



Szugesztív kommunikáció az orvoslásban

Buda Béla

Varga Katalin (szerk.):
 A szavakon túl. Kommunikáció és szugesztio az orvosi gyakorlatban
 Budapest: Medicina Kiadó; 2011.
 462 oldal, ára: 3600 Ft.

A Medicina Kiadó gazdag kiadványi palettáján kevés olyan könyv található, amely annyira a gyakorló orvosnak szól és annyira közvetlenül praktikus, mint Varga Katalin válogatása.

Harminchárom fejezetből áll a kötet, ezek külföldi és magyar hipnoterapeuták, szugesztív módszereket használó szakemberek írásai a gyógyító gyakorlatban alkalmazott kommunikációról, amely a beteg együttműködését, lelki integrációját, közérzetét és előnyös lélektani változásait hivatott fejleszteni, erősíteni. Van közöttük kutatási beszámoló, tapasztalati leírás, irányelvek gyűjteménye, esettanulmány, szubjektív megfigyelések közlése, sőt, humoron és ironián át bemutatott életkép a pszichiátria sajátos kommunikációs világáról. Minden tanulmány jól érthető, érdekes és olvasható, a szöveg egésze terápiás szemléletet és metodológiát tanít, amely rugalmasan használható, és amely épít az orvosi munka hétköznapi megfigyeléseire, élményeire.

A fejezetek rendszerben állnak, hat tematikus részben témasúlypontok körül rendezve, összességükben gondolatmenetet követve. Az első rész érvel a szugesztív módszerek fontossága és hatékonysága mellett, a második az alkalmazás szabályait tárgyaló tanulmányokat gyűjti össze, a harmadik az alkalmazás területeit tekinti át, ez a legnagyobb terjedelmű, a negyedik a szugesztív technikák bevezetésének tapasztalatairól szól, az ötödik a megközelítésmódot alkalmazók szubjektív benyomásait, észleléseit gyűjti össze, míg a hatodik esetekkel ismerteti meg az olvasót.

Az egyes tanulmányok jól kiegészítik egymást. Az első részben például a szerkesztő kitűnő összefoglalást ad a szugesztív kommunikáció lélektani hatáseleimeiről, majd egy írás a hatáskutatásokba vezet be, két külföldi áttekintés pedig kifejti, hogy az orvosi munka gyakran észrevétlen, de mindig szükségszerű hatáseleme a szugesztio. A viszonylag elméleti és elvont ismeret feloldódik az olvasó saját terápiás tapasztalatait előhívó közvetlen és konkrét szempontokban. Hasonló a második rész

felépítése is. Az alkalmazási területeket tükröző harmadik részben már a kórház és a rendelő színterein mozog az olvasó, szülészet és nőgyógyászat, műtéti felkészítés, égett gyerekek kezelése, fogászat, fizioterápia és sok más terület, köztük sürgősségi ellátás, intenzív osztály, halál közeli állapotok szugesztív segítése – megannyi érdekesség. Itt található az említett fejezet a pszichiátria sajátos kommunikációjáról, Kovács Zoltán Ambrus kitűnő munkája. A szegedi szakember híres arról, hogy szellemes előadásmódjával és szelíd humorával emlékeztetessé, vagy éppen felejthetetlenné tud tenni mindent, amiről előad. E rész nagy tanulsága, hogy a szugesztio nem korlátozódik a pszichés vezetésre, nem egyszerűen tüneti megközelítés vagy neuróziskezelés, hanem a legsúlyosabb gyógyítási helyzetek és kórállapotok befolyásolásának, gyakran megoldásának eszköze is. A negyedik részben mintha az alkalmazás különlegességeit gyűjtötte volna össze a szerkesztő, itt szó van a perioperatív alkalmazás lehetőségeiről, a „sas” szemléletről (tréfás rövidítésként sasoknak nevezték el azokat, akik részt vettek a Szugesztioók Alkalmazása a Szomatikus Orvoslásban Képzés kurzusain), például elektromiográfia vagy szüléslevezetés folyamán, a pszichológus lehetőségeiről az orvosi teamben stb. Az ötödik rész meghatározó és megragadó, a neves hipnózis szakember, kutató pszichológus betegségstörténete, ebben a negatív és a pozitív szugesztioók „alulnézetben”, a kötet szerkesztőjének kedves leírása a saját családjában mutatkozó szugesztiookról, példák a pozitív kommunikáció hatásairól gyerekei, szülei körében. Végül az esettanulmányok a hatodik részben: a jól megválasztott szavak ereje, a kommunikáció fontossága az intenzív osztályon vagy a szülészetben is, köztük a zárótanulmány, Varga Katalin finom elemzése a gépek segítségével fenntartott életfunkciók közepette is a szugesztio és a lelki segítség jelentőségéről és folyamatairól.

A könyv a magyar hipnózisiskolát dicséri, amelyet Bányai Éva alapított meg és fejlesztett fel tanszékén, az ELTE Pszichológiai Intézetében, és különösen Varga Katalint, aki most már két évtizede foglalkozik a hipnózis és a szugesztio gyógyító alkalmazásával az egészségügy legnehezebb terepein.

