

Életrajz

Budapesten születtem, 1941-ben, tisztviselő családból. Tanulmányaimat a Szent Imre Herceg úton, a ciszterciek iskolájában kezdtem és itt is érettségiztem, akkor már József Attila Gimnáziumban, 1959-ben. Apám politikai múltja, hatéves börtönbüntetése miatt az iskola nem tanácsolt egyetemi felvételre, ennek ellenére többször jelentkeztem, majd az osztályidegen kategória megszüntetése után felvettek az ELTE Bölcsészkarára, mint esti tagozatos hallgatót.

Az érettségi után előbb segédmunkásként, később pedig könyvesbolti eladóként dolgoztam, délelőttönként betegfoglalkoztató voltam a Lipóton. A pszichológia szak elvégzése után a KSH Népeségtudományi Intézetébe kerültem, onnan pedig, 1981-től a Schöpf Merei Ágost Kórházba, mint klinikai pszichológus. A kilencvenes évek közepén egy keresztény iskola igazgatójaként, az utóbbi években pedig a Családi Szolgálatok Ligája Alapítvány vezetőjeként dolgozok.

A hetvenes évektől foglalkoztam a családok vizsgálatával, előbb elméleti közleményeim jelentek meg, majd a gyakorlati munkámmal és a családsegítő szolgálatok szervezésével kapcsolatos megfigyeléseimről, tapasztalataimról jelent meg néhány további publikációm. A nyolcvanas évek közepétől a hazai, családterápiás szervezet vezetője voltam, 1994-ben megszerveztük a VI. Családterápiás Világkonferenciát, amelyhez 10 elő és utókonferencia csatlakozott. Négy évig a Nemzetközi Családterápiás Szövetség vezetőségének is tagja voltam. 1992-től működik a Családi Szolgálatok Ligája Alapítvány, mely a családi életet segítő szolgálatok számára ad közös fedelelet.

Feleségem idén megy nyugdíjba, mint üzletkötő dolgozott, két felnőtt lányunk és két unokánk van. Nagyobbik lányom, mint szociális munkás, szintén a családsegítésen belül dolgozik.

Budapest, 1997. június 10-én

dr. Rátay Csaba

1959. IV. c

Rátay Csaba dr:

Túl a határokon...*

Munkám tartalmi kereteit könnyen felfedhetem, hiszen harminc éve pszichológusként dolgozok, a családsegítés területén. Az intézményi, szervezeti keretek már árulkodóbbak - a lipóti "Sárga Házban" kezdtem, majd egy házasságközvetítőben folytattam, onnan egy kutató intézetbe, utána a ferencvárosi, Bakáts téri kórházba kerültem. Jelenleg egy alapítvány vezetőjeként többféle családsegítő szolgáltatás meghonosításán munkálkodunk, kollégáimmal együtt. Volt ahol egy évet töltöttem, volt ahol tizenötöt - ennek utólag, most ahogy e sorokat írom nincs jelentősége.

Máig sem teljesen tisztázott elvárásokkal és nagyon nehezen kerültem be az egyetemre. Zaklatott családi körülmények közül, háborgó érzelmekkel és gondolatokkal vágtam neki az ötszöri felvételi vizsga után megnyíló lépcsősornak - tényeket, igazságot, vitákat és biztos tudást vártam. Szerettem volna másokon és magamon segíteni.

Két érzés keveredett bennem, egyrészt a boldogság, hogy bekerültem, másrészt a növekvő elégedetlenség - tanulmányaim mintha egyre inkább száműztek volna a mindennapi élettől, a mindennapos-normális jelenségek és emberek csoportjaitól, és egyre inkább felerősítették hajlamomat arra, hogy önmagamba süppedjek. Mintha a pszichológia, mint tudomány ugyanazon az úton ballagna előre, mint a beteg - csak önmagát vizsgálja és egyre több negatívumát leli, míg baráti kapcsolatait lassan elveszíti. Csak a fejünket terhelték a tanulmányok és a kollokviumok, de a kezünk, a szívünk üres maradt.

Már talán tizenöt év is eltelt, miután az egyetemet elvégeztem, amikor kezdtem magamra találni és új utakat keresni - akkor pattant ki az a politikai lehetőség, hogy a család fontosságáról beszélni lehetett, bár még nem volt meg az a "tudományos" nyelvezet és kutatási tény-anyag, amelyen keresztül ezt bizonyítani is lehetett volna. Ezen a hiányon segítettek a társadalmi beilleszkedési zavarokat firtató, a hetvenes évek közepétől induló, hazai vizsgálatok és a lassan terjedő, nyugati közlemények a családterápiáról.

