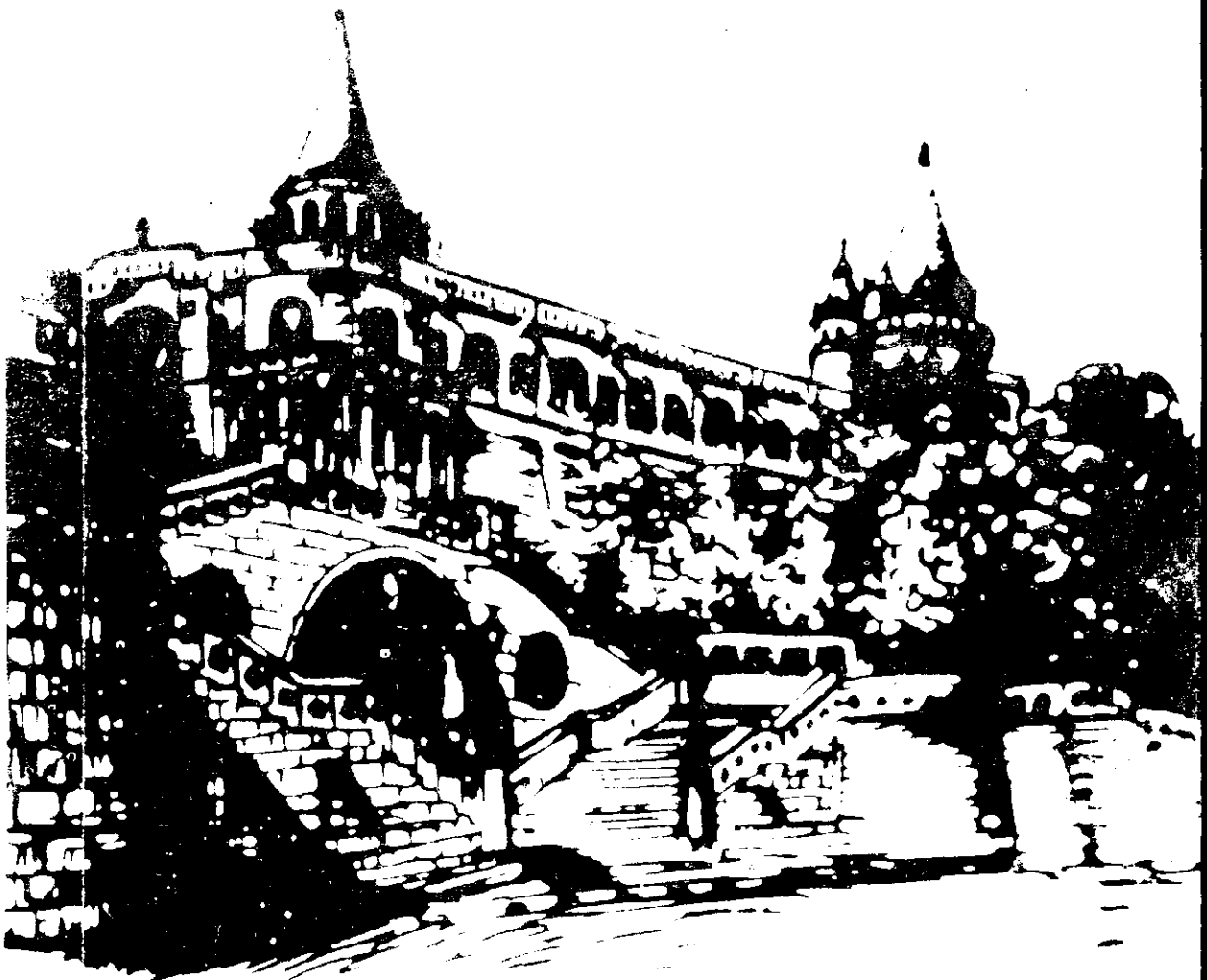


A MAGYAR PSZICHIÁTRIAI TÁRSASÁG  
I. KONGRESSZUSA  
NEMZETKÖZI RÉSZTVEÉTELLEL  
BUDAPEST, 1983. JANUÁR 14-16.

