt. E szerint a Baltes-féle derűlátó nézet szerint az emberi elme fejlődése az egész életen át tart, az idősödéssel együtt egy új integráció, újfajta kogníciós lehetőség alakul ki, amelyet a közbeszéd a „bölcsség” kifejezéssel jelöl. Az öregedéssel kapcsolatos kognitív fejleményeket Baltes és munkatársai hét tézisben foglalják össze. A tézisek részletes ismertetése túlmutatna a recenzió határain, ezért itt csak igen tömören a következőket emelem ki. A szerzők szerint az emberi idősödés folyamatában igen nagy tartalékkapacitás mozgósítható, amelynek során az óhatatlan elmebeli veszteségeket új kognitív stratégiák nyereségei kompenzálják. A személyiség időskorban is rugalmas rendszer marad, amely képes megküzdeni a felismert hanyatlással az „én-integritás” fennmaradása érdekében. Továbbá: az öregedés menetében jelentős az egyének közötti heterogenitás! Például élesen különválasztandó a normális, helyenként optimális öregkori veszteségnyereség egyensúly a megbetegedett agyvelő által előidézett patológiás állapottól!

A fent ismertetett, derűlátást sugalló jelentős tanulmányra jól ráhangolódik a brit Peter Warr, továbbá az amerikai Thomas M. Hess reális hangvételő, tárgyilagosan prezentált fejezete. Peter Warr rövidebb dolgozata az életkorral változó munkahelyi teljesítményt taglalja, végeredményben az idősödés esélyeit illetően optimizmust sugalló kicsengéssel. A szakmák felhalmozott mesteriségbeli tudásának jelentőségét, vagyis a

gyakorlat, a mindennapi rutin és tréning szerepét húzza alá mint az öregkori kognitív funkciókban tetten érhető nyilvánvaló előnyöket. Lényegében hasonló tapasztalatot sugall Thomas M. Hess szociálpszichológiai jellegű gondolatfűzése. Öregkorban nagymértékben fennmarad, sőt fejlődik az a képesség, amelyet megismerési szociális tanulásként definiálhatunk. Ez az életkorral inkább módosul, stratégiáját tekintve változik, semmint hanyatlik! Ez a változás képes kompenzálni, sőt, a kognitív társaslélektan szempontjából a legtöbb esetben alkalmas megküzdeni az öregkori morfo-fiziológiai lassulással. Merev sztereotípiák és rugalmasnak mondható, személyiség-integráló alkalmazkodás egyaránt gondoskodik a teljesítményromlás egyensúlyban tartásáról. Végül a szerző leszögezi, hogy a kognitív szociálpszichológia régebben se tagadta az általa kifejtett fenti elveket, amelyek az egyéltől a romlás helyett a szociális megismerés szerkezetének öregkori változásaira utalnak, illetve a viselkedésben nyereségnek is tekinthetők.

A Czigler István által szerkesztett kitűnő összeállítás természetesen elsősorban a szakközönségnek szól, de az idősödés iránt érdeklődő, illetve az önmagát érintettnek tekintő széles olvasóközönség részére is fontos olvasmány lehet! Az elmélyült kutatás és gondolkodás eszközeivel ugyanis „helyre teszi a dolgokat” az öregedés lélektanának sok-sok hiedelme és mítosza tekintetében.

(Czigler István /szerk./: *Túl a fiatalságon. Megismerési folyamatok időskorban.* Akadémiai Kiadó, Budapest, 2000)