

## SZERKESZTŐI ELŐSZÓ



KÖVÁRY Zoltán  
ELTE PPK Pszichológiai Intézet  
kovary.zoltan@gmail.com

PINTÉR Judit Nóra  
ELTE PPK Pszichológiai Intézet  
pinter.judit@ppk.elte.hu

Az ELTE PPK Pszichológiai Intézetének Humán Tudományos Pszichológia Kutatócsoportja megalakulásakor azt a célt tűzte maga elé, hogy aktívan ápolja és népszerűsítse hazánkban a sokáig elhanyagolt humán tudományos (vagy a régi kontinentális elnevezéssel élve „szellemtudományos”) tradíciókat a pszichológia tudományán belül. Ennek manifesztumaként jelent meg 2024-ben az *Alkalmazott Pszichológia* folyóirat tematikus száma, a *Fenomenológia különszám*, amit most folytatásként az *Egzisztenciális pszichológia* című kiadvány követ. Ez a felosztás sajátos módon követi az amerikai iskolateremtő Rollo May elgondolásait, aki 1958-ban jelentette meg szerkesztőként az első angol nyelvű, úttörő egzisztenciális pszichológiai kiadványt *Existence* címmel. E kötet első felének May a *Phenomenology*, a másodiknak az *Existential Analysis* címet adta, jelezve, hogy van egy organikus kapcsolat – és kölcsönhatás – a két megközelítésmód és terület között. Az egzisztenciális kérdésfeltevés megkerülhetetlen következménye a fenomenológiai megismerésnek, az egzisztenciális pszichológiai kutatás és gyakorlat pedig bármely formájában csakis fenomenológiai alapon elképzelhető.

Miért érezzük úgy, Magyarországon az egzisztenciális és fenomenológiai szemlélet képviselésére és terjesztésére égető szükség van? A kollégák és hallgatók részéről az igény évek óta fokozódó mértékben tapasztalható, ám ehhez fogódzót a graduális és posztgraduális képzéseken nem igazán kapnak. A psi-tudományok (pszichiátria, pszichológia, pszichoanalízis) képviselői közül a 20–21. században hazánkban elenyészően kevesen reflektáltak a modern, 20. századi kontinentális filozófiai fejlemények (fenomenológia, hermeneutika, egzisztencialista filozófia) és a lélektan gyümölcsöző kölcsönhatására, amely olyan, mai napig meghatározó irányzatok létrejöttéhez vezetett, mint a fenomenológiai pszichiátria, a daseinanalízis vagy a Frankl-féle logoterápia és egzisztenciaanalízis. Ezen kivételek közé tartozik a néhai Pethő Bertalan pszichiáter munkássága, a Magyar Daseinanalitikai Egyesület tevékenysége, Sárkány Péter és a Logoterápia alapítvány, illetve részben a pécsi egyetem pszichológiai doktori iskolájának Elméleti Pszichoanalízis programja. (A hazai filozófiai életben ellenben a fenomenológiai hagyományok tapinthatóan jelen vannak, és létezik egyfajta örvendetes

párbeszéd a fenomenológusok és az errefogékony pszichológusok/pszichiáterek közt.) A mainstream pszichológiai kutatás és gyakorlat azonban kevés felületen érintkezett és érintkezik ezekkel a tradíciókkal. A Magyarországon a 20. század második felében meggyökeresedett – először nagyrészt marxista, majd döntően pozitivista – tudományfelfogás valójában csak kétfajta tudományosan megragadható valóságot ismer el: a biológiai meghatározottságot és a társadalmi meghatározottságot. Az első következménye a szakmai és közgondolkodást is mélyen átható „biologizmus” vagy „neurologizmus”, amely a pszichés működés dinamikáját a központi idegrendszer mechanikájával igyekszik helyettesíteni („a pszichológia mint természettudomány”), a másiké a „szociologizmus”, amely demográfiai változók és személyiségkonstrukciók vagy kognitív funkciók korrelációs vizsgálatára koncentrál („a pszichológia mint társadalomtudomány”). A pszichés valóság, a szubjektum, a személyes tapasztalat, az intencionalitás, a jelentésképzés vagy az olyan témák, mint a szabadság, a végesség keltette szorongás és az élet értelme rendre kívül maradnak ezeken a vizsgálódásokon, vagy redukált módon jelennek meg, hiszen sem a biologizmus, sem a szociologizmus nem rendelkezik olyan fogalmi készlettel vagy ismeretelméleti alappal, amely ezen témákat valós természetüknek megfelelően volna képes megragadni. Erre vállalkozik az, amit összefoglaló módon humán tudományos pszichológiának nevezünk, melynek része a pszichológiai fenomenológia és az egzisztenciális pszichológia.

