



MEGÚJULÓ TETTERŐVEL



## Találkozások

A Debreceni Református Hittudományi Egyetem a Debreceni Egyetem Pszichológiai Intézetének együttműködésével a DRHE 2003-ban „Pásztorálpszichológia szak”-ot alapított és indított meg, „pásztorálpszichológiában jártas lelkigondozók” képzésére. Ennek megszületését alapozta meg *találkozásunk* Bodó Sárával. A születésnapjára való készülődés felidézte szakmai-együttműködésünk, annak során kialakult barátságunk, a közös munka emlékeit. Bodó Sára születésnapja alkalmából készülő emlékkötet szerkesztője Fekete Károly megkeresett, járuljak hozzá tanulmánnyal, írással az ünnepi ajándékhoz.

A megtisztelő és a baráti érzést kiváltó helyzetben megfogalmazódott a kérdés: mi lenne az alkalomhoz illő, szakmai együttműködésünk, közös munkánk eredményeit és abból szerveződő barátságunk értékeit egyaránt kifejező, megemlékező írás műfaja? Az első „reflex” a kutatói-, egyetemi oktatói szerephez társult. Tanulmány – a teológia és pszichológia határterületéről, a pszichológia oktatásának sajátosságai a teológusképzésben és továbbképzésben, pszichoterápiás kultúra és lelkigondozás, stb. témaköreiben. A lehetséges témákon gondolatilag átfutva többféle érzés szegte a kedvemet. Úgy éreztem, hogy a viszonylag rövid történetre visszatekintő, a pásztorálpszichológiában meglévő olvasottságom és ismereteim bázisán nem találnék olyan, határterületi nyitott kérdést, vitái közötti jelenségkört, amelynek gondolatiságához kellő igényességgel, tudományossággal csatlakozni tudnék. Ez nem a téma iránti kritikai viszonyból következett, hanem személyes ötlettelenségből.

Az a több éves tapasztalat, amelyet a Református Hittudományi Egyetemmel közösen kialakított posztgraduális lelkigondozó képzésben szerztem Bodó Sárával és Fekete Károllyal való közös gondolkodás és munka folyamán, továbbá az az élmény és tudás, amelyekhez a lelkészek önismereti csoportjának vezetése juttatott, megfontolásra késztetett, a társszakmához fűződő illő tiszteleten túl is. A kapcsolatból adódó személyes érintettség, a képzésben szerzett tapasztalat mélyebb betekintést adott a Szentírás és a

Lélektan emberismereti kapcsolódásairól. Úgy éreztem, hogy egy tudományos kérdésfeltevésbe ágyazott tanulmány e témában elvisz attól a tartalomtól, amelyet ez alkalomból szeretnék átadni és megosztani. Ezért úgy döntöttem, hogy személyes gondolatok mentén közelítve írok a segítő kapcsolatok jelenségvilágáról, a teológiai és pszichológiai keretben történő segítő kapcsolat párhuzamairól, *találkozási* pontjairól.

Bodó Sárával átélt közös munkánk és barátságunk kölcsönösségét – visszatekintve – abban látom, hogy egyszerre voltunk kíváncsiak egymás hivatására, tudására és egyidejűleg kritikusok saját szakterületeink egymás elutasítását kifejező attitűdök iránt. Ez akkor még nem volt egy tudatos viszonyulás egyikünk részéről sem, álláspontjaink háttérében szakterületeink jobbításának szándéka állt. Célunk az volt, hogy kölcsönösen integráljuk azt a tapasztalatot és tudást, amelyeket lehet a másik szakterületéről. Eközben szükségszerűen küzdeni kellett a kinyilatkoztató, a tévedhetetlenséget sugárzó, vagy máskor a „professzionalista” attitűd és viselkedés megnyilvánulásai ellen, mindkét oldalon. A képzés megszervezésekor és annak folyamatában a jelzett feszültségek nem voltak ugyan meghatározóak, hiszen a Debreceni Református Hittudományi Egyetem kellő nyitottsággal és támogatóan fogadta be, működtette a képzést. Ugyanakkor a képzésben találkozó hivatások szélesebb körét illetően, a teológusok és a pszichológusok gondolkodásában, a közgondolkodásban közel sem volt általános a kellő érdeklődéssel párosuló tolerancia úgy, mint ahogyan az a képzést megvalósítók körében alakult. Egy-egy, a korábbi években tapasztalt élménnyel szeretném érzékeltetni a szembenállás alapvető jellegzetességeit. Ezek a példák megmutatják azokat a jellemző attitűdöket, amelyeknek meghatározó motívumai a féltékenységgel hozhatók összefüggésbe. Mindkét hivatás lényegiségének ellentmondó történetekben láthatjuk a féltékenységet, rivalizációt, amelyek háttérében – „Kié a lélek feletti hatalom? Ki érti jobban a lelki működés természetét? Ki hatékonyabb és kompetensebb az emberek lelki életének alakításában?” –kérdései húzódnak meg. De beszéljenek a példák!

1990-ben a Kereszténydemokrata Néppárt konferenciát rendezett Debrecenben, amelynek a témája, „Keresztény válasz a családokat érintő kihívásokra” volt. Előadóként a történelmi egyházak magas rangú képviselőit hívták meg, valamint engem a pszichológia tudományának képviselőjében. Hat 10 perces előadás hangzott el egymást követően. Az előadók a konferencia teremben az előadások sorrendjében egymás mellett ültek, egy hosszú asztal mögött. Az én előadásom volt az utolsó. Az ötödik előadó (egyházi hivatartozását etikai okokból nem nevezem meg) mellettem ült, fegyelmezett távolságtartó viszonyulást mutatott „szomszédságunk” iránt. Előadásában

kitért a pszichológusokra is. A családok pszichológiai ellátásának lehetőségére utalva megjegyezte, hogy „a pszichológia nem más, mint az ördög mesterkedése, a Biblia minden lélektani kérdésre választ ad”. Természetesen az őt követő előadásomban nem reagáltam, nem reagálhattam álláspontjára, maradtam saját szakmai mondanivalóm tartalmi kereteiben, amely a család lélektani funkcióira, annak jelentőségére vonatkozott, s nem annak hitéleti vonatkozásaira. A konferencia szünetében egy távoli orvos ismerősöm oda-jött hozzám, s megkérdezte, hogy én hívó ember vagyok-e? Számára ugyanis ez nem derült ki az előadásomból. Azt válaszoltam, hogy engem pszichológus szakemberként hívtak meg és kértek fel a konferencia témájában, s nem azért, hogy a hitemről tegyek tanúbizonyságot a szakmám kapcsán, s ha megbocsájta, ebben a kontextusban én ezt személyes ügyemnek tartom. Nem volt elégedett a válaszzal. Én magam is tehetetlenséget éltem meg, hiszen néhány mondatos diskurzusra adhatott volna lehetőséget a szünet idői kerete. Nem vállalhattam annak kockázatát, hogy nem tudom meggyőzni arról, hogy a szakmámat nem azért választottam, nem azért művelem, mert áldozatul estem „az ördög mesterkedésének”.

