



Festett gipszmaszkok a börtönben

Gasteiger Nóra pszichopedagógus, kriminológus, művészetterapeuta, jelenleg a Thalassa Ház Pszichoterápiás és Pszichiátriai Rehabilitációs Intézet szocioterápiás munkatársa korábban közel tíz évig dolgozott a büntetés-végrehajtás területén, és rendszeresen tartott terápiás foglalkozásokat fogvatartottak és kényszergyógykezelt betegek számára is. Vélekedése szerint a művészetterápiás foglalkozások révén az elítéltek felszínre hozhatják a verbálisan nehezen kifejezhető érzelmeiket, és a terápia hatására csökkenhet a visszaesésük valószínűsége.

– Valószínűleg az elítéltek terápiás gondozása a pszichopedagógia egyik legbonyolultabb területe. Miért erre a területre szakosodott?

– A pszichopedagógia a gyógypedagógia magartás- és viselkedészavaros gyerekekkel foglalkozó ága, melybe a klasszikus iskolai keretek között nehezen működő, hiperaktivitással és/vagy figyelemzavarral élő gyermekek kezelésétől egészen a gyermekotthonban, javítóintézetben élő gyermekek fejlesztéséig sok minden beletartozik. Azok a pszichopedagógia látókörébe tartozó gyermekek, akiket a korai életkorban több traumatikus esemény (családon belüli érzelmi, fizikai abúzus, családon belüli szerhasználat, elhanyagolás) ér, támogató közeg hiányában gyakran kerülnek bajba, konfliktusokba. Emellett veszélyeztetettek szerhasználat szempontjából is, és nagyobb valószínűséggel válnak bűncselekmények elkövetőivé és/vagy áldozatokká. Minél korábbi életkorban indul el a kriminális életút, annál valószínűbb, hogy az adott személy felnőttként sem tud kilépni abból. Engem mindig is ez a terület – a javítóintézetek, börtönök világa – érdekelt: vagyis hogy mit kezdhetünk azokkal, akik valamilyen bűncselekményt követtek el, hogyan akadályozható meg, hogy ezek a személyek visszaesővé váljanak. Mivel a pszichopedagógián belül nincsen kriminál-pszichopedagógia specializáció, ezért aztán a gyógypedagógus szak elvégzése után a kriminológiával foly-



Gasteiger Nóra pszichopedagógus, kriminológus, művészetterapeuta

tattam a tanulmányaimat. Ez elméleti háttérrel ugyan adott ahhoz, hogy jobban megértsem, hogyan gondolkodhatunk a bűnözésről és az igazságszolgáltatási rendszerről, de kezelési módszerek kapcsán gyakorlati tudást nem szereztem, így tovább kutattam olyan módszerek után, amelyek működhetnek zárt intézeti keretek között is, így találtam a művészetterápiára.

– *Hogyan lehet az elítélteket bevonni a terápiába?*

– A művészetterápia egy nonverbális alapokon nyugvó terápiás megközelítés. A fogvatartottak számára – magán a terápiás aspektuson felül – vonzó lehet az olyan foglalkozás, ahol biztonságos közegben, szabadon alkothatnak, utat nyitva ezzel az önkifejezésnek. Erre amúgy egy totális rendszerben kevés lehetőség adódik. A börtön sajátos világ, ahol a verbális és nonverbális jelek-

