
Könyvszemle

Nagy Beáta (szerk.):

Klinikai gyermeklélektan és preventív egészségpszichológia a gyakorlatban

(Clinical child psychology and preventive health psychology in practice)

Debreceni Egyetem, Debrecen, 2014

404 oldal, 3000 Ft

ISBN: 978-963-473-726-1

A kötet szerkesztője korábban a klinikai gyermekpszichológia szép, de küzdelmes eseteit bemutató szöveggyűjteménnyel jelentkezett. A jelen munkában 11 empirikus kutatást olvashatunk, amelyek zömében a gyermek- és serdülőkorú populáció körében egyre gyakoribbá váló krónikus megbetegedésekre fókuszálnak, de találunk a felnőttek életét érintő kérdéseket is. A növekvő tendencia az egészségügyi, az oktatási, valamint a szociális ellátórendszer működését is befolyásolja, jelezve ezzel a kutatások népegészségügyi jelentőségét. A klinikai gyermeklélektan és a preventív egészségpszichológia szemléletét ötvözve kívánnak rámutatni az írások azon gyakorlati szempontokra, amelyek mind a megelőzésben, mind a kezelésben egyaránt hasznosíthatók.

A szerkesztő, Dr. Nagy Beáta PhD, egyetemi docens, klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, a Debreceni Egyetem, Klinikai Központ Népegészségügyi Karán működő Magatartástudományi Intézet, Klinikai és Egészségpszichológiai Tanszék oktatója. Több mint harminc éve foglalkozik leginkább a koraszülöttségből fakadó, krónikus betegségben szenvedő gyermekek vizsgálatával, gyógyításával szakrendelést vezetve; valamint számos, a gyermekrehabilitáció területéről származó tudományos cikk, illetve könyv írója.

A kötet sorban a gyermek-, valamint a serdülőkorú populáció körében végzett vizsgálati anyagokat, valamint az ehhez kapcsolódó elméleti hátteret mutatja be magyar, illetve angol nyelvű szakirodalomra támaszkodva.

Az *aszthma*, az *obezitás*, valamint a *bőrgyógyászati betegségek* témáját fellelő kutatások jelentősége nagy. A gyermekek körében ezen betegségek növekvő tendenciája egyre alaposabb ismereteket, valamint hatékony meg-

oldásmódokat kíván. A betegségteher és az életminőség tekintetében megállapítást nyert, hogy a gyermekek – bár különböző mértékben – rossznak ítélik életminőségüket, pesszimizmusra való hajlamuk pedig rontja a betegségükkel való megküzdés sikerességét. A gyógyulás szempontjából a pszichés támogatás az érzelmi állapot javítását kell, hogy célozza, állítja a kutatás. Fontos odafigyelni a családi kapcsolatokra, főleg az anya-gyermek kapcsolat ápolására, leginkább az asztmás gyermekek tekintetében. A túlsúly leküzdése esetében a testmozgás jelentősége nő meg. A gyógyulás sikeressége szempontjából a szülők, az orvosok, valamint a tanárok ismereteinek pontosítása is szükséges, valamint a gyermekekkel kapcsolatos különféle attitűdök egységesítése, a betegséggel kapcsolatos tudatosság növelése.

A genetikai rendellenességben szenvedő, valamint az onkológiai problémával küzdő gyermekek szüleivel folytatott interjúk narratív szempontú elemzése rámutatott arra, hogy a megküzdés során a környezet pszichológiai, emocionális és egzisztenciális nehézségekkel egyaránt szembenéz. A gyermek kezelése jelentős többletköltséggel jár, miközben a szülőknek a munkahely elvesztésének lehetséges tényével is szembe kell nézniük. Az eredmények zöme a szakirodalom adatait támasztja alá. A teljes családokra kiterjedő vizsgálat a beteg gyermek állapotának tartós lefolyása tekintetében mindkét betegségcsoportnál a családi kohézió növekedését és csökkenését találta. Emellett jellemző, hogy az egészséges testvér az állapot pozitív és negatív vonatkozásait egyaránt megéli.

A diagnózissal való szembesülés, az állapot okának keresése, valamint a megküzdés miatti tehetetlenségérzés és a jövő kilátástalansága vonatkozásában nem mutatkozik eltérés a két csoport esetében. Az időbeli lefutás és a lehetséges kimenetek tekintetében a genetikai rendellenességben érintett gyermeket nevelő családokban nagyobb gyakorisággal fordulnak elő pozitív emocionális állapotra utaló tartalmak. Ebben az esetben már a születéstől elindul az állapot elfogadásának folyamata, míg az onkológiai betegség esetében a gyermek lehetséges elvesztésének ténye, ennek elfogadása súlyos teherként nehezedik a családra, nem említve a váratlan helyzetek kezelését. Túlvédő szülői attitűd inkább az onkológiai csoportban jelenik meg, a genetikai csoportban a szülőket inkább a gyermek elutasítása miatti belső konfliktus jellemzi. A család külső viszonyulása tekintetében a sérült gyermekek szülei gyakrabban számolnak be a gyermek diszkriminációjáról, míg az onkológiai betegséggel küzdő gyermekekre ez kevésbé jellemző. A kutatás emellett rámutat arra, hogy a gyógyulási esélyek nagymértékben növelhetők a szakemberek szemléletének szélesítésével, amely a viszonyulásban megjelenő előítéleteket is csökkentheti.

