

KÖNYVISMERTETÉSEK

Kuritárné Szabó Ildikó,
Tisljár-Szabó Eszter (szerk.):
Úgy szerettem volna, ha nem bántottak volna –
A családon belüli gyermekkori traumatizáció:
elmélet és pszichoterápia.
416 oldal, ára: 3900,- Ft
2015, Oriold és Társai Kft. Budapest
ISBN 978-963-9771-34-5

A gyermekkori családon belüli bántalmazás témájával foglalkozó könyv vitathatatlanul hiánypótló a magyar nyelvű szakirodalmi palettán. A szerkesztők nem titkolt célja, hogy felhívják a figyelmet arra, hogy a problémakör aktualitása nem csökken, és rengeteg a megvalósítható és megvalósítandó teendő ezen a téren.

A könyv tartalma nem csak logikai és szakmai módon tagolt és jól felépített, hanem azt is kifejezi, hogy milyen sokrétű munkacsoportban, teamben tud igazán jól megvalósulni a bántalmazást szenvedők segítése. Ez a sokszínűség és egyben a segítők különféle forrásból, látásmódból fakadó tájékozottsága nem csak a segítettek számára óriási előny, hanem valós tere a szakmai párbeszédnek. Annak a folyamatos dialógusnak, amely kiszélesíti a tapasztalaton alapuló, elérhető és támogató eszközrepertoárt és védelmet nyújt a kiegészés ellen is. Hiszen ezzel a témával foglalkozva a segítőknek is hatványozottan szüksége van a saját biztonságérzete támogatására, megtartására is. A könyvet elolvasva végig az volt az érzésem, hogy megkapom ezt a támogatást, és egy együtt gondolkodó team részese vagyok. Egyszerre kapom meg a kérdéseimre a könnyen érthető, adatokon alapuló választ, s azt az emberi, támogató hangot is, adott esetben pedig a harcos és tettekre vagy hiányok pótlására szolgáló buzdítást, amely élővé teszi a tudást.

A szerkesztők elsősorban, bár nem kizárólagosan, saját, debreceni kollégáik segítségével írták meg ezt a könyvet, és végig érezhető, hogy a cél nem

kevesebb, mint elkötelezetten a legjobbat nyújtani az olvasónak. Hasznos, hogy minden fejezet végén megtalálható a kapcsolódó irodalomjegyzék, amely a további informálódást segíti, s az is praktikus, hogy a fejezeten belül is zárójelbe téve jelzik a szerkesztők a kapcsolódási pontokat a kötetben belül.

A traumatizációt és következményeit elméleti és gyakorlati oldalról egyaránt végigjárja a könyv. Az elmélet magába foglalja a kulturális, neurobiológiai, evolúciós, egészségpszichológiai, családi és ökológiai rendszerszemléletű információkat, kutatási és tapasztalati tényeket. A bemutatott eseteken keresztül érthető, szemléletes és használható anyagot kapunk, amely nem csak a további kutatást inspirálhatja, hanem segítheti mindazokat, akik néha magányosnak érzik a küzdelmet, vagy olyan végvárakban „szolgálnak”, ahol nincs lehetőség teamek kialakítására, vagy más akadálya van annak, hogy megtalálják a segítség útját.

Nem könnyű olvasmányról van szó – a téma nehézségéből fakadóan –, néha megterhelő, felkavaró, de mindenképpen előremutató.

Az első fejezet tisztázza a definíciókat, az epidemiológiai és módszertani adatokat, bemutatja és hangsúlyozza a különféle rendszerszintek interakcióit is figyelembe vevő ökológiai modellt elengedhetetlen létjogosultságát a klinikai szemléletben és a prevenció minden szintjén. A lelki trauma történetével és kultúrájával foglalkozó második fejezet végén felmerül a DSM-5 szemléletének előnye és hátránya, mely kissé hamar került lezárásra, de így talán még jobban elgondolkodtató, annak kapcsán, hogy mit is tudunk ma a pszichés trauma jelenlegi értelmezéséről. A következő rész a trauma emléke, értelme a traumatizáló kultúra és a trauma narratívájának inspiráló, lendületes és gyakorlati kérdéseket boncolgató filozófiai szempontú bemutatása. A neurobiológiai rész strukturált, érthető nyelvezetű és célirányos fejezet. A traumás stresszválasz, az érzelmszabályozás, a disszociáció és érzékenyítés kérdéskörét