nek változatos jelentésrétege van. A lényeg gyakran nem a kimondott szavakban rejlik, hanem azokban, amelyek nem hangzanak el, illetve a nonverbális jeleknek is fontos szerepük van. Azok az emberek, akik börtönben vannak, függetlenül attól, hogy milyen bűncselekményt követtek el, amúgy is rendkívül érzékenyek ezekre a jelekre. Folyamatosan figyelnek, nyitottak a körülöttük zajló történésekre. Gyakran nem arra reagálnak, amit mond az ember, hanem arra, ahogy viselkedik velük – ez pedig nagyon hasonlít a gyerekek működésére. A fentiek miatt nyitottam olyan terápiás irányzatok felé, ami a nonverbális terápián belül jól alkalmazható zárt intézeti körülmények között is. Fontos volt, hogy minél szélesebb körben részt tudjanak venni rajta különböző adottságokkal rendelkező személyek, és a folyamat során ki tudják fejteni önmagukat. A foglalkozásoknak megvalósíthatónak kellett lenniük zárt intézeti körülmények között is, tehát fontos szempont volt, hogy ne kelljen hozzájuk bonyolult eszközpark. A zene-terápia például szintén a nonverbális terápiák egyik fajtája, de a börtönön belül nehezen tartom megvalósíthatónak. A művészetterápia emellett egyébként is közelebb állt hozzám.

– *Miben különbözik a művészetterápia a többi terápiától?*

– A képzőművészeti terápia, festés, agyagozás, összességében tehát alkotás az önkifejezés univerzális nyelve. Nem számít, hogy milyen háttérből érkeznek a térbe, ahol a nonverbális művészetterápia zajlik, ott teljesen átalakulnak a résztvevők. Maguk a tárgyak és a terápiás folyamat együtt segítenek elmélyülni, hiszen ezek az eszközök olyan csatornákat nyitnak meg, amelyekre az elején nem is gondolnánk. A zárt intézeti körülmények között gyakran felüti a fejét az aggodalom a résztvevők között, hogy mi később elemezzük az elkészült alkotásokat. Én azonban egy olyan képzőművészeti terápiás irányzatot képviselek, amelyben az elkészült alkotásokat a terapeuta nem elemzi. Az alkotó, valamint a csoportban résztvevők reflektálnak az alkotásra, elmondják, milyen érzelmek és gondolatok jelentek meg bennük a mű láttán. Ahhoz, hogy ez megtörténhessen, biztonságos közeget kell teremteni, melyben az elkészült műveket nem minősítik vagy kritizálják. További elemzést azonban nem végzünk, és később sem vezetjük végig e műveket a klasszikus rajzelemzési folyamaton. Az a lényeg inkább az, hogy a résztvevők valamilyen módon kapcsolódjanak önmagukhoz, illetve azokhoz az érzésekhez, gondolatokhoz, amelyeket nehezen vagy egyáltalán nem képesek kifejezni. E gondolatokat az alkotás révén önma-

gukon kívül helyezik a papír, festék, ceruza, agyag segítségével.

– *Hogyan zajlik a gyakorlatban e fogvatartottakkal végzett művészetterápiás foglalkozás?*

– Két, egymástól különböző művészetterápiás foglalkozást tartottam a börtönben. Az egyik egy komplex, legalább kilenc hónapig tartó pszichoterápiás folyamattal együtt zajló terápia volt, tehát „koterápiaként” működött. A klinikai szakpszichológus által vezetett terápiás folyamatot egészítette ki a művészetterápia. De volt olyan művészetterápiás csoportom is (például szerhasználókkal), ahol e foglalkozás önállóan is működött. Én hiszek abban, hogy a nonverbális terápia önállóan is nagyon hatásos lehet, de kiegészítve más terápiákkal még komplexebb hatást tudunk elérni a résztvevőknél. Ennek az az oka, hogy a verbális terápiás folyamatban felgyűlhetnek olyan érzések, nehézségek, amelyek kifejezése még nem jutott el a szóbeliség szakszáig. Ilyenkor a nonverbális terápia támogathatja, hogy a pszichoterápiás folyamatban is jobban meg tudjon nyílni az alany. A csoportok alapvetően kis létszámúak voltak a börtönben, én ebben a műfajban a hat-nyolc főt tartom ideálisnak. A terápiás folyamat kilenc hónaptól akár másfél évig is tarthatott, és a foglalkozások heti rendszerességgel zajlottak. Minden csoportnak volt egy íve a kezdetétől a lezárásáig, a fokozatosság elvének figyelembevételével. A foglalkozások során nem konkrét feladatokkal dolgoztunk, a résztvevők indirekt módon, spontán alkottak. Én mindössze biztosítottam a csoport számára a kereteket, az eszközöket, valamint azt a teret, amelyben megjelenhetnek az érzések, gondolatok, emlékek, amelyekkel foglalkozni szerettek volna.