A fenomenológiai megismerés és az egzisztenciális kérdésfeltevés azonban korántsem olyan jelenségek, amelyek az elvont filozofálás területére tartoznának;

sokkal jobban részét képezik a szakmai, sőt mindennapi gondolkodásnak, mint azt feltételeznénk. Hiszen amikor pszichológusként a másik ember személyes világát és jelentésalkotását igyekszünk megérteni, akkor csakis az ún. „első személyű” perspektívára, a másik beszámolójára és saját megismerő tudatunkra tudunk támaszkodni. Az önfeltárási tudat és a megismerő tudat ennek nyomán egy közös, másra vissza nem vezethető „pszichikus mezőt” hoz létre a találkozássorozatok nyomán, amit interszubjektivitásnak nevezünk. Ennek a megértéséhez az élet-történeti kontextus, vagyis az idői dimenzió elengedhetetlen. Ezzel máris a filozófiai kérdések kellős közepén találjuk magunkat; hiszen Martin Heidegger, az egzisztenciál-fenomenológiai gondolkodás megkerülhetetlen szellemóriása azzal a megállapítással kezdi főművét, az 1927-es *Lét és időt*, miszerint az idő az a horizont, amelyen belül a létmegértés egyáltalán lehetségessé válik. A létmegértés pedig nem egy filozófiai luxustevékenység, hanem létmód, ahogy Heidegger mondta, amiben a saját létezésünkre megy ki a játék. Pályatársa, a pszichiáter-filozófus Jaspers pedig úgy fogalmazott, hogy a gyakorlati munkát végző pszichológus óhatatlanul a létezés feltárási filozófussá válik, ha tud róla, ha nem, ha tesz neki, ha nem. „Minden pszichoterapeuta egzisztencialista, amennyiben jó terapeuta” – hangsúlyozta Rollo May, aminek részét képezi az, hogy a jó szakember nem futamodik meg a létkérdések megtárgyalásától, illetve az, hogy folyamatosan tisztában van saját egzisztenciális érintettségével. A pszichológusi munka nem objektív tevékenység, hanem iskolázott szubjektivitást igényel.

Valójában tehát pszichológusként mindannyian fenomenológusok és egzisztencialisták vagyunk tárgyunk „természetéből”

fakadóan, de korántsem mindegy, hogy ezt implicit módon és reflektálatlanul tesszük, mintegy vakrepülésként, vagy pedig reflektáltan és tudatosan. A Humán Tudományos Pszichológia Kutatócsoport elsődleges célkitűzése az ebben a szellemben fogant kutatások folytatása mellett ennek a felfogásnak a tudatosítása és elterjesztése. Szeretnénk, ha ezen kezdeményezés nyomán a hazai pszichológiában a természeti világ (az emberi tapasztalat *Umwelt*-dimenziója, ahogy Ludwig Binswanger nevezte) és a társas/társadalmi világ (a binswangeri *Mitwelt*) mellett a személyes belső világ (*Eigenwelt*) kutatása is megfelelő tudományos képviselőhez jusson. Ugyanis minden emberi tapasztalatnak, legyen szó akár egy hétköznapi benyomásról vagy egy súlyos, komplex mentális zavarról, megvan a maga *Umwelt*, *Mitwelt* és *Eigenwelt* vetülete, és léteznie kell egy sajátos, legitim tudományosságnak, amely – amellet hogy természetesen figyelembe veszi az *Umwelt* és a *Mitwelt* meghatározó voltát – olyan fogalmi bázist és szemléletmódot (vagy akár módszereket) alakít ki és használ, amely nem akarja az ember komplex élményeit az *Umwelt* vagy a *Mitwelt* vizsgálatára létrejött elgondolások által megragadható horizontokra szűkíteni.

