

Akarni és félni a változást

BESZÉLGÉTES DR. HÓDI SANDOR PSZICHOLÓGUSSAL MINDENNAPJAINK GONDJAIROL

Sok szó esik a gazdasági, társadalmi válságról, huzamosabb ideje ez a fő téma a lapokban, a rádióban, a magánbeszélgetésekben, megis, mintha valójában süketek és vakok lennénk, a jelenség bizonyos aspektusait egyszerűen nem akarjuk meghallani, meglátni. Hosszú és meddő vitákat folytatunk egymásnak ellentmondó adminisztratív intézkedésekről, ügyelhetetéről, alpolitikai dilemmákról, elítéljük a drágaságot és emeljük az arakat, felelőseket keresünk, és dédelgetjük a bürokráciát. Minderre pedig van idő, van hely a csökkentett terjedelmű újságokban, a drága tévé-műsorban, de vajon odafigyelünk-e, milyen hatással van a társadalmi értékek válsága az ember személyiségére, a családra vagy éppen a közegészségre?

Ismert pszichológus-szakíróknak, dr. Hódi Sándor klinikai és üzemi pszichológusként dolgozik az adal egészségügyben, illetve a Pótsje szerszámgépgyárban, tehát naponta szembesül a dolgozók problémáival. A válságjelenségekre vonatkozó kérdéseinkre szívesen válaszolt, mert véleménye szerint is homályban tapogatónk egyes tünetek értékelése közben, sok a bele- és felreagrázások, mégpedig nem utolsósorban azért, mert éppen az értelmiség, amely az értékelést korrekciós módon elvégezhetné, kibújik a feladat alól, úgy tesz, mintha semmi sem történt volna.

● **A nagy infláció, a megélhetési költségek gyors növekedése következtében jelentősen csökkent az életszínvonal. Túl az általános elégedetlenségben, amit természetesnek tekinthetünk ebben a helyzetben, megfigyelhető-e valamilyen változás az emberek magatartásában, közérzetében, felszínre került-e tehát valamilyen új pszichológiai jelenség az elhúzódozó válság következtében?**

— Az emberi reakciók sokféleségén belül két nagyon lényeges változásra figyelhetünk föl. Az egyik teljesen új jelenség — ez az emberek magatartásán észlelhető, a másik pedig egészségügyi természetű, ami nem is annyira újszerűség, mint inkább mérélei miatt ejt gondba bennünket.

A keresetek csökkentésére és a jövedelem vonakodva történő kifizetésére a dolgozók mind gyakrabban folyamodnak munkabeszüntetéshez. Ezek a reakciók; szociális jellegűek, a mélyülő társadalmi konfliktusok figyelmeztető jelei, amelyek arra utalnak, hogy az életszínvonal csökkenése eirte azt a kritikus határt, amikor a sztrájk a „jövendő-lenszámbélyezés” kényszerű eszközevé válik. És ezen a ponton pszichológiai szempontból lényeges

és képességeik szerinti élet helyett be kellett érniük a dözsölő hatalommal és a magasabb eszmékkel való végzettséggel, sokan meghasonlottak. Egyesek szükségleteik (anyagi éonyok, hatalmi vágyuk) rejtett formában történő kielégítését végett alakoskodóvá, kétszínűvé váltak, mások viszont elfasulva a lelkismeretesen végzett munkában, érzelmileg kiegtek, mely apátiába zuhantak.

A jelek szerint „a forradalom szubjektuma” csak most, a válság kapcsán kezd feladni „forradalmiatlan, opportunistá magatartását”, a telen várakozást... Végül is függetlenül attól, hogyan értékeljük adott helyzetben a munkabeszüntetések — ez nem a pszichológia dolga — az emberek aktivitásigénye és társadalmi cselekvőképessége híján nem remélhetjük, hogy a válságból valaha is kilábalhatunk.