A vészületett látássérüléssel élő gyermekek esetében bizonyítást nyert az, hogy látó társaikhoz képest globálisan negatívabb énképpel rendelkeznek

mind a fogyatékoságukra, mind pedig az iskolai teljesítményükre nézve. Mindez alacsonyabb önértékeléssel is jár. A látássérült gyermekek egészségüket is rosszabbnak ítélik. Ezek kivédésén túl a pszichológus segítségével a környezet stigmatizáló szerepét lenne hivatott enyhíteni.

A *magatartászavarral küzdő* gyermekek nevelése a családban és az iskolában egyaránt problémát jelent. Beilleszkedésüket megnehezíti az alacsony impulzuskontroll és a szinkronképesség gyengesége, amely azt jelenti, hogy a gyermekek kapacitása alacsony a környezeti változásokkal való együtt vibrálásra. Ugyanez jellemző az autoagresszív gyermekekre is, akiknek érzelmi és impulzuskontrollja szintén eltér az egészséges populációéhoz képest. A kezelésben így hangsúlyos a megküzdési stratégia fejlesztése, valamint a pszichológiai immunrendszer erősítése. A kutatás kiemeli, hogy a megelőzés szempontjából elengedhetetlen a kockázati tényezők csökkentése, mint amilyen az elhanyagolás és a családon belüli erőszak. A gyógyszeres kezelés mellett az egyéni, valamint a csoportos terápiák jöhetnek szóba. A szuicidium megelőzésében az időfaktor a döntő fontosságú. Sokszor nem áll rendelkezésre megfelelő idői keret az öngyilkossági szándék felismerésére és kezelésére. Leginkább az egészségügynek van kiemelkedő szerepe, de a kutatás javaslatai szerint különböző centrumok, valamint telefonos szolgálatok megszervezése is segítheti a probléma megoldását.

A *serdülő korosztályt* tekintve a *krónikus betegség*, mint a daganatos betegség és a lisztérzékenység kezelése szintén jelentős érzelmi megterheléssel jár. A vizsgálat rámutatott arra, hogy minél negatívabbnak ítélik a betegségeket a serdülők, annál alacsonyabbnak értékelik az életminőségüket. A segítség területén tehát minél több olyan információt kell biztosítani a családoknak és a gyerekeknek is betegségükkel kapcsolatban, amely a személyes kontroll növekedését eredményezi, azt az érzést, hogy betegségük gyógyítható. Emellett a kezelés folyamatában hatékony lehetne a betegségről kialakított kép monitorozása és annak megváltoztatását célzó programok kidolgozása a kutatás javaslata alapján.

Népszerű témát ölel fel a *serdülő populáció kötődés- és evészavara* közötti összefüggések vizsgálata, amely megerősítette, hogy a két zavar között minőségi kapcsolat áll fent, valamint a kóros evési attitűdök és a patológias kötődési stílusok között erős az összefüggés. Az alacsony kockázathoz biztonságos kötődési stílus, a magas kockázati tartományban lányok esetében ambivalens kötődési stílus, fiúk esetében elkerülő/szorongó kötődési stílus igazolódott. Az eredmények arra mutattak rá, hogy a serdülő korcsoporton belül főleg a lányok veszélyeztetettek, a fiúknál alacsonyabb a kockázati hajlam az evészavar tekintetében. A kötődési, valamint az evészavarok kialakulásában a családi kapcsolatrendszer, a működés minőségé-

nek kérdése vetődik fel, ahol a gondoskodás, az igazi kötelékek, valamint a valódi beszélgetések értéke helyezhető előtérbe.

A *serdülők egészségmagatartásának* megismerése, valamint az azt befolyásoló tényezők ismerete a további intervenciók megtervezése céljából fontos. Egy következő kutatás a *családban élő* serdülők esetében a szülői magatartás megfelelő irányba történő formálását hangsúlyozza. Leginkább az anya elfogadó viselkedése igazolódik, mint szignifikáns védőfaktor, de az apa érzelmi melegsége sem elhanyagolandó. Mindez erősíti az élet értelmességébe vetett hitet, amely a serdülőkori szerfogyasztás és dohányzás védőfaktora. A vizsgálat meglepő eredményre mutatott rá, miszerint a határozott életcélok mellett magasabb dohányzási arány és kevesebb fizikai aktivitás jelenik meg. Bizonyítható, hogy a többet sportoló fiatalok körében kisebb a szerfogyasztás előfordulása. Az egészségmagatartási mintázatokat vizsgálva a drogfogyasztás az alkoholfogyasztással gyakran együtt jár, míg a dohányzással nem. A fiúk és a lányok között különbség mutatható ki a fiúk javára a sportolási szokások, valamint az alkoholfogyasztás tekintetében. A konfliktuskezelés és az egészségmagatartás vonatkozásában számozott összefüggés nem igazolódott.

