

KÁROLI GÁSPÁR REFORMÁTUS EGYETEM  
HITTUDOMÁNYI DOKTORI ISKOLA



**A lelkipendozás és a pszichoterápia határkérdései  
a házassággendozásban**

PhD értekezés téziszüzetete

Témavezető:

Prof. Dr. Németh Dávid

Doktori Iskola vezetője:

Prof. Dr. Zsengellér József

Készítette:

Mihalec Gábor

Budapest, 2013.

## **Absztrakt**

### **A lelkipozás és a pszichoterápia határkérdései a házassággondozásban**

Az értekezés áttekintést nyújt a legjelentősebb lélektani irányzatok (pszichoanalízis, humanisztikus pszichoterápia, kognitív viselkedésterápia és szisztémikus pszichoterápia) lelkipozói recepciójáról. A vizsgálat fókuszában az egyes irányzatok pár- és családterápiás koncepciói, valamint az ezek által befolyásolt lelkipozói modellek állnak. A második egység megvizsgálja a házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatokat (házassági felkészítés, egyházi esküvő és házasság-gazdagítás). Végül bemutatásra kerül egy saját integratív modell, amely a lelkipozás hagyományait egyesíti különböző pszichoterápiás irányzatok kutatási eredményeivel és technikáival. A 10 részes párkapcsolati csoportfoglalkozás hatékonyságát egy 54 párból álló tesztcsoport és egy 58 párból álló kontrollcsoport hat hónapos utánkövetéses kvantitatív vizsgálatának eredményei igazolják.

### **Grenzfragen zwischen Seelsorge und Psychotherapie in der Eheberatung**

Die vorliegende Arbeit gibt einen Überblick über die seelsorgerliche Rezeption der bedeutendsten psychotherapeutischen Richtungen (Psychoanalyse, humanistische Psychotherapie, kognitive Verhaltenstherapie und systemische Therapie). Im Brennpunkt der Untersuchung stehen die paar- und familientherapeutischen Konzepte der einzelnen Richtungen und die unter ihrem Einfluss entstandenen seelsorgerlichen Modelle. Die zweite Einheit untersucht die mit der Ehe verbundenen kirchlichen Dienste (Ehevorbereitung, kirchliche Trauung und Ehebereicherung). Zuletzt wird ein eigenes integratives Modell dargestellt, dass die Tradition der Seelsorge mit den Forschungsergebnissen und Techniken verschiedener psychotherapeutischer Richtungen vereint. Die Effektivität der 10-teiligen Gruppenbeschäftigung für Paare wird anhand einer quantitativen halbjährigen Längsschnittstudie einer Testgruppe von 54 Paaren und einer Kontrollgruppe von 58 Paaren bestätigt.

## **Border issues of pastoral counseling and psychotherapy in marriage counseling**

The present dissertation gives an overview on the reception of the major psychological trends (psychoanalysis, humanistic psychotherapy, cognitive behavior therapy and systemic psychotherapy) from the part of pastoral counseling. The focus of the research is on the couple and family therapy concepts of each trend, and also the pastoral counseling models they influence. The second unit examines the church services connected to marriage (marriage counseling, church wedding and marriage enrichment). Finally an own integrative model is to be presented, which connects the traditions of pastoral counseling with the research results and techniques of different psychotherapy trends. The effectiveness of the 10-part relationship group session is proven by the results of a quantitative longitudinal research with a 54 couples test group and a 58 couples control group.

# Az értekezés tartalmi áttekintése

## **1. A lelkigondozás dialógusa a jelentősebb pszichoterápiás irányzatokkal, különös tekintettel azok házassággyógyászati szempontjaira**

A disszertáció első fejezete négy pszichoterápiás irányzatot vizsgál meg, bemutatva annak lelkigondozói recepcióját, valamint párterápiás koncepcióit, illetve az adott eljárások lelkigondozói kontextusban alkalmazható házassággyógyászati lehetőségeit.

