

Ó, a nagylányok!

Ó, a nagylányok! A nővérem, Anikó
– és Ica, Margó, Nagymari és a többi lány!
Mind-mind idősebb tőlem, a nevetésük
csupa huncutság... Titok és talány,
hogy mit suttognak egymás közt
összebújva egy-egy délután.

Ó, a nagylányok! Domborodó mellüket
csodálva irigyeltem, s csak néztem,
ahogy a nagyfiúk a nyári szünet
beköszöntével nyomukban járnak,
ahogyan lopva adnak egymásnak tüzet,
s a tiltott cigaretta füstje száll,
fátyollal takarva örök esküket.

Ó, a nagylányok! Ők bátrak és merészek,
nem félnek visszafeleselni és
elcsavarogni, s ha késnek,
nem kérnek lehajtott fejjel bocsánatot,
pimaszul és hetykén visszaneznek,
pofontól, szidástól se félve.
Ó, az övék már igazi élet!

Az ajtót bezárják és sugdolóznak,
arról, hogy csinálják a gyereket,
és hogy csókolózni fognak holnap,
smá-rol-ni, így mondják... Döbbenet!
Előttem titkos nyelven beszélnek,
emlegetnek piros ünnepet.

Hajuk kibontva száll a szélben,
és olykor tornyosra tupírozzák,
valahonnan rúzszt is szereztek,
s megrövidítik a szoknya hosszát
úgy, hogy derékban legalább ötször
gondosan visszahajtogatják.

Ó, a nagylányok! Ica, Anikó, Margó, Nagymari,
csak nőnek egyre, már szinte nők!
Lakkozva a körmük, és a szemöldöküket
elégett gyufaszállal festik ők,
s ha meglátnak, egymást csöndre intik:
' Pszt, ne beszélj a kis pisis előtt! '

S nekem a torkomat szorítja a félelem,
hogy sosem leszek, mint ők, olyan
nagylány, s esténként hiába képzelem,
hogy majd bevesznek maguk közé,
s hogy nekem is lesz smár és szerelem...
Oly lassan nővök, hogy nem is érzem,
és ők nem törődnek velem.

És elfog, elönt egészen a fájó rettenet,
hogy kicsi maradok örökké,
ki túsarkú cipőben nem tipeg,
kit a nyurga nagyfiúk meg se látnak,
nem vesznek neki mozijegyet,
s a nagylányok az ajtót az orra előtt
becsapják, közójük nem mehet.

Aztán felnövök. A titkok, mik rejtve voltak
hirtelen kinyílnak: a szerelem,
a házasság, a nász, a gyerekszülés
természetes, mint a négy őselem.

Ó, a nagylányok! Anikó, Ica, Margó, Nagymari
többé nem kislánként beszélnek velem.
Hozzájuk nőttem, észrevesznek,
immár közöttük van helyem.

S az idő múlik. Múlása hol pillangószárny verése,
oly gyors; hol pedig sebzett, rab madár
ólmos, nehézkes röpülése. A boldogság pillanat,
illanva száll el – a keserű perc mozdulatlan áll.
Életünk összeért, a hajdani nagylányok
és a hajdani kislány egymásra talál.

Ó, a nagylányok! Előbb Anikó fut el előlem,
vakmerőn nekifut a vaksötétnek,
hát becsap, itt hagyja megint a kicsit,
hát megint ő, ő a merészebb!
Aztán Nagymari. Egy padon ülve látják még,
aztán eltűnik örökre. Félek.
S az ismeretlen nemlét ajtaját kinyitva egy
hajnalon Ica is utánuk lépett.

Ó, a nagylányok! Anikó, Ica és Nagymari,
itt hagytak egyedül megint. Fülelek.
Suttogásukat szinte hallani,
tudom, hogy nagy titkokat beszélnek,
nekem nem akarják megvallani.
Csak az övük a fekete Semmi,
nekem marad a Valami.

Ó, a nagylányok itt hagytak engem,
a kaput bezárták, és én csöndben
vágyakozva és félve kérdem:
Miféle titkokat suttogtok fölöttem?
Miért hagytatok itt? S ti miért

nem maradtatok még, miért nem?!

Hol van, aki nincs sehol?

Hol van, aki nincs sehol?
Csak a teste, viselt és megviselt holmi
hever levetetten, hullakamrákba
félredobva, jegelve,
hogy romlása lassuljon, ne látsszék,
ne borzasszon el.

Hol van, aki nincs sehol?
Hangja, keze melege, érintése,
tekintetének ragyogása
még nem hűlt ki azokban,
akikhez szólt, akiket megérintett,
akikre ránézett.

Hol van, aki nincs sehol?
Hisz nem értette ő sem,
hová tűntek a nemlétbe utazó
barátok, ismerősök,
most magát siratná
önnön sírja mellett állva.

Hol van, aki nincs sehol?
Vajon lát akkor is, ha szemei
fagyott gömbjét lezárta
már a múlás?

A halál mérhetetlen csöndjén
átszivárognak-e hitetlenkedő

kérdéseinek hangjai?

Itt van még? S ha nem,
hol van, aki nincs sehol?

Testébe zárva élt, ahogyan
mindannyian, mégis tudjuk,
nem ennyi az ember.

A látható mögött ott
a láthatatlan,
ahogy a Városház tér betonozott
felületét púpossá emelik a fák
gyökerei. A szemünk elől rejtett
így mutatja meg magát.

Hol van, aki nincs sehol?

Választ nem ad, aki már
tudja rá a választ.

Lélek, ha üzen, nincs szava.

Hol van hát, ki nincs sehol?

A hallgatás a válasza.

KŐVÁRY ZOLTÁN

„Halál apa blues.”¹ Az apa elvesztése okozta gyász kreatív feldolgozásának pszichobiográfiai vizsgálata

„Kitűnt, hogy része önanalízisemnek, reakcióm a legjelentősebb eseményre, a legsúlyosabb veszteségre, ami férfit érhet: apám halálára.”

Sigmund Freud²

„Apád öt ölnyi mélyben pihen:
Korál lett csontjaiból,
Igazgyöngy termett szemeiben;
S így semmije szét nem omol,
Hanem éri dús, csodás
Tengeri elváltozás.”

(William Shakespeare: *A vihar*; Babits Mihály fordítása)

Összefoglalás ♦ *A 19. század közepétől a 20. század első feléig az egy tőről fakadó pszichoanalízis és egzisztencializmus fontos korai képviselői között számos olyan figurát találunk (Kierkegaard, Nietzsche, Dosztojevszkij, Freud, Szondi Lipót), akiknél a filozófiai/tudományos kreativitás kibontakozásában kimutathatóan jelen van meghatározó pszichológiai hatásként az apa elvesztése. Ezen szerzőknél a filozófiai/pszichológiai gondolkodás kialakulása és annak sajátosságai a szerző állítása szerint összefüggésbe hozható az apa elvesztése kiváltotta gyász kreatív feldolgozási folyamatával. Ezeket az összefüggéseket a pszichobiográfia nevű idiografikus, kvalitatív, a felfedezés stratégiáját követő, a hermeneutikai kutatási módszer segítségével tudjuk kimutatni a vizsgált személyhez kapcsolható első- és harmadik személyű dokumentumok elemzése nyomán. A kimutatott összefüggések hozzájárulhatnak a vizsgált személyek életművének mélyebb megértéséhez, de ezen túl arra is lehetőséget nyújtanak, hogy mélyebb bepillantást nyerjünk az érzelmi veszteség kiváltotta egzisztenciális válság kreatív átdolgozásnak dinamikájába.*

Kulcsszavak: halál, veszteség, gyász, kreativitás, egzisztencializmus, pszichoanalízis

¹ Utalás Allen Ginsberg azonos című versére

² Mármost hogy az “Álomfejtés” megírása volt a része az önanalízisnek. Lásd Sigmund Freud: *Álomfejtés*. Helikon Kiadó, Budapest, 1993/1900, 10.

„Dead Father Blues”. The psychobiographical study of creative grief-elaboration related to the loss of the father

Summary ♦ *If we take a look at the history of psychoanalysis and existentialism (arising from the same cultural background), from the middle of 19th until the beginning of the 20th century, we find several authors among the significant early representatives (Kierkegaard, Nietzsche, Dosztojevszkij, Freud, Lipót Szondi) whose philosophical/scientific creativity demonstrably unfolded under the influence of the loss of their fathers. According to the author's hypothesis, the formation and specificities of these scholars' philosophical/psychological thoughts are related to the process of creative grief elaboration provoked by the death of their fathers. We can evince these interrelations with the use of psychobiography, an idiographic, qualitative method related to the strategy of discovery, and to hermeneutic traditions, following the psychological interpretation of first-person and third-person documents about the studied person. The explored interrelations will help us better understand the oeuvre of these authors, furthermore, they may give us a chance to take a closer look at the dynamics of creative existential crisis-elaboration arising from emotional loss.*

Keywords: death, loss, grief, creativity, existentialism, psychoanalysis

Bevezetés

A pszichoanalitikus és egzisztenciális megközelítések egyik legfontosabb 19. századi előfutára, a Thomas Mann (1970/1947) szerint pszichológusnak született Friedrich Nietzsche a következőt írta „Túl jön és rosszon” című könyvében: „Fokozatosan kiderült számomra, mi is volt eddig minden nagy filozófia: nem más, mint szerzőjének önvallomása, egyfajta akaratlan és észrevétlen *mémoires*...” (Nietzsche, 1995/1886, 13.). A modern hermeneutika atyja, Wilhelm Dilthey a századforduló körül ezt általános elvvé emelte, amikor úgy fogalmazott, hogy „nincs olyan igazán nagy műalkotás, mely... szerzőjének tőle idegen szellemi tartalmat akarna tulajdonítani, s főként amely szerzőjéről egyáltalában semmit sem akarna mondani.” (Dilthey, 1990, 76). Ez nem korlátozódik a művészi alkotásokra, hiszen Dilthey hermeneutikája szerint a megértésre irányuló törekvésünk „a gyermeki gögicselés felfogásától egészen a Hamlet vagy az észkritika felfogásáig terjed. Kövekből, márványból, zeneileg megformált hangokból, mozdulatokból, szavakból és írásból, cselekvésből, gazdasági rendekből és

alkotmányokból ugyanaz az emberi szellem szól hozzánk, és igényli az értelmezést.” (Dilthey, 1974/1900, 473.)

A pszichoanalízis ezzel szinte egy időben még inkább hangsúlyossá tette azt a felfogásmódot (nem kevés ellenállást kiváltva a közönségből és a művészeteteoretikusokból), hogy az alkotások esetén az értelmezés nem tekinthet el a szerző személyétől. Ennek az egyik legfontosabb példája az első pszichobiográfiai munka, Sigmund Freud Leonardo da Vinciről írt esszéje (1982/1910). Ebben Freud a hozzáférhető dokumentumok alapján kikövetkeztethető korai érzelmi élményekből vezette le például a festő egyes munkáinak egyes kompozíciós sajátosságait³. Freud kezdeményezései követendő példára letek a pszichoanalízisen belül (Kőváry, 2014); ezek közül mindenképpen érdemes kiemelni a magyar Hermann Imre törekvéseit. Hermann (1930, 2013) ugyanis úgy vélte, hogy semmilyen jelentős gondolat megszületése nem képzelhető el a tudattalan közbenjárása nélkül, ezért a tudományos gondolkodás és annak különféle produktumai ugyanúgy értelmezhetők pszichoanalitikus szempontból, mint a művészi alkotások. Herman munkásságával nagyjából egy időben Henry Murray amerikai pszichológus, akire szintén nagy hatással volt a lélekelemzés, ezt a pszichoanalitikus elvet tapasztalatai nyomán közvetlenül alkalmazta a pszichológia tudományára is, kijelentve, hogy gyakorlatilag az összes jelentős (személyiség)pszichológiai elmélet „önéletrajznak” tekinthető (Kőváry, 2020a). Vagyis visszatértünk Nietzsche kijelentéséhez.

A kiemelkedő kreativitás produktumainak eme „pszichologizáló” megközelítése a 20. második felében háttérbe szorult. A filozófiát és az irodalomkritikát eluralták az „anti-intencionalista” megközelítések, melynek egyik leghíresebb, a posztmodernizmust is lényegében befolyásoló manifesztuma Roland Barthes kinyilatkoztatása „a szerző haláláról” (Warburton, 1993). Az akadémikus pszichológiai kreativitáskutatásban hegemónná vált a nomotetikus-kvantitatív paradigma, a pszichoanalízisben pedig (főként az USA-ban) a formalista ego-pszichológia lett meghatározó évtizedekig (Kőváry, 2011, 2017). Ennek a pozitívizmusnak hódoló hegemóniának a megtöréséhez vezetett többek közt a pszichobiográfiai megközelítést „rehabilitáló” amerikai Robert D. Stolorow és George E. Atwood korai munkássága (Stolorow & Atwood, 1979; Atwood & Stolorow, 1984). Stolorow és Atwood gyakorlatilag ott folytatták, ahol Nietzsche, Dilthey, Freud és Murray abbahagyta, ugyanis a

³ Freud a filozófusokkal nem bánt olyan kesztyűs kézzel, mint a művészekkel. Egyszer egyik legközelebbi munkatársa, a fehérórosz származású Max Eitingon elküldte neki egy orosz pszichoanalitikusnő, Fanya Lovckaja fivérének, Lev Sesztov egzisztencialista filozófusnak az egyik könyvét. Freudnak nem tetszett az írás, és azt mondta Eitingonnak, hogy ezek mögött a „nyakatekert” filozófiai szövegek mögött mindig pszichológiai, sőt pszichopatológiai probléma húzódik meg (Etkind, 1999).

„Faces in Cloud. Subjectivity in Personality Theory” (1979) című első könyvükben pszichoanalitikus szerzők (S. Freud, C. G. Jung, O. Rank, W. Reich) elméleteinek pszichobiográfiai vizsgálatára vállalkoztak. Ennek elsődleges célja az volt, hogy kimutassák: ezek a nagy hatású elméletek valóban „önéletrajzi” ihletésűek, ahogy Stolorow és Atwood mestereinek mestere, Murray⁴ állította. A közvetlen pszichobiográfiai összefüggések feltárása mellett Stolorowék törekvéseinek fontos episztemológiai-módszertani hozadéka is voltak. Kimutatták, hogy az általuk „pszichoanalitikus fenomenológiának” nevezett módszer alkalmazásával lehetővé válik az alkotófolyamatot befolyásoló „szubjektívitás struktúrájának” meghatározása (ami lényegében ugyanaz, mint amire a pszichoterápiás feltárás is irányul)⁵, illetve ennek nyomán felhívták a figyelmet a Karl Mannheim-féle tudásszociológia mintájára megfogalmazható a „tudápszichológia” létjogosultsága is. Egyúttal arra is rámutattak, hogy a pszichoanalízis és más dinamikus pszichológiák ismeretelméleti háttérét nem a természettudomány és a pozitívizmus képezi, hanem a hermeneutikai hagyomány, az egzisztenciális fenomenológia és a strukturalizmus (Atwood & Stolorow, 1984).

Stolorowék 80-as évekbeli kezdeményezései nagyjából egybeestek a pszichológia „narratív fordulatával” (László, 2005), aminek következtében az élettörténeti-pszichobiográfiai kutatás ismét szalonképessé vált a pszichológiában; olyannyira, hogy a 2000-es években valóságos „reneszánsza” alakult ki a módszernek (Schultz, szerk. 2005, Mayer & Kőváry, szerk. 2019). Az élettörténeti megközelítés a pszichológia mellett a filozófiában és az és az irodalomtudományban is megjelent, az előbbire példa Rüdiger Safranski munkássága (lásd könyveit Schopenhauerről, Nietzschéről és Heideggerről) míg az utóbbire Szajbély Mihály (2019) Csáth Géza-monográfiája, amelyben a szerző reflektál is az irodalomtudomány ilyen irányú változásaira. Ezzel párhuzamosan megfigyelhető az utóbbi évtizedekben a fenomenológia váratlan felbukkanása és látványos térnyerése a pszichológiában és a megismerés-tudományban (Gallagher & Zahavi, 2008; Szummer, 2011), valamint – a jelenlegi világ drámai történéseitől nem függetlenül - az egzisztenciális pszichológia iránt mutatkozó fokozott érdeklődés (Van Deurzen, szerk. 2019). Összességében tehát úgy tűnik, hogy a „humán tudományos pszichológia” (Walsh, Teo & Baydala, 2014, Kőváry, 2020b) végre kezdi elnyerni méltó helyét a tudományos lélektan világán belül, ami fontos ellenpontja lehet az egyre

⁴ Stolorow doktori témavezetője Murray kollégája-követője, Robert White volt, míg Atwood az ugyancsak Murray-követő Silvan Tomkins asszisztense volt a 70-es években. Tomkins ez idő tájt a Murray-hagyományokat felelevenítő perszonológiai kutatócsoportot hozott létre a Rutgers University-n, aminek Stolorow és Atwood is tagja volt (Stolorow & Atwood, 2013). Ez a törekvés is a nomotetikus-kvantitatív paradigma elleni lázadásként értelmezhető.

⁵ Az analógia nem véletlen: a kortárs egzisztenciális-fenomenológiai pszichoterápiás iskola a terápiás folyamatot lényegében egyedi „egyedi kutatási projekt”-ként szemléli (Adams, 2019).

nagyobb tért nyerő „természettudományos” pszichológiának (idegtudományok, bizonyítékon alapuló pszichoterápiák).

Jelen cikkben a „humán tudományos pszichológia” szemléletét és a pszichobiográfia történeti-interpretatív (Runyan, 1997) módszerét alkalmazva igyekszem körbejárni egy fontos pszichológiai aspektusokat tartalmazó jelenséget. A humán tudományos pszichológia filozófiai megalapozói és jelentős korai képviselői közül ugyanis jó néhány szerző esetében kimutatható, hogy a munkásság kibontakozását jelentékenyen befolyásolt az apa halála, olyan értelemben, hogy az apa vagy az apa-figura elvesztése nyomán megjelenő gyász közvetlenül, noha nem mindig manifeszt formában befolyásolta magát az alkotói tevékenységet. Ezek a vizsgálandó alkotók egyrészt a dán filozófus Søren Kierkegaard (1813-1855) és a német filozófus Friedrich Nietzsche (1844-1900), akik nagy hatással voltak az azonos kulturális-történeti talajból kivirágzó (May, 1983a) egzisztencializmus és a pszichoanalízis alakulására. Ide sorolható az orosz író Fjodor Dosztojevszkij (1821-1881), akit Nietzsche minden idők legnagyobb pszichológusának nevezett, a Nietzsche-kutató Walter Kaufman (1956) pedig az egzisztencializmusba történő legjobb bevezetésnek nevezte „Feljegyzések az egérlyukból” című művét. Dosztojevszkij nagy hatással volt két másik vizsgálandó „alanyunkra” is. A pszichoanalízist megalapító osztrák Sigmund Freud (1856-1939) Dosztojevszkijt „minden dolgok tudójának” nevezte, akinek nincs szüksége pszichoanalízisre, mivel „minden mondatával magamagát magyarázza” (Freud, 1993/1920, 106-107.) Dosztojevszkij volt Szondi Lipót (1893-1986) sorsanalízisének a korai ihletője is; emellett Szondira alapvető hatást gyakorolt a pszichoanalízis és az egzisztencializmus is (Kőváry, 2020c).

Ez a bemutatandó elemzés nem tart igényt általános, mindenkire egyformán érvényes összefüggések megállapítására (ami a természettudomány célja), vagyis a felfedezés, és nem a bizonyítás stratégiáját (Babbie, 2008) követi. A humán tudományos lélektani kutatás elve, hogy nem csak azt fogadja el valósnak, ami statisztikailag szignifikáns, és ennek értelmében „akár egyetlen eset is megvilágító erejű lehet, amennyiben tisztán megmutatja valamelyik mechanizmus alakulásait.” (Paneth, 1985, 66.)⁶ Maga az elemzés és értelmezés az említett kvalitatív, történeti-interpretatív módszeren, az individualitás vizsgálatát lehetővé tevő pszichobiográfián (Kőváry, 2014) alapul, még pedig annak a több alany párhuzamos vizsgálatát lehetővé tevő összehasonlító változatán (Isaacson, 2005). Jelen cikk először az apa lélektani

⁶ A „mechanizmus” helyett talán szerencsésebb a „struktúra” fogalmának használata, amely különböző jelenségek közötti jelentéstartó összefüggések viszonylag állandó konfigurációjára utal (Hankiss, 1971). A struktúra fogalma - a poszt-kartézianus episztemológia értelmében - a dinamikus pszichológiában nem korlátozza az összefüggéseket az „intrapzichés” dimenzióra, mint a Paneth által képviselt pszichoanalízis „mechanizmus” fogalma.

jelentőségére, elvesztésének hatására, majd a gyász és a kreativitás összefüggéseire mutat rá. Ezt követően - a pszichobiográfia alkalmazhatóságának rövid taglalása után – térünk rá az „esetek” bemutatására. Ezek nem egyenlő súllyal kerülnek majd tárgyalásra, és nem apellálnak a „teljes” pszichobiográfia⁷ státuszára. A középpontban Szondi Lipót Dosztojevszkijjal való „kapcsolata” áll majd, amit kiegészítünk a Freudra, Nietzsche-re és Kierkegaardra történő utalásokkal.