Árnyalja a képet mindaz, amikor a serdülők egészségmagatartását abban a tekintetben vizsgálják, hogy a serdülő *nem családban* nevelkedik, hanem állami gondozásba kerül. Ebben az esetben a család támogatása hiányzik, biztonságos, hosszú távú kötődés kialakulására kevés lehetőség van. Mindez érzelmi és mentális deficitet eredményezhet. Nem alakul ki megfelelő viszonyulás a környezethez. A nem adaptív viselkedésmintázat pedig az egészségmagatartásra és a stressz kezelésére nézve is kockázatos. A vizsgálati eredmények a haza és külföldi tanulmányokat erősítik meg. Az állami gondozottak lelki egészsége, szubjektív jólléte kedvezőtlenebb, mint a családban nevelkedőké. Beigazolódott, hogy az állami gondozásban élők, leginkább a fiúk hajlamosabbak a rizikómagatartásra, többet és nagyobb mennyiségben dohányoznak, fiatalabb korban próbálják ki az alkoholt és részednek le, mint a családban élők. Hangulatuk depresszívebb, önértékelésük és élettel való elégedettségük alulmarad. Alapvetően az állami gondozott fiúk és lányok korábban kezdenek kockázatkereső viselkedéssel élni, hamarabb találkoznak a cigarettával és az alkohollal, mint a családban élők. Mindez megerősíti azt, hogy mennyire fontos a lakásotthonban a nevelőkkel, gondozókkal való kapcsolat elmélyítése. A szeretetteljes légkör javít az önértékelésen, a biztonság érzete pedig védőfaktor a depresszióval szemben.

Egy további kutatás célul tűzte ki a *gyulladásos bélbetegek* életminőségének vizsgálatát. A téma választását indokolja az a tény, hogy a krónikus gyulladásos bélbetegségben (IBD) szenvedő felnőtt betegek száma növekszik.

Komplex, bio-pszicho-szociális szemléletben nézve a szomatikus tüneteken, valamint az anyagi problémákon túl a pszichés tényezők vizsgálata rámutathat, megoldásmódokat adhat a kezelés tekintetében. Ebben a betegek életminősége kulcsfontosságú. A vizsgálati eredmények igazolták azt a feltevést, hogy a bélbetegségben szenvedők szubjektív jólléte alacsonyabb az egészséges populációhoz, illetve más krónikus betegségben (asztma) szenvedőkhöz képest. Betegségük nagyobb nyomással nehezedik rájuk, amely az élet minden területére kiterjedő minőségromlással jár. Ez leginkább az interperszonális kapcsolatrendszer, a párkapcsolatot, valamint az intimitást érinti. A kutatás rámutatott a biológiai terápia fontosságára, amely az egyéb kezelési módokhoz képest életminőség-javulást eredményez. A szerzők javaslatot tesznek a klinikai gyakorlatban a terápiás team pszichológussal történő bővítésére, a betegek életminőségének folyamatos nyomon követésére, amelyben a szubjektív jóllét növelése csökkenti a betegség pszichés terheit, ezáltal növekedhet a terápiák hatékonysága, amely tovább erősítheti az életminőséget.

A népesség gyarapodása napjainkban igen sarkalatos téma, amely a *meddőség* kutatásának fontosságát minden tekintetben aláhúzza. Ennek kialakulásában és kezelésében lelki tényezők szerepe igazolható. Az utolsóként bemutatott vizsgálat során az a feltevés nyert bizonyítást, hogy a természetes úton szülővé válók alapvetően erősebb megküzdési módokkal bírnak, mint a mesterséges megtermékenyítésen (in vitro fertilizatio, IVF) átesettek. A nemek tekintetében a férfiak megküzdési potenciái alacsonyabbnak bizonyulnak, míg a nők jobban törekednek az érzelmi egyensúly keresésére, jobban jellemzi őket egyfajta érzelmi és mentális távolságtartás, amely a teherbeesés valószínűségét növelheti. A nők stresszhelyzetben jobban keresik a társas támaszt, fogadják mások együttérzését és megértését. Ugyanakkor az IVF által szülővé vált párok pszichológiai immunrendszerre bizonyíthatóan két területen mutat nagyobb hatékonyságot, miszerint a velük kapcsolatos történések összefüggéseit jobban megértik, kihívásként kezelik, valamint személyiségük jellegzetességeit jobban felismerik, elfogadják. Továbbá ezen párok a későbbiekben demokratikusabb légkörben nevelik a gyermeküket, mint a természetes úton szülővé vált párok. Erősebb kontrollt tartanak, elfogadóbbak, gyermekükkel több interakciót folytatnak, véleményüket később inkább figyelembe veszik. A kutatás szerint mindez azzal magyarázható, hogy a gyermekre való, nemegyszer hosszú várakozási idő motiváltta, gyermekcentrikusabbá teszi az embereket, akik a szülőszerep minél hatékonyabb elsajátítására törekednek.

Úgy vélem, a kötet hiánypótló abból a szempontból, hogy a kialakult tünetek kezelésén túl olyan egészségpszichológiai megközelítést is ad, amely a népesség egészségfejlesztése és a prevenció tekintetében kínál megoldás-

módokat. Emellett a pszichés és szomatikus problémák kezelésében a társadalom színtereinek összehangolódását, valamint tudatos együttműködését emeli ki, a gyermekek és a felnőttek életében egyaránt.

