



## Válaszkeresés a társadalmi problémákra

Bugán Antal pszichológussal Balogh József beszélget

A 21. század pszichológiája a környezeti és társadalmi változások tükrében címmel rendezte meg a Magyar Pszichológiai Társaság XVIII. Országos Tudományos Nagygyűlését május 22-24 között a Nyíregyházi Főiskolán. Dr. Bugán Antallal, a Pszichológiai Társaság főtítkárával a pszichológia napjainkban betöltött szerepéről beszélgettünk.

**Balogh József:** Miért éppen a környezeti és társadalmi változásokat választották a nagygyűlés témájául?

**Bugán Antal:** A felgyorsult társadalmi változásokkal olyan problémák jelentkeztek, mint a természeti környezet gyors átalakulása, a globális felmelegedés, a környezet-szennyezés. Ezek olyan problémák, amelyek közvetlenül vagy közvetetten érintik életvezetésünket, testi és lelki egészségünket. Ha a pszichológia nem is ezek közvetlen természettudományos kérdéseire akar reflektálni, de hozzájárulhat a megoldások kereséséhez. Segít az emberi viselkedés megismerésében, saját működésének feltárásában. Segít megérteni azt, hogyan viszonyul a gyors változásokhoz és egyáltalán milyen része van ezekben. Az ember, olyan módon és mértékben alakítja át a természetet, hogy már veszélyezteti a saját létét, jövőjét is.

**B. J.:** Hogyan tud az ember önkorlátozó lenni a természeti értékek megvédésében és egyidejűleg a saját biológiai létének védelméért?

**B. A.:** A természettudományok az utóbbi években óriási fejlődést produkáltak. Az informatika, a számítógépek világa rohamosan átalakítják az életmódunkat. A mobil telefon mára nélkülözhetetlen része életünknek, „zsebben hordhatjuk a világot”, ugyanakkor személyes szabadságunkban is korlátoz bennünket, mert bármikor elérhetővé válunk, bármilyen információt rövid úton elérhetünk. Tudunk vele bánni? Tudjuk a ránk özönlő és elérhető információt kellően szűrni, válogatni? Mi az, amire nekem szükségem van és mi az, ami engem manipulál? Sodródunk az ilyen jellegű folyamatokban, csökken belső figyelmünk, fogyasztjuk a média által felkínált portékákat, s ezzel együtt a felkínált fogyasztói kultúrát, életmódot, a hamis boldogság illúzióját. Nem vagyunk boldogabbak, nem vagyunk egészségesebbek, jövőnk kilátástalanabbá válik. A természettudományoknak köszönhetően fantasztikus fejlődést felmutató orvostudomány ellenére nem javultak a népegészségügyi állapotok. Megjelentek olyan új betegségek, amire a hagyományos orvoslás nem nagyon tud hatékony választ adni. Ezeknek a betegségeknek a hátterében az életvezetéssel, a viselkedésünkkel összefüggő problémák állnak. A gyógyításban egyre nagyobb szerepet kap a megelőzés, az egészségmegőrzés. A pszichológia kiemelkedő szerepet vállal, amikor ezekre a kérdésekre tudományos és gyakorlati válaszokat keres. Mindezek a kérdések sok irányból közelíthetők a pszichológia elméleti és alkalmazott területeit tekintve.

**B. J.:** Mennyire tágas területet ölel fel a pszichológia tudománya?

**B. A.:** A pszichológia rövid múltú tudomány, még kétszáz éves múltra sem tekint vissza. Sajátos tudomány, mert egyik lábával a biológiai tudományok, a másik lábával viszont a társadalomtudományok területén áll. Talán elfogultan mondhatom, hogy a pszichológia szépsége az, hogy egyaránt közelíti a biológiai embert, annak