● **Az említett megmozdulások e szerint pszichológiai szempontból nézve azt jelzik, hogy túlnóben van egy sokáig kötelezővé tett magatartási modell?**

— Tűnőben a modell is és az alapjául szolgáló társadalmi gyakorlat is. Az életszínvonal romlása, a szükség anyagiak, a megélhetési költségek állandó növekedése egyre jobban feszíti az emberek idegeit. Ez a feszültség eleve erősíti a változás igényét, egy kritikus határon túl pedig már kényszerűvé tesz valamilyen cselekvést.

Mindannyian egy korszak lezárulásának, valaminek a végét sejtjük, de nincs világos elképzelésünk arról, hogy mit hoz a holnap, mi fog majd történni. Mindenki változást kíván, és mindenki fél is a bizonytalan jövőtől.

A feszültség azonban nem mindig talál utat adekvát cselekvéshez. Ilyen esetekben pusztító belső erővé válik, ami a testi és lelki erőnlét csökkenésében, betegségsszimpptomákban jut kifejezésre. Az „állóképesség” romlása szinte ijesztő méreteket ölt.

● **Testi vagy lelki eredetű betegségekre kell-e itt gondolnunk elsődlegesen?**

— Egészségünk szempontjából testi és lelki sajátosságaink nem lehet egymástól elválasztani. Ahogyan a túlzott fizikai megterhelés szervezetünk kimerüléséhez vezet, úgy a folyamatos frusztráció, az állandó stressz is alááshatja immunrendszerünket. Ez is, az is előkészítheti a talajt ugyanahhoz a betegséghez.

A testi és lelki kimerülés mértékét nem is konkrét betegségek, hanem a betegsábságok nagy száman és a rokkantsági nyugdíjban levő személyek arányán tudjuk legjobban lemérni.

Vannak olyan kollektívák, ahol olykor a dolgozóknak csaknem egyötöde van betegsábságon. A betegsábságok nagy száma csaknem minden munkaszervezetben probléma. Ami viszont a rokkantsági nyugdíjban levők arányát illeti, nemrégiben az újságok is hírül adták, hogy a nyugdíjban levő személyek túlnyomó többsége rokkantsági nyugdíjat „élvez”. E hír kapcsán három lehetőség juthat az ember eszébe: Túlságosan hátra van tolva nálunk a nyugdíjkorhatár, esetleg az illetékes orvosi bizottságok gyakran munkaképes embereket is rokkantnak nyilvánítanak, vagy pedig dolgozóink olyan mérvű „kopásnak”, terhelésnek vannak kitéve, hogy megrokkannak, mire a nyugdíjkorhatárt elérik.

● **A lapok ugyanakkor a rokkantsági nyugdíjak felülvizsgálásának lehetőségéről is hírt adnak. Elképzelhetőnek tartja, hogy csakugyan az illetékes orvosi bizottságok munkájával volna baj?**

— Nem feltétlenül szerencsés mindig az, amit az általános penztelenség sugall. A magam részéről kétem, hogy a betegsábságok szigorúbb diagnosztizálásával jelentős anyagi megtakarításra számíthatnánk anélkül, hogy ne tételenek a bajt. Epp így nem várható a gazdasági élet fellendülése sem a betegsábságok megszűnésétől. Regi tapasztalat: ha bizonyos tüneteket nem tartunk elege „jelentősnek” a gyógyítás szempontjából, ezáltal csak súlyosabb tüneteket váltunk ki. De ezt átvitt értelemben, az egészségügy és a társadalom helyzete vonatkozóan is helytállóan tartom.

● **Az egészségügy színvonala, hatékonysága — és ezzel együtt a gyógyítás eredményessége — úgy tűnik, jelenleg elsősorban pénz kérdése. Hogyan pénzkerés az oktatás, a kultúra, a tudomány helyzetének rendezése is.**

— Valóban úgy tűnik, hogy minden jobbító szándék és cselekvési program pénzügyi korlátokba ütközik. A szellemi, szemléletbeli korlátok azonban, szerintem súlyosabban a pénzügyi korlátoknál. A lényegi változásokhoz mindenekelőtt szemléletváltásra lenne szükség, ez a pszichológiai folyamat azonban nagyon nehezen tör előre.