Az apa és a halál

Az „apai funkció” a freudi pszichoanalízisben a veszteséghez (az anyai tárgy és az onnipotencia elvesztése), az alárendelődéshez, a vágy elérhetetlenségéhez, a bensővé tett törvényhez, az én-ideálhoz és a szimbólumhasználati kapacitáshoz kapcsolódik, amely lehetővé teszi az olyan összetett mentális folyamatok alkalmazását, mint a szublimáció (Oliveira, 2020). Köztudott, hogy Freud – klinikai tapasztalatai, önanalízise, és minden bizonnyal feldolgozatlanul maradt „anyakomplexusa” (Kramer, 2015) következtében – a pszichoszexuális fejlődés fallikus fázisában megjelenő Ödipusz-komplexust, a gyermek szülők iránt érzett vágyainak ambivalenciáját helyezte pszichológiai elméleteinek középpontjába, amiben az apának kitüntetett szerep jut. Elméletei nyomán főként az ún. pozitív Ödipusz-komplexus leírása vált ismertté (szerelmi vágy az ellenkező nemű szülő iránt és ellenséges érzések az azonos nemű, rivális szülő felé), de a negatív forma (az előbb említett konstelláció ellentéte) és a kevert verziók is gyakorta előfordulnak (Laplanche & Pontalis, 1994).

A későbbi pszichoanalitikus koncepciók az Ödipális szituáció szerepét és jelentőségét módosították. Bálint Mihály (1994/1968) szerint például az Ödipusz-komplexus a léleknek csak az *egyik* területe, ami mellett az analízisben számolni kell az *őstörés* és az *alkotás* területével is, amely utóbbit Bálint rendkívül tág értelemben használta. A három terület őstalaját az elsődleges szeretet adja, amely állapotnak a különálló tárgyak felfedezése, illetve traumatikusabb esetben az őstörés vet véget; ebből alakul ki Bálint Mihály szerint (egyszerűsödéssel) az alkotás, bonyolultabbá válással az Ödipusz-komplexus. Az Ödipusz-komplexus emellett serkentő és gátló hatással is lehet az alkotás területére, miként azt a cikk további részében látni fogjuk.

A pszichoanalízis későbbi fejlődése során (tárgykapcsolat-elméletek, szelfpszichológia, kötődés-elmélet) a még korábbi fázisok és kapcsolatok, a szeretet és harag „ősformáinak”

⁷ „Teljes” nem olyan értelemben, hogy az adott személy egész életútját végig elemzi, mert a modern pszichobiográfia nem erre törekszik, hanem az elemzési fókuszot kijelelő kutatási kérdést lehetőség szerint kimerítő értelemben „nem teljes”.

felderítése irányába fordult, (Haynal, 1996, Mitchell & Black, 2000), ezért kimondható, hogy az „apai” mélylélektani megközelítésében továbbra is az ödipális koncepció maradt a meghatározó⁸. Az Ödipusz-elméletnek azonban jelentős hiányosságai vannak.

(1) Az anya szerepe az apáé mellett a pszichoanalízisben sokáig, egészen Ferenczi Sándor és Otto Rank által kezdeményezett interszjektív-tárgykapcsolati perspektíva megjelenéséig (Bókay, 2008) másodrendű maradt; ezen korrigáltak később a fentebb említett, Freud utáni irányzatok.

(2) Az elmélet sokkal sikeresebben magyarázza a fiúgyermek fejlődését, aki miután gyermeki szerelmet érez az anya iránt és ki akarja őt sajátítani, ennek akadályaként tekint az apára (akire egyébként felnéz), és az eltávolítása iránti „gyilkos” vágya végül büntudattá alakul (lelkiismeret, felettes én). A lányoknál ezzel szemben eleve talányos kérdés volt Freud számára az elsődleges szeretettárgy (anya) „lecserélése” az apára, aminek magyarázatára Freud bevezette a kétes „péniszirigység” fogalmát, és egész „fallikus” koncepciójával másodlagossá minősítette a nőiséget (Freud, 1994/1933). Ezt a felfogást elsőként Karen Horney (1926/1976) bírálta, utalva arra, hogy Freud és a férfi pszichoanalitikusok az ödipális kisfiú perspektívájából ragadják meg a nőiséget. Ez lett a kiindulópontja a pszichoanalitikus feminizmusnak (Csabai & Erős, szerk., 1997).

(3) Az is feltűnő, hogy Freud sosem beszélt az ödipális apa érzéseiről és szempontjáról, tehát mindvégig a (fiú)gyermek pozíciója volt kitüntetett a számára (Alexander, 1990b). Azt nem tudjuk meg Freud írásaiból, hogy az apa vajon hogyan éli meg az ödipális küzdelmeket, noha egy idő után Freud ezt maga is megtapasztalta. A meghatározó férfiakkal (Brücke, Charcot, Breuer) való kapcsolatát először ő is a „fiú” vagy a „tanítvány” helyzetéből élte meg, majd idősebb korában a „fiakkal” való kapcsolata vált nagyon meghatározóvá (Jung, Rank, Ferenczi). Ezek közül jó néhány előbb vagy utóbb lázadássá alakult a „fiak” részéről, aminek lényegét nagyon jól megragadta Jung, amikor Freudnak egyik utolsó levelében Nietzsche Zarathustráját idézi: „Rosszul fizet az tanítójának, aki csak tanítvány marad.” (Etkind, 1999, 291.)

Maga Jung az apára, mint a sorsot formáló erőre utalt, mivel az apa személye a család alakulását is évszázadokra meghatározhatja. Ez természetesen közvetlen hatást gyakorol a gyermek sorsára, akár neurotikus, akár egészséges ember életének alakulását szemléljük. „Ha mi, egészséges emberek megvizsgáljuk életünket – írja Jung -, akkor látjuk, hogy egy hatalmas, tévedhetetlen kéz vezet a sorsunk felé, és nem mindig mondhatjuk, hogy jóságos e kéz (...) e

⁸ Kivételt képeznek Jacques Lacan elméletei, amelyek sajnálatos módon jelen írás szerzőjének szellemi horizontján túl helyezkednek el.

kényszernek autonómszemélyiség-jellege van (...) e kényszer megszemélyesítése először is az apára vezethető vissza.” (Jung, 2006/1962, 318-319.). Ennek a lélektani alapja az apakomplexus, a folyamat pedig az identifikációra épül. Ez utóbbi gyakorlatilag azt jelenti, hogy „a fiú adaptálja, átveszi az apja modorát, természetét, mintha azonos volna az apával, nem pedig az apától különböző individualitás lenne.” (Jung, 1995, 69.). Az apakomplexus Jung szerint addig, amíg az ember rá nem talált a saját útjára, segíthet, de egy idő után már akadályozóvá válik. „Amikor az ember számára jobb egyéni lehetőség nyílik, az azonosulás kóros jellegűnek bizonyul, mivel most már ugyanúgy gátlón hat, ahogy előzőleg tudattalanul támogatta és segítette az egyén fejlődését.” (70.) Az egyes konkrét apai hatás mögött Jung felfogásában mindig ott áll a kettős arculatú (isteni és démoni), ezért a sorsot is pozitív és negatív formában is befolyásoló, kollektív tudattalanban gyökerező apai archetípus, ami „erősítőként működik, amely az apából kiinduló hatásokat rendkívüli módon felerősítheti” (Jung, 2006/1962, 324.)

Az „apai” szerepét a kevésbé misztikus/spirituális, inkább filozófiai irányba orientálódó humanisztikus pszichoanalitikus, Erich Fromm is próbálta megragadni, aki szerint „Freud elgondolásait úgy kell korrigálni és elmélyíteni, hogy felfedezéseit a fiziológiaiból átültetjük a biológiai és egzisztenciális dimenzióba.” (Fromm, 1993/1956, 53.). Fromm úgy próbálta megfogalmazni az „apai” lényegét „A szeretet művészete” című könyvében (1993/1956), hogy azt szembe állította az „anyaival”. A feltétlen anyai szeretettel szemben Fromm szerint az apa képviseli a feltételhez (pl. teljesítmény) kötött szeretet, amelynek része, hogy fő erényként tekint az engedelmességre. Ahogy az anyát és a vele való kapcsolatot a természet, a föld és az óceán szimbolizálja, úgy tartozik az apa világához a gondolkodás, törvény, a rend, a fegyelem, a hódítás és a kaland. Az ezek iránti szükséglet, a tanulás és a vezető tekintély iránti vágy körülbelül az iskolás korra válik meghatározóvá, de előbb-utóbb el kell érni odáig, mondja Fromm, hogy az ember „maga legyen tulajdon anyja és apja. Hogy meglegyen, mondhatni, az anyai és apai lelkiismerete... Az anyaközpontú ragaszkodás átalakulása apaközpontúvá. majd a kettő végső szintézise: ez az alapja a lelki egyensúlynak és az érettség megvalósulásának.” (60-61.) Fromm ezt követően arra is rátér, hogy milyen hatásai lehetnek annak, ha valakinek gyenge, közönyös apja van, vagy ha az anya hozzáférhetetlensége miatt az apának át kell vennie az anyai funkciókat, esetleg ha tekintélyelvű, és emellett még bizonyos feladatokra is delegálja a gyermekét, akivel azonosul. Mindegyik következménye valamiféle neurotikus állapot, például az, hogy az illető túlságosan apa-orientálttá válik, vagy hogy mindenféle „apai” helyzethez válogatás nélkül ellenségesen viszonyul. Mindenesetre az „apai” ellen előbb vagy utóbb fel kell lázadni az illető szabad-létének és valódi énjének kibontakoztatása érdekében

(hogy az ember tulajdon apjává válhasson); ha erre nincs közvetlen lehetőség, akkor – miként a Daseinanalízis fogalmaz - szabadság-patológiák (Krékits, 2018) megjelenésével kell számolni.

Ezek alapján korántsem tűnik lényegtelennek, hogy a fiú/férfi életében mikor következik be a „legsúlyosabb veszteség, ami férfit érhet” (Freud, 1993/1900, 10.), pre-ödipális, ödipális, vagy poszt-ödipális időszakban, illetve hogy az illető férfi esetleg átvette-e már az apa-szerepet saját gyermekeinek megszületése nyomán. Kierkegaard és Nietzsche nőtlenül és utód nélkül haltak meg, Dosztojevszkij és Szondi családos emberek voltak, de fiatalon (18 évesen) veszítették el apjukat. Ezzel szemben Freud középkorú volt (40 éves) és már mind a hat gyermeke megszületett, amikor édesapja, Jakob elhunyt (Jones, 1983/1961). Túl az egyébként minden esetben egyedi vonásokkal bíró gyász (illetve az általánosabb értelemben: a tárgyvesztés) mégis megragadható univerzális pszichodinamikai sajátosságain (Freud, 1997/1917, Kast, 1995) elmondható, hogy a fiú/férfi számára az apa halála azért lehet specifikus, mert tudattalanul az elfojtott ödipális vágy (apagyilkosság) beteljesüléséhez kapcsolódhat. Az ödipális büntudat az oka Hamlet hezitálásának Freud szerint Shakespeare művében, ami „azonos talajból sarjadt”, mint Szophoklész „Oidipusz király”-a és a „Karamazov testvérek”. Freud ennek egy külön oldalt szentelt az „Álomfejtés”-ben (1993/1900, 191.), és elemzése nyomán kifejti a véleményét a neurotikus tünet, az álom és a műalkotás analógiájáról, utalva arra, hogy ami a műben élénk tárul, az valójában „a költő saját lelki élete” (u. ott).

A tudattalan fantáziából származó eme rokon jelenségek pszichodinamikai sajátosságait leginkább Freudnak az a műalkotás létrejöttét leíró mondata világítja meg, ami „A költő és a fantáziaműködés” című írásában található: „Valami erős aktuális élmény a költőben feléleszti egy korai, legtöbbször gyermekkori élmény emlékét, amelynek kiinduló vágya az alkotásban teljesül be, magában a műben csakúgy felismerhetjük az új élmény indítékát, mint a régi emlékét.” (Freud, 1998/1908, 63.). Amennyiben igazat adunk Hermann Imrének (1930), miszerint nemcsak a művészi alkotás, de a tudományos felfedezés⁹ és a jelentős gondolat sem jöhet létre a tudattalan közbenjárása nélkül, akkor ezt a freudi megfogalmazást - ami élet és mű egységét hangsúlyozza -, általános érvényű kiindulópontként kell elfogadnunk. A következőkben az „erős aktuális élmény” egyik legfontosabb formáját, a gyászt vesszük vizsgálat alá.

⁹ Ezzel egyébként Arthur Koestler (1998/1964) is egyetértene, hiszen ő pont a pszichológia tudományára utalva hangsúlyozta azt, hogy nincs lényegi különbség a tudományos és a művészi kreativitás közt.

Gyász és kreativitás mélylélektani megközelítésben

Közismert, hogy a kreativitást és a gyászt is Freud tette először mélylélektani vizsgálat tárgyává, noha konkrét összefüggéseket nem fogalmazott meg a kettő között. Az alkotófolyamat és az alkotó személye 1907 és 1910 között állt Freud figyelme középpontjában (Kövár, 2017), míg korszakalkotó „Gyász és melankólia” című tanulmánya pár évvel később jelent meg (Freud, 1997/1917), amelyben a depressziót (melankóliát) az elégtelen, félresiklott gyászfolyamat eredményeként értelmezi. A kreativitás, a gyász és a melankólia (depresszió) kapcsolatát azonban nem ő, hanem barátjának, Ferenczi Sándornak a tanítványa, Melanie Klein tárta fel először. Klein szerint (Segal, 1997/1973) a depresszivitás, a gyász és a kreativitás a személyiségfejlődés inherens része, amit a depresszív pozícióval és annak a megoldásával kapcsolatos elméletében fejtett ki. Klein szerint az én és az érzelmi tárgykapcsolatok két, általa pozíciónak nevezett korai „valóságkezelő” konstelláción keresztül öltenek formát az embergyermek belső világában, amelyek sajátos tárgykapcsolatokból, szorongásokból és elhárításokból szövődnek. Az első, ún. paranoid-szkizoid pozícióra az jellemző, hogy a gyermek tudattalanjában a „libidinózus” és az „agresszív” ösztönkésztetések hatására folyamatosan szélsőséges, az ösztöntárgyra irányuló fantáziaképződmények jönnek létre (szenvedélyes, impulzív szeretet és pusztító harag, irigység, mohóság). Ezek cirkuláris (értsd: a projekció és az introjekció meghatározta) kapcsolatban állnak az anyai tárgy felől érkező szeretetteljes és elhanyagoló benyomásokkal, vagyis az internalizálódó érzelmi tapasztalatokat mindig átszínezik a fantáziák, az introjektumok pedig meghatározzák a további fantázia-projekciókat.

Az én korai gyengesége miatt a szélsőséges tapasztalatok integrációja egy ideig nem lehetséges, ezért a gyermek az internalizált pozitív élményeket védendő hasítással tartja távol egymástól a tárgy (és az én) jó és rossz részét (ezért „szkizoid”). A fenyegető tartalmakat és élményeket a külvilágba vetíti, azt veszélyesnek és támadónak érzi (ezért „paranoid”).

A rendszert primitív elhárítások (hasítás, tagadás, projekció) tartják fent; ha ennek során túl sok negatív élmény halmozódik fel, akkor a továbbfejlődést megalapozó integráció elmarad, a paranoid-szkizoid működésmód fixálódik, és a súlyosabb pszichopatológiai jelenségek pszichodinamikai alapját képezi. Optimális esetben (elégséges pozitív élmények internalizálása nyomán) az én megerősödésével lehetővé válik az ambivalencia átélése és elviselése (vagyis hogy a jó tárgy és a rossz tárgy egy és ugyanaz); ekkor jelenik meg a depresszív pozíció (Segal. im.).

A depresszív pozícióban átalakulnak a tárgykapcsolatok, a szorongások és az elhárítások, elindul a tárgy-képzetek integrációja (ami az ún. egész tárgy-kapcsolat alapja), a

paranoid szorongások pedig depresszívvé alakulnak. Ennek két formája a felismert dependencia, vagyis az immár omnipotensen nem kontrollálható másik általi elhagyatás keltette szeparációs szorongás, illetve a szerető és szeretett tárgyat a frusztráló élmények miatt korábban (a fantáziában)¹⁰ dühödten támadó megnyilvánulások keltette büntudat. Ez dinamikai értelemben a korábban (a paranoid-szkizoid pozícióban) kivetített harag önmaga felé fordulása nyomán jön létre. A depresszív pozíció kihívásai elől lehetséges a regresszív visszamenekülés a kevesebb pszichés erőfeszítést igénylő paranoid-szkizoid pozícióba. A pozícióban való benne ragadás az alapja a depresszióknak, emellett lehetséges a depresszív szorongásokat tagadással elhárítani („mániás elhárítás”). A pozitív kimenetelű megoldást (amely sohasem végleges) Klein a „helyreállítás” és a „jóvátétel” fogalmával írja le. Itt jön képbe a kreativitás, mivel a jóvátétel és a helyreállító folyamatok a tárgytól immár függetlenné váló, de vele kapcsolatban álló szimbolikus struktúrákat felhasználó, alkotó tevékenységhez kapcsolódnak. Ennek a feltétele viszont az eredeti, immár „elveszett” tárggyal való szimbiotikus összetartozás és a tárgy feletti omnipotens kontroll feladása, vagyis a gyászfolyamat megélése. Klein ezzel azonosítja a „szublimáció” folyamatát, tehát a tárgy és a belső világ helyreállítását a szimbolikus tartalmakra irányuló kreatív gyásmunka teszi lehetővé (Kőváry, 2012a).

Melanie Klein egyes követői igyekeztek továbbfejleszteni ezeket az elgondolásokat. Jeannine Chasseguet-Smirgel (1984) úgy vélte, hogy a reparáció és a kreativitás összemosása Kleinnél a folyamatot a szublimáció felől a reakcióképzés felé tolja el. Szerinte a tárgy helyreállítása mellett a kreativitás tartalmaz egy másik, attól különböző mozzanatot, mégpedig a szelf (én) helyreállítását. Csak a szelf reparációját is magába foglaló kreatív aktus képes ellátni az impulzusok lereagálását a „szublimáció méltóságával” (im. 400.) A kreativitás funkciója azonban túlmutat a szublimáción: nemcsak az impulzusok átalakítását teszi lehetővé, hanem azok nyomán az én integritását is helyreállítja.

A magyar származású André Haynal „Depression and Creativity” című könyvében (1985) kiemeli a szeparációs trauma nyomán fellépő depresszív állapot feldolgozásában szerepet játszó „posztdepresszív átdolgozás” (Klein) jelentőségét, illetve Donald Winnicott átmeneti-tárgy fogalmán keresztül a környezettel való kapcsolat fontosságát a felépülésben. A folyamatban megjelenő, a környezet iránt megnyilvánuló agresszióknak Haynal szerint például nagy szerepe lehet abban, hogy az illető reálisnak érezhesse magát. Az átdolgozás, ami végbemehet az álommunka vagy a kultúrához kapcsolódás nyomán (művészet), lehetővé teszi, hogy megtaláljuk az elveszett infantilis tárgyak helyettesítőit, és a „megtalált paradicsom” érzésén

¹⁰ A lelki valóságban a pszichés ekvivalencia következtében a fantázia

keresztül egy másik szinten újra felépítsük a gyermekkori szituációt. A kreativitás és a kreatív tevékenység tehát Haynal Andrénál arra irányul, hogy újratereptsük az egységet, ami védelmet biztosít a hiányok, a szeparációs szorongások ellen¹¹. Haynal mellett egy másik magyar származású analitikus, Székely Lajos is hangsúlyozta tanulmányában (1983) a kreativitáshoz szükséges magas szintű gondolkodás kapcsolatát a gyászfolyamattal.

Klein elképzeléseéhez szorosan kapcsolódnak Julia Kristeva „melankolikus képzeletre” vonatkozó elméletei is. Kristeva szerint (2007a, 2007b) az élet kezdetén az anya és a gyermek primer nárcisztikus¹² struktúrát alkotnak, amelyben nincs szerepe a szimbolizációnak. A törés akkor következik be, amikor a gyermek ráébred, hogy az anya vágya nem csak reá, hanem egy olyan térre irányul, amely kívül van a primer nárcizmuson: ez az anya vágya, az „imaginárius apa”, a nem-én, a külvilág és a szimbólumhasználat dimenziója. A fejlődés következő lépése, hogy a nem-énből az „Én fájdalmasan elő akar törni”, és „hogy fenntartsa és vállalja az ugrást, amely végérvényesen az Imaginárius Apában és a nyelvben, sőt a művészetben horgonyozza le...” (2007a, 12.) Freud és Melanie Klein nyomán tudjuk, mondja Kristeva, hogy az elsődleges tárgy elvesztése, függetlenségének elismerése (vagyis az anyai paradicsomból való kiűzetés) a gyász, illetve a depresszív pozíció kialakulását vonja maga után, amelynek következtében megszületik az érettebb én-struktúra, a szimbolizáció képessége és a képzeleti tevékenység (Kristeva kifejezésével élve a melankolikus képzelet). Kristeva szerint ez határozza meg az alkotási folyamat dinamikáját. „Ha a veszteség, a gyász és a hiány mozgatja a képzeleti aktust, tagadhatatlan az is, hogy a műalkotás fétise arra szolgál, hogy eltüntesse az ezt mobilizáló elkeseredést. (...)” (2007b, 30.).

