

Interjú magammal

Hamvas Béla, miután senki nem készített interjút vele, azt választotta, hogy, a maga által fontosnak tartott kérdéseket megfogalmazva és megválaszolva, önmagával készített [interview](#)-t. Ugyan velem készültek interjúk, de nem a fontos kérdéseket tették fel nekem. Ezért most egy öninterjúban igyekszem a lényegi kérdéseket megfogalmazni és megválaszolni.

Mivel foglalkozik?

Ahhoz járulok hozzá, hogy a világ jobban működjön, hogy az emberek jó emberekké váljanak, a jó emberek hassanak másokra és közösen jobbá tegyék azt, amiben élünk. Tulajdonképpen bármilyen közegben mozgok – egyetemen tanítok, művészetterápiás csoportot illetve kiképző csoportot vezetek, egy falu végén lévő putriban beszélgetek, szociális szövetkezetek tagjaival egyeztetek, az államigazgatás valamelyik szegmensében tárgyalok, civil szervezetben programokat valósítunk meg, vagy baráti társaságban vagyok - ugyanezt teszem. Kreatív, multikulturális ember vagyok, így bármilyen közegben megértően és alakítóan tudok jelen lenni. Hiszek abban és a napi gyakorlatban meg is valósítom, hogy minősítés nélkül, megértően közelítsek minden emberi helyzethez. Teszem ezt mindaddig, amíg valaki nem akar hierarchikus, hatalmi helyzetet létrehozni, mert abban a pillanatban váltok és nem megértően, hanem helyretevően megmutatom a hatalmaskodónak, hogy hatalma véges és a helyes magatartás a másik méltósággal való megközelítése és partnerként kezelése. Minden hatalmaskodó elfelejti, hogy az emberi társadalom természetesen sokszínű, hogy az örökérvényű szellemi rendben egyetlen ember se áll felette a másoknak, és senkinek nincs joga elvenni a másik önmeghatározásának a szabadságát. Minden dominanciára törekvő hatalmat szembesíteni kell a hatalma végességével és az emberi sokszínűség természetes derűre épülő erejével. Élem és megélhetővé teszem mások számára, hogy önazonossággal, érvényesen élheti a saját maga által választott életet.

Honnan eredeztethető ez az alapállása?

Alapvetően a családi és a baráti kör által kerültem összekötésre a Budapesti Ferenczi Sándor pszichoanalitikus iskolával, a Mérei Ferenc által létrehozott közösségépítő pszichodráma, illetve művészetpszichológiai iskolával és a Ferge Zsuzsa által létrehozott társadalmi igazságosságot szolgáló szociális képzéssel. Ugyan személyes kapcsolatam nem volt vele, de meghatározó számomra Hamvas Béla szellemi hagyatéka is. Így szemléletemben hordozom a mélylélektani egyéni (tudattalan) működés, valamint a társadalmi folyamatok és a szellemi hagyományok megértésének a képességét. Amit az én személyes életem tett hozzá ehhez, az a cselekvő értelmiségi realizáló alapállása, amelyen keresztül közvetítője vagyok ezeknek a nagyon különböző világokat képviselő szemléletmódoknak szakmai szinten, illetve az egyéni, közösségi és társadalmi

szinten való cselekvés során, a képessé tétel, hatalommal felruházás átadásával, hogy mindenki más is alakítója tudjon lenni saját életének, környezetének. Tudatában vagyok annak a szellemi hagyománynak, amelynek része vagyok, látom elődeimet (Hamvassal fogalmazva tízezer évre visszamenőleg) és látom tanítványaimban a szellemi hagyományok tovább vivőit.

Miért művészetterápiával, közösségépítéssel foglalkozik?

