

Kulcsár Zsuzsanna (szerk.): Teher alatt...

Trefort Kiadó, Budapest, 2005. 396 oldal, 2900 Ft

A kötet tizenhárom, a pozitív traumafeldolgozás és a poszttraumás fejlődés elméletét tárgyaló cikket tartalmazó szöveggyűjtemény. A traumához való pozitív adaptáció iránti pszichológiai érdeklődés – a koncentrációs táborot megjárt Viktor Frankl munkáira támaszkodó logoterápiát követően, amely az értelem akarását állította a középpontba – az 1990-es években, a pozitív és a negatív alkalmazkodás koegzisztenciájának felismerésével újult meg.

A poszttraumás fejlődés (*posttraumatic growth*, a továbbiakban PTN) fogalmát és az azt vizsgáló kérdőívet (PTGI) Tedeschi és Calhoun vezette be (*The Posttraumatic Growth Inventory: measuring the positive legacy of trauma. Journal of Traumatic Stress*, 9 [1996], 455–471. old.). Vizsgálata azóta a „pozitív” egészségpszichológia egyik központi területe. A kognitív pszichológiai szemlélet olyan intrapszichikus, „szeizmikus” történésként értelmezi a trauma eseményét, amely a szubjektum kognitív sémainak és globális hiedelemrendszerének összeomlásához vezet ugyan, ám egyszersmind egy új, a trauma előttinél jobb szerveződést, fejlettebb értékrendet is megalapozhat. A kötet írásai a traumát követő, abból kiinduló fejlődés lehetőségeivel foglalkoznak – egészen a bölcsességig bezáróan.

A gyűjtemény három nagy fejezetben, különböző aspektusokból bontja ki a témát, igaz, némileg kritikátlanul: a megközelítés egésze leegyszerűsítőnek tűnhet a trauma negatív hatásainak ismeretében. Az első fejezetben a PTN alapvetően elméleti megalapozását nyújtó tanulmányok találhatók, majd a kötet az elmélet empirikus vonatkozásaival ismerteti meg: hogyan használható a terápiás munkában, hogyan alakul különböző traumatikus élethelyzeteket követően a jelentésadás, az értelmezés. A harmadik rész a

bölcsességgel mint a negatív életese-mények lehetséges hozamával foglalkozik. A kötetet a szerkesztő, Kulcsár Zsuzsanna bevezetője és összefoglalója foglalja keretbe, segítve az olvasót a tanulmányok egy rendszerben való megértésében, elhelyezve őket a személyiség-, az egészség-, a szociál-, a fejlődés- és a kognitív pszichológia átfogó elméleti keretében.

A gyűjtemény alapja egy pszichológiai doktori szeminárium anyaga, de sok írása nemcsak a (leendő) szakembereknek, hanem azoknak is izgalmas lehet, akiket foglalkoztatnak a határ- vagy krízishelyzetek, amelyekben az individuuum az étellel és a halállal való számvetésre kényszerül. Érdemes megjegyezni, hogy míg a szakemberek képesek a poszttraumás fejlődést mint koncepciót a megfelelő helyi értéken kezelni – tehát a poszttraumás zavarokkal „együtt olvasni” –, addig a laikus olvasót félrevezetheti vagy hitlenkedést válthat ki belőle ez a túlságosan pozitívnek feltűnő szemlélet. A pszichológia eszköztárával és módszertanával dolgozó tanulmányok kérdésfelvetéseiben és következtetéseiben filozófiai szintű problémaérzékenységgel találkozunk. A trauma, a traumatizáció jelensége e két tudományág még kiaknázatlan határterülete, amelynek feltárásához a szöveggyűjtemény inspiráló adalékot kínál.

Mindenekelőtt érdemes meghatározni, mit is tekinthetünk pszichés traumának. Minden olyan egyszeri vagy krónikus lelki és/vagy testi *extrém abúzust* (nemi erőszak, baleset, gyógyíthatatlan betegség, fontos személy halála, természeti katasztrófa, válás, totalitárius hatalomnak való alávettség stb.), amely hosszan tartó és diszfunkcionális emocionális reakciókat vált ki a túlélőben, aki azt nem képes feldolgozni, ezért érzelmi háztartása, identitása, szociális kapcsolatai és globális jelentéstudajdonítási rendszere negatív módosulásokon mehet át. A trauma tartós negatív következményei közül meg kell említeni a legalapvetőbbet, a PTSD-t, a *poszttraumás stresszbetegséget*. Judith Herman *Trauma és gyógyulás* című könyvében (Háttér – Kávé – Nane Egyesület, Bp., 2003.) a „trauma dialektikáját” egymásnak ellentmondó állapotok folyamatos váltakozásával jellemzi, mi-

