

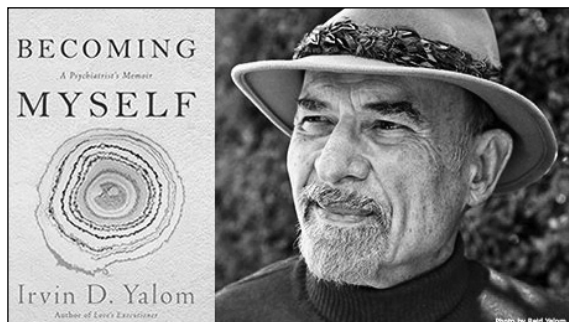
Könyvismertetések

Irvin D. Yalom:
Becoming myself.

A psychiatrist's memoir

Basic Books, New York, 2017

Az utóbbi évtizedekben hazánkban is igen népszerűvé vált pszichiáter-író, *Irvin D. Yalom* 1931-ben született Amerikában (több könyvéről is megjelent recenzió a *Psychiatria Hungarica*-ban).



Legújabb, 2017 októberében kiadott, eredeti nyelven, a Basic Books kiadónál elérhető könyve egy memoár („Becoming Myself”), mely összegzés és visszaemlékezés, és mely figyelemre méltó áttekintést ad életéről, találkozásairól, munkájáról, terápiás élményeiről, kultúrájáról. Szülei orosz bevándorlók voltak, angolul is csak részben tanultak meg. Jó iskolai nyomán pszichiáter pszichoterapeutaként együtt dolgozott, képződött a szakma nagy formátumú, (nemcsak analitikus), iskolaépítő képviselőivel is – *Rogers, May, Frankl* –, ő azonban erendően és meghatározóan (bár egyáltalán nem ortodox módon) pszichoanalitikus maradt. Írásai, könyvei (a „Csoportterápiák elmélete és gyakorlata”, vagy az „Egzisztenciális pszichoterápia”) a szakma alap-’textbook’-jai közé sorolhatók. Munkáiban a lét alapkérdései visszatérő témák, a megérteni próbáló filozófiai kitekintései, a gyász-, onkológiai, vagy függő betegek csoportterápiája, a fikció és a mindennapi klinikum pszichoterápiás esetei és megírt tanulmá-

nyai, az – „akár mi is ezt éreznénk és tennénk” érzetét keltik – mintegy védjegyeivé váltak klinikusi, kutatói és irodalmi tevékenységének.

Yalom munkájában és írásaiban rendkívül nyitott, hihetetlen kultúrájú, és személyes. Széles klinikusi tapasztalatait folyóirat-publikációi mellett tucatnyi, olvasmányos és igen népszerűvé vált könyv formájában osztja meg. A most megjelent írása mintegy memoárként tükrözi gazdag életútját.

Washingtoni iskolái után *Yalom* főiskolai éveit Bostonban, pszichiáter rezidensi éveit a baltimore-i J. Hopkins egyetemen töltötte, képződése nagy befolyást gyakorolt pályafutására. Itt találkozott későbbi irodalomtörténész feleségével is, aki könyveinek mindenkori első olvasójakritikusa lett. Képzési évei után másfél évtizeden át dolgozott – hosszú ideig klinikavezetőként – a San Francisco-i University of Stanford (talán a legnagyobb presztízsű amerikai egyetem) pszichiáter professzoraként. Ezt megelőzően hosszabb ideig (egy évig) analízisben volt Chicagóban, majd ’sabbatical’ évében (7 évente igénybe vehető fizetett kutatás lehetősége más országban) képződött, oktatott a Londoni Tavistock Klinikán. Folyamatosan oktatott, tanult, és írt. Sikeresen működött a világ szinte valamennyi pontján Japántól Görögorszáig, járt indiai asramokban, meghívott előadóként Szentpétervárott, vagy Bécsben. (Itt, ennek nyomán született az „Amikor Nietzsche sírt” könyve.) Mindemellett terápiás (csoport) kutatásai nyomán írott publikációi a legkiválóbb pszichiátriai lapokban is megjelentek, könyvei, pszichoterápiát és fikciót ötvöző munkái egyre nagyobb visszhangot keltettek.

