

Losonczi Ágnes bevezetője a „Szociális munkás a súlyos beteg mellett” című előkonferencián

Tisztelettel és szeretettel köszöntöm Önöket. Tisztelet azoknak, akik az élet utolsó szakaszában, a halál felé vezető úton segítő-kísérői az embereknek. Szeretet ahhoz, hogy erejük legyen támogatni azokat, akiknek a nehéz szociális helyzetüket még a végzetes betegséggel súlyosbított életzárás is terheli.

A hospice szociális munkására kettős teher cipelésének könnyebbítése hárul: az is, hogy betegét a „társadalmi gödörből” segítsen kiemelkedni, ha kikerülni nem is tud belőle, legalább enyhítse a létfenntartás gondjait, és az is, hogy támogassa fájdalommal és kínlódással teli napjaiban-hónapjaiban, hogy elviselhető módon élhessen még.

Mit lehet ilyenkor tenni? Sokat.

Mi nehezíti még a szociális munkás helyzetét? Túl a nyomoron, a pénzügyi nehézségeken, az egészségügy bajain és a betegségen. Ez pedig a **modern ember és a halál viszonya**.

A modern társadalmakban kiesett az élet kultúrájából a halál. A halál kultusza, ahogyan az élet kultusza is – elkorcsosult. Félelem, hazugság, elhárítás és ismeretlentől való rettegés övezi. Hiányzik az a tudat, hogy a halál az élet szerves része. Hiányzik a gondolkodásból, nincs benne a szocializációs folyamatban, nem tartozik a teljes életről alkotott világgéphez. A mindennapi rítusokból éppenúgy kimaradt, mint a nagy életfordulók megélt tartalmából. A gyökerek a halál kérdésénél mélyebbre vezetnek: ahol nincs életkultusz, ott hiányzik a halál kultusza is. A halál pedig – egy paradoxonnal élve – az egyik legfontosabb életkérdés. Annak, akinek „betelt az ideje”, egyedül kell szembenéznie az élet végső nagy fordulatával. Nem áll mögötte a társadalmi, közösségi támaszt adó kultúra.

Ebbe a magányos küzdelembe lép be a hospice szociális munkása. A halál körüli űrt a szociális munkás egyedül aligha tudja kitölteni, hiszen ez a hiány a társadalom egészének kulturális „hendikep”- jéből, csökevényesedéséből és a humánus eltorzulásaiból származik. Viszont képes lehet olyan „fogózkodókat” adni, amibe a beteg belekapaszkodhat.

Arra a kérdésre, hogy miért tolja el a modern ember magától a halált, sok válasz adható. Csak néhányat említek ezek közül. József Attila mondja, hogy az ember „az életet a halálra ráadásul kapja” – ő tudta ezt. Nálunk viszont többször idézik a görög bölcsesket: „ahol én vagyok ott nincs halál, ahol a halál van, ott nem vagyok én”. Vagy a modernebbek Wittgensteint: „a halál nem tartozik az élet tényei közé”.

A csökevényes viszony a halálhoz azokból a sikerekből és a sikertelenségből ered, hogy részleges győzelmet aratott a tudomány és a technika a halál felett – de győzni mégse tud. Azt gondolhatja a modern tudományra joggal hiú/büszke ember, hogy úton van a halál legyőzése felé. Hiszen száz év alatt megduplázta az életkort, ami a tudomány vívmányainak és az anyagi jólét emelkedésének együttes eredményeiből született. A harmincöt százalékos csecsemőhalált hat ezrelékre szorította le. Megszüntette a nagy járványokat. A klinikai halálból technikai bravúrokkal újjáéleszti az embereket. A beteg szerveket az élőkbe eltávolítja. Halottak szerveit az élőkbe ülteti. Meghosszabbítja a haldokló útját, életben tartja a halálra érett embert. Visszatartja a halált.

A valódi sikerek és az igazi diadalok a halál idejéhez képest mégiscsak kis időt és kis teret nyerhetnek. Részleges eredmények. Az orvosi tudomány minden bravúrja sem győzheti le a halált, be kell érni azokkal a hatalmas eredményekkel, ha csökkenti a fájdalmat, ha növeli az élet terét, hosszát és idejét. Viszont a halál ellenség lesz ebben a küzdelemben, és ha bekövetkezik, az orvosi és tudományos kudarcnak minősül. Nem pedig a természet menete, az élet velejáró zárata. A modern ember általános gögjét táplálják a valódi sikerek, de a gög elfedi az erősödő félelmet, hogy mégsem sikerülhet mindig minden.

