

HUMÁN SZABÁLYOZÁS ÉS ADDIKT POTENCIÁL

Addiktológiai kommunikáció

Simon Miklós

miklos.simon@uni-corvinus.hu

DOI: 10.20520/JEL-KEP.2017.2.61

Absztrakt

A tanulmány a függőség sokarcú témakörének vizsgálatát – a szerző korábbi kritikáival (Simon 2014a, 2015, 2016) összhangban – az egészség felől közelíti. Felfogásában a humán szabályozás ténye addikt szerveződések lehetőségét hordozza. A „fiziológias függőségtől” az „autonóm függőségig” tematizált ontogenetikus fejlődés addikt kommunikatív állapotait humán attribútumnak, értékes tanulási folyamat nélkülözhetetlen elemeinek tartja, diszfunkcionálissá vált destruktív szerveződéseit viszont egyedi mintázatokból álló rendszerhiba megnyilvánulásaként értelmezi. A szokatlan nézőpontváltás addikt jelenségek újszerű dimenzióit (rétegzett addiktus, szimbiotikus és parazita szerveződések) hozta felszínre. Úgy tűnik, a homeosztatis/autopoietikus szabályozás paradigmája termékeny kiindulópontja lehet egy integratív, a toxikológiai szemléleten túlmutató, kommunikatív perspektívájú addiktológiának.

Kulcsszavak

kötődés, homeosztázis, autopoiézis, élménygazdálkodás, addikt kommunikatív állapot

HUMAN REGULATION AND ADDICTIVE POTENTIAL

Addictological communication

Miklós Simon

Abstract

The paper – in accordance with the former critiques of the author (Simon 2014a, 2015, 2016) – approaches the multifaceted problem of addiction from the point of view of health. In his view the human regulations carry the possibility of addictive structuring. The addict communicative states of the ontogenetical development are thematised in a range from „physiological” to „autonomous” dependence. These states are considered by the author as human attributes, essential elements of an important learning process, while the dysfunctional, destructive organizations of the ontogenetical development are interpreted as system errors manifested in individual patterns. The unusual point of view reveals new dimensions of the addictive phenomenon (multi-layered addictive, symbiotic, and parasitic organizations). The paradigm of homeostatic/autopoietic regulations could be a good base of an integrative, communicative perspective of a new addictology that goes beyond the toxicological approach.

Keywords

attachment, homeostasis, autopoiesis, experience management, addict communicative state

HUMÁN SZABÁLYOZÁS ÉS ADDIKT POTENCIÁL¹

Addiktológiai kommunikáció – elvi, elméleti alapvetések kísérlete²

Simon Miklós

„Nagyon nehéz – mint Önök bizonyára tudják – azokról az élő rendszerekről beszélni, amelyek egészségesek, és jól mennek a dolguk; sokkal könnyebb beszélni az élő szervezetekről, amikor betegek, zavartak, amikor a dolgok rosszul mennek. A patológia viszonylag könnyen, az egészség nagyon nehezen tárgyalható téma.”

Gregory Bateson:
Ecology of mind: The sacred

Bevezetés

Tanulmányom az ember viselkedését kevésbé annak szabadon bontakoztatható szándékaiban, sokkal inkább – a megszokottól eltérően – (külső/belső) körülményeinek természetes meghatározottságában (olykor kiszolgáltatottságában) vizsgálja. Az ego erejének (sőt szinte mindenhatóságának) különösen az amerikai sikerpszichológiában meglehetősen hangsúlyos *egyik* vagy (tárgyunk tekintetében agyon medikalizált) *másik* oldala mellett – épp a szemléleti kiegyensúlyozottság jegyében – helyénvalónak tartom figyelmünket ezúttal a természetes *törékenységek, esendőségek, meghatározottságok* felismert és kreatívan formált lehetőségei felé fordítani. A függőség súlyos (és hangsúlyos), ám más szempontból meglehetősen prekonceptiókkal, kissé szégyenlős tartózkodással, mondhatni félve kezelt világának itt következő, a főáramtól eltérő szempontú szakmai áttekintése valós szemléleti űrt tölt be. A függőség jelen-

¹ Megkülönböztetendő az addiktológia „addiktív potenciál” fogalmától, mely a magyar nyelvben elsősorban az addikt-tárgyban rejlő „csáberőnek” tulajdonít (toxikológiai hagyományainak megfelelően) meghatározó erejű, *addikt jellegű* készletet. Szerző felfogása lényegileg tér el ettől, amennyiben az ember addikcióra való hajlamát (tárgyát kereső) alapvető emberi tulajdonságnak (potenciálnak) tartja. Az addiktológiai kommunikáció a tárgy vonzerejét „incentívnek” nevezi, és konstruktivista felfogásának megfelelően másodlagos jelentőségűnek tartja.

² Az Addiktológiai Kommunikáció témaköreit körüljáró tanulmánysorozat következő részében *gyakorlati, módszertani alapvetések* tárgyalására keríték sort.

ségét az egészség felől közelítő, ezzel rögtön „a talpára állított” nézőponttal az addiktológia belső ellentmondásai, morálisan terhelt, „művinek” tűnő problémái új, lényegileg kedvezőbb megvilágításba kerülhetnek.

A függőség fogalmát az egészség felől közelítő szemlélet az addikt jelenségek körét a *humán szabályozás* gondolatkörébe helyezi. Az egyre inkább önálló kutatási irányra váló (zsigeri, érzelmi, kognitív, szelf, stb.) szabályozások valamiféle „zavara” számtalan betegség vagy diszfunkcionális állapot (depresszív állapotok, alixitímia, borderline személyiségzavar) magyarázatául kínálkozott az elmúlt évtizedekben. (Hilt – Hanson – Pollak 2011, Orehek – Vazeou-Nieuwenhuis – Quick – Weaverling 2017 és mások)³ Ez a megközelítés ígéretesnek tűnhet a függőség dinamikájának vizsgálata terén is. Meglepő, hogy mégis csak viszonylag későn, főként az utóbbi tíz év során került a szabályozás jelensége az addiktológiával foglalkozó kutatók érdeklődési körébe. (Padykula – LaFound – Conklin 2009, Bóna – Kun – Kökönyei – Demetrovics 2012) A tartózkodás nem véletlen és nem alaptalan. Az egyéb területeken innovatívnak tűnő alkalmazások az addiktológia területén nem hoztak (nem hozhattak) átütő eredményt. Ennek hátterében nem a szabályozás felől való közelítés alkalmatlansága, sokkal inkább az addiktológia tisztázatlan tárgya, tudományos kritériumoknak alig megfelelő, avitt nyelvezete, speciális (függő) társadalmi kommunikatív állapota tehető felelőssé. (Simon 2015) Az addiktológia jelen formájában nehezen egyeztethető a megújulásához segítségül hívható diszciplínák rendszerszemléletű, korszerű tudományosságával. E téren sok a teendő.

Tanulmányom nem kívánja a szabályozás fogalmát érzelmi, kognitív, szelf, társadalmi, stb. szabályozások valamelyikére szűkíteni, hiszen – kiinduló pontja szerint – az addikt jelenségeket is széles értelemben, a humán életjelenségek teljes spektrumán értelmezi. E két dolog azonban igen szorosan összefügg. Látni fogjuk, hogy a szabályozás *ténye* – a megismerés aktusának külső és belső kapcsolódásai (kiterjesztése) révén – önmagában a függőség *lehetőségét* hordozza magában. Ily módon a megismerés egyidejű *szabályozottsága* és *szabályozó funkciója* (amelyről majd a későbbiekben lesz még szó) kulcsmomentumként termékeny közelítésnek bizonyulhat. Csak egy rendszerelvű felfogás kínálhat olyan értelmezési keretet, amelyen keresztül az addikt jelenségek széles köre – akár már elemi formájában, – megragadható. Tekintve, hogy a jelenséget „patológiásnak” minősített (maladaptív) állapotainál tágabban értelmezzük, feltevésünk szerint minden olyan dinamikus elmélet, amely szabályozó funkciókkal és azok fejlődési feltételeivel kalkulál, közelebb vihet bennünket a függőség geneziséhez, jelenségének (potenciáljának), alakulásának, fejlődésének, funkcióinak és diszfunkcionális állapotainak jobb megértéséhez. Ahogy azt már az eddigiekben a dinamikus fejlődés-lélektani elemzések (Péley – Révész 2001) – sőt a kötődési mintázatra épülő pszichoterápiás elmélet (Flores 2011) is – igazolták.

Ha tehát a függő helyzetben lévő ember viselkedésének és sajátos, különféle szaktudományok, felfogások, nézőpontok által érintett (szabdalt) jelenségeinek közös vonásait természetes fonódásaiban szeretnénk látni, akkor az eltérő jelenségszinteken vizsgált, eltérő terminológiával illetett azonos vagy hasonló funkciójú rokonjelenségek összefüggéseit mai, integrációra törekvő, a korábbinál átfogóbb szemléletünkkel újra kell gondolnunk. A viselkedés mögöttes mechanizmusainak sokrétűségét, mindennapjainkra gyakorolt hatását a kibernetika, a rendszerelmélet és a kommunikáció-tudomány integratív felfogásának fényében napjainkban kezdjük egyre szélesebb (biológiai, társadalmi, történelmi, kulturális) összefüggéseiben is

³ „Áttételesen” az öngyógyító szándékú szerhasználat (Khantzian 1997, 2013) régi-új tapasztalatok új felismerésén keresztül érte el végül is az addiktológiát. Az öngyógyító szándékú szerhasználat és az azzal való visszaélésekkel kapcsolatos tapasztalatok azonban – bár már igen rég óta, Gartner Páltól (1939) Norman E. Zinbergen át (1984) Máté Gáborig (2012) az addikt viselkedés indítékának bizonyos magyarázatául szolgálnak – a függőség *mechanizmusának* kérdését lényegében megkerülik.

megismerni. Vizsgált témánk ezt az összetett megközelítést különösen igényli. Meggyőződésem, hogy ezáltal a függőség alig ismert, gyakran tagadott (ám éppúgy vágyott, mint rettegett) jelensége *gyökereinek és tágabb összefüggéseinek* a feltárása nem csupán a saját, gyűlölt függősége rabságában vergődő embernek lehet segítségére. Hasznára lehet akár egyes kiemelkedő teljesítmények vagy az adósságcsapda és a korrupciós mechanizmusok rejtett vonatkozásainak (és még sok egyéb, hagyományosan különböző, egymástól is eltérő összefüggésben tárgyalt egyéni és társadalmi jelenségnek) a mélyebb megértésében.

A humán szabályozás sajátosságainak és függőségre való hajlamunk összefüggéseinek áttekintésekor ezúttal az eltérő közelítéseknek csupán hézagos tesztelésére, a témánk későbbi feldolgozása szempontjából meghatározónak tartott területek tárgyalására, a szemlélet bemutatására szorítkozhatom. Az elemzés ösvénye e tekintetben erősen behatárolt. A szabályozás és a potenciális függőség eltérő területeken felismert jelenségére fókuszáló felfogás – a szabályozás általános, rendszerelméleti elveinek megfelelően – képes lehet egységes szemléletben kezelni a függőség *egyéni- és társadalmi szintű* mintázatait. Az autonóm szabályozás kialakulásának és a szervezet optimális fejlődési körülményeinek a *társas/társadalmi jelenségekkel* kapcsolódási pontokat kereső leírása a biológiai és a társadalmi jelenségszint köznapitapasztalatokban nap mint nap megélt, empirikusan megragadható összefüggéseit céltudatosan keresi. Reményeim szerint az itt számba vett témakörök mindegyikét – falon függő színházi kellékként – a későbbiekben betöltendő, fontos, addikt vonatkozású szerep várja.