I. FŐTÉMA



A MENTÁLIS EGÉSZSÉG TÁRSADALMI VESZÉLYEZTETETTSÉGE  
/Az életmód, életvezetés károsító faktorai./

LOSONCZI ÁGNES /Magyar Tudományos Akadémia, Szociológiai Kutatóintézete, Budapest/

A szociológia a megbetegedések okainak soktényezős halmazából - szakmája szerint - a társadalmi tényezőket kutatja. Nem a biológia vagy genetika tényeivel szemben érvel, hanem azokat társadalmi szemlélettel szeretné kiegészíteni. Bár milyen élőlény csak a környezetével együtt érthető meg, az ember, aki társadalmi és biológiai lény sem kivétel ebben. Társadalmi környezetét "művi" uton, a történeti fejlődése során teremtette meg.

A lélektanban már evidencia, hogy a betegségekhez vezető károsodások egy része a természeti és társadalmi /öszönök-kulturák/ ütközéséből ered, de nem mindig ismert /elismert/ a családi viszonyokon túl a társadalmi feltételrendszerből származó betegségek vagy bántalmak természete.

A társadalmi faktorokat - ez esetben - úgy szemléljük, mint "kórokozókat", illetve, mint olyan hatások eredőjét, amelyek a társadalmi-emberi terhek növelésével vagy/és védettség csökkenésével fogékonyabbá teszik az embereket a megbetegedésekre.

Mind a társadalmi terhek, mind a társadalmi védelmi-rendszerek /anyagi, kultúra, prevenció, egészségügyi ellátás, stb./ egyenlőtlenül oszlanak el a társadalomban, de a két egyenlőtlenség nem semlegesíti, hanem felerősíti egymást: nem ott a legnagyobb a védelem, ahol legnagyobb a terhelés.

A mentális betegségek ellátása az egészségügyre hárul, és közvetlenül egyedi orvos-beteg relációban jelentkezik, pedig mögöttük általánosabb problémák rejteznek: gyakran jelezhetnek társadalmi válságtüneteket, líszfunkciókat vagy veszélyeztetett helyzetben lévő csoportokat. Ezért a megelőzésben társadalmi felismerés és cselekvés válhat szükségessé:

1. A társadalom cselekvő felelőseinek figyelmét felhívni a betegségben lecsapódó feszültségekre és veszélyekre.

2. A szenvedőket és a veszélyeztetett embereket /rétegeket, csoportokat/ - nem kevéssé a szenvedő környezetét - fel lehet készíteni: hol és miben érheti baj őket.

3. Tudatosítani lehetne azokat a már ismert metodikákat, kiegyensúlyozási és elhárítási módszereket, amelyekkel el lehet kerülni a bajt.

4. Segíteni lehet a rendkívül alacsony szintű társadalmi emberismeretben, önmagunk és mások kezelésének kidolgozásában.

5. Végülis, társadalmi ismeretek alapján maga a pszichiáter is jobban tudja a betegedés útját követni és a gyógyulást segíteni.

Kutatásunkban egy megye népességének egészségügyi állapotát, életutját és életmódját mértük fel: empirikus szociológiai bázison és általános orvosi szűrésen alapulnak következtetéseink. A létért való küzdelem öt területét emelnénk ki, ahol egyértelmű az egészség veszélyeztetése:

1. A gyors társadalmi változásokhoz való igazodás nehézségei.

2. A társadalmiasult életfenntartó anyagi szükségletek biztosítása.

3. A társadalom és létbiztosító munka.

4. Az emberi függőségi rendszerek és a támasztó közösségek problémái.

5. A szabadidő kiegyensúlyozásának illuziói és valósága.

### 1. A makro társadalmi változások és az emberi célok.

Az emberi létküzdelem három generáció életében, céljaiban és eszközeiben is, módjában és terében is lényeges átalakuláson mentek át. /Társadalmi rend változás. Hatalom. Tulajdon. Ideológia. - Technikai áttörés. Iparosítás, ipari mezőgazdaság. - Társadalmi átrétegződés. Települési viszonyok. Városiasodás. Civilizáció. - Tudás, tanultság mennyiségi és minőségi változása. Normák átalakulása, érték, norma vesztés./

Következésképpen mi: osztozunk az ipari modern társadalmak előnyeiben és dilemmáiban /modernizáció, technika, város, ipar/.