közben maga a poszttraumás állapot is fokozatos változáson megy keresztül. Eleinte a traumatikus emlékek betöréses újraélése dominál, majd ennek csökkenésével felerősödnek a tompultság és a beszűkülés tünetei. A túlélő élete cselekedeteiben csak felületesen van jelen, mintha a mindennapi eseményeket távolról figyelné. Herman találó megfogalmazásában: „hiányzik belőlük a drámaiság”. Ezt Freud is leírja (*Ösztönök és ösztönsorsok. Metapszichológiai írások*. Filum, Bp., 1997. 129–145. old.): minden érdeklődés kivész az emberből, a trauma „felfalja énjét”, „az ént a teljes elszegényedésig kiüresíti”. Sok túlélő azt érzi, mintha egy része meghalt volna. Ebben az állapotban Herman szerint egyre könnyebb elvéteni a diagnózist, mert épp a negatív tünetekből áll össze, abból, *ami nincs*. Érdemes ennek a megállapításnak a fényében mérlegelni a traumát követő fejlődés egyértelműségét, lehetőségét.

A trauma szinte kikerülhetetlen negatív következményeit nyomatékosító felvezető után lássuk a *Bevezetőt*: a kötet hangsúlyozottan kognitív szemlélete mellett Kulcsár a társas, avagy összetartozási szükséglet empirikus kutatási eredményeivel foglalkozik a PTN jellemzőinek tükrében. A poszttraumás fejlődés öt területen figyelhető meg: 1. az élet fokozottabb megbecsülése és a prioritásokban bekövetkezett változások; 2. melegebb, nagyobb intimitással jellemezhető kapcsolatok átélése; 3. a személyes erő fokozott érzete a sérülékenység egyidejű átélésével; 4. új lehetőségek és életpályák felfedezése a személy életében; 5. spirituális és egzisztenciális fejlődés. A kutatásokból kiderül például, milyen jelentős szerepe van a környezetnek a trauma sikeres feldolgozásában, s hogy maga a PTN hogyan lép kölcsönhatásba a szociális faktorokkal. A társas támogatás, az intim, meleg kapcsolat segítik a megküzdést a krízishelyzettel, míg a szociális kirekesztés, a szoros, jelentéstartó kapcsolatok hiánya önrontó viselkedéshez (pl. alkoholizmus, autóbalesetek nagyobb gyakorisága) is vezethet. Ám ezeken a laikus számára is belátható tapasztalatokon túl a trauma olyan változásokat is indukálhat, amelyek következtében az egyén nyi-

tottabban, elfogadóbban viszonyul másokhoz, tehát pozitívan befolyásolja a társas befogadást is. Ellenkező esetben bezárkózik saját világába, és elutasítja emberi kapcsolatait, ez az eshetőség azonban kívül esik az írás érdeklődési körén.

Tedeschi és Calhoun két tanulmánya mutatja be a PTN fogalmát, konceptuális alapjait és a jelenséget támogató empirikus bizonyítékokat. A szerzők felhívják a figyelmet arra a nem várt tényre, hogy a traumát követő fejlődésről szóló beszámolók aránya messze meghaladja a pszichiátriai zavarokról szólókat. Hangsúlyozzák, hogy a személyes distressz és a növekedés együtt van jelen, és sok tényezőn múlik, hogy a distressz, esetleg a poszttraumás stressz zavar vagy pedig a fejlődés lesz-e a meghatározó. Röviden áttekintik a PTN-nel rokon fogalmakat (előnytalálás, stresszfüggő növekedés, erőátfordítás), és bemutatják a poszttraumás fejlődés modelljét. A PTN folyamatát olyan súlyos krízis hozza működésbe, amely megkérdőjelezi, sőt megrendíti az egyénnek a világról és a benne elfoglalt helyéről alkotott képét. A pozitív változásokért nem maga a trauma, hanem annak „utóélete” a felelős, a trauma „csupán” elég nagy kihívás megszokott világunkra nézve, hogy beindítsa a lelki gazdagodást, egyszerűen azért, hogy kénytelenek vagyunk egzisztenciális kérdések felé fordulni. (Itt érdemes egy hermeneutikai párhuzamot fontolóra vennünk: a trauma tulajdonképpen a tapasztalat negatív szélső értéként értelmezhető, amelynek struktúrája a mindennapi tapasztalatokéhoz hasonló, tehát jellemzője, hogy mindig rációfól az előzetesen fennálló hiedelmekre, hamis általánosításokra, tehát mindig csalódással is együtt jár [ld. Hans-Georg Gadamer: *Igazság és módszer*. Gondolat, Bp., 1984. 392. old.])

