

Az a hely a világon...

Beszélgetés Bugarszki Zsolttal, a Soteria Alapítvány ügyvezetőjével és Hegedűs Ibolya pszichológussal, a Soteria Alapítvány szakmai vezetőjével

A Soteria Alapítvány 1995-ben jött létre hazai szakemberek és a neves pszichiáter, Feldmár András inspirálására azzal a céllal, hogy új szellemiségű szolgáltatásokat indítson olyan emberek részére, akik problémáik miatt rendszerint pszichiátriai osztályra kerülnek. A „soteria” stílus lényege, hogy nem arra koncentrál, hogy mi a betegség vagy mi a tünet, hanem épp az ellentétes oldaláról közelít: mi az erősség, mi az, amit tenni lehet. Mára a tevékenységükkel szembeni ellenállás és elutasítás inkább elfogadássá alakult: három önkormányzattal összesen öt szolgáltatás – közöttük klubházak és családi tanácsadó programok – működtetéséről kötöttek ellátási szerződést. A Soteria a hazai pszichiátriai ellátás egyik elismert reformszervezetévé vált.



Bugarszki Zsolt

– *Hogyan jött létre az alapítvány?*

Bugarszki Zsolt: Dr. Csom Éva kezdeményezésére indult 1995-ben. Éva az Országos Pszichiátriai és Neurológiai Intézet munkatársaként dolgozott, és elégedetlen volt a magyar pszichiátriai ellátórendszerrel. Megismerkedett Feldmár Andrással, a Kanadában élő magyar származású pszichiáterrel, aki inspirálta arra, hogy belevágyjon egy alapítvány létrehozásába. Egy érintett hozzátartozója, egy vállalkozó segítségével amerikai példára itthon is elindult a Soteria Alapítvány.

– *Mit jelent a soteria?*

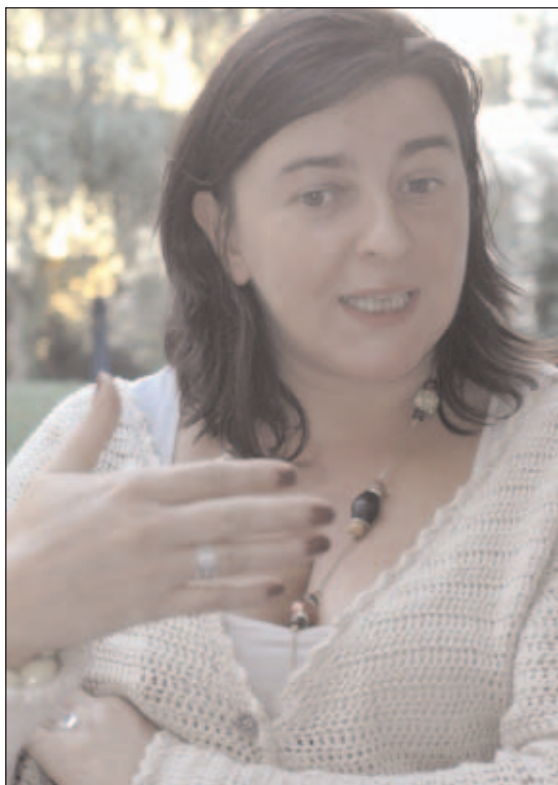
Bugarszki Zsolt: Görög szó, jelentése újjászületés vagy megszabadulás. Ezt a nevet Loren R. Mosher amerikai pszichiáter adta a vállalkozásnak, aki a 60-as években fiatal pszichiáterként maga is eltöltött némi időt Ronald D. Laing Kingsley Halljában. A Kingsley Hall antipszichiátriai mozgalom, az 1960-as évek egyik figyelemreméltó pszichiátriai kezdeményezésének csúcspontja, Laing pedig az akkori mozgalomnak fontos alakja volt, bár ő magát sosem tekintette antipszichiáternek. Az elképzelés lényege, hogy Laing úgy döntött, másként szeretne együtt lenni pszichotikus emberekkel, mint ahogy korábban pszichiáterként, főleg katonarvosként tette. Létrehozott egy házat,

amit Kingsley Hallnak nevezett el, és itt a hagyományos kórházi struktúra helyett valami mást épített fel. Ő volt az egyetlen pszichiáter, stábjának tagjai pedig majdnem mind laikusok voltak. Léptették minden különbségtételt, például nem viseltek fehér köpenyt. A hagyományos kórházi struktúra helyett egy közvetlen, hierarchia nélküli rendszert működtetett a házban. Laing úgy gondolta, hogy a pszichotikus regresszióban lévő embert végig kell kísérni az útján. Ezért a jellemző kényszerítő eljárások és nyugtatók helyett felajánlották, hogy a beteg mellett maradnak és a rendelkezésére állnak. A beeing with – együttlét – kifejezést használták, használják ma is, tevékenységüket kísérésnek nevezik.

