

SZENVEDÉLYBETEGEK ÉS A TÖRTÉNETEK TUDOMÁNYA

A legújabb kutatások szerint a szenvedélybetegek életében azért olyan fontos az életút-elbeszélés szerepe, mert általa át tudják alakítani identitásukat: betegből, függőből felépült, józan emberekké válnak.

A narratív pszichológia a „történetek tudománya”. *László János* már könyvének is ezt a címet adja, amelyben összefoglalja a narratív pszichológia, a történetekkel és az elbeszélte eseményekkel foglalkozó tudomány jellemzőit. Nemcsak az élettörténetünket, illetve annak fontos vagy kevésbé fontos eseményeit beszéljük el, hanem – e szemlélet képviselői szerint – identitásunk kialakulása is ezekkel az elbeszélte történetekkel valósul meg. Az elbeszélés és az identitás kialakulása, illetve az identitásváltás tehát szorosan összekapcsolódik egymással.

Nincs ez másképpen szenvedélybetegek és gyógyult, illetve felépült szenvedélybetegek esetében sem. Élettörténeti elbeszéléseiket vizsgálva



tapasztalhatjuk, hogyan beszélük el a szenvedélybetegségük nehéz időszakát, amikor az identitásuk egyik meghatározó középpontja ez a függőség volt. Azt is láthatjuk, ahogy a gyógyulás, a függőségből történő felépülés folyamatát elbeszélve egy új identitás bontakozik ki, válik elbeszélhetővé: a józan, a felépült szenvedélybeteg személye.

Magyarországon a 90-es évek eleje óta működik a *Névtelen Alkoholisták* (Alcoholics Anonymous, AA) közössége, ahol alkoholfüggők tudják

elérni a józanságot. A józanság ebben az esetben nem a részeg ellentéte, hanem egy életforma elnevezése, amelyben az alkoholtól való teljes tartózkodás az életformának csak az egyik eleme. Sokkal fontosabb a gondolkodás megváltozása, egy új identitás kialakulása: a függő helyett a józan,

felépült identitás kialakítása. Kábítószerhasználók számára ugyanezt az utat mutatja a *Névtelen Drogfüggők* (Narcotics Anonymous, NA) közössége: a hangsúly itt is az identitás megváltozásán van, nem pusztán a drogmentesség elérésében. Nézzük meg, hogy ezek az elvek hogyan működnek a gyakorlatban!

Hogyan beszél el egy szenvedélybeteg a betegsége, majd a gyógyulása, a felépülése történetét, milyen a szenvedélybetegek identitásváltozását kifejező narratíva? Egy kutatás keretében





ben életútinterjúkat készítettünk olyan szerhasználókkal, akik már felépültek. Ennek során interjúalanyaink elbeszéltek, hogyan lettek drogfüggők. Nézzük Csaba példáját, aki a vele készült interjú idején 27 éves volt és már több éve „józan”, felépült. Korábban injekciós heroinhasználó volt.

Elbeszélése szerint általános iskolás korában „az életutam elindult valami más irányba, mint ami normálisnak mondható... „rossz tanuló” kategóriába estem... ott van egy törés az életemben, ami – mondjuk – ezt a felhőtlen, boldog gyerekkort követte... nekem az első kipróbálás, az egy ilyen hatalmas találkozás vagy szerelem kezdete volt az anyaggal. És onnantól viszonylag következetesen és gyorsan léptem az anyagozás útjára”. Ezután arról beszélt Csaba, hogyan került egyre súlyosabb helyzetbe, hogyan vált a heroin szinte szó szerinti értelemben vett „rabjává”. Már mindenki kerülte őt, mert mindenkit becsapott és kihasználta: „Aztán végül a nyolcadik évben már főként magányosan csináltam, mert már nem nagyon állt velem szóba senki. Tehát akkor már mindenkit lehúztam, már mindenkit átvertem, nem voltam egy jó fej, szórakoztató sem voltam. Szóval valahogy elmagányosodtam, törvényszerűen”.

Elkeseredésében az öngyilkosság gondolatáig jutott: „meg akarok halni. De úgy, hogy túladagolásban, tehát az anyagozástól. Na és, akkor ennek szellemében éltem az utolsó félévemet”. Ezen a mélyponton egy napon „megsörrent a

telefon”. Egy rehabilitációs intézetből hívták, ahova még korábban jelentkezett, de inkább csak viccből. Ám ebben az állapotában mégis elment a rehabilitációs intézetbe: „És onnantól a sorsomat igazából a közösség kezébe adtam, egyszerűen felfeküdtem arra a hullámra, amit ott a közösség biztosított, és azon a hullámon megerősödtem, és így áll-



tam le”. Csaba itt a Névtelen Drogfüggőkhöz hasonló programon vett részt, aminek eredményeképpen józanná, felépült szenvedélybeteggé vált. Ma is szenvedélybetegként nevezi meg önmagát, de „józan”, „felépült” szenvedélybetegnek: „Én függő maradok, az identitásomban. Ehhez ragaszkodom, hogy az elsődleges identitásom a függő, szenvedélybeteg. És akkor erre aztán pakolódhat felőlem a szak” (szociális munkásokat képző főiskolát végzett az interjú időpontjában).

Csaba életút-elbeszéléseben két legzetes fázissal találkozunk: az elsőben a függősége történetét, az „anyagoss” identitás kialakulását beszéli el.

Ezt egy „ereszkedő” narratív formában, mindig rosszabbra forduló történetekkel mondja el. Így érkezik el a mélypont, az öngyilkosság gondolata, ahonnan Csaba számára már nem volt továbblépés. Itt érte a telefonhívás a segítő szervezettől, amelyet elfogadott. Ott „állt le” az anyagozással, vált józan, felépült szenvedélybeteggé. Ezt az életútszakaszt egy felfelé ívelő narratívával mondja el: az élete szinte minden területén egyre sikeresebb lett, egyre nagyobb felelősséget vállalt magáért és másokért, az életút-elbeszélés végén pedig már maga is segítővé vált. Identitásváltás történt nála: „anyagossból” segítő lett. A segítő identitása alapjáról azt gondolja, hogy az a szenvedélybetegsége, amely (aki) már nem használ drogokat, „józan”, „felépült”.

Csaba példája rávilágít az életút-elbeszélések szerepére: ezek nemcsak olyan tudományos eszközök, amelyekkel egy szenvedélybeteg életútját követhetjük: hogyan válik függővé, majd – jó esetben – hogyan válik „józanná”. Az életút-elbeszélés szerepe Csaba és más szenvedélybeteg életében az, hogy általa át tudják alakítani identitásukat: betegből, függőből felépült, józan emberekké válnak. A folyamat elválaszthatatlan attól, ahogy önmagukról, önmaguk és a környező világ kapcsolatáról beszélnek. Történeteik így beépülnek az identitásukba és segítik őket az identitásváltásban.

RÁCZ JÓZSEF