Társas közegben kibomló, egyéni szabályozás

Yerkes és Dodson (1908) törvénye az optimális teljesítményről annak legáltalánosabban értelmezett felfogásában, újabban vitatott empirikus alapjainak megkérdőjelezése (Teigen 1994) ellenére, ám éppen rugalmassága miatt sarokkövét adja ma is ember és környezete rendszerszemléletű megközelítéseinek. Ennek az összetett állapotnak a végletes leegyszerűsítése az aktivációs szint (arousal) és a teljesítmény jellegzetes, korán (1908) felismert, fordított U görbével kifejezett összefüggése. Optimális teljesítmény elsősorban a szélsőségektől mentes, középső harmadban várható. Legyen a megoldandó feladat tetszés szerint választható vagy véletlenszerűen adott, a belső feltételek feladathoz igazítása a feladat elvégzésének (sőt, már a megoldandó feladat percipiálásának is) nélkülözhetetlen eleme. Ennek sikere – kétség kívül – a túléléshez szükséges, versenyképességet növelő, evolúciós előny. Az élő organizmus alapvetően nyílt rendszer. Szabályozása külső körülményekkel összhangban, természeti és társas/társadalmi térben, több jelenségszinten, zsigeri, affektív, kognitív rendszerek egyidejű (egymásra is ható) részvételével, tanulási, fejlődési, érési folyamatok aktuális állapotában zajlik. A humán szabályozás többszörösen összetett rendszerének valamennyi egysége egy magasabb egység része. A rendszerek elhatárolásának kritériuma, azok emergenciája.⁴

A humán szabályozás legfőbb színtere az emberi szervezetnek a környezetével összhangban levő (nyílt) rendszere. E rendszer alapdimenzióinak formálódása evolúciós hatásoknak a humán genomon rögzült lehetőségei által meghatározottan, az egyéni élet korai, ciklikusan egymásra épülő, bizonyos ingertípusokra különösen fogékony fejlődési időszakokban történik. Ezeknek az időszakoknak a fontos történései beteljesítik vagy éppen beteljesületlenül hagyják a felkínált genetikai programot. Ennek számtalan lehetősége közül a környezeti hatásoknak/igényeknek leginkább megfelelőt fejlesztik tovább, hogy majd a változó/fejlődő szervezet már túlhaladott szabályozását – annak egy következő fogékony időszakában – ismételten a környezeti feltételekhez igazítsák.

⁴ Az emergens rendszerek olyan tulajdonságokkal rendelkeznek, amelyek nem adódnak közvetlenül részeik össz-tulajdonságaiból, ám azokhoz képest minőségi többletet hordoznak.

A „kalibrálás” időszaka, kritikus kezdetek

Az itt tárgyalásra kerülő pszichoanalitikus fejlődéseméletek gyűjtőfogalom alá rendezhető teóriáknak a csecsemő-megfigyelés eredményeivel és módszereivel való ötvözése általánosan elfogadott felfogás szerint (Dornes 1998, Koós 2010, Láng – Nagy 2013) ma a dinamikus fejlődéslélektan és fejlődési pszichopatológia kiemelkedő jelentőségű területe. Az elméletek legfőbb vonása, hogy valamennyien Harlow, Hermann Imre, Spitz, Bowlby és mások nyomán az anya-gyerek kapcsolat sajátosságait tekintik a későbbi személyiség-fejlődési, pszichopatológiai vonások meghatározóinak. Dinamikus elméletekről lévén szó, a szabályozás (ill. a szabályozás kialakításának) valamilyen formája jellegükénél fogva adott. Érdemes lesz ezért két igen jelentős irányzat (tárgykapcsolati és kötődés-elméletek) főbb vonatkozásait röviden áttekintenünk.

A *tárgykapcsolat-elméletek*⁵ Ferencziig és a budapesti iskoláig visszavezethető fejlődését, a fogalom Freudtól eltérő jelentéstartományának kiteljesedését, új tartalommal telítődését főként Halász Anna (1994) történeti elemzését szem előtt tartva összegzem. Ezt követően a tárgykapcsolat-elméleteket Ronald Fairbairn, de főleg Donald Winnicott elméleteinek kapcsolódó részeire szorítkozva ismertetem.

A *tárgy* a pszichoanalízis szótára (Laplanche – Pontalis 1967/2011) szerint két aspektusból van jelen a freudi elméletben: egyrészt mint az ösztön tárgya, másrészt mint az affektusok, a szeretet, illetve a gyűlölet tárgya. A tárgykapcsolat az embernek a világhoz való szubjektív kapcsolódási módját jelenti, a kapcsolatot a személyiség szerveződésének, a „tárgyak többé-kevésbé fantáziált” (szabályozott, manipulált, alakított /SM/) felfogásának és egy „megkülönböztetett elhárításnak” a komplex eredménye. „A tárgykeresés csak részben ösztönös tevékenység, részben az én feladata, emiatt a tárgykapcsolat fejlődése, az ezzel járó jellegzetes védekezési módok, valamint az énszerkezet összefonódnak. Így válik a tárgykapcsolat-elmélet az egész személyiséget formáló és egybefoglaló fogalommá.” „A tárgykapcsolat tehát nemcsak az ember valódi kapcsolatrendszerét jelenti, hanem azt is, ahogyan az ember tárgyait létrehozza, és azt is, ahogyan azok hatnak az ő működésére.” „Ilyen értelemben az én nem egyszerűen csak asszimilálja a tárgyat, hanem meg is alkotja belőle önmagát.” (Halász 1994)

Az tárgykapcsolat-elméletek általános jellemzői, hogy valamennyien

- a. az anya-gyerek kapcsolatra építik fel fejlődési elméletüket, az anyai gondoskodás ezen belül is kitüntetett szerepet kap. Az ösztönös kielégülés/kielégítés kérdése másodlagos a kapcsolatigényhez képest.
- b. ugyancsak az anya-gyerek kapcsolat zavaraira vezetnek vissza a későbbi pszichopatológiai jelenségeket, ezek szerveződését azonban karakteresen eltérő módon írják le. Közös bennük, hogy ezeket valamennyien tárgykapcsolati mintákhoz kötik (eltérve ezzel a klasszikus felfogástól).⁶
- c. A függés és szeparáció kérdése valamennyiükénél szerepel és kapcsolatba kerül mind a fejlődés, mind az énelhatárolódás problémáival.

Ronald Fairbairn szerint a tárgykapcsolat keresése a csecsemő feltétlenül kielégítendő, elsődleges szükséglete, amelynek hiányában a gyermek egy rossz, nem kielégítő tárgyhoz kapcsolódik. „Fejlődéslélektani elképzelése középpontjában a függés fogalma áll. Így a kezdeti időket az infantilis függés jellemzi, melyet egy hosszú, átmeneti időszak után az érett felnőtt függősége váltja fel. Az egészséges fejlődés a centrális szelf integratív erején múlik, a

⁵ Bálint, Fairbairn, Winnicott, Stern és Klein elméletei játszanak itt elsősorban. (Gergely – Watson 1996, Fonagy – Target 2005/2012)

⁶ „A tárgykapcsolat-elméletekben a személyiségfejlődés az én- és tárgyképek fejlődésével jellemzett folyamat (...) A klasszikus pszichoanalízis én(ego)fogalma ezzel szemben az *én, mint ágens* hagyományos énszichológiai koncepciójához kapcsolódik.” (Kulcsár 1995)

patológiás fejlődés pedig akkor jön létre, ha az elégtelen szülői tárgyak miatt, kénytelen az én elégtelen tárgyakat is beépíteni.” (Halász 1994)

Donald Winnicott volt, aki a korai szelf-fejlődés eltérő szerveződéseit és a későbbiekben is meghatározónak bizonyuló szabályozási típusait esetelemzés keretében bemutatta. (Winnicott 2004) Felismerte és értelmezte annak a már korábbról ismert analitikus tapasztalatnak a jelentőségét, mely szerint az álmok és a reális lét egyféle rendező elvet, míg a nap-pali álmodozás egy merőben másfélét követ. Míg tehát az álomtevékenység és a valós világ tárgyakapcsolatai egymáshoz illeszkednek, a fantáziálás izolált jelenség marad „jelentős energiát felemészítve, de ugyanakkor sem az álomfolyamatokhoz, sem az élethez nem járulva hozzá.”⁷ (Winnicott 2004) Esetelemzését végigvezetve mutatta meg, amint művészi hajlamú, felnőtt női páciense számára problémás helyzetekben a legkülönbözőbb technikákkal tér ki a valóság elől, úgy állítva helyre belső egyensúlyát, hogy mindeközben valós élethelyzetén egy tapodtat sem változtat. (Lásd még Hárdi 1994) Hasonló technikák széles skáláját ismeri fel és írja le saját tapasztalatai alapján Máté Gábor addikt jelenségekkel foglalkozó, rendkívül őszinte, mélyen humánus könyvében. (Máté 2008)

A homeosztatisz szabályozás legfőbb eszköze és tárgya a megismerés. Célja, mint tudjuk, a szervezet belső állandóságának fenntartása. A szabályozás két lehetőségének egyikeként a (megismerő) rendszer paraméterei (a rendszer veszélyeinek és lehetőségeinek pontosabb felismerése/kezelése érdekében) mindjobban a környezet feltételeihez igazodnak (kalibrálás). A külső világ túlzott negatív érzelmi telítettsége esetén azonban a belső állandóság fenntartásának másik lehetőségeként a környezet (valóság) célnak megfelelő módosítása (torzítása) adódik (ugyancsak a megismerő rendszer fantázia-tevékenysége és belső afferenciáció segítségével). A kezdeti kétirányú, egymást gerjesztő folyamatra eltérő kognitív világok épülnek. Ezek egyre nehezebb átjárhatósága, szubjektív összeférhetlensége miatt a tartalmuk hamar disszociál. Az elviselhetőség bizonyos mértéken túl (vagy a fantáziának a feladathoz képest elégtelen volta esetén) a menekülő út fenntartása addikt tárgyak útján, addikt célú/felhasználású segédeszközökkel valósul meg, paradox módon épp a homeosztázis (rövid távú) fenntartása érdekében.

John Bowlby és *Mary Ainsworth* kötődéseméleti modellje (Ainsworth – Bowlby 1991, Bretherton 1992) Winnicott elmélete mellett a másik nagyhatású, a fejlődési zavarokról koherens véleményt formáló fejlődésemélet. A kötődési mintázat típusai elkülönítésének a *ragaszkodó magatartás* (dependency) és a *biztonságos kötődés* (attachment) viselkedésbeli precíz elkülönítése volt a feltétele. (Ainsworth 1969) Míg a biztonságos kötődés eredménye a biztonságos leválás, az erős ragaszkodás inkább bizonytalanságot jelez. *Mary Ainsworth Idegen Helyzet*⁸ eljárásának segítségével egyéves gyermekek reakciói alapján eltérő kötődési mintázatokat talált.⁹ (1. táblázat)

⁷ „Bizonyos mértékig ez a fantáziaműködés a páciens egész életében, azaz korai éveitől kezdve, változatlanul fennállott; a jellemző minta két- vagy hároméves kora körül alakult ki. Sőt, még korábbról datált bizonyíték is van, hogy az a hüvelykujj-szopás sajátos öngyógyító használatával indult.” (Winnicott 2004)

⁸ Az eljárást *Mary Ainsworth* a 70-es években azért dolgozta ki, hogy a gyerekek kötődési mintázatait – minden gyerek által gyakran megélt eseményeket – standardizált körülmények közt figyelhesse meg. A kb. 20 perces vizsgálat alatt előbb közeli gondozó, majd idegen lép a szobába, hogy később elhagyja azt, így teremtve meg az ismerős és ismeretlen jelenlétének, majd általuk a gyermek „elhagyásának” élményét.

