

Csináld, merd és hallgass - A pszichiátriai betegekről másképp

Szerző Garadnay-Erdélyi Tímea
2008. augusztus 30.

A szülői szerepet természetesnek vesszük. Legtöbben alkalmasnak érezzük magunkat gyermekeink nevelésére, anélkül, hogy pedagógiai tanulmányokat folytattunk volna. Azt sokkal kevesebben gondolják, hogy fogyatékos vagy pszichiátriai beteg embertársainkkal találkozva sem szakembernek, csak embernek kell lennünk. Ilyen helyzetben többnyire félelmeink kerekednek felül, és az ember – tehetetlenül széttárt karral – szakemberért kiált.

Vajon tényleg bonyolultabb a mindennapi élet pszichiátriája, mint a hétköznapi pedagógia? A Soteria AlapítványLótusz Program munkatársai talán másképp választanak erre a kérdésre, mint az átlag. Ők a magyarországi ellátásban még különlegesnek számító módon fordulnak a pszichiátriai betegek felé. „A legintenzívebb pszichotikus élmény nem különbözik lényegileg a többi emberi élménytől, csak annak nagytestvére” – világítja meg a szemlélet alapját Bugarszki Zsolt, a Lótusz Program egyik kiötlője.

Mi is az a Soteria A Soteria szemlélete igazából nem új, hiszen nyugat-európai kezdetei a hatvanas évekre nyúlnak vissza. A nyolcvanas években ezt a – laikus közösség segítő szerepére épülő – pszichiátriai ellátási formát Angliában és az USA-ban már alternatív gyógyászati megoldásként tartották számon. Magyarországon sokkal később, 1995-ben jött létre az első, hasonló jellegű kísérlet, Feldmár András pszichoterapeuta és Dr. Csom Éva pszichiáter szervezésében. A kezdeményezés a társadalmi tudatformálásra, a pszichiátriai betegségekkel kapcsolatos félelmek és előítéletek legyőzésére irányult. „A pszichiáterek egy részében hatalmas az ellenállás ezzel a szemlélettel szemben – mondja Hegedűs Ibolya, a Soteria Alapítvány vezetője. – Úgy gondolják, túl partneri viszonyt alakítunk ki a szolgáltatásokat használókkal. Tény, hogy egyenrangú, partneri viszony van segítő és segített között. Abból indulunk ki, hogy az, aki segítségre szorul, a segítőnél jobban tudja, hogy mire van szüksége.” A pszichiátriai betegek ellátása ma hazánkban egészségügy centrikus. A betegek a tüneteket felismerve szakorvoshoz kerülnek, aki gondosan felállított diagnózis után terápiás eljárások sorába vonja be őket. A Soteria szemléletmódja ezzel szemben szociális jellegű, az embert helyezi középpontba a diagnózis, a közösséget a terápia helyett. Ahogy Bugarszki Zsolt fogalmaz: „Ez nem terápiás eljárás, inkább annak kiegészítése. Alapja a laikus kisközösség, ahol a szakember legfeljebb mint katalizátor jelenik meg. Az ilyen közösségek működése hozzájárulhat ahhoz, hogy a pszichiátriai beteg védett közegben alakítsa ki saját határait, megtanuljon olyan dolgokat, amiket otthonról nem hoz.”

A Soteria Alapítvány őskora és hőkora

A Soteria Alapítvány létrehozásának elsődleges célja a fenti szemléletnek megfelelő terápiás lakóközösségek létrehozása volt. „Sok idealisztikus, szép elképzelést tápláltunk arról, mit szeretnénk, de a hős korban csak pályázatokon kaptunk támogatást. Igaz, cserébe senki sem szabta meg a szolgáltatás feltételeit, módszereit” – mondja ezekről az időkről Hegedűs Ibolya.