Könyveit több tucat nyelvre fordították le, ma már a pszichoterápia egyik nagy élő klasszikusának számít. Terápiája személyes, önmagát is megmutató, az „itt és most” interszubjektivitásban dolgozó, az emberi lét alapkonfliktusait és kérdéseit előtérbe helyező segítő terápia.

Nem véletlen, hogy Magyarországon is kultuszát éljük meg jelenleg, pszichoterápiás könyvein nemzedékek szocializálódnak. Ennek hátterében hihetetlen képzettsége, szerteágazó (európai) műveltsége, valódi hiteles terápiás személyisége áll. Az olvasó közel érzi magát hozzá, klinikusként, akár egyéni vagy csoportterápiáit követjük nyomon, akár az egzisztenciális pszichoterápia, a filozófia az irodalom határterületein mozog, de orvosként nyitottan, értően fogalmaz az idegtudományok megközelítései felé („A csoport-pszichoterápia elmélete és gyakorlata”, A „terápia ajándéka”, „Az egzisztenciális pszichoterápia” „Momma és az élet jelentése”). Csoportterápiás „alapkönyve” 6 kiadást ért meg. Esettanulmányai, „meséi” irodalmi szempontból is élményszámba menőek (így a „Terápiás hazugságok” vagy a 'Ginny' folyamatos visszajelzős könyve, melyben a terapeuta és a kliens párhuzamosan írnak, majd megosztják egymással az ülések tartalmát és reflexióikat. Rehumanizálni akarta a terápiát – írja –, a terapeutát is reális személyként mutatva. Ma már iPad-et is használ, és bár sokáig szkeptikusan viszonyult hozzá, ma a Skype terápia sem idegen tőle. Autentikus orvos és kreatív oktató-kutató.

Személyessége, bölcsessége kiváló íráskészsége és stílusa lebilincselő, aki képes hiteles lenni, fikciót és valóságot ötvöző egyéni és csoportterápiás munkáiban („Szerelemhóhér és más pszichoterápiás történetek”), vagy a rákbetegek csoportterápiás kutatásaitól a gyászcsoportok végigvitelétől és vizsgálatától, hosszú ambuláns terápiáktól a klinika osztályos pszichiátriai csoportjáig terjedő spektrumon követhetők. (Ez utóbbiak, tudjuk, nehéz műfajt jelentenek, hiszen ugyanazon betegek 1–2 alkalommal vehetnek részt a terápián, ennyi idő alatt kell a terapeutának maradandó nyomot hagyni, illetve ezzel egyidőben kollégákat, rezidenseket a 'one-way mirror' segítségével tanítani) és még nem is esett szó az encounter csoportokról szóló sokat hivatkozott kutatásairól sem.

Aligha feledhetőek a filozófiai határterületeket érintő fikciós könyvei („Amikor Nietzsche sírt” vagy a híres „Schopenhauer terápia”), ahol a pszichiáter személyes élete, értelemkeresése és

folyamatosan végigvitt (csoport)terápiás munkája mellett párhuzamosan írja végig *Schopenhauer* életét.

