A GYAKORLAT MŰHELYÉBŐL

SOTE Neurológiai Klinika (Budapest)
Beszédgondozó Rendelés

A dadogó szándékformuláinak egy anyaga: a változtatási nehézség

VÉKÁSSY LÁSZLÓ

(Közlésre érkezett: 1992. szeptember 20.)

A dadogó változtatási nehézsége, váltani nem tudása alkalmazkodási zavarra utal: tulajdonságait, szerzett ismereteit nem tudja a helyzetnek, az időnek megfelelően, folyamatosan, képességeinek és az elvárásoknak megfelelően mozgósítani, változtatni.

A változtatási nehézség mögött döntési dilemma és az érzelmi hangsúlyú gondolkodás húzódik meg.

A változást, a váltást mindig döntés, döntések előzik meg, készítik elő. A bizonytalanságok között élő dadogó döntési dilemmája miatt döntéseit (a megoldást) folyamatosan halogatja, így nem alakul ki benne a döntési, azaz a változtatási képesség (ugyanakkor a dadogónak nincs is nagyon mire átváltania, hiszen a biztonságkereső, a sok feltételhez kötött és túlbiztosított magatartása a választást nem teszik lehetővé). A kérdéshez tartozik még, hogy a dadogóra jellemző az ún. feszültség okozta döntés, ami valójában a feszültség levezetéséért jön csak létre. Ennek nincs ésszerű célja, ellenőrzés és motívum nélküli, tehát a belső bizonytalanság terméke (eredménye és haszna is ezzel áll arányban és sok nehézséget okoz a dadogónak a következmények elviselése, illetve annak helyrehozatala).

A dadogó fejlődés-akadályozottsága miatt érzelmileg éli és ítéli meg eseményeit, s ez szövi át gondolkodását. Így a racionális gondolkodás helyett egy érzelmi indokoltságú, öntörvényű gondolkodás alakul ki a dadogóban, mely nem okfejtő, tényeket tartalmazó logikát, hanem a szubjektív bizonyosságot védő, a gondolkodás érzelmi befolyásoltságát jelenti. Ennek a cselekvésben

való megjelenése a következő. A változtatási, váltási szándék mindig egy helyzet, egy történés keretében, az ott szereplők közvetítésével jelentkezik, s az ehhez való alkalmazkodást, a helyzet gondolati megítélését a dadogónak az ott szereplőkhöz való viszonya határozza meg. Tehát nem a tények, hanem az, hogy az az illető kedves-e, nem kedves, szép, jó, tetszik, nem tetszik, figyelmes, tapintatlan, kellemes, kellemetlen stb. Ennek a szubjektív és végletes viszonyításoknak a halmozott és folyamatos előfordulása határozzák meg a dadogó döntéseit, gondolkodását.

Az explorációs beszélgetések felfedték, hogy a dadogók mit tudnak változtatási nehézségükről és azon mit értenek. A dadogók egy része tud róla, érzékeli, hogy neki milyen nehézsége van és változtatni kellene magatartásán, gondolkodási szokásain, de ennek gondolati-cselekvési megoldásait nem tudja kivitelezni, mert az aktivált tulajdonságok hiánya korlátozzák ebben. A dadogók másik része nem tud erről a tulajdonságáról és a kellő ellenőrzés, a tudatosság nélkül átvett viselkedési automatizmusokra épülő reproduktív sémákkal él (így gyakran nem is kerül választási helyzet elé).

A dadogók a váltani nem-tudást a görcs érzéséből eredeztetik, mint annak egy megtapadás-változatát. A tetszetős, de nem elfogadható gondolat logikája az, hogy a görcs és a váltani nem-tudás egyaránt kivédhetetlen, azon nem lehet változtatni, tehát azonosak (indukciós gondolkodás).

A változtatási nehézség nem kizárólag dadogás-specifikus jegy, más tünetű képekben is előfordul, hol centrálisán, hol perifériálisan (szorongás, önértékelési zavar, depresszió, hangulati élet zavar stb.).