Ezek az elgondolások egyeznek Otto Rank felfogásával. Ez azért is fontos, mert Rank jelentősége túlmutat a pszichoanalízisen, hiszen ő tekinthető az egzisztenciális és humanisztikus irányzatok előfutárának is (Kramer, 2019). Rank egyrészt úgy véli, hogy a kreativitás nem egyenlő különféle produktumok létrehozásával, mert ennek a személyes oldala vagyis az én párhuzamos „létrehozása” ugyanúgy része a kreativitásra irányuló törekvésnek (Rank, 1989/1932 – vö. Chasseguet-Smirgel). Másrészt a kreativitás versus neurózis kérdésben azt az álláspontot képviselte, hogy nem az alkotó tekinthető neurotikusnak, hanem a neurotikus tekinthető „elvetélt” művésznek (Rank, 1996/1935). Ez azt jelenti, hogy életünk során mindannyian szembesülünk egzisztenciális kihívásokkal, amelyek sorát a születési trauma és

¹¹ A szublimációt/kreativitást ugyanígy (tárgykapcsolatot) helyreállító jellegűnek tartotta Bálint Mihály (1997/1959) és az amerikai Hans Loewald (1988) is.

¹² A primer nárcizmus freudi elképzelése ellentmond az elsődleges kapcsolatiság e cikkben is fontosnak tartott elvének, de ha azt az elsődleges szeretet (Bálint, 1994/1968) szimbiotikus struktúrájával helyettesítjük, akkor az ellentmondás feloldható.

az életbe való „kivettetés” állapota kezdi. Ez az elszakadási trauma az, amin a művész képes túllendülni az alkotás nyomán. A neurotikus, mondja Rank, közelebb áll a művészhez, mint az egészséges, mert a művészhez hasonlóan mélyen érintik az élet egzisztenciális kihívásai, csak nincsenek meg az eszközei, hogy érzékenysége következtében intenzíven átélte megrázó tapasztalatait, például a veszteségei keltette érzéseit megfelelő formába öntse, azaz kommunikálhatóvá tegye. A következőkben azt fogjuk megvizsgálni, hogyan tanulmányozhatók adekvát formában ezen vázolt összefüggések pszichológiai vetületei konkrét esetekben.

Mielőtt továbbmennénk, egy dilemmát mindenféleképpen fel kell oldanunk. A fent idézett mélylélektani elméletek mindegyike az „anyai” elvesztésére adott reakcióként értelmezi a kreativitást, míg e cikk középpontjában az apával való kapcsolat áll. Ennek az elméleti megoldását az jelentheti, ha azt feltételezzük, hogy a tárgyvesztés-gyász-énfejlődés szekvenciájának ősmintájaként az anyától való elszakadást tekintjük (Kast, 2000), amit egyes szerzők más-más időpontra helyeznek és más kifejezéssel illetnek (születési trauma, szeparáció-individuáció, östörés stb.). Így azt kell feltételeznünk, hogy bármikor is veszti el az illető az édesapját (vagy bárki más), annak a lélektani következményei nem érthetők anélkül, hogy ne feltételeznénk: ez bensőleg mindenképp kapcsolatba lép az illető őstraumájával, az anyától való elszakadással, és annak tapasztalata tudattalanul befolyásolja azt az időben mindenképp későbbi veszteséget. Ezek a hasonló lélektani tapasztalatok egy összefüggő COEX-rendszert (sűrítettélmény-rendszert) alkotnak (Grof, 1975), illetve számolnunk kell a hasonló élmények „teleszkópszerű egymásra illeszkedésével” (Kohut, 2007/1997). Mivel a fiú/férfi számára általában az apa az, akin keresztül a szimbolikus rendhez, a kultúrához kapcsolódik, ezért az ő elvesztése esetén a tárgyvesztés alapidinamikáján túl egy sajátos „világvesztéses” (Tillich, 1997/1951-65) jelleggel kell számolnunk, ami specifikumát adja.

A pszichobiográfia alkalmazhatósága e folyamatok vizsgálata során

A kreativitás és a gyász pszichodinamikai és egzisztenciális összefüggéseit elsősorban idiografikus, kvalitatív kutatási módszerekkel lehetséges adekvátan vizsgálni. Ezek közül szóba jöhet az interjú, a projektív tesztek és a pszichobiográfia. A legfőbb különbség az interjú/projektív tesztek/terápiás esettanulmány és a pszichobiográfia között az élő és már elhunyt személyek vizsgálata, annak ellenére, hogy bizonyos esetekben élő személyekről is készítenek pszichobiográfiákat. Az élő személyek közvetlen, valamint az elhunyt személyek közvetett vizsgálatának dilemmái rendkívül szerteágazók (Kőváry, 2014); itt alapelveként csupán a kortárs pszichobiográfia egyik vezető személyének, W. T. Schulznak (2005) az egyik

fejezetcímére utalnék, miszerint ebben a kontextusban „semmi élő nem vehető számításba” („nothing alive can be calculated”). A pszichobiográfia, ezen idiografikus, kvalitatív, hermeneutikai hagyományokon nyugvó pszichológiai kutatási eszköz - amely nagyjából az esettanulmány és a szövegelemzés¹³ metszéspontjában található - 1910-ben született, miután Sigmund Freud (1856/1910) megírta Leonardo da Vinciről szóló híres esszéjét. Freud kezdeményezését követően a 20. század első felében népszerűvé vált a pszichoanalitikusok és egyes amerikai személyiségpszichológusok (Allport, Murray, Erikson) körében, de az 50-es és 70-es évek között a tudományos közeg változásai miatt csaknem felejtésre lett ítélve. A 80-as, 90-es évektől kezdve a narratív pszichológia sikere nyomán újból előtérbe került, és a 21. század elején egyfajta reneszánsza alakult ki (Schultz, ed. 2005; Mayer & Kövály, eds. 2019).

A pszichobiográfiai kutatás célja, hogy pszichológiai szempontból elemezze és értelmezze egy nem hétköznapi szinten kreatív személy alkotó tevékenységének, személyiségének és élettörténetének¹⁴ összefüggéseit annak érdekében, hogy az összefüggésekből egy átfogó, az illető kreativitása szempontjából megvilágító erejű narratíva bontakozhasson ki (Kövály, 2011). A pszichobiográfiai kutatás általában egy körülhatárolható kutatási kérdés megválaszolását tűzi ki célul, ennek érdekében forráskritika alkalmazásával választ ki releváns első és harmadik személyű dokumentumokat, azokban explicit adatrendezési modellek (indikátorok, szcénák) alapján keresi a pszichológiai szempontból szignifikáns összefüggéseket (Kövály, 2014). Az értelmezést a hermeneutika elvei alapján (Gadamer, 1984/1960) végezzük, az interpretáció érvényességének ellenőrzése pedig explicite megfogalmazott érvényességi kritériumok mentén történik. Ezek közé tartozik az a törekvés, hogy az érvelés ne a pszichopatológiai, patográfiai szemléletre alapozzon, illetve, hogy a hiányosabban dokumentált gyerekkorra vonatkozó spekulációk helyett inkább a jobban dokumentált felnőttkorra fókuszáljon az elemzés. Egyébként sem szükséges mindig minden felnőttkori megnyilvánulást gyerekkori konstellációkra visszavezetni („originológiai tévedés”) (Runyan, 1984). Az alábbiakban vizsgált gondolkodók kreativitásuk szempontjából jelentősnek mondható veszteségei javarészt felnőttkorban történtek (Kierkegaard,

¹³ A szövegelemzés beemelése jelen kontextusba azért is releváns, mert Freud korai klinikai kutatásainak az egyik fontos hozadéka Ricoeur (1998) szerint az a felismerés, hogy az olyan lelki képződmények, mint a neurotikus tünetek, az álmok és az elvétések lényegében „szövegszerűek”. Például az álom elemzése során sohasem magát az álmot, hanem az arról szóló szöveges beszámolót elemezzük. Ez idő tájt tért át Wilhelm Dilthey (1859/1900) is a „megértő lélektanról” a hermeneutikára, mivel rájött, hogy a lelki folyamatok önmagukban nem, csak „tartósan rögzített életmegnyilvánulások” szisztematikus interpretációja nyomán érthetők meg.

¹⁴ Az élettörténet alatt itt nem az objektív történések kronológiai egymásutánját kell érteni, hanem egyfajta „belső élettörténetet” Ludwig Binswanger értelmében (Csorba, 2019). Ennek során az élmények és a „tartósan rögzített életmegnyilvánulások” összefüggéseinek megállapításait olyan nem természettudományos (vagyis nem oksági összefüggést feltételező) kategóriák használata teszi lehetővé, mint a cél, értelem, jelentés, alakítás, fejlődés (Dilthey, 1990).

Dosztojevszkij, Freud, Szondi). Ezek hatásáról módszeres elemzésre alkalmas „tartósan rögzített életmegnyilvánulások” (Dilthey, 1974/1900), azaz első és harmadik személyű dokumentumok tanúskodnak; ezek kellő körültekintéssel releváns pszichológiai adatforrásként hasznosíthatók (Allport, 1942). Mivel ez a kutatási tevékenység a pszichoterápiához hasonlóan személyes érintettséggel jár - a témaválasztástól egészen a következtetéseikig -, ezért a kutatóknak célszerű folyamatosan személyes és episztemológiai reflexiót gyakorolni az „iskolázott szubjektivitás” elérése érdekében (Kövár, 2014). Jelen sorok szerzőjének érintettsége saját, rá nagy hatást gyakorló édesapjának több évvel ezelőtt történt elvesztésében gyökerezik, ami a téma iránti fokozott érzékenység forrása.

A pszichobiográfia egy sajátos, egyre jelentősebbé váló formája az egyszerre több protagonistát is vizsgálat tárgyává tevő összehasonlító pszichobiográfia („multiple case psychobiography”) (Isaacson, 2005). Jelentősége növekedéséhez minden bizonnyal hozzájárul, hogy a kreativitást idővel egyre kevésbé látjuk úgy, mint ami egy „kartézianus izolált elme” önmagában való működésének az eredménye; erre utalnak a „diádikus kreativitás” (Murray, 1959) és a „ko-kreativitás” (Arons & Richards, 2015) fogalmai. Isaacson (2005) szerint ezt a formát akkor érdemes alkalmazni, ha olyasvalakiket akarunk megvizsgálni, akiknél valami fontos közös sajátosság fedezhető fel, ami pszichológiai értelmezés után kiált. Jelen esetben ez a közös nevező az apa és ennek vélhető összefüggése az alkotási tevékenységgel olyan szerzők esetében, akik egy azonos „szellemtudományi” trend képviselői. Isaacson (im.) megközelítését követve a vizsgált egyének között jelen esetben *indirekt kapcsolatról* beszélhetünk, *egydimenziós összehasonlítást* végzünk el, mégpedig a *szériális iterativitás* elve alapján. (Vagyis az elemzéseket nem párhuzamosan végezzük, inkább egymást követve, de egymásra folyamatosan visszautalva.)

Pszichobiográfiai példák

Miként fentebb utaltam rá, elemzésem középpontjában Szondi Lipót alakja áll. Szondi, a nemzetközi kontextusban is jelentős sorsanalízis magyar megalapítója több fontos tanulmányában is utal arra, hogy elméletének kiindulópontja az a személyes élmény volt, amit Dosztojevszkij regényeinek, a „Bűn és bűnhődés”-nek és a „Karamazov testvérek”-nek a szenvedélyes olvasása során átélt „röviddel az érettségi után” (Szondi, 1996/1955, 1996/1973). Szondi tanítványa, Benedek István (1973) is megemlíti, hogy ezt az összefüggést Szondi sosem mulasztotta el hangsúlyozni. A korszak „Dosztojevszkij-mérgezettsége” Szerb Antal szerint (1980) egyébként is elég átható volt; az írótól a filozófusokon át a pszichológusokig sokan támaszkodtak az orosz író meglátásaira. Szondi (1997/1955, 1997/1973) vallomása szerint a

Dosztojevszkij-regények nyomán fogalmazódott meg benne *először* a családi tudattalan választás-nyelvének gondolata¹⁵ 1911 körül, amit aztán *rendszeresen* kiemelt. Az „elsőbbség” és a „gyakoriság” a pszichobiográfus Irving Alexander [1990a] szerint pszichológiai szempontból kiemelkedő jelenség elsődleges indikátorai a pszichobiográfiai kutatás számára, tehát ezeket komolyan kell venni. Feltehető azonban, hogy a Dosztojevszkij-élmény „önmagában” mint pusztán esztétikai élmény nem vezetett volna ehhez a nagy horderejű felfedezéshez. Már idéztük Hermann Imrét (1930), aki szerint minden felfedezés igényli a tudattalan közbenjárását, vagyis feltételeznünk kell egy személyes, egzisztenciális mozzanatot, hiszen „minden lényegi megismerés az egzisztenciára vonatkozik” (Kierkegaard, 1983/1844, 383.).

Mi lehetett ez az egzisztenciális mozzanat?

A „Sorsanalízis és önvallomás” című írásában Szondi (1996/1973) egy bekezdéssel (!) a Dosztojevszkij-hatás leírása előtt arról számol be, hogy a *reá* igen nagy hatást gyakorló apja drámai módon épp az érettségi előtt halt meg. (Ennek az egzisztenciális vonatkozása talán egyértelmű.) Pszichológiai szempontból gyakorlatilag elképzelhetetlen, hogy a csaknem egyidejű két élmény, az apa halála az érettségi előtt és Dosztojevszkij-élmény az érettségi után egymástól függetlenül fejtette ki a hatását a felnőtté váló („érettségi”) ifjú Szondi belső világában, hiszen a személyiség egységes egész „in-dividuum” – azaz feloszthatatlan (Frankl, 2006/1950, 59.). Ennek ellenére Szondi nem köti össze ezeket egymással, nem utal az összefüggésükre. (A *hiány* szintén egy pszichobiográfiai indikátor Irving Alexander szerint.) A Dosztojevszkij-hatást sokszor említette, a gyászt pedig nem fojtotta el magában, a „hivatalos” gyázmunkát elvégezte: egy évig mondta reggel és este a kaddist közösség előtt. Azonban feltételezhető, hogy a kettő közötti kapcsolat tudattalan maradhatott számára, ami jól megragadható Karen Horney (1939) tudattalanról vallott felfogása segítségével. Horney szerint ugyanis ami valóban tudattalan bennünk, az nem feltétlenül egy konkrét traumatikus esemény, ahhoz fűződő emlék (miként Freud feltételezte), hanem az egyes emlékek, élmények és tapasztalatok szorongást okozó összefüggéseinek elismerése.

Ezt azért tartom nagyon jelentősnek, mert ahogyan már fentebb is utaltam rá, Hermann Imre (1930) szerint a tudattalan közbenjárása nélkül sosem születik jelentős gondolat és felfedezés. A Dosztojevszkij-hatás az esztétikai élményen túlmutató erejét feltevésem szerint a

¹⁵ Az a kérdés merült fel Szondiban, hogy vajon miért volt képes Dosztojevszkij olyan áthatóan ábrázolni a gyilkosok és a szentek lelkivilágát? A családfakutatás adta meg neki erre a választ: az író családja több száz évre visszamenőleg tele volt bűnözőkkel és szent életű emberekkel. Szondi szerint ezeket a figurákat mint sorslehetőségeket a családi tudattalan „hordozta” Dosztojevszkij számára. A családi tudattalan a választásokon keresztül fejteti ki hatását.

párhuzamosan zajló egzisztenciális tapasztalatból, a halál/veszteség élményéből merítette; valójában ez a tudattalan hatás lehetett az, amely Szondi teremtő fantáziáját beindította. Hermann úgy véli, hogy pszichoanalitikus szempontból magát a felfedezési gondolatot úgy kell kezelünk, mint egy álmod vagy egy fantáziát; az álom és az alkotás pedig egyaránt a trauma és a krízis megoldására létrejövő fantáziatartalmak kreatív transzformációjának „termékeként” szemlélhető. Ezt így foglalja össze Vikár György: „Feltételezhetjük, hogy minden válságban megindul és a tudattalanban folyamatosan zajlik a problémamegoldó fantáziatevékenység. Hogy ez tudatosulhat-e, és egy kreatív személyiségnél megfelelő áttételességgel a valósággal összeegyeztethető tudományos vagy művészi alkotássá formálható-e, az egy belső küzdelem eredményén múlik. Bizonyos, hogy az én elhárító mechanizmusainak¹⁶ egy optimális szintje szükséges hozzá, amely az eredeti fantáziában rejlő lelki fájdalmat és destruktivitást a személyiség számára elviselhetővé tudja átformálni anélkül, hogy teljesen eltüntetné.” (Vikár, 2006, 323.).

Miért pont Dosztojevszkij? Miért volt képes az író alakja és munkássága olyan mértékben involválni a fiatal Szondit, aminek következtében az ezen a témán való munkálkodása - indirekt formában – lehetővé tehetette számára a gyász munka elvégzését olyan lelki rétegekben is, ahova a „kaddis”, a hivatalos gyász nem volt képes lehatolni? A megoldás nem is olyan talányos, mint gondolnánk. Lehetetlen ugyanis nem észre venni azt a szerepet, amit az apa (erőszakos) halála Dosztojevszkij életében és műveiben (pl. a *Karamazov* testvérekben) játszik. Freud Dosztojevszkij-tanulmánya, a „Dosztojevszkij és az apagyilkosság” (1998/1928) jóval Szondi Dosztojevszkij-élménye után keletkezett, amit maga Szondi is hangsúlyozott, tehát a sorsanalitikus korai felismeréseire nem gyakorolhatott hatást. De Szondi szempontjából ettől függetlenül is fontos Freudnak az a meglátása, miszerint „félreismerhetetlen a kapcsolat a *Karamazov-testvérek*-beli apagyilkosság és Dosztojevszkij édesapjának sorsa között” (Freud, 1998/1928, 86.), ugyanis tudvalevő, hogy Dosztojevszkij szadista apját saját jobbágyai gyilkolták meg. Mivel Szondi tanulmányozta Dosztojevszkij családjának történetét, ezzel egészen biztosan tisztában volt.

Emellett az is figyelemre méltó, hogy Dosztojevszkij epilepsziája¹⁷, amelyben Freud szerint az írónál „a lelki élet zavara jut kifejezésre” (u. ott, 85.), először „az apa

¹⁶ Vikár meglátásának jelentőségét elismerve úgy vélem, hogy az „én” ebben a folyamatban játszott szerepét elméleti szempontból nem célszerű leszűkíteni az elhárító mechanizmusok tevékenységére. Például Szondi (1996/1954) a lelki élet ellentétességeit áthidaló a „Pontifex Én”-esetében az elhárítás mellett olyan funkciókat emel ki, mint az individualizálás, a szocializálás, a humanizálás, a szublimálás és a transzcendálás.

¹⁷ Jelen sorok írója tisztában van azzal, hogy a jelenlegi tudományos álláspont szerint az epilepszia neurológiai betegség. Ám az ember egész mivoltából kiindulva nem feltételezhető, hogy egy ilyen sok pszichés aspektust

meggyilkolásának megrázó élménye után, 18. életévében” (u. ott, 86.) mutatkozott meg teljes valójában. Freud ödipális értelmezésében a jobbágyok pont azt cselekedték meg, amire a „gyűlölt apa halálának kívánása” (u. ott) irányul tudattalanul. Az epilepsziás „halál-rohamok” Freud szerint Dosztojevszkijnél a büntudat kiváltotta „azonosulást jelentenek egy halottal, egy személlyel, aki valóban meghalt, vagy aki még él, és akinek a halálát kívánjuk”. (u. ott). Szondi a legnagyobb tisztelettel beszél apjának hatásáról, aki vallásosnak nevelte őt, ezért az apa, a halál, az erőszak, a büntudat (vallás) és az alkotás Dosztojevszkijéhez hasonló pszichológiai összefüggéseit az ő történetében csak teoretikus alapon feltételezhetjük.¹⁸ Feltűnő kapcsolódási pont, hogy Szondi – Dosztojevszkijhez hasonlóan – ugyancsak 18 éves volt (!), amikor elvesztette apját, és hogy munkásságának egy jelentős darabja, a „Káin a törvényszegő” (1987/1968) az epilepszia (!) és a gyilkos düh kapcsolatáról szól.

Szondi „paroxizmális ösztönről” szóló elméletében az ösztön egyik konstellációja (a Szondi tesztben: $P = e - hy +$), vagyis a negatív indulatok felduzzasztása (harag, gyűlölet, bosszú, irigység, vagyis a negatív epilepszia faktor: $e -$) és azok kimutatása ($hy +$, pozitív hisztéria faktor) Káinról kapta a nevét. A morál és a vallás eredetét firtató „Mózes, a törvényalkotó”-ban (1973/1973) azt írja Szondi, hogy „a gyilkos hajlam és a bűn felismerése, mint lelkiismereti ítélet nem olyan ellentétpár a pszichológiában – mint a társadalomban –, hanem mindkettő alapelemként ugyanahhoz a szópárhoz tartozik: gyilkosság \rightarrow bűn”. (402.) Ennek értelmében tehát Szondi szerint a káini gyilkos hajlam, a bűn és a lelkiismeret (büntudat) egymástól nem függetleníthető, a lelkiismereti reakció (a tesztben: $e +$) az indulat etikai elaborációja nyomán jön létre felfogása szerint. Ehhez csak két dolgot szükséges hozzátenni: a bűn és a bűnhődés összetartozását, amire Dosztojevszkij regényének a címe utal, illetve Freud megállapítását, miszerint „Dosztojevszkij gazdag személyiségén belül négy arcot különböztethetünk meg: a költőt, a neurotikust, a moralistát és a bűnözőt” (Freud, 1998/1928. 83.) Az „individuum” (oszthatatlan) fogalmát ismerve nem feltételezhetjük, hogy ezek bármelyike független volna a másik háromtól egy emberen, jelen esetben Dosztojevszkijen belül.

tartalmazó zavar alakulása független volna a pszichológiai tényezőktől. A rohamoknak a stresszel, szorongással, depresszióval való összefüggése empirikusan bizonyított, lásd pl. Thapar, Kerr & Harold, 2009.