Ugyanebben az évben meghívást kaptam egy háromfős munkacsoportba Tringer László pszichiáterrel és Tomcsányi Teodóra klinikai szakpszichológussal együtt, az volt a feladatunk, hogy dolgozzunk ki egy szakirányú továbbképzésre vonatkozó javaslatot, képzési tematikát humán képzettséggel rendelkező diplomások részére, mentálhigiénés ismeretek megszerzéséhez. A cél az volt, hogy a képzést választó különböző hivatásúak elsajátíthassák a mentálhigiéné kultúráját a különböző humán foglalkozások professziójához társítva. Így képesek legyenek mentálhigiénés tevékenység folytatására saját hivatásuk területén. A szándék mögött nem egy új segítő foglalkozás, a „mentálhigiénikus” professzió létrehozása állt, hanem a mentálhigiénés kultúra integrálása szélesebb társadalmi körben. A posztgraduális oklevélben is a képzettség megnevezése „mentálhigiénés képzett szakember” lett, amely a kimeneteli követelmények szerint „az alapidiplomának megfelelő szakmai területen mentálhigiénés tevékenységre jogosít”. Ezt a képzést 1991-ben a Debreceni Egyetem Pszichológiai Intézete és a Testnevelési Egyetem is megindította. A pszichológus szakemberek közül sokan kifejezték aggályaikat, aggódásukat, hogy „alulképzett”, „nem pszichológus szakemberek” végezhetnek pszichológiai ellátást, rontják a szakma presztízsét, növelik az „álpszichológusok” taborát, stb. Egyik, a klinikai pszichológia területén tekintélynek számító kolléga indulatosan közölte velem: „Ti kiárúsítjátok a pszichológiai tudást, középkáderek kezébe adjátok az ellátást”. Nem volt egyedül véleményével.

Mindkét történetet sok szempont szerint lehetne akár tanulmányok keretében is elemezni. Megemlítésükkel céloom pusztán a dominanciára törekvő, féltékenységi érzésekkel átszótt szakmai attitűdök érzékeltetése. A szélsőséges megnyilvánulások kifejezik, a teológia és a pszichológia területén egyaránt elfogadhatatlan viszonyulást. Látnunk kell, hogy ez azonban jelen lehet kevésbé manifeszt, „rejtőzködőbb” formákban is, sőt beépülhet a szakmai identitás alakulásába, az elhivatottság köntösébe burkolózva. Felismerésük mindkét hivatás területén igen fontos. Csak ennek nyomán érthetjük meg mindkét hivatás küldetésbeli meghatározottságát. Gyakorlati művelésükhöz alapvetően fontosak azon alapattitűdök felismerése, amelyek az adott segítő kapcsolati kontextust meghatározzák. Mindkét szakterület működésében meghatározó alaphelyzet, hogy csakis szubordinált helyzethez kötötten lehet hiteles és hatékony. Patetikusabb megfogalmazásban a szubordinált viszony a „szolgálat alázata”, annak lélektani megjelenése a segítő hivatások területén. Ebben nem elegendő a (gyakran tapasztalt) pusztán a „szolgálat”, szerephelyzeteinek vállalása, formális külsőségeinek deklarációja. Lényege a hivatással való azonosulás tudáson, tapasztalaton alapuló, gyakorlati készségekben is megnyilvánuló szubordinált alapattitűd. Megértéséhez a segítő belső lélektani munkájának elemző leírása vezethet el, melyre kísérletet tesztek, feltárva a két hivatás párhuzamait, találkozási pontjait is.

Az alkalmazott pszichológiai ellátások több területén a szubordinált viszony felismerése viszonylag magától érthető jelenség, a segítő kapcsolati munka kontextusából következik. A sportoló olimpiai győzelmében – a sportoló tehetségének, személyiségének elsődlegességén túl – meghatározó szerepe az edzőnek van, a sportpszichológus a kettőjük munkáján keresztül részese a sikernek. Az iskolai tehetséggondozásban is a pedagógusé a vezető szerep, a pedagógiai szakpszichológus lélektani eszközökkel segíti a tehetség kibontakoztatásának folyamatát, amelyek alkalmazását és kiválasztását az adott képzési terület és a tanuló-tanár viszonyának tartalma határozza meg.

A gyógyítás területén dolgozó klinikai szakpszichológusok, pszichoterapeuták esetében, a *test-lélek egységét*, de a különböző professziók kompetenciabeli különbözőségét is tekintve, nehezebb a szubordinált helyzet belátása. A pszichológus az egészségügyben – a kialakult hagyományos szerepében (diagnosztika, terápia) – nem érzékeli az orvoslásban meglévő sajátos felelősség viszonyokat, kötelezettségeket, miközben a gyógyító munka részesének tartja magát. Be kell látni, hogy az orvosi hivatás alapvető meghatározója, jellemzője az *élet-halál* kérdésével való szembesülés, az élet megmentésével kapcsolatos beavatkozáshoz való döntés felelősségének közvetlen, vagy távolabbra mutató terhe, függően attól, hogy az orvos mely területen dolgozik.