Az elmélet ellenpárja lehetne Ehlers és Clark kognitív modellje (A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38 [2000], 319–345. old.), amelyről a PTN szerzői nem tesznek említést. Ez a modell tulajdonképpen a tanuláseméleti, kognitív és emocionális megközelítést ötvözve szintén a traumát követő folyamatokra helyezi a hangsúlyt, azonban csak a trauma

negatív következményeivel foglalkozik: akik nem képesek a traumát időben behatároltnak tekinteni, az egész jövőjüket negatívan meghatározónak tartják, ami később számos maladaptív kognitív feldolgozási stílust és viselkedési stratégiát indít be.

A krízis által kiváltott, elsöprő erejű negatív reakciók először mindenképp megküzdő viselkedést tesznek szükségessé. Beindul az élmény intenzív kognitív feldolgozása is, ami először automatikus, betolakodó gondolatok, rágódás formáját ölti, majd egyre tudatosabbá, kontrolláltabbá válik. Az élethelyzetet kísérő distressz mindközben nem szűnik meg, hiszen éppen ez tartja fenn a kognitív feldolgozás aktivitását. A PTF elméletalkotói szerint – bár a trauma eseménye negatív élmény marad – a folyamat végére a túlélők szerencsés esetben kialakítják saját „trauma-narratívájukat”, tehát képessé válnak a történeteknek mint koherens saját történetnek elbeszélésére, a sémák új elveken alapuló helyreállítására és a PTN további területein való fejlődésre. Bölcsibbakké, spirituális belátásokra nyitottabbá válhatnak. Nem másról van itt szó, mint annak a felszólításnak pszichológiailag kidolgozott, a terápiás munkában irányadó modelljéről, melyet a kórus mond ki Aiszkhülosz *Agamemnónijában*: „Tanulj a szenvedésből!” Már Gadamer is erre hivatkozik (i. m. 396. old.), és természetesen a szerzők is jelzik elméletük évezredes előtörténetét.

A PTN fogalmára igen nagy szükség van a terápiás munkában, mivel a traumafeldolgozásban nem csupán a „rég élet” visszaállításának lehetőségét kínálja föl, hanem a végtelenben rajzolja föl a fejlődés perspektíváját. Fenntartással kell kezelnünk azonban ezt a talán túlságosan pozitív szemléletet – a szövegek összeválogatásának koncepciója kritikus reflexiót is jelez, amikor, ha korlátozottan is, de bemutatja a „másik” oldalt: a PTN kutatóitól közölt következő tanulmány a modelljükre kapott kommentárookra válaszolva egy metaelméleti álláspont kidolgozására törekszik. A kritikák teljes joggal kifogásolták a nyereség észlelésének túlhangsúlyozását, azt, hogy az elmélet kevésbé vesz tudományt a traumákkal járó mértékten

veszteségekről. A szerzők azzal védekeznek, hogy egy ilyen krízis negatív és pozitív reakciók keverékét mozgósítja, és rengeteg tényezőn múlik, melyik válik átmenetileg vagy végérvényesen uralkodóvá: szerepet kap a személy optimizmusa, nyitottsága, társas beágyazottsága csakúgy, mint a kulturális normák (például „morális kötelessége” lenne-e összeomlani vagy sem). Ezért kellene meghaladni a *szubjektív jóllét* (*subjective well-being*, SWB) és a distressz kizárólagos szembeállítását, feltörni a rejtett konceptuális korlátokat, és tágabb perspektívából megközelíteni a problémát. Ez az elmélet szintjén valóban konstruktív javaslat, de még jobb volna azt látni, igazolódik-e a mérőeszköz hatékonysága és érvényessége a prevencióban, illetve a terápiában. A szubjektív jóllét, a fejlődés és a distressz egymást kizáró szembeállítása természetesen leegyszerűsítő, ám a betegekkel folytatott segítő munka alapján az is nyilvánvaló, hogy a poszttraumás állapot negatív tünetei és a fejlődés (például „Jobban meg tudom érteni a spirituális dolgokat” vagy „Közelebb érzem magam másokhoz”) nem ugyanazon a szinten helyezkednek el. Sok esetben hiába mutat a traumatizált egyén fejlődést a teszt bizonyos skáláin, valójában állapotát a depresszív tünetek vagy a PTSD egyéb negatív velejárói határozzák meg. A szerzők mégis beérik a pozitív és negatív tünetek pusztán együtt járásának megállapításával, és magyarázatként annyival, hogy a negatív émociók jelenléte sarkall az állandó kognitív feldolgozási kísérletekre. Hiányzik azonban a következő lépés: hogyan lehet az esetleges fejlődéssel dolgozni, visszavezetni a feldolgozási folyamatba, hogyan tudja felvenni a harcot a nálánál lényegesen számottevőbb negatív tünetekkel?