Nem kisebb a jelentősége mindennek, ha azt a hatást nézzük, miszerint az egészségügyi ellátórendszer napjainkban tapasztalható nagymértékű leterheltségét mindez csökkentheti. A korszerű egészségpszichológiai kutatások eredményeinek felhasználásával pedig a pszichológus a társszakmák hatékony segítőtje lehet, megfelelő együttműködést elérve ezzel.

Bezgedi Emma

E-mail: bezgediemi@gmail.com

Ittzés Gábor (szerk.):

Cura mentis – salus populi: Mentálhigiéné a társadalom szolgálatában: Ünnepi kötet Tomcsányi Teodóra 70. születésnapjára

Cura mentis – salus populi: Mental hygiene in the service of society. Jubilee edition for the 70th birthday of Teodóra Tomcsányi

Interdiszciplináris szakkönyvtár 9. Semmelweis Egyetem, Egészségügyi Közzolgálati Kar, Mentálhigiéné Intézet, Budapest, 2013

572 oldal, 3980 Ft

ISBN: 978-963-9129-95-5

Hazánk első egyetemi mentálhigiéné tanszékének alapítóját, úttörő kutatóját, iskolateremtő egyéniségét, szakmai testületeinek megteremtőjét, Tomcsányi Teodórát Ittzés Gábor méltatja az *Előszóban*. Születésnapjához közzöntővel folytatja Semjén Zsolt (miniszterelnök-helyettes), Szél Ágoston (rektor), Török Péter (volt intézetigazgató), valamint Dávid Beáta (jelenlegi intézetigazgató).

Az ünnepelt életútjáról, sokoldalú munkásságáról művei bibliográfiájából, a *Függelékben* nyert kép alapján tájékozódhat az olvasó. A nagy terjedelmű kötetben iránytűnek tekintheti a (45 szerzőtől származó) 32 (10 német és 22 magyar nyelven írt) tanulmányt befogadó négy nagy tömböt, amelyek címe: *Tudomány – Gyakorlat – Oktatás – Kutatás*.

A tanulmányok mindegyike valamiképpen illeszkedik Tomcsányi Teodóra működéséhez. Egyenlő figyelmet is érdemelnek, ezt azonban terjedelmi okból nem könnyű érvényesítenem. A szerkesztő bölcsen alakította ki sorrendjüket, célszerű tehát a tartalom szerint haladnunk. A tanulmány címét akkor közlöm külön, ha abból nem tűnik ki egyszersmind a témája is.

A *Tudomány* tömbje tudománytörténeti érdekességű tanulmányokkal kezdődik.

Patrick Luyten és Jozef Corveleyn (Catholic University of Leuven) a Han Israëls holland szociológus (németre is lefordított) *Het geval Freud* („A Freud-eset”) című könyvében megfogalmazott, Freud elleni vádaskodások alaptalanságát mutatja ki. Susanne Heine (a bécsi egyetem teológiai fakultásáról) az „Egy illúzió jövője” című írás kapcsán Freud és barátja, Oskar Pfister protestáns lelkész, valamint Theodor Reik vitájáról ad számot (ez az ösztönökről való lemondásról, az intellektus elsőbbségéről folyt köztük). Grete Leutz (Moreno Institut für Psychodrama, Überlingen) Freud és Moreno időkezelését, múltbeli tapasztalatok újra átélésének jelentőségét veti egybe az átvitel, illetőleg a segédénekhez való szerep-hozzárendelés szempontjából.

A mentálhigiéné elméletéhez járul hozzá Nagy J. Endre a Polányi Mihály: *Személyes tudás* című művéből vett „kitörés” fogalom magyarázatával. A lelki egészség fogalmába a normálistól eltérő emberi szükségletek is beletartozhatnak, megítélésük már előzetes értékválasztást feltételez. Varga Károly a vallás és a lelki egészség kapcsolatával foglalkozik, szembeállítva egymással a *spiritualitás* és a *tudatosság* kérdésköre mentén szerveződő modelleket. Patsch Ferenc a mentálhigiénés szemléletben a (vallásfilozófiai álláspontokból eredeztethető) felsőbbrendűséget valló álláspont meghaladására, a sokszínűség melletti kiállásra buzdít.

A társadalmi mentalitásban jelen lévő spiritualitás az étel (és élet) értékéhez kapcsolódva az evészavarokban is szerepet játszhat – derül ki Túry Ferenc, Lázár Imre, Zsinkó-Szabó Zoltán és Mezei Ágnes dolgozatából. Az aszketizmus, a böjtölés, a test elutasítása vallásos értelmet kaphat, az evés lehet az önkontroll mércéje, de a kontrollvesztés terepe is. Martin Jäggli (Katholisch-Theologische Fakultät, Universität Wien) „vallásérzékeny képzés”-t tart időszerű feladatnak, a „saját vallás” és az „idegen vallás” kettősségének feloldását. Karl Heinz Ladenhauf (Institut für Pastoraltheologie und Pastoralpsychologie, Universität Graz) meghallván az idők szavát, a keresztény diakónia útját egyengeti.