Viseljük saját történelmünk terheit. /Feudális örökség, háborúk, társadalmi sajátos ut./

Megteremtjük és elszenvedjük a jelen viszonyokat, a társadalom átalakításából eredő feladatok súlyát, előnyeit és hátrányait.

A makro társadalom változásait történeti állapota szerint hol kényszerrel, hol vonzással, hol kötelezettséggel építetté az emberek életébe. Létérdeknél fogva terelt nagy embercsoportokat egyik utról a másikra. A változások többértékűek: hoztak magukkal jobbulást - nagy mértékben, új és ártó hatásokat - ugyancsak nagy mértékben.

Az átalakulásnak vannak haszonélvezői, teherviselői, sérültjei és vesztesei. Azok a teherviselők válnak sérültté, akiknél nincs megépítve /sem makro, sem mikro környezetben, sem személyi-

ségükben/ az a kiegyensúlyozó, elhárító képesség, amely az immunrendszerhez hasonlóan a társadalmi mechanizmusok működése során megvédi az embert.

A makrotársadalom kitűzött céljai többször mentek át lényeges változáson. A célok változása bizonytalaná tette a küzdelmet. Változó, hogy a társadalom a korábban kitűzött cél elérését jutalmazza vagy bünteti. A célvesztés gyakorta jár együtt az élettartalom feladásával - önfeladással.

A változás ténye, tudata és tudatosítása nem mindig és mindenütt esett és esik egybe. A valóságos és vallott célok közötti különbség nehezítette és nehezíti az adaptációt.

A cél - eszköz - eredmény harmonikus ösztönzése megtörik akkor, amikor az eredmény a társadalom elmozdulásával vagy meghiusult, vagy elveszti cél-értelmét. A cél és az eredmény divergenciája nyomasztja a küzdőket.

A változás osztályok, embercsoportok elmozdulásával járt együtt; a létküzdelem csaknem minden faktorának ujratanulása szükséges, miközben elemei és alapértékei állandóan változnak. Egymás mellett élő, egymásnak ellentmondó normák és értékek keverednek: vagy érvénytelenítik egymást, vagy megbénítják a cselekvést, vagy elmosásák a tartalom eszmei értékét; többszörös ellentmondással nehezítve az orientációt tulterhelve az embert.

#### A társadalmiasult létfenntartó anyagi szükségletek biztosítása.

A létért való küzdelem az anyagiak terén az elmúlt öt évtizedben gyökeres változáson ment át: színvonala, hatása, magatartásformáló tartalma és értékelése tekintetében.

A háboru előtti Magyarországon tömeges nyomor, kevesek örökölt és szerzett vagyona, alacsony szintű termelőeszközök mellett a szegénység szégyen, a vagyonosság érdem volt.

A háboru utáni fordulat a magántulajdont kisajátította, a termelőerőket nem tudta gyorsan fejleszteni és a szegénységet megszüntetni, de az elosztás változtatása mellett új értékek alapján elitelendővé tette a gazdagságot, érdemmé a szegénységet. Az ötvenes évek a kollektív felhalmozás jegyében a szegénységet tartósították - kevesek privilégizáltságával.

Az ezt követő évtizedben a termelőerők fejlődése és az ösztönzés felszabadítása megegyezel az élet-szintet, bár időben nem egyenletesen, visszaesésekkel. A gyarapodással szemben először a propaganda kritikus - elítélő volt, majd ösztönzésül használja - a mai napig.