Amikor az ember elhárítja a halál tudatát, kudarcnak éli meg, ha az legyőzi, és elhallgatással megerősíti elkerülhetetlen jelenlétét, ezzel nevel, így szocializál: a halál tabu, amiről nem beszélünk. Az ember ma nincs felkészülve és felkészítve a halálra, se a magáéra, se a másokéra. Nincs halálkultusza, nincs hozzá érzelme, ereje és sokszor bátorsága sem. A halál tabu és kudarc, szinte szégyen.

A kudarcot szégyelli – mint más esetben is a minden áron sikerre szocializált kultúra – ezért el kell rejtteni. A fejlett ipari országokban – ahogyan nálunk is – nem otthon fejezik be életüket az emberek. 70-80 százaléuk kórházban hal meg. Nincs benne az életben a halál. A haldoklót és a halált kirekesztik a mindennapi környezetből és a tudatból is. Átadják az egészségügyi intézményeknek, ott késleltetik és megoldják, amit tudnak. Gépiesített „egyenhalál”, kirekesztés az élők közül, evakuálás, rejtkehely. Nincs recept, nincs minta a méltó meghalásra. Elhárítják, mintha nem is lenne. Nem a „mi ügyünk.” Szakügy. „Mi mindent megtettünk” – ha kórházba juttatták a haldoklót.

Ha hiba és kudarc a halál, akkor védekező, elhárító habitust alakít ki a túlélő a haldokló ágyánál. Ez a magatartás a megoldatlan emberi viszonyokat súlyosbítja, a jóvátehetetlen hibákat, bűnöket feldolgozhatatlanná teszik. Emiatt válik majd sokkal nehezebbé a gyász és gyakran gyógyíthatatlanná az önvád.

Most a fő áramlat néhány jellemző vonásáról volt szó. Sok egyedi és többféle kulturális eltérés is adódhat: él még a természetközeli felfogás, erős hitek és hiedelmek is segítik az embert, ahogyan elindult a „visszaemberiesítése” a nagy életfordulatoknak – a születésnek és a halálnak is. Van teljes élet és emberi halál. Ahogyan a kórházakban is vannak technikán túli emberi felelősséget emberségesen teljesítő orvosok és ápolók, és amiért és ahogyan a hospice mozgalom létrejött.

Volt-e másképp? Lehet-e másképp?

Eleink haláltapasztalata, következésképpen elviselő képessége más volt. A halál az élet része volt, ahogyan az élet egésze is a közösség szeme előtt játszódott. A családban – a nagy, együtt élő rokonsági háztartásokban – valahol valaki mindig született és valahol valaki meghalt. A halál elvitte az öregeket, de elvitte az újszülötteket is: még a múlt században is a csecsemők, gyermekek egyharmadát, a fiatalasszonyok ötven százalékát a szülés és a gyermekágy, a fiatal férfiakat a háború. Nagy, pusztító járványok, rabló háborúk tették állandóan jelenlévővé a halált. Nem került távol, nem különítették el az élőtől azt, aki útja végére ért. A haldoklás mindenki előtt történt, egymás szeme láttára. Nyilvánosan és mindenkitől búcsúzhattak, ha tudták, hogy eljött az ideje. Ez megszokott volt – és rítusa volt mindennek. A haldokló nincs egyedül, sohasem csak őt érinti a halál, ott a közösség, amelyik tudja a dolgát és teszi – úgy, ahogyan a korszak tradíciói diktálják.

A másik különbség: közelebb volt a természet. Jobban benne élt az ember. A természet „tudja” a születés – elmúlás – újraszületés ciklusait, a halálra való születést, az igazi, örök körforgást. Ezt tanítja a természet, az élet egységének ilyen szemlélete a természettel való bensőséges együttéléséből fakadt.

A transzcendens hitek azt építették az emberbe, hogy nem egyetlen élet láncol egyszer és mindenkorra a földhöz, hanem az ember is a kozmikus egység, az univerzum része, akinek, ha érdemei szerint élt, isteni öröklét is juthat. A transzcendens tudás számára a halál küszöb, amin át kell lépni az örök élet felé. A keleti vallások mítoszaiban az élet és a halál teljes egységet alkot, kiegészítik egymást. Örök körforgás, amíg elérheti a végső teljességet. A halál örömnep is, egyesülés az ősökkel, az univerzummal, a fényel. Ha kiérdemelte, beérkezés az örök boldogság birodalmába.