Új könyvét kézben tartva elmondhatjuk (talán vele együtt olvasóként mi is), hogy aktív szereplője lehetett az első pszichoterápiás iskola-alapítók meghatározó alakjaival való együttes gondolkodásnak. Az egzisztenciális pszichoterápia súlya és gyakorlata számára – melyben a halál, a szabadság, döntés és felelősség, értelemkeresés kérdései olyan fontosak – azt is jobban érthetővé teszik, hogy a humanisztikus iskolák nagy alakjaival különösen szoros kapcsolata volt (az analitikusok mellett *Rollo May*, *Carl Rogers* vagy *Viktor Frankl*, a egzisztenciális közelítésű logoterápia – s a világszerte ismert könyv, „...Man searching meaning of life” írója – is aktív szereplői könyvének). Stanford-i hosszú, termékeny éveit, chicagói, londoni, szintén 'sabbatical' évben bécsi klinikai analízisei, együttműködései, de Indiában a Goenka-i vipassana meditációs élmények megtapasztalása – melyekről könyvek, fejezetek is születtek – impresszionálóak. Japán, kínai oktatási tréningeken át a görög és szentpétervári workshopok, élményei (nem függetlenül a yiddis orosz emigráns szülők tradícióitól) gazdagították több tucatnyi kiváló szakmai és fikciós irodalmi munkáját.

Kutatóként-klinikusként hivatkoznak rá igen gyakran a csoportterápiák, a gyász, az egzisztenciális pszichoterápiák oktatásában, gyakorlatában, ugyanakkor jól ír, kreatív fikciós terápiás „regényei” izgalmas olvasmányok, szinte letehetetlen letenni őket. Mára világszerte népszerűvé vált író (immár az USA-ban is – bár hazájában, mint tudjuk, senki sem próféta – ezt az elnyert APA díjai is jelzik).

Irodalomtörténész feleségével (írásainak első olvasója felesége, Marylin – ahogy írja, „my own editor-in-chief”) egyetlen közös publikációjuk *Hemingway*ről és a 'nagy oroszok'-ról, illetve *Camus*-ről különösen nagy figyelmet keltett.

Yalom ma 86 éves. Ma is vannak páciensei – igaz azt írja, hogy csak rövid terápiákat vállal már... – és *Nietzsche* Zarathustra mondatát idézi: „Was that life? Well than once again!”

Fekete Sándor

* * *

Béres Judit:

„Azért olvasok, hogy éljek”.

Az olvasásnépszerűsítéstől

az irodalomterápiáig

Kronosz Kiadó, Pécs, 2017,

292 oldal

„Mindannyian olvassuk magunkat és a világot avégett, hogy megragadhatjuk, mik vagyunk és hol vagyunk... Nem tehetünk mást, minthogy olvasunk. Az olvasás lényegi működésünk, csaknem annyira, mint a levegővétel”¹ – idézi Béres Judit Alberto Manguel *Az olvasás története* című könyvét, arra biztatva, hogy helyezzük az olvasást a lehető legtágabb kontextusba azért, hogy észrevehessük, mennyire létszükségletünk. A szerző a Pécsi Tudományegyetem Könyvtár- és Információtudományi Tanszékének adjunktusa, a biblioterápia szakirányú továbbképzés szakfelelőse, a Magyar Irodalomterápiás Társaság és a Magyar Olvasástársaság tagja. Számos célcsoportnak vezetett és jelenleg is vezet irodalomterápiás csoportot.

A Bevezetőt követően a címben megjelölt olvasásnépszerűsítési programokról olvashatunk. A szerző a családtagoknak, nevelőknek szóló olvasmány-tanácsadás és a legfrissebb kortárs gyermekirodalom listáit számba véve nemcsak azt járja alaposan körbe, hogyan nevelhetjük gyermekeinket már néhány hónapos koruktól kezdve úgy, hogy az írott történetekben kedvüket leljék, hanem széles körű nemzetközi, Közép-Európától az USA-ig vizsgált példákkal, jó gyakorlatokkal mutatja be, milyen lehetőségeink vannak nemcsak egyénileg (pl. *family literacy*), hanem intézményi, társadalmi szinten is. Természetesen nem hagyja figyelmen kívül a körünkben zajló technikai változások hatásait az információ befogadására, feldolgozására, de nem áll be a vészharangot kongatók közé, és nem siratja a hagyományos, papír alapú olvasást, hanem emellett érvel, hogy érdemes a vál-

tozást a javunkra fordítanunk, és a rohamosan fejlődő technikai eszközöket felhasználnunk a maradandó értékek megőrzésének szem előtt tartásával. Az élményszerű, belső indítatásból történő, örömszerző olvasás (*reading for pleasure*) jelentősen hat a lelki jóllétre, emellett pedig a későbbiekre nézve kincsebánya a felnövőkvő gyermek életében, motorja lehet a társadalmi mobilitásnak, erőforrás bármilyen élethelyzeti nehézségben.

