

Műhely

„VÁR-LAK” CSOPORTTERÁPIÁS SEGÍTSÉGNYÚJTÁS KISKAMASZOK SZÁMÁRA¹⁴

Terápiás munkánk során gyakran találkoztunk olyan kiskamaszokkal, kiket „baj van vele”, „kibírhatatlan”, a „család szörnyű” címkékkal a környékbeli iskolák pedagógusai küldtek a nevelési tanácsadóba. Többször előfordult, hogy a gyámhatóság „mellékbüntetésként” róttá ki rájuk a nevelési tanácsadóban való megjelenést. Az elfoglalt, sokszor szociális, életvezetési nehézségekkel küszködő szülők is gyakran fordultak hozzánk segítségért. Ezek alapján felmerült bennünk, hogy az iskolából kimaradó, kallódó, csavargó, az iskola, a család, a társadalom által elfogadott közösségek megtartó erején kívül eső gyerekek számára klubszerű találkozóhelyet szervezzünk.

A serdülő feladatai Vikár (1980) szerint három nagy területen jelentkeznek: a szexuális fejlődés, az érzelmi élet, illetve a tárgykapcsolatok, valamint a társadalmi beilleszkedés szféráiban. Hogy a serdülő miképp birkózik meg a fejlődés által rárótt feladatokkal, attól függ, milyen volt az egyéni korelőzménye, a gyerekkori fejlődése milyen pszichodinamikai állomásokon keresztül zajlott, illetve hogy a serdülő családjának milyen a szerkezete. Háromféle tipikus családszerkezetet írt le, melyek felelőssé tehetőek a serdülőkorban megnyilvánuló pszichés tünetekért: a válás, a szülő halála, vagy egyéb miatt szétesett család; a rejtetten szétesett család, amikor a családtagok formálisan együtt élnek, érzelmileg azonban különválva; és az izolált család, mely alig tart fenn kapcsolatot a külvilággal. Ezeknek a családoknak közös jellemzője, hogy nem tudnak megfelelő érzelmi támaszt nyújtani gyermekük fejlődési feladatainak megoldásához.

Mi egy olyan csoportbázist kívántunk megteremteni, amely a fent leírt családszerkezettel rendelkező kamaszoknak, bakfisoknak és szüleiknek adhat támaszt.* A problémakezelés közösségi módjait tervezzük megteremteni a meghallgatás, a szolidaritás, a segítség formájában. Elképzelésünk szerint párhuzamosan indítottunk volna a gyerekek szüleinek egy szülőcsoportot is, a kamaszokat nevelő szülők problémáinak megbeszélésére. Természetesen a kölcsönös titoktartás betartásával. Ezt az elképzelésünket kiskamaszaink ismételtlen visszautasították. A kérésüket elfogadtuk, bízva abban, hogy a későbbiek folyamán találunk majd egy olyan megoldást, amely feloldja ezt a problémát. Elképzelhető, hogy módosítani kell eredeti kiindulópontunkat és folyamatos szülőcsoport helyett, időszakonkénti csoportos összejöveteleket kell majd szerveznünk.

„Vár-lak” csoportunk összlétszáma 24 fő (7 lány és 17 fiú). A csoport nyitott, 1991 szeptemberében indítottuk, és azóta folyamatosan működik. Hetente egyszer kétórás csoport összejöveteleket tartunk. Ha a csoportfolyamatok úgy kívánják, tematikus elemeket is felhasználunk: alkalmazunk szituációs játékokat, en-counter és pszichodráma elemeket, közösségi játékokat.

A gyerekek életkora 13-tól 17 évig terjed. Túlnyomórészt általános iskolások, hárman szakmunkásképzőbe járnak, 2 fiú magántanuló. A családok többségében az anya egyedül

¹⁴ Az Országos Társadalombiztosítási Főigazgatóság 1991-ben kiírt mentálhigiénés pályázatán nyert összeg által finanszírozott csoportterápiás ülések

neveli a kiskamaszt, néhány esetben az anya és aktuális partnere, de kibővül a család esetenként a felnőtt testvér családjával is. A 24 család közül csak kettő nevezhető teljesnek.

Az anyák több mint 25 százaléka a válás következtében egzisztenciálisan lecsúszott. A családok férfi tagjai (apák, nevelőapák, élettársak) túlnyomórészt szak- segéd- és betanított munkások. A családok több mint felénél jelentkezik időlegesen vagy tartósan a munkanélküliség. A gyerekek a nem velük élő elvált szülővel, (egy kivételével) feszültségteli viszonyban vannak, vagy egyáltalán nem tartják a kapcsolatot.