Kérdés, felrható-e kötetnek, hogy a poszttraumás állapotnak csak a pozitív oldalával foglalkozik, ha egyszer a célja nem a pozitív és negatív következmények összevetése, azaz a trauma átfogó megközelítése, hanem kifejezetten a pozitív traumafeldolgozást állítja a középpontba. Mindenestre olvasás közben fontos szem előtt tartani, hogy ez csupán az érme egyik oldala.

A kötet első részében még további két izgalmas írás olvasható. Az első a halál közeli élmények (*Near Death Experience*) és a poszttraumás fejlődés kapcsolatával foglalkozik. Az író, John Wren-Lewis – maga is pszichológus – minimális személyes pátoszszal átítatott tudósítása a klinikai halál állapotában szerzett tapasztalatairól ugyanazon a tárgyiasított hangon számol be észleléseiről, ahogyan a testen kívüliség élményében (*Out-of-Body Experience*) teljes közömbösséggel szemlélte a történéseket. A halál-félelem, a szenvedés megszűnik, minden addigi tudás és tapasztalat érvényét veszíti. „Mintha hirtelen-váratlan kigyógyultam volna valamiből, mintha lehullt volna a hályog a szememről” – írja. Az élmény hatásában összevethető a poszttraumás állapot bizonyos jellemzőivel: a túlélők felszabadulnak minden addigi rend alól, és nyitottá válnak egy transzcendens, nem én-élményszerű, eksztatikus tapasztalásra. E gyökeresen „más” és idegen élményből nehéz visszatérni az „élők közé”. Az újonnan nyert szabadság egyaránt lehet építő és romboló, sőt maga a dichotómia is érvényét vesztheti. Nádás Péter *Saját halál* című könyve a klinikai halálélmény megrázóan plasztikus ábrázolása, amely lényegében a Wren-Lewisével megegyező tapasztalatról számol be. Nádast újraélesztették: „attól kezdve, hogy erőszakosan visszahozták, semmihez nincs köze az embernek. Se a tárgyakhoz, se a többiekhez, se a tudáshoz, se az élettörténetéhez, semmihez. Vannak emóciói, ha megböki az ujját, akkor fáj, de semmi köze hozzá.” A koncentrációs táborok sok túlélője is beszámolt ilyesfajta tapasztalatról: a trauma túlélője mintha lélekben lecövekelne az élmény mellett, s tovább hordozná magában. A terápiás munkának kell segítenie az egyént abban, hogy visszahódítsa, integrálja, sajátá tesse ezt a belsővé vált idegenséget, mely idegenné teszi a külvilágban is.

Erre kínál egy lehetséges módszert *A sebzett mesélő. Betegség és erkölcs* című tanulmány. A nyolcvanas években körvonalazódó narratív megközelítés egyfajta pszichológiai metaelmélet, amely Jerome Bruner, Donald D. Spence, K. J. Gergen, James W. Pen-

nebaker munkásságához, illetve Paul Ricoeur *Temps et récit* (Éditions du Seuil, Paris, 1983.) című könyvéhez köthető. Mára már elterjedt a negatív életesemények írásos megfogalmazása, az írásterápia. A narratívák mentális gyógyító szerepével James W. Pennebaker az elsők közt foglalkozott, akitől magyarul is olvashatunk a *Rejtett érzelmeink, valódi önmagunk* című könyvében (Háttér, Bp., 2005), illetve a László János és Thomka Beáta szerkesztette *Narratívák 5.* (Kijárat, Bp., 2001) kötetben. Munkatársaival végzett vizsgálatában arra kért diákokat, írják le életük legnagyobb traumatikusan eseményét, majd összehasonlították őket olyanokkal, akiknek nem kellett ugyanezt leírniuk. Azt találták, hogy az írók immunaktivitása javult a nem írókéhez képest, és ez a pozitív változás tartósan fennmaradt. Innen datálódik a „gyógyító írás” mint kutatási irányzat.