A szegénység szintjéről jött, hiányrendszerrel küzdő társadalomban nagy tömegek valóságos életjavulása vált lehetővé. A társadalom anyagi életszintje megemelkedett, bár ez társadalmilag sem egyenletesen, egyes rétegek kiugrásával, mások lemaradásával ment végbe. A lemaradók és az irigyelt kiugrók között a széles középmezőny küzd életszínvonalá emeléséért, fenntartásáért, - a hetvenes évek végétől romló feltételek között. Az anyagi gyarapodás lehetősége, küszködés az eredményekre, valamint a belátható rosszabbodás esélye aggodalmat, félelmet szül, erősíti a kapaszkodást a meglévőbe - ha van mibe, - és a reménytelenség érzését, - ha nincs.

Az anyagi világ, a materializálódott értékek két oldalon is középpontba kerülnek: a társadalom irányító ideológiája csak az értékteremtőt méltányolja, gazdasági eredményekben méri a haladást. Az emberek viszont csak az elsajátítható anyagi értékekben mérik teljesítményüket, előreha-

ladásukat, sőt a másik ember értékét is.

A bizonytalanságot /szorongást/ nemcsak a történelmi tapasztalat hozza elő, nemcsak a világválság jelenségei erősítik, hanem az irányítási rendszerben lévő gyakori változások; a legegyszerűbb intézkedések maraképtelenségére sem lehet teljesen építeni. /Itt a vállalati szabályozórendszerrel az érdekes-e sertést hizlalni bizonytalansága határoz./ Ezért a beláthatatlan hosszú táv helyett inkább a rövid táv biztonságosabb előnyökért hajtanak; ennek kárát hosszú távon a társadalom éppenugy megszenvedti, mint rövid /és hosszú/ távon az ember.

A sokváltozós bizonytalanságban /lásd makrofejlődés/ átmenetinek tűnő anyagi biztonság egyszerre épít valóságos anyagi életet, teremt igazi emberi boldogulást és csorbíthat valóságos emberiséget. A mohóság önössége mögött a gazdagodó vagy jobban élő szegények riadalma, a "minden megváltozhat" tudata sürget.

A hatékony létező életmód-modellek, a sugalt életvezetési ideál és a lehetséges életvezetési utak között különbség van. Az elérhetetlenség a vágyott iránt sokszor vezet torz, ön- vagy más pusztító megoldásokra. A sikertelen ember hárihat kifelé /társadalomra, "mások"-ra/ vagy befelé, önváddal, büntudattal élve meg lemaradását.

#### A létfenntartó munka veszélyeztető tényezői.

A termelőerők fejlődése, a népgazdaság szerkezeti átalakulása, a műszaki technikai fejlődés stb. következtében megváltozott a munkák strukturája: számos régi típusú munka /valamint munkakészség, tudás, ismeret/ elértektelenedett, új munkák tömegénél használhatatlanná vált. A tudásanyag fejlődése állandó fejlesztést és lépéstartást tesz kötelezővé.

- növekedtek az egyszerűsített, hatékonyságot növelő, de egyoldalú igénybevételt kívánó munkák;

- növekedtek a feszített teljesítmény igények, ahol az egyoldalú fizikai megterhelés erős pszichés igénybevétellel jár.

- csökken az ember uralma a munkája felett, tudása és ismerete /a fél-szellemi munkákat és az ipari típusú munkákat is beleértve/.

- heterogén a munkák technikai színvonalja: ultramodern és múlt századi viszonyok egy munkahelyen illetve egy ember napjában.

- A technika bevezetése nem jár együtt a humán védelem szempontjaival. A munkavédelem, nem munkás védelem. Rossz munkakörü viszonyok, baleset.

A változások növelik a félelmet a használhatatlanná válástól. Idősebbeknél a lépéstartás képtelensége, a fiatalok pedig már a célkitűzésnél is óvakodnak a távoli vagy nagyobb célt vállalni: a céltalanság kötetlensége a kockázat nélküli ma élvezet felé vezet.

Az összefoglaló gond: a "meg nem felelés" feszültsége: veszély. Vagy az ember a munkának, vagy a munka az embernek nem felel meg.

- feszültség van tehát a kifejlesztett, a kifejleszhető és az igénybevett képességek között.