1.1 A pszichoanalízissel foglalkozó rész elsősorban a freudi pszichoanalízist tekinti kiindulási alapjának és történeti sorrendben igyekszik megvizsgálni a lelkigondozói-pasztorálpszichológiai szerzők pszichoanalízishez való viszonyát. A vizsgálatba a következő szerzőket vonja be: Oskar Pfister, Walther Buntzel, Eduard Thurneysen, Helmut Tacke, Paul Tillich, Hans-Joachim Thilo, Joachim Scharfenberg, Dietrich Stollberg és Gyökössy Endre. A pszichoanalitikus párterápiás irányzatok között külön alfejezetben kerülnek bemutatásra a klasszikus pszichoanalízist követő koncepciók, a tárgykapcsolat-elméleten alapuló és a transzgenerációs modellek. Pasztorálpszichológiai oldalról külön kiemeljük Hans-Joachim Thilo jelentőségét, aki elsőként integrálta a pszichoanalízis felismeréseit egy koherens lelkigondozói szemléletű házassággyógyászati koncepcióvá.

1.2 A humanisztikus pszichológiai irányzatokat vizsgáló rész elsősorban Carl R. Rogers munkásságát tekinti a gyakorlati teológia dialóguspartnerének. Megállapítottuk, hogy Rogers szemlélete rendkívüli hatást gyakorolt a lelkigondozás irodalmára és képzési rendjére. Gyakorlati teológiai oldalon olyan szerzők kerülnek bemutatásra, mint Howard Clinebell és Hans-Christoph Piper. A humanisztikus pszichológia ihletése alatt álló pár- és családterápiás munkák közül Virginia Satir élményközpontú és Susan M. Johnson érzelmi fókuszú terápiás megközelítését ismertetjük. A lelkigondozói modellek közül Howard Clinebell és Traugott Ulrich Schall házassággyógyászati koncepcióit vizsgáljuk.

1.3 A kognitív viselkedésterápiás irányzat általános bemutatása után megállapítottuk, hogy ez a terápiás irányzat talált a legkevesebb visszhangra a lelkigondozói szakirodalomban, jóllehet annak szemlélete és módszerei sokban gazdagíthatnák a lelkigondozó munkáját. A lelkigondozás területéről közelítő szerzők közül a leginkább Lawrence Crabb és Michael Dieterich munkáiban fedezhető fel kognitív viselkedésterápiás ismeretanyag. A párterápiás kutatások közül Bernhard Guerney, Arnold Lazarus, Neil Jacobson és Andrew Christensen, valamint John M. Gottman munkásságát emeltük ki. A keresztyén szerzők közül Norman Wright és Andreas Bochmann munkássága került részletesebb bemutatásra.

1.4 Végül a legnagyobb terjedelmet a szisztémikus irányzatnak szántuk, amely a legtöbb pár- és családterápiás eljárást termelte ki. Az újabkori lelkigondozói szakirodalomban egyre nagyobb súllyal jelenik meg ez a szemlélet (különösen Christoph Morgenthaler írásaiban), sőt a lelkigondozás mellett más gyakorlati teológiai diszciplínákra is termékenyítő hatást gyakorolt (pl. missziológia, lásd a Természetes Gyülekezetnövekedési Mozgalom publikációit). Az egyes koncepciókat a klasszikus rendszerszemlélet, a szociális konstruktivista modellek és a rendszerszemléleten alapuló transzgenerációs lelkigondozói modellek címszavak alatt mutatjuk be. Külön alfejezetet szenteltünk David H. Olson empirikus-szisztémikus koncepcióinak, akinek vizsgálatait a Gyűrű-kúra program hatékonyságvizsgálatában is nagy súllyal bevontuk.

## **2. A házassággal kapcsolatos egyházi szolgálatok**

A disszertáció második részében azokat az egyházi szolgálatokat elemezzük, amelyek a házasságot célozzák meg. Három szolgálati ágat mutatunk be részletesen:

2.1 A házassági felkészítést, amelynek bemutatjuk egyházi és szekuláris gyökereit. Az egyházi megközelítések között részletesen foglalkozunk a Római Katolikus Egyház, a Magyarországi Református Egyház, valamint a Hetednap Adventista Egyház gyakorlatával és írásos forrásaival. A