A következő fejezetek az olvasással történő készség- és személyiségfejlesztés közösségi lehetőségeit tárgyalják. Az olvasásnépszerűsítés után a kritikai gondolkodás olvasással és írással történő fejlesztésével ismerkedhetünk meg, mely talán első pillantásra meglepő lehet, de az amerikai kognitív pszichológia és pedagógia modelljeit tárgyalva, majd egy hazai mintaprogramot ismertetve a szerző meggyőz bennünket arról, hogy átugorhatatlan lépcsőről van szó: Az olvasás során nem a „halott” betű által megszerzhető tudás a cél, hanem egy olyan készség-együttes kialakítása, amely az elsajátított ismeretek megértését, alkalmazását, analízisét, szintetizálását segíti elő, és amely hatással van a logikai fejlődésre, az érvelési és döntéshozatali technikára, a vitakészségre, és végső soron hozzásegít a világ és önmagunk tudatosabb értelmezéséhez, a kihívásokkal való hatékonyabb megküzdéshez.

A kötet legkülönlegesebb fejezete *A Másik olvasása: „élő könyvtár”*, mely a bevezető idézet és a koncepció által ígért, írott betűtől való elrugaszkodást tematizálja, és megmutatja, hogy magunk és a világ olvasása a Másik távlatában válhat teljessé. Az előítéletes gondolkodás formálása személyes találkozásokon keresztül a háttére az *élő könyvtár (living library)* elnevezésű programnak, mely tapasztalati alapú tanulást lehetővé téve empátiára, reflektivitásra és – az előzőek fényében nem meglepően – kritikai gondolkodásra ösztönöz. A személyes kontaktus alapú program Dániából indult, és mára több mint 70 országban szerveznek ilyen

¹ MANGUEL, Alberto: *Az olvasás története*. Park, Budapest, 2001, 14–15. Idézi: BÉRES Judit: „Azért olvasok, hogy éljek”, Kronosz Kiadó, Pécs, 2017, 7. old.

rendezvényeket, elsősorban civil szervezetek, könyvtárak, oktatási intézmények. Az élő könyvtár úgy működik, mint egy valódi könyvtár, csak hogy az élő könyvtárban a könyvek valódi személyek, akik személyes élettörténetüket tárják az olvasók elé. A „könyvek” vallási, etnikai csoportok, szubkultúrák tagjai, a szokásostól eltérő életmóddal, nemi identitással, fogyatékkal élők, szenvedélybetegek, előítéletekkel kezelt szakmák képviselői lehetnek, és a cél az interkulturális párbeszéd, vagyis a fél órás kölcsönzési idő alatt a könyv nem monológot mond magáról, hanem kérdésekre válaszol, és maga is kérdezhet. Az „olvasmányélmény” érzékenyítő hatású, a közelebről megismert személyek és csoportok felé a tolerancia növekedéséhez, gondolkodásunk sztereotípiáit megkérdőjelezve az önismeret mélyüléséhez is vezethet. 2014-ben és 2015-ben a Pécsi Tudományegyetemen, valamint középiskolákban megrendezett élő könyvtárak tapasztalatait olvasva képet alkothatunk a rendezvény menetéről, a személyes beszámolók felidézésével valamelyest hangulatát is érzékelhetjük.