Ennek a pszichológiai irányzatnak, a családterápiának az üzenete szerint az ember személyisége kapcsolataiban létezik, tehát semmit nem tudunk meg az emberről, a változás lehetőségeiről, ha nem vesszük tekintetbe kapcsolatait. Ezekben a hálókban találhatjuk a legfontosabb hagyományokat, hiedelmeket, mintákat, amelyek

akarva-akaratlanul színezik megnyilvánulásainkat - ha változtatni akarunk a személy konkrét, egy adott helyzetben megfigyelt viselkedésén, akkor például azon kell változtatnunk, ahogyan a férfi-női szereposztás családi hagyományai szerint a szülők kapcsolatba kerülnek a tünet következményeivel. Tehát az új irányzat szerint nem lehet csak a tünezhordozó személlyel foglalkozni, hanem annak minél teljesebb környezetét, kapcsolatainak teljes rendszerét be kell tudnunk vonni a változtatási törekvésekbe.

Ludwig von Bertalanffy munkásságának köszönhetjük, hogy a rendszer-szemlélet nemcsak a biológiában, a kibernetikában, de a pszichológiában is meghatározó szerepet kapott - ma már a családtagok kapcsolati rendszeréről, a családon kívüli intézmények kapcsolati rendszereiről, családtagok és terapeuták kapcsolati rendszereiről és a terapeuták egymásközi kapcsolatainak rendszerbe szerveződéséről beszélünk.

Az egyik fontos tanulsága számomra a családterápia üzenetének az, hogy pszichológusként ne essek hasonló megismerési hibába, mint maga a beteg, vagyis ne higgyem azt, hogy teljesen egyedül van, hanem állítsam, képzeljem köré a minél teljesebb környezetét. Második tanulságként a terápiás oldalra vonatkozó következményeket említem - a terapeuta nem objektív megfigyelője, hanem érintett résztvevője a család által megjelenített történetnek. Nem csak tanult mesterségével, hanem élettapasztalatával, saját kapcsolati - családi és professzionális - rendszereinek és értékeinek a hozzáférhetőségével is tud a család változási törekvéseire ösztönző hatást gyakorolni. Például a kamasz viselkedési, fegyelmezési problémáival küszködő szülőket erősítheti, ha a terapeuta hasonló, de megoldott esetet említ, amelyik származhat saját családi életéből, vagy más, terápián megfordult családtól, de az is előfordulhat, hogy a panaszos család előtörténetének, korábbi próbálkozásainak ismeretében a terapeuta saját ráérzése alapján párhuzamba állíthat egy, a család által már alkalmazott, ismert megoldási módot a mostani, még meg nem oldott helyzettel.

A harmadik és egy változó társadalomban talán legfontosabb eredménye a rendszer-szemlélet alkalmazásának az, hogy számításba vesszük azt is, hol és hogyan helyezjük el egy adott társadalom életében a családi életet, személyes életviteli problémákat korrigáló lehetőségeket - ezek lehetnek pszichoterápiás rendelések, önszorgató egyesületek, klubok, stb. Ha a pszichoterápia mint elkülönült segítségnyújtási lehetőség létezik, önálló intézmények rendszerével, szabott szolgáltatási árakkal akkor, bár nagyon hatékonyan működhet szervezetileg, de nem élvezi a társszakmák, laikus segítők és hasonló intézmények kapcsolati rendszereinek előnyeit. Így csak a legsúlyosabb, késői fázisban lévő és

megoldhatatlan esetek tömegével találkozunk - semmilyen mértékben sem számíthat a megoldásban érintett, problémás személyek saját felelősségére, saját erőforrásaikra. Ilyen körülmények, vagyis a segítő szolgálat elszigeteltsége esetén a napi tapasztalat csak teher a szakember hátán és nem válhat a közösség közkincsévé, esetleg figyelmeztető táblává - emberek, ne így éljetelek, mert lassan az abnormális lesz a normális! Ha közvetlenebb a visszajelzés lehetősége, mert a megelőzéshez elég közel van például a terápia során felgyűlt tapasztalat, akkor gyorsabban és aktívabban lehet mobilizálni társas értékeket, fékeket és új megoldásokat. Jó felliftezni egy chicagói felhőkarcoló legfelső szintjére - micsoda kilátás, fantasztikus élmények! Viszont ha valakinek az érdekében hirtelen be kéne avatkoznunk - az éppen kanyarodó autó elé lép a hangyányi gyalogos, meg kell állítani a jelenetet - akkor csak bénán állnánk az elszigeteltség közepén. Nem létezhetnének elszigetelt pszichoterápiás rendelések sem!