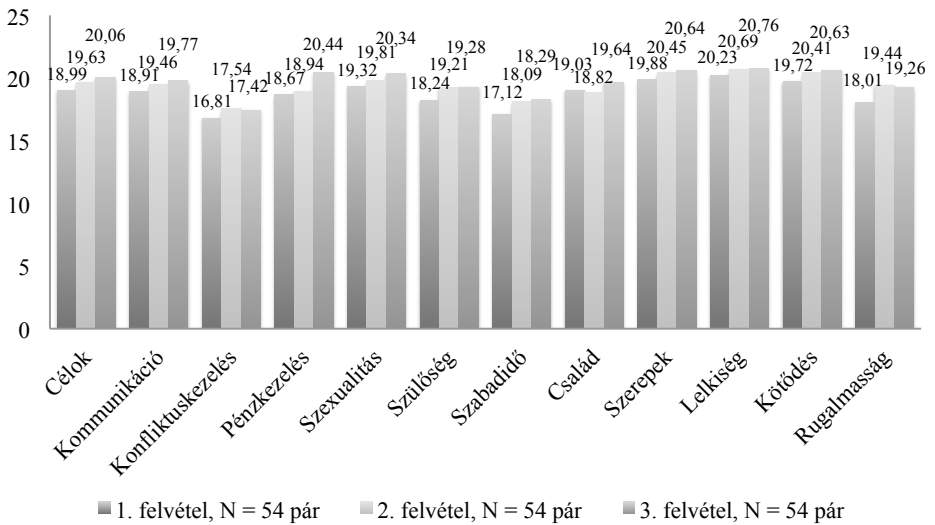
szabványosított szekuláris eljárások közül a PREmarital Personal And Relationship Evaluation (PREPARE), a Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP), és az Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL) című programokat és azok hatékonyvizsgálatait mutatjuk be.

2.2 Az egyházi esküvőt azért emeljük ki, mert ennek szervezésekor a lelkipásztor közelebb kerülhet a házasulandó párhoz és annak családjához, mint bármely más segítő foglalkozás képviselője. Az esküvőt, mint átmeneti rítust értelmezzük (rites de passage) és ezen az értelmezési kereten keresztül vizsgáljuk annak egyes elemeit (bevonulás, prédikáció, eskü/fogadalom, gyűrűk, áldás, kivnulás).

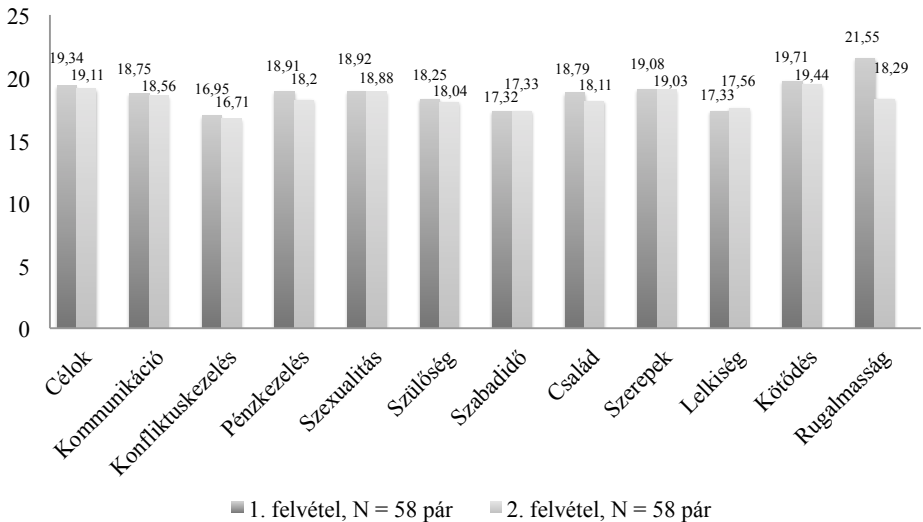
2.3 A házasság-gazdagítás (Marriage Enrichment) az 1970-es években széles körben ismert mozgalommá vált, amely empirikusan is kimutatható változásokat eredményezett a résztvevő párok házasságának minőségében. David és Vera Mace úttörő munkásságát követve több szerző és műhely kidolgozta a saját módszertanát és tematikáját.