Bruno Bettelheim a meséknek a traumafeldolgozásban betöltött segítő szerepére hívta fel a figyelmet (*A mese büvölete és a bontakozó gyermeki lélek*. Gondolat, Bp., 1976): a mesealakok segítségével a gyerekek, de a felnőttek is ellenőrizhető módon külsővé tehetik lelki folyamataikat, rendet tehetnek belső ellentmondásaik között. A mese leegyszerűsíti az élethelyzeteket, az alakokat határozott vonalakkal rajzolja meg, és a történetnek csak a kulcsmomentumait tartalmazza, a lényegre való rálátást ösztönzi. A mesék tanulsága Bettelheim szerint az, hogy ha az ember kitartóan és bátran szembenéz a megpróbáltatásokkal, győzedelmeskedhet felettük.

„Súlyos betegnek lenni azt jelenti: elvesztettem a hangomat, amit meg kell találnom” – írja Frank (103. old.), és „amint a beteg ember fokozatosan azt kezdi érezni, hogy a betegségének valamiféle célja van, máris megjelenik a betegség mint utazás képzete” (91. old.). Az utazás narratív struktúráját először Joseph Campbell írta le (*The Hero with Thousand Faces*. Princeton University Press, Princeton, 1972). Elbeszélője úgy mondja el betegsége történetét, mint egy mesét, amelynek ő a betegsége, traumája értelmét kereső hőse – ezek a *kereső történetek, szemben a helyreállító történetekkel*, amelyek a trauma

előtti állapot helyreállítására törek-szenek, illetve a *káosztörténetekkel*, amelyek csupán a korábbi énkép és jelentésstruktúrák széteséséről szólnak. A szerző a legtöbb publikált betegség-történetet kereső történetként értelmezi, amelyeknek megközelítően stabil – a mesékéhez hasonló – szerkezetük van. Az első lépés a hívás – a tünet megjelenése; ezt követi a beavatás, azaz a diagnózis, ami után a narrátor élményét egy koherens, jelentésteli történetté kezdi szervezni, amelynek végére ő maga megváltozik: inkorporálta, sajátá tette a betegséget; a harmadik szakasz a visszatérés: a hős visszatér a régi világba, de már máshogy látja azt. Ezekben az önmitológiákban tehát a *szelftörténet* (a szubjektum változásának története) keresésként kristályosodik ki sajátos, egyénileg jellemző „metaforák vezérfonalára” felfűzve, amelyek segítenek a betegség átlényegítésében, át-szellemítésében. A betegség-történetek sebzett hősenek a történetet a „betegség fölötti győzelem ügyévé” válik, aminek elbeszélését sokan morális kötelességként élik meg: tanúságot kell tenni, át kell adni a tapasztalatot a többi betegnek.

A traumaelbeszélések fontosságát sokan hangsúlyozzák. A kínált narratív keret segíti az események feldolgozását és beillesztését a személyes élettörténetbe. Az elbeszélés a traumára válaszolva egyszerre gyászunka – amely jelentéssel és jelentőséggel ruházza fel a múlt eseményeit – és identitáskeresés – amelynek során az ember narratív koherenciát kölcsönöz mindannak, amit átél. Aron Antonovsky szerint az emberek általános egészségi állapota összefügg azzal, mennyire koherensnek élik meg élettörténetüket (The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science & Medicine*, 36 [1993], 725–733. old.). „Szalutogenetikus” modelljében a koherencia annak átélése, hogy az embernek helye van a világban, és a vele történő események értelmet hordoznak; biztonságérzetet nyújt, ha minden, ami a világban történik, kiszámítható és befolyásolható. A nehézségeket nem kikerülni kell, a kríziseken át juthatunk a személyiségfejlődés magasabb szintjére. A koherenciaélmény magá-

ban foglalja a hitet, hogy az ember a változó körülmények között is képes helytállni.

