

A 70 éves Simon Lajos köszöntése

Ma már kevesen vagyunk, akiket „klinika-hű” munkatársaknak nevezhetnek abban az értelemben, hogy egész életükben ez az egyetlen munkahelyük. Életük sokkal szorosabban fonódik össze munkahelyükkel, mint ahogy az a mai modern társadalmakban megszokottá vált. Az újabb nemzedékek tagjai mozgékonyak, gyakrabban váltanak munkahelyet, lakóhelyet, társat. Simon Lajos a Semmelweis Egyetem (akkor még Budapesti Orvostudományi Egyetem) Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikájának hűséges, egy munkahelyes munkatársa (mint ahogy e sorok szerzője is). Simon Lajos személyének sajátos kettőssége: a stabilitás, ugyanakkor a rendkívüli mozgékonyság. Nagy döntésekben állandóság, a mindennapokban gyakori, gyors váltások.

A fogadó közeg

Ahhoz, hogy megértsük Simon Lajos klinikai pályafutásának állomásait, egy rövid pillantást kell vetnünk az előzményekre is. A klinika struktúráját a XX. század második felében jelentősen meghatározta az a tény, hogy az intézmény a Nyéki úton egy külső részleggel is rendelkezett. Az Országos Intézettől bérelt épületet a XX. század 30-as éveiben Nyírő Gyula (akkor a Lipótmező főorvosaként) elképzelései szerint építették fel. Az itt működő klinikai szervezeti egységet „Neurosis és kedélybeteg osztály” névvel illették. Ennek az osztálynak vezetésével bízott meg engem Juhász Pál professzor, 1973. április 1-től. Az osztály közösségét, az akkori modern pszichiátriai törekvéseknek megfelelően terápiás közösségi elveknek megfelelően szerveztük át. Ekkor kezdtük el a személyközpontú módszer egyes elemeinek, valamint a behaviour terápiáknak a klinikai gyakorlatba való bevezetését. Az osztály saját önképzőkört működtetett, saját „házi tanfolyamot” szerveztünk, amelyben az ápolói kar is részt vett. A terápiás közösség mindannyiunk, személyzet és a betegek magas fokú elkötelezettségével működött. Veér András, Molnár Sándor, Matuzsinka Ferenc, mint kulcsszemélyek, számos pszichológus, köztük Mórotz Kenéz volt a terapeuta-csoport tagja hosszabb-rövidebb ideig.

1976-ban, egy átlagos munkanap során, amikor mindenki végezte a saját dolgát, valami váratlan dolog történt. Sági Anna főnővér ijedt arccal jött be a szobámba jelenteni, hogy valami fehérköpenyes csapat jelent meg a hallban, és köszönés nélkül körbejár az épületben,

láthatóan lázasan tárgyalva az épület sorsát. Mint kiderült, jelentős részben az Országos Intézet vezetői is a csoportban voltak, és a Nyéki úti épület jövőjével kapcsolatos szemlélt hajtottak végre. Majd köszönés nélkül távoztak. Kiderült hamarosan, hogy egyetemünk visszaadja az épületet tulajdonosának, s megszünteti a bérleti viszonyt. Terápiás közösségünknek 1976 őszén el kellett hagynia az épületet.

A közösség depressziós hangulata a Balassa utcába költözés után lassan oldódott. Juhász Pál professzor a B földszinti osztályt bocsátotta rendelkezésünkre. A terápiás közösség csapatának azonban mind munkarendjét, mind önmagát alaposan át kellett formálnia. Ez időben a fentiekén kívül még Zöld Bálint, Lukács Eszter, Pintér Katalin is a csapat tagja volt, amelyhez később gyakornokként Perczel Dóra is csatlakozott. Hosszabb ideig velünk dolgozott Nemessuri Judit is.

Ebben a közösségi „lethargiából” kigyógyult csapatban jelent meg Simon Lajos a 80-as évek elején. A vidám alaptermészetű, aktív, érdeklődő fiatal orvos hamar feltalálta magát. A sokféle, változatos terápiás foglalkozásokba lelkesen bekapcsolódott, s a nyüzsgő, nagy forgalmat bonyolító osztály légköréhez az új munkatárs természete jól illeszkedett. Különös érdeklődést mutatott az önismereti csoportok iránt. Részt vett a Zöld Bálint kezdeményezte szociometriai vizsgálatokban. Alapvetően pozitív beállítottsága jó hatással volt a munkatársak hangulatára.