Mint a többi alkalmazott területen is, így a gyógyítás területén is megnyilvánulnak a pszichológus munkájával kapcsolatban sajátos kompetenciaigények. Ezek gyakran eltérnek a hagyományos diagnosztikai és terápiás igényektől, s nem is teljesülnek. A pszichológus munkája, emberi kapcsolati reláció közvetlen jelenségeköréhez kötött, s annak tartalmát hivatott felismerni, kezelni. Hagyományos professzionális szerephelyezetei, a klienseivel való kapcsolata szabályozott feltételekhez kötöttek. Beavatkozásai előzetes, időigényes feltárást kívánnak meg szakmai céljai megvalósításához. Zárt kapcsolati teret hoz létre, amellyel „kiemeli” az egyént a természetes társadalmi-kapcsolati rendszeréből. Mintegy „izolált”, a külső hatásoktól elhatárolódó, védett keretben képes beavatkozásait végezni diagnosztikai és terápiás céllal. Ezzel szemben művelt laikusok körében is reális igény van arra, hogy emberi kapcsolatokban jelentkező, életvezetési nehézségek megoldásához közvetlen segítséget kapjon a pszichológustól, mintha ügyvédhez, vagy pénzügyi tanácsadóhoz fordulna.

A közvélekedésben, a mindennapi tudatban a pszichológusról alkotott kép szerint ő, mint a lélek ismerője – közvetlenül képes felismerni a lelki bajokat, azonnal be tud avatkozni annak működésébe, képes azokon segíteni, mint az orvos vagy más szakember a szakmája területén. Más szakmákkal (orvos, ügyvéd, szerelő, stb.) kapcsolatos tapasztalatok mentén ez reális elvárás, szerep-attribúció. Ez az „attribúciós nyomás” a pszichológust vetélkedő helyzetbe hozhatja, környezetében számos kifogással szembesülhet, maga számára pedig a kifogás és magyarázat az lehet, hogy „a pszichológus nem lehet egyenrangú az orvossal”. Gyógyító, azonban az életvezetés lelki egyensúlyának megvalósulását szolgálja, amely kétségtelenül összefüggésben áll a biológiai működéssel is, de azt közvetlenül nem érintheti, ilyen beavatkozásra nincs felhatalmazva.

A beavatkozás és a változás, mint már utaltunk rá, az egyéb emberi kapcsolatoktól elhatárolt, zárt lélektani helyzetben történik, amelynek jellegzetessége az, hogy a kapcsolat kizárólagosan a lelki munkára szerveződik, kizár minden más kapcsolati lehetőséget. A segítővel való kapcsolat élménye vezet az egyén életvezetésében kívánatos kapcsolati egyensúlyok megvalósításához, amelynek része (lehet) a biológiai működés egyensúlya is. A pszichológus ugyanis az „emberi kapcsolat (*találkozás*) szakértője”, eszköze a klienssel való kapcsolat „alakítása”, melynek nyomán a kliens saját erejéből, saját működésében hoz létre változást a kitűzött életvezetési célok, így pl. a gyógyulás folyamatának megvalósításához. Tehát nem ő végzi a beavatkozást, mint pl. a sebész, s annak a kliens passzív résztvevője, hanem kiváltja, segíti a kliens belső munkáját, önmagához fűződő viszonyának alakítását. Amennyiben

enged a jelzett szerep-attribúciós nyomásnak, úgy hatalmi helyzetbe kerül a klienssel való kapcsolatában, ő szab irányt a változáshoz, amelyben saját érzelmei, tudattalan működésének meghatározói kap(hat)nak szerepet. Ezzel meggátol(hat)ja, felmenti kliensét a saját erőfeszítést igénylő belső munka alól, amely a változáshoz vezethetne. A terapeuta „kompenzált” hamis identitást alakít ki, hamis elvárások mentén szerveződő „hatalmi” helyzetbe hozza magát.

A szubordinált helyzet felismerése, megvalósítása a segítő kapcsolatok alapvető lényegéhez tartozik. Ennek hiányában dominancia, hatalmi helyzet, hamis identitás helyzetébe kerülhetünk, romlik a kapcsolati munka eredményessége. A korábban leírt két élményem példája kiindulásként szolgált. Ezekben látható az a párhuzam, amelyben a pszichológia és a teológia, mint segítő hivatás, saját kizárólagos, „hatalmát” deklarálja.

A pszichológiai keretben folyó lélektani munka szubordinált viszonyának leírása után megpróbálkozom a vallási keretekben megvalósuló segítő kapcsolat megkövetelte szubordinált helyzet dinamikájának kifejtésével is. A teológiában, s annak hivatásbeli gyakorlatában jártas olvasó megértését kérem a leírás leegyszerűsített, az emberi kapcsolat lélektani jelenségének leírására törekvő megközelítés iránt. Annak okán is, hogy első sorban saját szakterületem nézőpontjából vagyok képes közelíteni.

A szubordinált helyzetből adódó attitűd igazolása itt azért nehezebb, mint a saját hivatásom területén, mivel a vallás, a hit jelenségekörének történeti, antropológiai meghatározottsága alapvető. Lényegiségében az emberi tudat kialakulását is meghatározza. A pszichológia, mint tudomány kevesebb, mint kétszáz éves próbálkozása az ember lelki működésének feltárásában – más tudományokat is tekintve – másként közelít, nem Isten felől. A lélek működésének, az ember tudományos leírásának modelljei csak „ritkán” a tudományos jelenségek leírásának elbizonytalanodó határain érintik a transzcendenst, az Isten által meghatározottat. A kérdések, viták, a szembenállás alapvetően arról szól, hogy az ember önmegismerése csakis Isten felől vagy a tudományok felől jöhet létre?

Ebben a vitában a Szentírás és a pszichológia (a tudományok) emberképének ütközéséről és kapcsolatának lehetőségéről, vagy annak tagadásáról van szó. Az emberi lélek kialakulásának és működésének alapját lényegi meghatározottságát a „*Találkozásban*”, az *ÉN és Te* (a másik) relációjában ismerhetjük fel. Az Én nem létezik a TE nélkül. Az én, az emberi tudat a fizikai lét, a testhatárok érzékelésének, felismerésének komplex folyamatában alakul ki, amely folyamatban kiemelkednek a tárgyi objektívációk és az emberek. Fizikai létünket a természeti környezettel megvalósított „anyagcsere”

folyamatok biztosítják. Tudati (szellemi) létünk kialakulását ezzel egy időben és összefüggésben az anyával (gondozóval), a „másikkal” való kapcsolat élménye hozza létre, amely kezdetben szoros összefüggésben áll a biológiai léttel, amelyet a „másik” (anya) biztosít. Ennek a jelenségekörnek a feltárásában számos tudományterület érintett, alapvető modelljei a pszichológiai irányzatokban és más elméletekben jelennek meg. Az ember-, az emberi személyiség alakulásában, lényegi meghatározottságában a tudományos közelítés „objektíváció”, a verifikálás, a bizonyítás igénye mentén nem írható le, a *találkozás* egyetemes rendezőelvének jelenléte, a *spirituális* meghatározottság. Nehezen közelíthető meg a tudományosság eszközeivel, de jelenlétének, meghatározó volta sem tagadható. Mindezekkel együtt, a spiritualitás nem feltétlenül áll ellentétben a tudományos kutatásokkal, ezért kapcsolatot lehet találni a pszichológiai és a teológiai keretekben megvalósuló segítségnyújtás között is. A teológiai segítségnyújtásban a szubordinált helyzetet, s ennek attitűdbeli meghatározottságát maga a spiritualitás jelenléte, többlete igazolja. Érdeemes azonban a pszichológiai keretekben végzett segítő kapcsolati munka párhuzamával is megközelíteni.