⁹ Az általuk felismert és tipizált kötődési mintázat viszonylag könnyen átlátható sajátosságaira alapozva, jó évtizede (tudomásom szerint elsőként a dinamikus fejlődés-lélektani elméletek közül) jelentős visszhangot keltő függőség-elmélet és hozzá kapcsolódó csoportterápiás eljárás épült.

1. táblázat

Mary Ainsworth Idegen Helyzet teszt típusai és helyzetértékelése (Fónagy 2003)

a.) biztonságosan kötődő	<p>A gyerek anyja jelenlétében nyugodtan játszik. Elelmeréskedik tőle, de igyekszik kapcsolatot is tartani. Nyugtalan, ha elmegy, de kapcsolatot keres vele, és megnyugszik, amikor visszatér, majd folytatja a játékot.</p> <p>A gondozó viselkedése jól koordinált, szenzitív interakciók tapasztalatain alapul, nem vagy <i>ritkán túlstimuláló</i>, képes időről időre újra stabilizálni a csecsemő dezorganizálódó érzelmi reakcióit.</p>
b.) szorongó-ellenálló ambivalens	<p>A gyermek anyja jelenlétében is nehezen kezd játszani, sír, nyafog. Anyja távozása kétségbe ejti. Idegen kapcsolatteremtő közeledésnek ellenáll. Az anya visszatértekor anyjával kontaktust keres és dühöt fejez ki. Képtelen újból játékba merülni.</p> <p>Ezek a csecsemők <i>alulszabályozzák érzelmeiket</i>, stressz jelzéseiket fölerősítik az elvárt külső szabályozás érdekében. Erős fenyegettség érzés jellemzi őket, folyamatosan a gondozóval való közelség megteremtésével vannak elfoglalva. Erős kontaktus igény.</p>
c.) szorongó-elkerülő bizonytalan	<p>A gyermeket alig foglalkoztatja, hogy anyja vele van-e. Nem keresi a közelségét. Közeledését elfogadja, de megtartani nem akarja. Idegen jelenlétére kevés változás, csak szeparációs helyzetben lép fel szorongás. Az anya visszatérése elkerülést vált ki.</p> <p>Feltehetően, a gyerek tapasztalatai szerint, a gondozó korábban nem volt képes újra stabilizálni a gyerek optimális aktivációs szintjét, esetleg éppen <i>túlstimuláló</i>, érzelmileg tolazkodó volt. <i>Túlszabályozzák affektusaikat</i>, kerülik a stresszteli helyzeteket.</p>
d.) zavart (dezorganizált)	<p>A gyermek viselkedése inkoherens, bizarr sztereotípiák jellemzik anyja jelenlétében. Idegen személy jelenlétében viselkedése kiszámíthatatlan, érzelemmentesnek, lehangoltnak tűnik, szervezetlen, dezorganizált viselkedést mutat, olykor gondozó jelenlétében is menekülni próbál a helyzetből.</p> <p>A gondozó jelenléte feltehetően <i>félelem és megnyugvás forrása</i> egyszerre. A kötődési-viselkedéses rendszer konfliktusos, <i>kettős kötés</i> ellentmondásos motivációit mozgósítja. Súlyos érzelmi elhanyagolással, akár szexuális bántalmazással is kapcsolatban lehet.</p>

Hasonló strukturálódási mintázatot *Felnőtt Kötődési Interjúval* (AAI) követve, a kötődés típusai az utánkövető vizsgálatok során meglehetősen stabilitást mutatnak. A kötődési mintázatok felnőtt korig húzódó folytonosságában, stabilitásában generációs összefüggések lehetőségére valószínűsíthető. (Fónagy 2003) A kötődés jelenségének bioszociális *homeosztatis rendszert* képező felismerése az elmélet alkalmazásának további lehetőségeit nyitja meg. A

(Flores 2011, Pál 2010) Évtizedes szünet után, az utóbbi években a kötődés-elméletet egyre több tanulmány hozza (meglehetősen direkt módon) az addikcióval összefüggésbe. Tekintve, hogy a problémát ennél sokrétűbbnek látjuk, elemzésünk inkább a kötődésnek a szabályozás formálásában játszott szerepére összpontosít.

kötődési rendszer nyitott homeosztatisz szabályozó rendszer, célja a biztonság megteremtése. A csecsemő érzelmi állapotait „dajkabeszéd” hanghordozásával, túlzó („jelölő”) gesztusaival visszatükröző szülő közvetítő (a csecsemő belső állapotai és annak felismerése/értelmezése közt „hidat képező”), érzelmi szabályozó szerepében teremti meg a gyermek egyre önállóbb, autonóm szabályozásának lehetőségeit. (Gergely – Watson 1996) Az önmaga érzelmi reakcióit szabályozni képtelen csecsemő gondozója mentalizációs képességével a csecsemő érzelmi reakcióit *moduláltan* (idézőjelben, „mintha”) *visszatükröző reflexióival* a csecsemő számára megnyugtató mintát, a tükörkép internalizációjának lehetőségén keresztül a szelf fejlődéséhez kedvező interszubjektív feltételeket teremt. „Gondolkodik rólam, mint gondolkodóról, következésképp vagyok, mint gondolkodó” – összegzi Fónagy a kötődés generációs elméletének gondolatmenetét. (Fónagy 2003)

A bizonytalan szülő-gyermek kapcsolat Fónagy szerint két lehetséges módon alapozza meg a személyiségfejlődés torzulásait. A két út a pszichikus valóság átélése kétfajta módjának felel meg. Az anya, aki a gyermek állapotait visszhangszerűen, bármiféle moduláció nélkül tükrözi vissza, konkretizálja és a pánikig fokozza a gyerek feszült állapotát. Ha ellenben elkerüli, hogy visszatükrözze a gyermek affektusát, akkor hatékonyan tartja meg a „mintha” módot, ám közben elveszíti kapcsolatát a külső valósággal, beleértve a gyermeket is (hasonlóképpen a disszociáció folyamatához). Ez esetben az anya vakká válik a gyermek feszült, kiborult állapotaira, betegségként, fáradtságként stb. fordítja le azokat magának. „Mindkét folyamat megfosztja a gyermeket attól, hogy a jelentés lehetőségét – amelyet felismerhetne és használhatna – kommunikálni tudja.” (Fónagy 2003)

A homeosztatisz szabályozásnak ez a tágabb, anyát és gyermekét egyaránt magába foglaló keretezése természetes módon illeszkedik a családterápiák rendszerszemléletű, Gregory Batesonig visszanyúló hagyományaihoz.

Szintek,¹⁰ színterek,¹¹ szinergiák

Jean Piaget a fejlődés változásait az organizmus-környezet interakció során az új kapcsolódások kognitív sémarendszerének asszimiláció és akkomodáció útján megvalósuló *aktív folyamataként* írta le. (Piaget 2004) Több mint három évtizeddel első publikációit követően John Bowlby etológiai indíttatású személyiség-fejlődési modellje ehhez sok tekintetben hasonló folyamatot tárt fel az affektív fejlődés terén.¹² Donald Winnicott elképzelése az anyagyerek kapcsolat átmeneti terében magára eszmélő csecsemőről és a kötődés mintázataiban körvonalazódó csecsemő képe az autonóm szabályozás „kalibrálásának” egymást átfedő/kiegészítő oldalát jelentik. Nem utolsó sorban e nagyszerű életművek alapján ma már némi fogalmat alkothatunk a humán szabályozás alakulásának meghatározó ciklikus mozzanatairól. Tudhatjuk például, hogy a formálódó szabályozási keretek kialakításának lehetősége korlátozott ideig áll csak fenn, úgy is mondhatjuk, programozottan, érési/fejlődési „*ablakokhoz*”

¹⁰ Szemléletünk, percepciónk, vagy egyszerűen vizsgáló eszközeink által elkülönült/elkülönített, olykor „önálló” diszciplínává merevedett jelenségszintek.

¹¹ Ágens probléma-felismerése és megoldási kísérletei által határolt kommunikatív tér. (Horányi 2007 szerk.) Esetünkben akár az intrapszichikus szerveződés színtere.

¹² Mind Bowlby, mind Ainsworth javasolta a kötődést formáló viselkedés összehasonlítását Piaget sémáinak jelentőségével. Legtöbbjük hasonló folyamaton megy keresztül, mint amelyeket Piaget a kognitív fejlődés kapcsán leírt. (Ainsworth 1969) Végül az autentikus egybevetést maga Piaget végezte el meghívott előadóként az Amerikai Pszichoanalitikus Társaság plenáris ülésén 1970 decemberében (Piaget 1973). Magyar nyelven Binét Ágnes referálta a Pszichológiai Műhely sorozat Piaget emlékkötetében (1985).

kötött. Az adott funkció számára nyitott ablak bezárultával a korrekció lehetősége egyre erősebben behatárolt.¹³ A szükséges körülmények *kellő időben* történő megteremtése – minden jel szerint – *nélkülözhetetlen feltétele* a csecsemő kielégítő fejlődésének.

Az életszakaszok további karakteres, ám egyre elmosódottabb körvonalakkal leírható pszichoszociális állomásairól (kibontott vagy megvalósulatlan lehetőségeiről) Erik H. Ericson (1985/2002) munkássága nyomán alkothatunk képet. Anélkül, hogy a korai életszakaszok meghatározó jelentőségét újra hangsúlyoznám, vagy az ericsoni pszichoszociális fejlődés későbbi állomásait e helyütt bármi vázlatosan is kibontanám, pusztán jelezni szeretném, hogy az ontogenezis ericsoni állomásainak újragondolása komoly kihívást rejt az addiktológiai kommunikáció számára. (2. táblázat)

2. táblázat
Epigenetikus táblázat (Ericson 1985/2002)

	1	2	3	4	5	6	7	8
VIII. Időskor								Énteljesség vs. kétségbeesés
VII. Felnőttkor							Generativitás vs. megrekedés	
VI. Fiatal felnőttkor						Bensőségesség vs. elszigeteltség		
V. Serdülő és fiatalkor					Identitás vs. szerepzavar			
IV. Lappangás				Iparkodás vs. kisebbség				
III. Genitális, lokomotoros			Kezdeményezés vs. büntudat					
II. Izomi-anális		Autonómia vs. szégyen és kétség						
I. Orális-érzékszervi	Ősbizalom vs. bizalmatlanság							

A korai kötődés stabil, biztonságos mintázata a szabályozás *alapjainak, centrumának* és *szélsőségeinek* kialakításával biztos (és kellően tág) mozgástér képzetét alapozza meg a gyermekben, segítve őt ezzel a későbbiekben is aktuális problémái kezelésében. A biztonság (és kompetencia) élményét a kielégítően (megfelelő tartományban, megfelelő sávszélességben) működő, többé-kevésbé automatikus (pszicho-fiziológiai) szabályozás alapozza meg. Ez bizonyos védettséget, a zavara ellenben bizonytalanságot, kritikus élethelyzetekben eszközhiányos, könnyen egyensúlyvesztett állapotot eredményez. Az egyensúlyvesztett állapot inkompetencia-élménye, hiányérzete, sóvár fájdalma a későbbiekben *másodlagos kötődési*

¹³ Egészséges fejlődésmenet estén persze erre nincs is szükség. Sérült fejlődésmenet esetén az ablakok keretei lazábbak, elmosódottak, a fejlesztés lehetősége huzamosabb ideig is fennáll. Mintha a kompenzáció lehetőségének késleltetésével a természet ez esetekben egyre újabb, további haladékat adna a korrekcióra. [Budapest, III. ker. Szellő utcai vizsgálat (1980/81) eredménye (SM)]. A valószínűbb magyarázat azonban, hogy a kompenzáció (bejáratott út hiányában) lassúbb és összetettebb feladat, mint a nagyjából ösztönök vezérelte, „sima” fejlődésmenet.

tárgyakkal megvalósuló, kompenzációs/öngyógyító célú próbálkozásokat provokál. Ennek mérsékelt sikere, kényszerű és/vagy csábító ismétlése jó eséllyel addikt (vagy addikt jellegű) folyamatok öntörvényű mechanizmusainak ágyaz meg. A folyamat a rendeződés és az addikt sodrás irányába mozduló, le- és felépítő egyaránt lehet. Az út (életút) ily módon a fiziológiai függőségtől a korai felkészítő fokozatok fontos, programozott lépcsőin át (jó esetben) a döntéseiért felelős „felnőtt” ember autonóm törekvéseiig – Ericson terminusában a kiteljesedett önmegvalósításig, Eric Berne (1964, 1972) szemléletében a játszma mentes „felnőtt” kommunikatív én-állapotokig – terjed. Könnyen előállhat azonban az a kívülről nehezen megérthető, ismétlődő egyensúlyvesztésekkel, megtorpanásokkal teli, olykor igen hosszan húzódó állapot is, mely megfelelő tapasztalatok levonásának képtelensége esetén sorozatos, kényszerű ismétlésekhez,¹⁴ egyre reménytelenebbül kontrollálható addikt mechanizmusok dominanciájához, fixálódásához vezet.