A közösség újabb „átstrukturizációs traumát” élt át 1983/84-ben. A klinika épületét el kellett hagynia az esedékes nagy felújítás miatt. A 130 ágyas intézménynek a Dél-pesti Kórházban átmenetileg egy 100 ágyas osztályt ajánlottak fel. Simon Lajos lelkesen támogatta azt a javaslatomat, hogy az (egyébként „könnyű” pszichiátriai) osztályunk feladatait változatlanul ellátjuk járóbeteg rendszerben (követve a pszichiátria fejlődésének modern tendenciáit). A Józsefvárosi Önkormányzattól elkértük az üresen álló, Nap u. 25 sz. alatti háziorvosi rendelőkomplexumot, és itt rendezkedtünk be. A „Nap utcai modell” később mintája lett egy extramurális pszichiátriai szervezetnek a maga sokirányú szolgáltatásaival. Simon Lajos jelentős szerepet játszott abban is, hogy kimutattuk az ilyen típusú ellátás gazdasági előnyeit. A sokirányú, változatos tevékenység, a pszichoterápiás módszerek és nézetek sokfélesége (magatartás-terápia, személyközpontú megközelítés, kognitív terápiák) az ő egyéniségének kitűnően megfelelt. Technikai érdeklődése, szervezőkészsége elősegítette a legújabb pszichoterápiás eljárások alkalmazását is (pl. video-felvétellel kísért terápiás ülések).

Simon dr. közben megvédte kandidátusi értekezését, a video-visszajelzés szerepe a pszichoterápiában - témakörben. A Magyar Pszichiátriai Társaság behavior-terápiás munkacsoportja részben az ő szervezői aktivitásának is köszönhetően önálló egyesületté, majd nemzetközileg is elismert szervezetté és kiképző helyé fejlődött, és jelentős intézményként működik jelenleg is.

Ezen korai években formálódott Simon Lajos szakmai arculata a maga egyéni, sok értéket rejtő sajátosságaival. A lélekgyógyászat iránti elkötelezettsége már ekkor egyértelművé vált. Pszichoterápiás alapállását a humanisztikus, személyközpontú szemléletmód jellemezte úgy, ahogy a klinika pszichoterápiás osztályának légkörében elsajátította. Eredeti kreativitása ezen a vonalon lendítette tovább.

A klinikus

Simon Lajos klinikusi profilját a terápiás közösség atmoszférája lebegte körül. A beteg feltételek nélküli elfogadása a közösség rogersi alapállásának megfelelően alakult. Lelkes, alapos, időt és fáradságot nem kímélő módon foglalkozott betegeivel. Ha időt kellett nyerni, azt inkább az adminisztratív feladatoktól vonta el. Igyekezett mindent ellesni az idősebb kollégáktól. Így például, mintegy „mellékesen”, kiváló hipnoterapeutává képezte ki magát. Később is gyakran alkalmazta a módszert, számos látványos sikert ért el egy-egy gyógyíthatatlannak elkönyvelt beteg esetében (például funkcionális járászavarok esetén). Időnként – humorosan – megjegyeztük egy-egy tolószékes beteg láttán, hogy csodás gyógyulásra váró betegek sorakoznak a Simon Lajos-féle zarándokhelyen. Szívesen vállalt nehéz betegeket, akik évekig kitarottak mellette, jóllehet a terapeuta idővel való „viaskodása” esetenként a páciens türelmét is igénybe vette. Lelkesen kapcsolódott be a 80-as években kezdődő intenzív csoportpszichoterápiás programokba. E csoportokat Zöld Bálinttal együttműködve szociometriai módszerrel is követtük, amelyben Simon Lajosnak jelentős szerepe volt. Aktív módon vett részt egy rendkívüli klinikai programban is: drogbetegek intenzív csoportpszichoterápiás kezelésében.