Mint korábban kifejtettem, a pszichológiai segítségnyújtásban meghatározó a kontextus, amelyben az megvalósul (nevelés, gyógyítás, tehetség kibontakoztatása stb.). A kontextust képviselő szakmához (fő tevékenységhez) szubordinált módon kapcsolódhat szolgálatával a pszichológus szakember. A teológiai segítségnyújtás kontextusát hitéleti kérdések adják, azok mentén valósul meg manifeszt vagy elfojtott, a kliens által esetleg fel sem ismert módon. A teológussegítő a hit erejének felismerésével képes mozgósítani a személyiségben rejlő potenciálokat az életvezetési nehézségek megoldásához, gyógyuláshoz, a személyiség működésbeli egyensúlyának megtartásához, stb. Ez alapján azt mondhatnánk, hogy a teológussegítő szubordinált helyzetét, attitűdjét az Istenhez való viszony határozza meg. Ez azonban bővebb kifejtést igényel. A segítő kapcsolati találkozásban nem a teológus szakember hite, istenképe az elsődleges, hanem a kliensé. Felismerése és alakítása, az arra alapozható erő felhasználása a segítő kapcsolat célja, amely a változás háttérét képezi. Könnyű belátni, hogy pusztán az Ige közvetítése, a segítő hite, („Isten helytartójának”) szerepe önmagában nem elegendő. A „palástba burkolózás” akaratlanul is az Istentől való félelmet, vagy más elutasító érzést, bűntudatot válthat ki a kapcsolatban, amely hatalmi helyzetet valósíthat meg a kapcsolatban vagy a kliens projekciója mentén, vagy a segítő tehetetlenségének kompenzációján alapulva. Éppen ezért a segítő kapcsolatban a kliens hitének felismerésére, megértésére, annak elfogadására alapozott úton halad a hit erősítésének, a segítő kapcsolat célkitűzéseinek irányába. Mondhatnánk azt is, hogy a klienshez való viszony-

ban, mint az Isten teremtményéhez való viszonyban jelenik meg az elvárt szubordinált attitűd. Gyakorlati megvalósításának megértéséhez, a pszichológiai segítő munkával való párhuzamának igazolásához hozzájárulhat még, az *empátiás megértés* jelenségének részletesebb bemutatása.

Az empátia fogalma átment a mindennapi szóhasználatba. Mélyebb jelentésének megértéséhez nem elegendő azonban pusztán az együttérzést, a másik lelki állapotának átvételét érteni rajta. Nem véletlen, hogy a szakmai fogalomkörben nem a „beleérzés” vagy „együttérzés” fogalmát vezették be, nem ezekre a fogalmakra fordították magyarrá. Az empátia jelensége több annál, mint amit a jelzett fogalmak kifejeznek. Tartalmazza a *decentrálás* jelenségét, amely az átélésen és együttérzésen túl a saját és a másik ember érzelmeinek elválasztását, megkülönböztetését is jelenti. Az empátiás kapcsolatban megjelenő közös érzelem más-más élményeken, történéseken alapszik mindkét személyiségben. A közös érzelmeket kiváltó kapcsolati kontextusban az érzelmi szinkron mellett szükséges az *én* és a *másik* érzelmi állapotának felismerése, az ahhoz vezető közös és a saját utak mentén szerveződő élmények elválasztása, tudatosítása. Tehát nem érzelmi egybeolvadásról van szó, hanem egy érzelmi kapcsolat tartalmának tudatosításáról, a másik ember megismerését lehetővé tévő kapcsolati jelenségről.

Az empátiás megértésnek alapvető jelentősége van mindkét hivatás területén. A párhuzamok fejtegetése helyett szeretném idézni C. Rogers történetét, amelyet egy magyarországi konferencián volt módomban meghallgatni. Elmesélte, hogy vidéken nőtt fel, s megfigyelte, hogy az elvermelt krumpli a tavasszal beszűrődő fény hatására hosszú csírákat ereszt, de abból sohasem lesz igazi növény, mert nem kapja meg a kifejlődéséhez szükséges feltételeket. Pedig a krumpli gumóban benne van az a potenciál, amelyből kialakulhat teljes harmóniájában a növény. Az empátiás megértést és viszonyt abban írta le, hogy a terápiában látni kell a másik emberben azt a potenciált, amely teljességre, harmóniára törekszik, de ő maga nem látja, mert a fejlődés folyamán a környezete azt közvetítette, hogy mit „szabad” és mit „kell”, s ezzel „amputálta” azokat az én részeket, viselkedésbeli lehetőségeket, amely a teljes és harmonikus fejlődés irányába mutattak. Annak a felismeréséhez vezethet az empátiás megértés és kommunikáció, amelyben a kliens megérti, hogy azok az érzések, gondolatok elfogadhatók, érthetők a másik ember számára, amelyeket érez. Belső potenciáljai személyiségének fejlődéséhez, kiteljesedéshez vezethetnek. Teheted, kifejezheted a kapcsolatban azokat, hiszen értem, megtanulhatsz, tudsz velük bánni, felhasználni az önmegvalósításod folyamatában. A leírtak értelmezhetőek lehetnek tudományos, pszichológiai és teológiai kontextusban és fogalmi keretek között is.