A *Gyakorlat* tömbje pszichoterápiával, pszichodrárával és lelkigondozással foglalkozó tanulmányokat tartalmaz.

Perczel Forintos Dóra *Kifürkészhetetlen utak* című, didaktikailag kivált értékes tanulmányában megkísérli „bemutatni a lehetséges (és esetleg meglepő) érintkezési pontokat a különböző pszichoterápiás irányzatok között, és rávilágítani a spiritualitás fontosságára”. Kérdés-felelet formában halad lépésről lépésre, alapkérdésektől (például a lelki szenvedés csökkentésének céljától), a pszichodinamikus pszichoterápiáktól való különbözőségeken át, a valóság elfogadásán és a felelősség vállalásán át a „tudatos jelenlét”-ig.

Reinhard T. Krüger (Moreno Institut, Goslar) pszichotikus betegek Moreno-féle zavarospecifikus pszichoterápiáját azzal a felismeréssel gazdagítja, hogy „a terapeutának magának is egy megváltozott, a valóságot túllépő, transzreális magatartást kell felvennie, és többé-kevésbé folyamatosan a páciens hasonmásává kell válnia”.

Csáky-Pallavicini Krisztina és Milák Piroska személyiségzavarban szenvedő páciensek egyéni pszichodramatikus pszichoterápiájához ad szempontokat, például interperszonális problémák lejátszása helyett intrapszichés folyamatok fókuszba állítását és megjelenítését pszichodráma-technikákkal.

Az antiszerepjáték önismereti fontosságát hangsúlyozza Török Szabolcs, bemutatva elméleti és módszertani kérdéseit, a morenoi kulcsfogalmakkal való kapcsolatát, „egy lehetséges technikai forgatókönyvet”, sőt, egy esetet is.

Sarkady Kamilla a megbocsátás jelentőségét, pszichodramatikus megközelítését dolgozza fel. *„Keresd a békét és járj utána!”* Jézus a példa: „az ellenségnek is meg kell bocsátani. Ez csak úgy történhet meg, ha még az ellenségénél is nagyobb ellenfelet, önmagunkat is le tudjuk győzni.”

Marlok Zsuzsa oldás és kötés alapélményeivel, az elengedés gyászhoz hasonló veszteségérzésével, az elbocsátás folyamatának elakadásával, a feloldás pszichodráma-technikáival foglalkozik, mindezt esetekkel illusztrálva. *„Fel hát szívem: búcsúzz új gyógyulásra!”* – idézi Hesse költeményét a tanulmány címeként.

Sallay Viola és Martos Tamás a csoporthelyzetben alkalmazott többgenerációs családszobor technikáját, gyakorlatát, elméletét mutatja be. A bécsi családterápiás intézetből eredeztethető, a lelkigondozói képzésben is alkalmazott módszert „afféle szobrászokként” csiszolták tovább.

A kötetben a lelkigondozás is méltó helyet kap. *A modern kórházi lelki-gondozói szemlélet kialakulásáról* Tésenyi Timea értekezik. Időszzerűségét a pszichoszomatikus és holisztikus igényű orvoslás erősödése adja, szemlélete Rogers-i. Németh Dávid a logoterápia lehetőségeivel foglalkozik (Viktor Emil Frankl nyomán): a logoterápia és a Szentírás egybecsengő helyeinek lelkigondozói alkalmazási lehetőségeit mérlegeli. Hermann Steinkamp (Katholisch-Theologische Fakultät, Westfälische Wilhelms-Universität, Münster) az úgynevezett „újfajta tiszteletbeli megbízatás”-sal (azaz társadalmi munkás munkatársként) tanácsadói kompetenciát szerző csoportok tagjait mutatja be a telefonos lelkigondozás példáján keresztül.

Az *Oktatás* tömbje pedagógiai tárgyú írásokat tartalmaz, külön is kiemelve a mentálhigiénés szakemberképzést.

Norbert Mette (Fakultät Humanwissenschaften und Theologie, Technische Universität, Dortmund) valláspedagógiai fogantatású írása a kisgyermekkorai vallásos nevelés és képzés aktuális feladatait hangsúlyozza,

Semsey Gábor pedig az iskolai szexuális neveléssel foglalkozik, a világnézetileg semleges kezdeményezések mellett egyháziakat is bemutatva. Gombocz János dolgozatával („Mi, akik közepét keressük, csak szélein járunk”) a sportpedagógiát képviseli, értéktudományi szemléletével ellensúlyozva a mai magyar sportpedagógia egyoldalúan pszichometrikus beállítottságát.

Etikai szempontjai kelteneek figyelmet Hanneke Meulink-Korf (Protestant Theological University, Amsterdam) „Találkozás: Kezdeményezések lelkipásztorok/teológusok továbbképzésére a Böszörményi-Nagy Iván szellemében folyó posztgraduális, kontextuális, nemzedékeket átfogó lelkigondozó-képzési gyakorlat alapján Hollandiában” című, nagy ívű munkája iránt. Érdeme, hogy Martin Buber és Emmanuel Levinas filozófiáját sikerül integrálnia a lelki-gondozásba.