A fiatalok nevelője, oktatója

Egyéniségének sokszínűsége az oktatásban is megjelenik. Jellemző, hogy körülötte mindig kialakul egy szűkebb csoport, akik részt vesznek az általa kezdeményezett kutatásokban. Simon Lajos a kezdeményező, és megtalálja azokat a fiatalokat, akik a témát tovább viszik, és

akár a doktori fokozatig fejlesztik. A Magyar Pszichiátriai Társaság rendezvényein, vagy más szakmai összejöveteleken saját munkacsoportja általában egy teljes szekciót elfoglal. A fiatalokat szinte észrevétlenül vezeti be a konferenciák világába, a tudományos kommunikáció nehéz mesterségébe.

A VIKOTE főtitkáráként, majd elnökeként magas szintre fejlesztette a pszichoterápiás szakképzést. Ennek szervezeti, pénzügyi alapjait is megteremtette, és jelentősen hozzájárult a jogi szabályozás kidolgozásához is. A VIKOTE-képzés fogalommal vált, és meghatározó jelentőségre tett szert a hazai képzési mezőnyben.

A szervező

Simon Lajos szervező készsége már a klinikára kerülése előtt is megmutatkozott. Az autórally versenyek gyakorlott szervezőjeként jelent meg a klinika közössége előtt. A közösség elfogadta ezt a majdnem kettős identitásnak nevezhető állapotot. Időnként a két tevékenység látszólag összemosódott. Mégis, egyik sem volt a másik kárára. Sőt, az egyik dinamizmusa előre lökte a másikat. Az autóversenyek szervezése később lassan átadta helyét a szűkebben szakmai tevékenységek szervezésének. Aktivitásának köszönhető, hogy éveken keresztül sikeres VIKOTE rendezvények zajlottak és zajlanak jelenleg is. E rendezvények a résztvevők közötti baráti kapcsolatok kialakítására is lehetőséget nyújtanak. A helyszínek megválasztása számos esetben Lajos ötletein alapul.

A jó szervező megfelelő munkatársakkal dolgozik együtt. A munkatársak azután kiegyengetik azokat a hézagokat is, amelyek Lajos időgazdálkodásának zökkenőiből adódnak. Sajátos, ahogy a feszültségeket kezeli: humorral, jókedvvel, a másik személyének tiszteletben tartásával.

Klinikai tevékenysége során igazi szervezetfejlesztőnek mutatkozik. A klinikai tevékenység újszerű ágainak fejlesztésében mint kezdeményező játszik szerepet. Ilyen például a szociális foglalkoztató. A Moravcsik Alapítvány keretében új helyszíneket szerez, a klinikát térben is fejleszti, tágítja. Országos jelentőségű rehabilitációs találkozót szervez. Bekapcsolja hazánkat a nemzetközi vérkeringésbe, nem csupán a viselkedés- és kognitív terápiák, hanem a sématerápiák irányában is. Ez utóbbi területen Simon Lajos mellett eredeti, önálló kutató egyéniségek nőttek fel. Az Art brut mozgalomban ugyancsak eredetét alkotott, és mindezt nemzetközi szintre fejlesztette. Megfelelő kiállító és művészeti műhelyeket szervezett, ehhez helyiséget biztosított.

Küzdelem Chronosszal: Az idő

Lajos sajátos viszonyban van a fizikai idővel. Az időt inkább szubjektív skálán érzékeli, amelyben az óramutató a belezsúfolt feladatok száma szerint ugrik, (többszörre késik). Ez a tulajdonság számos előnnyel jár: míg mások egy-két dolgot intéznek el időegység alatt, Lajos azalatt a dupláját. Természetes, hogy a fizikai idő kényszere rá is hat, időnként konfliktusba kerül vele. Az eredmény: elkésik innen-onnan. De soha nem létfontosságú időpontokról. Ugyanígy küzd a határidőkkel is. A határidő fenyegető közelsége kell ahhoz, hogy elvonja egy (éppen más) feladattól, s a munka végül is az „utolsó pillanatban” elkészül (pl. a kongresszusi előadás diái). Lajos nem egypályás versenyző. Párhuzamosan több szálon fut az élet és a tevékenység. „Mindkét végén égeti a gyertyát” mondásnak a francia változata jobban illik rá: „Il brûle toutes cartouches en même temps”, (vagyis minden gyertyát egyszerre éget). A korai években még aktív rally-versenyző, majd verseny-szervező később is „szervezett”, ha nem is autóversenyt, de konferenciát, külföldi utat, egyesületet, alapítványt, szociális foglalkoztatót, art-brut műhelyt és kiállításokat, stb. Miként fér több élet egy emberi élekciklusba: Lajos nagy kísérlete. Ennek a kísérletnek betegek százai, kollégák tucatjai élvezhetik áldásait. A hazai pszichoterápiás mozgalomban Lajos mindvégig a praktikus józanságot képviseli, a szektásodással, az intézményekkel való felesleges huzakodással szemben.