A kötet második fejezete egy értelmezési szinttel feljebb lépve azzal foglalkozik, hogyan rendelünk jelentést/rendelődik jelentés a velünk történő olyan traumatikus eseményekhez, amelyek amúgy visszautasítási látszanak minden értelmet. Az emberek globális hiedelmei többnyire optimisták: hajlunk a pozitív önértékelésre, a valóságosnál nagyobb kontroll és kompetencia feltételezésére, hisszük, hogy velünk úgysem történik semmi rossz, hogy a világ igazságos. Ezért hibáztatjuk sokszor az áldozatot, akármilyen történet is, csak hogy az igazságosságba vetett illúziókat mentsük. Amikor velünk történik valami, a konkrét, szituációs jelentés kialakításának háttérben mindig ott van ez a globális jelentésalkotó folyamat. A jelentésalkotás összekapcsolódik az emóció- vagy problémafókuszú megküzdő stratégiákkal, a személyes attribúciós (oktulatdonítási) stílussal, a külső vagy a belső kontroll hitével és még egy sor, egyénenként változó pszichés/kognitív stratégiával, amelyek nagy befolyást gyakorolnak arra, milyen jelentést, értelmet nyerne számunkra az események. Ha például olyan negatív élményt kell helyretennünk, amire nem volt befolyásunk – elütött egy autó –, akkor lelki háztartásunk szinte rákényszerít, hogy utólag attribúciók egész sorát hajtsuk végre: okságit – miért történt egyáltalán a szerencsétlenség; ebben segíthet a felelősség attribúciója is, amely Istennek vagy a sorsnak tulajdonít döntő szerepet; a következő lépés a szelektív előfordulás attribúciója – miért épp velem történt mindez. Ezen persze többször átrágnunk magunkat, újra és újra értékeljük a negatív események okait és az értük való felelősséget. Ha a veszteségünk nagyobb annál, ami ezzel elkönyvelhető, akkor – a globális jelentérendszer és érték-hierarchia drasztikus módosításával – új „világmodellt” kell kialakítanunk, vélik a *Jelentés a stressz és a megküzdés kontextusában* című tanulmány szerzői. Mintha a traumát fejlődés nélkül nem is lehetne feldolgozni (bár fejlődés helyett adekvátabb volna változásról beszélni). Hiszen minden vesz-

teséget, a traumát is szükségképpen gyászunka követi, mellyel elgyászoljuk a többé már nem érvényes világot, identitást, értéket, hitet, s amely egy új értékrend kialakításába torkollhat. A poszttraumás fejlődés emblematikus alakja Kertész Imre, aki szerint a holokauszt „felmérhetetlen szenvedések árán felmérhetetlen tudáshoz vezetett, és ezáltal felmérhetetlen erkölcsi tartalék rejlik benne” (*A száműzött nyelv*. Magvető, Bp., 2001. 289. old.). Kertész valóban képes arra az átfordításra, hogy értékteremtő potenciált lásson a holokausztban, pontosabban lényegi lehetőséget vegyen észre a történetből való tanulásban; így lett „vitalitása ösztökéje, doppingszere” a koncentrációs tábor élménye.

Előfordulhat, hogy az új értékrend nem fejlettebb, hanem negatívabb, determinisztikusabb. Sokszor semmi sem képes betölteni a veszteség okozta űrt. Ha a túlélő nem tud új rendet, célokat, értékeket megfogalmazni a megváltozott valóságnak megfelelően, akkor beleragad a veszteségélménybe, s nem képes kitörni abból az ismétlési kényszerből, hogy pszichésen újra és újra végigjártassa a történeteket, mert képtelen értelemmel felruházni őket.

A *Veszteségélmény, jelentéstulajdonítás, előnytalálás* című tanulmány olyan személyeket vizsgál, akik elvesztették egy családtagjukat. A traumafeldolgozás sikere jórészt azon múlik, hogy a túlélő képes-e a „jelentés mint érthetőség” konstrukciójáról átváltani a „jelentés mint jelentőség” konstrukciójára, azaz előnyt találni: tehát a saját életében valamilyen értéket, szerepet tulajdonítani a történeteknek. Három cikk foglalkozik a PTN és a betegséghez való pszichológiai alkalmazkodás lehetőségével, továbbá az emléőrakos, illetve csontvelő-átültetéses betegeknek vizsgálja a környezettel, a családdal való kapcsolat pozitív változásait. A depressziós és szorongásos tünetekkel párhuzamosan a *pszichoszociális kapcsolatok* is javulhatnak, a betegek jobban becsülhetik az életet, személyes fejlődést élhetnek át stb. A szerzők szerint hasznos volna az intervenció és a terápiás munka számára új, precízebb kérdőívekkel árnyaltabb képet alkotni a betegek lelkiállapotáról és általában a

trauma hatásairól, hogy a trauma-túlélők saját erőforrásaikra támaszkodva tudjanak küzdeni a negatív következmények ellen.