A művészet (főként a képzőművészet és a színház) része volt az életemnek, amikor a pszichológiából a terápiás megközelítéssel kezdetem foglalkozni és adta magát, hogy a művészetet és a terápiát összekössem. A művészetterápia általam képviselt irányzatának kidolgozásában Mérei Ferenc majd később Hidas György volt támogatom, ami nagyon meghatározó élmény volt számomra. Terápiával azért kezdetem foglalkozni, mert éreztem, hogy számos embert rongált meg a történelem, az aktuális társadalmi lét és sok az emberek közötti bántás, mert nincsenek mintáik a jó együttműködésekre, eszközeik a feszültségeik kezelésére. A művészeti eszközökön keresztül kifejezés (képzőművészet, mozgás, zene, biblioterápia) csak a közege annak, hogy fontos emberi kérdésekről, viszonyulásokról beszélni tudjunk és tapasztalatot szerezzenek a csoportban lévők a minősítés nélküli elfogadó emberi attitűd gyógyító, korrigáló hatásáról, az érdemi egymásra figyelésről, a másik világának felfedezéséről, az élethelyzetek kreatív megoldásáról, az egymáshoz kapcsolódás alkotó hozzájárulásáról. A művészetterápia lényege nem az eszközök használatában van, hanem abban a személetben, ahogy az emberi, társadalmi jelenségekhez közelítünk. A közösségépítés itt kapcsolódik be, mert az ember közösségben tudja megélni önmaga egyediségét, másokkal való alkotó együttműködését. A művészetterápia ennek a „mintha” tere, a megélés, a felfedezés tere. Ugyanakkor fontosnak tartom valós terekben, együtt élő közösségekben is ennek az alkotó közösségi együttélésnek a megélését lehetővé tenni - ezért foglalkozom helyi közösségi fejlesztésekkel, munkát és szolidáris közösséget adó szociális szövetkezetek alakításával, fejlesztésével.

Hogyan dolgozik?

A művészetterápiában adok inspiráló kiinduló eszközöket, témákat, de alapvetően azzal dolgozom, amit az emberek érzésekben, gondolatokban, élethelyzetekben hoznak. Ezekben mutatom meg, hogyan lehet megértően, minősítés nélkül, alkotó együttműködésben egy közösségben, csoportban jelen lenni, illetve önmagunkkal való azonosságban élni. Az összes pszichológiai módszertől eltérően az általam vezetett képzésnek része az értékrend tudatosítása, a társadalmi értékrend mindennapi életben való megjelenésének megértése, és ha szükséges, akkor az alakítás képességének átadása (a fehér középszályai értékrend kritikai megközelítése).

Kiknek nyújt képzést, kikkel dolgozik?

Megtisztelve érzem magam, ha valaki nálam szeretne képződni, vagy velem szeretne dolgozni. A művészetterápiában a többi terápiás képzéstől nagyon eltérő alapállást képviselek. A képzésben nincs meghatározva előzetes belépési feltétel (ezért sokan kritizálnak), mert nem gondolom, hogy a különböző iskolákban tanultak tesznek valakit terapeutává alkalmassá. Azzal a hittel és tapasztalattal dolgozom, hogy minden ember megtalálja magában a jó embert, a gyógyító hozzáállást és megtalálja azt a közeget, ahol a tudásaival és képességeivel másoknak segíteni tud. Ebből következően a legkülönbözőbb emberek (segítő szakemberek, segítséget keresők, önmagukat fejlesztők) tudnak találkozni a művészetterápiás képzésben, amit különleges helyzetnek tekintek, mert itt történhet meg az a csoda, hogy a társadalmi távolságokban lévő emberek találkozhatnak és rácsodálkozhatnak a másakra önmaga azonosságában és tapasztalatot szerezhetnek egy olyan együttlétről, ahol mindenki önmaga. Közösségépítő munkámban is ezt a szemléletet képviselem.

Akik a művészetterápiás képzésbe járnak, hol tudnak dolgozni a képzést követően?

Mindenkinek a saját kreativitása és társadalmi érzékenysége határozza meg, hogy hol tudja alkalmazni azt az emberi viszonyokat alakító szemléletmódot, amelyet a képzésben kap (szándékosan nem használtam a művészetterápia fogalmát itt, mert az csak közvetítő eszköz). Ha valaki a társadalom által kialakított intézményrendszerben (oktatás, egészségügy, szociális ellátás) szeretné alkalmazni, akkor az alapvégzettségéhez kötődően tudja módszer specifikus tudásként alkalmazni a művészetterápiát, a szemléletmódot. Ha valaki civil keretben (egyesület, alapítvány programjaiban) alkalmazza, akkor bármely társadalmi csoport számára össze tud állítani olyan önismereti folyamatot, mely segíti a saját identitás szerinti életvitel megtalálásában, kialakításában, megerősítésében, akár problémás élethelyzetek megoldásainak megtalálásában. Ha valaki a gazdasági szférában (vállalkozóként, munkahelyen) alkalmazza, akkor olyan fejlesztési, tanácsadási folyamatot tud megtervezni és nyújtani a résztvevők számára, amely hatékonyabbá, örömtelibbé, a kreatívabb megoldásokat támogatóvá teszi a (team) munkáját. Ha valaki alternatív életformához kapcsolódóan alkalmazza a művészetterápiás szemléletmódot, akkor segíteni tudja az értékek tisztázását, az autonóm életforma kialakítását, az alternatív közösségi élet érvényességének megerősítését.

Balatonfüred, 2014. augusztus 17.

Németh László