¹⁸ Arról, hogy ez nem alaptalan feltételezés, lásd Dilthey megállapítását: „A különöstől a különöségig vezető következtetésben valamely közöshöz való viszony van jelen, amely minden esetben reprezentálódik. S ez a viszony még világosabbá válik akkor, amikor nem egyes rokon életmegnyilvánulásoknak azon pszichikai tényezre való viszonyából következtetünk egy új esetre, amelynek ezek kifejeződései, hanem amikor az analógiás következtetés tárgyát összetett individuális tényállások adják. Így *valamely összetett karakter bizonyos tulajdonságai szabályszerű kapcsolódásának meglétéből arra következtetünk, hogy egy új esetben, a kapcsolódás meglétét feltételezve, a még meg nem figyelt vonás sem fog hiányozni.*” (1990, 89., kiemelés tőlem – KZ)

Az apa halálának traumájához köthető, feltehetően konfliktuózus érzelmi tapasztalatoknak a kaddis által kijelölt horizontján túli (vagyis tudattalan) dimenzióit feltevésem szerint tehát Szondi Dosztojevszkij segítségével, áttételesen élhette meg és dolgozhatta fel. Mégpedig úgy, hogy miközben Dosztojevszkij „analitikusává” vált, az íróban levő „költőt” összekötve a bűnözővel, a neurotikussal¹⁹ és a szenttel, egyúttal Dosztojevszkij segítségével indirekt önanalízist is végezhetett, ami azért volt lehetséges, mert tudattalanul azonosult Dosztojevszkijjével és a hőseivel²⁰. Ez teljes mértékben összecseng a Lutherről pszichobiográfiát író Erik H. Erikson tapasztalataival, aki szerint egy ilyen helyzetben „a klinikus biográfus joggal érezheti: klienssel van dolga. Ám amint a klinikus beleringatja magát ebbe az érzésbe, hamarosan rá kell jönnie, hogy nem ő foglalkozik a beteggel, hanem az elképzelt beteg foglalkozik övele.” (Erikson, 1991/1958, 20.) Ez az „analízis” azonban nemcsak Szondi sorsát, hanem a sorsanalízis alakulását is messzemenőig meghatározta, tehát a sorsanalízis hasonlóképpen „önéletrajzi” jellegű, mint ahogyan Murray és Stolorowék (Stolorow & Atwood, 1979) hangsúlyozták más mélylélektani elméletekkel kapcsolatban. Az, hogy a saját tapasztalat egy benső munka során elméletté és módszerré elaborálódik, így az önsegítés mások segítségét lehetővé tevő módszerré transzcendálódik, lefedi a kreativitás azon definícióját, miszerint az olyan az produktumok létrehozásáról vagy összefüggések felfedezéséről szól, ami újszerű, eredeti, és mások számára is haszonnal bír (Runco, 2007).

Az apa halála, az ahhoz kapcsolódó pszichés konfliktusok kreatív elaborációja, aminek nyomán ezek a felfedezések mások számára is hasznot hoznak – mindez senkinek az esetében nem kapcsolódik össze olyan nyilvánvalóan, mint Sigmund Freudnál, akinél az „önéletrajzi” eredet Szondihoz hasonlóan világosan kimutatható (Stolorow & Atwood, 1979). A mélylélektan korai, freudi időszaka sok tekintetben az apáról, sőt még inkább a gyermeknek (azon belül is inkább a fiúgyermeknek) apához, az apa törvényéhez való viszonyáról szóltak. A másik oldal, az apa tapasztalata sohasem kerül fókuszba, hiszen Freud híres ödipális elméletében mindig a gyermek perspektívája áll a középpontban. (Alexander, 1990b). A pszichoanalízis korai apa-centrikusságának egyik legfontosabb oka – miként arra már fentebb utaltunk - egyes pszichológiatörténészek szerint Freud személye volt. Híres ön-analízise - amely saját is elmondása szerint egyúttal legfontosabb „esetének” is számított (May, 1983b) -

¹⁹ Felhívnom a figyelmet arra, hogy abban az időben a bűnözés és az epilepszia kapcsolata általánosan elfogadott feltételezés volt (Gyimesi, 2019). Dosztojevszkij, a „szent bűnöző” esetében ezt az összefüggést Thomas Mann (1970/1946) is firtatta, és ennek az összefüggésnek produktív jelentőségét emelte ki Dosztojevszkijnél (és nem mellesleg egy másik betegség kapcsán Nietzsche esetében is).

²⁰ Az író és hőseinek pszichológiai a szimbolikus azonossága a pszichoanalitikus művészetfelfogás egyik alapfeltevése (Freud, 1998/1908)

vezetett el a pszichoanalízis alapító szövegének, az „Álomfejtésnek” a megszületéséhez, sőt hosszabb távon magának az Ödipusz-komplexusnak a megfogalmazásához is (Jones, 1983/1961). Az „Álomfejtés” minden szempontból komoly előrelépést jelentett az 1895-ös „Tanulmányok a hisztériáról” című műben megfogalmazottakhoz képest, hiszen az álom volt az a pont, ahol a pszichoanalízis klinikai elméletből és gyakorlatból általános érvényű mélylélektanná és „életgyakorlattá” kezdett átalakulni. Az álom tanulmányozása megnyitotta az utat Freud előtt az elvételek, a vicc, a művészet, majd a vallás az antropológiai és filozófiai kérdések tanulmányozása felé, és elvezetett egy átfogó, univerzális személyiségelmélet megfogalmazásáig is (Freud, 1990/1925).

Ami miatt ezt hangsúlyoznunk kell, az a tény, hogy Freud részben személyes indíttatásból, mégpedig apja halála nyomán kezdett behatóbban foglalkozni az álmokkal. Az álom témája emellett közismerten szoros kapcsolatban áll a kreativitással („fejesugrás álomszerű állapotokba” – lásd Koestler, 1998/1964), ami azért is fontos, mert a „továblépés” a neurózis tanulmányozásától a saját neurózisának elemzésén át az álmok felé Freud tudományos kreativitásának magasabb szintű kibontakozását is jelentette. A kreativitás pedig Rank (1989/1932) értelmében nem csak bizonyos produktumok, hanem a saját én „létrehozását” is eredményezi. Freud édesapja, Jakob 1896-ban hunyt el, aminek következtében Freud neurotikus tüneteket kezdett produkálni (Jones, 1983/1961)²¹. Ekkor már évek óta tudta, hogy a neurózis a tudattalanban gyökerezik, és feloldani csak annak feltárásával lehetséges; és mivel rajta kívül nem létezett más pszichoanalitikus, ezért önmaga terapeutájává kellett válnia. Saját magát nem fektethette a díványra, ezért kapóra jött számára, hogy ez idő tájt a páciensei spontán álombeszámolóira alkalmazva szabad asszociációs módszerét az álom titkai kezdtek feltárulkozni a számára. Így aztán önanalízisét Freud (Anzieu, 1986) saját álmai elemzésével végezte el; többek közt ennek a lecsapódása lett az „Álomfejtés” című mű, amelynek példái nagyrészt Freud saját álmaiból származnak. Önanalízisének és az „Álomfejtés” megszületésének az összefüggéseivel maga Freud is tisztában volt, miként arra e cikknek a könyv előszavából vett mottója is utal.

Az „Álomfejtés” tehát tudományos nyelvezettel megírt önvallomásnak is tekinthető (Szent Ágoston, Pascal és Rousseau hagyományait folytatva), és a személyes krízis tudományos kreativitás formájában történő átdolgozásának (Vikár, 2006) is kiváló példája. Remek példa annak ellenére, hogy egyik súlyos következménye, az „anyai” háttérbe szorítása (Kramer, 2015) az elaborátum pszichológiai értékét relatívvá teszi. A könyv Freud személyes belső

²¹ A gyász és a neurózisok (elsősorban a depresszió) összefüggéseit Freud csak 1917-ben veti papírra Gyász és melankólia” című korszakos munkájában (Freud, 1997/1917).

„pokoljárásának”²², vagyis felépülését lehetővé tevő elaborációs munkájának a dokumentuma, olyan krízisfeldolgozás, ami kimeríti a kreativitás pszichológiai kritériumait: a létrejött produktum újszerű, eredeti, és másoknak is hasznot hozott. Hogy a kreatív írásnak ilyen pszichológiai, akár trauma-feldolgozó hatása lehet, azt a modern pszichológia kísérleti úton is bizonyította (Pennebaker & Evans, 2018).

Freud (1993/1900) tehát meg volt győződve arról, hogy az apa elvesztése az egyik legmeggrázóbb tapasztalat, amit egy férfi (így ő maga is) átélhet élete során. Ha figyelembe is vesszük, hogy önanalízise jelentős mértékben tévútra vezette (Kramer, 2015), amit a pszichoanalízis később fejlődése „korrigált” az anyai dimenzió középpontba helyezésével, kétségtelen, hogy az apja halála volt az a „kiváltó erő” amit Hermann Imre (1930) nélkülözhetetlen tényezőként tartott számon a kreativitás kibontakozásában. Az apja halála volt tehát az, ami Freud tudományos kutatását fokozottan személyessé téve beemelte az egzisztenciális momentumot, az ezen való munkálkodása pedig félreismerhetetlenül szerepet játszott alkotókészségének, kreatív énjének magasabb szintre emelkedésében.

Az apa halálának hasonló hatását figyelhetjük meg a Freudtól és a pszichoanalízistől történetileg és szellemileg egyáltalán nem függetleníthető (May, 1983a) tizenkilencedik századi egzisztenciális filozófusoknál, Sören Kierkegaardnál és Friedrich Nietzschénél is. Kierkegaardnál ez közvetlenül, Nietzschénél némileg közvetettebb módon érvényesül. Kierkegaard-ról azt írja Atwood, Stolorow és Donna Orange (2012), hogy naplói szerint fiatal korában érte valami, amit ő maga úgy nevezett: a nagy földrengés. A szerzők szerint ezt gyászt kiváltó veszteségek sorozata okozta: gyermek és fiatal korában ugyanis Kierkegaard egymás után veszítette el anyját, apját és öt testvérét. „Minden veszteség, amit az ember elszenved – írják a szerzők – veszélyezteti a lélek egységét, mert az illetőt a jelen és a múlt közötti töréssel szembesíti. Az, aki abban a világban élt, melyben létezett a szeretett személy, már nem ugyanaz, akivé átváltozik abban a világban, amelyből a szeretett személy eltűnt. A gyászmunkával járó szenvedés annak a tapasztalatnak a hatása, mikor megpróbálunk egyik fázisból átjutni a másikba. Néha az átmenetet túl nehéz véghez vinni, és rés támad a múltbeli én, valamint a jelen és a jövő énje közt.” (im. 19.). Stolorowék szerint ezek a tapasztalatok messzemenőkéig befolyásolták nemcsak Kierkegaard személyiségét és filozófiáját és alkotói tevékenységét is. Ez utóbbira egyébként minden képzeletet felülmúló grafománia volt jellemző, ami arra utal, hogy az írói tevékenység „vitális jelentőségű” (Schönau, 1998) lehetett a filozófus számára.

²² Lásd a könyv Vergilius- mottóját: „Ha nem tágit a menny/Acherónt verem én fel”. A személyes és mitológiai pokoljárások párhuzamait lásd Kőváry, 2008.

Kierkegaard-nak az elhunytjaihoz való viszonya nem volt azonos minőségű és intenzitású. Az irtózatosságnak írást hátra hagyó filozófus anyjáról egyetlen sorban sem (!) emlékezik meg²³, ezzel szemben az apa személyisége – írja életrajzírója és filozófiájának értelmezője, Gyenge Zoltán - elhagyott menyasszonya mellett „az egyik legfontosabb tényező Kierkegaard emocionális, és ezen keresztül szellemi életére nézve.” (Gyenge, 2007, 15.) Ez a hatás korántsem nevezhető felemelőnek vagy megnyugtatónak. Az apa ifjú korában a szegénységtől elgyötörtén egyszer megátkozta Istent, amitől később olyan mértékű büntudat vett rajta erőt, amit csak legkisebb gyermeke, Sören fanatikus vallási nevelésével tudott féken tartani. „Gyermekeként szigorúan és komolyan krisztushitben neveltek, emberileg szólva eszelős volt a neveltetésem: már kora gyermekkoromban túlerőltettek az élmények, olyan élmények, amelyek alatt még a mélabús aggastyán²⁴ is összeroskadt, aki rám testálta azokat – gyermek létemre örületes módon mélabús aggastyánnak öltöztettek” – írja a filozófus (idézi Gyenge, im. 17.).

Az életrajzíró szerint „az apa a gyermek Kierkegaard-t egyfajta gyóntatónak használja, ami önmagában is szörnyűség, az igazi borzalom azonban később, 1838-ban válik világossá, amikor az apa elmondja fiának a szörnyű bünt.” (im. 16.) (Az istenkáromlás bűnéről van szó.) Kierkegaard maga így vall erről a pillanatról: „Ekkor meghalt az atyám. Gyermekkorom hatalmas vallási benyomásai idealizáltság enyhébb alakjában újra hatalmat nyertek rajtam...” (Kierkegaard, 1965, 64.) Ebben az évben jelenik meg első írása, az „Egy még élő ember írásából”, a korántsem egyszerű életű és lelkivilágú Hans Christian Andersenről (2004/1838).

Kierkegaard első nagy írói korszaka 1843-44-hez köthető, amikor is olyan jelentős, a szorongás, az autenticitás, a bűn és a hit kérdéseivel hadakozó műveket adott közre, mint a „Vagy-vagy”, „Az ismétlés”, a „Félelem és reszketés”, „A szorongás fogalma” és a „Filozófiai morzsák” (Gyenge, 2007). Amiről jelen kontextusban mindenképp szót kell ejtenünk, az a „Félelem és reszketés” (1986/1843), ennek a központi motívuma ugyanis Ábrahám és Izsák, vagyis a fiút feláldozó apa (!) története. A könyv utószavában Balassa Péter (1986) kiemeli, hogy ez a mű különös formában jeleníti meg Kierkegaard-nak a hegeli rendszerfilozófia elleni lázadását az egyes és a szubjektív középpontba helyezésével. Hegelnek az általánosba besimuló egyesről és az objektívről szóló tana elleni lázadás Balassa szerint egyúttal „egy autoriter apa

²³ Érdekes módon ugyanezt ezt látjuk Csontvárynál is (Kőváry, 2012b), illetve Dalínál, aki szemben a többi családtagjával csak a 16 éves korában elhunyt imádott édesanyjáról NEM festett képet. Egyszer utalt rá nagyon excentrikus formában: az egyik festményének „A szent szív, avagy időnként élvezettel köpök az anyám portréjára” címet adta (Kőváry, 2009). Ugyanakkor figyelembe kell venni azt a kontextuális történeti tény is, hogy az apának és a férfiaknak az életben játszott szerepét a hagyományos paternalizmus következtében ebben az időszakban még összehasonlíthatatlanul jelentékenyebbnek gondolták, mint az anyáét.

²⁴ Ez a mélabús aggastyán az apa volt, aki 56 évvel volt idősebb legkisebb gyermekénél.

elleni támadás”, és hogy ez a „filozófiai apa elleni teoretikus és alkati rebellió²⁵ egy olyan műben ér csúcspontjára, amelynek tárgya éppen az, hogy egy apa meg akarja ölni az egyetlen fiát” (257.) Balassa nem reflektál arra, hogy mindez hogyan viszonyulhat Kierkegaardnak a saját (biológiai) apjához és annak vallásosságához fűződő személyes viszonyához, mint ahogyan Gyenge (2007) is alapvetően elítélően szól a pszichológiai tényezők („szellemi Ödipusz-komplexus”) túlhangsúlyozásáról Kierkegaard esetében. Amellett, hogy ez az igény részben jogos kritika a túlszichologizálással szemben, lélektani szempontból mégis elképzelhetetlen, hogy Kierkegaardnak az apjával való drámai viszonya ne lett volna hatással – például a könyv témaválasztására. „Ha egy művet teljes kontextusával együtt szemlélünk – írják Stolorowék – teljes mértékben beleágyazódva az életbe, amit kifejez, az hozzájárulhat a mű megbecsüléséhez, és elősegítheti annak megértését, értékelését és továbbfejlesztését.” (Atwood, Stolorow & Orange, 2012, 17.). Vagyis a pszichológiai motívumok alulbecsülésével ugyanúgy akadályozhatjuk a mélyebb megértést, mint a túlszichologizálással, amely utóbbi egyébként a pszichobiográfiai elemzés során elkövethető tudományos hibák egyike (Runyan, 1984).

Friedrich Nietzsche, akinek a munkásságát ismert módon szintén végig kísérte a vallási, erkölcsi, filozófiai és tudományos tekintély elleni lázadás, némileg kilóg a sorból. Kierkegaardhoz, Dosztojevszkijhez, Freudhoz és Szondihoz hasonlóan az ő munkássága is a pszichológia, a filozófia és az irodalom határterületeihez tartozik (ez egyébként az egzisztenciális indíttatású szerzőkre általában jellemző). Az apa, Ludwig Nietzsche tiszteletes halála azonban nem a filozófus-költő felnőtt korában következett be: Nietzsche alig négyéves volt, amikor apja egy ismeretlen idegrendszeri betegség áldozata lett (Frenzel, 1993). Ez serdülőkori naplójegyzetei alapján hatalmas érzelmi megrázkódtatást jelentett számára. A trauma hatására a majdani filozófus egy megrázó lidércnyomásos álomról is beszámol, amelyben apja visszatér a sírból. Ennek átható erejéből George Atwood és Kyle Arnold (2005) azt a következtetést vonja le, miszerint a gyerekkori trauma alapját képezhette Nietzsche sok találgatás alapját képző 1889-es szellemi összeomlásának, „őrültségének”. Amellett, hogy ez természetesen nem zárható ki (a pszichoanalízis alapfeltevéseihez tartozik a mentális problémák gyermekkori gyökerezettsége), ellentmond a modern pszichobiográfia azon elvének, miszerint a gyerekkorra vonatkozó spekulációk helyett célszerűbb a jobban dokumentált felnőttkorra koncentrálni az elemzés során (Carlson, 1988). Egyébként ez megfelel az egzisztenciális pszichológia azon felfogásának is, miszerint, ha egy történés időben

²⁵ Emellett Kierkegaard lázadása az intézményesített vallás, az egyház ellen is jelentősnek tekinthető.

korábbi, az egyáltalán nem feltétlenül jelenti azt, hogy érzelmileg fontosabb is volna, tehát a felnőtt ember esetében a „végső félelmekhez” való aktuális viszonya inkább meghatározó jelentőségű (Yalom, 2006/1980.).

Nietzsche esetében egészen nyilvánvaló, hogy életének, személyiségének és munkásságának alakulását közvetlenül sokkal inkább befolyásolta egy felnőttkori kapcsolata, illetve ennek a kapcsolatnak a felbomlása („halála”), mint az apa elvesztése kisgyermekkorban. A zeneszerző Richard Wagnerről van szó, aki elképesztő hatással volt a filozófusra a szó minden lehetséges (pozitív és negatív) értelmében (Safranski, 2002). Wagner ugyanabban az évben született, mint Nietzsche apja (1813), így az apa nélkül felnövő filozófus számára mindez a szellemi kapcsolaton túlmutató érzelmi jelentőséggel is bírhatott. Ennek a jelentőségét korábbi írásaimban már igyekeztem részletesen bemutatni (Kőváry, 2013, 2016), ezért itt azokra az aspektusokra hívnám fel a figyelmet, amelyek a korábbi tanulmányokban nem kerültek előtérbe.

Nietzsche számára a Wagnerrel való személyes kapcsolat korai évei egyfajta érzelmi-szellemi beteljesülést jelentettek, de a zeneszerző zsarnoki természete miatt a viszony egy idő után ambivalenssé vált, és Nietzsche egyre gyakrabban menekült betegségbe (Frenzel, 1993; Köhler, 2005)²⁶. A filozófus 1869-1876 közti első alkotói időszakának, amelyet meghatározott a Wagner és a Schopenhauer iránti rajongás (Wagner is Schopenhauer-hívő volt), a zeneszerző keresztény tematikájú zenedrámája, a Parsifal keltette hullámok vetettek véget. Nietzsche számára elfogadhatatlan volt, hogy a korábban csak „pogány” témákat feldolgozó Wagner „térdre hullott a kereszt előtt” (Nietzsche, 1994/1888), noha a készülő műről a filozófusnak már rég óta tudomása volt, és a nyitányt úgy jellemezte, hogy „az a fenséges legnagyobb mesterműve, amit ismerek” (Heller, 1994, 38.). Sokkal inkább a bayreuthi Wagner-színház, a *Festspielhaus* körül tobzódó nyárspolgári dekadencia és a német „birodalmiságnak” (és az antiszemitizmusnak) való wagneri behódolás lehetett az az ok, ami miatt Nietzsche elhatározta magát a szakításra (Frenzel, 1993).