Andreas Wittrahm (Caritasverband für das Bistum Aachen) írása pszichológiai adalékokkal szolgál segítő foglalkozásúak továbbképzéséhez. Miként írja: „Megérteni valamit az életből, a szeretetből és a hitből.” Török Gábor és Joób Máté a Semmelweis Egyetemen kidolgozott mentálhigiénés szemléletű lelkigondozói továbbképzési modellbe nyújt bepillantást.

A Kutatás tömbje módszertant és empiriát foglal magába a pszichológiában, valamint a pszichológia és a szociológia határterületein.

Ehmann Bea azt mutatja be, hogy a természetes nyelvek elemzése milyen lehetőségeket kínál a pszichológiai tartalomelemzés számára. Hámori Eszter a koraszülő-interjú kidolgozását és alkalmazását foglalta tanulmányba. Vargha András és Császár-Nagy Noémi a Rorschach-teszt pszichometriai kvalitásainak növeléséhez járul hozzá. Sipos Kornél szintén pszichometriai munkával tiszteleg egykori tanszéki kollégája előtt, „testnevelési, sporttudományi és egészségtudományi egyetemi hallgatók szorongás-, kíváncsiság-, harag- és depresszió-, valamint énhatékonyság-mutatóinak összehasonlító vizsgálatát”-val. Ittész Gábor, Béres Orsolya, Sipos B. Bernadett és Pilinszki Attila a Rokeach-értékskála üdvözlés iteméről megállapítja, hogy „önmagában nem alkalmas arra, hogy árnyalt képet rajzoljon egy populáció vallásosságáról”, de átfogó képet tud adni róla. Török Péter és Ittész András arra keres választ, hogy „Lehet-e szövetség a keresztények és muszlimok között a házasság és család védelmében?”. Az iszlám és a kereszténység alapkoncepcióiban vannak hasonlóságok, két nagy értékutatás (EVS: European Values Study és WVS: World Values Survey) adatbázisának elemzése kiegészíti az elméleti összevetésből nyert megfontolásaikat. Horváth-Szabó Katalin és Dávid Beáta a családi és kortárustámogatás összefüggéseit vizsgálta serdülők körében. Következtetésük, hogy fontos a családi kapcsolatok erősítése, családi támogatási hiány esetében viszont a családon kívüli közösségek szerepe nő.

Bár a kötetnek nincs tárgy- és névmutatója, anélkül is bizvást megállapíthatjuk, hogy roppant szellemi értéket képvisel. Egységét erősítik a

munkatársaknak, tanítványoknak a közös munkával, a pályával kapcsolatos személyes emlékei is.

Lőrincz Jenő

E-mail: lorincz.jeno@med.semmelweis-univ.hu

Kristina Orth-Gomér – Neil Schneiderman – Viola Vaccarino – Hans-Christian Deter (Eds.):

Psychosocial stress and cardiovascular disease in women. Concepts, findings, future perspectives

(Pszichoszociális stressz és koszorúér-betegségek nők körében. Elméletek, kutatási eredmények és perspektívák)

Springer, Cham, 2015

305 oldal, 107,09 EUR

ISBN: 978-3-319-09240-9

ISBN: 978-3-319-09241-6 (eBook)

A kötet szerkesztői évtizedek óta vezető kutatói a kardiológia pszichoszociális vonatkozásainak, és jól ismertek a magyar magatartásorvoslási szakemberek körében, mivel az elmúlt években többször szerepeltek Budapesten megrendezett nemzetközi szakmai konferenciákon is. *Kristina Orth-Gomér* régóta kutatja a nők kardiovaszkuláris kockázati tényezőit, s az utóbbi években – kutatásaira alapozva – szívbeteg nők részére stresszcsökkentő csoportos tréninget dolgozott ki. *Neil Schneiderman* a magatartásorvoslási irányzat egyik meghatározó egyénisége, aki vezető szerepet játszott a kardiológiai pszichoszomatika egyik legjelentősebb – és sok tanulsággal járó – intervenciós kutatásának, az Enhancing Recovery in Coronary Heart Disease (ENRICHED) vizsgálatnak a megvalósításában. *Hans-Christian Deter* az elmúlt években szintén folytatott kutatásokat a koszorúér-betegek pszichológiai intervenciós lehetőségeivel kapcsolatban. A kötet szerkesztői úttörői voltak azon interdiszciplináris kutatásoknak, amelyek az elmúlt évtizedekben megváltoztatták a koszorúér-betegségekkel és a szívinfarkttal kapcsolatos felfogást, és ráirányították a figyelmet a klinikailag is releváns nemi különbségekre. Lassan változik az a sztereotípia, miszerint a szívinfarktus elsősorban a férfiak betegsége. Megbízható *epidemiológiai kutatások* alapján ma már nyilvánvaló, hogy a koszorúér-betegség és a szívinfarktus legalább annyira a nők problémája is, s hogy a korábbi kutatások, amelyek ezeket a betegségeket homogénnek, „uniszex”-nek tekintették, gyakran elhanyagolták a nemi különbségeket, ami a klinikai gyakorlatban elsősorban a szívbeteg nők számára jelentett hátrányt. Kiderült, hogy a szívbetegségek

megjelenésében is vannak nőkre specifikus jellemzők: például a stressz kardiomiopátia (Takotsubo-szindróma) elsősorban az idősebb nők betegsége – okai egyelőre kevésbé ismertek, de sok megfigyelés támasztja alá összefüggését jelentős pszichés megterhelésekkel. Egy másik klinikailag fontos női jellegzetesség a mikrovaszkuláris hátterű akut koronária szindróma, amely a rutin koronarográfiával nem kimutatható.