A kötet harmadik fejezetének témája a bölcsesség mint az ember szellemi, lelki fejlődésének csúcspontja és esetleg a traumatapasztalat „végső hozama”. A bölcsességgel és a jó öregedéssel kapcsolatos kutatások a kilencvenes évektől kezdve váltak számottevővé, melyeket az a törekvés is vezérel, hogy rohanó, „fiatalodó” társadalmunkban „visszahelyezzék jogába” az időskort, hiszen a bölcsesség „csúcstartója” a hatvanas korosztály. A bölcsességet olyan szakértelem szerű tudásrendszerként definiálják, amely öt területen képes megbirkózni az élet alapvető problémáival: gazdag tényszerű és procedurális tudás, az érték- és az életprioritások viszonylagosságának és az ember korlátozottságának felismerése és elfogadása jellemzi. Ha megemlítik az a fogalom ókori előzményeit, a Berliini Bölcsesség Paradigma szerzői mintha nem lennének tisztában saját filozófiai gyökereikkel. Definíciójuk alapján a bölcsesség (*szófia*) inkább okosság (*frónészisz*). Az „okosság szükségképpen az igaz gondolkodással párosult cselekvő lelki alkat, amely arra irányul, ami az embernek jó” – írja Arisztotelész (*Nikomakhoszi etika*. Európa, Bp., 1987. 163. old). Ezt a fogalmat veszi újra elő Baltasar Gracián a XVII. században, és írja meg főművét, *Az életbölcsességek kézikönyvét*. A művet Schopenhauer fordítja le németre, és ő lesz az, aki a *frónészisz* megtölti „egzisztenciális” tartalommal, és akit egészen a XX. század közepéig „a bölcs” filozófusként tisztelnek, miközben emberileg a bölcsességtől meglehetősen távol áll. Thomas Bernhard gúnyosan jegyzi meg erről: „az aforizmaírás a szellemi légszomj alantas művészete, egyes emberek [...] ebből éltek és élnek, úgynevezett éjjeliszekrény-filozófusok, úgy is mondhatnám, közkedvelt évkönyvfilozófusok, akik idővel minden orvosi várószobafalat kidekorálnak aranyköpéseikkel.” (Thomas Bernhard: *A menthetetlen*. Európa, Bp., 1992. 59. old.) Mindenesetre ez az egzisztenciális adalék a forrása a bölcsességkutatók által hangsúlyozott öt kritérium közül ket-

tőnek: a viszonylagosságok és a bizonytalanságok felismerésének és elfogadásának. Ezen a ponton talán megfogalmazható az az általános kritika a pszichológiával szemben, hogy sokszor anélkül vesz elő fogalmakat, hogy reflektálna filozófiai, filozófiatörténeti gyökereikre. A bölcsesség a pszichológusnak egy mindig is megélő fenomén, amelyet először a görögök írtak le, és most végre mérhetővé vált. Röviden a hatástörténeti, hermeneutikai érzékenység hiánya róható fel itt a lélektannak.

A kötetet a szerkesztő hatvanoldalas tanulmánya (*A társas interakciók pszichológiai hatásai és agyi mechanizmusai*) zárja, amely az eddig tárgyalt témát egészen új megvilágításba helyezi. Kilépvve a kognitív pszichológiai keretből, egyrészt az evolúciós/törzsfajlódási, másrészt a neuronális háttérmechanizmusok szintjén folytatja a vizsgálódást. Kiindulópontja az, hogy „ha valaki egy másik személy érzelmi állapotának tanúja, akkor a másik emocionális jelzéseit rejtetten, belsőleg utánozni fogja” (331. old). Ennek a nem tudatos reakciónak az idegi hátterével kapcsolatos kutatásokat és eredményeket ismerteti. Az együttérzésért, a szerelemérzésért, a poszttraumás stresszszavarban tapasztalt deperszonalizáció érzéséért – amelyek agyi szinten „én” és „nem-én” elkülönülésének felfüggesztésével járnak – egyöntetűen az énhatárokat fenntartó funkciók módosult működése a felelős. Ezekben az állapotokban valamilyen módon átalakul az én funkciója: kikerül önnön középpontjából, vagy inkább bevonja magába, az identitása részévé teszi a „másikat”: a szenvedőt, a szerelmezt vagy éppen a traumatikus azonosulás következtében az elkövetőt, illetve az „elsajátíthatatlan” idegenséget, amellyel a traumatapasztaiban találkozott. Agyi képalkotó eljárásokkal a kutatás többé-kevésbé feltárta azokat a régiókat, amelyek az „én” és a „nem-én” mint ágensek hátterét alkotják. Különösen izgalmassá teszi ezeket a kutatásokat, hogy az „én” és a „másik” viszonyának, a határok átjárhatóságának problematikája jó ideje a fenomenológiának is a homlokterében áll.