A humán szabályozás társas/társadalmi struktúrái

A pszichoanalízis és a modern társadalomlélektan (szociálpszichológia) találkozása, egyén és társadalom karakterképző összefüggéseinek vizsgálata főként az amerikai társadalomkutatásban komoly hagyományokkal rendelkezik. Elsősorban Erik Ericson, Erich Fromm és David Riesman (1961) munkáiban jelenik meg az ilyen jellegű összefüggések feltárásának korai kísérlete.

Párhuzamosan e törekvésekkel a társadalomnak mint organikus, önfenntartó egésznek a metaforája és az élő organizmus analógiája a társadalmi rendszerek működéséről végigvonul a szociológia egész történetén Spencertől és Durkheimtől kezdve Parsonon keresztül Luhmannig és Habermasig. Nagyban fellendítette az ez irányú gondolkodást, hogy a század negyvenes-ötvenes éveiben Ludwig von Bertalanffy, Anatol Rapoport, Kenneth F. Building, William R. Ashby, Margaret Mead és mások munkássága nyomán új – a természet- és társadalomtudományok hasonló szisztéma szerinti felépítését hirdető – interdiszciplináris tudományág (kibernetika, rendszerelmélet) jött létre. (Terestyéni 2011: 88–89)

Felfogásunkban a tágabb értelemben vett humán szabályozásnak a társas/társadalmi szabályozás elválaszthatatlan része. Témánk szempontjából történő áttekintése (a részvételi kommunikáció terminusával: a *szintér, mint ágens* vizsgálata) ezért megkerülhetetlen számkra. Az ágens probléma-kezelésének társadalmi kommunikációs színtere az általunk vizsgálni kívánt probléma (és/vagy az ágens problémája) szükséges léptékében határozható meg. Ennek az összetevőit, a rendszerének a környezetétől való elkülönítését épp a kontextualizálása jelzi. Ez lehet családi, baráti, munkahelyi vagy valamely társadalmi alrendszer nagyságrendű tér. Ez irányú vizsgálatunk kiinduló pontja ezúttal a *szintér* maga az intézményeivel, nyilvánosságaival, ezeknek szerkezetével, részvevői felkészültségével és benne az ágenseinek a kommunikatívban való részvétele (hozzájárulása/hozzáférése) lehetőségeivel. Bármely irányból közelítsünk is, az egybefonódó rendszer ágenseinek működése semmiképp nem érthető a nagyobb rendszer szignifikáns elemeivel való kapcsolatainak számításba vétele nélkül. A függőségnek e rendszer keretei közt meghatározott (kommunikatív) állapotait az élettudományok és a társadalomtudományok területén egymást tételező, egymással összefüggésben működő jelenségeknek tartjuk.¹⁵

¹⁴ Ezt relapszusnak (visszaesésnek) nevezi az addiktológia irodalma, ismételt *próbálkozás és tapasztalatgyűjtés* lehetőségének Prochaska és munkatársai (1992, 2009).

¹⁵ Hasonló rendszerszemléletű közelítés, (eltekintve most a modern társadalom-tudományoktól), szinte egyedül a családterápia sok tekintetben Gregory Bateson átfogó gondolatrendszerére épülő terápiás

Bár rendszerelméleti szempontból a két (a biológiai és a társadalmi szintű) struktúra közti hasonlóság igen szembeötlő lehet (egymásra hatásuk, összefüggésük nyilvánvaló klinikus tapasztalat, sőt a hálózattudomány számos közös jellemzőikre mutatott rá), a kettő közti különbség mégis nagyobbak tűnik akár az élő és az élettelen (fizikai) struktúrák közt fennálló különbségeknél is. Az elvi egyezéseken (funkcionális kapcsolatok hálózata, organizációs folyamatok stb.) túlmenően az új megközelítések legfőbb gondja a társadalmi rendszerek élő rendszerekkel analóg szerkezeti elemeinek megfeleltetése volt.

Batesontól Maturanáig: önszabályzó rendszerek

Gregory Bateson kétség kívül az egyik első azok közül, akik az „elme gazdaságosságának” és a „természet célirányos intelligenciájának” a megnyilvánulásait önszerveződő, természetes racionalitás szerint felépülő és működő organizmusokként fogták fel. Az az intuitív episztemológia, amellyel az addig ismeretlen tudományát művelte, nem csupán tárgya, de módszere is lett újszerű, kibernetikára épülő szemléletének. Páratlan képességgel rendelkezett a természet nyelvének értő, beleérző megfigyeléséhez. Lenyűgözően széles skálán kutatta évtizedeken át az élő természet nyelvének „családi hasonlóság” alapján egybevethető mintázatait. Módszere ma az élet bármely koherens tudományában működni látszik, legyen szó akár spirális fegyverkezési versenynek, az udvarlás szabályainak, a játék természetének, a növényi szimmetriának, a család kommunikatív szerkezetének, az alkoholista (ma úgy mondanám: kommunikatív) állapotának vagy a „kettős kötés” pszichiátriai fogalmának, összességében ember és környezete „ökonómiai mintázatának” értő/érző leírásáról. (Bateson 1972) Egyedi módszere legfőképp e rendszerek és működésük általános, közös jellegének felismeréséről vált híressé. Ezek alapján vette számba azon kritériumok (tanulás, memória, döntéshozatal stb.) készletét, amelyeket egy rendszernek ki kell elégíteni ahhoz, hogy mentális folyamattal rendelkezőnek minősíthessük. Ehhez – felismerése szerint – bizonyos komplexitás szükséges, ám ez a komplexitás jóval alacsonyabb annál, mintsem hogy az organizmusok agyat és magasabb rendű idegrendszert fejlesztenének ki. Munkája nyomán világosnak látszik, hogy felfogásában az „elme” nem csupán az egyedi organizmusokban, hanem társadalmi rendszerekben és ökoszisztémákban is manifesztálódik. (Bateson 1972, Capra 1997)

Mindezek a számtalan területen új paradigmát elindító gondolatok elsősorban Bateson egészen kivételes meglátásai és különös, sajátos gondolkodásmódja következményeként (Grof 1981) kerülhettek közel több irányból konvergáló mai felfogásunkhoz (Forián Szabó 1993, Capra 1997, Kirmayer 2015)

Élete vége felé megkérdezték Batesont, rajta kívül ki az, aki leginkább előre mozdította a teremtmények ismeretelméletének (epistemology of creatura) tanulmányozását. Bateson válasza szerint: „ezeknek a tanulmányoknak a központja ma Santiago de Chile, a Maturana nevű ember vezetése alatt” (Keeney 1979: 23, idézi Dell 1985). Kettejük munkásságának akkurátus egybevetése alapján Patrick Dell állítja, hogy Humberto R. Maturana munkássága tartalmazza azt az ontológiát, melyet Bateson soha nem fejtett ki, ám az írásaiban lényegében benne foglalt. Maturanát leginkább két kérdés izgatta: hol foglal helyet a percepció jelensége és hogyan szerveződik az élet? Valódi megvilágosodásként ismerte fel, hogy – kogníció és életjelenség – egyazon entitás. Minden biológiai lény rendelkezik mindkettővel, és ez a tudás útja: az élet, mint folyamat a megismerés folyamata. A kogníció eszerint tágabb és elemibb fogalom, mint a gondolkodás, magában foglalja az érzékelést, affektivitást, reagálást, változást. (Dell 1985) Az egész egy lüktető folyamat, nem pedig az agy terméke (ahogy Descartes óta gondoljuk). Az állítás minden organizmusra igaz, akár van, akár nincs idegrendszere.

konceptiójában, és annak magyar nyelvű irodalmában jelenik meg viszonylagos következetességgel. (Forián Szabó I. 1993, Bagdy Emőke – Baktay Gizella – Mirnics Zsuzsa 2006).

Ebben a disszipatív rendszer egésze részt vesz. A közelmúlt rendszerszemléletű élettani kutatásai szintén azt jelzik, hogy az emberi szervezetben az idegrendszer, az immunrendszer és az endokrin rendszer, melyeket hagyományosan elkülönült rendszereknek tekintettek, valójában egyetlen kognitív hálózat részei. (Capra 1997)

Humberto Maturana és Francesco Varela az általuk kidolgozott rendszerelméleti modellben (Santiago Modell) az élet lényegét a legszélesebb értelemben vett, a szervezet egészének összehangolt működését magába foglaló kognitív jellegű funkcióival azonosítják. Az élő rendszerek önszervező (autopoietikus) funkcióinak felismeréséhez a Bateson által korábban leírt és ahhoz hasonló belső mintázatok felismerése vezetett. Az energetikai szabályozás és a jelenségek értelmezése révén megvalósuló homeosztázis vagy a homeosztatikusszabályozás részeként működő kogníció az élő rendszer önfenntartó/önregeneráló képességének a megnyilvánulásai. Az élő (és egyéb disszipatív) rendszerekre jellemző kiegyenlített (termodinamikai szempontból „stabil egyensúlytalan”¹⁶) állapot huzamosabb fenntartását e funkciók egymást feltételező egységének rendszerszerű működése teszi lehetővé. (Maturana – Varela 1972, Capra 1997/2007).