Éva mellett kezdett felállni a csapat 10-15 állandó emberrel, s nekifogtunk. Nyertünk 900 000 Ft-ot, és hihetetlen lelkesedéssel vetettük magunkat a munkába. Kibéreltünk egy házat, és sajnos három hónap alatt tönkre mentünk, mert senki más nem finanszírozta a további létünket. Szakmai szempontból rájöttünk, hogy a hazai helyzet sok szempontból adaptálhatatlanná teszi a külföldi példát. Ha valaki pszichotikus állapotba kerül a kezelések mellett, azonnal azt a státust is megkapja, hogy beteg. S ebből a szerepből nehéz kikeveredni. Vannak he-

lyek például Svájcban – de Prága mégis fényévekre van tőlünk e tekintetben –, ahol egy pszichotikus esemény után hamarosan megpróbálják az illetőt kiemelni az ellátásból, s elindítják egy olyan pályán, amely gyorsan visszavezet a társadalomba. Ehhez azonban kiegészítő szolgáltatások kellenek. Hazánkban hiányzik ez a többlépcsős szolgáltatási kultúra.

Tíz éve építjük az ágyást, hogy legyen hová a virágot ültetni. Az első három hónap kudarcra után arra jutottunk, hogy ha nem megy nagyban, akkor kísérjük meg piciben, hetente egyszer, két órában szervezzünk klubokat. A szociális ellátórendszer családsegítőiben találtuk meg az alapot, először a III., majd az I. kerületben. A helyet ingyen kaptuk, pénzünk nem volt, csak a lelkesedés. Később Tatabányán is indítottunk egy klubot, és lassanként támogatásokat is nyertünk, pár százezer forintokat, de az akkor hatalmas pénz volt. Akkortájt az alapítvány nem is volt más, mint egy dosszié a hónom alatt. Azt találtuk ki, hogy úgy közelíthetnénk a medikális és a szociális szférát, hogy párokat hozunk létre, amelyek egyike pszichiáter szakorvos, a másik szociális munkás. Ezek az egészségügyi ellátórendszer mélyen hierarchizált társadalmában na-



Hegedűs Ibolya

gyon nem egy szinten lévő szakmák. Így indítottuk be a családi konzultációs szolgáltatást. Mára elmondhatom, hogy az alapítványnak még nem volt olyan éve, hogy januárban láttuk volna az az évi decemberi létezésünket, mégis tizenegy éve élünk. Agyoncsapni már nehéz lenne minket. Heti kétórás klubból indulva ma ott tartunk, hogy három kerülettel öt szerződésünk van, két nappali intézmény, két kerületben vagyunk jelen közösségi ellátással. A pszichiátriai betegek regisztrált munkaközvetítőivé lettünk, oktatási programjaink vannak. Az egy dossziéból kinőtt szervezet olyan, hogy mára 22-23 főállású munkatársunk lett.

– Az alapítvány fenntartásához hosszú távon működő források kellene...

Bugarszki Zsolt: Három önkormányzattal (a II., a III. és a XIII. kerületivel) működő ellátási szerződéseink vannak. Amit csinálunk, abból sok szolgáltatás azóta bekerült a törvénybe, amelyhez mi is hozzájárultunk. Amit most közösségi ellátásnak hív a szociális törvény (2003-tól), azt mi, a Lang-féle irodalomból véve, esetmenedzsmennek hívtuk. A klubjaink mára a pszichiátriai betegek nappali intézménye néven 1997 óta nevesítve vannak a jogszabályban, tehát állami feladattá lettek. Nálunk dolgozott egy szociális munkás fiatalember, aki később a