– *Tehát nincs modell vagy téma, amit az adott foglalkozáson le kell rajzolni vagy festeni?*

– Általában nincs, jellemzően teret adok a résztvevőknek, hogy megtapasztalják az eszközöket, és gyakorolják velük a spontán önkifejezést. Amikor már biztonsággal használják a festéket vagy az agyagot, esetleg a kollázst vagy más technikákat, és hozzászoktak a terápiás folyamat ritmusához, felépítéséhez, akkor előfordul, hogy témát is ajánlok. A börtönön belül nem megszokott, hogy az emberek szabadon kifejezhetik önmagukat, reagálhatnak egymásra, és ítéletmentes közegben kapcsolódhatnak a másikkhoz. Még ritkább, hogy megosztják egymással nehéz érzéseiket. Amikor a résztvevők már hozzászoktak a módszerhez és a terápiás keretekhez, illetve magukhoz az eszközökhöz és a közeghez, akkor elkezdenek lebomlani az előítéletek, nehézségek és gátlások, és el tudunk indulni az őszinte ön-

kifejezés és önismereti folyamat útján. Az egyes alkalmak során segítséget jelenthet, hogy az általam folytatott művészetterápiás technikának része az úgymond mesterségesen előállított katarzis élménye. A relaxációs szakaszon belül elhangzik egy vers vagy zene, ami szintén az önkifejezésnek univerzális nyelve. Ez segíti, hogy e személyek jobban hozzáférjenek az őket mélyebben foglalkoztató gondolatokhoz.

– *Milyen alkotások születnek általában a gyakorlatokon?*

– Amikor például már legalább hat hónapja együtt dolgozom ugyanazokkal az elítéltekkel, akkor szoktam bemutatni nekik az úgynevezett maszktechnikát. Egymás arcára gipszes gézből maszkot készítenek, és az előítéletekkel, illetve az önmagunkkal kapcsolatos gondolatokat, képeket alapul véve alkotunk. A maszk külső felét úgy kell kifesteniük, ahogy mások látják őket, a belsejét pedig úgy, ahogy ők látják saját magukat. Ennek segítségével sokkal jobban hozzá tudnak férni a saját érzéseikhez, gondolataikhoz.

– *Az elítéltek hogyan viszonyulnak a terápiás gyakorlathoz? Mit várnak tőle, mennyire együttműködők?*

– Mindenki más motivációval érkezik a folyamatba. Van, aki a szabadidő hasznos eltöltését látja benne, és van, aki valóban dolgozna saját magán a börtön keretein belül. A terápia hasznos a börtön által okozott ártalmak csökkentésében is. A bezártság, az izoláció, a kontrolláltság, az állandó megfigyelés, a fokozott agresszió mind ártalomként hat az elítéltek számára, és ezek egy részét lehet csökkenteni terápiás folyamattal. Sokan a terápia segítségével akarnak megkönnyebbülni a mindennapos terhektől. Emellett természetesen vannak olyanok is, akik manipulatív szándékból vesznek részt a csoporton. Szeretnének jó megítélés alá esni, akár a közelgő tárgyalásuk miatt, akár jutalmat szeretnének kapni. A tapasztalatok szerint azokat, akik nem mély, belső motivációból vesznek részt az efféle csoportfoglalkozásokon, a csoport egy idő után kivetí magából, vagy elmaradnak maguktól. Ha kialakul egy jól működő csoport, akkor annak gyorsan híre megy a büntetés-végrehajtási intézetben, és egy idő után a csoportvezetőt vagy terapeutát megkeresik a fogvatartottak, hogy mikor indul új csoport, mert ők is részt vennének benne. Vagyis általában szájhagyomány útján terjed a hír.