Amit elvesztett az ember

Ahogy kiszakadt az ember a természetből, nem érzékeli az örök körforgás vigaszát. Ahogy kiszakadt a közösségből, megtört a generációk egymásra épülő láncolata, nem építhet az elődök tapasztalatára. Individualizálódott az élete, egy életet él, egy életet zár.

Kiszakadt az univerzumból, a földhöz, röghöz, saját zárt életéhez kötött. Kiszakad az idő nagy folyamatából, saját egyedi, időben zárt rövid élete adatott, s a szűk idő örömhajszát diktál.

A mítosz-vesztés, a transzcendencia hiányában kevesen tudják áthidalni az élet és a halál közti szakadékot. Nem segít a kultúra, nincs más út, csak a jelen, nincs más valóság, csak ami megfogható, amit megragadható és birtokolható. Az élet kultusza földhöz tapadt. Mához kötött. Egyéni életre szabott. Élvezetre épített, anyagelvű és racionális. Töredékes, fragmentált. Szakmára bontott, technicizált – ha a vágy és az akarat ezek ellentétére törekednek is.

Nyugati kultúrkörökben mára már megszűnt az élet-halál természetes folyamata. Ellentét alakult ki az élet és a halál között. A halál legyőzetés, az élet maga a győzelem. Az életen kívül nincs más, ami fontos lenne és nincs bizalom abban, hogy valamiben folytatódhat, ami nem evilági lét és itt történik. Végtelenül fontossá válik az individuum önmaga számára.

A huszadik század uralkodó kultúrája mindent eltávolít magától, ami sikertelen, ami kudarcos, ami öreg, ami csúnya, ami szenvedést okoz, amin töprengeni kell. Csak a diktált szépség és az ifjúság, a siker, a tempó, a pénz, a hatalom, a gyorsaság, a fényben, hírben ragyogás a mérce. Ami öreg, beteg, ami szegényes, fájdalmat okoz, ami zavarja hedonizmusában, ami a rosszra, kudarcra, fájdalomra, csúnyára emlékezteti, azt el kell háritani, el kell tüntetni, le kell tagadni.

Miközben annyira fontossá válik kinek-kinek önmaga, saját élete, szűk ideje, mégis különböző hatalmakat emel teste-lelke fölé. Másra testálja az élete feletti döntést, másnak adja át testét kezelésre, lelkét vigaszra, más dönt a halála fölött. Intézmények növekednek az ember fölé, szakmává válik életének hossza, utolsó életszakaszának tartalma és tartama is. Az éppen adott véletlen adja „más” kezébe az élete és halála feletti hatalmat.

Magára marad a betegséggel, az intézményesített gyógyítással, a segítségül adott technikával a rációval, ami mögött ott a félelem, a kudarcérzés, amikor súlyossá válik a betegsége és amikor el kell indulnia a végső útra.

Ha valaki minden szenvedést elutasít, a kudarcot nem viseli el, ha csupán a mához és a mai örömhöz, élvezetekhez kötődik, ha elveszti a világot tágassá tevő szellemi képességeit, ha csak racionalizál, szakmákba zár, technicizál, ha eltávolítja és elfelejti mítoszait, és félelmében óriási zajt csap, túlharsogja tudatalatti félelmeit, túlrohanja, elfojtja, letagadja – életét éppúgy elkorcsosítja, mint halálát.

A tudomány, civilizáció, tempó fantasztikus eredményei mellett ez az élet másról szól, mint a teljes életről. Ezzel a „kultusszal” nehéz eljutni a megbékéléssel nehezen kivívott halálig. A modern világ hozott-kapott nyereségeit viszont senki sem hajlandó feladni. Visszahozhatatlan a modern tudás előtti élet, a folyamatokat megállítani nem lehet. Viszont korrigálni, másképpen hozzákezeni – igen.

A hiányok már kifejezettek, tudatosak és tudottak. A bezárkózás oldódik, a gőg mintha lanyhulna, a pluralitás itt is érvényesül. Nem lehetnek illúzióink. Lehet-e visszafelé lépve visszahódítani elveszett területeket? Keresheti-e a töredék az egészet? Pótolható-e a nagy mítoszok hiánya? Lehet-e fragmentumokból teljességet hiteltelenül átvenni? Nem lehet, csak hazugságokkal és ámitással, de lehet újonnan megépíteni az utat, esetileg, egyedileg, ott helyben lehet segíteni a nagy hiányokon. Erről is szól ez a konferencia.