A csoporttagok tanulmányi eredménye általában nem tükrözi értelmi képességeiket, messze valódi színvonaluk alatt teljesítenek. Kivételt képez néhány lány, és az egyik szakmunkástanuló fiú. Ez a fiú mindent megtesz a műhelyben a főnökének, akár számára megalázó megbízásokat is végrehajt, mert nagyon átéli, hogy a száma megszerzése az egyetlen lehetősége, hogy „feljebb kerülhessen”, hogy mielőbb önálló lehessen. Ettől reméli, hogy így anyjának és öccsének támaszt adhat majd, sokkal inkább, mint a gyakran változó, megbízhatatlan élettársak.

Tehát, egy kicsoprotot hoztunk létre, kiskamaszokból, pszichológus, családgondozó pár vezetésével. Egy olyan távlati céllal, hogy a csoport szerveződés megfelelő szintjén új tagok befogadására legyen alkalmas. A csoport képes legyen úgy működni, hogy folyamatosan elenged és bebocsát gyerekeket. De a csoport folyamatosan működik, az újaknak átadva mindazt, amit az elődök kidolgoztak (csoportnormák, szokások, szolidaritás, a problémakezelés új módjai). Nekik már lesz közvetlen tudásuk arról, hogy mit jelent a csoport megtartó ereje és hogy a stigmák mennyire nehezítik a kapcsolat felvételt. Csoportunk tagjai folyamatosan hoztak krízishelyzetben lévő társakat, osztálytársi, haveri, játéktermi ismeretségből. Sőt egy alkalommal egy intézetből szökésben lévő „haver”-t az aktuális ülésen itattak, etettek, nyugtattak meg.

A foglalkozások kerete a teázás volt, keksszel, jeles napokon egyéb finomságokkal, ami sok mindenben segített. „Belépés csak teaivóknak” – felhívás lógott az ajtón, (ez a gyerekek ötlete volt) a csoportfoglalkozások idején -, ez adta azt az intimitást, ami hozzásegített ahhoz, hogy néhány órára a hivatalos intézményen belül egymásra figyelő barátok lettünk. A teázás keretei meggyorsították a csoport rítusainak kialakulását. Minden alkalommal másvalaki volt a házigazda. Tapasztalataink szerint ezek a gyerekek igen kevés szeretetteljes gondoskodást kaptak szüleiktől. A gondoskodás keretei is kialakulatlanok, esetlegesek, sietősen elnagyoltak. Így az általunk bevezetett „etetés” kielégítetlen érzelmi mohóságukat is szolgálta.

Egymás megismerése több lépcsőben történt. Élet- és lakáskörülményeiket nem csak szóban, hanem az ülés alatt készített táblaszerű rajzban is demonstrálták. Ezen keresztül a családi kapcsolatrendszerbe is bepillantást engedtek társaiknak. A hasonló sorsok megismerése enyhítette az „ez csak velem történhet meg” szorongató érzését.

A reális helyzettel való szembesülés után a vágyfantáziák uralták el a csoportot. A vágyott, ideális szülőképek ütköztek a zord tényekkel. Különböző pszichodráma elemek felhasználásával bemutatták, megjelenítették konfliktusaikat. Szülőkapcsolataikban az egyik könyörög és taktikus, a másik fél, nem bízik abban, hogy igaza lehet. Az egyik lány „bög”, ha valamit el akar érní, műzokogást produkál. Van, aki dühből kibabráll a szüleivel, más zsarol, megszökik. Van, akinek igen keserves, mert szülője meg sem hallgatja. Szeretnének többet megengedő fiatal szülőt, apát is a családba, megengedő szeretetet.

A csoport folyamán jelentős témává válok a szülők párkapcsolata. Rendkívül erős érzelmeket mozgósít a gyerekekben. Normatartás és normaszegés, vágy és megvalósulás feszültségét élük át, váltogatva felnőtt és a gyermek nézőpontját. Felerősödtek a trágár kifejezések, a csonkításra utaló beszédfordulatok. A csoport nehezen kezeli az indulatait,

kezdését vette a csoport-ellenállás, amely a csoportkeretek széttzilálásában a regresszív rivalizációban mutatkozott meg. Nem kis erőfeszítésünkbe került újból és újból meghatározni a csoportkereteket. Úgy tűnt, mintha a nagy érzelmek elsodorták volna a kimunkált csoportszokásokat, szabályokat, viszonyokat. Azonban a „viharzás”-t követő újra indulásban nagyobb intimitást és egymás iránti közeledést tapasztaltunk. Barátságok kezdtek kialakulni. Párosával, illetve kisebb csoportokba szerveződtek az ülés előtt. Ezzel együtt nőtt a kompromisszumra való készség és igény. Új tagokat hoztak, akiket már ők avattak be a csoport titkaiba, és ők mondták el a szabályokat, már mint evidenciát.