Ez a „születési”/szeparációs trauma - ami Nietzschénél egyfajta szellemi-érzelmi-egészségügyi válságot eredményezett - indította el őt az „individuáció” irányába, valódi önmaga és személyes szabadsága felfedezése felé, amit a „délelőtti filozófiája” elnevezésű második időszakában írt könyveiben („Emberi, túlságosan is emberi”, „Virradat” és a „Vidám

²⁶ Egyes pszichoszomatikus reakciók pszichodinamikai hátterét a tapasztalatok szerint az érzelmi dependencia, a kapcsolatvesztés félelme miatt kifejezhetetlenek megélt negatív érzések (harag, gyűlölet) keltette konfliktusok jelentik (Hoffmann & Hochapfel, 2000). Mivel a szimbolikus csatornák (pl. verbális kommunikáció) hozzáférhetetlenek (szorongásteli tartalmak „elfojtása” miatt), az én (szelf) kohézióját ebben az esetben az integrálhatatlan affektus testi tünet formájában történő „konkretizációja” tartja fent (Atwood & Stolorow, 1984).

tudomány”) ünnepelt felszabadulva (Kőváry, 2013). A harmadik alkotó időszak (1883-1889), amely alatt legismertebb műveit írta („Im-ígyen szóla Zarathustra”, „Túl jön és rosszon”, „A morál genealógiája”, „Bálványok alkonya”, „Az Antikrisztus”, „Ecce homo”) szintén egy megrázó érzelmi traumával, a Lou Andreas Saloméval való megismerkedéssel és szakítással kezdődött (Safranski, 2002). Nietzsche saját elmondása szerint is az alkotás, Zarathustra „világra hozása” menti meg a Saloméval történő 1882-es szakítás után. Az írás, az alkotás tehát itt is vitális funkciót töltött be (Kőváry, 2013).

A két érzelmi trauma közül Nietzsche esetében a Wagner-ügyet kell fontosabbnak tartanunk. Wagner meghatározó szerepe ugyanis az alkotó tevékenység legvégéig, 1888-ig megmarad, noha a szakítás után – a Wagner és Nietzsche-hívó Thomas Mann kifejezésével élve – „szerelemi gyűlöletté” alakul át (Mann, 1970/1947). Erre utal az is, hogy az utolsó időszakban (1888-ban) írt Nietzsche-művek jelentős része már címében is Wagnerre utal: a „Wagner-ügy” és a „Nietzsche kontra Wagner” közvetlenül, míg a „Bálványok alkonya” alig leplezett utalás Wagner „Az istenek alkonya” című művére (ennek német címe „Götterdämmerung”, míg Nietzscheé „Götzen-Dämmerung”) (Frenzel, 1993). A „Nietzsche kontra Wagner” (2004/1888) fejezetcímei is árulkodóak: „Amit csodálok” és „Ahol ellenvetéseket teszek” (egyértelmű az ambivalencia), illetve a „Hogyan szabadultam meg Wagnertől” és „A pszichológus kér szót”²⁷. A jelek szerint a megszabadulás nem sikerült, hiszen e könyv tíz évvel az után készült, hogy Nietzsche utoljára levelet írt Wagnernek (Frenzel, 1993). Pszichobiográfiai szempontból úgy tűnik, hogy Wagner szerepe végig nyomatékos maradt, csak „co-player”-ből egy idő után „counter-player”-ré vált (Isaacson, 2005) a filozófus számára.

Hogyan kapcsolható mindez az „apa halála”-témához? Úgy tűnik, hogy Ludwig Nietzsche, e „művészetek iránt fogékony, rajongó, lágyszívű” apa (Frenzel, 1993, 9.) halála valóban komoly őstrauma lehetett a kisgyermek Friedrich számára, miként arra Arnold és Atwood (2005) rámutattak. Nietzsche gyermek- és fiatalkori visszahúzódó, félszeg magatartása, komoly, koravén személyisége (iskolatársai „kis pap”-nak nevezték) sok tekintetben ennek, illetve a környezetét domináló női családtagok (nagy mama, két nagynéni, anya, húg) hatásának volt köszönhető (Frenzel, 1993). Nietzsche nőtestvérének későbbi zsarnoki viselkedése alapján nem tévedünk nagyot, ha arra gondolunk, hogy Friedrichet hamar utolérhette a „tehetséges gyermek drámája” (Miller, 2005), és valódi érzéseit, szelfjét és szabadságát csak kerülő úton, a művészi és az intellektuális szférán keresztül tudta igazán megélni és kifejezni. Ezt a szférát testesítette meg az önmagát kereső ifjú Nietzsche számára a 19. század két szellemi gigásza,

²⁷ Kérdéses, hogy Nietzsche itt Wagner vagy önmaga pszichológusaként kér e szót, a korábbiak alapján ez nem elválasztható egymástól.

Arthur Schopenhauer és Richard Wagner. A zenét magasztaló schopenhaueri filozófia és a wagneri zene lehengerlő, sőt megsemmisítő hatással volt a fiatal Nietzsche („bárkinél jobban ismerem Wagner művészetének rettenetét, az idegen révületek ötven világát” – 1994/1888, 45.), részben akarata ellenére, mert szíve szerint valójában sokkal jobban vonzotta a lágyabb, finomabb schumanni muzsika (Safranski, 2002). Azonban Wagner, akinél Nietzsche szerint aligha találni „a modern lélek labirintusához avatottabb vezetőt, ékesszólóbb lélekbúvárt” (2001/1888, 6.) megmutatta, „hogyan lehet zenével hipnotizálni”, elcsábította őt a labirintus belsejébe (Nietzsche öreg Minotaurusznak is nevezi valahol, lásd Köhler, 2005), vagyis lélektani nyelven szólva megnyitotta az utat saját tudattalanja²⁸ felé.

A zenének ezt a belső határokat átrendező, regressziót eredményező képességét később olyan, zene-ihlette pszichoanalitikusok vizsgálták, mint Heinz Kohut (Dimitrievic, 2013). Ez a regresszió, vagyis a súlyos emocionális tapasztalatok – jelen esetben az apa korai halála okozta gyász keltette érzelmek – ellen fogatosított karakter-elhárítások feladása egy ideig jótékony, „terápiás” hatású lehetett Nietzsche számára, és elvezethetett a szelf mélyebb, belső megtapasztalásához illetve valamiféle elveszett paradicsomi állapot újra-meghódításához. A Wagnerrel és a wagneri zenével²⁹ való felkavaró szimbiózis traumatikus megszakadása felveti az újratraumatizálás lehetőségét, amely adott esetben akár drasztikusabb hatású is lehet, mint maga az őstrauma (Rosenblum, 2013). Az „apai” téma eme különféle rétegei (apja, Wagner) Nietzsche számára egy olyan „teleszkópszerűen egymásra épülő” (Kohut, 2007/1977) lélektani komplexumot alkothattak, amely végighúzódik az életén a biológiai apa elvesztésétől annak szellemi formában való újra megtalálásán és újra elvesztésén át az „atyai” (a vallás és a vallásossá vált wagneri zene) elleni filozófiai lázadásig. A vallási tartalom ebben mindvégig meghatározó, hiszen az apa lelkész, a Wagnerrel való szakítás ürügye a keresztény tartalmú Parsifal, a lázadás pedig a „halott (atya)isten” (*Gott ist Tot*) után itt maradt, immár az emberiséget Nietzsche szerint megkárosító „értékek átértékelésére” (Nietzsche, 1994) irányul. A wagneri újratraumatizálódás nyomán megtapasztalt szelf-fragmentáció egy más szinten való újraszerveződéshez vezetett el Nietzsche-nél, vagyis a szakítás nyomán kialakult határhelyzet elsajátítása tette lehetővé számára a „benne lehetséges egzisztencia”, a valódi(bb) önmaga megvalósítását (Jaspers, 2008). Vállalta az ezzel járó szorongást, a „szabadság szédületét” (Kierkegaard, 1993/1844) és az egzisztenciális izoláció kínjait, így lett egy tehetséges

²⁸ Nem hiába beszélt Romain Rolland (1931) „zenei tudattalanról” már Beethoven kapcsán is.

²⁹ A wagneri zenét időnként a „végtelen dallam” kifejezéssel is szokták illetni, ami alapján nem meglepő, hogy valamiféle belső kapcsolat fűzi a korai én-állapotokat leíró „óceáni érzéssel” (Freud, 1982/1930).

Schopenhauer és Wagner-követőből a jövő lélektani-filozófiai irányzatait (egzisztencializmus, pszichoanalízis) megelőlegező vakmerő szellemi konkvisztádor.

Elméleti konklúzió

Az előbbieken az összehasonlító pszichobiográfia módszerét alkalmazva azt igyekeztem nyomon követni, hogy az apa elvesztése, tágabb értelemben a „halálhoz való lét” határhelyzetének megtapasztalása hogyan járult hozzá számottevően egy sor, azonos „szellemi családba” tartozó alkotó (író, filozófus, pszichológus) munkásságának kibontakozásához. A többször idézett Hermann Imre (1930) kreativitás-modellje alapján a kreatív potenciál aktualizálódása három tényező függvényeként ragadható meg:

(1) A tehetség-egész egy biopszichológiai adottság-komplexum, ami bizonyos esetekben gátló tényezők jelenléte következtében nem tud teljes formájában manifesztálódni. Ilyen gátló (ugyanakkor serkentő) tényező lehet például az intellektuális tekintélyekhez való ambivalens viszony. Ilyen szellemi-„apai” tekintély volt Kierkegaard számára Hegel, Nietzsche számára Wagner, de mindkettőjük esetében a háttérben felsejlik az apa³⁰, és az apai szellemi örökség (kereszténység) ellentmondásos hatása. A bűnnel, a(z apa)gyilkossággal, a büntudattal, és ennek nyomán a patriarchális zsidó-keresztény vallás kérdéseivel való küszködés végigvonul Dosztojevszkij és Freud munkásságán is, és a saját apa halála számukra is alapvető változásokat eredményez, akár csak Szondinál, Kierkegaardnál, és lényegében Nietzschénél is.

(2) Ebből kifolyólag az apa halálát Hermann második tényezőjével, a „kiváltó erő”-vel kell azonosítanunk, ami a tehetség egész felszínre kerülését (a potenciál aktualizálódását) eredményezi. A kiváltó erő általánosan lehet krízis, trauma, konfliktus, sors-esemény (Tengelyi, 1998), de akár esztétikai csúcsmélység (mint amilyen Nietzsche számára a wagneri zene volt). A csúcsmélységet Maslow (2003/1968) „akut identitás-élménynek” nevezi, utalva annak transzformatív hatására.

(3) A harmadik hermanni tényező a „hajtó részlet gyökerek” a szublimáció freudi elméletére utal, azonban mi ebben a dimenzióban nem az ösztöntényezőket, hanem a tárgykapcsolati vetületet tartjuk fontosnak, ahogyan az Bálint (1997/1959) vagy Hans Loewald (1988) szublimáció-elméletében tükröződik. Mindkettő az éntől különálló érzelmi tárgyak megtapasztalása (differenciáció) előtti harmonikus (vagy annak fantáziált) állapot helyreállítására helyezik a hangsúlyt.

³⁰ Végül is a Freud-Jung viszony is mutat hasonlóságot: Jung esetében is lelkész édesapa áll a háttérben. Ennek bizonyos aspektusait lásd Kőváry, 2007.

Azt is láttuk, hogy ez a folyamat egyik esetben sem nélkülözi az önmegértés vágyát, az intenzív lélektani önanalízist, ami valójában inkább egy Másikkal együtt folytatott egyfajta „kölcsonös analízis”-nek (Ferenczi, 1996/1932), párbeszédnek nevezhető abban az értelemben, ahogy Erikson (1991/1958) megjegyzésén keresztül már utaltunk rá fentebb. Valóban úgy tűnik, hogy ezeknél a szerzőknél a kivételes lélektani érzék az átlagot jóval meghaladó introspekciós készséggel áll összefüggésben, ami szorosan összefonódik a Másik mély megismerésére irányuló vágygal, és a két megismerésforma kölcsönösen áthatja egymást. Nietzschénél a Wagnerrel, Freudnál (a páciensek mellett) a Leonardóval, Szondinál a Dosztojevszkijjal való azonosulás képezi ennek alapját. Kierkegaardnál a „Vagy-vagy”-ban (1994/1843) találunk utalást hasonlókra: „annyira szerelmes vagyok Mozartba, mint egy fiatal lány... Halhatatlan Mozart! Neked köszönhetek mindent... fontosabbnak tartom az ő halhatatlanságát, mint saját lételemet. Igen, ha elvonnák őt, ha eltörölnék a nevét, akkor leomlana az az egyetlen oszlop, mely megakadályozta eddig, hogy számomra minden rettenetes káosszá, szörnyű semmivé váljék.” (im. 40.) Erős mondatok! És ha összevetjük ezt Nietzsche egyik kijelentésével („Richard Wagneren kívül nem volt senkim...”, 2004/1888, 130.), akkor felsejlik bennünk az a gyanú, hogy az egzisztencializmust (és lényegében a mélypszichológiát) megalapozó két szerző, Nietzsche és Kierkegaard munkássága (legalább is részben) zeneszerzők hatása alatt, „a zene szelleméből”³¹ keletkezett, ahogyan Aleksandar Dimitrievic (2013) állította Kohut szelfpszichológiájáról. Mindhármuk (Kierkegaard, Nietzsche és Kohut) esetében a zenei, preverbális érzelmi tapasztalat nyelvi megragadásáról, transzformációjáról van szó, amely aktussal helyreállítható a fejlődés során preverbálisra és verbálisra hasadó szelf (Stern, 2002/1985) egysége.

A kreatív folyamat kidolgozási, elaborációs szakasza Ernst Kris (1995/1952) felfogásában mindig egy inspirációs szakaszt követően bontakozik ki, bár a két szakaszt mereven elválasztani egymástól nem célszerű (May, 1959). Az inspiráció mélylélektani esszenciáját Kris (1995/1952.) szerint a „regresszió az én szolgálatában” elnevezésű folyamat alkotja, amely regresszió az „álomszerű” tapasztalatok megszerzése mellett az én szerkezetének átalakulását jelenti. Az átalakulás első fázisa „dekonstrukciós”, a határok feloldásával³² jár, amely lehetővé teszi, hogy újszerű tapasztalatok váljanak megközelíthetővé és átélhetővé. Erre először Sabina Spielrein utalt „A pusztítás mint a keletkezés oka” című tanulmányában (2008(1912)). A

³¹ A „zene szelleméből” kifejezés utalás Nietzsche első könyvére, „A tragédia születése a zene szelleméből” (1986/1872) című nagy hatású munkára.

³² Freud (1986/1917) szerint a művésznak eleve lazák az én határának fenntartásáért felelős elfojtásai.

korlátjaitól („hatékony páncél”³³ – Bálint, 1997/1959) legalább is részben megszabadult én nyitottá válik élmények megtapasztalására; ennek a dinamikáját írja le Norman Holland (1998), amely segíthet megérteni, hogy hogyan lesz az alapvetően interszubjektív kontextusú ön-élményből végül „önéletrajzi” személyiségelmélet. Holland szerint a befogadás a pszichoanalitikus „viszontáttélre” emlékeztető folyamat, amelynek fázisai: *várakozás – elhárítás* (az „anyag” szelekciója) – *fantázia* (a tudattalan tartalmak kivetítése a befogadott tartalomra) – *transzformáció* (átfordítás témákba). Ez utóbbi már az elaboráció része, ami - mint Ranknál láttuk – nem csak egy produktum, hanem önmagunk felépítését is magába foglalja.

Úgy tűnik, hogy ebben a folyamatban az „analitikus” és az „analizált” szerepeinek a határai nagyon képlékenyek, az önmegismerés és a másik megismerése kéz a kézben halad, noha ezek a dimenziók nem mindig egyenlő mértékben reflektáltak. Ilyen értelemben Dosztojevszkij volt Szondi első „páciense” akinek „analízisén” keresztül felfedezte a családi tudattalan jelenségét, de egyúttal Dosztojevszkij volt Szondi első „analitikusa” vagy „biblioterapeutája”³⁴ is, aki segített neki, hogy indirekt formában, az apa halálának témáján a kaddis nyújtotta lehetőségeken túl is dolgozzon. Miért tűnik fontosnak itt az „indirekt” jelző? Azért, mert „hősével” azonosulva, vagy vele „misztikus participációt” (Jung, 1993/1964) kialakítva³⁵ a szerző számára lehetővé válik, hogy a személyes traumája vagy konfliktusa „optimális esztétikai távolságba” (Scheff, 1979) helyezve kerüljön átdolgozásra (mint az álomban is). Ha a pszichológiai tartalom az éntől túl nagy érzelmi távolságban van („overdistancing”), akkor nem kerül sor katarziszra vagy érzelmi belátásra, míg a „túl közeli” trauma vagy konfliktus („underdistancing”) elborítja az ént, és a gyógyítás helyett újratraumatizálás történik. A sikeres álommunka, a sikeres művészetmunka, a sikeres tudományos/filozófiai elaboráció és a sikeres terápia egyaránt a szelf-kohézió kialakításának és fenntartásának eszköze lehet, ilyen értelemben ezek a jelenségek „szelftárgyas” funkciót képesek betölteni (Kohut, 1985). Azonban az álommunka vagy a művészetmunka sikeressége sosem garantált, (Kőváry, 2020d), ahogyan az „egzisztenciális” vonatkozású tudományos elaboráció is lehet jobban vagy kevésbé sikeres (Pine, 1973).

³³ Bálint szerint a „hatékony páncél” kezdetleges tárgykapcsolati attitűdök („oknofília” és „filobatizmus”) magába vetítése nyomán jön létre. „A páncél kettős feladatot lát el. Az élethez szükséges különféle képességekkel látja el az egyént, de egyben korlátozza is lehetőségeit abban, hogy megtapasztalja a szeretet és a gyűlöletet, az örömet és bosszúságot. Az élet csak annyiban és úgy érintheti meg, ahogyan és amennyiben ez a páncél megengedi majd.” (Bálint, 1997/1959, 95-96.)

³⁴ Jung valószínűleg a görög „pszichopomposz” (lélekvezető) fogalmát használná (1993/1964), ami utal a funkció ősrégi jellegére.

³⁵ Ehhez az azonosuláshoz kapcsolódik, hogy az álombeli elaboráció során a megformált „hősök” önmagukon túl mindig az én egyes tudattalan aspektusait is hordozzák: ezek az álom tárgyi és alanyi síkjai (Jung, 1993/1916).

Befejezésül arra szeretnék rámutatni, hogy ezen felismerések fellelhetőek már a modern hermeneutika atyjának, Wilhelm Diltheynek a munkáiban is. Dilthey szinte elsőként gondolkodott el azon, hogy mit is jelent egy „idegen élet” megismerése. A lelkiélet, mondja kései, hermeneutikai korszakában (1974/1900), közvetlenül nem ismerhető meg, csak „rögzített életmegnyilvánulásokon” (pl. szöveg) keresztül. A kutató érzékileg adott jeleken keresztül, a produktumok módszeres interpretációja nyomán ismeri meg azt a „lelkit”, aminek a talajából a rögzített életmegnyilvánulás kisarjad. Az interpretátornak arra is lehetősége van, hogy ennek során jobban megértse a szerzőt, mint ahogyan az önmagát értette. Ehhez viszont az szükséges, hogy „önmagunkat átadjuk egy idegen létezésnek, hogy saját énünket abban elveszítsük” (Dilthey, 1990, 71.). Azonban ez a „participáció” nem jelenti azt, hogy ez az én ebben a folyamatban megsemmisül, ugyanis az énré, mint interpretátorra, az én ismereteire, nézőpontjára és tapasztalataira szükség van, mivel „megértésről akkor beszélünk, ha az én a te-ben önmagára talál” (61.), nem akkor, ha az én a te-ben megsemmisül. Ezért kellett menekülnie és a pszichológiai (ön)analízis segítségével megóvnia magát a wagneri zene megsemmisítő hatásától Nietzschének, főként miután ez a zene nyíltan vallásos attribútumok hordozójává vált. (Vajon ezért is kellett nyíltan vallásellenessé is válnia filozófiájában?) A pszichológusnak emiatt szüksége van arra, hogy átlag feletti önismerettel bírjon, ugyanis „olyan érzésre, amelyet sohasem éltünk meg, nem bukkanhatunk rá egy másikban” (66.), és a „saját énünk megélése és megértése alapján, s e kettő állandó kölcsönhatásában alakul ki az idegen életmegnyilvánulások és személyek megértése” (74.). Ez pedig elvezet a kultúra jelenségének mélyebb megértéséhez, hiszen „mások megértése révén (...) gyarapodik a történelmi tudás.” (u. ott).