A halálhoz vezető út, ez szembesít valóban az élettel, a halál ma hiányzó kultusza szembesít az élet egészének hiányzó kultuszával.

Az egyedi eseti segítség tereimai. Ahol közvetlenül lehet segíteni, tehermentesíteni.

A beteg ember, amikor tudatára jut bajának, élesebben szembesül az élet gondjaival, mert fogytán az ereje, fogytán az ideje, miközben erősödik az a tudat benne, hogy el kell mennie, pedig még sok a tennivalója.

Különösen terhelheti a fizikai leromlás, a fájdalommal való küzdelem, és azok az energiák, amelyeket erre a feladatra kell fordítani, más feladatokkal szemben. A fizikummal való küzdelem lelki feladattá válik, de a kézben tartani remélt lélek és test kicsúszik a kontroll alól.

Nem tudja, mennyi ideje van és van-e még egyáltalán ideje? Az élet teendői kötik. A feladatai, az itt maradottak iránti érzés, a teljesíthetetlen kötelezettségek vagy előtte lévő illetve hátralevő elrendeznivalók sora. Ráneheznek azok a terhek, amelyeket nem tud teljesíteni. A befejezetlen és befejezhetetlen feladatok. Az elvarratlan életszálak. Eluralkodik a tehetetlenség érzése, hogy nem tudja felvenni a harcot sem azzal, amivel korábban megbirkózott, sem azzal, ami új helyzetében fizikai és lelki romlásával még aránytalanabb feladatot ró rá – ezért van, aki arra sem fordít energiát, amire tudna.

Gyenge életkötöttségű embereknél, vagy ahol a személyiség elveszti tartását, erejét, amikor az ember fölé kerekedik a betegség, és a betegség felemészti a beteg személyiségét és az élet központjává válik, akkor abban tudhat segíteni, hogy megtarthassa a lelki épséghez szükséges arányt, hogy „kilásson” abból, ami a horizontját elborítja teljesen.

A pszichikai tehertétel növekszik akkor, ha tudja, hogy meg kell halni, miközben nem tud, vagy nem hagyják ezzel szembenézni. Különösen, ha nyomaszthatják a rossz lépések, élete tévedései. Nagy erővel kerekednek a mindennapok fölé azok a tenni, vagy megoldani való dolgok, amelyeket még egészséges életében összehozott, amelyeket akkor sem tudott megoldani, de mindig volt remény, hogy majd megoldja. Ameddig élet van, addig remény is van, amikor az életből se sok marad, a reményből is egyre kevesebb. Mihez kezdhet beteg, elmenőben, magára maradva?

Előtérbe léphet a bűntudat, a vélt vagy valós bűnök miatti vádak. Magát a beteget és a környezetét is gyötörheti valamilyen bűntudat. Az élet-halál határán különösen erősen kerülnek előtérbe a saját vétkek, bűnök, de mások vétkei, hibáztatása is. A kívülről jött szakember ebben is jobb áttekintéssel rendelkezhet és segíthet helyre tenni a sokszor másról szóló szövevényes viszonyokat.

A környezet

A viszonyok, kapcsolatok, kommunikációk megváltozásában, azok feldolgozásában adhat segítséget a szociális munkás. A környezettel kialakult kapcsolataiban, sőt emberi viszonyainak átgondolásában és kezelésében is. Egy betegség esetében menthetetlenül megváltoznak a kapcsolatok. Új konfliktusok szülehetnek, régi konfliktusok óriásivá dagadhatnak, vagy éppen eljelentéktelenedhetnek. A végső úton lévő beteggel nem mindig tud a környezete megfelelően „viselkedni”. Sok hazugságot és különféle menekülési stratégiákat kell megélnie. A társadalmi halál sokszor megelőzi a fizikai halált. A beteget elhagyja a környezete – nem a fizikai értelemben, bár az is megtörténik –, magára hagyják a halállal, eltagadják a veszélyt, kivonulnak küzdelmeiből. Nem tudnak a beteggel *együtt* szembenézni azzal, ami bekövetkezik. A hozzátartozók, barátok sokszor menekülnek hazugságba, távolságba, közömbösségbe, a félelem elfojtásába, elhallgatják aggodalmaikat, érzéseiket. Itt hiányzik az a kultúra, amelyik hazugság nélkül tud a halálos beteg mellé állni, tartalmat adni az együttlétnek és még jövőt is a maradék életnek.