Az mindenesetre nyilvánvaló, hogy az énhatárok elmosódásának vannak

szükségesen negatív és pozitív hatásai is. Ez akár a szerelemben is tetten érhető. Ugyanígy a traumánál: ha egy uralhatatlan, negatív esemény áttöri énem határait, szétveti azokat a kereteket, amelyek között mind ez idáig a világgal kommunikáltam, akkor egyrészt a szó pozitív értelmében nyitottá, érzékennyé válhatok: a világ felfedheti magát előttem; másrészt védtelenné válok a külvilággal szemben. Az a tapasztalat, hogy „nincsenek határait”, éppúgy együtt járhat spirituális megvilágosodással, mint a leg súlyosabb pszichés összeomlással. A traumán átesett embernek megvan a lehetősége, hogy előnyt kovácsoljon a történelemből, valami lényegit azonban mindenképpen elveszít, s e veszteséget meg kell próbálnia feldolgozni. Ha fejlődik, ha nem: e tapasztalat megváltoztatja.

■■■■■■■■■■ PINTÉR JUDIT NÓRA

Gyórfi Tamás: A kortárs jogpozitivizmus perspektívái

Válogatott tanulmányok. Bibo Kiadó, Miskolc, 2006. 211 oldal, 2800 Ft (Prudentia Iuris sorozat 25.)

A jogelméletben az egyik leggyakrabban használt címke a pozitívizmus, amit vagy szitokként vágnak a másik fejéhez, vagy épp ellenkezőleg, büszkén vállalnak. A pozitívizmusról szóló diskurzust félreértések, alaptalan sztereotípiák és az egymás mellett elbeszélés terheli. Gyórfi Tamás könyve megpróbálja áttekinthetővé tenni a frontvonalakat, hogy ebben a káoszban valamilyen rendet teremtsen. Nem keres kompromisszumot a különféle irányzatok közt, hiszen arra nincs sok remény (ld. Reynolds Barney: *Natural Law versus Positivism. Oxford Journal of Legal Studies*, 1993, 441–456. old.), hanem csupán a különbségeket tisztázza.

A jogpozitivizmust két tézissel szokták definiálni. A szeparabilitási tézis értelmében a jogi érvényesség-

nek nem szükségszerű eleme az erkölcsösség, a társadalmi tények (vagy társadalmi források) tézise szerint pedig a jogi érvényesség végső soron társadalmi ténykérdés. A bevezető definíciót és történeti áttekintést (Bentham, Austin, Hart, Kelsen és Raz) követően Gyórfi a *Jog és erkölcs kapcsolata a pozitívista elméletekben* c. fejezetben részletes fogalmi tisztázást és szakirodalmi áttekintést nyújt – s mindezt anélkül, hogy túl sok előfeltevést (pl. az autoritáselmélet vagy más, némelyek által megkérdőjelezett fogalmi keret elfogadását) tenne szükségessé. Megkülönbözteti a jogelméleti érveléseknek az erkőlctől való elválasztását jelölő metodológiai pozitívizmust és a jogi érveléseknek (a jogi érvényesség-fogalomnak) az erkőlctől való elválasztására utaló tartalmi pozitívizmust. Inkluzív pozitívizmusról beszél, ha a jogi érvényesség-fogalom tartalmazhat erkölcsi elemeket (pl. Hart), és exkluzív pozitívizmusról, ha nem (pl. Raz és Kelsen). Gyórfi a Hart–Fuller-vita (H.L.A. Hart: *Positivism and the Separation of Law and Morals* és Lon Fuller: *Positivism and Fidelity to Law. A Reply to Professor Hart. Harvard Law Review*, 1958, 591–672. old.) nyomán – és Radbruchot cáfolva – bemutatja, hogy a pozitívista elméletek túlnyomó többsége nem állítja, hogy (erkölcsi) kötelességünk lenne a törvényeknek engedelmessé válni. Egy Gyórfi által is idézett szerző szavaival: „A jog és erkölcs fogalmi elválasztásának logikus velejárója az, hogy a pusztá tényre, hogy valami jog, az az erkölcsi válasz, hogy: »Na és akkor mi van?«” (Frederick Schauer: *Positivism as Pariah*. In: Robert P. George [ed.]: *The Autonomy of Law: Essays on Legal Positivism*. Clarendon Press, Oxford, 1996. 37. old.) A fejezet elemzései alaposak, következtetései meggyőzőek, és a fogalmi különbségtevés megvilágító erejük: a témáról idegen nyelven sem ismerek jobb áttekintő írást.

A jog normativitását tárgyaló két fejezet a különféle értelemben vett pozitívizmusoknak a jog cselekvésmotiváló képességére adott magyarázatait elemzi, s megfogalmazza a szerző fő kételyét a jogpozitivizmussal kapcsolatban: nem ad választ arra a