A kezdeményezést azonban légüres tér vette körül: nem volt házi gondozás, nappali ellátás, így a betegségük miatt elszigetelten élő embereket kevésbé tudták elérni. Az alapítvány ezért a kiegészítő szolgáltatások létrehozásának irányába mozdult el. Munkájuknak is köszönhető, hogy a Szociális Törvény 1999-es módosításába bekerült a pszichiátriai betegek nappali ellátásának normatív támogatása. Ezekre az ellátásokra különösen nagy szükség van a nagyvárosokban, ahol nem alakulnak ki erős kisközösségek, így a betegek elszigeteltsége a vidékiekéénél nagyobb. Tizennégy évi munka eredményeként ma Budapesten négy nappali klubház működik, közülük kettő önkormányzati fenntartású. A Soteria Alapítvány a XIII. kerületi Matéria Klubházat és a III. kerületi Kilátó Klubházat tartja fenn, ezek összesen nyolcvan fő befogadására alkalmasak. A klubházak közösségi tevékenységét házi segítségnyújtás is kiegészíti, a kijáró szociális munkások érik el azokat, akik még nem tudnak vagy nem akarnak a közösségi életben részt venni. A pszichiátriai betegek visszavezetését a társadalomba az alapítvány Támpont Munkacsoportja az álláskeresés ösztönzésével segíti. A jelenlegi szabályozások és pályázati lehetőségek elsősorban azok foglalkoztatását támogatják, akik megváltozott munkaképességűek, azaz akiket az orvosszakértői bizottság megvizsgált és leszázalékolt. A többi álláskereső a nyílt munkaerőpiacon kénytelen próbálkozni, ahol gyakran ütköznek a félelem falaiba, így eltítkolják betegségüket – ebből pedig munkájuk során számos problémájuk adódhat. „Azoknak, akik nem megváltozott munkaképességűek, egyénileg tudunk segíteni – mondja az alapítvány vezetője a Támpont munkájáról. – Elsősorban az önéletrajz, a motivációs levél megírásában, az állásinterjú szerzett tapasztalatok megbeszélésével, illetve a klubházakban, az internet használati lehetőség biztosításával.” A Soteria Alapítványnál jelenleg tizennyolc fő dolgozik, nagyrészt szociális munkások és pszichológusok. A létszám és a normatív támogatás szabta szakmai feltételek megkövetelték az intézményesülést, így az alapítvány működése veszített kezdeti szabadságából. Cserébe azonban kialakultak és stabilizálódtak azok a nappali ellátási formák, amelyek megalapozzák a Soteria szemléletmódhoz tartozó más szolgáltatástípusok meghonosodását.

Klubház az Árpád-hídnál

A XIII. kerületi Matéria Klubház társalgójában hat-nyolc ember üldögél, a klub használói és szociális munkások vegyesen. Előfordul, hogy huszonöt-harminc ember is tesz-vesz a klubházban, de két óraker nem túl nagy a forgalom. Az ebédelni vagy ügyet intézni bejárók a déli nyitásra érkeztek, s mostanra odébbálltak, a háromkor kezdődő angolórára még épp csak szállingóznak a résztvevők. A falakon a kézműves csoport alkotásai, a szoba egyik végében

ülőgarnitúra, a helyiség másik részét szétnyitott konyhaasztal foglalja el – ping-pongasztal gyanánt. Az üdögélők beszélgetnek, közben zsíroskenyeret rágcsálnak, kávéznak, néhányan ping-pongozni vagy sakkozni készülnek. A klubban jóideje egy táblajátékos csoport is működik, ahol a sakk mellett dómát, malmot, és néhány egészen egzotikus nevű táblajátékot is játszanak. A csoport szervezését Jesztl József önkéntesként kezdte. „Azért ajánlottam ezt fel, mert úgy gondoltam, a játék során használt készségek, a játék közben kialakuló reakciók, problémamegoldó modellek az élet más területén is működnek. Így a klub játékosai ennek –kinti– életükben is hasznát veszik” – magyarázza a táblajátékok hasznát Jesztl József, aki néhány hete már szociális munkásként dolgozik az alapítványnál. „Gyakori, hogy bevált önkénteseink közül választunk alkalmazottakat – teszi hozzá Lombos Petra, a Mátéria Klubház vezetője. – Sok külsős van, de az is előfordul, hogy egykori használónkból lesz önkéntes. A klubház szolgáltatásait mindenki addig veszi igénybe, amíg annak szükségét érzi. Ám a közeg védeltsége miatt néhányan szeretnek ide járni akkor is, amikor erre már nincs szükségük. Akiről ezt érezzük, annak gyakran azt ajánljuk, csatlakozzon, és munkájával segítse a többiekét.” A klubot használók egy része kimondottan a szabadidős programok és a társaság miatt jár ide. Szabadidőből elég sok van azoknak, akik betegségük miatt hosszabb időre kiesnek a munkából, míg közösségből annál kevesebb jut. Másoknak a mosási, tisztálkodási lehetőség a fontos, az internet használat, vagy csak az, hogy társaságban fogyaszthassák el ebédjüket. A klubházak orvosi javaslattal fogadják a használókat, akik érdeklődést, tevékenységet, embereket keresnek ahhoz, hogy – gyakran hosszú kórházi tartózkodás után – újraépítsék életüket. „A klub gyógyászati segédeszköz – fogalmaz Lombos Petra –, amely enyhíti a betegség okozta elszigetelt állapotot, oldja az egyéni kapcsolatok zavarait. Visszavezeti a használókat a külvilágba, így sokszor megelőzhető vele a gyakori és hosszas kórházi tartózkodás.” – „A csoport tagjai a demokráciát, az együttélést is gyakorolják – tér át a ház szabályaira Hegedűs Ibolya. – Maguk alakítják a klub házirendjét.” Az a legnehezebb megtanulni, hogy egymást meghallgatva, több érdeket figyelemmel kísérve döntsenek, és ezt fel merjék vállalni. Az első években egy néhány ezer forintos támogatás felhasználásáról kellett döntenie. Hegedűs Ibolya így számol be a tapasztalatokról: „Mikor leültünk a klub használóival, hogy közösen találjuk ki, mire költsük a pénzt, az első meglepetést hosszas, örömteli ötletelés követte, a döntés azonban sokáig nem akart megszületni. Előbb nem merték elhinni, aztán nem akarták felvállalni, próbálták a klub vezetőire visszatolni a felelősséget.” Az egyes döntések talán ma sem mennek könnyebben, hiszen a játékszabályokat mindig új és új használók tanulják. Ám az alapítvány munkájának híre ment a szakma és a betegek körében is, és a szemléletváltás megindult.