„Azért olvasok, hogy éljek. Már nagyon korán olvastam: nem ettem, olvastam. Mindig is bennem volt, anélkül, hogy tudomást vettem volna róla, hogy szövegből táplálkozom.”² A kötet címadó idézete a francia író-filozófustól, *Hélène Cixous*-tól származik, akinek a munkásságát *Béres Judit* 2010-ben megvédett doktori disszertációjában³ a pszichoanalízis feminista elméleti fordulatának kontextusában tárgyalja. *Cixous* írásainak önvallomásos jellege megmutatja azt a világot, amelyben a szubjektum folyamatosan újraírva önmagát, más történetek olvasásából merít erőt a veszteségélményekkel, a traumákkal, a gyökértelenséggel szemben, és a szövegek a tápláló anya szerepét is átveszik. A *Terápiás célú olvasás és írás – biblioterápia* című fejezet a szövegek útján történő lelki segítségnyújtás módjait vizsgálja. Ebben az értelemben az olva-

sás már nem a „világban-lét” kulcsa, hanem közvetlenül önmegértésünk élethosszig tartó útján kínál semmivel sem helyettesíthető módon perspektívákat. Közelítésként a tevékenység elnevezését járja körül, és a nemzetközi gyakorlat, valamint a biblioterápia hazai alakulástörténetét bemutatva felvillantja azokat a nézetkülönbségeket, melyek csak látszólag szólnak a névhasználatról, sokkal inkább szemléletbeli eltéréseket jeleznek. *Béres Judit* következetesen a terápiás gyakorlatot tartja szem előtt, megindokolja a biblioterápia elnevezés félreérthető voltát, ezért az irodalomterápia elnevezést használja legsűrűbben, melyben az irodalom szót minél szélesebb értelemben értelmezhető kategóriaként kezeli, beleértve nemcsak a kanonizált szépirodalmat, hanem szöveggént, történetként felfogható egyéb anyagokat (képeket, dalt, filmet, álmod), akár mások, akár a csoport résztvevői hozták azokat létre. Külön tárgyalja a nemzetközi modellek alapján is a kreatív és expresszív írás közötti különbséget, helyüket, szerepüket. Az elmúlt évtized mai brit modelljei felől tér át azoknak az elméleti műveknek az újraolvasására, a teljes szöveg bemutatására, amelyekre – vagy amelyek részleteire – a hazai biblioterápiás hagyomány hivatkozik. Ezeknek a szövegeknek a felelevenítésével, a külföldi jó gyakorlatokkal, valamint nem utolsósorban a *medical/health humanities* (orvosi/egészségügyi humán tudományok) interdiszciplináris szemléletével érvel amellett, hogy a biblioterápia mesterséges, „hermetikus” különválasztása fejlesztő és klinikai irányra a módszertan és a terapeuták képzése szempontjából indokolatlanul hierarchikus, korlátozó. Öröndetes, hogy a Pécsi Tudományegyetemen folyó képzés az elmúlt években és jelenleg is folyamatosan zajló bővülése során már nyújt 150 órás önismereti sajátélményt, pszichopatológiai, csoportdinamikai, pszichoterápiás ismereteket, kötelező szupervíziót, melyekre a kép-

² CIXOUS *Hélène*: *La Venue à l'écriture*. Uő: *Entre l'écriture, Des Femmes*, Paris, 1986.

³ ZSÁK *Judit*: *A pszichoanalitikus elméletek hatása a társadalmi nem és a női szubjektum felfogására – különös tekintettel Hélène Cixous munkásságára* (doktori disszertáció), PTE BTK Pszichológia Doktori Iskola Elméleti Pszichoanalízis Program, Pécs, 2010.

zódó terapeutáknak munkájukban attól függetlenül szükségük lesz, hogy könyvtárban vagy kórházi osztályon vezetnek-e irodalomterápiás csoportot.

A képzési program a műközpontúság, illetve befogadás-központúság polémiájától elmozdulva az interperszonális és intrapszichés folyamatokat helyezi a középpontba, így teremtve termékenyebb kontextust a biblioterápiás hatás és élmény vizsgálatának, elsősorban *Irvin D. Yalom* pszichoterápiára vonatkozó megfontolásait és *Norman N. Holland* tranzaktív irodalomelméletét alapul véve.