1992 óta működik a Családi Szolgálatok Ligája Alapítvány, melynek keretében ezeket a célokat szeretnénk megvalósítani, vagyis minden, a családok életét segítő szolgáltatást egy fedél alá hozni. Nem véglegesen, csak addig amíg önálló életre nem képesek - akkor tőlük búcsút vennénk és újakat ültetnénk helyükre. Nem véletlen a feltételes mód, hiszen az évekkel ezelőtt beindult szolgálatok közül még egy sem tudott önállósulni. Lassan, de biztatóan létezik a családterápiás rendelésünk, nagy jövője volna - a külföldi és ötven évvel ezelőtti hazai példák szerint az önkéntes hálózatoknak, amelyek között itt van az Add Tovább, amelyikkel fiatalabb házaspárok gyerekeinek neveléséhez, mindennapi életéhez nyújtunk segítséget, tapasztalt anyukák bevonásával, vagy az Időseket Látogató Szolgálat, amikor csak az a célunk, hogy beszélgető partnert biztosítsunk a lakásához kötött, egyedül élő személyeknek.....Nem sorolom tovább, mert mindegyik éppen csak létezik, nem tudjuk, hogy holnap milyen forrásból szerzünk fenntartásukra pénzt.

Ha a jövő átmenetileg bizonytalan számomra, akkor segíthet az, hogy nem csak a saját erőmre alapozok - mindaz, amit idáig a CsSzLA tevékenységeként említettem közös munka és közös öröm eredménye. Az utóbbi tíz év alatt kétszáznál is több kolléga és legalább ennyi önkéntes ismerkedett szívesen a rendszer-szemlélettel. Az Alapítvány keretein belül 10-15 külsős munkatárs dolgozik, akik csak a terápiás ülésekre szerződnek, de önálló munkahellyel rendelkeznek, így nem státuszokkal oldjuk meg a folyamatos, családterápiás munkát. Pszichológus, pszichiáter, lelkész, pedagógus és körzeti orvos egyformán lehet a tagja ezekenek a terapeuta csoportoknak.

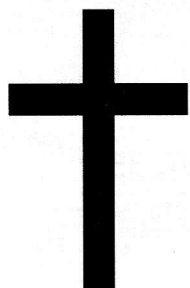
Hasonlóan, örömet jelent az, hogy egy-egy család érdekében rendszeresen tartunk megbeszéléseket azon intézmények képviselőinek, akik kapcsolatban vannak

ugyanazzal a családdal - célunk, hogy egyeztessünk a megoldási stratégiák között, hogy jobban megértsük egymás és a család saját elképzeléseit és ne nélkülük, hanem velük együtt keressünk megoldásokat.

Nemcsak a családterápiás munka során vannak örömeink, hanem az önkéntes segítők társaságai is hasonlíthatatlan élményekkel járnak. Csodálatos érzés olyanok társaságában ülni, akik például maguk is három-négy gyereket nevelnek és most azon törik éppen a fejüket, hogyan segíthetnének egy fiatal anyukának abban, hogy a nagyobbik kisgyerekét elvigyék tornára, amíg neki az orvoshoz kell vinni a kisebbiket.. Ilyen beszélgetés, üdítő együttlét az önkéntesek között sűrűn adódik.

A családok körében végzett munkánk eszközt kínál a határok átlépésére is. Szlovákiában több helyen próbálkozunk bevezetni az Add Tovább hálózatok rendszerét, most Gyergyószentmiklóson lesz alkalmunk a bemutatkozásra - mindenhol igyekszünk a kisebbségi magyarok segítségével a többségieket is bevonni és megnyerni a kezdeményezésünknek. Kassán például, az alapítványunk által szervezett családterápiás tanfolyamon öt kisebbségi magyar tolmácsoló, szolgált 15 szlovák kollégának, két éven keresztül.

Munkám során komoly erőforrást jelent, hogy az ötvenes évek megpróbáltatásai alatt jártam a József Attila Gimnáziumba és megtapasztalhattam azt az erőt, ami az emberek kis csoportjaiban rejtőzik. Legfontosabbnak mégis azt a tudást tartom, hogy csak az adhat aki már elfogadta - Isten felénk áradó, határtalan szeretetét.



*És minden dolgok mélyén béke él
És minden tájak éjén csend lakik
S a végtelenség összhangot zenél
S örök valók csupán mély álmaink.
Juhász Gyula: Béke*

Mély fájdalommal tudatjuk mindazokkal akik ismerték és szerették őket, hogy

dr. Rátay Csaba

**dr. Rátay Csabáné
Makkos Veronika**

2018. november 29-én hosszantartó betegség
után életének 77. évében elhunyt.

2018. december 7-én türelemmel viselt
súlyos betegség után életének 76. évében elhunyt.

Drága halottainkat 2018. **december 21-én, pénteken 9.45 órakor**
a **Farkasréti temető** Makovecz ravatalozójából kísérik örök nyugalomra.

A gyászmisét 2018. **december 30-án, vasárnap 11.30 órakor,**
a **Magyar Szentek templomában**
(Bp. XI. Magyar Tudósok körútja 1.) mutatjuk be.



Gyászolják: testvéreik, lányaik, unokáik, rokonaik, barátai, munkatársaik.