Új lányok megjelenése a csoportban, a szexuális témák előtérbe kerülését eredményezte. Élmény volt számukra egy biztonságos közegben a szexualitásról beszélni, gyakran annak szélsőségeiről. Csak a viharos nevetés, a groteszk megnyilvánulások utaltak a téma mögötti szorongásokra.

Miután megbirkóztunk ezzel a szakasszal, anélkül, hogy visszautasítottuk volna az időnkénti nyersséget, a feszültségek feldolgozásával az intimitás egy újabb szintjére jutottunk el. Az egyik nehezen elviselhető, türelmünket próbára tevő, durván bohóckodó fiú spontán vallomása szerint: „aki kicsi és gyenge, annak sokat kell hülyéskednie, hogy a gyengesége ne látszódjék meg.”

Ebben a szakaszban észrevettük, hogy az evés már nem olyan fontos számukra, szinte beleszédülnek egymás és maguk mélységeibe. Ebben a fázisban fordult elő először, hogy a csoport tagjai egymást megvárták, mielőtt elmentek.

Majd sorra kerültek az élet nagy kérdései: a párválasztás, a felnőtt lét, a szülőszerep, az erkölcs problémái, az emberi értékek megfogalmazása (túlvilág, hit, halál stb). Az egymásra hangolódás nem volt zavartalan. Az egyik többet akart elmondani magáról, a másinak ez megerőltető, sok volt. Spontán szabályozni próbálták, hogy mit és milyen mélyen szabadon elmondani a csoportban. Ekkor védettség és a titoktartás megerősödött. Már a csoporton kívül is találkoztak. Közös külső programokat szerveztek. Az ülésekre együtt jöttek, kölcsönöztek egymásnak könyveket, lemezeket, ruhadarabokat, eddig féltve őrzött saját verseket is felolvastak egymásnak. Feltűnik az egymásért való felelősség. Az egyik gyerek, Jancsi lopásba sodródik, aggódnak érte, tanácsokat adnak, együtt latolgatják a következményeket. A csoport felelősséggel, higgadtan ad visszajelzést. Jancsinak bármennyire is nehezebbre esik, elfogadja a csoport értékelését a helyzetről.

Két szép szerelmet is megéltünk ebben az időben, ami lágyabbá szelídebbé varázsolta a gyerekeket, együtt érzően oltalmazták a párokat. A törekeny szerelem azonban megsérült, a lány egy másik fiút csábított el. Az elhagyott fiú külseje megváltozik, „maffiózó” öltözékben jön, férfiassága hangsúlyozásaként. A szerelmi krízis lezajlása után ez a fiú válik a csoporton belüli férfiideállá. A többiek utánozzák öltözködésében – (az egyik hasfelmetsző Jack-ként, csoportos hajnövesztéssel, farmerbemetszéssel). Mindenki rá akar hasonlítani, ő az aki köré az uniformizáció kikristályosodik. Az öltözködésében szimbolikusan megjelenő egységet a verbális megfogalmazás is követi, „mi azért vagyunk együtt, hogy támogassuk egymást”. Kiegyensúlyozottabbá válnak a csoportbeli szerepek.

Egy újabb komoly erőpróba elé kerül a csoport. Az egyik fiú beszél öngyilkossági gondolatairól, az élet értelmetlenségét fejtegeti.

A csoport egy ülést ennek a témának szentel.

Komoly problémaként jelentek meg – a két ipari tanuló gondjain keresztül – az egzisztenciális kérdések. (Egzisztenciateremtés, lakás, munkalehetőség.) A konformizmus és a nihilizmus összecsap. A jövőtől való félelemmel, bizonytalansággal, való szembesülés átvezet a hatalom, kiszolgáltatottság kérdésköréről való beszélgetésbe. A jövőtől való

szorongásra a „bőrfejűek” ideológiájával kínál föloldást nekik. Óriási értékbeli tájékozatlanságot tapasztaltunk a „bőrfejűek” ideológiájával kapcsolatban. Az összetartás, az összetartozás, a közös bűn és a titok misztikus erőt közvetített számunkra. Az írásunkban feldolgozott egy év alatt ez a téma újból és újból előkerült. Kb. egy év közös munka eredményeként ez a téma differenciálódott, több pontján ütközött a realitással, s ennek köszönhetően egy valóságosabb kép alakult ki bennük a „bőrfejűek” mozgalmáról. Már nem szédítette őket el az összetartozás, erő, közös bűn, a támadva védekezés elsodró fantáziája, mert a csoport lehetőséget adott ahhoz, hogy a szerepek fölcserélésével a „körön kívül”, a kiszolgáltatott helyzetével is legyen erejük azonosulni.