A monográfia utolsó fejezete a szerző megvalósult, pécsi tematikus csoportjaiból ad ízelítőt. Átéltetjük a Csorba Győző Könyvtárban tartott Babaváró csoport szívszorító pillanatait, amelyen babát váró párok(!) vettek részt, megismerhetjük a hátrányos helyzetű középiskolások biblioterápiás csoportját és a több helyszínen: két könyvtárban működött és egy anyaotthoni női biblioterápiás csoport alkalmait, a csoportfolyamatokat, a csoportvezetői munka dilemmáit. Sajnos nem kapott már helyet a kötetben a pécsi Szenior Akadémián tartott Aranykor csoport⁴ bemutatása, amellyel az életutat átívelően születéstől időskorig kaphattunk volna teljes(ebb) képet az irodalomterápia sokrétű alkalmazási lehetőségeiről.

„E könyv fókuszában végső soron mindig az olvasás kontextusában születő önismereti és társas élmény, illetve az ennek hatására létrejövő személyiségfejlődés és életminőség-változás áll”⁵ – e gazdag monográfia minden fejezete szem előtt tartja a bevezető összefoglalását, az elmélet, a nemzetközi és hazai gyakorlat naprakész eredményeinek összevetésével mutatja meg az olvasás helyettesíthetetlen lelki-szellemi, közösségi hatásait.

G. Tóth Anita

* * *

Kalapos Miklós Péter:
Bevezetés az addiktológiába

Medicina Kiadó, Budapest, 2016. 610 oldal
ISBN: 978-963-226-529-2

Előljáróban pár szót a szerzőről. Érettségi után a BME-n villamosmérnök és mérnökstanár diplomát, majd doktori címet szerzett. Utána a SOTE-n az általános orvosi karon végzett, később Sopronban egészségügyi minőségbiztosítási tanácsadó képesítést szerzett. Szakképesítései: pszichiátria, addiktológia. Az orvostudomány kandidátusa címmel rendelkező, habilitált doktor, az Elméleti Biológiai Kutatócsoport alapítója és vezetője. Több külföldi intézetben végzett kutatómunkát, tudományos tevékenysége főként biokémiai és forenzikus pszichiátriai irányú. A tudományos munka mellett publicisztikai tevékenységet is folytat, saját írásai és fordításkötetei is jelentek meg. 2016-ban az MPT VII. Kongresszusán a „Hollós István díjat” kapta meg. Jelenleg egy kerületi TÁMASZ Gondozó vezető orvosa, emellett az SE Pszichiátriai Klinika óráadó tanára, a Magatartástudományi Intézetben orvosi kommunikációt oktat.

A szerző nagy fába vágta fejszójét, amikor vállalta, hogy egyedül, szerzőtársak nélkül írja meg a könyvét. Gyakori vita tárgya: mi a jobb, a célravezetőbb? Egyedül írni egy szakkönyvet (tankönyvet), vagy összefogni a szakma jeleseit, és ez a team írja meg a könyvet. Mindkettőnek vannak előnyei, hátrányai, a magam részéről azok mellett voksolok, akik vállalkoznak az egyéni alkotásra (persze, nem arra gondolok, amikor csak egy szerző neve jelenik meg a közös munka címlapján). A „Bevezetés az addiktológiába” szerző által megfogalmazott célja: „a kémiai szerfüggések, kémiai addikciók tankönyv formában történő egységes tárgyalása”. Vita tárgyát képezi az addiktológia mibenléte. Mennyiben önálló szakág, mennyiben része a pszichiátriának, belgyógyászatnak stb.? Hazánkban jelen-

⁴ BÉRES Judit, ZOBOKI Rita: *Biblioterápia időseknek a pécsi Szenior Akadémián*, Képzés és Gyakorlat, Training & Practice, IX. Nemzetközi Neveléstudományi Konferencia, Nevelés és Tudomány, Neveléstudomány a 21. században, Kaposvár, 2015. 86–92.