– *A büntetés-végrehajtás, illetve a társadalom szempontjából mi a célja ezeknek a foglalkozásoknak? Mit kívánnak elérni? Van-e egyáltalán megfogalmazott cél?*

– Ma Magyarországon nagyon sok mindent

várnak egyszerre a büntetés-végrehajtástól. Elvárják azt, hogy a börtönbe zárt személy kerüljön ki a társadalomból, maradjon bezárva, dobjuk el a kulcsot, hiszen jó helyen van ott bent a börtönben. Ezzel párhuzamosan megjelenik az igény arra is, hogy e személyek fejlődjenek, hogy amikor visszakérülnek a társadalomba (hiszen a legtöbbjüket nem fogjuk örökre bent tartani), már jogkövető életet éljenek: hasznosak legyenek, ne ártsanak többet másoknak, és tartózkodjanak a bűnözéstől. De hogy a bezárás és a szabadság között mi történik velük, az a legtöbb ember számára óriási kérdőjel. Van, aki vért kíván, és követeli, hogy szenvedjenek a börtönben. Mások elismerik, hogy ha a börtönbüntetés ideje alatt a bezárt személy csak szenved, csak negatív élmények érik, és csak agresszióval, elutasítással és előítéletekkel szembesül, akkor nagyon meglepő lenne, ha a szabadság után ő hirtelen jogkövető, együttműködő, és egyáltalán nem dühös és frusztrált tagja lenne a társadalomnak. Tehát alapvetően minden börtönön belüli terápiás foglalkozásnak az a célja, hogy valamilyen pozitív hatás érje ezeket az embereket, ami önismeret-höz és az agresszivitásuk, illetve más viselkedési problémáik kezeléséhez segíti hozzá őket. Ez esetlegesen csökkentheti a visszaesésük valószínűségét. Ha például a droghasználónak fejlődik az önismerete, és tisztábban rálát az érzelmeire, illetve a börtönön belül őt érő ártalmakra, akkor ez csökkentheti a droghasználathoz való visszatérés és ezáltal a bűnismétlés esélyét.

– *Arról vannak adatok, hogy e terápia milyen hatékonyan csökkenti a visszaesés valószínűségét?*

– Én nem tudok ilyen adatokról Magyarországon. A visszaesés valószínűsége sokkal több tényezőtől függ, a terápiás folyamaton kívül számos más körülmény befolyásolja. Többek között fontos, hogy milyen szociális környezetből érkezik az adott személy, és milyen környezetbe szabadul. Számos tényező befolyásolja a visszaesés valószínűsége csökkentésének lehetőségét: kell hozzá az elítélt belső motivációja, támogató családi háló és olyan végzettség, amivel el tud helyezkedni, és a munka megfelelő jövedelmet biztosít számára ahhoz, hogy ő tartósan jogkövető maradjon. De ezenfelül egy sor más paraméter is hozzájárul ahhoz, hogy valaki tartózkodjon az ismételt bűnelkövetéstől. Én hiszek abban, hogy a terápia és a jól tervezett komplex kezelés hozzájárulhat a visszaesés csökkentéséhez, azonban mindennek nem csak a börtönben kell(ene) megtörténnie. Ahhoz, hogy csökkentsük a bűnözés mértékét, ideális lenne a prevencióra fektetni a hangsúlyt. Jól működő, traumatudatos szemléletben jártas, érzékeny szociális és gyer-

mekvédelmi rendszerrel bizonyos esetekben eleve el lehetne kerülni a börtönbe kerülést.