Az empátiás megértés leírásánál tehát külön választottuk a kliens és a saját, a segítő érzelmi állapot tudatosítását. Van viszont még egy harmadik elem, a professzionális tudás felhasználásának kérdése, amely megkülönbözteti a professzionális kapcsolatokat más segítő, támogató, hétköznapi helyzetekben szerveződő kapcsolatoktól. A segítő kapcsolat meghatározott feltételrendszerben szerveződik meg, amelyben az emberi kapcsolat létrejötte valamilyen segítő beavatkozást involvál. Ennek szakmai szabályait meghatározzák azok az elméletek (az ezekre alapozott emberkép), amelyet a segítő képvisel. A professzionális szakember a tételes szakmai tudását a kapcsolati élmény, az empátiás megértés jelenségének ellenőrzésére használja. A kapcsolati élmény tartalmát az általa ismert és képviselt emberkép modelljébe rendezi, amely segíti a megértést és a segítő intervenció, a professzionális kommunikáció alakítását. Ez teszi lehetővé a tudatos, tervezett beavatkozást, amely elkülöníti mindkét professzióban, a mindennapi helyzetekben megnyilvánuló segítő emberi-kapcsolati helyzetektől. A segítő kapcsolati változások kisebb-nagyobb katarzisos keretében jelenhetnek meg. Nagyon fontos tudni, hogy ilyenek megvalósulása nem csak professzionális helyzetekhez köthető, más emberi kapcsolatokban is megvalósulhat, s számtalanszor találkozhatunk vele. A professzionális helyzetnek és e kapcsolatban szerveződő találkozásnak is az emberi- kapcsolati tartalma az elsődleges, maga a *találkozás* élménye. Az alapvető különbség abban rejlik, hogy a professzionális helyzet a kliens változásának céljával szerveződik meg, s ez elkülöníti más emberi kapcsolatoktól. A segítő viselkedésében olyan tudatos kommunikáció jelenik meg, amelynek célja a kliens lélektani-, viselkedéses egyensúlyának segítése. Ennek a tudatos kommunikációnak alapját a professzionális tudás és a saját önismereti tapasztalatot is integráló készség képezi.

Sokszor körbeveszi az ilyen segítő kapcsolatokat valamiféle *misztérium*, megfoghatatlan „többlet” érzését kiváltva. Ezt a többletet a segítő optikájából abban látom, hogy a jó segítő képes arra, hogy megnyissa saját énjének határait, hiszen ez teszi lehetővé a másikkal történő azonosulást, empátiát. Más megfogalmazásban, ez a *szerelem* képessége, teológiailag Isten szeretete, a kereszténység meghatározó eszméje. A szerelem képessége hasonlóan ellenőrző funkciót tölt be a professzionális kapcsolatban, mint a szaktudás, csak nem kognitív szinten működik. Ha a segítő kapcsolatban nem jelenik meg a kliens szeretete, nem jelenhet meg az azonosulás sem, nem jöhet létre az a *találkozás*, amely a katartikus változás kiváltója lehet. Nincs olyan professzionális segítő, aki mindenki szeretetére képes. Ezért létezik az a szabály, hogy néhány találkozás után dönteni kell a segítő kapcsolati munka folytatásáról közösen, a segítő és a kliens együtt. Amennyiben a kapcsolat tartalmában

pusztán a terápiás technikák vagy a szakmai tudás tartalma (a teológiai keretekben az Ige, a tanítás pusztá közvetítése) jelenik meg, esetlegessé válik az azonosulás, a változás lehetősége. Nincs ellenőrzés, nincs, ami hitelessé tenné a kapcsolatot és annak történéseit. Pilinszkyt segítségül hívva: „A filozófia ott kezdődik, ahol a szeretet végződik. A szeretet sose kérdezi: miért? Oly evidens számára a szeretett lény léte és létezése. A filozófiának viszont éppen a „miért” szócska a kezdete. Mégse mondanám, hogy a szeretet maga is nem gondolkodás. Gondolkodás ez is, de a tiszta létezés elsődleges szenzációjának a szintjén; egy olyan ismeret, mint mondjuk Bach zenéje.”

A művészek szabad áramlású gondolataival nehezen tudnak versenyezni a cammogó járású tudósok a bizonyítási kényszerek béklyójában. A pszichológia „tudományosságáról” még napjainkban is felmerülnek, kételyek, viták. A Pilinszky idézetről eszembe jutott egy fiatalkori beszélgetésünk Mérei Ferencsel. Szerette szakmai programok után, a fiatalokkal szerveződő kötetlen beszélgetést. Egyik alkalommal arról vitáztunk, hogy tudomány-e a pszichológia? Mi a tudomány mellett érveltünk, s ő sorra cáfolta, „ez biológia, ez élettan, ez statisztika...” megjegyzések mentén cáfolta érveinket, szándékosan provokálva bennünket a vita, a beszélgetés kedvéért. Végül megkérdeztük tőle. Akkor Tanár Úr szerint mi a pszichológia? „Nem tudom. A tudományok és a művészetek közötti valami” – válaszolta.

A kreatív művészi ábrázolás gondolati, érzelmi szabadsága az alkotás folyamatában érvényesül, de sohasem lehet öncélú. „Ellenőrzését” a létrehozott „Érték” megjelenése biztosítja, amelynek megjelenése nem mindig közvetlenül belátható, sokszor történeti távlatokban jelenik meg. A személyiség alakulásában, alakításában, segítésében, vagy a lelki gyógyítás folyamatában sem várható legtöbb esetben a közvetlen eredmény megjelenése, felismerése. A folyamatának, céljának viszont mindig az ember, a társadalom fejlődésének pozitív, megfelelő (alap)értékekre kell épülnie. Ennek felismerése sem egyszerű, hasonlóan, mint ahogyan a modern művészetekben is gyakran nehéz eldönteni az alkotásról, hogy igazi értékeket hordoz, vagy „blöff”. A hetvenes évek elején, amikor a pszichoterápia a „túrt” kategóriájába kerülhetett egy pszichiátriai konferencián Kun Miklós pszichiáter főorvostól, az Országos Pszichiátriai Intézet (a „Lipót”) akkori igazgatójától megkérdezték, hogy „mire jó a hipnózis, a hipnoterápia?” (Még nem sokkal ez előtt, tiltott volt a pszichiátriában az alkalmazása, de a pszichoterápia egyéb módszerei sem voltak „szalonképesek”.) Azt válaszolta, hogy arra jó, hogy „az orvos becsapja a beteget, a beteg pedig az orvost”. A szellemes válasz kifejezi, hogy a segítő kapcsolatokban is megnyilvánulhat a „blöff”, ha annak alkalmazásában pusztán a technikát, a professzionális szerephelyzetet látjuk, s nem a célokban involválódó emberi kapcsolat értékszempontjait.