minisztérium azon osztályára került, amely ezért a kérésekért felelt. Így a kezdetektől fogva – más civil szervezetekkel együtt – aktívan részt vettünk abban, hogy a szociális szférából nőjenek ki ezek a szolgáltatások. Az önkormányzat dönthet úgy, hogy nem maga szervezi meg ezt a szolgáltatást, hanem szerződik egy civillel, s akkor mi igényelhetjük az állami támogatást, ami persze köszönő viszonyban sincs a valódi működési költségekkel. Például, éves szinten egy nappali intézményt jól működtetni tizenötmillió forintból lehet. A normatíva – jó esetben – hatmilliót fedez. De mondhatjuk azt, hogy már „két és fél” lába van az alapítványnak: az állami forrásaink, a pályázati források, s némi saját bevétel, képzések, 1%, adományok stb. Előadásokat szervezünk Feldmár András pszichiáter számára, amelyeket kiadunk DVD-n. Fontosnak tartom elmondani, hogy a Soteria azért jött ugyan létre, hogy egy meglévő ellátórendszerre kritikailag reagáljon, de nem azért, hogy valamit fölszámoljon.

– Térjünk rá a Visegrádi utcai helyre! Milyen szolgáltatásokat nyújtanak, mi lesz az ellátottakkal?

Hegedűs Ibolya: Ez egy nappali intézmény, egy klubház a krónikus pszichiátriai problémában érintettek számára. A cél, hogy azoknak, akiknek nincs hová kilépniük saját közegükből, nincs körülöttük társaság, védőháló, legyen egy helyük, ahol eltölthetik az idejük nagy részét, ahol társaságot és segítséget kapnak szociális problémájukra. S ha ez a nagyon elszigetelt létezmód egy picit puhulni tud, kezdődhet a reintegrációs folyamat. Több csoporttevékenységünk van, de úgy is ide lehet jönni, hogy egyszerűen fölkel, elindul valaki, és van valahol egy hely, ahol társaságban töltheti el az idejét. Jöhetnek filmklubba, kézművescsoportba, van egy önismerteti csoportunk. Létrehoztunk egy „örömcsoportot”, ahol a hét örömteli eseményeiről beszélünk.

Bugarszki Zsolt: A csoport kifejezés sok tekintetben utalhat a pszichoterápiás csoportokra, márpedig a szolgálta-

tásaink nem értelmezhetőek a betegség-egészség, betegség-gyógyítás dimenzióiban. Mi senkit nem gyógyítottunk meg. Hogy mikor, milyen klub van, az attól függ, hogy éppen milyen a társaság, a nappali intézménynek milyen a törzsgárdája. Volt idő, amikor az ide betérők a matematikához s a fizikához konyítottak, és ilyen témában indult egy beszélgetéssorozat. Mi azt szeretnénk, ha itt olyan témákról esne szó, amelyek teljes személyükben foglalkoztatják őket, s nem arról beszélgetnénk, hogy ki volt a főorvos a Lipóton 1977-ben, és hogy milyen gyógyszereket kell szedniük... mert az élet akkor leszűkül a betegségre, s az ember önmagát is csupán betegként aposztrofálja. A mi intézményünk semmi másról nem szól, mint hogy hogyan lépünk ki ebből a körből.

– Hetven személy tréningjét a munkaerőpiacra való visszatérésre, és húsz fő tényleges munkába állítását vállalták. Ez pontosan mit jelent?

Bugarszki Zsolt: Többféle program fut, a ROP (Regionális Operatív Program) és a „Vegyé! észre!” program keretében egy személyi segítő fél éves képzés folyik. Ez a képzés a megváltozott munkaképességű pszichiátriai betegeknek és a romáknak szól. Egy krónikus beteg élete nem tud hirtelen visszazökkenni a régi kerékvágásba. Nehéz újra idomulni ahhoz, hogy felelősséget kell vállalnunk dolgokért, türelmesen viszonyni kell olyan emberekhez, akiket nem mi választunk, hogy a szerda nem ugyanolyan nap, mint a vasárnap. A betegség ideje alatt ezek összemósódnak.

– Hol kapnak munkát a bevalottan kezelt pszichiátriai betegek?

Bugarszki Zsolt: Nem is olyan nehéz, mint gondolná. „Ja, csak mentális?”, és felveszik. Szereztünk már munkát éttermekben, mint felszolgáló, mosogató vagy ruhatáros, vagy visszakerülnek ebbe a rendszerbe segítőnek. Ha komolyan akarom venni magunkat, egy mélyről induló ember esetében négy-öt év rehabilitációba telik, mire szóba kerül a munka.

Hegedűs Ibolya: Hozzátenném, hogy a multinacionális cégek hallani sem akarnak a pszichés megbetegedésben szenvedőkről. Elkezdődött ugyan egyfajta nyitás a magyar munkaerőpiacon, vagyis száz ember mellett elfogadnak egy olyant, aki nem 100 százalékgig

kompekt minden tekintetben... De azért minden munkába állításért meg kell küzdeni.