A kogníció e kiszélesített, újszerű felfogásával, az emberi kommunikáció és a nyelv szerepének a felismerésével¹⁷ a Santiago Modell az élő- és a társadalmi rendszerek közti, régtől hiányzó rendszerszintű kapcsolat alapjait teremtette meg. Ezt követően további önálló munkáiban Maturana a humán szociális rendszereket csupán közvetítőnek tekinti, amelyben az emberi lények biológiai autopoieízisüket nyelvhasználatuk által valósítják meg. Varela a „szerveződési zártág” autopoieízisnél lazább (termelési/szaporodási folyamatokat nélkülöző) fogalmát látja érvényesülni a szociális rendszerek esetében. Niklas Luhmann volt végül az, aki nagy részletességgel kidolgozta a *szociális autopoieízis* koncepcióját. (Capra 1997/2007)

Modern társadalomelméletek

A következőkben három, rendszerelméleti alapokra épült modern társadalomelmélet gyors egybevetésével későbbi munkámat kívánom előkészíteni, amellyel a *potenciális függőség* pszicho-fiziológiai és társadalmi kommunikációs meghatározottságának és ezek kapcsolódási pontjainak, közös rendszerjellemzőinek igyekszem nyomába eredni. Ismertetésem ezúttal is erősen szelektív: a nagy ívű, összetett elméletekből csupán az e munkában közvetlenül hasznosíthatót mazsolázza, joggal számon kérhető öncélúsággal. A három elmélet mindegyikétől tárgyunk kitűzött szempontú tárgyalását különböző módokon, elsősorban az addikt jelenségkör társadalmi összefüggéseit számba vevő, feltáró, annak gyanítható egybefonódásait megragadni képes segítséget és fogalmi eszközrendszert várok. Így pl. Niklas Luhmann kommunikációra épülő szociális rendszerelmélete az egyéni és társadalmi szabályozás rendszerszintű parallel szerveződéseit, Gerhard Schulze konstruktivista társadalomelmélete az *élmény-társadalom* és az egyéni élményháztartás szabályozásának összefüggéseit, egymásra hatását segíthet felismerni. Horányi Özsébknek a participáció jelenségét középpontjába állító társadalmi kommunikáció-elmélete (PTC), egy-egy vizsgált szintér ágenseinek problémakezelő

¹⁶ A tragikus sorsú Bauer Ervin (1935) és L. von Bertalanffy (1967) által egyaránt felismert és leírt életjelenség fogalma. Matematikai kidolgozása évtizedekkel később Ilya Prigogine nevéhez fűződik. (Kémiai Nobel-díjjal jutalmazták érte, 1977-ben.)

¹⁷ Maturana a nyelv szerepét az öntudat megteremtésében, és a kommunikáció fenntartásában látja. A kommunikáció szerepe azonban nála nem információ átvitele, hanem (akárcsak a tranzakció analízis szemléletében) a „harmónia és a viselkedési összhang” megteremtése. (vö: „Ugye milyen függőlegesek ma a falak...” Berne 1984)

(szimbolikus és kommunikatív) lehetőségei feltárását, a társas/társadalmi tér különböző szeleteinek változtatható léptékű, eltérő perspektívákból történő rekonstruálását segítheti.

A választás törvényszerűen vezetett épp ezekhez az elméletekhez. Fontosnak tartott közös jellemzőik az eddigiekben is több tekintetben befolyással voltak a dolgozat alakulására. Legfigyelemreméltóbb ezek közül a *rendszerelméleti meghatározottság*. Ez Luhmann és Schulze esetében explicite kimondott, Maturana és Varela munkásságára hivatkozva meg is nevezett előkép. Horányi Özséb közelítéséből pedig ez természetszerűen adódik.

Maturana és Varela a megismerést igen tág értelemben a sajátos környezetétől megkülönböztető, majd annak egyik oldali nézőpontjából a másikat megnevező aktusként értelmezték. Látásmódjukat nem csupán élő, hanem gépi rendszerekre is vonatkoztatták. (Maturana – Varela 1972, 2005) Luhmann hasonló gondolatmenete az önszerveződés és önreflexió *autopoietikus* felfogását – a társadalmi mozgások rendszer/környezet differenciáinak felismerése, valamint a társadalmi mozgásokban fellelt *jelentéstulajdonító szemantika* – révén első sorban a szociális domainre érvényesítette. Az ily módon a megfigyelő kategorizáló funkcióira építő megismerés-fogalom Luhmann számára a szociális rendszerek és alrendszereik szerveződésének leírását, társadalmi folyamatszervező mozgások felismerését tette lehetővé. (Luhmann 2006, 2009, Karácsony 2003) Munkája nyomán a társas/társadalmi szabályozás a pszichikus, valamint a biológiai szabályozás rendszerszerű elveivel szerkezetileg hasonlatossá, ezzel – immár láthatóan közös szerkezeti felépítésük révén – egymással is egybevetethetővé vált. (3. táblázat)

3. táblázat

A luhmanni rendszerelmélet három szintje (Luhmann 2002, id. Éber Márk 2007)

Rendszer referenciák	Értelemrendszer/nem értelem rendszer	Elemek/egységek	Rendszerek	Diszciplínák
Kommunikáció	Értelemrendszer	Kommunikáció	Szociális rendszer.	Szociológia
Tudat	Értelemrendszer	Gondolatok	Pszichikai rendszer.	Pszichológia
Élet	Nem értelem rendszer	Biológiai elemek	Biológiai rendszer.	Biológia

David Riesmannak az 50-es évek amerikai társadalmában tapasztaltak szerint a tradicionális társadalmak hagyományos kohéziós erőinek gyengülésével a társadalmak kívülről irányított-sága vált egyre inkább meghatározóvá (Riesman 1961), ezáltal lehetőséget nyitva az előbbieik funkcióját legalább részben pótolni képes, új típusú társadalmi szervező erők megjelenésének. Gerhard Schulze – voltaképpen a Luhmannéhoz hasonló, a radikális konstruktivizmus talaján álló szemantikája segítségével – igen széles bázisra (ti. a fogyasztási élmény bázisára) építve, az „élmények megélésének” társadalomszervező erőként való megjelenését konstataálta. A világháború sokkjából lassan magához térő Nyugat- Németországban a szűkösség és nélkülözések évei után a perzisztencia kényszerű napi erényeit (tartálékképzés, beosztás, hosszú kitartó udvarlás, szorgos munkában töltött élet, lemondás stb.) a munka, a szórakozás és a kultúra legkülönbözőbb területein a halasztást nehezen tűrő, azonnali kielégülés élményorientált gondolkodási és cselekvési sémái váltották fel. (Schulze 1998) („Mert megérdemlem” – búgja felénk Claudia Schiffer az egykori tv-reklámban...). A „fogyasztásnak, mint élménynek” az egyre általánosabb és egyre intenzívebb hajszolása a társadalmi nagycsoportok

ízlés és milió szerinti strukturálódását hozta magával. (Schulze 1998, 2000, Éber Márk 2007, 2008) Később a kitűnni vágyók élményhajhász extrémításai is megjelentek, miközben a már Riesman által is kissé utópisztikusnak érzékeltetett autonóm társadalmi viselkedés – az utóbbi évek fejleményei alapján legalább is úgy tűnik – még utópisztikusabbá vált.

A társadalmi kommunikáció participációra épülő elmélete (Horányi 2009) az „élet” (Capra) és a „társadalom” (Luhmann, Schulze) óriásléptékű szinterei és ezekhez illeszkedő fogalmi helyett választott szintéren az ágens adott problémái kezelésére tett kísérleteinek szimbolikus és kommunikatív összetevőit elemzi. A szignifikatív állapot a vizsgált szintéren aktuálisan érvényes jelentésnek („félreértések elkerülése végett”) a megállapításával, a kommunikatív tér aktuális állapotának aktuális tárgylemezén történő rögzítésével, a kommunikatív állapot különböző perspektívákból rekonstruálható feltételét teremtette meg. A részvételi kommunikáció elmélete „helyben felmért” jelentésfogalommal (szignifikatív) dolgozik. Az elmélet egyik pillére a kommunikatív szintéren az ágens által aktuálisan használt *+szignifikatív* megállapítása. Ennek rögzítése révén a participáció elmélete organikus módon válik alkalmassá egyéni- és kollektív ágensek kommunikatív állapotának és az éppen vizsgált társas/társadalmi szintér kommunikatív szerkezetének rekonstruálására.

Összegzés, következtetés, további lehetőségek

A függőség összetett jelenségének hátterét jelen esetben több aspektusból a „kalibrálás” érdekében/eszközeként létrejött *sémákként*,¹⁸ a szabályozás érdekében/eszközeként megjelenő *attitűdként* és a problémakezelés érdekében/eszközeként működő *kommunikatívként* láttattuk.¹⁹ A korai megismerésnek a megismerés majdani lehetőségeinek kialakításában, majd az életfeltételek szabályozásában betöltött szerepétől, a jelentésadás (szignifikáció) intézményi valószínűsítő lehetőségein keresztül, a társadalmi szabályozás óriás léptékű rendszereinek összetevőit jutottunk. Ebben a többszörösen összetett, homeosztatikus/autopoietikus rendszerben kell (lehet) a közeljövőben megtalálnunk az addikt jelenségek szabályozás alól kivillanó „szabálytalankodó” törvényszerűségei feltárásának a lehetőségeit.

Ennek első lépéseként – a nézőpontváltás következtében felmerülő sarokpontok áttekintésével – az ember *genuin addikt hajlamának* felismerését, elismerését, tagadásának, csorbításának megszüntetését, szükségszerű *társadalmi/ökológiai rendbe illesztését* szeretném elősegíteni.

A „fiziológiás függőségtől” az „autonóm függőségig”

Tanulmányomat az ember esendősége okainak, fejlődésének és kreatívan formált lehetőségei felmérésének szántam. A függőség összetett jelenségét humán sajátosságként, az ontogenezis egészen végighúzódó, szükségszerű tanulási folyamat fontos részeként azonosítottam. Esze-

¹⁸ Kognitív (Piaget) és affektív/kötődési (Bowlby, Ainsworth) sémákról van itt szó. (Ainsworth 1969)

¹⁹ Semmiképp nem hagyható figyelmen kívül a *transzállapotok*, *spirituális* és *csúcselmények*, valamint a humanisztikus és transzperszonális pszichológia e témakörben feltárt különleges élményeinek a humán szabályozásban (érdekében és eszközeként) betöltött szerepe. (Kulcsár 2007, 2009) A humán szabályozásnak ezt a vonatkozását e tanulmányban – jelentőségéhez mérten – kevésbé érintettük. E tekintetben a továbbiakban egyelőre Mirmics Zsuzsanna értékes gondolataira utalnék (Mirmics 1999). Megjegyzendő, hogy az integrációra törekvő, és/vagy ökológiai szemléletű transzperszonális irányzatok mára egyre szélesebb körben vonják be pácienseik spirituális igényét is a gyógyulási folyamatba. (Bagdy 1996, Baráth 2012, Andrejkovics és társai 2013 stb.) Ennek során a saját élettörténet újrakeretezésével felismert szélesebb horizont segíthet a szenvedés viszonylagossá, tágabb rendbe illeszthetővé tételében.

rint az emberi életútnak a *fiziológiás függőségtől* nyomon követett, egyre nagyobb felelősséggel felruházott (és azt el is váró) állapotai az ágens felkészültségét szüntelen próbák elé állító, élethosszig tartó (reflektív/korrektív) tanulási folyamat állomásai. Ennek a tanulási folyamatnak a során a függőség valamely formája mindig meghatározó. A növekvő tapasztalattal elvileg növekvő belátás, felelősség, döntésképeség jár, ideális esetben egymást kiegészítve, egyensúlyozva, optimális fejlődéshez szükséges optimális terhelésnek kitéve. (Ellenkező esetben valamely irányú, átmeneti vagy hosszabb, felismerésre váró parkoló-pályán regrediáló „függő” állapotra kárhozhatva).

A humán szabályozás műveletei az élet korai szakaszában a szervezet állapotát a megismerés révén a valósághoz optimalizálják (kalibrálják). A szabályozás kezdeti kötött automatizmusai az életút során (jó esetben) az élet sokszínűségét rugalmasan kezelni képes, tudatos, önszabályozó mechanizmusokká alakulnak. Az út végcélja egy elfogadott/választott, felismert, függőségeivel a környezetébe simuló *személyes autonómia* elérni kívánt, vágyott állapota, lényegében a David Riesman (1983) által az 50-es években megfogalmazott autonóm ideáltípushoz hasonló karakter volna. Az út végpontjai közti változatos egyedi mintázatok az ágens mindenkori felkészültségétől, problémáitól, helyzetétől függő spektrum („addikt spektrum”) többé-kevésbé kényszerű útelágazásaiként, egyéni probléma-kezelési kísérleteiként foghatók fel. A függőség társadalmisításának útja humán attribútumként, programként, kreatívan kezelendő sorsként, problémás kitérői a humán szabályozás kisebb-nagyobb (olykor végzetes) működési zavaraként (ill. annak korrektív, kompenzációs megoldási kísérleteként) jelennek meg az addiktológiai kommunikáció rendszerében.