A teológiai keretekben szerveződő segítő kapcsolati helyzet sem „védtet” attól, hogy hamis értékek, hiteltelenség mentén működjön. Látni kell azonban, hogy a Szentírás, az általa közvetített emberkép az alapvető értékek hordozója, minden egyes helyzetben megkerülhetetlenül jelen van. Lehet nem felismerni, kikerülni, hamis kritikával illetni, meg lehet próbálni a tudomány fogalmaival „felülírni”, nem tudomásul venni, de mindez csak a segítő kapcsolat céljához vezető út felismerését korlátozza, az úton való végighaladáshoz szükséges erő felszabadulását gátolja. Az értékszempontok tiszta felismerése, minden segítő beavatkozás sikerének feltétele. A DRHE-mel közös munkánk erősítette meg bennem azt, hogy saját szakterületemen észreveggyem ennek fontosságát, jobban megértve, hogy a pszichológiai segítségnyújtás területén miért maradhatnak rejtve ezek az értékszempontok. Fontos itt arra is utalni, hogy ezeket a pszichológiai modellekben, fogalmi és módszertani kereteiben kell meglátni és érvényesíteni. Nem könnyű feladat. Az elméleti fejtegetés helyett azt is egy példával szeretném érzékeltetni, minden aktuálpolitikai cél nélkül.

Amikor Kásler Miklós EMMI miniszteri kinevezést kapott, az első interjúk egyikében megfogalmazta, hogy a „Tízparancsolat majdnem tökéletes népegészségügyi program”. Véleménye szerint a halálos betegségek döntő része annak betartásával elkerülhető lenne. Ezzel nem mondott ellen a gyógyítás és az azt megalapozó tudománynak és gyakorlatnak, s nyilvánvalóan nem közvetlen, azt kiváltó „programként” értette. A balliberális média természetesen erős támadással reagált, „kontúrtalan”, emberi értékek mentén megfoghatatlan emberképének megfelelően.

Szakmai, pszichoterápiás gyakorlatom során számos alkalommal voltam részese katartikus helyzeteknek, változásoknak, amelyekben felismerhetővé váltak azok az értékek, s az azokkal összefüggésben megnyilvánuló „erők”, amelyek változáshoz, gyógyuláshoz vezettek. Most mégsem ezek közül választok példát. Annak okán is, hogy háttérükről korábban számos jelenségről írtam, így szükség szerint elvárható lenne azok mentén történő leírás és elemzés. E helyett ezért egy gyerekkori élményemet osztom meg, amely általában is, de szakmai mondanivalóm szempontjából is rávilágít az alapvető értékek, moralitás szereteten alapuló, változást előidéző erejére.

1957 tavasza. Apámmal és nővéremmel együtt ülünk házunk teraszán. Valaki rugdossa a polgári ház vastag keményfából készített kapuját, amelyen a személyek közlekedését szolgáló kiskapu, a nagy nyíló szárnyak egyikéből volt kivágva. A vasalatok miatt magas küszöbvel bírt. A kapu mögött többször elhangzott: „Nyissák ki azonnal!” Apám a kapuhoz ment és elhúzta a vaskos reteszt. A kapuban egy félhosszú, az akkori divat szerinti viharkabátot

(ponyvaszerű anyagból készített esőkabát) és vörös svájcisapkát viselő ember állt. „Rendőrség!” – kiáltotta, miközben jobb kezével igazolványát felemelve lépett be a kapun apám felé. A magas küszöbben azonban megbotlott apám felé borulva. Apám védekezően felemelte a kezét, leerve ezzel a vörös svájcisapkát. A rendőr nem esett el, de átkozódva, fenyegetően ordítani kezdett. „Bevágom az autóba, mint a sz...t!” hangzott el, miközben felvette a földről a sapkáját és zsebre tette az igazolványát. Apám határozott nyugalommal annyit mondott: „Nem vág be sehová, míg el nem búcsúzom a gyerekeimtől.” Ekkor megfordult, odajött hozzánk elbúcsúzni. „Ne féljetek”, mondta az ölelés után, majd elindult a kapu irányába, ahol a rendőr állt, aki ekkor kezdett újból ordítani és apámat lökdöste az autó felé. Egy barátja ügyében vitték be kihallgatásra, majd néhány óra múltán elengedték.

Sokszor eszembe jut a történet, gyermekkori élményeim közül egyik legmeghatározóbb, bár később soha nem beszéltünk erről apámmal. Most azért idézem fel, mert számomra a szeretet erejének megtapasztalása, amely leállította az agressziót két ember között. Felülemelte a rendőrt is az akkori kor rendőrszerepbeli viselkedésén (a gumibotos, leírása, verőrendőr hírében álló nyomozó tiszt volt). Nyugdíjba vonulása után, idős korára hívó, templomba járó emberré vált.

Szakmai munkám során, professzionális kapcsolati helyzetben megélt katartikus változásokat sokszor kisebb „csoda”-ként életem/élem meg. Visszagondolva ezekre, mindig a másik emberrel átélt élmény idéződik fel, s természetesen a közösen átélt felismerés és változás öröme, amelyben nem tagadható a professzionális siker öröme, büszkesége sem. Csak ezután jön a gondolat, vagy egy esetismertetés folyamán látens kérdésként, „hogyan is csináltam?” Bármennyire is híve vagyok a tudatos, tiszta szakmai-fogalmi közelítésnek (hallgatóim talán igazolják a feljük irányuló elvárásokon keresztül), nem a technikai vagy az elméleti közelítés jut eszembe. Azok másodlagosak. Mi másra törekedhetnénk a segítő kapcsolatban, mint a személyes és a kapcsolat indukálta erő és változás felszínre hozására, amely az emberben rejtőzik, és az emberi kapcsolat értékének mentén kerül felszínre, az elfogadás és szeretet kontextusában. Talán ebben a kontextusban találkozik a teológia és a pszichológia is.