Gondoljunk csak arra, hogy az oknyomozó gondolkodás helyett mennyire kötődünk még mindig a szólamokhoz. Ilyen szólam például többek között, hogy „több és jobb munkával kilábalhatunk a nehé helyzetből”, fokozunk kell tehát a munkafegyelmet és növelünk kell a termelékenységét. És e szólamnak hajlamosak vagyunk hitelt is adni, holott nyilvánvaló, hogy nem az egyes emberek, a konkrét munkahelyen dolgozók elégtelen erőfeszítése és munkateljesítménye juttatott zsákutcába bennünket, hanem a téves beruházásokra elherdált jövedelem, az ésszerűtlen elosztás, az általános szervezetalenség és így tovább. S ha ez a szólam netán tényleg társadalmi reformtörekvésünk alapjául fog továbbra is szolgálni, ezzel nem csak hogy a gazdasági életet nem tudjuk helyreállítani, de egészségügyi téren egész biztosan megválságosabbra fordítjuk a helyzetet. A termelékenység fokozását ugyanis nem lehet tartósan a munka intenzitásának fokozásával biztosítani anélkül, hogy az ember azt fizikailag és szellemileg meg ne sínyeljen. A szervezetalenség következményeit és a korszerű technika hiányát az eddigiek folyamán sem sikerült az egyéni teljesítményszint növelésével ellensúlyozni. A betegsábságban levő és a rokkantsági nyugdíjat „élvező” személyek nagy száma már most is egyértelműen jelzi a fizikai és szellemi munkával — voltaképpen az emberi léttel — való ésszerűtlen gazdálkodás következményeit.



Dr. Hódi Sándor

változás áll be az emberek viselkedésében. A gondok „spontán megoldódásában” való passzív reménykedés, vagy a szükséges mozgás és cselekvési tér kiváltotta érdektelenség és rezignáció helyett egyszerűen felfokozott aktivitásigényt mutatnak, viszszerverték társadalmi cselekvőképességüket.

● **Sokan előszeretettel állítják, hogy a sztrájkokat holmi bűjtógatók, dologkerülőék és más hasonló személyek szítják...**

— Nem lepődhetünk meg azon, hogy a társadalmi cselekvési igény társadalmunkban ilyen sokatlan formában történő tömeges kinyilvánítása egyesekben ellenérzéseket vált ki, s hogy az események gyakran negatív értékelést kapnak. A cselekvési szándéknak, s mögötte a szükségletek kinyilvánításának azonban algha van olyan formája, ami összegegyeztethető lenne a dogmatizmussal. Hiszen a dogmatizmus lényege éppen az, hogy az ember megnyilvánulásait egy majdani osztály nélküli társadalom szempontjából vizsgálja, melynek nyében a konkrét emberi törekvések „logikátlannak”, a szükségleti célok megvalósításának szorgalmazása pedig „káros” jelenségévé válnak.

A dogmatizmus hosszú évtizedeken át egy szerfelett különös emberesszényt jölt meg követendő magatartásformákat számunkra. Kötelező „egy-színűséget” és igénytelenséget írt elő: legyen mindenki egyenlő, szorgalmas, szerény és egyformán szegény. Azt a sajátos körülményt, hogy az emberek se képességeiket, se intelligenciájukat, se ambícióikat, se szorgalmukat, se munkabírásukat tekintve nem egyenlők, következtésképp hogy szándékaikban, érdekléségeikben is különböznek egymástól, a dogmatizmus mindvégig figyelmen kívül hagyta. S miután az embereknek a szükségleteik