A technika vonzása

Simon Lajos minősített rally versenyzőként jelent meg a klinikán. Verseny-trabantja időnként hangosan zúgott a klinika (akkor még járható) udvarán. Az autó motorjából a maximális teljesítményt kell kihozni. Ez egy alkalommal olyan jól sikerült, hogy a még hátrafelé guruló trabant váltóját egyesbe téve vollgázt adott. A féltengely látta kárát, mert nem bírta, és eltörött. Az Orvosegyetemi Sportklub (OSC) szakosztályvezetőjeként országos versenyeket szervezett. Lajos minden autója ma is OSC 001 rendszámot visel.

Azt gondolnánk, a pszichoterápia olyan szakterület, amelyben a közvetlen emberi kommunikáció szinte kizárólagos szerepet játszik. Nos, Lajos sok gyertyája közül az egyik erre is rácsófol. Ahogy a hang- és képrögzítés technikája fejlődött, ő azonnal alkalmazni kezdte azokat a pszichoterápiás kutatásban is. Előbb magnófelvételek, majd videofelvételek készültek (a kandidátusi értekezés témája is a videonak a pszichoterápiában történő alkalmazásáról szólt). Video-felvételekre alkalmas labor jött létre kezdeményezésére a

Balassa utcában és a Nap utcai egységben is. Majd a számítógép, a virtuális valóság, a mimikai kód gépi megfejtése került előtérbe.

Az útitárs

A VIKOTE elnökeként számos közös utunk volt Simon Lajos főtitkárral. Soha kellemesebb útitársat! Lajos mindenről gondoskodott, minden apró részletre figyelt. Bármely nehézség adódhatott útközben, biztos lehattél abban, hogy Lajos megoldja (időpontok, átszállások, csomagok, címek, stb.). Svájc közepén, egy autópályán kifogy autónkból a benzin. Töltőállomás nincs a közelben. Mit lehet tenni? Lajos megoldja. Nemzetközi találkozók esti programjainak hangulatát Lajos kedélye jelentősen „feldobja”. Azt hiszem, Madame de Bonist azóta sem vitték úgy táncba (Rock and roll), mint Lajos egy párizsi EABCT ülés bankettje alkalmából. A váratlan problémák megoldása többnyire jó hangulatban, az újszerűség izgalmaiban történt. Az európai hivatalos programokon túlmenően (EABCT ülések) Lajos a szabadidő maximális kihasználásáról is gondoskodott. Közös, emlékezetes utazásaink némelyike, Lajos technikai vonzódásának hála, videon is megörökítettett. Izlandon, a geizíreknél mondtam neki (aki mindent meg akart örökíteni): „majd ha otthon leszünk, elmondom, mit láttunk, mert Te a videózás miatt csak néztél, de nem láttál.” Gúnyos szavaimat visszavontam, amikor, pár évvel később egy este közösen végig néztük a látottakat. Ugyancsak Izlandon történt, hogy vendéglátó kollégáink egy ünnepi vacsorára invitáltak bennünket. Természetesen egy tengeri csemegét kínáló étterembe, ahol a folyosó akváriumaiból lehetett kiválasztani a szerencsétlen áldozatot. Igen ám, de vendéglátóink nem tudták, hogy Lajos irtózik a halaktól, és semmi tengeri csemegét nem fogyaszt. Hogyan, hogyan, pár perc múlva hozták Lajosnak a báránysültet.