- feszültség van a kreativitást igénylő munka és az elidegenedett rész munka személyiségfosztó jellege között.

- feszültség van a túlzott igénybevétel és ennek ellenére az igénybevett ember kielégületlensége között.

A feszültség szinte mérhető: mekkora az a távolság, ami a felkészített ismeretek és az igénybevett munka között fennáll. Van: túlterhelés - amikor a munka többet igényel, mint amit az em-

ber nyújtani tud. Alulterhelés: amikor a munka kevesebbet kíván, mint amire az ember képes. Egyoldalusított terhelés - bizonyos képességek túlhasználata, mások elsorvadnak.

Az emberek nagymértékű túlmunkával teremtik meg veszélyben lévő életszínvonaluk fenntartására a szükséges anyagiakat. A második gazdaság pozitívuma, hogy népgazdasági szinten a hiánygazdaság réseit betölti: személyi szinten, hogy az alacsonyban tartott átlagbéreket kiegészíti: gazdasági érdemén túl olykor még az első gazdaság munkájából hiányzó kreativitást és elidegenedettséget is kiegyensúlyozza.

Az "ára", a túlmunka feszítettsége, a piaci körülmények terhelő volta, a túlhasználtság, a pihentető cselekvések hiánya, és a csak anyagiakért való élet személyiségtorzító volta.

A kettős gazdaság kettős értékelése a hajszán túl értékkonfuzióval és orientálódási bizonytalansággal teszi csuszóssá a talajt.

Emberi-társadalmi viszonyok. Függőség hierarchiái. Államoktól adó közösségek átalakulása.

A társadalmat szerkezete szerint függőségi rendszerek fogják össze, kormányozzák és korlátozzák az emberi cselekvéseket. Az elmúlt ötven évben avarészben a felülről való függés dominálta az emberek életküzdelseinek terét.

A feudális és vagyoni függés ellen a szocialista eszmények csatáztak. Az újonnan alakult társadalom erős központi hatalma a függő helyzetet erősítette, /ötvenes évek/ jóllehet ezellen a harc soha nem szűnt meg. Más struktúra, más hatalom újfajta függőségeket hozott létre.

A küzdelmek a függőség felszámolásáért, a centről jövő kontroll gyakorlásáért, a kezdeményező aktivitás kialakításáért, a demokratikus kontroll létrejöttéért szüntelenül folynak.

A hierarchikus alárendeltség viszonyai nem csak a makrotársadalomra vonatkoznak, szakmák és intézmények, ipari szervezetek és igazgatási apparátusok, gazdasági szervezetek, egészségügyi intézmények stb. helyein a függőségi viszonyok a meghatározóak. A fentről lefelé épített hierarchiák eltérő módon károsítják a "fent"lévőket és nyomasztja a "lent"lévőket. A kiszolgáltatottság és hatalom kettős játéktere fokozza a mindenoldalú bizonytalanságot és bizalmatlanságot. Elsorvasztja az aktivitást és a kezdeményező erőt. Elmulasztja, hogy a saját képességet vállalt kockázattal, eredménnyel és kudarccal megtapasztalják. Fokozza az alkalmazkodást, a cselekedetek fentről várható jóváhagyását: ugyanakkor hibákat is felfelé hárít. A hierarchiák alkalmat adhatnak embersértő önkényeskedésekre, amelyekkel szemben a kiszolgáltatottnak nincs más útja, mint az alkalmazkodás, vagy a kibujás, kijátszás, vagy az elmenekvés /önértékvesztés, felelőtlenység vagy morális sérülés/.

Kérdés, s ez a küzdelem tárgya, hogy van-e kontroll és "visszacsatolás" a függőségi rendszerben.

Mivel a fentről való függés sok területen nyomaszt jelentősen megnőne a jelentősége a kiscsoportoknak /a hagyományos és új közösségeknek/. Ezek legtöbbje azonban éppen a társadalmi változások miatt a funkció és értékvtáltás állapotában van, a nem adják meg a szükséges támaszt.