– *Hányan tudnak visszatérni a rendszerbe?*

Bugarszki Zsolt: 100 emberből 25-öt sikerrel helyezünk el. Másfelől tekintve ugyanezt, 75-öt nem tudunk elhelyezni ugyebár. Három éve dolgozunk ezen

mény is meghívás erre, bátorítást adni, de ezt mindenkinek magának kell eldöntenie, hogy kilép-e ebből a körből vagy sem. Nem akar betegszerepben lenni, nem akar leszázalékolt lenni vagy gondnokság alatt élni – ezt a döntést kell meghoznia.

– *A foglalkozások tudnak segíteni a „ki vagyok én?” kérdésében?*



Fotók: Spilák Zsuzsa

Klubélet a Soteriában

– akkor klienseink átlagvégzettsége a középiskolai érettségi volt. Ma vadászni kell azokat, akiknek a nyolc általánosnál magasabb végzettsége van, tanfolyam stb. Mostanra sokkal nehezebben sikerül embereket elhelyeznünk. Ráadásul nem elég a foglalkoztatás, a képzés felé is el kell mozdulnunk.

– *Az ember mentális betegsége nem magánügy, mivel annak szociális és társadalmi okai is vannak. Tehát nem kizárólag a betegre tartozik az, hogy beteg. Gyerekkorunk óta arra törekszik a család, a társadalom, hogy szocializáljon bennünket, és mindenféle dolgot elfelejtessen velünk, ami ahhoz kötődne – és ezt feldmári alapokon mondom –, hogy ki vagyok én, és mihez képest vagyok az, aki. Telepumpálnak bennünket információkkal, amelyek egyike sem ahhoz kötődik, hogy ki vagyok én valójában, és mire való vagyok. Ha valaki úgy dönt, hogy átmegy abba a „másik világba” (mert mindig van egy határ, ami felismerhető), hogyan lehet visszahozni?*

Bugarszki Zsolt: Ez nagyon fontos. Nincs olyan rehabilitáció, amely e nélkül a lépés nélkül értelmezhető volna. Lehet meghívásokat adni, ez az intéz-

Hegedűs Ibolya: Szerintem az az alapvető kérdés, hogy mire szocializálódunk, és milyen identitással nőünk föl. Az is döntés kérdése, hogy beengedem-e magam abba az állapotba, amelyben hallucinálni kezdek. Engedem-e, hogy átszakítódjon az a fal, amely a normalitás és az elmebaj között van. És, ahol most ülünk, ez a hely, a bátorító hely, ez a funkciója. Az a funkciója, hogy „találd meg úgy magad, tudj úgy válaszolni arra a kérdésre, hogy ki vagy te, amiben nem sérteksz és nem sértesz”.

– *Itt gyakorlatilag kap még egy esélyt, hogy „rendbe tegye önmagát”?*

Hegedűs Ibolya: Azt szokták mondani, hogy a pszichotikus állapot és az összes regresszív állapot olyan öngyógyító kísérlet, amelyben vissza kell menni oda, ahol az elakadás történt. És ez nagyon hosszú folyamat is lehet. Itt van a londoni ház híres története. Valaki nem képes kapcsolatot létesíteni, és a fejről nem veszi le a csuklyáját, s mégis megadják neki azt az időt, amelyet az első nap kért. Ez az ember két év után fölkelt az ágyból, és azzal ment le a közösségi térbe, hogy finom ke-

nyérillatot érzett, és ahol ilyen finom kenyeret sütnék, ott érdemes fölkelni. Az az ember odáig jutott, hogy maga alá piszkított, és etetni kellett, de aztán fölkel, és elkezdte az új, a megdolgozott életét. Fogalmam sincs, hogy mi történt abban a két évben, de nagy dolgok történhettek legbelül. És támogató közeget kapott ahhoz, hogy végigjárhassa az utat.

Bugarszki Zsolt: Van egy kifejezés, a felépülés. Az nem szinonimája a gyógyításnak és a gyógyulásnak. A segítő szakemberek legfőjebb a körülményeket tudják megteremteni, hogy amíg valaki „dolgozik önmagán”, addig ne érje nagy baj. A Soteria ház teret és időt ad arra, hogy valaki a saját útját végigjárja. Én tudom, hogy az említett esetben két éven át egymás haját tépték, hogy már nem bírják tovább. A férfi csontig lesaványodott, csak kekszet evett és tejet ivott néha-néha, s a munkatársaknak kellett letisztítani, ha maga alá piszkított. Valami miatt mégis sikerült ezt a két évet kibírni. A lényeg, hogy a saját út állomásainál legyen ott valaki, akivel azokat érdemben meg lehet vitatni.