A kötet nagy hangsúlyt fektet a nemi különbségeket magyarázó stresszel összefüggő biopszichológiai és kórélettani *mechanizmusokra*. A legkézenfekvőbb magyarázat – a nemi hormonok szerepe – mellett, összefoglalást kapunk a gyulladásos, illetve alvadási folyamatok, a koleszterinszint, a vérnyomás és a cukorbetegség női jellegzetességeiről. Természetesen pszichoszociális vonatkozásokban is megfigyelhetők különbségek férfiak és nők között. Például a dohányzás károsító hatása nők esetében kifejezettebb. A nők érzékenyebbek a stresszhelyzetek hatására (főleg kapcsolataikkal összefüggésben), s hajlamosabbak depresszióra.

A kötet harmadik tartalmi súlypontját az elmúlt 20 év pszichokardiológiai *intervenciós kutatásai* jelentik. Az eddigi eredmények alapján úgy tűnik, hogy nők esetében azok a programok a leghatékonyabbak, amelyekben kisebb (<10 fő) csoportokban, szegregáltan csak nők vesznek részt, kognitív módszereket alkalmaznak, és a fő cél a stressz csökkentése.

A kötet fejezetei a nők szív- és érrendszeri egészségének olyan komplex témáit járják körbe, mint a depresszió szociális, kapcsolati vonatkozásai, a gén-környezet interakciók feltételezhető szerepe, valamint a nők kettős – munkahelyi és családi – szerepeinek kiegyensúlyozása. A kutatások eredményei remélhetőleg további ösztönzést adnak a terület szakembereinek, hogy olyan differenciált kezelési módszereket dolgozzanak ki, amelyek segítenek megelőzni a legnagyobb népegészségügyi problémát jelentő szívbetegségeket, illetve csökkentsék a nemi vonatkozásokban jelenleg tapasztalható különbségeket az egészségügyi ellátásban.

A kötet címszavakban az alábbi kutatási témákat és eredményeket járja körbe. *Epidemiológia és kockázati tényezők*. A nők kardiovaszkuláris betegségeinek prevalenciája és incidenciája: pszichoszociális stressz, morbiditás és mortalitás. A nők egészsége és a szocioökonómiai státusz: az élethosszig tartó fejlődés perspektívája. A nők egészsége, munka és családi élet. *A koragyermekkori stressz jelentősége*: a nők pszichoszociális kockázati tényezői, különös tekintettel a poszttraumás stressz zavarra. *Kórélettani összefüggések*: pszichofiziológiai stresszmechanizmusok: kortizol és katecholaminok. Női nemi hormonok: a menopauza és a nők egészsége. Pszichoneuroimmunológiai folyamatok nők esetében. Neurobiológiai és genetikai mechanizmusok nőknél. Helyreállító és öngyógyító folyamatok: alvásminőség és a női szervezet regenerálódása. *Poszttraumás stressz zavar*: korai hatás

az idegrendszer működésére és a pszichobiológiai folyamatokra. Légzési mintázatok és vérnyomás-szabályozás nők esetében. *Stresszcsökkentő és egészségfejlesztő intervenciók nők részére*. Randomizált klinikai vizsgálatok a nők egészségével kapcsolatban. Az életképességek (kognitív folyamatok és kommunikációs készségek) gyakorlásának hatása a nők egészségére. Eredményes intervenciók módszerek nőbetegek részére: egy kognitív program gyakorlati megvalósításának tapasztalatai különböző női csoportok esetében. A nők kardiovaszkuláris egészségével kapcsolatos elmúlt húsz évet felölelő kutatások összefoglalása.

Összességében elmondható, hogy a kardiológiai pszichoszomatikán belül a nemi különbségek témájának jelentős kutatása és szakirodalma alakult ki, amelynek tapasztalatai az egész medicinában fontos érvként szolgálnak a nemi különbségek figyelembevétele mellett. Ma már önálló irányzattá vált a „gender medicine”, amely a biológiai nemi különbségek mellett a társadalmi nem, a gender jelentőségét is intenzíven vizsgálja az egyes betegségekkel kapcsolatos tényezők között.

A kötet ajánlható a korszerű pszichoszomatika iránt érdeklődő kollégáknak. Elsősorban azoknak, akiket érdekelnek a kardiológiai vonatkozások, akik maguk is kutatják a szívbetegségek pszichoszociális, illetve gender aspektusait, s akik foglalkoznak a pszichológiai segítség lehetőségeivel.

Tiringer István

E-mail: istvan.tiringer@aok.pte.hu

Pamela Emmerling:

Ärztliche Kommunikation

(Orvosi kommunikáció)

Schattauer, Stuttgart, 2015

263 oldal, 29,99 EUR

ISBN: 978-3-7945-2974-2

A jelen kötet szerzője pszichoterapeuta és kommunikációs tréner. Hoszszú évek óta elsősorban orvosi kommunikációs kérdésekkel foglalkozik, továbbképzési programokat tart különböző orvoscsoportoknak. A kötet kommunikációfejlesztő képzéseinek témaköreit foglalja össze; a szerző írásmódja is megeleveníti a szemináriumok légkörét, párbeszédbe vonja, folyamatos önreflexióra készíti az olvasót.

