

Mentálhigiéniá

Kiégés • közöny • szerepzavar
(Az őrszemélyzet pszichés állapotáról)

A büntetés-végrehajtásnak napjainkban egyre nehezebb körülmények közepette kell dolgoznia. A költségvetés szűkös, mégis mind tárgyi, mind személyi értelemben meg kell felelni a követelményeknek. A fejlesztés lehetőségei erősen korlátozottak, ugyanakkor a humán költségkímélő erőforrások koránt sincsenek kellően kihasználva. Többek között az innovatív, kreatív tényezők feltárása, munkába történő átfordítása sokat jelenthetne a hatékonyságnövekedés szempontjából. A lélektani erőforrások mobilizálását számos körülmény sürgeti.

Miközben a fogvatartottak száma növekszik, magatartás-patológiájuk, deviáncsá válásuk is egyre differenciáltabb, nehezebben kezelhető. A mennyiségi növekmény mellett, minőségileg is merőben új magatartásmódokkal kell napról napra szembesülnünk. A nemzetközi hatásoktól is függő magatartáslélektani anomáliák kezdenek dominálóná válni. Nem is beszélve a kábítószerélvezők devianciaformái eddig ismeretlen változásairól, melyek a hagyományos bűnelkövetési módok lélektanával keveredve, merőben új kriminális jelenségköröket hoznak létre. A fogvatartásokat megelőzően, maffiarendszerben tevékenykedő fogvatartottak megnyílvánulásai alapvetően különböznek a hagyományos bűnözői magatartási formáktól. A felsorolás csupán illusztratív, korántsem teljes. A jövőben a bűnözői magatartási formák további lélektani komplikálódására lehet számítani.

Mindezt figyelembe véve a fogvatartók

lélektani felkészültsége és bánásmódtechnikája a követelményekhez képest messzemenően insufficiens, az állomány ez irányú képzése, képzettsége lényegesen visszamaradt. A szabályrend bármilyen szigorítása ezt önmagában nem helyettesítheti. Az állomány lélektani felkészítése nélkül – amely jelenleg nem követi a kriminális lélektan újszerű fejleményeit – az őrzésbiztonság vélhetően instabillá válhat. Rendkívül sajnálatos, ha e tény figyelmen kívül hagyják. Szakítani kell azzal a szemléletmóddal, mely abszolutizálja a szabályrend szigorítását, ugyanakkor az állománylélektan fejlesztését elhanyagolhatónak tekinti, marginalizálja. (A Börtönügyi Szemlében számos elemzés jelent meg a lelki faktorok fontosságáról, ugyanakkor a gyakorlatban alig történt valami.)

A nyugati kultúrkörökben jól ismert, hogy a humánszolgáltatások (egészségügyi, iskolai stb.) lélektanilag a legnehezebb tevékenységek körébe tartoznak, szemben az ún.

tárgyasult munkakörökkel. Ide sorolják a fogvatartókat is, munkájuk kiemelkedően stresszelő körülményei miatt. (A nyugati országok bv. intézeteiben a szolgálatot ellátók munkakörülményei a hazainál kedvezőbbek, de az említettek körében mégis jól megszervezik a mentálhigiénés gondozást.) Hazánkban e gondozás hiányosságai riasztóak, a rendszerváltozás körülményei, geopolitikai helyzetünk kriminogén sajátosságai e helyzetet tovább rontják. Ez is magyarázza, hogy a fogvatartók és fogvatartottak egymás közti kapcsolatait, bánásmódtechnikai zavarai egyre inkább feltűnővé válnak. Mindennaposak az agresszív, szorongásos, apátiás, indulati reakcióformákban jelentkező magatartásmódok, a szolgálatellátással kapcsolatos motivációvesztés különböző megnyilvánulásai. A „kiégés” (bum out, ausbrennung), a közöny, a minden mindegy állapot megnyilvánulásai, melyekkel a nyugati intézetek mentálhigiénéje egyre többet foglalkozik, s gyógyításukat komplex pszichoterápiás módszerekkel végzi. E jelenség bekövetkezése (melyre nálunk ritkán figyelnek fel, ha egyáltalán felfigyelnek) a szolgálatellátás minősége és biztonsága szempontjából igen kockázatos. A „kiégett” fogvatartók lélektanilag mintegy mechanikusan tevékenykedő robotemberekké válnak, akik a szabályrendet betéve tudják ugyan, a váratlan, szokatlan helyzetekben gyakorta mégis sematikusan járnak el, kioltódik belőlük az ilyen helyzetek adekvát megoldását célzó kreativitás, beszűkül a spontán, – a szabályokat mégis követő – megoldásmódok repertoárja.