lelki működésének alakulását és azt a közösséget, kultúrát létrehozó társadalmi embert, aki a korábban jelzett problémák létrehozója, elszenvedője és a megoldások megtalálásának felelőse. Szépsége és nehézsége is ennek a tudománynak az, hogy a legkomplexebb tárgyat tette vizsgálatának tárgyává. Az emberi agy működésének következményét, a viselkedést, annak szerveződését, fejlődését egyéni és kapcsolati relációkban. Eredményei éppen ezért nagyon sokrétű problémát magában foglalóak, társulnak más tudományterületek kérdéseivel, fejlettségi szintjéhez. Széleskörű alkalmazott területei (a gyógyítástól a nevelésen át a munka, a sport, a politika világának segítségéig) arra a fejlődő társadalmi igényre utalnak, amely körülveszi. Meggyőződésem, hogy a tudományok területén az egyik legfontosabb szerepet fogja betölteni a jövőben azzal, hogy a leghatékonyabban járul hozzá az ember önmegismeréséhez. Mint ahogyan az egyén szintjén a megfelelő önismeret a hatékony életvezetés, vagy az egészség, illetve a gyógyulás alapja, úgy szükséges tudományos és társadalmi szinten az ember önismereti önreflexiója is.

*B. J.: Milyen színvonalat képvisel ma Magyarországon a pszichológia-tudománya?*

*B. A.:* Magyarországon a pszichológiai tudomány akár az elméleti, akár az alkalmazott területeket tekintve magas színvonalú, minden nemzetközi mércének megfelel. Ugyanakkor a pszichológiát beépítő gyakorlat, vagyis azok az intézmények, amelyek valamilyen pszichológiai szolgáltatást, ellátást biztosítanak, sajnos ma messze elmaradnak más fejlettebb országokhoz képest. Ennek történelmi oka is van. Az 1900-as évek elején Magyarországon a pszichológia tudományos- és gyakorlati képviselői a nemzetközi fejlődést követték, annak meghatározói voltak. A világháború és egyéb történelmi okok miatt azonban sokan emigráltak a jeles képviselők közül. Ez nagy törés volt magyar pszichológia fejlődésében. 1950-ben a pszichológia nem kívánatos tudomány lett politikai-ideológiai okokból. Felszámoltak mindenféle pszichológiai intézményt, megszüntették a képzést is. A fordulat 1963-ban volt, amikor Kardos Lajos professzor az ELTE-n újrászervezte a pszichológusképzést, s lassan megindult az ellátások újraépülése is. Minőségi változást jelentett, hogy a pszichológia 1973-ban egyszakossá, így a képzés szintjén is önálló professzióvá vált (korábban tanárszakkal párosítva indult). A másfél-két évtizedes tiltás idején a pszichológiai tudás, a szakmai tapasztalatok megmaradtak. Mérei Ferenc azt írja erről az időszakról, hogy az a tudás, ami Magyarországon a pszichológiában megvolt, kis műhelyekben, „katakombák”-ban maradt fenn, fejlődött és ott adták tovább. A képzések megindulásakor az előzmények miatt sem álltak rendelkezésre megfelelő magyar nyelvű tankönyvek, források. Ez a hátrány előnyként jelent meg a pszichológiai tudás alakulásában, hiszen az aktuális szakirodalmat kellett behozni és felhasználni a képzésben. A tiltás után a tudás, annak a fennmaradása, továbbadása, frissítése, a képzés indítása megoldódott. Az ellátást biztosító intézmények fejlődése azonban még napjainkban is messze elmarad a társadalmi igényekhez és a nemzetközi normákhoz képest.

*B. J.: Ha az ember amerikai filmet néz, azt látja, hogy már majdnem mindenkinek van pszichológusa. Magyarországon hogy állunk mindezzel?*

*B. A.:* A pszichológiának nemzetközileg is van egy sajátos divatja. Ez abból is adódik, hogy a humánpotenciálok kezelése központi kérdéssé vált a szervezetek működésében, a hatékony gazdasági folyamatok alakításában, az oktatás nevelés területén, de ezzel együtt az egyéni életvezetés területén is a személyes egyensúly- és hatékonyság kialakításában, megőrzésében, az egészség megtartásában. Másrészt az emberek életvezetésének átalakulása fokozott önreflexiót igényel. Nézzük például az