Ez az iskola ma már nagy, csak a kötetben 16 magyar szerző működött közre, és a szerkesztő velük együtt 35 munkatársnak mond köszönetet. A kötet bizonyára növeli, fejleszti majd az egészségügyben dolgozók és a klinikai érdeklődésű pszichológusok érdeklődését. A szugesztioók minden egészségügyi dolgozónak rendelkezésére állnak és segítik munkájukat. A módszerek iránti érdeklődést e sorok írója is tanúsíthatja, az Országos Adiktológiai Intézet könyvkiadási programja kere-

tében volt alkalma kiadni 2005-ben e kötet első változatát „Szuggestív kommunikáció a szomatikus orvoslásban” címen, az ezer példány hónapok alatt elfogyott, igaz, nem árusítottuk, hanem Varga Katalin és a tanszék képzési munkája keretében, valamint az addiktológiai szakellátásban dolgozók között megkapták mindazok, akik a szuggestiót alkalmazni kívánták. Már akkor felmerült a kereskedelmi kiadás, és most öröm, hogy ez sikerült.

A szuggestív kommunikációval kapcsolatosan érdemes kiemelni, hogy az lényegében egyszerű, praktikus és pragmatikus. A kötetben nem véletlenül szerepel az ötödik rész, amelynek címe: kettős perspektíva. A szuggestív kommunikáció hatását nem nehéz megérteni, ha a segítő is felidézi magában a másikat, a beteg, a párbeszédpartnere perspektíváját. Úgy kell viselkednie, ahogyan ő is szeretné, ha vele viselkednének, kommunikálnának. Ahogy ő elbizonytalanodik a negatív kommunikációk nyomán, úgy jár a beteg is, és ahogy ő erőt merít a megfelelő szavakból, úgy szeretne a bajban lévő másik ember is. Ezt meg lehet tanulni, ebben sokat segíthet a team, a gyakorlás és a képzés. Két fontos tanulságnak át kellene hatnia az egész medicinát, az egyik az, hogy nincs közömbös kommunikáció, nem lehet „csak úgy” mondani valamit, a szorongó és regresszív állapotban lévő beteg mindent dekódolni igyekszik, és magára vonatkoztat, a másik pedig az, hogy a környezet – a kórház, a rendelő, a váró, a személyzet – viselkedése, a falakon lévő feliratok és táblák üzenete is szuggestiókat hordoz, amelyek segíthetik vagy gátolhatják a kommunikációt.

Az orvosegyetemeken nálunk oktatott kommunikációban a hangsúly az empátiás megértésen, a terápiás kapcsolat felépítésén és gyógyító felhasználásán van, a szuggestív kommunikáció nyomán érdemes elgondolkodni, nem ezt a gyakorlati megközelítést kellene-e inkább a tananyag alapjává tenni. Valószínű, hogy az alkalmazott kommunikáció elmélete túl sok az orvosnak, akit a cselekvés – a kivizsgálás és a terápia – érdekel, és aki e cselekvés sodrában nem szeretne vagy képes önreflexióval, lelki igényekkel vagy teamviszonyokkal foglalkozni. A szuggestív kommunikáció elsajátítható, mint az eljárási programok többi fajtája. Már a könyvből is kitűnik, hogy a szuggestív kommunikáció deontológiája és etikája – ha úgy tetszik, protokollja – meg-

fogalmazható, általában is, és különböző ellátási szintekre vonatkozóan.

Talán érdemes megemlíteni, hogy a kommunikációs kutatások és az általános kommunikációelméleti irányzatok felől ez a dinamikus, eleven gyógyítási gyakorlat és segítő kommunikáció sokféle értelmezési és további vizsgálati távlatot nyit. A kötet is említi a hibás kommunikáció iatrogén ártalmait, valamint a jó kommunikáció kimutatható gyógyító hatásait, ezt érdemes lenne más, nem a szuggestióhoz kötött elméleti kontextusokban is vizsgálni. Felsejlik a kötet nyomán az ellátási és kommunikációs minőségbiztosítás, auditálás lehetősége, és olyan kérdések vetődnek fel, mint a szuggestió szemléletű kutatás a placebo és a nocebo jelenségeivel kapcsolatosan, a szuggestív környezetléktan az egészségügyi munkaterületeken, a megelőző felkészítés a beteg és családja számára az egészségüggyel való – gyakran traumatikus – találkozásra, az önhatékony megelőzés stb. A szuggestív gyakorlat használja a metaforákat és a szimbólumokat, a jó gyakorlatot érdemes lenne

összevetni a kognitív szemantika, a „mutatív” (viselkedésváltoztató) metaforák és a spiritualitás felé vezető szimbólumok (akár a Jung-féle szimbólumfelfogás) elméleteivel és módszereivel.

A könyvről nagyon sokat lehetne még írni, de talán látható, hogy minden gyakorló orvosnak és egészségügyi dolgozónak fontos, érdekes, hasznos lenne elolvasni. Érdemes terjeszteni, ajánlani, megvitatni, különféle osztályokon és gyógyító csapatokban vonatkoztatni a hétköznapi helyzetekre és viszonyokra. Szent Ágoston emlékirataiból tudjuk, hogy vallásossága látomásból indult, egy hang szólalt meg, amikor a Biblia közelében volt: *tolle, lege* – mondta, vagyis vedd és olvasd. Sok gyógyító számára ez a szakkönyv, útmutatás és humanizáló ösztönzést adhat és Németh László ismert hasonlatával élve, lehetővé teheti számára, hogy a napi rutin gályapadjából laboratóriumot csináljon magának.

—
A szerző: pszichiáter, a LAM szerkesztőbizottságának a tagja.

E-mail: budaandbuda@t-online.hu