Egységesíthető és általánosítható statisztikai adatok hiányában empirikus megfigyelésekre támaszkodva állítható, hogy az őrszemélyzet önismerete gyenge, az állomány egy része identitási és szerepzavarokkal küzd, kapcsolatteremtő készsége bizonytalan. En-

nek következtében szorongásos és depresszív reakciókészsége, indulati hajlama is növekszik. A lélektani zavarok következményeként emelkedik és korban előrehozódik az ún. *pszichoszomatikus betegségek* (kerin-gési, anyagcserebetegségek stb.) számára-nya, a rokkantossági ráta és az egyébként is korai mortalitás. A fiatalok őrszemélyzet körében jelentős a fluktuáció, s ez nem magyarázható csupán anyagi okokkal. A lélektanilag insufficiens, vagy a csupán „ösztönös”, mindennapi rutinton és tapasztalatokon alapuló, lélektani jártasságú fogvatartók és fogvatartottak között a bánásmódtechnika el-lentmondásai jelentősek, s e körülmény – in-direkt úton – hátráltatja a fogvatartottak ma-gatartászavarainak rendeződését, csökkenti szociális rehabilitációjuk esélyeit.

Az állomány és a fogvatartottak mentálhigiénés gondozása az új fejlemények tükré-ben elengedhetetlen, s ugyanakkor rendkívül összetett feladat. A fogalom szűkebb értelmezésében ez az intézeti pszichológusok, or-vosok, ahol van, a pszichiáter, a nevelők a pasztorális tevékenységet végzők feladata. Természetesen nem a korábbi formában, amikor az egyes – említett – szolgálati ágak egymástól elkülönülve végzik munkájukat. Az izoláció a legjobb szándékkal sem lehet kellően hatékony. E szolgálatok messzeme-nően átfedik egymást, s éppen ezért elenged-hetetlen e célok koordinációja, egységesíté-se, javítása. Az ilyen munka hatékonysága kreatívabb, magasabb színvonalú és eredmé-nyeiben is gyümölcsözőbb. Emellett a koráb-biakhoz képest növelni kell az egyes szak-ágak mentálhigiénés képzését, javítani az erre irányuló szemléletet. Végül is az egész ál-lomány felkészítését el kellene végezni, a ve-zetőket, beosztottakat és a fogvatartottakat egyaránt. Ha a sorrendet nézzük a „tűzvonal-ban” lévő fogvatartói állomány képzése a leg-

sürgősebb, azoké, akik naponta, szolgálatuk csaknem teljes idejében kapcsolatban állnak a fogvatartottakkal.

Ma, a megfogalmazottak megvalósítása – jól tudom – jórészt irreális. A célok elérése, megvalósítása a lehetőségek hiánya miatt csak ábránd. Bevezetésüket egyébként is hátráltatja a szubjektív ellenállás. A feladatok megvalósítása – ha csupán lépésről lépésre –, mégis a kor parancsoló szükségszerűsége.

A komplex mentálhigiénés munka elvégzésére sokféle elképzelés létezik. Egyiküket sincs jogom megkérdőjelezni, ha kellően szakszerűek, tudományosak. Nézetem szerint a jelenlegi helyzetben – eredményességi mutatói alapján –, munkánkat csoportos pszichológiai foglalkozásokkal lehetne elkezdni. A gazdaságosság miatt is, mert adott időben több egyénnel lehet eredményesen foglalkozni, ily módon át-hidalva a szakemberhiányt. Amint a nyugati bv. intézetek tapasztalatai mutatják, a szakszerűen vezetett csoportfoglalkozásokon belül lényegesen javítható a csoport, a csoporttagok ön- és emberismerete, a konfliktusok lélektani gyökereinek feltárása és kezelése. Elkerülhetjük a félreértéseken alapuló kapcsolati zavarokat, kivédhetjük a különböző indulati, illetve agresszióformákat, az egyének közötti elidegenedést, a közösségeken belüli elmagányosodást. A csoportfoglalkozások alkalmasak arra, hogy modellszerűen, szerepjátékok útján, a különböző problémákra optimális megoldási módokat nyújtsanak. Spontaneitást, kreativitást, originalitást fejlesztő helyzetgyakorlatokat lehet végezni, melyek megszabadítják az egyes csoporttagokat rossz beidegződéseiktől, sztereotípiáiktól, növelve munkájuk hatékonyságát.

Széles körű nemzetközi tapasztalatok mutatják, hogy a szakszerűen végzett csoportmunka nem rontja, hanem kifejezetten ja-

vítja a hierarchikus szervezetek működését a bizalmi légkör, az emberarcúság segítségével. Éppen ezért az állomány és a fogvatartottak körében végzett csoport-mentálhigiénés munkáról nem lehet lemondani.