IRODALOM

- ADAMS, M. (2019). Existential-Phenomenological Therapy: Method and Practice. E. VAN DEURZEN (2019, ed.). *The Wiley World Handbook of Existential Therapy* (pp. 167-181.). Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.
- ALEXANDER, I. (1990b). A personological Approach to Personality Assessment and Psychobiography. In uő: *Personology. Method and Content in Personality Assessment and Psychobiography* (pp. 1-61.). Durham and London, UK: Duke University Press.
- ALEXANDER, I. (1990b). The Freud-Jung relationship: The Other Side of Oedipus and Countertransference. In uő: *Personology. Method and Content in Personality Assessment and Psychobiography* (pp. 115-133.). Durham and London, UK: Duke University Press.

- ALLPORT, G. W. (1942). The Use of Personal Documents in Psychological Science. *Social Science Research Council Bulletin*, 49, New York, NY.
- ANZIEU, D. (1986). *Freud's Self-Analysis*, London, UK: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- ARNOLD, K. & ATWOOD, G. (2005). Nietzsche's Madness. In W. T. SCHULTZ (ed.): *The Handbook of Psychobiography* (pp- 240-264.). New York, NY: Oxford University Press.
- ARONS, M. & RICHARDS, R. (2015). Two Noble Insurgencies: Creativity and Humanistic Psychology. In KIRK J. SCHNEIDER, J. FRASER PIERSON & JAMES F. T. BUGENTAL (eds.): *Handbook of Humanistic Psychology* (pp. 161-195). SAGE Publications Inc.
- ATWOOD, G. E. & STOLOROW, R. D. (1984). *Structures of Subjectivity. Explorations in Psychoanalytic Phenomenology*. Hillsdale, NJ, The Analytic Press.
- ATWOOD, G. E., STOLOROW, R. D. & ORANGE, D. (2012). Örültség és zsenialitás a poszt-Kartézianus filozófiában. Egy távoli tükör. *Imágó Budapest*, 2(23), 2012/1: 15-34.
- BABBIE, E. (2008). *A társadalomtudományi kutatás gyakorlata*. Budapest, Balassi Kiadó.
- BALASSA, P. (1986). Utószó. In S. Kierkegaard: *Félelem és reszketés* (pp. 221-273.). Budapest, Európa Könyvkiadó.
- BENDEK, I. (1973). Szondi I-II. *Új Írás* 13/10-11., 82 - 91. ill. 91-100.
- BÁLINT, M. (1997/1959). *A borzongások és regressziók világa*. Budapest, Animula Kiadó.
- BÁLINT, M. (1994/1968). *Az őstörés*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- BÓKAY, A. (2008). Utak és útleágazások Ferenczi gondolkodásában 1923-1924-ben. In: BÓKAY, A., LÉNÁRD, K. & ERŐS, F. (szerk.): *Typus Budapestiensis. Tanulmányok a pszichoanalízis budapesti iskolájának történetéről és hatásáról* (79-105.). Budapest, Thalassa Kiadó.
- CARLSON, R. (1988). Exemplary Lives: The Uses of Psychobiography for Theory Development. In D. P. MCADAMS & R. L. OCHBERG, R. L. (eds.): *Psychobiography and Life Narratives* (pp. 105-134.). Durham and London, Duke University Press.
- CHASSEGUET-SMIRGEL, J. (1984). Thoughts on the Concept of Reparation and the Hierarchy of Creative Acts. *International Review of Psychoanalysis*, 1984, 11:399-406.
- CSABAI, M. & ERŐS, F. (1997, szerk.). *Freud titokzatos tárgya. Pszichoanalízis és női szexualitás*. Budapest, Új Mandátum Kiadó.
- CSORBA, J. (2019). Ludwig Binswanger és az egzisztenciálanalitikus pszichoterápia – mai szemmel. In KÖVÁRY, Z. (szerk.): *Egzisztenciális pszichológia egykor és ma* (pp. 104-115.). Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- DEURZEN, E. VAN (2019, ed.). *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell.

- DILTHEY, W. (1974/1900). A hermeneutika keletkezése. In uő: *A történelmi világ felépítése a szellemtudományokban* (469- 493). Budapest, Gondolat Könyvkiadó.
- DILTHEY, W. (1990). Vázlatok a történelmi ész kritikájához. In CSIKÓS, E. & LAKATOS, L. (szerk.): *Filozófiai hermeneutika* (61-91.). Budapest, A Filozófiai Figyelő Kiskönyvtára.
- DIMITRIEVIC, A. (2013). A szelfpszichológia születése a zene szelleméből. *Imágó Budapest*, 2013/1, 31-42.
- ERIKSON, E. (1991/1958). A fiatal Luther. In uő: *A fiatal Luther és más írások* (pp. 7-400.). Budapest, Gondolat Kiadó.
- ETKIND, A. (1999). *A lehetetlen Erosza. A pszichoanalízis története Oroszországban*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- FERENCZI, S. (1996/1932). *Klinikai napló*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- FRANKL, V.E. (2006/1950). Tíz tézis a személyiségről. In uő: *Értelem és egzisztencia* (pp. 59-71). Budapest, JEL Könyvkiadó.
- FRENZEL, I. (1993). *Nietzsche*. Budapest, Pesti Szalon Kiadó.
- FREUD, S. (1982/1910). Leonardo da Vinci egy gyermekkori emléke. In uő: *Esszék* (pp. 253-324). Budapest, Gondolat Kiadó.
- FREUD, S. (1982/1930). Rossz közérzet a kultúrában. In (uő): *Esszék* (pp. 327-407.). Budapest, Gondolat Kiadó.
- FREUD, S. (1986/1917). *Bevezetés a pszichoanalízisbe*. Budapest, Gondolat Könyvkiadó.
- FREUD, S. (1990/1925). Önéletrajz. In (uő): *Önéletrajzi írások* (pp. 11-83.). Budapest, Cserépfalvi Kiadó.
- FREUD, S. (1993/1900). *Álomfejtés*. Budapest, Helikon Kiadó.
- FREUD, S. (1993/1920). Sigmund Freud levele Stefan Zweignek. In *Stefan Zweig és Sigmund Freud levelezése* (pp. 106-107). Budapest, Balassi Kiadó.
- FREUD, S. (1994/1933). A nőiség. In uő: *A lélekelemzés legújabb eredményei* (pp. 125-153.). Nyíregyháza, Könyvjelző Kiadó.
- FREUD, S. (1997/1917). Gyász és melankólia. In uő: *Ösztönök és ösztönsorsok* (pp. 129-145). Budapest, Filum Kiadás.
- FREUD, S. (1998/1908). A költő és a fantáziaműködés. In Erős, F. & Bókay, A. (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (pp. 59-65.). Budapest, Filum Kiadó.
- FREUD, S. (1998,1928). Dosztojevszkij és az apagyilkosság. In Erős, F. & Bókay, A. (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (pp. 83-94.). Budapest, Filum Kiadó.
- FROMM, E. (1993/1956). *A szeretet művészete*. Budapest, Háttér Kaidó.
- GADAMER, H. G. (2003/1960). *Igazság és módszer*. Budapest, Osiris Kiadó.

- GALLAGHER, D. & ZAHAVI, D. (2008). *A fenomenológiai elme. Bevezetés az elmefilozófiába és a kognitív tudományba*. Budapest, Lélekben Otthon Kiadó.
- GYENGE, Z. (2007). *Kierkegaard élete és filozófiája*. Máriabesenyő-Gödöllő, Attraktor Kiadó.
- GYIMESI, J. (2019). Az epilepsziás bűnözőről. *Imágó Budapest*, 2019, 8(3): 5-21.
- HANKISS, E. (1971). Bevezetés. In HANKISS, E. (szerk.). *Strukturalizmus I.* (5-22.). Budapest, Európa Könyvkiadó.
- HAYNAL, A. (1985). *Depression and Creativity*. New York, NY: International Universities Press.
- HAYNAL, A. (1996). *Viták a pszichoanalízisben. Freud-Ferenczi-Bálint*. Budapest, Thalassa Alapítvány- Cserépfalvi Kiadó.
- HELLER, Á. (1994). *Nietzsche és a Parsifal*. Budapest, Századvég Kiadó.
- HERMANN, I. (1930). A tehetség pszichoanalízise. In *Tehetség-problémák* (45-58.). Budapest, Merkantil Nyomda.
- HERMANN, I. (2013). *Kreativitás és alkotás. Pszichoanalitikus tanulmányok*. Budapest, Animula Kiadó.
- HOFFMANN, S. O. & HOCHAPFEL, G. (2000). *Neuróziselmélet, pszichoterápia és pszichoszomatikus medicina*. Budapest, Medicina Könyvkiadó.
- HOLLAND, N. (1998/1978). Az irodalmi interpretáció és a pszichoanalízis három fázisa. In ERŐS, F. & BÓKAY, A. (szerk): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (pp. 331-343.). Budapest, Filum Kiadó.
- HORNEY, K. (1939). *New Ways in Psychoanalysis*. London, UK: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.
- HORNEY, K. (1996/1926). Menekülés a nőiség elől. *Thalassa*, 1996/1, 7-20.
- ISAACSON, K. (2005). Divide and Multiply. Comparative Theory and Methodology in Multiple Case Psychobiography. In W. T. SCHULTZ (ed.): *The Handbook of Psychobiography* (pp. 104-111). New York, NY: Oxford University Press.
- JASPERS, K. (2008). *Mi az ember?* Budapest, Katalizátor Kiadó.
- JONES, E. (1983/1961). *Sigmund Freud élete és munkássága*. Budapest, Gondolat Kiadó.
- JUNG, C. G. (1993/1916). *Bevezetés a tudattalan pszichológiájába*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- JUNG, C. G. (1993/1964). *Az ember és szimbólumai*. Budapest, Göncöl Kiadó.
- JUNG, C. G. (1995). *Gondolatok az apáról, az anyáról és a gyerekekről*. Budapest, Kossuth Könyvkiadó.

- JUNG, C. G. (2006/1962). Az apa jelentősége az egyén sorsában. In üő: *Freud és a pszichoanalízis* (305-325). Scolar Kiadó, Budapest.
- KAUFMAN, W. (1956). Existentialism form Dostoevsky to Sartre. In WALTER KAUFMAN (ed.): *Existentialism form Dostoevsky to Sartre* (11-52.). New York, NY: Meridian Books.
- KAST, V. (1995). *A gyász. Egy lelki folyamat stádiumai és esélyei*. Budapest, T-Twins Kiadó.
- KIERKEGAARD, S. (1965). Önmagáról. In KÖPECZI, B. (szerk.): *Egzisztencializmus* (pp. 59-61.) Budapest, Gondolat Kiadó.
- KIERKEGAARD, S. (1986/1843). *Félelem és reszketés*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- KIERKEGAARD, S. (1983/1944). Lezáró tudománytalan utóirat a „Filozófiai töredékek”-hez. (Részlet). In uő: *Írásaiból* (pp. 361-463). Budapest, Gondolat Kiadó.
- KIERKEGAARD, S. (1993/1844). *A szorongás fogalma*. Budapest, Göncöl Kiadó.
- KIERKEGAARD, S. (2004/1938). Egy még élő ember írásaiból. In uő: *Egy még élő ember írásaiból – Az irónia fogalma* (pp. 9-56.). Pécs, Jelenkor Kiadó.
- KOESTLER, A. (1998/1964). *A teremtés*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- KOHUT, H. (1985). Idealization and Cultural Selfobjects. In H. KOHUT: *Selfpsychology and the Humanities*. New York, NY: W.W. Norton & Co.
- KOHUT, H. (2007/1977). *A szelf helyreállítása*. Budapest, Animula Kiadó.
- KÖHLER, J. (2005). *Friedrich Nietzsche és Cosima Wagner*. Budapest, Háttér Kiadó.
- KÖVÁRY, Z. (2007). Jung „Siegfried”-álma. *Lélekelemzés*, 2007/2, 2: 38-47.
- KÖVÁRY, Z. (2009). The Enigma of Desire. Salvador Dalí and the Conquest of the Irrational. *PsyArt* 5: 1.
- KÖVÁRY, Z. (2011). A pszichobiográfia mint módszer. Az élettörténet-elemzés reneszánsza: új perspektívák a személyiség- és kreativitáskutatásban. *Alkalmazott Pszichológia*, 2011/4, 65–92.
- KÖVÁRY, Z. (2012a). Látomás és indulat a képzőművészetben. Csontváry és a kreativitás a mai pszichobiográfia tükrében. *Imágó Budapest*, 2012/1. 35-62.
- KÖVÁRY, Z. (2012b). *Kreativitás és személyiség. A mélylélektani alkotáselméletektől a pszichobiográfiai vizsgálatig*. Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- KÖVÁRY, Z. (2013). A betegség, mint határhelyzet, mint metafora, és mint a kreativitás forrása. A betegség „produktív jelentősége” Friedrich Nietzsche életművében a modern pszichobiográfia tükrében. In CSABAI, M. & PINTÉR, J. (szerk): *Pszichológia a gyógyításban* (pp. 227-260.). Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- KÖVÁRY, Z. (2014). *Pszichobiográfia. Történet, elmélet, módszertan és alkalmazás*. Budapest, Oriold és Társai Kiadó.

- KÖVÁRY, Z. (2016). Psychobiographical Research and Personality Psychological Background of Creativity: The Case of Friedrich Nietzsche. In G. B. MONETA & J. ROGATEN (eds.): *Psychology of Creativity: Cognitive, Emotional, and Social Processes* (pp. 169-196). New York, NY: Nova Science Publishers.
- KÖVÁRY, Z. (2017). From Sublimation to Affect Integration: Psychoanalytic Approaches to Creativity from Freud to Self Psychology. In K. MARTIN & M. SIWGWARD (Eds.): *Psychoanalytic Theory: A Review and Directions for Research* (pp. 65-111). New York, NY: Nova Science Publishers.
- KÖVÁRY, Z. (2020a). Personology (Murray). In V. ZEIGLER-HILL & T. K. SHACKLEFORD (eds.): *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer International Publishing (in press).
- KÖVÁRY, Z. (2020b). Humán tudományos pszichológiát! In uő: *Homo creativus* (35-69.). Budapest, L'Harmattan Kiadó.
- KÖVÁRY, Z. (2020c). Sors, szabadság, létezés. Az "egzisztencialista" Szondi Lipót. In uő: *Homo creativus* (21-29.). Budapest, L'Harmattan Kiadó.
- KÖVÁRY, Z. (2020). Rémálom és sikertelen szublimáció. A lélektani összeomlás anatómiája. *Psychologia Hungarica Caroliensis*, 2020. (in press).
- KRAMER, R. (2015). "I am boiling with rage." Why did Freud banish Rank? *Psychoanalyse im Widerspruch*, 27. Jahrgang, 2015, Heft 53, S. 31-43.
- KRAMER, R. (2019). *The Birth of Relationship Therapy. Carl Rogers Meets Otto Rank*. Berlin, DE: Psychosozial Verlag.
- KRÉKITS, J. (2018). Betegség és terápia szabadság- és hatalomtechnikái. In uő: *Határhelyzetek és határterületek* (207-219). Budapest, Oriold és Társai Kiadó.
- KRIS, E. (1995/1952I). Pszichoanalitikus közelítések a művészethez (részletek). In BACSÓ B. (szerk.): *Az esztétika vége. A modern esztétikai gondolkodás paradigmái* (pp. 116-166). Budapest, Ikon Kiadó.
- KRISTEVA, J. (2007a). A szerelem abjektje. *Thalassa*, 2007/2-3, 3-29.
- KRISTEVA, J. (2007b). A melankolikus képzelet. *Thalassa*, 2007/2-3, 29-51.
- LAPLANCHE J. & PONTALIS, J-B. (1994). *A pszichoanalízis szótára*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- LOEWALD, H. (1988). *Sublimation*. New Haven, CT and London, UK: Yale University Press.
- LÁSZLÓ, J. (2005). *A történetek tudománya*. Budapest, Új Mandátum Kiadó.
- MANN, TH. (1970/1946). Dosztojevszkij- módjával. In uő: *Válogatott tanulmányok I.* (pp. 571-591.). Budapest, Magyar Helikon Kiadó.

- MANN, TH. (1970/1947). Friedrich Nietzsche filozófiája tapasztalatunk fényében. In uő: *Válogatott tanulmányok I.* (pp. 321-359.). Budapest, Magyar Helikon Kiadó.
- MASLOW, A. (2003/1968). A csúcselmények, mint akut identitás-élmények. In uő: *A létezés pszichológiája felé* (181-197). Budapest, Ursus Libris Kiadó.
- MAY, R. (1959). The Nature of Creativity. In H. ANDERSON, H. (ed.): *Creativity and Its Cultivation* (pp. 55-69.). New Yor, NY: Harper & Row.
- MAY, R. (1983a). How Existentialism and Psychoanalysis Rose Out of the Same Cultural Situation. *The Discovery of Being. Writings in Existential Psychology* (pp. 60-67.). New York, NY: W. W. Norton & Co.
- MAY, R. (1983b). Kierkegaard, Nietzsche and Freud. In R. MAY: *The Discovery of Being. Writings in Existential Psychology* (pp. 67-90.). New York, NY: W. W. Norton & Co.
- MAYER, C-H. & KOVARY, Z. (2019). *New Trends in Psychobiography*. Springer International.
- MILLER, A. (2005). *A tehetséges gyermek drámája és az igazi én felkutatása*. Budapest, Osiris Kiadó.
- MITCHELL, S. & BLACK, M. (2000). *A modern pszichoanalitikus gondolkodás története*. Budapest, Animula, Kiadó.
- MURRAY, H. (1959). Vicissitudes of Creativity. In H. ANDERSON (ed.): *Creativity and its Cultivation* (96-118). New York, NY: Harper & Row.
- NIETZSCHE, F. (1986/1871). *A tragédia születése a zene szelleméből*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- NIETZSCHE, F. (1994). *Az értékek átértékelése*. Budapest, Holnap Kiadó.
- NIETZSCHE, F. (1994/1888). *Ecce homo*. Budapest, Göncöl Kiadó.
- NIETZSCHE, F. (1995/1886). *Túl Jón és Rosszon*. Budapest, Ikon Kiadó.
- NIETZSCHE, F. (2001/1888). Wagner esete. In (uő): *Schopenhauerről és Wagnerről* (pp. 7-42.). Budapest, Holnap Kiadó.
- NIETZSCHE, F. (2004/1888). Nietzsche kontra Wagner. In (uő.): *Bálványok alkonya/Nietzsche kontra Wagner* (pp. 111-138.). Budapest, Holnap Kiadó.
- OLIVEIRA R. A. (2020). The Father and the Paternal Function in the Psychoanalytical Process: Theoretical and Clinical Issues. *The American Journal of Psychoanalysis*, 2020, 80 (309-330).
- PANETH, G. (1985). *A labirintus járataiban*. Budapest, Magvető Könyvkiadó.
- PENNEBAKER, J. W. & EVANS, J. F. (2018). *Gyógyító írás*. Budapest, Kulcslyuk Kiadó.
- PINE, F. (1973). Tematikus drive (belső késztetés) tartalom és az alkotóképesség. In HALÁSZ, L. (szerk.): *Művészetpszichológia* (pp. 150-171.). Budapest, Gondolat Kiadó.

- RANK, O. (1989/1932). *Art and Artist. Creative Urge and Personality Development*. New York, NY: W.W. Norton & Co.
- RANK, O. (1996/1935). *Neurosis as a Failure in Creativity*. In uő : *A Psychology of Difference. The American Lectures* (pp. 251-260.). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- RICOEUR, P. (1998). *Nyelv, szimbólum, interpretáció*. In BÓKAY, A. & ERŐS, F. (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (pp. 243-250.). Budapest, Cserépfalvi Kiadó.
- ROLLAND, R. (1931.) *Goethe és Beethoven*. Budapest, Dante Könyvkiadó.
- ROSENBLUM, R. (2013). „Kedvezőbb körülmények között” – a sérülés követei. *Imágó Budapest*, 2013/3-4, 29-52.
- RUNCO, M. A. (2007). *Creativity. Theories and Themes: Research, Development and Practice*. San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- RUNYAN, W. M. (1984). *Life Histories and Psychobiography. Explorations in Theory and Method*. New York, NY: Oxford University Press, New York.
- RUNYAN, W. M. (1997). *Studying Lives. Psychobiography and the Conceptual Structure of Personality Psychology*. In R. HOGAN, J. JOHNSON & S. BRIGGS, S. (eds.): *Handbook of Personality Psychology* (41-69.). San Diego, CA: Academic Press.
- SAFRANSKI, R. (2002). *Nietzsche. Szellemi életrajz*. Budapest, Európa Könyvkiadó.
- SCHEFF, T. J. (1979). *Catharsis in Healing, Ritual and Drama*. Berkeley, CA: University of California Press.
- SCHÖNAU, W. (1998). *Kirajzolódnak egy pszichoanalitikus irodalomtudomány körvonalai*. In BÓKAY, A. & ERŐS, F. (szerk.): *Pszichoanalízis és irodalomtudomány* (pp. 41-41.). Budapest, Cserépfalvi Kiadó.
- SCHULTZ, W. T. (2005). *Nothing Alive Can Be Calculated*. In W. T. SCHULTZ (ed.): *The Handbook of Psychobiography* (pp. 135-142.). Oxford, UK & New York, NY: Oxford University Press.
- SCHULTZ, W. T. (2005, ed.). *The Handbook of Psychobiography*. Oxford, UK & New York, NY: Oxford University Press.
- SEGAL, H. (1997/1973). *Bevezetés Melanie Klein munkásságába*. Budapest, Animula Kiadó.
- SPIELREIN, S. (2008/1912). *A pusztítás, mint a keletkezés oka*, *Thalassa* 2008/3, 13-51.
- STERN, D. (2002/1985). *A csecsemő személyközi világa*. Budapest, Animula Kiadó.
- STOLOROW, R. D. & ATWOOD, G. E. (1979). *Faces in a Cloud: Subjectivity in Personality Theory*. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- STOLOROW, R. D. & ATWOOD, G. E. (2013). *Legacies of the Golden Age. A Memoir of a Collaboration*. *The Humanistic Psychologist*, 41: 285–300.