óriási árukínálatot. Ha bemegyünk egy szupermarketbe, ott végigvezetnek bennünket a polcok között, s hiába csak néhány apró dologért megyünk be, felmérések szerint is közel tízszeresét vásároljuk. Olyan mértékű kínálattal, „ingerrel” árasztanak el, amelyet már nem tudok megfelelően kezelni, nem tudom, mi kell nekem valójában. A fogyasztói társadalomban megjelenik egy manipulációs hatás, amelytől csak az önreflexió, az önismeret véd meg, hogy el tudjam dönteni: az óriási kínálatból mi az, ami nekem szükséges, hogyan alakítsam az életemet, fizikai külsőmet, szabadidőmet, szükségleteim kielégítését anyagi és szellemi (spirituális) területeken. Ennek hiányában sodródunk egy neurotikus álomvilágban, s nincs egy perc megállás, ahhoz hogy megnézzem és végiggondoljam önmagam, pedig igényeljük, hogy rálássunk lelki működésünkre. Ez az, ami egy meditatív kultúrához kapcsolódik, amely hiányzik, vagy háttérbe szorul napjaink életvezetésében, pl. átélni egy műalkotást, színdarabot, társasági, közösségi élményt. Nagyon fogyasztóivá, materiálissá vált az életmódunk, holott az embernek van egy szellemi-spirituális szükséglete is. Személyes, testi-lelki egyensúlyunk megőrzésének számos tényezője van. Ezzel kapcsolatos nehézségeink kezelésében szerepet kaphat a pszichológiai ellátás is, ha megfelelően indokolt és az megfelelő szakmai alapon szerveződik meg. Nem szabad ennek szerepét divat alapján túlértékelni, de lebecsülni sem. Sajnos manapság lényegesen többen igényelnének pszichológiai ellátást, mint amennyien elérik azt.

Erre a hiányra épülnek Magyarországon a kétes gyógymódok, jósdák és társaik. A kellő pszichológiai kultúra hiányában sokan igénybe is veszik azokat. A pszichológus csak olyan eszközöket alkalmaz, amelyek tudományosan, vagy a gyakorlat által igazoltak, amelyek szakmai etikai alapokon nyugszanak. Ha valaki elmegy pszichológushoz, akkor az segít átgondolni élethelyzetét, céljait, segít életvezetésének megváltoztatásában. Ez egy aktív belső munkát igényel, az egyén alakítja belső egyensúlyát, egészsége hatékonysága érdekében. Nem jövendöl, nem ígér, nem ad életvezetési recepteket a gondok megoldásához. Aktív belső munkán át kísér el a megoldásig. A pszichológiai segítséget, az önismereti tudatosság fejlesztését, megtartását sokan igénybe veszik gyógyulásuk, egészségük megőrzése érdekében. Vezetők, menedzserek személyes hatékonyságuk fejlesztéséhez, megtartásához, a kiégés elkerüléséhez veszik igénybe, mint ahogyan a segítő foglalkozásuk is.

*B. J.: Mit tud segíteni a nevelésben az iskolapszichológus?*

*B. A.:* Minden iskolában kellene, hogy a tantestület részeként legyen ott az iskolapszichológus, de ne az egyéneket, az egyes tanulókat lássa el, hanem a pedagógusnak adjon segítséget, szolgáltatóként, konzultatív partnerként. Hasonlóan ahhoz, mint ahogyan belgyógyász is kér laborleleteket a jó diagnózis kialakításához, a gyógyítás folyamatához igénybe vesz más szakmákat. Egy pedagógustól nem lehet elvenni a gyereket, az ő felelőssége a nevelés, ő ismeri legjobban a tanulót a pedagógiai folyamatban, és ő alakítja. A pszichológus, vagy a gyógypedagógus az iskolában ehhez adhat segítséget, többletinformációt, segíti a pedagógust, de a kapcsolatot a nevelésben időszakosan sem veheti át. Egy furcsa lélektani ellentmondás alakulhat ki kezdetben. A pedagógusnak van egy problémája, amit nem tud megoldani, s elküldi a pszichológushoz a tanulót, aki tájékoztatja a vizsgálat eredményéről, esetleg a pszichológiai jellegű intervenciók lehetőségekről. Ezáltal a pedagógus még nem szabadult meg az adott problémától, hanem többlet feladatot kapott. Kié a probléma? Elindulhat az egymásra mutogatás. Az iskolában a probléma kezelője és a nevelési folyamat irányítója egyértelműen csakis a pedagógus lehet. Más a helyzet akkor, ha