Célom az volt, hogy a teológiai és a pszichológiai segítő kapcsolati munka találkozásáról írjak. Nem tudományos review jelleggel, inkább személyes szakmai álláspontom, tapasztalatom kifejtésével, amelynek alakulásában jelentős szerepe van a bevezetőben említett DRHE-pasztorálpszichológia szakkeretében végzett munkám tapasztalatának. Ez akkor indult, amikor Bodó Sára megjelent a Debreceni Egyetem mentálhigiéné szakirányú továbbkép-

zési szakán jelentkezését követően. A képzésben találkoztunk. Érdeklődéssel vett részt a képzésen, kezdetben kifejezve azt, hogy tapasztalata alapján dönt majd arról, hogy érdemes-e a képzésben maradnia, hasznosnak mutatkozik-e a képzés, hivatását tekintve. Nyílt és tárgyilagos hozzáállása segítette a hallgatók és oktatóink párbeszédét, a képzés tartalmának alakítását, a különböző humán területről érkező hallgatóságnak is mintát adva. A képzés szakmai vezetőjeként és személyesen is értékes volt a Bodó Sárával való *találkozás*, amelynek nyomán kiteljesedtek a szakterületünk közötti együttműködés tartalmi és szervezeti keretei. Nagy élményt jelentett számomra, amikor Sára meghívott a teológushallgatók körébe előadást tartani, majd azt követően beszélgetésekre, önismereti demonstrációk megtartására. Közeledés és bizalom alakulhatott ki szakterületeink együttműködésének irányában, amely kezdetben és a korábbi tapasztalatokat tekintve nem tűnt egyszerű feladatnak. Kellett hozzá Sára nyitottsága, szakmai felkészültsége, személyiségének hitelessége. Mindkét szakterület szempontjából és személyesen számomra és a képzésben résztvevő kollegáim részére is értékeremtő volt. Ez az út vezethetett ahhoz, hogy a DRHE vezetése pasztorálpszichológia szak alapítására és indítására vállalkozott. Nyilván számos más meghatározó tényező állt még ennek háttérében, melynek történeti leírása és ténybeli elemzése meghaladja jelen fejtegetésem kereteit és célját. Ki kell azonban emelnem ebben Fekete Károlynak, a DRHE akkori rektorának és Bölcskei Gusztáv püspöknek az emberi és hivatali szerepéből nyújtott támogatását. Ez vezethetett ahhoz, hogy 2003-2005 között több mint 60 diplomás teológus szerezhetett pasztorálpszichológiai képesítést is. A szakterületek közeledése azonban ennél sokkal szélesebb kört érintett, hiszen a jelzett időszakban több konferencia szerveződött a képzés szakmai bázisán, nagy létszámú érdeklődéstől kísérve. A pasztorálpszichológia integrálódott a DRHE képzésébe, a kétszintű képzés bevezetésével mesterszak keretében is.

Kedves Sára! Születésnapod adott nekem indíttatást és alkalmat, hogy visszaemlékezve közös munkánkra szakterületeink viszonyában leírjam gondolataimat, szakmai álláspontomat a segítő kapcsolati munkáról, a személyességet is vállalva. Tévedéseim, vagy a vitatható tartalmak korrekciója – reményeim szerint továbbépítheti szakterületeik együttműködő építkezését.

Őszinte barátsággal és szertettel kívánok Boldog Születésnapot! Isten éltesen!

Melléklet

PÁSZTORÁLPSZICHOLÓGIA SZAK  
képzési követelményrendszere

*1. Képzési cél:*

A képzés célja olyan teológiai és pszichológiai felkészültségű, pásztorálpszichológiában jártas lelkigondozók képzése, akik a különböző társadalmi és egyházi igényeknek megfelelően, szakszerű lelkigondozói, családgondozói, egyéni és csoportos ellátásban tudják részesíteni az arra rászorulókat (pl. kórházakban, családsegítő központokban, humán szervezetekben, illetve gyülekezetekben).

Pásztorálpszichológiai-lelkigondozói szakképzettségükkel és az abból adódó speciális (etikai, spontán-lelkigondozói) témákkal bekapcsolódnak az egészségügyi és szociális dolgozók kiképzésébe és továbbképzésébe (nővérképzés, szociális munkások képzése, orvostovábbképzés kórházakban). Képesítésükkel a kórházak, stb. etikai bizottságainak fontos tagjaivá válnak. Átfogó ismereteikkel feladatot vállalnak az intézmények (kórházak) soft-management-ében (mint az intézmény spirituálisai).

A teológus-lelkészi alapképesítéssel rendelkezők pásztorálpszichológiában képzett lelkigondozókként fejthetik ki tevékenységüket.

Az a mentális és lelki terheltségi szint, amelyik ma a társadalom nagy részét érinti, szükségessé teszi a segítő szakmák jobb kooperációját, mélyebb egymásra figyelését. Magától értetődő kapcsolat mutatkozik a teológiai lelkigondozás és a pszichés gondozás területein, hiszen ezek gyakran ugyanazokat az emberi problémákat, konfliktusokat kezelik, jóllehet más-más teoretikus és módszertani alapokon.

Az alkalmazkodási zavarok, pszichés megbetegedések, öngyilkossági mutatók, általános rossz emberi közérzet elterjedtsége kihívásként jelenik meg a teológiai képzésben is, elkerülhetlenné téve a szakmai továbbképzés kidolgozását. A hittudomány részeként megjelenő pásztorálpszichológiai szak olyan képzési lehetőséget rejt magában, amelyben a képzett lelki segítők jól körülhatárolt szakmai kompetenciát és felkészítést kaphatnak. Ennek igénye már korábban is felmerült, különböző továbbképzési tanfolyamok elindítását eredményezve. Az előzőekben megfogalmazott célok elérését és az ezek mögött meglévő igények kielégítését leghatásosabban mégis egy szisztematikusan építkező továbbképzési forma — a pásztorálpszichológiai lelkigondozó képzés — szolgálhatja.

2. A kiadott oklevél szintje: egyetemi

3. Az oklevélben szereplő szakképzettség megnevezése: pasztorálpszichológiai lelkigondozó

4. Képzési idő: 5 félév, legkisebb óraszám 600 óra.

5. A képzés főbb tanulmányi területei:

A képzés előzetesen feltételezi a lelkigondozói tevékenységhez szükséges teológiai ismeretek megszerzését, ezért a tanulmányi területek között megjelenő teológiai diszciplínák speciálisan a pasztorálpszichológia tudományának továbbbi elmélyítését teszik lehetővé (pl. bibliai és pasztorálpszichológiai antropológia, speciális hermeneutika és etika, pasztorációtörténet, szintetizáló szeminárium). Az európai fejlett országokban már folyó hasonló protestáns és római katolikus képzés programját is adaptálva (Bethel, Passau), a következő főbb témakörök kerülnek áttekintésre.