### **3. Egy integratív modell: Gyűrű-kúra**

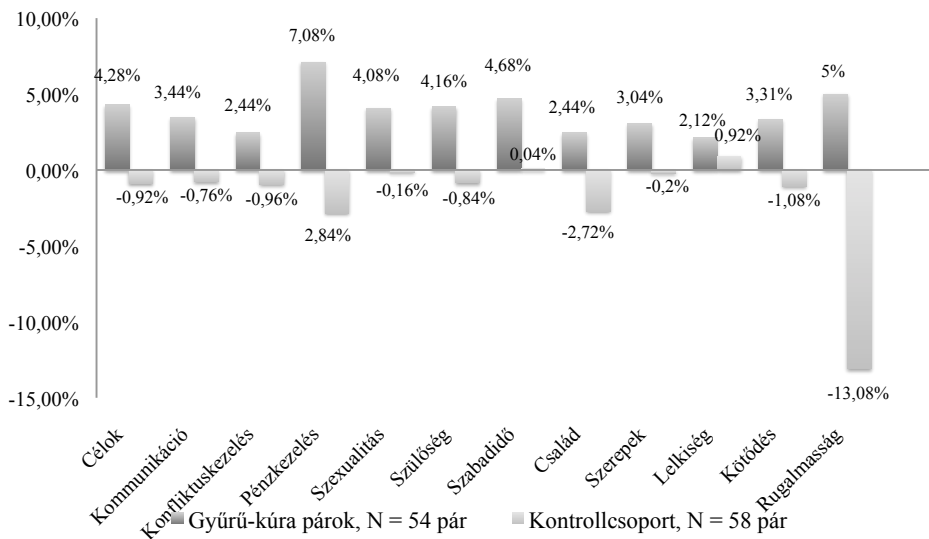
Az értekezést egy saját kidolgozású házasság-gazdagító modell bemutatásával zárjuk, amely a gyakorlati és rendszeres teológiai szempontokba integrálja a pszichoanalitikus, humanisztikus, kognitív viselkedésterápiás és rendszerszemléletű párterápiás aspektusokat. A tízrészes foglalkozás-sorozat házassági felkészítő és házasságerősítő programként egyaránt alkalmas (némi tartalmi eltéréssel). A program hatékonyságát a PREPARE/ENRICH tesztprogram itemjein alapuló kérdéssorral igazoltuk. A programban résztvevő 54 párral kitöltöttük a kérdéssort a Gyűrű-kúrán való részvétel előtt, a tizedik foglalkozás végén, majd az elsajátított ismeretek és készségek hosszabb távú alkalmazásának ellenőrzésére hat hónappal a Gyűrű-kúra lezárása után is. A mérések összesített eredményeit az alábbi diagram mutatja be (a mért kategóriák a PREPARE/ENRICH tesztek kategóriáin alapulnak):



Egy 58 párból álló kontrollcsoportot is vizsgáltunk összehasonlításként, akik nem vettek részt a Gyűrű-kúrán (és semmilyen más párterápiás intervención), és kétszer töltötték ki a kérdéssort hat hónapos eltéréssel. Az ő eredményeik azt szemléltetik, hogy milyen változás történik fél év alatt egy kapcsolatban a Gyűrű-kúra nélkül:



A két csoport közötti különbségeket megragadja az alábbi ábra:





## **Az értekezés legfontosabb tudományos eredményei**

A vizsgálatból az alábbi összefoglaló pontokat fogalmazzuk meg:

1. Ahogyan nem beszélhetünk egységesen pszichoterápiáról, hanem különböző irányultságú és munkamódszerű pszichoterápiákról, úgy a lelkigondozás sem egységes és egyes számú diszciplína, hanem függ attól a pszichoterápiás irányzattól, amellyel párbeszédben áll. Az értekezésben így bemutatuk a pszichoanalitikus irányultságú, a humanisztikus attitűdű, a kognitív viselkedésterápiás hatás alatt álló és a rendszerszemléletű lelkigondozást. Mindegyik teljes értékűen igényt tart a lelkigondozás elnevezésre, mindegyik a bibliai antropológia és etika fegyelmező kontrollja alatt áll, de mindegyik más módszerekkel dolgozik, és máshová helyezi a hangsúlyt az emberről, a betegségről és a helyreállításról vallott nézeteiben.

2. A lelkigondozó emberképe az alábbi pontokon nyugszik: Az ember (1) Isten képmására teremtett lény, egyéniséggel, a gondolkodás és cselekvés hatalmával és szabadságával; (2) a test, lélek és szellem oszthatatlan egysége. (3) Az Isten iránti engedetlensége miatt az emberben összetört az isteni képmás és ezt az összetörtséget adja tovább utódainak is, akik a halál uralma alatt, gyengeséggel és bűnös hajlammal születnek. (4) Jézus Krisztusban Isten megbékéltette magát az embert, (5) így a Szentlélek munkája nyomán Isten a bűnbánó emberben helyreállítja Alkotója képmását.