alaposan körüljárja a szerző, és tömörsége ellenére minden lényeges kérdésre kitér, amelyre a gyakorló szakembernek szüksége van. Az evolúciós pszichológiával foglalkozó szakasz, ahogy a fejezet írója is jelzi, valóban kissé háttérbe szokott szorulni a gyakorlati fókuszú munkákban. Emiatt talán kicsit túlzottan is az alapoktól indul a bemutatás, de így biztos, hogy mindenfajta korábbi háttértudás nélkül is érthető lesz az evolúciós traumaértelmezés és ez előkészíti a később külön tárgyalt poszttraumás növekedés könnyebb megértését is. A férfiak szexuális traumatizációjáról szóló szakasz kiemelten hiánypótló és ebben a direktív formában ritkán tárgyalt téma. A fejezet végén szereplő esetismertetés jól összegzi a terápiás változásban rejlő lehetőségeket. A mentális zavarok ismertetése mellett, amelynek szintén megfelelő teret ad a könyv több fejezete is, kiemelten fontos, hogy a fizikai egészségre gyakorolt hatásokat is tisztán láthassuk, és az ezen a védvonalon dolgozó egészségügyi szakembereket erre érzékenyíteni tudjuk. Kiválóan szolgálja ezt a célt a hetedik fejezet eredményekkel, ábrákkal szemléltetve a koszorúér-betegségek, a daganatos, autoimmun betegségeken át az alkoholfogyasztással, elhízással és egyéb kockázati magatartásformákkal kapcsolatos összefüggések bemutatásáig. A posztpartum poszttraumás stressz szindróma a klinikai gondolkodásban talán még kevésbé került előtérbe, és emiatt a segítség elérhetősége talán korlátozottabb, ezért szívesen olvastam volna még több, a gyakorlatot specifikusan segítő információt ebben a témában. Az elméleti részből az állami gondozottak speciális helyzetére vonatkozó fejezetet emelném még ki. Nagyon fontos, hogy ez a gyakran tabuként kezelt téma a mai magyar társadalmunkra vonatkozóan tárgyalásra kerül. Életmentő ez a megerősítő, célokat kitűző fejezet az ezen a területen küzdőknek és remélem, hogy a könyv adatait a szakemberek a bürokrácia legyőzésének irányába fogják tudni hasznosítani.

Az esetek és terápiás módszerek bemutatását gyakorlott recenzensként sem tudom megfelelően leírni. Nehéz feladat a terápiás folyamatot, az apró részleteket, a dinamikát bemutatni, még akkor is, ha ismerjük ezt a „légkört” és tudjuk, milyen keretekben gondolkozunk, mert kapcsolatban létrejövő fejlődést nehéz leírni. Mégis az elméletet áttekintve megkapjuk azt az alapot és gondolkodásmódot, amelyben a terapeuta szemén és szemléletén keresztül megláthatjuk, hogy mi és miért történik, megtapasztalhatjuk annak minden gyötrelmével együtt, hogy miért érdemes küzdeni, és azt, hogy hogyan épülhet fel a belső biztonság, és kaphatja meg a páciens az „útlevélet az élethez”.

Az első fejezet érthetően, határozottan megfogalmazza a könyv ars poeticáját: „A családoknak nyújtott intézményi támogatásoknak multiszektoriálisnak kell lenniük. Összehangolt, hosszú távra tervezett gazdaságpolitikai, oktatáspolitikai, egészségügyi, szociális és gyermekjóléti intézkedésekre van szükség... fel kell hívni a közvélemény és a döntéshozók figyelmét a gyermekbántalmazás járványméretű elterjedésére és súlyos, bizonyítékokra alapozott egyéni, családi, népegészségügyi, gazdasági és morális következményére... A gyermekekkel kapcsolatba kerülő szakembereket fel kell készíteni a bántalmazás megtörténtének korai felismerésére. Fel kell mérni a család- és gyermekjóléti rendszerek és gyermekvédelmi intézkedések hatékonyságát is... A segítő beavatkozásoknak a bántalmazott gyermek családtagjainak támogatására is ki kell terjednie.”

Ajánlom ezt a könyvet mindazon szakemberek figyelmébe, akik érintettek a felsorolt területek működésében, mert ez a könyv megtette az első lépést az általa megfogalmazott célok érdekében. Megadja a szükséges szakmai tudást, felkészíti a szakembert arra, ami rá vár és arra, amit tenni tud, összefoglalja a tapasztalatot, egyértelművé és megcélolhatatlanná teszi a bizonyítékokat, megmutatja az irányt és az igényt is.

Kerekes Zsuzsanna