Rétegzett addiktus, függőségi háló

Természetesnek vehetjük, hogy a szabályozás bonyolult, sok összetevős rendszere a függőség jelenségszintjeit is a megfigyelés képességétől és szándékaitól, legfőképpen a keretezésétől függő viszonylagos állapotá teszi. Leginkább ez indokolja interdiszciplináris, kommunikációelméleti megközelítését. Ezen a helyen csupán jelzésszerűen listázom azokat az elvi sarokpontokat, amelyek egy komplex elemzéskor szinte megkerülhetetlenül jelölik ki a függőség adott egyénre jellemző „mátrixát”.

Legmeghatározóbbnak tűnik ezek közül a csecsemőkorai megismerés átmeneti terében formálódó, hamis és valós szelf-kezdeményeknek (Winnicott) a fejlődése, egymáshoz való viszonyulása és kiteljesedése a pszichoszexuális fogékony időszakok, majd a pszichoszociális életszakaszok (Ericson) krízisei során. Nem kétséges, hogy a kötődés mintázatának generációkon átívelő hatásához (Fónagy) hasonlóan a függőség (hozott és szerzett) mintázatai éppúgy képesek generációkon átívelő hatások kifejtésére. A szabályozás zsigeri, affektív, kognitív szintjeinek szinergikus, egymást kiegészítő/kompenzáló kapcsolatai a valóságban igen változatos tüneti képpel jelennek meg. Terápiás lehetőségeket kijelölő, érdemi diagnózisok felállítását az addiktológiában az jelentené, ha az egyedi addikt szerveződés valamely központi eleme, „gócpontja” lenne megállapítható; olyan, az addikt szerveződés etiológiájában kulcsszerepet játszó meghatározó elem, amelyhez képest a többiek elsősorban „igazodnak” vagy kompenzálnak. Természetesen nem hagyható figyelmen kívül az a szűkebb/tágabb környezeti tér (szintér) sem, mely az addikt készletek manifesztálté válását olykor döntő módon befolyásolja.

Szimbiotikus és parazita jellegű addikt szerveződések

Vajon milyen társadalmi/nevelési lehetőségek, milyen feltételeinek közepette, milyen szakmai feladataink és teendőink következhetnek mindebből? A vázolt differenciáltabb, kommunikatív szemlélet következményeként az addiktológiai kommunikáció, a maga változtatható

léptékű keretezési lehetőségeivel, milyen újszerű, felismerésekhez nyújthat még a továbbiakban segítséget? Nyithat-e újabb távlatokat az ember esendőségének, sóvár fájdalmanak, függőségre való hajlamának újabb, szélesebb perspektívából történő felismerése? Segítheti-e például a segítő szakmák fejlődését és/vagy a tudományos megismerést a függőség összetett, öntörvényű jelenségének új, ökológiai szempontú megközelítése, autopoietikus, önszerveződő jelenségeként történő felfogása? E gondolatmenet szárait továbbfűzve, nem hagyhatjuk figyelmen kívül, hogy az addikt spektrumnak a szélső állapotaiban (mind egyéni, mind szociális szinten) két, jelentősen eltérő, karakteres szerveződésű mintázata adódik.

- A. Az első (jóval gyakoribb) esetben az addikt (vagy addikt jellegű) állapotok döntő része – megvetett és kitzított „szörnyűségből” ismét a humán jelenségek színes és változatos (olykor veszélyeket is rejtő) természetes/szükséges megnyilvánulásai közt – fontos *szimbiotikus* elemként lehet számon tartható. Olyan rendszerelemként, amivel mint preventív céllal hasznosuló/hasznosítható humán alapjelenséggel, annak változó megjelenésű állapotaiban egy életen át, de legfőképp a kötődés fogékony időszakában feltétlenül számolni kell. Ez egyben – természetszerűen – messzemenő és újragondolandó nevelési/pedagógiai következményekkel és feladatokkal jár.
- B. A függőség a kontrollvesztett, patológiás állapotaiban ezzel szemben olyan önszervező (parazita jellegű) rendszerként volna leírható, mely az őt addig sikerrel korlátozó komplex rendszer egyensúlyának megbomlása következtében kritikus túlsúlyra jutva – fennmaradása érdekében parazita jellegű rendszerelemként – a gazdaszervezettől energiát, lehetőségeket, célokat von el, sőt adott esetben a raportot is átvéve, rajta (akár teljes elpusztításáig) élőködik (bomlott egyensúlyú ember – disszipatív ágens²⁰ – beszűkült probléma-felismerő/probléma-kezelő kommunikatív állapota). Ez a szemlélet a terápiás lehetőségek szemléleti gazdagodását jelentheti.

A való élet a szükségéstől a rombolóig, az építő szenvedélytől annak rabságáig számtalan példával szolgál.²¹ A típusok a függőség spektrumszerű megnyilvánulásainak szélsőségeiből adódnak. Ennélfogva nem hogy nem zárják ki egymást, hanem – épp az azonos mechanizmusuk révén az ágens felkészültségétől, kommunikatív állapotától függően – egymásba „átfejlődve” működnek, ahol is a viszonylag értelmetlen (vagy már meghaladottak) élményanyaga a későbbiekre nézve (mindenféle „drogprevencióval” szemben) az *egyedül lehetséges* tanulságul szolgál. (Simon 2016)

A humán szabályozás egyéni- és kollektív ágensei

Láthattuk az előzőekben, hogy Maturana és Varela biológiai indíttatású munkássága előbb az autopoiesis rendszerelméleti fogalmához, majd – szociális domainre alkalmazva – társadalmi struktúráképző szemantikák (Luhmann, Schulze) felismeréséhez vezetett. Mindez (nem mellesleg) életfolyamatok és társadalmi folyamatok hasonló rendezőelvek (szerkezet, mintázat, folyamat) szerint történő egybevetését (Luhmann, Capra) tette lehetővé. Ily módon az antropológia (Bateson), a neuro-biológia felől (Varela) és tovább a dinamikus fejlődés-lélektan, a

²⁰ Egyéni vagy szervezeti (kollektív) ágens.

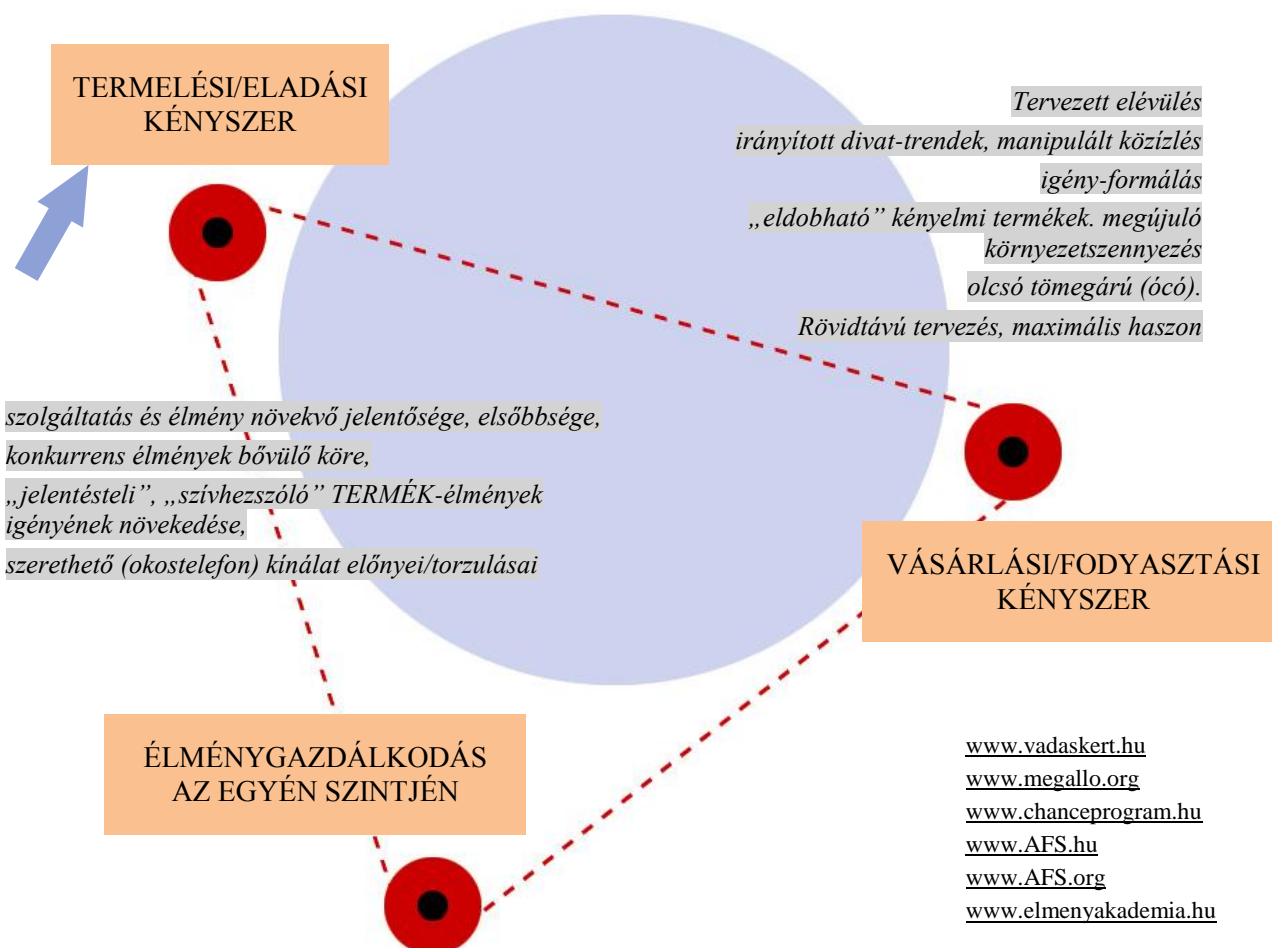
²¹ Míg az 'A' típusú függőség kiváló illeszkedése miatt jórészt észrevétlen, a 'B' típusú már komoly gondokat okozhat. A két szélsőség spirálszerű, progrediáló szerveződése részben az addikt jelenségek félelmet keltő „önjáróságának”, részben az ellentétes szabadulási spirál öngerjesztő, pozitív változásainak szándékainktól „függetlennek” tűnő, antropomorf látszatát kelti. (Simon 2014) Kifejezetten káros azonban a „drogprevenció” napi gyakorlatának erre a jelenségre építő, „drogmumussal” riogató stratégiája.

megismerés-tudomány, a kibernetika, ill. a társadalomtudományok felől felgyűlt, önszabályozással kapcsolatos ismereteink egymásra is termékenyítően ható elemei szemléleti (ökológiai) egységben kezelhetők.

Egyéni és kollektív ágensek együttes elemzéssel feltáruló összefüggése a „fejlettként” számon tartott társadalmi berendezkedésünk pilótajátékhoz hasonló, addikt szerveződésére figyelmeztet. (Simon 2017) A gazdaságot a növekedés tartja egyensúlyban, a növekedés kényszere pedig fogyasztási kényszerrel jár. A fogyasztói társadalom pazarló kínálata emberi gyengénkre, addikt fogékonyságunkra épít. A rendszer hosszú távon fenntarthatatlan jellegét jól mutatja termelt/fogyasztott javainknak az eredeti funkciójuktól gyakran elszakadt, olykor eleve addikt-tárgy céljára történő előállítás/felhasználása (tervezett elévülés, gyors hasznoszerzés, pazarló fogyasztás, állandósuló környezetszennyezés stb.). A globális összefüggést az 1. ábra szemlélteti.