Ezt kísérli meg a fenomenológia és az egzisztenciális pszichológia és ez utóbbiból ad ízelítőt az *Alkalmazott Pszichológia* jelen, öt tanulmányt tartalmazó száma. Az *egzisztenciális pszichológia évszázada* című cikkében Kőváry Zoltán azt a nagyívű fejlődéstörténetet igyekszik bemutatni, amely a múlt században az egzisztenciális irányzatok létrejöttéhez vezetett, és amely alapjául szolgált a 21. században tapasztalható reneszánsz számára. A szerző emellett részletesen kitér az egzisztenciális irányzatok fő témáira (*conditio humana*) és az

alkalmazás-felhasználás lehetőségeire is. Endrédy Balázs *Az eltűnt idő(megértés) nyomában* című írásában egyrészt az idő értelmezésének filozófiai hagyományaira utal a Szent Ágoston írásaira támaszkodó Martin Heidegger és Paul Ricoeur gondolkodása nyomán, másrészt Augustinus koncepcióit olyan klinikai pszichológiai jelenségek elemzéséhez használja fel, mint a neurokognitív zavarok, a PTSD vagy a depresszió. Bár az egzisztenciális pszichológia főként idiógrafikus-kvalitatív módszereket alkalmaz a kutatások során, a nomotetikus-kvantitatív eszközök alkalmazása is hozzájárulhat az ismeretek elmélyítéséhez. Ezekből viszonylag kevés áll rendelkezésre magyar nyelven, ezért is hiánypótló és úttörő jellegű Lajkó Borbála, Szokolay Dávid és Kőváry Zoltán munkája, *Az egzisztenciális aggodalmak kérdőív pszichometriai jellemzőinek elővizsgálata magyar mintán*. Az ECQ magyar változata a szerzők szerint ígéretes az egzisztenciális aggodalmak felmérésére, azonban strukturális validitása további vizsgálatokat igényel a későbbiekben, mivel a vizsgált populáció nem volt reprezentatív. Ugyancsak egy empirikus vizsgálaton alapul Tóthfalusi Dóra és Kőváry Zoltán tanulmánya, *A pandémia okozta krízis egzisztenciális vonatkozásainak elemzése Interpretatív Fenomenológiai Analízis (IPA) alkalmazásával*. A COVID-járvány a jelenkori történelem egyik legnagyobb megrázkódtatása volt világszerte, valóságos kollektív jaspersi határhelyzet; ennek a tapasztalatát igyekezett Tóthfalusi Dóra készülő doktori disszertációjában feldolgozni egy fenomenológiai módszerrel, amely évek óta tananyag az ELTE Pszichológiai Intézetében, és számos izgalmas kutatást inspirált. A tematikus szám Kőváry Zoltán cikkével zárul melynek címe: *Végesség, lázadás és önteremtés*. A Szárnyas

fejvadász és a Blade Runner 2049 *egzisztenciális pszichológiai megközelítésben*. Ridley Scott 1982-es, időtlen klasszikusa és annak 2017-es folytatása az emberi és emberként való létezés végső határait feszegeti. A szerző elsősorban a végesség tudata és az arra adott válaszok (pl. lázadás) szempontjait elemzi a filmek cselekményén

keresztül az egzisztencialista filozófia és az egzisztenciális pszichológia fogalmainak segítségével. Reméljük, hogy az *Alkalmazott Pszichológia* jelen számának tanulmányai felkeltik olvasóink figyelmét mind az egzisztenciális pszichológia alkalmazhatósági lehetőségei, mind pedig a Humán Tudományos Pszichológia Kutatócsoport munkája iránt.