3. Bizonyos pszichoterápiás irányzatok jobban illeszkednek a bibliai antropológiához, míg mások szemben állnak azzal. A freudi pszichoanalízis az evolúción alapuló emberképet tette magáévá, amely az embert egy hosszú fejlődési folyamat eredményének tekinti, akinek legnagyobb hajtóerőiként az ösztönöket azonosítja (ebből fakadóan nem számol Istennel, bűnnel, szabad akarattal, stb.). A humanisztikus pszichoterápia erőforrás-orientált megközelítése jól összhangba állítható a bibliai emberképpel, ám a bűn miatt korlátolt kibontakozásra képes embernek csaknem korlátlan lehetőségeket tulajdonít. A kognitív viselkedésterápiával kapcsolatosan számos példán keresztül megvilágítottuk, hogy a tanuláselmélet, a realitásról való gondolkodás, illetve a viselkedés módosításának koncepciói nem idegenek a bibliai hagyománytól. A szisztémikus szemléletmód a kommunikáció hangsúlyozásával lényegében az ember isteni képmását emeli ki (a kommunikációra való képesség, mint az Imago Dei egyik legfontosabb

eleme), akit nem önmagában vizsgál elszigetelt individuusként, hanem kapcsolatrendszerének tükrében szemléli.

4. A lelkigondozás sokat tanult a különböző pszichoterápiás irányzatoktól, amelyeknek attitűdjeit, munkamódszereit és szemléletmódját számos ponton integrálni tudta. Az egyéni lelkigondozáshoz sokat merített a pszichoanalízisből, míg a házassági, családi lelkigondozáshoz a szisztémikus megközelítés is megtermékenyítően hatott rá. A humanisztikus pszichoterápia rogersi alapattitűje minden lelkigondozói megnyilvánulás elvárt attitűdjévé vált. A kognitív viselkedésterápia (különösen a kognitív oldal) recepciójában még sok kihasználatlan terület rejlik a lelkigondozás számára. Lelkigondozói recepciója mellett a szisztémikus megközelítés más gyakorlati teológiai diszciplínákat is új távlatok felé inspirált (pl. missziológia, liturgia, diakónia).

5. A lelkigondozás párbeszédben áll a pszichoterápiákkal, merít belőlük, de egyúttal túl is mutat rajtuk, mivel figyelme nem csak a kliens-páciens-család testi-lelki-kapcsolati egészségére irányul, hanem annak spiritualitását, Istennel való kapcsolatát, így végső soron üdvösségét is figyelmének fókuszában tartja. Ez az a döntő különbség, amely a két megközelítést elhatárolja egymástól minden módszertani, szemléletmódbeli, értelmezési hasonlóság (olykor összeolvadás) ellenére is. A lelkigondozó tehát nem alulképzett pszichoterapeuta. A két segítő szakma nem alá- vagy fölérendelt viszonyban áll egymással, nem is konkurens egymásnak. A lelkigondozó és a pszichoterapeuta két különálló szakterület egyenrangú képviselője.

6. A lelkigondozás és valamely pszichoterápiás irányzat közé (bármennyire is közel álljanak azok egymáshoz) a fentiek értelmében soha sem tehetünk egyenlőségjelet, mert akkor a lelkigondozás pontosan a legfontosabb meghatározó eleméről mondana le, amely minden más segítő foglalkozástól megkülönbözteti. A valódi propriumáról, a közvetítői szerepéről a megoldást kereső ember és a megoldást kínáló Isten között. Ahogy a pszichoterápiában implicit módon jelen van a terapeuta "vallása" (annak emberképében), úgy a bibliai hagyomány implicit módon minden egyházi kontextusban lejátszódó lelkigondozásban jelen van. E meghatározó mozzanat nélkül a lelkigondozás megszűnne lelkigondozásnak lenni.