A szociális munkásnak sokszor kell családgondozással kiegészíteni a hospice-ban végzett munkáját. A környezet viselkedésében két véglet lehet: az egyik, hogy a beteget nem „engedik el”, a másik, hogy korábban feladják, mint ahogy elmenne. Hogy mikor kell, illetve lehet tartóztatni és mikor kell vagy lehet elengedni?. Tartóztatni, amíg az ad erőt és elengedni, amikor az itt-tartás már csak kín és keserv.

A szociális munkás segíthet **az élet áttekintésében**. A viszonyok elrendezésében. A gondok elrendezésében. Hogy mi az, amit még meg lehet tenni, meg lehet oldani, amivel még szembesülni lehet, és mi az, amit már nem szabad, mert nem lehet csökkenő apadó energiából arra erőt fordítani

Életzáró mérleg.

Visszatekintés az életre. Ismert terápiás segítő módszer a „life review therapy”, az életre visszatekintő és előre néző áttekintő gondolkodás.

Segítség az, ha a szociális munkás segíti a beteget önmagával és az életével megbékülni. A haldokló már sokat hozzátenni az életéhez, vagy azon változtatni nem tud, de arra van módja, hogy áttekintse és elfogadja, hiszen mást nemigen tehet. Hogy el tudja helyezni magát az élet folyamatában. Megtalálja, ami a múltból idáig vezette, megtalálja az egységet a világgal, a többiekkel, a követőkkel, az utódokkal. Segíteni kell az elmenőnek elrendezni az evilági terheket: a megoldást felmutatni, vagy odahozni segíteni azt, aki megoldja.

Megnyithatja az én zártságát, vagy a kóros bezárkózást a világ felé, de nyithat a természet irányába, a szellemi világ felé. Segítheti úgy a búcsúhoz, hogy a lezárás ne legyen görcsös, nagyon fájdalmas. Oldani a halálra-hagyottság menthetetlen magányát. Tudni, hogy nincs egyedül, hogy ahová tart oda sokan megérkeztek.

Nehéz csatába száll be a szociális munkás. A legnagyobb emberi küzdelem támogatásába. A kettős teher, amelyről a bevezetőben beszéltem: a betegség, az elhagyottság, a létfeltételek szűkössége, gondjai. Ezenközben a szakember könnyíteni próbál a beteg szociális helyzetén, enyhíteni a végzetes betegségében. Mindezt olyan társadalmi életkörben teszi, ami a halállal nem tud mit kezdeni, azt se megérteni, se elviselni nem tudja. De a kettősség az ellentmondások együttesében is ott van. Sok életkérdést meg kell oldani, bármennyire abszurdan hangzik, ehhez kell a remény is. Amíg él, addig az életről van szó, amihez erőt kell adni, élni kell segíteni. Mivel a halálra kell készülni, ehhez megint vissza kell térni az élethez, mert a saját élettel megbékélni, a többiekkel, másokkal a viszonyokat elrendezni: ez vezethet a méltó elmenetelhez. A remény és reménytelenség együttesében, egyben kettősségében a megbékéléshez is a küzdelem vezet.

Lehet, hogy túlságosan egy oldalról, a megoldható teendők sürgetéséről adtam elő gondolataimat. Inkább a sok helyen tapasztalt hiány, mint a kevés helyen megismert kiegyensúlyozottság oldaláról. Pedig sokan tudnak elbúcsúzni az élettől, sokan veszik az utolsó fordulatot természetesen, bölcsen, szépségesen emberséges módon.

„Megérett a halálra” – mondták falusi rokonaim a hanyatló öregapára. Van, ahol a hit válaszol, másutt a teljesen élt élet. Felelős élet viheti az embert a kiegyensúlyozott felelős búcsúhoz.

Ilyen volt a nagyszerű ember, író, szociográfus Csalogh Zsolt, aki 1997. július 18-án tüdőrákban halt meg. Megküzdött az életéért és a haláláért. Gyászjelentését ő maga fogalmazta meg:

„Halálom esetén azt szeretném, ha az értesítő szövegében benne lenne (esetleg utalva arra, hogy kívánságomra):

*életével elégedetten, a túlvilági lét káprázata nélkül,
békében, derűs lélekkel halt meg,*

Még volt ereje, hogy szeretteire, barátaira, kedves ismerőseire egyenként is szeretettel gondoljon”.