A következőkben a dadogók explorációs anyaga alapján bemutatjuk azokat a jellegzetes nehézségeket, melyeken a dadogók változtatni szeretnének, de nem tudnak (a sorrendnek nincs jelentősége):

— nem akar elmenni otthonról (mert akkor nem kell megmutatkoznia, nem kell beszélnie, érvelni, véleményt nyilvánítani, alkalmazkodni, elfogadni mások tulajdonságait);

— nem akar új barátokat, ismerősöket, kapcsolatokat (az interakcióban nem tudja önmagát úgy, olyan szinten képviselni, ahogyan azt szeretné, így nem olyannak ismerik meg őt, mint amilyen);

— véleményén nem akar változtatni (a lezárás a dolgok problémamentességét jelenti, így nincs újabb döntési helyzet);

— nem akar új öltözéket, hajviseletet, sportot választani (mert ez az eddigieknek a felülvizsgálatát jelentené, a nem-változtatással az újraazonosítás, az új tulajdonság kialakításának a nehézségét kerüli el a dadogó);

— a mindennapos élet kisebb-nagyobb nehézségeit, az ügyintézést nehezen viseli, nem akar új munkahelyet, iskolát, új szakmát tanulni (az okfejtés az előbbivel megegyező);

— külön tárgyaljuk a társhoz (szerelmi, házastárs) való kapcsolaton való változtatást (irracionálisan kapcsolódik társához, érzései ellenére, s nem mint érzelmi forráshoz, a lényét gyarapító-serkentő és termékenyítő többlethez, hanem mint az elvesztéséből származó űrt betöltő tárgyhoz, közeghez, ugyanis elvesztése esetén ott egy betöltendő hiány, űr keletkezik és annak pótlása a fenti okok miatt nehézséggel jár).

Az alábbiakban egy 17 éves kezeltünk változtatási nehézségét befolyásoló szándékformula kialakítását mutatjuk be. Kezeltünkkel nyolc ülésen öt szándékformulát alakítottunk ki. Jelen anyag az első ülés magnetofon-felvételének szó szerinti átirata.

— Szívesen beszél dolgairól?

— Nem, nem, illetve attól függ, hogy kivel, de valójában ez nagyon kevés embert jelent.

— Szüleit, barátait, gondolom.

— Igen, de csak két barátom van ilyen, szóval velük, szüleimmel, kevés alkalommal, azt hiszem mi már nagyon jól ismerjük egymást, talán már elfáradtak a velem való segítésben.

— Ezt hogy érti?

— Hát ugye, ez a beszéd-dolog, régen van, már annyiszor vittek ide-oda, mindig próbálták mondani, hogy ezt-azt csináljam, szóval így gondolom.

— Most ők nem akarnak segíteni, vagy önnek van elege az ő segítségükből?

— Az utóbbi...

— Értem. És a barátai?

— Ők mások, ők jobban a mában élnek, több a közös téma, iskolába is együtt járunk, még az általánosba is, szóval ez régi barátság.

— Így hárman?

— Igen, és azt gondolom, hogy nem is kell újabb.

— Ezt hogyan gondolja?

— Hát, az úgy van, hogy mi jól érezzük magunkat együtt, így talán nem hiányzik ide senki, nem értené meg a mi dolgainkat, szokásainkat.

— Ezt megbeszélték?

— Nem, nem így határozottan nem, de úgy gondolom, hogy ez így jó, és a többiek sem tettek ez ellen semmit eddig, gondolom, tehát ez így mehet, megy tovább.

— Ez mindig így lesz?

— Nem, egyszer majd, talán változnak a dolgok.

— Mire gondol?,

— Hát olyasmire, hogy házasság, udvarlás, más érdeklődés, munka elköltözés, ilyesmi.

— Ön szerint rendjén van, hogy így hárman vannak, ennyire elzárkóznak mindenféle új kapcsolat elől?

— Azt hiszem, hogy ez nem egészen van így, mert ha most erről beszélünk, azt hiszem, hogy a barátaim ezt értem teszik, vagy értem is teszik, hozzám alkalmazkodnak, szóval ez úgy van, hogy figyelembe veszik az én beszédhibámat, és mivel tudják, hogy szóval ez nekem nem jó, ha idegenekkel találkozom, hát így segítenek nekem.

— Ez azt jelenti, hogy a többiek szívesen kezdenének ismeretséget másokkal?

— Azt hiszem.

— És ön?

— Nem, nem.

— És miért?

— Nincs szükségem másokra.

— Ez azt jelenti, hogy egyedül akar mindig élni?

— Hm... hát ez így, persze, meredek dolog, és ezt most visszahallva ez biztos nem így van, és ha ezt úgy meggondolom, ez hülyeség, de nem tudok nagyon mást csinálni, most most úgy gondolom, hogy egyedül, talán ha végre javulok itt, akkor persze változtatok, dönteni fogok...