- Családnál tud a legtöbbet a lélektan káros viszonyainak betegítéséről. A család funkciója, helyzete és sulya átalakul. A növekedésben lévő ember nem tanulja meg emberi viszonyait és önmagát kezelni.

- Az újonnan átalakuló munkák - technológiák következtében változik a munkahelyi csoportoknak közösségi jellegük és a munkaszervezés és hatalmi viszonyok miatt sokszor válik az egymásrau-

ber nyújtani tud. Alulterhelés: amikor a munka kevesebbet kíván, mint amire az ember képes. Egyoldalusított terhelés - bizonyos képességek felhasználtak, mások elsorvadnak.

Az emberek nagymértékű túlmunkával teremtik meg veszélyben lévő életszínvonaluk fenntartására a szükséges anyagiakat. A második gazdaság pozitívuma, hogy népgazdasági szinten a hiánygazdaság réseit betölti: személyi szinten, hogy az alacsonyban tartott átlagbéreket kiegészíti: gazdasági érdemén túl olykor még az első gazdaság munkájából hiányzó kreativitást és elidegenedettséget is kiegyensúlyozza.

Az "ára", a túlmunka feszítettsége, a piaci körülmények terhelő volta, a túlhasználtság, a pihentető cselekvések hiánya, és a csak anyagiakért való élet személyiségtorzító volta.

A kettős gazdaság kettős értékelése a hajszán túl értékkonfuzióval és orientálódási bizonytalansággal teszi csuszóssá a talajt.

#### Emberi-társadalmi viszonyok. Függőség hierarchiái. Támaszt adó közösségek átalakulása.

A társadalmat szerkezete szerint függőségi rendszerek fogják össze, kormányozzák és korlátozzák az emberi cselekvéseket. Az elmúlt ötven évben javarészen a felülről való függés dominálta az emberek életküzdemeinek terét.

A feudális és vagyoni függés ellen a szocialista eszmények csatáztak. Az újonnan alakult társadalom erős központi hatalma a függő helyzet erősítette, /ötvenes évek/ jóllehet ezellen a harc soha nem szűnt meg. Más struktúra, más hatalom újfajta függőségeket hozott létre.

A küzdelmek a függőség felszámolásáért, a lentől jövő kontroll gyakorlásáért, a kezdeményező aktivitás kialakításáért, a demokratikus kontroll létrejöttéért szüntelenül folynak.

A hierarchikus alárendeltség viszonyai nem csak a makrotársadalomra vonatkoznak, szakmák és intézmények, ipari szervezetek és igazgatási apparátusok, gazdasági szervezetek, egészségügyi intézmények stb. helyein a függőségi viszonyok a meghatározóak. A fentről lefelé épített hierarchiák eltérő módon károsítják a "fent"lévőket és nyomasztja a "lent"lévőket. A kiszolgáltatottság és hatalom kettős játéktere fokozza a mindenoldalú bizonytalanságot és bizalmatlanságot. Elsorvasztja az aktivitást és a kezdeményező erőt. Elmulasztja, hogy a saját képességet vállalt kockázattal, eredménnyel és kudarcokkal megtapasztalják. Fokozza az alkalmazkodást, a cselekedetek fentről várható jóváhagyását: ugyanakkor hibákat is felfelé hárít. A hierarchiák alkalmat adhatnak embersértő önkényeskedésekre, amelyekkel szemben a kiszolgáltatottnak nincs más útja, mint az alkalmazkodás, vagy a kibujás, kijátszás, vagy az elmenekvés /önértékvesztés, felelőtlenység vagy morális sérülés/.

Kérdés, s ez a küzdelem tárgya, hogy van-e kontroll és "visszacsatolás" a függőségi rendszerben.

Mivel a fentről való függés sok területen nyomaszt jelentősen megnőne a jelentősége a kis-csoportoknak /a hagyományos és új közösségeknek/. Ezek legtöbbje azonban éppen a társadalmi változások miatt a funkció és értékváltás állapotában van, a nem adják meg a szükséges támaszt.