- SZAJBÉLY, M. (2019.). *Csáth Géza élete és munkái*. Budapest: Magvető Könyvkiadó.
- SZERB, A. (1980). *A világirodalom története*. Budapest, Magvető Könyvkiadó.
- SZÉKELY, L. (1983). Some Observations on the Creative Process and its Relation to Mourning and Various Forms of Understanding. *International Journal of Psycho-Analysis.*, 64:149-157.
- SZONDI, L. (1987/1968). Káin, a törvényszegő. In uó: *Káin, a törvényszegő – Mózes, a törvényalkotó* (pp. 9-241.). Budapest, Gondolat Kiadó.
- SZONDI, L. (1987/1973). Mózes, a törvényalkotó. In uó: *Káin, a törvényszegő – Mózes, a törvényalkotó* (pp. 242-422.). Budapest, Gondolat Kiadó.
- SZONDI, L. (1996/1954). Ember és sors. In *Ember és sors (három tanulmány)*(pp.5-41). Budapest, Kossuth Könyvkiadó.
- SZONDI, L. (1996/1955). A tudattalan nyelvei: a szimptóma, a szimbólum és a választás. In *Ember és sors (három tanulmány)*(pp.43-83). Budapest, Kossuth Könyvkiadó.
- SZONDI, L. (1996/1973). Sorsanalízis és önvallomás. *Thalassa*, 1996/2, 5-39.
- SZUMMER, CS. (2011). *A fenomenológia váratlan felbukkanása az ezredforduló megismerés-tudományában*. *Magyar Filozófiai Szemle*, 55 (2). pp. 141-161.
- THAPAR, A., KERR, M. & HAROLD, G. (2009). Stress, Anxiety, Depression, and Eilepsy: Investigating the Relationship Between Psychological Factors and Seizures. *Epilepsy & Behavior*, Volume 14, Issue 1, January 2009, Pages 134-140.
- TENGELYI, L. (1998). *Élettörténet és sorseseemény*. Budapest, Atlantisz Könyvkiadó.
- YALOM, I. D. (2006/1980). *Egzisztenciális pszichoterápia*. Budapest, Animula Kiadó.
- VIKÁR, GY. (2006). Krízis és kreativitás. In FÜREDI, J. & BUDA, B. (szerk.): *Múzsák a díványon*. (pp. 309-324). Budapest, Medicina Könyvkiadó.
- WALSH, R. T. G., TEO, TH., & BAYDALA, A. (2014). *A Critical History and Philosophy of Psychology*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- WARBURTON, N. (1993). *A filozófia világa*. Budapest, Kossuth Könyvkiadó.

Dr. Kőváry Zoltán

habilitált egyetemi docens,

felnőtt klinikai és mentálhigiénés szakpszichológus

ELTE PPK Pszichológiai Intézet

Kontakt Pszichológiai Műhely

kovary.zoltan@gmail.com

ZSÁK ÉVA

Kegyeleti kérdések perinatális veszteség esetén

Összefoglalás · *A koraszülöttség „szürke zónájában”, az életképesség határán világra jött magzatok életkilátásai nagymértékben korlátozottak az eredetileg kitűzött terminusnál hamarabb született társaikhoz képest. A tanulmány két olyan magyarországi eset ismertetésén át kívánja bemutatni a „szürke zónában” születéskor az egészségügyi ellátáshoz és az emberi méltósághoz való jog sérülésének lehetséges problémáit, amelyek jelentős visszhangot váltottak ki szakmai és laikus körökben egyaránt. Az életképesség határán születni az orvosi feladatokon túl a népeesség-nyilvántartásban és a jogi szabályozásban is eltérő kimeneti lehetőségekre mutat. Az ellátásban érintett szakemberek felkészültségén és körültekintő cselekvésén múlik, hogy az egyes esetekben milyen lépések történnek, és azoknak milyen következményei lehetnek.*

Kulcsszavak: perinatális ellátás, koraszülés, szürke zóna, emberi méltósághoz való jog

Bereavement dilemmas in perinatal loss cases

Abstract · *Life expectancy of children born in the ‘grey zone’ of prematurity may alter to a great extent compared to those born around the due date. The objective of the article is to present the potential dilemmas of provided healthcare and bereavement rights related to the grey zone of prematurity, discussing two Hungarian cases. Above the specialised medical care perivable births may involve alternative pathways in administrative and legal measures, as well. What steps are taken and what consequences they lead to will largely be defined by the attention and considerate care measures of the competent, involved healthcare professionals.*

Keywords: perinatal care, prematurity, grey zone, bereavement rights

Amikor hiányzik a szándék

A „Hová tegyék az abortumot, ami nyöszörög?”¹ - az elhíresült tatabányai orvosper egyik kulcsmondata volt. Jól összefoglalja azt a problémát, amely a várandósság egyik legfontosabb patológiás történéséhez, a koraszüléshez kapcsolódik.

Az 1983-ban történt esetben a várandósság 27. hetében világra jött magzat sorsa pecsételődött meg azzal, hogy a beindult szülés kimenetét a főorvos vetélésként határozta meg előre, és ennek megfelelően tették félre egy vesetálba a születés pillanatában látható életjelet nem mutató gyermeket, és ezen a megítélésen később sem változtattak, annak ellenére, hogy a sorsára hagyott újszülött nyöszörgött, mozgott.

A koraszülés meghatározott időbeli határa ekkor még a 28. hét volt, tehát kizárólag ezt tartva szem előtt a 27 hét még nem esett ezen a kronológiai határvonalon belül. Azonban az életjelenségeket mutató gyermeket el nem látni és méltatlan körülmények között sorsára hagyni szakmai szabályszegés és etikai vétség volt, a bíróság megállapítása szerint is.

Az újszülött mindösszesen 32 órát élt, ebből koraszülött-ellátást csak az utolsó 10 órában kapott, amikor az már elégtelen volt az életben maradásához az előzetes körülmények miatt. Miért nem kapott esélyt mégis az életre? A tárgyalási jegyzőkönyv feljegyzései szerint „A főorvos nem szerette a koraszüléseket, mert ha a gyermek meghal, az rontja a megye élveszületési mutatóit.” (Index – https://index.hu/belfold/leporolt_aktak/2021/01/31/a-tatabanyai-orvosper-koraszulott-a-vesetalon)

A koraszülött gyermekek törékeny állapota nagy súllyal befolyásolja életkilátásaikat, még megfelelő orvosi ellátás esetén is. A megfelelő ellátás pedig függ a születésükkor jelen lévő személyzet felkészültségétől, valamint - amint a fentiekből látható -, szakmai és emberi hozzáállásuktól és a lehetőségeiktől is.

A szürke zóna

A koraszülések aránya Magyarországon 2018-ban közel 9%-a volt a teljes születési számnak, jelentős regionális különbségeket is mutatva. Megközelítőleg 8000 gyermek született a várandósság 37. hete előtt. (KSH Népmozgalom 2019) A Magyarországon jelenleg érvényes szakmai irányelvek a 24. héttől számítják a koraszülés időpontját (Az Emberi Erőforrások Minisztériuma egészségügyi szakmai irányelve a fenyegető koraszülés diagnózisáról, megelőzéséről és a kezeléséről 2020) vagy pedig amikortól a gyermek életjelenségeket mutat az anyaméhén kívül.

¹ https://index.hu/belfold/leporolt_aktak/2021/01/31/a-tatabanyai-orvosper-koraszulott-a-vesetalon/

A születés körüli, perinatális² időszakban előforduló dilemmák a születendő/megszületett gyermek életkilátásaihoz köthetőek. (Zsák, 2020) Az újszülött-intenzív ellátás fejlődése jelentős mértékben javította a súlyosan beteg és/vagy extrém korán született babák prognózisát, túlélési esélyeit, valamint ennek az ellátási módnak köszönhetően egyre korábbra tolódik a lehetséges életkezdés, az önálló életre való esély küszöbe is. (Ahogyan látható, az 1983-ban érvényes 28. hét mára a 24. hétre változott már Magyarországon.) Ez utóbbi főként a magzat biológiai érettsége és azon epidemiológiai mutatók alapján állapítható meg, amelyek a szakirodalomban leírt túlélési adatokon alapszanak. (Orzalesi and Cuttini, 2011) A szakmai irányelvekben meghatározott időbeli választóvonal azonban országonként eltérő értéket jelent, szakmai kollégiumi definíció, amely jelentős részben az elérhető orvosi technológia függvénye. Ennek megfelelően extrém helyzetben előfordulhat, hogy egy gyermek, koraszülés esetén eltérő bánásmódban, ellátásban részesül egy másik, nem otthonának számító országban, és esetleg esélyt sem kap az életre. Ennek szemléletes példája az orvosi etikai tankönyvi mintaeset, amely szerint, ha egy anya a terhességének 28. hetében New Yorkból, ahol az ebben az időben született magzat már életképesnek számít, repül Addis Abebába, ahol pedig még nem az, mondható-e, hogy a repülőút során a magzat emberből visszaváltozott nem emberré, vagyis az élethez való jogát elvesztette pusztán mert a másik országban másként határozzák meg az életképességi kritériumot? (Kovács, 2006)

Jól mutatja az időszak komplexitását a gyermeket illető elnevezésekben megfigyelhető finom különbségek megléte is. Amíg intrauterin, azaz az anyaméhben van, addig a hivatalos jogi és adminisztratív hivatkozásokban csakis a *magzat* elnevezés szerepel. Amennyiben élve született (bármilyen terhességi kor esetén, de regisztrálták az életjelenségeket), onnantól *gyermekként* és *újszülöttként* is utalnak rá. Halvaszületésnél fordul elő vagy korai újszülött halálózásnál, hogy *elhalálozott újszülöttként* történik rá az utalás. Ez azt is jelenti, hogy például egy 34 hetes koraszülött már gyermek is lehet, de ha még nem született meg, akkor marad magzati státuszban. A szülés ténye valamint a koraszülés meghatározott ideje mindenképp választóvonalnak számít az elnevezést illetően.

Az irányelvekben megállapított határvonalakon túl a szakemberek felkészültségén, szakmai és technikai lehetőségein egyaránt múlik, hogyan tudnak a hivatásbeli nehézségeknek megfelelni ott, ahol négy alapvető etikai érték határozza meg az ellátást: a biológiai élet védelme, a gyermek érdeke, az emberi méltóság és a szülői autoritás. (Orzalesi and Cuttini,

² A szűkebb, klinikai értelmezés szerint a *perinatális* jelző a szüléshez, születéshez kapcsolódó eseményekre utal, a 24. terhességi héttől a születés utáni első hét végéig tartó időszakban. A klinikai pszichológiai értelmezés szerint a perinatális időszak a fogantatástól az első életév végéig terjedő időszak egészét jelenti.

2011) Talán a legnagyobb nehézséget a „szürke zónába” eső koraszülött gyermekek ellátása jelenti, ugyanis ők azok, akik az életképesség alsó határán születnek, éppen ezért rendkívül sérülékeny állapotban. A „szürke zóna” és maga a nyújtható ellátás azonban egyelőre nincsen jól definiálva szakmai protokollokban; ezek a körülmények és az intézményi gyakorlat függvényei. (Aujoulat et al., 2018) A koraszülöttség alsó határvonalának tanulmányozásakor nagy eltérések figyelhetők meg. Míg Ausztrália és az Egyesült Államok már a 20. betöltött terhességi héten megszülető magzatokat koraszülöttként kezeli; Belgiumban, Hollandiában a 24. hét a választóvonal, ugyanakkor Olaszországban ez a határérték a 28. hétre esik. (Aujoulat et al., 2018) A „szürke zóna” időbeli meghatározása is más és más ennek megfelelően az adott országokban, ami a koraszülött határvonaltól akár kissé korábbi időpontra eshet. A megállapított időbeli határ előtt így már a 18-19. héten született gyermek is kaphat esélyt az életre az Egyesült Államokban, míg ugyanez a magzat Olaszországban, de akár Belgiumban is abortumként, késői vetélésként szerepel csak a statisztikákban, név és személyi adatok nélkül.

Minél későbbi terhességi héten következik be a koraszülés, annál fejlettebb a gyermek, és annál jobb esélyei vannak az egészséges életre, akár intenzív perinatális orvosi ellátás nélkül is. Azonban a másik oldalról nézve, a kérdés az lehet, hogy milyen legkorábbi időpontban van esély a túlélésre, amelyhez a gyermek orvosi kezelést, esélyt is kap?

Jogsabályi rendelkezések

A fenti dilemma az életre való esélyen túl további problémákat is felvet. A koraszülés országokénti, szakmai kollégiumok által kijelölt időpontja és az előzetes szürke zónában az életre való esély meghatározóak az emberi méltóságot és a kegyeleti jogot érintő kérdésekben is. Ez a választóvonal definitív az intrauterin, méhen belüli halálozást és a halva születést illető eljárás módokban is, amely ugyancsak jelentősen érinti a kegyeleti jog gyakorlásának lehetőségeit.

Perinatális halálozás esetén, amely a vonatkozó jogszabályok szerint a terhesség 24. hetében vagy később, illetve a születés utáni 168 órán belül következett be [1997. évi CLIV törvény az egészségügyről, 216§ da); db) és e)] az elhalálozást felismerő orvosnak perinatális halottvizsgálati bizonyítványt kell kitöltenie, ezt követően a holttestet a patológiára szállítják. A bizonyítványra rákerül a gyermek neve, születési dátuma és születési helye is. Ezek az adatok szükségesek ahhoz, hogy a gyermeket az anyakönyvi hivatalban regisztrálják, a halotti anyakönyvi kivonatot kiállítsák. Ezeket az adatokat továbbítják a központi népességnyilvántartó hivatal felé is. A bizonyítvány tartalmazza az eltemettetésre kötelezett adatait is [351/2013. (X. 4.) Korm. rendelet a halottvizsgálatról és a halottakkal kapcsolatos eljárásról 2.

melléklet]. Az eltemettetés halva született magzatok esetében a rendelet alapján az egészségügyi intézmény feladata, de írásbeli kérelem alapján ezt más is megteheti. [351/2013. (X. 4.) Korm. rendelet 35§ (2)]

A jogi szabályozás fontos kitétele, hogy élve születésként kell nyilvántartani a 24. terhességi hétnél hamarabb bekövetkezett születést is, amennyiben a gyermek életjeleket mutat, függetlenül a terhesség idejétől. [351/2013. (X. 4.) Korm. rendelet 34§ (X. 4.)] Ez a rendelet így meghatározza az extrém koraszülött gyermeknek nyújtandó orvosi ellátás szükségét is.

A 24. terhességi hét előtt bekövetkezett intrauterin magzati halálozás esetén nem szükséges a perinatális halottvizsgálati bizonyítvány kiállítása, ennek megfelelően a magzat sem névvel, sem születési dátummal nem rendelkezik, az anya kórtörténetében szerepel csupán, késői intrauterin veszteséggént. (1997. évi CLIV törvény az egészségügyről, 217§ 5. fejezet) A 2013. évi CXXVII. törvény 157.§ (4) értelmében a szülők írásbeli kérésére a magzat elhamvasztható vagy eltemethető a halottvizsgálati bizonyítvány nélkül is, és ebben az esetben a szülő köteles az eltemettetésre. [2013. évi CXXVII. törvény egyes egészségügyi és egészségbiztosítási tárgyú törvények módosításáról 157.§ (4)]

Egy adminisztratív hiba következményei

Az intrauterin, azaz a 24. hét előtti, és az ezt követő, orvosi értelemben vett perinatális időszakban bekövetkezett halálozás, ahogyan fentebb is látható, meghatározza az azt követő patológiai, adminisztratív és nyilvántartási, statisztikai adatfeldolgozási folyamatokat is. Ennek jelentőséget az adhat, hogy az ellátást végző egészségügyi szakemberek hogyan kezelik az extrém koraszülött, a 24. terhességi hét előtt valamilyen ok miatt világra jött gyermekeket, hogy keresik-e és regisztrálják-e az életjeleiket, aminek révén a magzat jogilag személlyé válhat, még ha kis élete túlságosan is rövid. Az élve született gyermeket a szülő kötelessége eltemettetni, ha erről nem kíván lemondani bármilyen ok miatt, míg a halva született gyermek esetén a szülőnek fel kell kínálni a lehetőséget, amelyet írásban kell kérelmeznie, akkor válik megvalósíthatóvá. Ha valami ok miatt ebbe a rendkívül sérülékeny folyamatba hibás lépés csúszik, szomorú és nehéz következményei lehetnek, mint ahogyan azt az Alapvető Jogok Biztosának alábbi jelentése is tanúsítja 2015-ből. (AJB-5213/2014 jelentés, 2015)

A 2014-ben történt esetről a sajtó számolt be először (Népszabadság - <http://nol.hu/belfold/nincs-papir-nincs-gyerek-1492993> és HVG https://hvg.hu/itthon/20141213_Koraszulott_kislany_halala_vizsgalat_indu), amelynek nyomán hivatalból az Alapjogok Biztosa a tisztességes eljáráshoz, valamint az emberi méltósághoz való jog, és a kegyeleti jog sérelmének gyanúja miatt indított vizsgálatot.

A kórházba került várandós édesanyánál a 21. héten következett be a koraszülés. A magzat életjeleket mutatott, így a folyamat szülésként definiálható, a már fentebb ismertetett jogszabályok értelmében. Azonban a gyermek életben tartására tett kísérlet nem volt sajnos sikeres, a kislánymagzat a születése után rövid időn belül elhunyt. Halála – miután az élve születés után következett be – perinatális halálesetnek minősül. A jogszabályi rendelkezésekből tudjuk, hogy ebben az esetben perinatális halottvizsgálati bizonyítványt kell kiállítani, amelyre nevet és születési időt is kell írjanak. Az eltemettetés pedig a vonatkozó rendelkezések szerint a szülők kötelessége, ugyanakkor erről lemondhatnak, ha nem tudják valami ok miatt ezt vállalni. Ilyenkor az illetékes önkormányzat feladata ennek teljesítése.

A szülésként, koraszülésként dokumentált eseményt követően a halottvizsgálati bizonyítvány kiállítására mégsem került sor egy adminisztrációs hiba miatt, így a patológiai boncolás helyett is csak egy szövettani vizsgálat történt, ami az intrauterin magzati halálozások esetén szokásos eljárás. A patológiai vizsgálatot követően a gyermek maradványait is az egészségügyi hulladékokra vonatkozó eljárási módnak megfelelően a krematóriumban hamvasztották el. A hamvak temetése más, operáció révén eltávolított emberi részekkel együtt történhetett, a kórház részére fenntartott temetői részben. Mindezekkel együtt elmaradt a gyermek anyakönyvezése és a lehetőség is a temetésére. Utólagosan a halottvizsgálati bizonyítvány kiállítására nincs lehetőség, valamint a nyilvántartásokban nem koraszülött halálozásként, hanem késő magzati halálként kerül rögzítésre a születése.

Az Alapjogok Biztosának jelentése a mulasztásból fakadó következményként az emberi méltósághoz való jogok részét képező kegyeleti jog sérülését állapítja meg a szomorú esetben, valamint kiemeli, hogy a szülőket érintő perinatális gyászfolyamat is elhúzódott emiatt. Ezt részben azzal indokolja, hogy a hosszú hónapokig tartó hatósági folyamat elhúzódó, újra és újra feltépett fájdalmat okozott a szülőknek. Másrészről pedig az adminisztratív mulasztás következményeként a halál megállapítására csak bírósági eljárás keretében nyílt lehetőség, amely a vizsgálat lezárásakor, a gyermek halála után 8 hónappal még mindig folyamatban volt. (AJB-5213/2014 jelentés, 2015)

A tanulmányban bemutatott mindkét eset jól illusztrálja a várandósság ezen időszakának törékeny mivoltát, valamint azt is, hogy a hivatásában helyt állni akaró szakembereknek milyen körültekintően kell eljárniuk, mindig az adott esetre alkalmazva tudásukat, szakértelmüket, a vonatkozó rendelkezéseket, mert azzal - a tóba dobott kőhöz hasonlóan – messzire érő hatásokat kelthet az érintettek életében, pozitív vagy negatív módon egyaránt.

Irodalom

- AUJOULAT I., HENRARD S., CHARON A., et al. (2018): End-of-life decisions and practices for very preterm infants in the Wallonia-Brussels Federation of Belgium. *BMC Pediatrics* 18, 206.
- KOVÁCS, J. (2006): *A modern orvosi etika alapjai Bevezetés a bioetikába Második, átdolgozott kiadás.* Budapest, Medicina Könyvkiadó Zrt.
- ORZALESI M. M. and CUTTINI M. (2011): Ethical issues in neonatal intensive care. *Ann Ist Super Sanità* 47 (3): 273-277.
- ZSÁK É. (2020): Etikai kérdések a perinatális palliatív ellátásban. *Kharón Thanatológiai Szemle* 24 (2): 15-29.