— Értem. És ez az elzárkózási szándéka csak a barátságra vonatkozik, vagy másra is?

— Hát, azt hiszem, ez mindenre, szóval, na, nem szeretek nyüzsögni.

— Ezt ha részletezné...

— Igen. Szóval megvan a menetrendem, ami azt jelenti, főleg, hogy amit meg kell csinálni, azt elvégzem, de többet nem nagyon szeretek, nem lustaságból, hanem mert az nincs benne a menetrendben, így... tehát a suli, a barátok, néha, és főleg otthon vagyok.

— Más elfoglaltsága nincs?

— Minek? Otthon a legjobb, szeretem a szobám, a dolgaimat, magnó, videó, könyvek, tévé. A szüleimmel is kijövök, néha bringázok.

— Nem vágyik másra is?

— De, de, gondolom, mire gondol, persze, és ez ellentmond annak, amit korábban mondtam már, a barátság, barátokról, szóval, hát jó lenne, és nemcsak a fiúk, hanem a lányok, természetesen, látom, másnak is van lány barátja, de ez nem fér bele a menetrendbe, mondtam már, korábban sem volt, szóval úgy gondolom, hogy ez valahogy folyamatosan egymásba kapcsolódik, az óvodától kezdve, hogy vannak lányok is, mert így, az én koromban ez akkor nem újdonság, méghozzá, ahogy én érzem elérhetetlen, nem érzem magam erre erősnek.

— Ez fontos gondolat, de hol tudna ön, ahogy mondta, fölerősödni?

— Hát, társaságban, emberek között.

— Igen, és...?

— És.. . és nem vagyok társaságban.

— Hanem?

— Otthon.

— Miért jó ez önnek?

— Mert biztonságos.

— Mi ebben a biztonság?

— Az, hogy otthon nem ér meglepetés.

— Mire gondol?

— Hát, ami engem megzavar, meglep, szóval az új dolgok, emberek. Kérdeznek, beszélni kell, azt nem szeretem, mert nem tudom, hogy mit mondjak, csináljak, mit válaszoljak, változtassak, ha igen, az jó-e, a változás nekem olyan, mint a földrengés, minden elmozdul a helyéről.

— És ez így most jó?

— Valójában tényleg nem jó.

— Mi lenne a jó önnek?

— Amit hát az előbb mondtam: kapcsolat, kapcsolatok.

— Mi az akadálya ennek?

— Hogy nem változtatok magamon, otthon vagyok.

— Pontosan fogalmazott.

— Igen, azt hiszem, így önmagamnak vagyok az akadályozója.

— Mit kellene csinálni?

— Változtatni kellene, de ezt olyan nehéz megcsinálni.

— De vágyik rá, szeretné, nem?

— Hogyne, természetesen.

— Akkor tehát mit kellene csinálnia?

— Változtatni.

— Min?

— A jelenlegi helyzeten.

— Pontosabban, ha lehetne.

— Kilépni az otthonból, újabb ismeretségek felé, a lányok felé, beszélni... Nem?

— Igen, ez pontos volt. Jó, most próbálja meg összefoglalni az eddigi beszélgetésünk lényegét.

— Hm... Megpróbálom. Egy kicsit lehet gondolkodni?

— Természetesen, és még annyit: csak a fő, lényeges mozzanatokra gondoljon, arra, amit ön fontosnak tart.

— Tehát megpróbálom, talán nem lesz összevissza. Szóval, az emberek között keveset tartózkodom, kevés barátom van, aztán aki van, illetve akik vannak, mert ugye hárman vagyunk, azok is abban segítenek, amiben nem kellene, tehát ami az én bajom, aztán még a lényeg, hogy otthonülő vagyok, pedig, ez így van, szeretnék elmenni, főleg lányokkal barátkozni, meg persze srácokkal is, és ami most van, szóval amit én most csinálok, az nem segít ebben, mert, na, szóval nincs elég bátorságom, hogy merjek változtatni, meg hát máson is, mert más dolgomon is van változtatni való. Ennyi elég, na ez így elmondva egész érdekes.

— Jó. Valóban jól fogalmazott. Most pedig próbálja a szándékformulát megfogalmazni.

— Igen, igen. Megint egy kicsit gondolkodom.

„Kinyitom a lelkem kapuit,
Bátran ismerkedem.”

(Megjegyzés: az exploráció során említett két barátot megkerestük — amiről a kezelt természetesen nem tudott —, és megkértük őket, hogy barátjuk ismerkedésében legyenek segítségére.)