tanulónak olyan jellegű problémája van, amely terápiás jellegű beavatkozást igényel. Ez esetben a család is, annak intimitásai is szükségszerűen bevonódnak a megoldás folyamatába. Ennek a folyamatnak a helyszíne viszont nem lehet az iskola, nem lehet a tanuló, a család belső problémáját az iskola társadalmi nyilvánosságának kitenni. Ezért szükségesek az iskolán kívüli ellátást biztosító intézmények is. Az iskolán belüli és az iskolán kívüli pszichológiai gyakorlat között érzékeny, elméletileg meghatározható különbség áll fenn, amelynek figyelmen kívül helyezése számos konfliktust generál. Véleményem szerint ebben a kérdésben a magyarországi gyakorlat rendkívül ellentmondásos és egy sor elhibázott döntés született. Ilyen például az iskolapszichológus hálózat és a nevelési tanácsadók összevonása, vagy a nevelési tanácsadók intézményi önállóságának megszüntetése. Nem önálló intézményként nem tudja azt a szakmai autonómiát megvalósítani, amely az ellátandók körének védettségét is biztosítaná a családdal együtt. Hasonló a helyzet az iskolapszichológus kiszakításával az iskola szervezetéből, ez pedig az iskolát, a pedagógust szolgáltatja ki. Nem saját keretében, nem kompetenciájában lenne kénytelen megoldani a saját szervezetében megjelenő problémáját. Sajnos Magyarországon még nem alakultak ki az iskolán belüli szolgáltatások, más szakmák beépülésének és igénybevételének a kultúrája. Azon túl, hogy az iskolapszichológusok száma igen csekély az iskolák számához képest (4-5%) a működési modellek sem kiérleltek, főként a szervezeti bizonytalanságok miatt.

*B. J.: A tanárverések napvilágra kerülése óta sokan kiáltanak pszichológusért. Ez lehet a megoldás útja?*

*B. A.:* Ezek az események valóban felkeltették a pszichológia iránti elvárásokat. Ha egyik oldalról nézem, örülhetek, mert íme, itt van a szakma iránti igény, a precedens lehetőséget kínál az ellátás fejlesztéséhez. A másik oldalról viszont nagyon aggodom, mert természetesen sokat tehet egy pszichológus, de vajon ugyanazt várják-e el a pszichológustól, amelyre képes, amelyhez eszközei vannak, azon a ponton engedik-e a beavatkozását, ahol ő szakmailag indokoltnak tartja? Hogyan, miben tudja bizonyítani hatékonyságát a jelenség kezelésében? Úgy, hogy nem okoz csalódást. Tudja-e kezelni az esetleges irreális elvárásokat? Sokat tehetünk, számos eszközzel rendelkezünk, de hasonlóan a pedagógiai beavatkozásokhoz, az eredmények nagyobb időtávlatban és áttételeken keresztül jelennek meg. Ez sokkal összetettebb kérdés.

Az adott esetet elemezhetjük a tanuló szempontjából. Ebben lehet a családi (szocializációs) státusát, viselkedése hátterének elemzését adni, keresni az intézményes vagy azon kívüli megoldásokat. Ezekben a pszichológus megjelenhet szakértőként, terapeutaként, attól függően milyen intézményes megoldás születik. Elemezhetjük a jelenséget a tanár szempontjából. Itt alapvető kérdés, hogy egy tanár felkészültségéhez mennyiben köthető ilyen szélsőséges jelenségek kezelésének képessége, aki a társadalom által előírt elvárások intézményes képviselője. Mennyire vonható be a tanár személyiségének szerepe, vagy csak az intézményben elfoglalt szerepe a mérvadó. Itt a pedagógiai és a szociálpszichológiai kompetencia jelenik meg a segítségben. Ez egyben elvezet az iskola, mint szervezet működésmódjához, annak szervezetpszichológiai jellemzőihez is. Az utóbbi sok szempontból autonómnak, egyedinek tekinthető, de nem független az oktatáspolitikai kérdéseitől. A normaszegő, deviáns viselkedés megértésében, hátterének feltárásában, korrigálásában egyéni- és szervezeti szinten többféle módon és eljárással segíthetnek pszichológus szakemberek. Ezzel azonban nem szűnik meg az a felelősség, hogy a társadalom



védje magát azoktól a deviáns viselkedésformáktól, amely ön- vagy közveszélyt okoznak, s ezeket elhatárolja, szankcionálja. A tanárverés esetében is kell a társadalom részéről egy jogi, etikai állásfoglalás, amiben az önvédelme megjelenik. A bűnözőt becsukják. Az önveszélyes és a társadalomra veszélyes beteg embert is korlátozzák, gondnokság alá helyezik, a társadalom védi a beteget is és a környezetét is. Ez már nemcsak pszichológiai, hanem jogi, társadalompolitikai kérdés is.