Hegedűs Ibolya: Ha kialakul a dialógus, olyan kérdések tehetőek föl és olyan szempontok merülhetnek fel, amelyek révén ő alakítja a saját elképzelését. Ez a támogatás. Van egy alapszabályunk. Tíz éve dolgozom a Soteriában, s egy új belépőnek egyetlen dolgot szoktunk mondani: „Soha ne tegyél olyat, ha valakinek a segítője vagy, amit nem szeretnél, hogy veled tegyenek.” Soha nem teszünk olyat, amit a másik erőszaknak érezne, mert a döntést mindig átadjuk a másik félnek, bármilyen állapotban van az a másik ember, aki hozzánk jön és minket választ.

– *Ha az illető folyamatosan kiegyensúlyozott helyzeteket lát, s abban biztonságban eligazodik, akkor a kihívás az erősebb lesz, mint a saját, begyakorlott forgatókönyve.*

Bugarszki Zsolt: Ez itt a nappali intézmény, amely messziről tingli-tangli klubnak néz ki. „Filmklub, ugyan már!” – egyetemista koromban ilyeneket gondoltam.

– *A filmklub alaptételeket állított fel, s tett le az életben.*

Bugarszki Zsolt: Ma már belátom, hogy a nagy dolgok messziről nem tűnnek nagynak. És ahogy ön mondta, a klienseink itt tényleg megtapasztalnak egy másik fajta együttlétet, amelynek óriási

jelentősége van, és az az üzenete, hogy nem biztos, hogy az egész élet szintiszta borzalom. A lényeg az, hogy *van az a hely a világon*. Van, amit neki kell betöltenie. Sokat gondolkodom afelől, hogy vajon a társadalmi integráció arról szól-e, hogy mi próbáljuk az embereket egy keretbe terelni, vagy olyan kereteket próbálunk találni embereknek, amelyekbe ők beleférnek.

– A társadalmi integráció az, hogy ők adják a formát, s vagy belelépsz, vagy nem. Ha nem, akkor problémáid lesznek. Ha igen, akkor is, de akkor legalább időszakonként jutalmaznak.

Bugarszki Zsolt: Azoknak vannak sikerei, akik az egyensúlyt megtalálják. Van egy velünk kapcsolatot tartó érintett, aki úgy nem kerül most már nyolcadik éve kórházba, hogy habár vannak neki devianciái, nyomja a szövegét, s önmaga is kimosolyog a szerepéből, de azt mondja, hogy megtanulta, hogy hol mondhatja ezt és hol nem. Szerintem egy picit mindannyian ilyenek vagyunk. Hiszen én is tudom, hogy kivel, mikor, pontosan milyen hangot üthetek meg. Ha pedig látom, hogy valahol én nagyon nem lehetek olyan, amilyen én szeretek lenni, akkor eloldalgok onnan.

– El lehet-e jutni odáig, hogy az illető kívülről tudja szemlélni a saját traumáját?

Hegedűs Ibolya: Egy filozófus azt mondta, hogy az embernek akkor lesz narratív identitása, ha van egy olyan története, amelyben a gyerekkori eseményeit összefüggésbe tudja hozni avval, hogy éppen most hol tart az élete. Ebben ok-okozati összefüggés van. A nyelvhasználatában megjelenik a történetiség, az identitás kérdése. Például egyes szám első személyben beszél, nem azt mondja, hogy ez meg ez „történet” velem, hanem azt mondja, hogy így meg így döntöttem, így cselekedtem, tehát felelősségvállalás jelenik meg a nyelvhasználatában. Próbálunk abban segíteni, hogy ösztönözzük, hogy a történetére többféleképpen lehet ránézni.

Hegedűs Ibolya: Másrészt vannak olyan iszonyatos dolgok, amelyekkel meg lehet tanulni kibékülni vagy együtt élni, de elfelejteni őket nem lehet. Számtalan olyan esetünk van, hogy annak is örülhetünk, hogy még élnek ezek az emberek, hogy nem ölték meg magukat a történések után.