Már csak azért sem, mert a kormány – felismerve a hazai lakosság rendkívül kedvezőtlen pszichés és pszichoszomatikus állapotát –, az egész országra kiterjedő mentálhigiénés intézkedéscsomagot kíván bevezetni, melynek élére kormánybiztost nevezett ki, akinek feladata a program megszervezése és végrehajtása, minden intézeten és intézményrendszeren belül. Az ebből adódó kötelezettségek alól a büntetőintézetek sem vonhatják ki magukat. Az intézkedéscsomag többek között az alábbi feladatokat fogalmazza meg:

1. Csoportos mentálhigiénés programokat kell végrehajtani az intézetekben, intézményrendszerekben.

2. Csoportos vagy más alternatív eszközökkel javítani kell a kapcsolatokat, ki kell küszöbölni az interperszonális zavarokat, csökkenteni kell a szorongásos, depresszív anomáliákat.

3. Lélektani eszközökkel csökkenteni kell a magatartási, beilleszkedési zavarokat.

4. Különös figyelemmel kell foglalkozni a fiatalkorúak kriminalitásra hajlamosító beilleszkedési és magatartási problémáival.

5. Részben ismeretterjesztéssel, részben csoportfoglalkozásokon belül kell az egyes intézetek, intézmények típusos kapcsolati zavarait, konfliktus-, illetve krízishelyzeteit feloldani.

A kormányhatározatban foglaltak szerint a bv. intézetekben e munkát nekünk is – kötelezően – el kell kezdenünk. Tevékenységünket koordinálni kell a szakmai vezetéssel, a különböző szakágakkal.

Bára feladat megkerülhetetlen, az elégséges feltételrendszer hiányában azt csupán

szűk körben vagyunk képesek elkezdni. Logikailag a személyi állomány mentálhigiénés képzése lenne az elsődleges. Véleményem szerint – a kényszerítő körülmények mérlegelése alapján –, a leginkább veszélyeztetett fiatalokú bűnelkövetők körében kell a csoportmunkát elkezdni a végrehajtás első lépésőjében. Nem csupán a fiatalokú bűnelkövetők fokozott veszélyeztetettsége miatt, hanem azért is, mert e korosztály magatartási anomáliái, devianciái, kriminális magatartásmódjai fejlődéslelektani okokból adódóan még viszonylag könnyen befolyásolhatók, így relatíve könnyen eltéríthetők a bűnözői magatartásmódok fixálódásának, kialakulásának útjáról. Szemben a felnőtt korú bűnelkövetőkkel, akiknek bűnelkövetői magatartása igen sok esetben már életstílussá vált, sztereotipizálódott, s szociális rehabilitációjuk mentálhigiénés eszközökkel nehezen megoldható. A fiatalokúak csoportmunkájában fokozottan figyelembe kell venni kábítószeres veszélyeztetettségüket, bűnözésre, sodródásra való hajlamosítottóságukat, bizonyos extrém ideológiákkal szembeni védtelenségüket és sok más veszélyeztető lélektani faktort, mely bizonyos fokig korosztály-specifikus.

A fiatalokúaknál, fejlődéslelektani nyitottságuknál, plaszticitásuknál fogva nagyobb lehetőség nyílik a büntetőintézetekkel szembeni frusztrációs toleranciájuk javítására, indulati reakcióik visszafogására, s hogy éppen ezen lélektani adottságaik miatt reszocializációjuk, adaptatív társadalomkomfort magatartásuk könnyebben elérhető, mint az idősebb korosztálynál.

Intézetünkben, a Fővárosi Bv. Intézetben jelenleg csupán egyetlen rehabilitatív-reszocializációt célzó csoportmunka lehetséges. A fiatalokúak csoportja önkéntes jelentkezés, kiválasztás alapján működik, s

12-15 főből áll. Ez a létszám az, mely a csoport irányítása, edukációja szempontjából pszichodinamikailag még áttekinthető, kézben tartható. Ezáltal az eredményesség is megvalósítható, s különböző módszerekkel (kérdőív, pontrendszer, szociabilitási tesztek stb.) igazolható. A csoportmunkát előírásosan heti egy alkalommal, 2-3 óra időtartammal, összesen 10-12 esetben tartjuk. Éppen ezért fontos feltétel, hogy a fiatalokú bűnelkövetők legalább 3 hónapig maradjanak az intézetben, mert az eredményesség csak így érhető el.