A kötet tükrözi a szerző vonzalmát a különböző kommunikációs elméletekhez. Több mint ötven ilyen alapvető teóriát és kapcsolódó technikát mutat be, összefogottan, érzékletesen; látszik, hogy már sokat próbálta

őket, ismeri a hasznukat, korlátaikat, s a különböző elméletek kapcsolódási pontjait is. („*There is nothing more practical than a good theory*” – ez a Kurt Lewin-idézet mottója lehetne a könyvnek.) Az elméletek hangsúlya ellenére a kötet szövege egyáltalán nem steril, köszönhetően a gyógyítás hétköznapijaiból hozott számos példának. Továbbá mindegyik téma tárgyalásához kapcsolódik néhány olvasóknak szóló kérdés, amely a személyes tapasztalatok átgondolására ösztönöz, ezáltal segítve a későbbi alkalmazást. Az adott téma lezárásaként pedig két képzeletbeli orvos, Dr. No és Dr. Will foglalja össze egy-egy mondatban véleményét – kontra és pro – saját tapasztalatai alapján.

A bevezető fejezet néhány alaptézist foglal össze, pl. olyanokat, hogy a kommunikáció tanulható; ha sikeres, azzal időt és pénzt takaríthatunk meg; javítja a betegek együttműködését; s önmagában is gyógyító erővel bír.

A 2. fejezet a kommunikáció „nagy” elméleteit tárgyalja, többek között a nálunk is jól ismert szerzőket, mint Satir, Watzlawick, Rogers, Schulz von Tun, s olyanokat is, akiknek elképzelései ma már általánosan ismertek, de nevét már nem igen ismerjük (pl. a verbális és nemverbális kommunikáció viszonyát vizsgáló Merabian-ét). Érdekes volt az erőszakmentes kommunikáció elméletéről olvasni, egy Rosenberg nevű szerzőt idézve.

A 3. fejezet a páciensek jobb megértését segítő stratégiákat tárgyal. Megismerteti az olvasót egyszerű, plauzibilis személyiségtypológiákkal, jó leírást ad a tranzakcióanalízis alapjairól, az aktív meghallgatás jelentőségéről, a személyközi észlelés jellegzetes torzításairól, és a metakommunikációban rejlő lehetőségekről.

A 4. fejezet az orvosokat veszi nagyító alá, elsősorban azt vizsgálva, hogy milyen erőforrások segíthetik a betegekkel történő kapcsolat hatékonyságát, s növelhetik a gyógyítók elégedettségét munkájukkal. Az alfejezetek címei is mutatják, hogy a szerző egyfajta tükröt tart az olvasóknak: a szokások hatalmáról, személyiségünk vakfoltjairól, motivációkról és az azokkal kapcsolatos diszfunkcionális attitűdökről olvashatunk. A személyes átgondolást önkitöltő kérdőívek is támogatják. Ezen túl támpontokat kapunk még a kapcsolati szerepajánlatok értelmezéséhez és a konfliktusok kezeléséhez. A szerző külön kitér a visszajelzések fontosságára.

Az 5. fejezet a teamen belüli kommunikációhoz kapcsolódó témákat járja körbe. Talán ennél a fejezetnél kevésbé volt jól követhető a témák kiválasztása. Miért itt tárgyal a szerző olyan általános témákat, mint a kérdéstípusok, a rugalmasság stratégiája, a destruktív kommunikáció jellemzői vagy a meggyőzés módszerei? A fejezet ívének bizonytalansága azonban nem von le az egyes témák tárgyalásának értékéből.

A 6. fejezetet „haladóknak” szánja a szerző, olyan komplexebb kommunikációs helyzeteket mutat be, mint a közös döntéshozatal, a rossz hírek

közlésének SPIKES modellje, a mediáció alapjai, a humor, a metaforák, és a gyógyítást, megküzdést segítő narratívák megfelelő használata.

A záró fejezet a szerző hitvallásának is tekinthető, amiben arról ír, mi adhat reményt az orvos–beteg kapcsolatnak egy olyan korszakban, amelynek változási tendenciái egyre inkább háttérbe szorítják a közvetlen jelenlétben alapuló, spontán alakuló, de annál pontosabb és személyesebb kölcsönös megértést.

Az érdeklődő olvasó további tájékozódását segíti a könyv végén található irodalomjegyzék (kb. 150, elsősorban német nyelvű forrás), valamint a használatot, áttekintést segítő tárgymutató.

A kötet elolvasása nagyon inspiráló, jó háttérként használható mindenkinek, akit érdekelnek az orvosi kommunikáció kérdései, és az orvosi pszichoterápia általánosan használható alaptechnikái. Különösen, ha saját maga is foglalkozik az orvosi kommunikáció oktatásával és fejlesztésével.

Tiringer István

E-mail: istvan.tiringer@aok.pte.hu