– A művészterápia erre nagyon jó, mert az érintett képessé válik arra, hogy át-

formálja és megnézzé egy kicsit a történetét. Plasztikussá válik az, amely belül forrongást, bizonytalanságot és félelmet okoz. Igazából azt tartom problémának, hogy a kommunikációs rend változik meg, hogy egy dolog így is értelmezhető, meg úgy is értelmezhető, s a két világ – a külső és a belső – közötti kapcsolat összetett és bonyolult.

Hegedűs Ibolya: Nekünk abban kell segíteni, hogy becsukódjanak ezek a kapuk. A folyamatos átjárás megszűnjön. Ez kell ahhoz, hogy ténylegesen élni tudjon.

Bugarszki Zsolt: A művész úgy jár egyik kapuból, járatból a másikba, hogy tudatában van annak, amit csinál. Ott van a kulcs, tudja, hogyan kell közlekedni. A kritikák között sokszor azt is hallom, mintha mi piederstálra emelnénk a pszichotikus állapotot, úgy tekintenénk, mint egy mennyei állapotot, ahol megvilágosodott valaki. Ebből annyi igaz, hogy akármilyen betegséggel jelenik meg nálunk valaki, mindig arra vagyunk kíváncsiak, hogy mi az ő története.

Hegedűs Ibolya: Van-e elmondható, számára összefüggő története.



Gyimesi Ágnes Andrea

A „VEGYÉL ÉSZRE!” PROJEKT

A XIII. kerületi önkormányzat mint főpályázó és a Soteria Alapítvány mint partner szervezet 2006. augusztus 1-jén közös projektet indított útjára az EU Regionális Fejlesztés Operatív Program (ROP) támogatásával. A ROP-3.2.2.-2004-07-0001/35 számú projekt pszichiátriai betegek társadalmi beilleszkedésének elősegítését szolgálja a szociális munka, a foglalkoztatás és a képzés eszközeivel.

A kétéves program a XIII. kerületben nyílt nappali intézmény, a Materia Klubház szolgáltatásaira épül, amit a Támpont Munkacsoportunk foglalkoztatási programja tesz teljessé. A „Vegyél észre!” projekt olyan aktív korú, nem foglalkoztatott pszichiátriai betegeket céloz meg, akik a részt vevő szervezetek segítségével, felkészítő együttműködéssel képesek saját élethelyzetükön javítani és a társadalom aktív tagjaivá válni.

A projekt során kialakul az 50 férőhelyes nappali intézmény (a Materia Klubház), ami ellátja a szociális törvény által előírt szakmai feladatát. Másrészt pedig nyitott szolgáltatásként a krónikus pszichés problémák miatt megváltozott munkaképességű emberek számára munkába állítási program indul.

A személyi segítők képzésének biztosításával a célcsoportból 15 fő szerez majd végzettséget, ami elősegíti elhelyezkedésüket az elsődleges munkaerőpiacon. A projekt

egy ez idáig hiányzó szolgáltatást nyújt a kerületi lakosság számára: a képzéssel, a foglalkoztatással, a szociális szolgáltatásokkal azokon segít, akik pszichés problémáik miatt nem találnak munkát, és ezen változtatni akarnak.

A projekt első szakaszában a felkészítésbe bevont embereken túl a Soteria évente 70 pszichiátriai beteg részére szervez a munkaerőpiacra történő reintegrációs programot, és vállalja évente 20 fő elhelyezését. A projekt 10 fő foglalkoztatását tűzi ki céljával, amelyre a harmadik szektorban, illetve a szociális gazdaságban kerül sor. A gondozási központ hat fő továbbfoglalkoztatását vállalja.

A közvetlen szakmai segítségnyújtás mellett a projekt – a nyilvánosság és a széles körű tájékoztatás eszközeivel – a pszichiátriai betegekkel kapcsolatos negatív társadalmi szemléletet csökkenti.

A program végrehajtásában részt vevő szervezetek: XIII. Kerületi Önkormányzat, Soteria Alapítvány, III. Számú Gondozási Központ (Budapest, XIII. kerület), szociális foglalkoztató (Budapest, XIII. kerületi), Cigány Kisebbségi Önkormányzat.

A programba jelentkezni a 1033 Budapest, Visegrádi utca 113. szám alatt lehet a Materia Klubházban hétköznapokon 11.00–17.00-ig, vagy ugyanebben az időpontban a (1) 412-1770-es telefonszámon. Érdeklődni a munka@soteria.hu vagy a materia@soteria.hu címen lehet.