

---

Könyvismertetések

---

LÁNG ANDRÁS: *Kötődés és pszichoterápiás kapcsolat*

Budapest: Animula Kiadó, 2012, 148 oldal

Az Animula Kiadó új sorozatának – Hazai Kutatók, Hazai Műhelyek – első könyve a Kötődés és pszichoterápiás kapcsolat.

A sorozatban hazai szakemberek és kutatócsoportok mutathatják be tevékenységüket, eredményeiket. A kötet szerzője, dr. Láng András a Pécsi Tudományegyetem Pszichológia Intézet Klinikai és Fejlődés-lélektani Tanszékének adjunktusa, gyakorló klinikus. A könyv a szerző doktori disszertációjának bátor továbbgondolása és egyben a terápiás kapcsolat kötődéseméleti megfogalmazásának és ennek gyakorlati vonatkozásainak a hazai szakirodalomban egyedülálló, szakszerű és következetesen, precízen átgondolt bemutatása.

Az első fejezet a klasszikus fejlődés-lélektani szemszögből közelít a kötődésemélet alapfogalmaihoz és legfontosabb jelenségeihez. Bowlby megfigyeléseitől elindulva a kötődési viselkedéses rendszer, a belső munkamodellék és kötődési reprezentációk fogalma mentén mutatja be az anya-gyerek kapcsolatot, valamint a gyerekek kötődési stílusában mérhető egyéni különbségeket és a kötődés mérésére gyermekkorban használható eszközöket.

A következő fejezetben a felnőtt kötődés kutatásának két egymással versengőnek tartott – véleményem szerint egymást inkább kiegészítő – paradigmáját ismerheti meg az olvasó. A felnőtt kötődés fejlődési hagyománya a kötődési mintázat transzgenerációs átörökítésének – vagyis, „hogyan a szülő kötődési státusza, kötődési elmeállapota szoros összefüggést mutat a születendő gyermek egy éves korában mért kötődési mintázatá-

val” (27) – felfedezésével kezdődött a szerző szerint. A folyamat olyan kognitív képességekhez kötött, mint a metakognitív monitorozás, mentalizáció vagy reflektivitás szerepe és jelentősége a szülő-gyerek kapcsolat fejlődésében és olyan szerzők munkáira, eredményeire alapoz, mint Mary Main, Fonagy és Target, Allen vagy Sroufe. A felnőtt kötődés fejlődési hagyománya a folyamat normatív leírása mellett jól kezel bizonyos patológiás fejlődési irányokat is, bár ezeket a könyv egy későbbi fejezetében ismerhetjük csak meg.

A felnőtt kötődés szociál- és személyiségpszichológiai hagyományát a kötődésemélet felnőtt párkapcsolatokra és általában az interperszonális működésre történő alkalmazása jelenti. A fejezet Hazan és Shaver korszakalkotó tanulmányának ismertetésével indít, melynek célja a felnőtt szerelmi kapcsolatok megértését segítő és magyarázó egységes elméleti keret megalkotása volt, és innen jut el a felnőtt kötődés kortárs pszichodinamikus személyiségelméleti modelljén keresztül a talán legismertebb felnőtt kötődési modellig, a Griffin és Bartholomew által jegyzett kétdimenziós-négykategóriás rendszerig. Az elméletekhez kapcsolódóan megismerhetjük a hozzájuk tartozó kérdőíves vizsgáló eljárásokat is.

A harmadik fejezetben a klinikai gyakorlatot és a kötődéseméletet összekapcsoló vizsgálatok bemutatása kerül a középpontba. A szerző által kiemelt kutatások sokszínűek és valószínűleg felkeltik az olvasó érdeklődését akár a téma kutatása iránt is, a jelenség – a kötődési kapcsolat és pszicho-

patológia közti összefüggés – komplexitása miatt nehezebb eligazodni közöttük. Nagyon szemléletes ugyanakkor a kötődés és fejlődési pszichopatológia lehetséges párhuzamait leíró rész, különösen Patricia Crittenden dinamikus érési modelljének bemutatása. A modell a kötődés egyéni különbségeit – némi leegyszerűsítéssel – a környezetből származó információk feldolgozásának minőségi és mennyiségi érési és adaptációs különbségeivel magyarázza, figyelembe véve mind a kognitív, mind az affektív szabályozás szükségességét, és teszi mindezt a modern fejlődési pszichopatológia szemléleti keretén belül. A fejezet végén a különböző kötődési stílusú kliensek pszichoterápiás kapcsolódási, viselkedési jellegzetességeiről kapunk áttekintést.

A negyedik fejezetben jutunk el a tetőpontra. A pszichoterápia fogalmának meghatározására – tudjuk, nem könnyű feladat – tett kísérlet után, a pszichoterápia, a terápiás kapcsolat és folyamat megértésének lehetséges modelljeit mutatja be a szerző, majd elsősorban Bowlbyra hivatkozva, a terápiás kapcsolatot a kötődési kapcsolat fogalmain belül helyezi el és bemutatja az ezzel kapcsolatos jelentős elméleteket, vizsgálatokat, a terápia során bekövetkező változás kötődésméleti modelljét, valamint a terápiás kapcsolat kötődésméleti kereteken belüli mérésének lehetőségeit. A fejezet

végén, a pécsi hagyományokat követve, a narratív pszichológia elméleti, illetve a narratív tartalomelemzés módszertani lehetőségeinek kiaknázásra buzdít a kliens-terapeuta kapcsolat jellemzőinek leírása és mérése során, és amellet érvel, hogy a 3. fejezetben felvázolt, a felnőtt kötődés két hagyományára vonatkozó ellentmondás feloldhatónak látszik a terápiás kapcsolat narratív természetének elfogadása és elemzése révén.

Az ötödik fejezetet kitekintésnek szánja a szerző. A műben sokszor hangsúlyozza, hogy megállapításai, saját kompetenciája és gyakorlati jártassága okán is, elsősorban a felnőttekkel folytatott egyéni terápiás munkára vonatkozik. A könyv végén impresszió-szerűen megismerhetjük a párokkal, szülőkkel, gyermekekkel végzett pszichoterápiás folyamat kötődésméleti kereteken belüli megértési lehetőségeit. Gyermekterapeuta kollégáknak különösen a gyermek-szülő párokkal folytatott terápiás intervenciókat ajánlom figyelmébe.

Elsősorban gyakorló klinikus kollégáimnak ajánlom a könyvet, akik általa, a szerző céljával is összhangban, képesek lehetnek a kötődésmélet mélyebb gyakorlati tudatosítására, és ezáltal megváltoztatni a kliensekről való gondolkodásukat, a kliensekre adott válaszaikat és a terápiás kapcsolat dinamikájának megértését.

Bóna Adrien

UNOKA ZSOLT, PUREBL GYÖRGY, TÚRY FERENC és BITTER

ISTVÁN (Szerk.): *A pszichoterápia alapjai*

Budapest: Semmelweis Kiadó, 2012, 288 oldal

Az elmúlt években több, a pszichoterápiával foglalkozó kötet is megjelent magyar nyelven. Ezek egy része összefoglaló, áttekintő mű, mint Buda Béla *Pszichoterápia – Kapcsolat és kommunikáció* (Akadémiai Kiadó, 2004)

vagy a Füredi János és Szőnyi Gábor szerkesztette *A pszichoterápia tankönyve* (Medicina Könyvkiadó, 2008) kötetek, míg más könyvek egy-egy módszertani irányzatot, szűkebb alkalmazási területet vagy techni-