A versenysport szerelmese

Ha Simon Lajos autójába ülsz, autóversenyen érezheted magad. Általában gyorsan vezet, s a versenyeken szokásos „manővereket” a mindennapokban is alkalmazza. Ha egy kis lehetőség adódik előbbre jutni, azt többnyire kihasználja. Mindemellett vezetése abszolút biztonságos. Végig rohangáltuk egy EABCT rendezvény alkalmából Korfu szigetét, minden probléma nélkül. A sziget azonban kicsinek bizonyult, ezért Lajos motorcsónakot bérelt, hogy a tengeren is tehessünk egy jó nagy körutat. Szegény csónakmotort is maximálisan pörgette. Csak emiatt aggódtam: Vajon a motor bírja-e a maximális terhelést? Bírta. Viszont az út

egyedülálló élményt nyújtott. A versenyben le kell győzni a többieket. Simon Lajos élénken reagál a potenciális „versenytársakra”, riválisokra. Vannak, aki feladják mellette, mások ugyancsak „nyomják a gázt”. Többnyire Lajos kerül ki győztesen.

A kapcsolatépítő

Simon Lajos nem csupán a tudás-tőkével, de a kapcsolati tőkével is mesterien bánik. Céljainak eléréséhez felhasználja a kapcsolatokban rejlő lehetőségeket. Tárgyalások, értekezletek során nem egyszer tapasztaltam, milyen ügyesen győzi meg az illetékeseket annak érdekében, hogy szakmai törekvéseit támogassák. E törekvések gyakran a pszichoterápia érdekeit, máskor a pszichiátria szociális összefüggéseinek tágítását szolgálták. Más alkalommal intézményünk, a Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinika rész-érdekeit jelentették meg. Különösen is megmutatkozott az intézmény saját érdekeinek képviselője a professzori interregnum idején, amikor Simon Lajos vezette a klinikát. Mesterien bánik a médiumok adta lehetőségekkel is. Gyakori televíziós szereplés, gazdag internet-elérhetőség, sajtó- és rádió- nyilatkozatok kísérik szakmai útját, különösen az utóbbi évtizedekben. Érzékenyen reagál a társadalmi közbeszéd szakmánkat érintő vonatkozásaira is. Nem véletlen, hogy szakértőként foglalkoztatják a szexuális identitás zavarainak témakörében, vagy a társadalmi stigmatizáció és a pszichiátria viszonyának elemzésében.

A barát

Simon Lajos nem „kolléga”. Ez a kategória vele kapcsolatosan nem működőképes. A környezetében lévőket valamiképpen polarizálja. A többség pozitívan fogadja a vidám, kedves, segítőkész munkatársat, akivel könnyű személyes kapcsolatba kerülni egy bizonyos szintig. De mindenképpen mélyebben, mint egy „kollégával”. Kandidátusi értekezésének opponense, Moussong-Kovács Erzsébet mondta egyszer, amikor Lajos értekezése az ígért határidőre nem készült el: „Nem mindig úgy történik, ahogy mondja, de nem lehet rá haragudni”. Vannak, kevesen, akik inkább negatívan viszonyulnak hozzá, egy-egy tulajdonsága miatt. Barátsága viszont időtálló. Az a fajta kapcsolat, amelyre mindig lehet számítani. Akivel akár évekig tartó szünet után is ott folytatod a beszélgetést, ahol abbahagytad. Mintha a „szünet” nem is lett volna. Hiszen számára az idő, mint tudjuk, korántsem fizikai valóság csupán, hanem a szubjektív módon megélt események rendje, struktúrája. Jó vele lenni. Érdeklődik irántad, fontos vagy neki. Bevon saját életének

mozaikjaiba is olyan módon, hogy azokat sajátodnak érezheted. Atmoszférát teremt maga körül, könnyen válik a társaság középpontjává. Ugyanakkor háttérben marad, ha a csoportfolyamat úgy kívánja. Közös, „örök” önismereti csoportunk évenkénti találkozóinak is központi, meghatározó személyisége.

Simon Lajos az a tanítványom, aki időben önállósodva maga is fiatalokat irányító tanárrá fejlődött, személyében visszaigazolván egyik mesterünk, Carl Ransom Rogers tanítását a személy önmegvalósítási törekvéséről.

Budapest/Esztergom, 2021. május 1.

Tringer László
professor emeritus

Részlet a "***Csatát nem a helyszínen kell megnyerni***" című könyvből