— *Elméleti alapo*zás: A teológus-lelkészi alapidplomával rendelkezőknek el kell sajátítaniuk a szükséges pszichológiai alapokat (bevezetés a pszichológiába, személyiséglélektan, magatartászavarok lélektani háttere). Erre épülhet a segítő kapcsolati munka elméleti megalapozása, a mentálhigiéné, az egészség-betegség állapotára vonatkozó pszichológiai kérdéskörök áttekintése. Mindehhez szervesen kapcsolódnak a speciális teológiai diszciplínák közül az antropológia, pasztorációtörténet, vallásfenomenológia és valláslélektan tárgyak. A hallgatók szintetizáló szemináriumok formájában végzik el a két szakterület ismereteinek interdiszciplináris rendszerezését, kapcsolatainak felismerését.

— *A lelkigondozás jelenségkörei*: az e körben megjelenő tárgyak áttekintik azokat a lelkigondozói helyzeteket, attitűdöket, illetve a lelkigondozás elméletének mindazon területeit, amelyekkel a pasztorálpszichológiai lelkigondozók munkájuk során találkozni fognak. Így elméleti felkészítést kapnak a különböző krízishelyzetek, alkalmazkodási zavarok területeire, a segítő kapcsolati munka formáira, elveire, ezek speciális szakmai etikai aspektusaira, hermeneutikai és pasztorálpszichológiai összefüggéseinek felismerésére.

— *Gyakorlati követelmények*: a képzésben a gyakorlati felkészítés két területen is kiemelt szerepet kap: egyrészt az önismereti fejlesztés (min. 150 óra), valamint ehhez kapcsolódóan a spirituális személyiségformálás, másrészt a segítő kapcsolati munka begyakorloltatása a külső gyakorlatok, a szupervízió és az egyéni konzultációk segítségével. Az önismereti fejlesztést és a szuper-

víziót (csoportos) megfelelően képzett pszichológus és teológus szakember együttesen vezeti.

A konkrét tantárgyakat, az összórászámokat a mellékelt hálótér tartalmazza. — A *pásztorálpszichológia szak belső specializálódási lehetőségei*: a képzésben résztvevők az V. félévben a pászorálpszichológiai alapfelkészítésre további speciális felkészítést kapnak, amelynek választható területei: kórházi lelki-gondozás; börtön-lelki-gondozás; lelki-gondozás a katonaságnál, rendőrségnél, mentőknél, tűzoltóknál, katasztrófáknál; iskolai, ifjúság- és családsegítő lelki-gondozás; pászorálpszichológiai-diakóniai intézményvezetés.

6. *A felvétel követelményei:*

- teológus-lelkészi oklevél,
- legalább egy éves gyakorlat,
- személyi alkalmasság.

*Felvételi vizsga*: felvételi elbeszélgetés megadott szakirodalom alapján

7. *A szakindítás feltételei:*

A szakindítás személyi feltételeit a MAB feltételrendszerének megfelelően minősített oktató, szakfelelősként garantálja. A képzés tárgyi feltételeit az indító intézmény a MAB feltételrendszerének megfelelően garantálja.

8. *Megszerzendő kreditek száma:*

Minimum 150 kredit, a korábban vagy máshol szerzett kreditek beszámításáról az intézmény dönt.

9. *Az ismeretek ellenőrzési rendszere:*

Az ismeretek ellenőrzési rendszere a tantervben előírt – részben egymásra épülő, részben egymástól független – aláírások, gyakorlati jegyek megszerzéséből, kollokviumok, gyakorlati jegyek, szigorlatok letételéből, szakmai gyakorlatok elvégzéséből, szakdolgozat elkészítéséből, valamint záróvizsga letételéből tevődik össze.

9.1. *Kötelező szigorlati tárgyak:*

- Segítő kapcsolat és pszichoterápiai alapok — III. félév
- Lelki-gondozás-elmélet — V. félév

9.2. *A szakdolgozat:*

A szakdolgozat témája feltétlenül gyakorlati esethez kapcsolódjon, amelyet a hallgató témavezető felügyelete mellett készít el. Terjedelme minimum 40, maximum 100 oldal. Elkészítésekor írásbeli bíráló készül, s a munkákat jeggyel is minősíteni kell.

### 9.3. A záróvizsga

#### 9.3.1. A záróvizsgára bocsátás feltételei

- az előírt tanulmányi kötelezettségek teljesítése
- a gyakorlatok minősített dokumentumainak benyújtása,
- a szakdolgozat elkészítése, benyújtása és elfogadása.

#### 9.3.2. A záróvizsga részei:

- a záródolgozat megvédése,
- az ide kapcsolódó elméleti felkészültség felmérése (Személyiséglélektan, Krízislélektan, Pásztorálpszichológia).

A záróvizsga felkért bizottság előtt folyik, megkezdésének feltételei a jelölt részéről: az előírt tanulmányi kötelezettségek teljesítése, valamint a záródolgozat minősített dokumentumainak benyújtása.

#### 9.3.3. a záróvizsga eredménye:

- a két szigorlati jegy,
- a szakdolgozati jegy,
- a záróvizsga jegye.

Ezek átlaga adja a diploma általános minősítését.

### 10. Az oklevél felhasználhatósága:

A lelkigondozói oklevéllel rendelkező szakember kompetenssé válik a válaszos ember lelki sajátosságainak kezelésére. Szakavatottként tud az egyházi közösségek tagjainak pszichés folyamataiban eligazodni és segítséget nyújtani. Az oklevél felhasználhatóságának *sajátos* formái a választott specializáció alapján:

- egészségügyi intézmények, kórházak lelkigondozói,
- börtönök, katonaság, rendőrség, mentők, tűzoltók lelkigondozói,
- egyházi oktatási intézmények, iskolák, ifjúság- és családsegítő szolgálat lelkigondozói,
- pasztorálpszichológiai-diakóniai intézményvezetői állások betöltésére jogosít.