A visszajelzés elősegítése érdekében közös megegyezéssel videofelvételeket készítettünk. Ezeket a felvétel után rögtön visszaneztük, megbeszéltük. Kívülről látni magukat nagy élmény volt. Humorral, vagy precízen analizálva, nem vállalva önmagát, vagy csodálkozva „lehetetlen” viselkedésükön, nézték a visszajátzásokat. Egyre gyakoribbá vált az egymást facilitáló értelmezés. Egy újabb nehéz téma került elő, az alkohollal és a kábítószerrel való próbálkozásairól számoltak be. A szenvedéssel való ütközés, az ahhoz való viszony: elfogadást, illetve elkerülést. Mi okoz szenvedést számunkra? Elsősorban az elhagyás, a szeretethiány, a családi kapcsolatok zavara, anyagi nehézségek, az intézményekkel kapcsolatos negatív élmények (iskola, gyámügy stb).

1992 nyár elején befejeztük a kiskamaszok számára tartott csoportterápiás ülések első részét. (Erről a korszakról írunk jelen tanulmányunkban.)

A csoporthelyzet fogódzkodót jelentett a kiskamaszok számára, a megértésre, feldolgozásra, újragondolásra, a helyes arányok megtalálására, és a viselkedés megváltoztatásának lehetőségeire is.

A gyerekek mertek szabadon beszélni kínzó gondolataikról, családi kapcsolataik szívenyletes konfliktusairól. Vállalták érzelmeik ambivalenciáját. Teret adtak keserűségüknek, dühüknek, fergetegetes jókedvüknek. Nyíltan érzékeltették az állandóan visszatérő, olykor groteszkbe forduló szexuális fantáziáik mindent elsöprő és átfogalmazó erejét. Közvetítették félelmeiket, szorongásaikat, korunk nyugtalan, zűrzavaros, értékbizonytalan időszakára reakcióként. Megtanultak egymásra figyelni, és ezen keresztül önmagukat jobban érteni.

A csoportterápiás ülések egy időre beépültek a kiskamaszok nevelésébe. Útmutatást adtak e válságokkal teli korszak útvesztőiben.

Nehézséget jelentett a terapeuták számára, a nagy csoportellenállások, negativisztikus akciók, olykor tettelegességgé fokozódó agressziók kezelése, a szexuális impulzusok szocializálatlan megjelenésének moderálása. Néha már alig reméltük, hogy a csoportkereteket majdnem szétfeszítő indulatokkal bánni tudunk. Tapasztalatunk mégis az lett, hogy a csoport a nagy válságokat, viharzásokat fel tudta dolgozni. A gyerekeknek is élménye támadt arról, hogy képesek csoportszinten is nagy nehézségeket megoldani, és ez a csoportműködésben minőségi változást eredményezett. A problémakezelés számunkra új megközelítési módjait egyre inkább magukénak érezték, és visszajelzéseik szerint a csoporton kívüli életükben is igyekeztek ezeket alkalmazni.

**Zala Mária
Csopor Zsuzsa**

Felhasznált irodalom

1. Bálint Alice: Anya és Gyermekek. Párbeszéd Kiadó Bp. 1990.

2. Benedek László: Játék és pszichoterápia Bp. 1992.
3. Dévai Margit Énkép korrekció önismereti játékmódszerrel serdülőkorban. Bp. 1990.
4. Gerevich József: szerk. Közösségi mentálhigiéné. Gondolat Bp. 1989.
5. Kaplan R. E.: A sérülés dinamikája az encounter csoportban: hatalom, hasítás, ellenállás hibás kezelése In: Csoport – pszichoterápia (Szöveggyűjt.) MKM támogatásával
6. Kernberg O.F.: A csoportvezetői beavatkozások fontossági sorrendjének rendszerszemléletű megközelítése In: Csoport – pszichoterápia (Szöveggyűjt.) MKM támogatásával
7. Piszker Ágnes: Csoport – pszichoterápia serdülőkkel In: Csoport – pszichoterápia Szöveggyűjtemény MKM támogatásával
8. Rácz József: Ifjúsági szubkultúrák és fiatalkori „devianciák” Magyar Pszichiátr. Társ. Bp. 1989.
9. Telkes József szerk.: Személyiségfejlesztés I. Közm. Háza stb. Tatabánya 1989.
10. Vikár György: Az ifjúkor válságai Gondolat, Bp. 1980.
11. Yalom I. D.: a terapeuta szerepe: alapvető megfontolások. In: Csoport – pszichoterápia – Szöveggyűjtemény MKM támogatásával
12. Yalom I. D.: A csoport kialakítása: hely, idő, nagyság előkészítése In: Csoport – pszichoterápia – Szöveggyűjtemény MKM támogatásával