7. A két diszciplína kölcsönösen egymásra is van utalva (még akkor is, ha a pszichoterápia képviselői ennek kevésbé adnak hangot, mint lelkigondozó kollégáik). A lelkigondozó saját eszköztárából az általános keresztyén lelki

eszközökkel dolgozik (imádság, bibliaolvasás, igehirdetés, rituális-ceremóniális cselekmények). A tanácsadási folyamat során alkalmazott módszereinek nagy részét (pl. beszélgetésvezetési és kérdezési technikák, genogram, viselkedésorientált feladatok, externalizálás, diagnosztikai tesztljárások, stb.) a pszichoterápiától kölcsönzi és a bibliai antropológiához és etikához igazítva használja. Ugyanakkor a két szakterület egymásrautaltsága nemcsak a lelkigondozástól a pszichoterápia irányában igaz, hanem fordítva is. Két területen különösen szembevetendő, hogy a pszichoterápia korlátai a lelkigondozás lehetőségeiként jelennek meg: (1) a spiritualitás és az (2) orientáció keresése terén. A lelkigondozásnak mindkét területen történelmi hagyományai, és az európai kultúrában és gondolkodásmódban mélyen meggyökerezett tanításai és módszerei vannak.

8. A határvonalak némileg világosabbá válnak akkor, ha vizsgálódásunkat a házassággondozás, illetve a párterápia konkrét tárgykörére szűkítjük. Így kiderül, hogy a lelkigondozó elsődleges munkaterülete a prevenció és az edukáció, amelyet jobbára analitikus és humanisztikus pszichológiai befolyás alatt, nem szakrendelési keretben folytat, míg a pszichoterapeuta elsődlegesen terápiás beavatkozásokat végez konkrét terápiás indikáció (patológia, diszfunkció) esetén, elsődlegesen analitikus és kognitív viselkedésterápiás (pár- és családterapeuták szisztémikus) befolyás alatt, hivatalos állami fenntartású rendelés, vagy magánrendelés keretében. E viszonylag világos különbségek mellett számos átfedésre is rávilágítottunk, így továbbra is fenn kell tartanunk a két megközelítés közötti határvonal diffúzitását, amelyen át továbbra is mindkét irányba áramolhatnak a kölcsönösen serkentő impulzusok.

9. Az egyházi lelkigondozó a kazuális alkalmak révén közelebb kerülhet a párokhoz és családokhoz azok döntő életeseményeiben (olyan életciklus-váltások során mint pl. házasságkötés, születés, ifjúvá válás, haláleset, stb.), mint bármely más segítő foglalkozás képviselője. Ezért a kazuális alkalmakat különös átmeneti rítusokként fogjuk fel, amelyekkel segíthetjük az érintetteket a sikeres életciklus-váltásban. Ehhez a pszichoterápiák által kínált ismeretek és módszerek nagy segítséget jelentenek a lelkigondozó eszköztárában.

10. A házassággal és családdal kapcsolatos egyházi szolgálatok a maguk preventív és edukatív szemléletmódjával igazoltan hatékony eljárások a párkapcsolatok minőségének fejlesztésében és a jövőbeni normatív krízisek kezelésére való felkészítésben. Az értekezésben három ilyen szolgálatot

mutattunk be részletesen: a házassági felkészítést, az egyházi esküvőt és a házasság-gazdagítást. Olyan kezdeményezések ezek, amelyekre az empirikus kutatók figyelme is kiterjedt és amelyeket különböző pszichoterápiás irányzatok képviselői is az eszköztáruk részévé tettek (házassági felkészítés, házasság-gazdagítás).

11. Az értekezés utolsó részeként bemutattuk a Gyűrű-kúrát, mint saját integratív modellt, amely a bibliai etika és antropológia talaján állva, a házasság-gazdagító mozgalom hagyományaira építve, a különböző pszichoterápiás irányzatok legjelentősebb kutatásait beépítve igyekszik házasság- és házasságra készülő pároknak segítséget nyújtani kapcsolati készségeik fejlesztésében, kapcsolati működésük tudatossá tételében és végső soron a kapcsolatuk minőségének fejlesztésében. A foglalkozásokon részt vett 54 párból álló tesztcsoport és egy 58 párból álló kontrollcsoport hat hónapos utánkövetéses kvantitatív vizsgálata alapján kimutattuk, hogy a program minden mért kapcsolati kategóriában hozzájárult a párok kapcsolatának fejlődéséhez. Ezzel a Gyűrű-kúra olyan eszköz lehet, amellyel az egyház hozzájárulhat a társadalom szélesebb köreinek jólétéhez. Ez pedig hozzájárulhat az egyház jobb társadalmi megítéléséhez is.