– *A terápia során érzékelhető különbség a különböző típusú bűncselekmények miatt bekerült emberek viselkedésében? Másképpen reagálnak például az agresszív és a gazdasági bűncselekmények miatt elítéltek?*

– Nem. A művészetterápiára adott reakciókat a személyiség és az adott technika iránti nyitottság határozza meg. Természetesen hat rá emellett az esetlegesen meglévő személyiség- vagy más mentális zavar. Viszont ebben a terápiás folyamatban nem számít az, hogy ki honnan, milyen körülmények közül érkezett. Nem számít az sem, hogy ki mennyire tud jól alkotni, hiszen nem műalkotásokat gyártunk, és nem is keressük a műalkotás jelleget az alkotásokban. Még az sem szükséges, hogy az alany tudjon írni vagy olvasni. Viszont fontos, hogy képes legyen csoportban működni, és nyitott legyen az adott technika iránt. El kell érniük, hogy ne féljen használni a technikákat, és figyelje közben a saját érzelmeit. Nem lehet az elkövetett bűncselekmények szerint osztályozni az embereket. Nem jelenthetjük ki, hogy aki egy bizonyos típusú bűncselekményt követ el, az általánosságban ilyen vagy olyan személy. Nagyon változó például, hogy kiből lesz szerhasználó. Lehet ő jól szituált, magas iskolai végzettségű, jó anyagi helyzetben lévő ember, de vannak köztük szörnyen rossz szociális helyzetben lévő, rendkívül alacsony szocio-ökonomiai státuszú emberek is. Más bűncselekménynél ugyanez a helyzet.

– *A börtönbüntetés nemcsak az elítéltek számára hat mentális ártalomként, de hatalmas lelki megterhelést okoz a kint maradó családtagok számára is. Rajtuk hogyan lehet segíteni?*

– Miután leszereltem a büntetés-végrehajtásból, a Thalassa Ház pszichoterápiás műhelybe kerültem. Eközben lehetőségem nyílt arra, hogy együtt dolgozzak a Fecske Támogató Csoporttal. E csoportban a fogvatartottak hozzátartozóinak mentálhigiénés megsegítésével foglalkozunk. Jelenleg ilyen módon kapcsolódom a börtönhöz. Továbbra is a szívügyem a fogvatartottak

és a hozzátartozók mentálhigiénéje. A fogva tartás nagy megterhelést jelent, a bekerülő személy és a család számára egyaránt. A veszteséget, valamint a büntetőeljárás során elszenvedett traumákat nagyon nehéz feldolgozni. A családnak minden esetben meg kell tanulnia funkcionálni úgy, hogy a börtönben élő személy ne váljon távoli, elérhetetlen személlyé, akit segíteni, támogatni kell.

– *A párkapcsolatok rendszerint megszűnnek a börtönben töltött idő alatt?*

– Ez sok mindentől függ. Egyrészt attól, hogy az adott személy mennyi ideig tartózkodik börtönben: minél hosszabb az ítélet, annál valószínűbb, hogy erodálódik a kapcsolat, akár házasságról, akár élettársi viszonyról vagy egyszerű párkapcsolatról van szó. Ebben nagyon fontos, hogy az elítélt hogyan kommunikál a kint lévővel, mennyit oszt meg velük a nehézségeiből, és képes-e megőrizni velük a partneri viszonyt a kapcsolattartás során. Sok múlik azon, hogy abból a sok indulatból és feszültségből, ami a fogvatartottat éri a börtönben, mennyit tud hatékonyan átadni a hozzátartozóknak anélkül, hogy hibáztatná őket azért, mert ők szabadok. A másik oldalon pedig szintén fontos, hogy a hozzátartozó is dolgozzon a saját érzelmein, gondolatain. Ezen múlik, hogy tud-e beszélni arról, ami vele történt (hogy az egyik hozzátartozója börtönbe került). Kérdés, hogy neki családtagként van-e támogató közege. Vannak-e gyerekek a kapcsolatban, akikre szintén oda kell figyelnie, és általában mennyi a mentális, érzelmi teher, amit vinnie kell. És természetesen attól is függ, hogy megmarad-e a kapcsolat, hogy milyen erős volt a fogva tartás kezdete előtt. A jól működő, egymás kölcsönös elfogadásán és tiszteletén alapuló partnerkapcsolat nagyobb valószínűséggel éli túl a fogva tartást, mint a kevésbé jól működő, egymással nehezen kommunikáló felek alkotta, rengeteg elfojtott indulatot hordozó kapcsolat.

Az interjút készítette:
Kovács Sándor