Új kezdetek

Részben ennek a szemléletváltásnak az eredménye, hogy a Feldmár Intézetet néhány éve nem szakemberek, hanem üzletemberek kezdték el szervezni. Egy olyan szellemi műhely jött létre, Fehér MiklósBüky Dorottya vezette Nők Iskolája, vagy a Rados Richárd kezdeményezésére, amely a pszichológia területén túl egyéb releváns gondolatokkal is foglalkozik, s amely szellemisége több programban is tetten érhető. Ilyen a vezette Jaffa Kiadó könyvei és rendezvényei, de ezek közül egy a Lótusz Program is. „Úgy éreztük, a programok és Feldmár András népszerűségére építve megteremthető az a forrás, amely eltarthatja a Lótusz Programot, így az állami normatívára épülő intézmény helyett létrejöhet egy önálló finanszírozású magánintézmény, amely a társadalmi felelősségre alapoz” – mondja az ötlet születésének körülményeiről a Lótusz Program koordinálásáért felelős Bugarszki Zsolt.

A kezdeményező Feldmár Intézet munkatársai tavaly szeptemberben az interneten hirdette kerestek önkénteseket – nem a program végrehajtására, hanem egy idea programmá dolgozására. A szakmai előképzettség nem volt feltétel, azóta sem az. A lótoszosok mindenféle embert szívesen látnak maguk között, aki azonosulni tud a szemlélettel, és szívesen részt vesz egy olyan menedékhely kialakításában, amely a bajban lévő embereket befogadja. „Tíz-tizenkét önkéntesre számítottunk – meséli Bugarszki Zsolt –, de az első néhány napban egyetlen jelentkező sem akadt. Már azon kezdtem gondolkodni, hogy ez talán mégsem lesz egy életképes koncepció. Aztán elkezdtek jönni a válaszok, és két-három hónap alatt több mint száz jelentkezés érkezett.” Azóta kialakult egy huszonöt-harminc fős aktív mag, és a Lótusz Program fórumán több mint nyolcvan tag regisztrált. A workshopokon, szakmai blogban és a fórumon folytatott beszélgetések során fejlődik az elképzelés, tervvé válnak az ötletek. „Három munkacsoportban dolgozunk a program kialakításán – ismerteti a projekt felépítését a program koordinátora –, a Fekete Nóra vezetésével működő Ház Csoport mellett forrásteremtéssel és kommunikációval foglalkozó csoportunk is van. A tagok egy részének ez teljesen új terület, amelyről semmiféle előzetes tudással nem rendelkeznek. Ezért eljárnak Feldmár András és Dr. Csom Éva tréningjeire, Bugarszki Zsolt egyetemi előadásaira, ahol bővíthetik ismereteiket. „A munka igazi próbája a gyakorlat, mert előzetes ismereteket szerezhetünk, de nincs kézikönyv, amely megmondaná, hogyan legyünk emberek egy konkrét helyzetben.” – mondja a csapat egyik tagja, Csapó Gábor, aki hivatásosként is szociális területen dolgozik. A Lótusz Program idén februárban alakult egyesületté, huszonnyolc taggal. Az egyesület és a Feldmár Intézet között megállapodás jött létre, amely alapján az intézet kezeli a pénzügyeket, így hosszú távon sem sérül a program önállósága, emberközpontúsága.