⁵ BÉRES im. 14. old.

leg az addiktológia ráépített szakképzés, amit többnyire a pszichiátia előz meg. Szerző ezt a helyzetet elfogadja, ebben a tárgyban nincs forradalmi ötlete. A könyv – a hagyományoknak megfelelően – két részből áll, általános és részletes részből, bár didaktikai szempontból a szerző az általános részt is kétfelé osztotta.

Az *első* (általános) rész *első* fejezete az alapfogalmakat ismerteti. Már itt is megfigyelhető a szerző azon igyekezete, hogy mindig mindent precízen, egyértelműen fogalmazzon meg (ami néha sajnos ismétléseket eredményez). A *második* fejezet a szerfüggőség kialakulását elemzi. *Kalapos* a három pillér megközelítés híve (a szer, a szerfogyasztó egyén, a környezet). A *harmadik* fejezetben a személyiségzavarokkal foglalkozik, mivel a szerfüggőség antropomorf betegség (amit az állatkísérleteknél mindig figyelembe kell venni). Nem feledkezik meg a spiritualitás szerepéről az embernél, ennek zavarai szerepet kapnak a szerfüggőség kialakulásában. A *negyedik* fejezet az addiktológiai kezelések általános elveit ismerteti, legrészletesebben a farmakoterápiát (ami következik a szerző megalapozott biokémiai ismereteiből, és láthatóan ezen a területen mozog a legotthonosabban), de kitekint a pszicho- és szocioterápiára is. A gyógyszereket táblázatokban ismerteti, és meghatározza a gyógyszerterani fogalmakat is, minden félreértés elkerülése végett. A táblázatokban a teljesség igényével szerepel még a kivont Melleril és Andaxin is. Az *ötödik* fejezetben az addiktológiában fontos társadalmi kérdésekkel foglalkozik a szerző, számos kérdés mellett megismerhetjük véleményét a „lány” és „kemény” drogokról (194. old.). „Így a magunk részéről az efféle terminológiát félrevezetőnek – és ezért kerülendőnek – tartjuk.”

A könyv *második* része is még általános témákat érint. A *hatodik* fejezetben a diagnózis felállításának általános irányait ismerteti, mely mentén kell(ene) haladni az orvosoknak. A *hetedik* fejezet az alkalmazható terápia többirányú megközelítését (a beteg, az orvos, a társadalom szemszögéből) tartalmazza. A *nyolcadik* fejezetben az orvos–kliens kommunikáció elvei kerülnek szóba, és mint tapasztalt orvos, a lehetséges hibákra hívja fel a figyelmet.

A *harmadik* (részletes) részben kezdődik a betegségek ismertetése. A *kilencedik* (leghosszabb) fejezetben előbb a legális úton megvásárolható szerek kerülnek sorra. Elsőként és leghosszabb terjedelemben az alkoholizmus. Logikus ez a sorrend, mivel hazánkban ez a legtöbb embert érintő addiktológiai kórkép (ha a klienseket és családtagjaikat is számítjuk). Kultúrtörténeti áttekintés, epidemiológia, hatásmód, anyagcsere, betegségtan (intoxikáció, abúzus, dependencia, megvonás, delírium, pszichiátriai, neurológiai és belgyógyászati szövődmények). A vázat a BNO-10 kategóriái adják. Szerző ismerteti a differenciáldiagnózist, a lehetséges terápiákat, a kórjóslatot, és a boncleletet is. Az alkoholt követően részletesen megismerhetjük a nikotin addikciót (dohányzás), majd a koffein addikciót (kávéfogyasztás), hasonló elvek és részletek mentén. A három nagy forgalmú szer után a nyugtatók és az altatószerek, valamint a különböző illékony oldószeres („szipuzás”) ismertetése történik. Befejezésül a hazánkban csak ritkaságként előforduló bételről, khatról és efedrinről is rövid leírást olvashatunk.