- Családnál tud a legtöbbet a lélektan kóros viszonyainak betegítéséről. A család funkciója, helyzete és sulya átalakul. A növekedésben lévő ember nem tanulja meg emberi viszonyait és ön magát kezelni.

- Az újonnan átalakuló munkák - technológiák következtében változik a munkahelyi csoportoknak közösségi jellegük és a munkaszervezés és hatalmi viszonyok miatt sokszor válik az egymásrau-

taltság kérdéssé.

- Átalakulnak a hagyományos lakóhelyi közösségek, a városiasodás megbontja a személyes emberi kapcsolatokat.

- Az anyagi téren elért eredmények az egyéni individuális boldogulásra épülnek, nem kötődnek közös erőfeszítésekhez, nem a közösség emelkedésére építenek.

- A közösségek feloldása, vagy elbürokratizálódása, a közéletiség elsivárosodása nem teszi működőképessé az intézmények közösségi kontrollját.

- A felgyorsult élettempó, a látszólagos függetlenség, a "másikra" való figyelmetlenség ott sem teszi belső szükségletté a közösségek kialakulását és megszilárdulását, ahol erre mód és lehetőség lenne.

Rosszul tanult viszonyok rögződnek és rosszul rögződött viszonyok erősödnek önmagukat bűvös körbe zárva. /Családban, párválasztásban, munkaközösségekben, baráti körökben/  
Üres emberi kapcsolatok épülnek a kölcsönös felelőtlenségen. Tartalmatlan érzelmi sivárság önti el a belátható jövőt és nem látszik hatékony ellenáramlat sem a makro, sem a mikrokörnyezet viszonyaiban.

A kisközösségek kiegyensúlyozó szerepe nem, vagy nem eléggé működik. Következése, hogy ilyen közegekben a valóságos teljesítmény becslésében is konfuzió alakul, s ez rongálja az orientációt nem építi az emberi értékeket.

#### Szabadidőremények az értalmak kiegyensúlyozásánál

Sokan a szabadidőtől várnák, hogy kiegyensúlyozza azokat a veszélyeket, amelyeket a társadalom, munka, anyagi küzdelem, hibás emberi kapcsolatok okoznak. Ez nem valószínűsíthető.

- A szabadidő arra nő, hogy ne legyen szabad.

Tulmunka az élet szinten tartásáért.

- A paraszti talpazatu országban a városiasodás valamint az ipar a technika ellensúlyozására kivonul - aki tud - a zöldbe kiskertjét művelgetni.

- Az értelmiségi illúziók: a megváltás a magas - akárcsak közhasznú - kultúrával - nem működik. Az idővel banni tudás belső emberi kidolgozott képességeket és külső lehetőségeket egyaránt kíván.

- A szabadidő, jó közérzet keresésében kézenfekvő az erőfeszítés nélküli elengedés - ez dominál. Hagyományos lazítás jó és rossz utjai /alvás, ivás, semmittevés/ uj, főleg tárgyra orientált játékok /disco, motor, tévé/.

- Rosszul szervezettek és nincs eleven bázisa a tényleg elérhető szinteken /szellemi és érzelmi/ a népszerűsíthető ember és egészségvédelem. /Közösségek, klubok, sport, turisztika/, a helyi szervezetek alulról épült öntevékenységében szabad választáson alapuló közösségi formák.

- A megépítetlen érzelmi élet, üres emberi kapcsolatok, kommunikációs képtelenségek az együttélés elemi kulturájának hiányai gátolják. /Alkohol ivásközössége feszültségcsökkentő tartalmatlan és értalmatlan pótszer./

A felsorolt veszélyeztetettségeket az orvostudomány nyilván nem tudja megoldani, de tudnia kell róla, mert itt csapódnak le olykor betegség formájában, olykor a gyógyulási folyamat dőccenéseiben a társadalmi bajok. Jó felkészülni arra, ami bémérhető, hogy csökkenteni lehessen az ártó tényezőket, és módot találni az emberek felkészítésére, átgondolni és kidolgozni az emberi védekező vagy embert védő mechanizmusok rendszerét.