1. ábra

Élménytársadalom, élménygazdaság, élménygazdálkodás (Simon 2017)



Az egyéni és társadalmi szintű addikt jelenségeknek ebből a szokatlan, távlati perspektívából történő vizsgálata jelzi, hogy az addikt jelenségek különböző súlyú, de már tömegesen jelentkező parazita jellegű megnyilvánulásai társadalmi kommunikatív jelenségként, a fenntarthatóság globális sérülésének az egyén szintjén történő megjelenéseiként is jól értelmezhetők. Az egyéni szintű megoldás a Változatosság és Mértékletesség erényeinek az egyéni élménygazdálkodás (tapasztalati tanulás és élményterápiák útján történő) fejlesztése révén valósulhat meg legcélszerűbben. (Simon 2017)

Irodalom

- Ainsworth, Mary D. Salter (1969) Object Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship. *Child Development*, 1969, 40. 969–1025. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1969.tb04561.x>, <https://doi.org/10.2307/1127008>
- Ainsworth, Mary D. Salter – Blehar, Mary C. – Waters, Everett – Wall, Sally (1978) *Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation*. Psychology Press, New York. <https://doi.org/10.1037/t28248-000>
- Ainsworth, Mary D. Salter – Bowlby, John (1991) An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*, Vol. 46 (4) April 1991, pp. 333–341. http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/ainsworth_bowlby_1991.pdf <https://doi.org/10.1037/0003-066x.46.4.333>
- Anderson, Michael L. (é.n.) *How to study the mind: An introduction to embodied cognition*. http://cogprints.org/3945/1/bes_ec.pdf
- Andrejkovics Mónika – Gasparik Éva – Bokor Petra – Frecska Ede (2013) Az orvoslás és a pszichoterápia új paradigmája: a bio-pszicho-szocio-spirituális (bps) modell. *Pszichoterápia* 22. évf. 2. szám. 93–99.
- APA DSM5.org <http://www.dsm5.org/Pages/Default.aspx>, <https://doi.org/10.1007/s12453-011-0020-y>
- Bagdy Emőke (1996) A transzperszonális pszichológia szellemi horizontja. *Pszichoterápia* 5, 3. 79–96.
- Bagdy Emőke – Baktay Gizella – Mirnics Zsuzsa (2006szerk.) *Pár- és családi kapcsolatok vizsgálata*. Budapest, 2006. (Digitális tankönyv) <http://www.webcreator.hu/tankonyv/reszletest.html>
- Bagdy Emőke – Mirnics Zsuzsa (é.n.szerk.) *Pár- és családi kapcsolatok vizsgálata*. (Digitális tankönyv) <http://www.webcreator.hu/tankonyv/reszletest.html>
- Bajnok Andrea és tsai. (szerk.) *A kommunikatív állapot. Diszciplináris rekonstrukciók. Horányi Özséb 70. születésnapjára*. Typotex, Budapest.
- Baráth Árpád (2012) Spiritualitás és szociális munka. *Esély* 2012/1. http://www.esely.org/kiadvanyok/2012_1/barat.pdf
- Bateson, Gregory (1975) *Ecology of Mind: The Sacred*. A Journal from Naropa Institute. Garden City, New York, Anchor Press/Doubleday.
- Bateson, Gregory (1972/1987) *Steps to an Ecology of Mind. Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution and Epistemology* Jason Aronson Inc. Northvale, New Jersey – London. <http://internationalbatesoninstitute.wikidot.com/local-files/file:batesong-loka1975-ecologyofmindthesacred/BatesonG-Loka1975-EcologyOfMindTheSacred.pdf>, <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226924601.001.0001>
- Berne, Erik (1984) *Emberi játzmák*. Gondolat Kiadó, Budapest. (ford. Hankiss Ágnes) http://www.eljugyminta.com/uploads/2/7/2/4/27241881/eric_berne_emberi_jtszmk.pdf
- Berne, Erik (1997) *Sorskönyv*. Háttér Kiadó Budapest (ford. Ehmann Bea)
- Bertalanffy, Ludwig von (1991) *...ám az emberről semmit sem tudunk (Robots, Men and Minds)*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest.
- Bauer Ervin (1967) *Elméleti biológia*. Akadémiai Kiadó, Budapest.

- Bóna Adrienn – Kun Bernadett – Kökönyei Gyöngyi – Demetrovics Zsolt (2013) Az affektív szabályozás zavarai és következményei. Evészavarok és addiktív betegségek. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 68. I. 71–88. <http://dx.doi.org/10.1556/MPSzle.68.2013.1.6>
- Bónus Tibor – Kelemen Pál – Molnár Gábor Tamás (2005szerk.) *Intézményesség és kulturális közvetítés*. (Ford: Lénárt Tamás) Budapest, Ráció.
- Bozarth, M. A. (1990) Drug Addiction as a Psychobiological Process. In: David M. Warburton (ed.) *Addiction controversies*. London, Harwood Academic Publishers. 112–134.
- Bretherton, Inge (1992) The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 1992, 28. 759–775.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Capra, Fritjof (1996) Az élet szövete. (A szerző saját ismertetése *Web of Life* c. könyvéről) *Resurgence and Ecologist* 1996/178.sz. Magyarul: *Ökotáj* 1997 14–15. sz. (Ford. György Lajos) <http://epa.oszk.hu/00000/00005/00012/korny4.html>
- Capra, Fritjof (2007) *Az élet szövete*. Szeged, AVICOR Kft. (Ford: Brutyó Endre)
- Capra, Fritjof (2002) *The Hidden Connections, a Science of Sustainable Living*. New York, Anchor Books.
- Dell, Paul F. (1985) Understanding Bateson and Maturana: Toward a biological foundation for the social sciences. *Journal of Marital and Family* 11(1). 1–20.
<http://cepa.info/2615>, <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00587.x>
- Dornes, Martin (2002) *A kompetens csecsemő. Az ember preverbális fejlődése*. Pont Kiadó. (ford: Vekerdy János)
- Éber Márk Áron (2007) *Élménytársadalom*. Gerhard Schulze koncepciójának tudás- és társadalomelméleti összefüggéseiről. Budapest, ELTE TÁTK ISBN 978-963-463-954-1
- Éber Márk Áron (2008) Rendszeres megismerés. Niklas Luhmann konstruktivista tudásszociológiája. In: Némedi Dénes – Szabari Vera (szerk.) *KÖTŐ-JELEK – A Doktori Iskola Évkönyve*, ELTE, Társadalomtudományi Kar, 2007–2008. 29–45.
<http://www.tarsadalomkutatas.hu/kkk.php?TPUBL-A829/kotojelek2007/TPUBL-A-829.pdf>
- Éber Márk Áron (2009) *Társadalmi struktúra és szemantika* In: Némedi Dénes – Szabari V. (szerk.) *KÖTŐ-JELEK* In: Némedi Dénes – Szabari Vera (szerk.) *KÖTŐ-JELEK – A Doktori Iskola Évkönyve*, ELTE, Társadalomtudományi Kar 2009. 143–160.
- Éber Márk Áron (2012) Megkülönböztetett különbségek. A 'magyar társadalom' tagolódásának és tagolásának vizsgálatához című doktori disszertáció (témavezető Wessely Anna)
http://tatk.elte.hu/file/dissz_2013_EberMarkAron.pdf
- Ericson, Erik. H. (1985) *Gyermekkor és társadalom*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Fairbairn, W. Ronald D. (1952) *Psychoanalytic Studies of the Personality*. Routledge, London – New York.
- Fairbairn, W. Ronald D. (1954) *An Object-Relations Theory of the Personality*. New York, Basic Books. Idézi: Halász Anna (1994)
- Flaskay Gábor (szerk.) *Függőség, tárgykapcsolat, viszontáttétel*. Magyar Pszichoanalitikus Egyesület, Tudományos Előadások 1992–93.
- Flores, Philip J. (2011) *Addiction as an Attachment Disorder*. New York, Jason Aronson, Inc.

- Fónagy Péter (2003) A kötődés generációs átvitele: egy új elmélet. *Thalassa* (14) 2003, 2–3.
[http://www.mtapi.hu/thalassa/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(14\)2003_23/083106_Fonagy_Peter.pdf](http://www.mtapi.hu/thalassa/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(14)2003_23/083106_Fonagy_Peter.pdf)
- Fonagy, Peter – Target, Mary (2005) *Pszichoanalitikus elméletek a fejlődési pszichopatológia tükrében*. Gondolat – Infonia, Modern Pszichoanalízis Sorozat 2012.
- Fórián Szabó István (1993) *Áthallások*. (Tudomány-e a pszichoterápia? És ha..., akkor mi-féle?) *Pszichoterápia* II. évf. 3. sz.
<http://www.cssk12ker.hu/letolthetodokumentumok/Athallasok.pdf>
- Gartner Pál (1939) *Szenvedélyek és kedélybetegségek mélylélektana és gyógyítása*. NOVÁK és társa Tudományos Könyvkiadó Vállalat és Orvosi Szakkönyvkereskedés.
- Gergely György – Watson, John S. (1996) The social biofeedback theory of parental affect-mirroring: the development of emotional self-awareness and self-control in infancy. *International Journal of Psychoanalysis*. 1996 Dec. 77 Pt 6) 181–212. Magyarul: *THALASSA* <http://www.c3.hu/scripta/thalassa/98/1/4gerg.htm>
- Gill, Richard (2014ed.) *Addictions from an Attachment Perspective. Do Broken Bonds and Early Trauma Lead to Addictive Behaviours?* The John Bowlby Memorial Conference Monographs 2013, KARNAC.
- Grof, Stanislav (1981) Mind, Nature, and Consciousness: Gregory Bateson and the New Paradigm. *Journal of Transpersonal Psychology* 5/2/31:72.
http://www.stanislavgrof.com/wp-ncontent/uploads/2015/02/Gregory_Bateson.pdf
- Halász Anna (1994) A tárgykapcsolat. In: Flaskay Gábor (szerk.) *Függőség, tárgykapcsolat, viszontáttétel*. Magyar Pszichoanalitikus Egyesület, Tudományos Előadások 1992–93.
- Hárdi István (1994) A függőség. In: Flaskay Gábor (szerk.) *Függőség, tárgykapcsolat, viszontáttétel*. Magyar Pszichoanalitikus Egyesület, Tudományos Előadások 1992–93.
- Hilt, Lori M. – Hanson, Jamie L. – Pollak, Seth D. (2011) Emotion Dysregulation. *Encyclopedia of Adolescence*, Volume 3. pp. 160–169.
<https://doi.org/10.1016/b978-0-12-373951-3.00112-5>
- Horányi Özséb – Béres István (1999szerk.) *Társadalmi Kommunikáció*. Budapest, Osiris.
http://communicatio.hu/publikaciok/beres_horanyi_tarsadalmi_kommunikacio/tartalom.htm
- Horányi Özséb (2006szerk.) *A kommunikáció, mint participáció*. Budapest, Typotex – ORTT AKTI.
- Horányi Özséb (2009) Arról, ami szignifikatív és arról, ami kommunikatív; valamint arról, ami problematikus (szinopszis, 7.3 változat). In: Bagdy Emőke et al. (2009szerk.) *Polihisztória. Köszöntők és tanulmányok Buda Béla 70. születésnapja alkalmából*. Budapest, Akadémiai Kiadó. http://ozseb.horanyi.hu/participacio/szinopszis7_3.htm
- Horányi Özséb (2015) A kommunikáció, mint állapot. Rövid áttekintés. *JEL-KÉP* 2015/3 sz.
<https://doi.org/10.20520/jel-kep.2015.3.1>
- Karácsony András (2003) Rendszerelmélet és fenomenológia. *Jogelméleti Szemle* 2003/1.
<http://jesz.ajk.elte.hu/karacsony13.html>
- Keeney, Bradford P. (1979) On paradigmatic change: Conversations with Gregory Bateson. (Unpublished manuscript) Idézi Dell (1985).
- Kelemen Gábor – B. Erdős Márta (2001szerk.) *Az addiktológia horizontja*. PTE Eü. Főisk. Kar.