A legális szereket követően az illegális szerek kerülnek sorra, először az opiátok, mint régóta használt, és részleteiben is ismert hatásmechanizmusú szerek, utána a kokain, majd az amfetamin típusú szerek. A szerző külön kitér a designer drogokra („egyenlő: jogelkerülő drog”), melyek különösen veszélyesek (olcsó ár, könnyű hozzáférés, a joggal való „macska-egér harc” miatt gyorsan változó összetétel, ami miatt a toxikológusok sem ismerik a pontos hatásmechanizmust, a megfelelő ellenszert). Végül a hallucinogén szerek, vagyis cannabis, LSD, fenciklidin, GABA stb. ismertetésével zárul a fejezet. A cannabis a leggyakrabban használt szerek egyike, gyakran politikai csatározások szereplője (legalizálni, vagy büntetni a használatát?). A szerző mindkét oldal érveit felsorolja, nem támogatja a legalizálást. A *tizedik* fejezetben röviden kitér a botlás és a visszaesés kérdésére, és nagyon megértően nem a beteg elutasítását (osztályról való elbocsátását) javasolja, hanem egy új nekirugaszkodást, esetleg módosított úton. „A kémiai szerfüggőség ...kezelése és vizsgálata úgy kellene, hogy történjen, mint bár-

mely más krónikus betegségé.” A *tizenegyedik*, utolsó fejezetben a viselkedési addikciókat említi, csak jelzésszerűen, mivel nem tartoznak a könyv meghatározott céljához. A szerző következetesen, minden szer esetében terápiás célként az absztinenciát jelöli meg, ám többször kitér az ártalomcsökkentés kevésbé nagyszabású, de a hétköznapiakban gyakran realitásabb lehetőségeire. Mindig hangoztatja azt is, hogy a terápia nélkülözhetetlen feltétele a beteg komolyan gondolt gyógyulási szándéka.

A kötet 610 oldalából kb. 500 oldal a szöveges rész, a fennmaradó oldalakon tartalomjegyzék, szakirodalom, névmutató, tárgymutató, függelék és többféle tesztkérdés található. A szerző talán túlságosan aggódott, hogy a könyvet használó oktatóknak kevés idejük lesz a vizsgára felkészülni, ezért előre összeállított egy komoly vizsgaanyagot (természetesen válaszokkal együtt). Amúgy is minden fejezet végén összefoglaló, tanulási terv és szóbeli kérdések is vannak, szerintem elkényelmesítve a majdani oktatókat és tanulókat. A szerző a könyv írása közben következetesen ragaszkodott a BNO-10 és a DSM-IV kategóriáihoz. Mivel időközben megjelent a DSM-5 és várható hamarosan a BNO-11

is, ez a következő kiadás esetén kisebb-nagyobb korrekciót tehet szükségessé. E reménybeli további kiadások számára javaslom, hogy a szerző egyszerűsítse a belső utalási rendszert (elegendőnek vélem az oldalszám megadását a teljes fejezetcímek helyett). Ugyanakkor jobb minőségű nyomdai megoldást javasolnék, kemény borítót, jobban olvasható táblázatokat és főleg könnyebben (nagyító nélkül) látható alsó indexeket a receptorok említésekor, a fejezetek, részek következetes elkülönítését. Nem tudom, mikor készült el a kézirat, de már a szerző egy 2014-es cikkében (1) említi, mint ami „megjelelés alatt” áll. Sajnos elmaradt egy kegyeleti szóközi, az egyik lektor (*dr. Antal Albert*) neve nincs gyászkeretben, pedig ő 2016 elején elhunyt.

A „Bevezetés az addiktológiába” hiánypótló, sok haszonnal forgatható tankönyv, szakkönyv, amit csak ajánlani lehet a szakvizsgára készülőknak, de azoknak a kollégáknak is, akik már régebben ezen a területen dolgoznak.

Irodalom

1. Addiktológiai gondozás. *Psychiat Hung*, 2014; 29 (3): 308–327.

Szabó András