Az egyes csoportfoglalkozások során szabadinterakciós (verbális) és pszichodrama-elemeket, pszichotechnikákat alkalmazunk. Ezek változatos együttalkalmazása hozza meg a legkedvezőbb eredményeket. Azáltal, hogy a csoporttagok nem csupán verbálisan, hanem szerepjátékok útján – azaz egész énjük bevonásával – mutatják be problémáikat, a követendő életstratégiák könnyebben interiorizálhatók, jobban bevéődnek a személyiségbe, mintha csupán verbális kifejezésmódokat használnánk. Ily módon a szocializációs célok maradandóvá válnak. Az ilyen csoportfoglalkozások érdekesebbek, tehát a csoporttal kapcsolatos motivációs késztetéseket is fokozzák.

Feltehető, hogy az első 3-5 foglalkozáson főként a fogva tartás és körülményei foglalkoztatják a fiatalokat. Ez a következő ülésen is folytatódik, s itt kanyarodhatnak el a témák olyan kérdéskörök felé, mint a bűncselekményeikkel kapcsolatos társadalmi viszonyok, törvényi intézkedések, magatartásmódok ok-okozati összefüggései, a bűnelkövetésben a saját szerep, felelősség és morál kérdései, ezek megbeszélése. Ezt követve, vagy ezzel kapcsolatosan történhet az egyes problematikus helyzetek imitatív, modellszerű lejátszása. A csoportfoglalkozások végén cél-

szerű a tanulságok közös levonása, majd a társadalmilag is elfogadható jövőkép felvázolása. A csoportvezető és segítője feladata az, hogy a folyamatokat helyes mederbe terelje, azokat lehetőleg indirekt úton irányítsa, annak érdekében, hogy a csoport (csoporttagok) lehetőleg önmaguk jöjjenek rá, termeljék ki önmagukból problémáik, leendő életvitelük helyes megoldásának módozatait. Az eredményes csoportvezetés feltétele, hogy a csoporttagok a vezetőt és segítőtársát emberileg elfogadják, olyan bizalmi légkör kialakítására legyenek képesek, melyek a csoportaktivitást, folyamatosságot, a hitelességet és az elérendő célokat egyaránt biztosítják. Mindez korántsem egyszerű feladat. Ugyanakkor számos bizalomsegítő, ún. „bemelegítő” (warm up) technika ismeretes, melyek a kitűzött célok eléréséhez segítséget nyújtanak.

Nyilvánvaló, hogy bizonyos intellektuális, emocionális, ösztönös és deviáns lélektani zavarok mélységi foka miatt nem minden fiatal alkalmas a csoportmunkára. Ezért a fia-

talokat, csoportbesorolásuk előtt pszichológiai alkalmasságvizsgálatnak vetjük alá. (Interjú és kérdőív módszerek alkalmazásán túl emocionális, ösztönvilágot, szociabilitást tisztázó tesztmódszereket alkalmazunk.) S a későbbiekben, a csoportfolyamat lezárása után tervezzük hogy tapasztalatainkat tudományos igényű módszerekkel elemezzük, a felmerült hiányosságokat és azok okait tisztázzuk, hogy következtetéseket vonhassunk le munkánk hatékonyabb végzése érdekében.

A stratégiai cél mind a fogvatartók, az egész állomány és a fogvatartottak teljességének mentálhigiénés gondozása, melynek egyik kiváló eszköze az előzőekben vázolt csoportmódszer. Ha tudjuk is, hogy ez jelenleg, a feltételek hiánya miatt irreális, e feladatkör gyakorlati megvalósítása elkerülhetetlen. Addig is az apró lépések taktikája követhető, melyek egyike a fiatalok bünelkövetők körében végzett csoportmunka.

Balázs István

Felhasznált irodalom

Balázs I.: A morenoi pszichodramáról. *Lege artis medicinae* 1993. ápr.

Balázs István: A morenoi csoportmódszer és lehetőségei a rendőrcsoportok mentálhigiénés helyzetének javításában. *Rendészeti Szemle* 1994. jan.

Adam Blatner: *Foundations of Psychodrama*. Springer Publishing Company, New York 1988.

Adam Blatner: *Drama in Education as Mental Hygiene*. *Youth Theatre Journal* 1995.

Christina Maslach: *The measurement of experienced burnout*.

Menning Éva: *Börtönártalom*. *Börtönügyi Szemle* 1992. jún.

Morleno J. L.: *Psychodrama*. Beacon, NY: Beacon House.

Takács Péter: A mentálhigiéné felhasználásának lehetőségeiről a büntetés-végrehajtásban. *Börtönügyi Szemle* 1991. ápr.

Rudas János: *Delfi örökösei*. *Önismerteti csoportok: elmélet, módszer, gyakorlatok*, Gondolat. Budapest, 1990.

Forgách József: *A társas érintkezés pszichológiája*. Gondolat. Budapest 1993.

Lőrincz József: *A fiatalok büntetés-végrehajtása Németországban*. *Börtönügyi Szemle* 1992. jún.