- Khantzian, Edward J. (1997) The Self-Medication Hypothesis of Substance Use Disorders: A Reconsideration and Recent Applications. *Harvard Rev Psychiatry* Vol 4. No 5.
<https://doi.org/10.3109/10673229709030550>
- Khantzian, Edward J. (2013) Addiction as a self-regulation disorder and the role of self-medication. *Addiction*, Volume 108, Issue 4, April 2013. 668–669.
<https://doi.org/10.1111/add.12004>
- Kirmayer, Laurence J. (2015) Re-Visioning Psychiatry. Toward an Ecology of Mind in Health and Illness. In: Kirmayer et al (2015eds.)
- Kirmayer, Laurence J. – Lemelson, Robert – Cummings, Constance A. (2015eds.) *Re-Visioning Psychiatry. Cultural Phenomenology, Critical Neuroscience, and Global Mental Health*. Cambridge, Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/cbo9781139424745>
- Koós Orsolya (2010) Dezorganizált kötődés kialakulása csecsemőkorban. Doktori értekezés, kézirat, Debreceni Egyetem BTK (témavezető: Dr. Ináncsy-Pap Judit)
<https://dea.lib.unideb.hu/dea/bitstream/handle/2437/98732/Koós%20Orsolya%20értekezés.pdf?sequence=7&isAllowed=y>
- Kulcsár Zsuzsanna (2006) *Korai személyiségfejlődés és énfunkciók – Pszichoanalitikus elméletek biopszichológiai elemzésben*. Budapest, Argumentum.
- Kulcsár Zsuzsanna (2007) *Komplex humán emóciók, összetartozás és felépülés*. Budapest, Trefort Kiadó.
- Kulcsár Zsuzsanna (2009) *Trauma-feldolgozás és vallás*. Budapest, Trefort Kiadó.
- Láng András – Nagy László (2013) Kötődélmélet és fejlődési pszichopatológia – szemlélet, modellek, közvetítő mechanizmusok. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 68. 1. 23–37.
<http://dx.doi.org/10.1556/MPSzle.68.2013.1.3>
- Luhmann, Niklas (2002) *Theories of Distinction: Redescribing the Descriptions of Modernity*. Stanford, CA, Stanford University Press.
- Luhmann, Niclas (2006) *Bevezetés a rendszerelméletbe*. Budapest, Gondolat Könyvkiadó.
- Luhmann, Niclas (2009) *Szociális rendszerek*. Budapest, AKTI – Gondolat Könyvkiadó.
- Marsh, Kerry L. – Johnston, Lucy – Richardson, Michael J. – Schmidt, R. C. (2009) Toward a radically embodied, embedded social psychology. *European Journal of Social Psychology* 39. 1217–1225. <https://doi.org/10.1002/ejsp.666>
- Máté Gábor (2008/2012) *A sóvárgás démona – Ismerd meg a függőségeidet*. Budapest, Libri. (Ford. Kelemen László)
- Maturana, Humberto R. and Varela, Francisco (1972) *Autopoiesis and Cognition – The Realization of Living*. Dordrecht, Holland, D. Reidel Publishing Company.
- Maturana, Humberto R. and Varela, Francisco J. (2005) Autopoiesis. Az élő szerveződése. In: Bónus Tibor – Kelemen Pál – Molnár Gábor Tamás (2005szerk.) *Intézményesség és kulturális közvetítés*. (Ford: Lénárt Tamás) Budapest, Ráció. 237–293.
- Maturana, Humberto (1978) Cognition. In: Hejl, P. M. – Wolfram, K. Köck – G. Roth (eds.) *Wahrnehmung und Kommunikation*. Frankfurt, Peter Lang. 29–49.
<http://www.enolagaia.com/M78bCog.html>

- Maturana, Humberto R. (2002) Autopoiesis, Structural Coupling and Cognition: A history of these and other notions in the biology of cognition. *Cybernetics & Human Knowing*, Vol. 9, No. 3–4. 5–34.
- Mirnic Zsuzsanna (1999) *A fal felé fordult elme*. Napkút Online kulturális folyóirat, Napkút Kiadó. http://www.napkut.hu/naput_1999/1999_02/028.htm
- Molnár Mária Judit (2012) Személyre szabott orvoslás. Paradigmaváltás az egészségügyben. *Magyar Tudomány (különszám)* 2012/06. <http://www.matud.iif.hu/2012/06/SOTE/11.htm>
- Morel, Julius – Bauer, Eva – Meleghy Tamás – Niedenzu, Heinz-Jürgen – Preglau, Mac – Staubmann, Helmut (2000) *Szociológiaelmélet*. (ford: Berényi Gábor) Budapest, Osiris Kiadó. 227–246. old.
- Orehek, Edward – Vazeou-Nieuwenhuis, Anna – Quick, Ellen – Weaverling, G. Casey (2017) Attachment and Self-Regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin* Vol 43, Issue 3. <https://doi.org/10.1177/0146167216685292>
- Padykula, Nora Lafound – Conklin, Philip (2010) *Clinical Social Work Journal* 38. 351–360. <https://doi.org/10.1007/s10615-009-0204-6>
- Pál Ferenc (2010) *A függőségtől az intimitásig – Vágy, élmény, kapcsolat*. Budapest, Kulcslyuk Kiadó.
- Péley Bernadette – Révész György (2001) Kötődési mintázatok szerveződése, szerepek és funkciók észlelése droghasználó fiatalok élettörténetében. In: Kelemen Gábor és B. Erdős M. (szerk) *Az addiktológia horizontja*. PTE Eü. Főisk. Kar.
- Piaget, Jean (1990) *Hat pszichológiai tanulmány*. Budapest, Primo Kiadó.
- Piaget, Jean – Inhelder, Barbel (2004) *Gyermeklélektan*. Osiris Kiadó, Budapest.
- Piaget, Jean (1970) The Affective Unconscious and the Cognitive Unconscious. Presented at the Plenary Session of the American Psychoanalytic Association on December, 1970, Chapter published 1976 in Piaget and His School on pages 63 to 71. *Springer Study Edition*. https://doi.org/10.1007/978-3-642-46323-5_6
- Prochaska, James O. – DiClemente, Carlo C. – Norcloss, John C. (1992) In Search of How People Change – Applications to Addictive Behaviors. *American Psychologist*. (Sept. 1992) <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.47.9.1102>
- Prochaska, James O. – Norcloss, John C. – DiClemente, Carlo C. (2009) *Valódi Újrakezdés*. Budapest, Ursus Libris. (Ford: Turóczy Attila)
- Rácz József (2002szerk.) *Drog és Társadalom – az addikció mintázatai*. Budapest, Új Mandátum Könyvkiadó. https://www.academia.edu/1464786/Drog_és_társadalom._Az_addikció_mintázatai
- Raikhel, Eugene (2015) From the Brain Disease Model to Ecologies of Addiction. In: Kirmayer, Laurence J. et al (2015eds) *Re-Visioning Psychiatry*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/cbo9781139424745.018>
- Riesman, David (1961) *A magányos tömeg*. (Ford: Szelényi Iván) Budapest, KJK.
- Schulze, Gerhard (1992a) A Német Szövetségi Köztársaság átalakulása. (Ford: Novák Zsolt) In: Wessely Anna (1998szerk.) *A kultúra szociológiája*. Budapest: Osiris–Láthatatlan Kollégium.
- Schulze, Gerhard (1992b) Élménytársadalom. A jelenkor kultúrszociológiája. A hétköznapi élet esztétizálódása. (Részlet az I. fejezetből) *Szociológiai Figyelő* 2001/1–2. http://www.prazsak.hu/schulze_elmeny tarsadalom.pdf

- Simon Miklós (2012) Addiktív állapot – Kommunikatív állapot. In: Bajnok Andrea és tsai (2012szerk.) *A Kommunikatív állapot. Diszciplináris rekonstrukciók. Horányi Őzséb 70. Születésnapjára*. Typotex, Budapest.
- Simon Miklós (2014a) A berűgás folyamatának a kommunikatív állapotai – Szemlélet, álláspont, szempontok. *Jel-Kép* 2014/2. <https://doi.org/10.20520/jel-kep.2014.2.8>
- Simon Miklós (2014) Addikt jelenségek alternatív megközelítése – műveletek az addiktológiával. Előadás az MKTT Kommunikáció, kreativitás, kultúra konferencián.
- Simon Miklós (2015) Függőség, kommunikáció, autonómia I. rész. Addikt állapotoktól az addiktológia állapotáig (és vissza) – kommunikatív elemzés. *Jel-Kép* 2015/4. <https://doi.org/10.20520/Jel-Kep.2015.4.103>
- Simon Miklós (2016) Függőség, kommunikáció, autonómia II. rész. Addikt Állapotoktól az Addiktológia Állapotáig (és vissza) – szakmai elemzés. *Jel-Kép* 2016/2. <https://doi.org/10.20520/Jel-Kep.2016.2.63>
- Simon Miklós (2017) Adventure society – experience economy – sensation management. Addict-communicative approach – Money Talks (?) Communication as/and Economy, International Interdisciplinary Conference, BCE, Institute of Behav Sci and Comm Theory (Poster presentation, May 04, 2017).
- Straubmann, Helmut (2000) A szociális rendszerek, mint önreferenciális rendszerek – Niclas Luhmann. In: Morel, J. et al. (2000szerk.) *Szociológiaelmélet*. Budapest, Osiris Kiadó.
- Terestyéni Tamás (2011) *Kompország a Nyugat Iskolájában. A társadalmak szerveződéséről*. Budapest, Gondolat Kiadó.
- Teigen, Karl Halvor (1994) Yerkes-Dodson: a Law for All Seasons. *Theory and Psychology* Vol. 4(4). 525–547. <https://doi.org/10.1177/0959354394044004>
- Wessely Anna (1998szerk.) *A kultúra szociológiája*. Osiris Kiadó – Láthatatlan Kollégium, Budapest.
- Winnicott, Donald W. (1999) *Játszás és valóság*. Budapest, Animula Egyesület (Ford. Bíró Sándor, Széchezy Orsolya)
- Varela, Francisco J. – Thompson, Evan – Rosch, Eleanor (1993) *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, Mass., The MIT Press.
- V. Binét Ágnes (1985) Affektív tudattalan – kognitív tudattalan. Piaget kognitív fejlődésléktanának néhány tanulsága a pszichoanalitikus fejlődésléktan számára. In: Popper Péter (1985szerk.) *Piaget emlékkötet*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- Zinberg, Norman E. (1984) *Függőség és Kontroll – Drog, egyén, társadalom*. Budapest, Nyitott Könyvműhely Kiadó. (Ford. Békési József)
- Yerkes, Robert M. – Dodson, John. D. (1908) The Relation of Strength of Stimulus to Rapidity of Habit-formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology*, 18, 459–482. <https://doi.org/10.1002/cne.920180503>
- <http://www.internationalbatesoninstitute.org/>
- <http://www.wildculture.com/article/pattern-connects-gregory-bateson-and-ecology-mind/1213>
- <http://www.anecologyofmind.com/>
- <https://norabateson.wordpress.com/>