*B. J.: Ennek kapcsán került szóba a kongresszuson az iskolapszichológia.*

*B. A.:* Számos szekció munkáját érintette közvetlenül vagy közvetve az iskola pszichológiai jelenségvilága, de természetesen volt iskolapszichológiai szekciónk is. Elnökségünk, amikor a következő nagygyűlés helyszínét tervezte, először választott tanárképző főiskolát. Eddig a pszichológusképzést végző egyetemeken járt körbe a rendezvény. A Nyíregyházi Főiskola mellett magam voltam az elnökségben a kezdeményező. Bár nem a pedagógiai pszichológia a közvetlen szakterületem, de meggyőződésem, hogy a pszichológiai kultúra beépülésének és továbbfejlesztésének legfontosabb és leghatékonyabb színtere az iskola. A Nyíregyházi Főiskola Pszichológiai Tanszéke magas színvonalú oktató-és kutatómunkát végez. Néhány, a lendő tanárokat érintő izgalmas kutatásban is együttműködünk. Így az iskolapszichológiának nem csak általános szakmai jelentőséget tulajdonítottam a rendezvényen, hanem regionális szempontút is, hiszen az egész rendezvénynek egy pedagógusképző intézmény adott helyet és vett rész a program kialakításában. Bízom benne, hogy a rendezvény hatékonyan segíti a régió pszichológiai és pedagógiai tudományos közéletének alakulását is. Hozzájárulhat indirekt módon a pszichológiai ellátások fejlesztéséhez, fejlődéséhez a régióban.

*B. J.: Említette tanár úr, hogy mintegy két évtizedes kimaradás volt a pszichológusképzésben. Milyen ma Magyarországon ez a képzés?*

*B. A.:* Jó úton járunk, hat egyetem képez pszichológusokat. A pszichológiai társaságnak körülbelül kétezer tagja van. EU-s irányelv, hogy körülbelül 1500 lakosra jusson egy pszichológus. Ezt talán Hollandia közelíti meg, ott körülbelül 1700-1800 lakosra jut egy pszichológus, Magyarországon a kétezer helyett biztosan kellene hat-hétezer pszichológus. Azért örülök, hogy Nyíregyházán lesz ez a kongresszus, mert a pszichológia sajátos fejlődése azt eredményezte, hogy először és főként Budapesten, utána képzőhelyek körül tömörültek a pszichológusok. És nem csak azért, mert nem akartak kisvárosokba menni, hanem mert nem tudtak szakmai teamban dolgozni. Én régen a debreceni egyetem pszichológus-képzésében dolgozom, vezetem, s azt láttam még a legutóbbi években is, hogy a nálunk végzett pszichológusok igyekeztek Budapesten elhelyezkedni. Túl a főváros vonzásán, ott több szakmai lehetőséget láttak. Nagyon sok még a fehér folt az országban, s ez nagy felelősséget ad akár a Pszichológiai Társaságnak, akár a képzőhelyeknek, hogy a pszichológusok ne magányosodjanak el, hogy legyenek szakmai kapcsolatok, hogy tudják szocializálni a környezetüket a pszichológusok befogadására, használatára. Sok helyen tapasztaltam, hogy volt pszichológusi státusz több évig, s mivel nem tudták betölteni, fől számolták. Szabolcs-Szatmár-Bereg Megyében 2001-ben egy klinikai szakpszichológus volt. Két éve már 13 van, mivel Debrecenben megszerveztük az alapidiploma utáni, négyéves klinikai pszichológiai szakképzést. Ez nagyon fontos dolog, mert ezzel sokat fejlődött az ellátás színvonala a régióban. Bízom benne, hogy ez a folyamat nem áll meg, s további területeken jelennek meg jól képzett pszichológusok, az ország azon területein is, ahol most még kevesebben vannak.