Csináld, merd és hallgass

„Az egyesületben pártolótársági rendszert hoztunk létre, hogy száz pártoló tagdíjából egy budapesti lakást bérelhessünk. Ennek rezsijét a lakók fizetnék, így, önkéntes közreműködőkkel már létrejöhet az első menedékház” – ismerteti Bugarszki Zsolt a terv nulladik verzióját.

A Lótuszháznak hívott menedékek lakóközösségként működnek majd, ahová a felvételhez nem szükséges orvosi javaslat, csak az, hogy a lakótársak elfogadják a beköltözni vágyót. Ennek eldöntéséhez, ahogy más lakóközösségeknél is, néhány személyes, kötetlen találkozásra van szükség, így a döntés egy-két hetet is igénybe vehet. A Lótuszháza elvileg bárki

beköltözhet, aki Magyarországon maga választhatja meg a lakhelyét, tehát nem tölti börtönbüntetését és cselekvőképességében nem korlátozott. A gondnokság alatt állók csak a gondnok beleegyezésével lakhatnak a házban, ám esetükben is igaz, hogy a beköltözést a jelentkezőnek (és nem a gondnoknak) kell akarnia. A Lótuszház nem alkalmas akut krízishelyzetek kezelésére, de ez nem is szándékuk. Feladatuk nem a terápia, a rehabilitáció vagy a gondozás, hanem az, hogy hagyják a lakókat a maguk útját járni, és vigyázzanak rájuk közben – ahogy a lótoszosok mondják: kísérik őket. A három-négy lakóra két-három kísérő felügyel. Bár a felügyelet szó ezesetben igen áttételesen értelmezendő, hiszen a kísérő nem tesz mást, csak jelen van. A kísérők pedig nem szakemberek – ilyen ambíciójuk nincs is – hanem olyanok, akik elfogadják az alapértékeket, és képesek egy demokratikus közösségben együttműködni. Csak jelen lenni, és együttműködni pedig nem is olyan könnyű dolog, ahogy az elsőre tűnik. A jelentkező önkénteseket a szakmai programok mellett erre készítik fel a csapatépítő rendezvények, kirándulások, amelyek igazi közösséggé formálják a programban résztvevőket. Lótuszház-lakónak lenni igen irigylésre méltó dolog, olyan, mint a csecsemőkor, amikor még körülöttünk forog a világ. Ezért a május elejétől működő „próbaüzem” során az önkéntesek nemcsak a kísérést gyakorolják, hanem kipróbálhatják a folyamatot a ház használója szemszögéből is. Az első lakók hivatalosan őstől költözhetnek majd be. A program sikeresen tette meg első lépéseit, egy hónap alatt húsz pártolótag jelentkezett, és úgy tűnik, a rendezvények bevételéből és a felajánlásokból a nulladik verziónál magasabb szintű indulásra is lehetőség lesz. „Hosszútávon elképzelhetőnek tartom – mondja Bugarszki Zsolt –, hogy több ilyen házcsoporthoz tartozzon, mind más-más jellegű, laza, saját kultúrával. Budapest akár hét-nyolc házat is elbírna.”

Vajon tényleg bonyolultabb a mindennapi élet pszichiátriája, mint a hétköznapi pedagógia? Talán igen, talán nem. A Soteria Alapítvány és a Lótusz Program munkatársai nem adnak totális válaszokat az ilyen kérdésekre. Nem forradalmat akarnak, nem akarják a világot megváltoztatni. Csak teszik, amit jónak látnak. Kicsit úgy, mint a középkor alkímistái: merik, csinálják és többnyire hallgatnak róla – mert a főszórtól eltérni veszélyes dolog, még ha az embernek nincsenek is világmegváltó céljai. Úgy tűnik, munkájuk mégis eredményes. Mert hiába az ellenállás, a Soteria szemléletmódja lassan befolyik a szakma kötömbjeinek repedéseibe, és lassacskán nálunk is megtalálja a maga útjait.

ÉRDEKEL A TÉMA/FELHASZNÁLOM Az email cím védve van a spam botoktól, a megtekintéséhez a JavaScript bekapcsolása szükséges
 Az email cím védve van a spam botoktól, a megtekintéséhez a JavaScript bekapcsolása szükséges
 Az email cím védve van a spam botoktól, a megtekintéséhez a JavaScript bekapcsolása szükséges
 Az email cím védve van a spam botoktól, a megtekintéséhez a JavaScript bekapcsolása szükséges

TOVÁBBI INFORMÁCIÓ A Soteria Alapítvány honlapja:

<http://www.soteria.hu/> A Feldmár Intézet oldalán a Lótusz Programról: http://www.feldmarinstitute.hu/index.php?option=com_content&task=view&id=16&Itemid=29