Internetes források:

1997. évi CLIV törvény az egészségügyről <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=99700154.tv>
Hozzáférés dátuma: 2021. március 15.
2013. évi CXXVII. törvény egyes egészségügyi és egészségbiztosítási tárgyú törvények módosításáról <https://mkogy.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1300127.TV> Hozzáférés dátuma: 2021. március 15
- 351/2013. (X. 4.) Korm. rendelet a halottvizsgálatról és a halottakkal kapcsolatos eljárásról <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1300351.kor> Hozzáférés dátuma: 2021. március 15.
- Az alapvető jogok biztosának jelentése az AJB-5213/2014. számú ügyben (2015) <https://www.ajbh.hu/documents/10180/1957691/> Hozzáférés dátuma: 2021. március 15.
- Az Emberi Erőforrások Minisztériuma egészségügyi szakmai irányelve a fenyegető koraszülés diagnózisáról, megelőzéséről és a kezeléséről 2020. EüK. 19. szám EMMI szakmai irányelv 4 (hatályos:2020.12.01) https://www.hbcs.hu/uploads/jogszabaly/3272/fajlok/2020_EuK_19_szam_EMMI_szakmai_iranyelv_4.pdf Hozzáférés dátuma: 2021. február 14.
- KSH Népmozgalom 2019 <https://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/nepmozg/nepmozg19/index.html>
Hozzáférés dátuma: 2021. február 14.
- HVG -https://hvg.hu/itthon/20141213_Koraszulott_kislany_halala_vizsgalat_indu Hozzáférés dátuma: 2021. február 14.

Index - https://index.hu/belfold/leporolt_aktak/2021/01/31/a-tatabanyai-orvosper-koraszulotta-vesetalon/ Hozzáférés dátuma: 2021. február 14.

Népszabadság - <http://nol.hu/belfold/nincs-papir-nincs-gyerek-1492993> Hozzáférés dátuma: 2021. február 14.

Zsák Éva

PhD hallgató, társadalomkutató

Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet

zsak.eva@phd.semmelweis-univ.hu

DR. MUCSI GEORGINA, DR. MAROS KITTI

Gyászfeldolgozó csoportok tapasztalatai egy kutatás tükrében

Összefoglalás ♦ *A tanulmány a gyászfeldolgozó csoportok működését mutatja be általánosságban, kitér a gyászcsoporthoz vezető szerepére, a szervezési és módszertani kérdésekre egyaránt. A kutatásban a félig strukturált interjú módszerével gyászfeldolgozó csoportba járó egyéneket kérdeztünk a csoportban megélt tapasztalataikról. Nyíltan és őszintén beszéltek saját gyászukról, a megküzdési módjaikról és arról, hogy segítette őket e folyamatban a csoportban végzett közös gyázmunka. A félig strukturált interjúk tematikus tartalomelemzése alapján érzékelhető, hogy mit is jelenthet egy gyászcsoporthoz az abban résztvevők számára.*

Kulcsszavak: veszteség feldolgozás, gyászfeldolgozó csoport, gyászkísérés, gyászcsoporthoz vezető

Experiences of grief counseling groups in the lights of a study

Summary ♦ *The study presents the activity of grief counseling groups in general, focusing on the role of the group leader, on the questions of structure and method, as well.*

In the research, using the semi-structured interview method, we asked the mourning individuals of the groups to share their group related experiences. They openly and honestly talked about their own grief, their coping methods, and how the group work helped them in their mourning process. Based on the thematic content analysis of the semi-structured interviews it is observable what a griefshare group could mean to its members.

Keywords: therapy for loss, grief counseling group, grief counseling, griefshare leader

A veszteség által kiváltott reakció a gyász (Pilling, 2003). Életünk folyamán mindannyian szembesülünk veszteségekkel, amelyre adott természetes reakciónk a gyász. A veszteséggel való szembenézés azonban egyedi, sokan megbirkóznak vele önerőből, de tapasztalataink szerint sok ember számára okoz nehézséget szembenézni az új élethelyzettel, sokan keresik a feldolgozáshoz a kapaszkodókat.

Régen a gyászolókat segítette a család, a közösség, a társadalom és a vallás a rítusokon keresztül. A rítusok a halál után, a gyász első fázisában segítették az elengedést, a szembesülést, az átsegítést. Lehetővé tették a gyász átélését a tettekkel, a szavakkal, a képekkel, az illatokkal. A korábbi időkben a halál és a temetés beköltözött a házba a viselkedéssel, az illatokkal és a képekkel, majd a temetés és a halotti tor megteremtette a végső búcsú lehetőségét. A halál beállta után a rítusok egy bizonyos ideig keretet biztosítottak a fájdalom kifejezésének (Polcz, 2005).

A gyással kapcsolatos rítusok, szokások jelentős hányada is eltűnőben van, ami az elmúlással szemben tanúsított kollektív tagadás, elfojtás jele is. Az általánosan elfogadott és tisztelt, ha a gyászoló hőiesen viseli a fájdalmat, nem törik össze, nyomban visszatér a munkába, úgy él, mintha semmi sem történt volna (Zana, Hegedűs és Szabó, 2008).

A gyász szakaszainak időtartama teljesen megváltozott, mivel a halál helyszínéről általában órákon belül elszállítják a holttestet, így nincs idő szembesülni az elmúlással. Gyakran a temetés időpontjáig sokat kell várni, így az összeszedettség ideje elnyúlik. A társadalom nem segít a veszteség feldolgozásában, a hitnek és vallásnak is csökkent a szerepe, a család tagjai igyekeznek az érzelmeiket elfojtani (Velkey, 2012). A gyász fájdalmát mégis átélő környezetében levők tehetetlenséget éreznek a vele való találkozásokkor, gyakran közhelyek mögé bújva próbálnak hamis vigaszt nyújtani. Nem tudunk mit kezdeni sem a gyással, sem a halállal. Ez komoly probléma, mivel az át nem élt gyásznak súlyos következményei lehetnek, megrekedhet a személyiségfejlődés és patológiás tünetek jelentkezhetnek, melynek következtében a gyászolók körében a halál és a megbetegedések aránya emelkedik (Pilling, 2012). Az elfojtott érzések egy életen át visszahathatnak ránk. Ha a megküzdési stratégiáink nem jól működnek, és több feldolgozatlan veszteségélményünk egymásra rakódik, az akár generációkon át tartó, fel nem dolgozott gyászt eredményezhet, amely szorongáshoz, túlzott ragaszkodáshoz, megrekedt személyiségfejlődéshez, összességében szövődményes gyászreakciókhoz vezethet (Pilling, 2010).

Úgy gondoljuk, a társadalom tagjai testi-lelki egészségének megőrzése érdekében minden kapaszkodó kiemelten fontos, ezért a gyászcsoporthoz és gyásztanácsadók tevékenysége nagy jelentőséggel bír.

Fontosnak tartjuk azt is megemlíteni, hogy nem csak a halálesettel kapcsolatos veszteségeket szükséges feldolgozni, egy felnőtt életében akár több, mint negyvenféle veszteség megjelenhet (Kiss; Sz. Makó, 2015). Az elengedéssel és a veszteségfeldolgozással kapcsolatos munka elvégzése alapfeltétele az egyén egészséges működésének. Direkt használjuk a munka kifejezést, mert ezek a dolgok nem történnek meg maguktól, az idő nem

oldja meg. Akkor történik bármilyen változás, ha képesek vagyunk szembenézni önmagunkkal és energiát fektetünk abba, hogy feldolgozzuk a saját életünkben történő állandó változásokat, ha el tudjuk fogadni és képesek vagyunk megélni az életet teljes valójában, a jó és rossz történésekkel együtt.

Gyászfeldolgozó csoportok

A gyászcsoporthoz hasonló problémával küzdő emberek gyűlnek össze, akik érzéseik, tapasztalataik, belső fájdalmuk megosztásán keresztül dolgoznak saját veszteségükön. Az általunk vezetett gyászfeldolgozó csoportok a Napfogyatkozás Egyesület által ajánlott tematikát követik. A tíz alkalomból álló, kétheti rendszerességgel megvalósuló, két órás csoportfoglalkozások a veszteségfeldolgozással együtt egy belső önismereti munkát is aktivizálnak a résztvevőkben. A rendszeres találkozások és strukturális technikák elsősorban a gyással kapcsolatos gondolatok, érzések, tapasztalatok megosztását segítik elő. Az egymáshoz való kapcsolódás élménye elősegíti annak megélését, hogy nincsenek egyedül ebben a helyzetben más is az érzelmek kavalkádját éli át nap mint nap és nem megy gyorsan, felszólításra a gyógyulás, mint ahogy a társadalom elvárná. Ezáltal legitimitást kapnak egymástól és a csoportvezetőktől a negatív érzések átélésére és kifejezésére egyaránt, ami megkönnyebbülést és a szabadság bizonyos fokú megélését hozza. A megértés, elfogadás megtapasztalása, az érzéseik figyelmes meghallgatása feszültségoldó erővel bír. Pilling János, a gyász témakörének szakértője is ezt fogalmazza meg egy tanulmányában: „Egyrészt: a csoport leképezi a normalitást, megerősíti a gyással járó érzések természetességét. Másrészt: a csoport tagjai egymástól is átvehetnek coping stratégiákat, „ötleteket” a gyász feldolgozásához. Ezek a csoportok tehát hasznos és vizsgálatokkal is bizonyítottan hatékony eszközei a gyász feldolgozásának.” (Pilling, 2003:2)

Mi is azt valljuk számos lezárt csoport tapasztalatainak tükrében, hogy a gyászfeldolgozó csoport - nem komplikált gyász esetén - az egyik leghatékonyabb segítségnyújtási lehetőség.

A csoportvezető/k szerepe a gyászcsoporthoz

A csoportvezető/k felelős/ek a keretek, határok tartásáért, a biztonságos légkör megteremtéséért. Számos, a gyászfeldolgozást segítő strukturális technika ismeretének birtokában törekszenek az adott csoport igényeihez illeszkedő tematikát kidolgozni és azt rugalmasan alakítani az adott foglalkozáshoz illeszkedően. Elfogadással, türelemmel, értő figyelemmel, a meghallgatás képességével fordulnak a csoporttagok felé. A csoport részét

képezik, köztük és a csoporttagok közötti egyenrangú, partneri viszony jellemző, a hierarchia semmilyen formában nincs jelen.

A csoportok szervezési és módszertani kérdései

A csoportok működhetnek zárt vagy nyitott csoportként. Mi a Napfogyatkozás Egyesület ajánlása szerint járunk el, ez számunkra hatékony és biztonságos keretet ad. A jelentkezőkkel egy első interjú során találkozunk, a csoportmunka megkezdése előtt. Kölcsönösen megismerjük egymást, a gyászoló beszél veszteségéről, mi elmondjuk a csoport célját, menetét. A második alkalom végéig nyitott a csoport, új tagok is csatlakozhatnak, az eddigi jelentkezők is meggondolhatják magukat. A csoport a harmadik alkalomtól válik zárttá, onnantól fix létszámmal dolgozunk. Ez segíti a csoportdinamikát és mélyebb belső munkára ad lehetőséget, stabilabb alagra lehet építkezni hosszabb távon.

A gyászolók önsegítő csoportjai lehetnek heterogének vagy homogének. Életkor tekintetében nagyobb heterogenitás is megengedhető, azonban gyerekek, kamaszok és felnőttek számára – világlátásuk és gondolkodásmódjuk eltérőségéből fakadóan – indokolt lehet külön csoportok szervezése.

A veszteség típusát tekintve a homogenitás előnyös, különösképp öngyilkosság, gyilkosság, gyermekhalál esetén más megoldandó feladatok és nehézségek állnak a középpontban.

A veszteség óta eltelt idő is befolyásolja a csoportban való részvételt. Túl friss veszteség esetén még annyira intenzív a fájdalom, az érzések sokszor kontrollálatlanul törnek a felszínre, hogy az emberek legnagyobb hányada ilyenkor még nem szeretne közösségbe menni (Stolorow, 2016). Legtöbbször a veszteség után néhány hónappal keresnek csoportos segítséget, de nem ritka, hogy valaki pár év távlatából döbben rá, hogy a fel nem dolgozott gyásza élete számos területén jelent akadályt, és akkor érzi készen magát, hogy dolgozzon ezzel.

Fontos megjegyezni a fentebb említett szakmai szempontokon túl, hogy minden gyászfeldolgozása egyedi, így a gyászolók érzik, nekik épp mire van szükségük leginkább (Sarungi, 2019). Sok mindentől függhet, hogy valaki az egyéni gyásztanácsadást vagy egy gyászfeldolgozó csoportban való részvételt érzi a személyiségéhez jobban illeszkedőnek. Van, akinek jólesik, hogy egyéni keretek között csak vele foglalkoznak, ő és a saját érzései állnak a fókuszban. Van, aki még nem áll készen arra, hogy több ember közé menjen, és ott beszéljen legbensőbb fájdalmairól, neki az egyéni kíséret komfortosabb még. Van olyan is, aki örül, hogy nem csak neki kell beszélni, hallgathat és magában dolgozhat.

Segíthet a többiek tapasztalata, megéli a sorstárs közösség megtartó erejét, nem ő az egyetlen, aki mindezt átéli.

Az is tipikus, hogy valaki egy ideig egyénileg dolgozik a gyászán, és amikor készen áll, akkor keres fel egy csoportot. Az optimális helyzet az volna, ha a segítséget kereső gyászoló előtt nyitva állna a választás lehetősége, és eldönthetné szabadon, mire van épp szüksége ahhoz, hogy a saját gyászát a saját igényei és szükségletei szerint élhesse át, dolgozhassa fel.

Kutatás

A minta bemutatása

A mintába a 2018-2019-ben általunk szervezett gyászfeldolgozó csoportok résztvevői kerültek, egyszerű véletlen mintavételi eljárással, összesen 6 fő. A kutatás lebonyolítására a csoport befejezése után 3-6 hónappal került sor. A kutatásban való részvétel önkéntes alapon valósult meg, a csoporttagok hozzájárulásával.

Az interjúkat egyénileg vettük fel, a szövegek rögzítése diktafonnal történt, majd ezt követte szó szerinti átírásuk. A szöveghűsége nagy hangsúlyt fektettünk, mert ez a kvalitatív kutatások megbízhatóságának egyik elsődleges kritériuma (Szokolszky, 2004). A kutatás céljának és menetének ismertetése után, időpont egyeztetést követően személyes találkozás keretében történt az interjú felvétele az etikai szabályok betartásával. Interjúalanyainkat biztosítottuk az anonimitásról, és beleegyezésüket adták az adatok további feldolgozásához.

A kutatás módszere

Jelen vizsgálat alapvető módszere a félig strukturált interjú alkalmazása és ezek tartalomelemzése. Az interjú a kvalitatív kutatások egyik alapvető módszerének számít. A félig strukturált interjú esetében a beszélgetés főbb céljai, irányai előre tisztázottak, azonban a megkérdezett interjúalanyok viszonylag nagy szabadsággal rendelkeznek a beszélgetés menetének, ütemének meghatározásában. Az interjú készítői témákat vetnek fel, kérdéseket fogalmaznak meg, de a válaszadó az adott témakörön belül szabadon fogalmazhatja meg véleményét, és bármivel, amit ő lényegesnek tart, kiegészítheti a beszélgetést. Ezzel az interjú technikával komplex adatok nyerhetőek egy adott témakör kapcsán, amely széleskörű és mély megértést tesz lehetővé a kutató számára (Kovács, 2007). Az interjú készítése során nem csupán adatközlőként tekintettünk az interjúalanyainkra, hanem komplex személyiségüket, identitáskonstrukcióikat egyaránt törekedtünk feltárni, érzéseikre, tapasztalataikra, kételyeikre egyaránt kíváncsiak voltunk.

Az interjúalanyok bemutatása

Az interjúalanyaink mindegyike nő, lakóhelyüket tekintve városban élnek, négyen felsőfokú, ketten középfokú iskolai végzettséggel rendelkeznek.

Az 1. számú interjúalany (23 éves) 5 éve veszítette el a nagyapját, épp az érettségije napján. A családban tilos volt beszélni a gyászról, mert szülei szerint a nagymama veszteségét a többiek gyásza még mélyebbé tette volna. Jelenleg intenzív osztályon dolgozik, ahol gyakran kell beszélnie elhunytak közeli hozzátartozóival; ezek az élmények újból és újból előhozzák benne a szeretett nagypapa elvesztése miatt mélyre eltemetett fájdalmát, és amikor az érzések előjönnek, nem tudja uralni ezeket.

A 2. számú interjúalany (42 éves), akinek a férje fél éve hunyt el gégerákban. Megmentőjeként, felszabadítójaként tekintett a férjére, aki érzelmi bántalmazó anyja karmaiból mentette ki és szabaddá tette őt. A férje halálával vált felnőtté.

A 3. számú interjúalany (37 éves) 2 hónappal ezelőtt történt abortusza miatt csatlakozott a csoporthoz. A magzata élettel összeegyeztethetetlen betegsége miatt volt szükség erre a beavatkozásra, amellyel kapcsolatban a végső döntést neki kellett kimondania. Úgy érezte, hogy erről beszélni kellene valahol, mert a családját és a barátait nem akarta terhelni a gyászával. Vesztésgfeldolgozását nehezíti egy éve tartó házassági krízise.

A 4. számú interjúalany (57 éves) 2 éve veszítette el a férjét, egyedül él, most van kialakulóban egy új kapcsolata. Sok munkahelyi feladata eltereli a figyelmét a fájdalomról.

Az 5. számú interjúalany (60 éves) 1 éve veszítette el a férjét, felnőtt fiai külföldön élnek, úgy érzi teljesen magára maradt, csak egy barátnője van, akivel ki tud kapcsolódni. A feketét nem tudja letenni, még szüksége van rá.

6. számú interjúalanyunk (45 éves) 2 hónapja veszítette el a férjét, akivel 20 évet éltek együtt, gyermekük nem volt.

Eredmények

Az interjúalanyokhoz intézett első kérdésünk¹ a veszteség típusára vonatkozott, amely miatt gyászcsoporthoz kerestek. Négy interjúalany érkezett a férje elvesztése, egy hölgy az abortusza és egy másik pedig a nagyapja öt évvel ezelőtti elvesztése miatt. Mindegyik résztvevő nő volt, mindannyian megerősítették az ebből a szempontból homogén csoport előnyeként annak a csodálatos érzésnek a megtapasztalását (amelyet nevezhetünk sisterhood-nak, női testvériségnek), amely ki tudott alakulni a csoporttagok között. Csoportvezetőként is megható

¹ A félig strukturált interjú teljes kérdéssora az 1. számú mellékletben olvasható.

volt látni a női sorsok hasonlóságát, a közös tapasztalat és megélés ébresztette a bizalmat és az összekapcsolódást.

Az életútvonali feladat tükrében fogalmazták meg az interjúalanyok, hogyan illeszkedik ez a veszteség korábbi veszteségeik sorába. Legtöbben a legmélyebbnek tartották a legutóbbi veszteségüket és jellemzően nem végeztek korábban tudatos gyászmunkát; bíztak az idő múlásában és a sok ellátandó feladatban.

„Az én veszteségem abszolút nem illeszkedik a korábbiak sorába! Azt gondoltam, ilyen rossz mindig csak mással történik meg, a közvetlen környezetemben nem volt senkinek abortusza, így módszereim sem voltak a feldolgozásra. Régen volt a halál, mint veszteség része az életemnek, gyerekkoromban vesztettem el a nagymamámat.” (3. sz. interjúalany)

„Fő helyen van a veszteségeim sorában, korábbi veszteségeimnél nem gondoltam, hogy segítségre szorulnék, most már úgy látom, a korábbi veszteségeimet sem sikerült feldolgozni. Nem sikerült elbúcsúzni a férjemtől, ami miatt még mindig nagy fájdalmat érzek; büntudatom van amiatt, hogy nem viselkedtem „elég okosan” az utolsó órákban.” (2. sz. interjúalany)

„Fiatal koromban veszítettem el szüleimet, de ezek szépen lassan feldolgozásra kerültek, mert a család és a sok feladat elterelték a figyelmemet.” (5. sz. interjúalany)

„A korábbi válásom és a munkahelyi problémáim eltörpülnek emellett, ez a legnehezebb veszteségem eddig.” (4. sz. interjúalany)

„Még nagyon fiatal voltam ekkor, szerencsére nem volt korábbi veszteségem.” (1. számú interjúalany)

„Az eddigi veszteségeimmel a férjemmel közösen küzdöttem meg, ő mindig mellettem volt támaszként. Ilyen még nem volt, hogy egyedül kellett szembenéznem egy ekkora tragédiával.” (6. számú interjúalany)

Szeretteink elvesztésekor saját halálunkkal is szembesülünk (Kárpáty, 2002). Válaszadóink többsége bízik a mennyország létezésében, reménykedik a saját haláluk utáni újbóli találkozásban, egyedül egy interjúalany fél a halál utáni végleges megsemmisüléstől.

„Eddig mindig féltem a haláltól, de mivel sokat beszélünk róla a csoporton, már elfogadom a dolgot, máshogy érzem ezt a dolgot; vallásos vagyok, tudom, hogy van mennyország, ez féltékennyé is tesz, mert akkor most az előző feleségével van ott, de hogy a féltékenységet elhessegessem, arra gondolok, most már legalább nem szenved.” (2. sz. interjúalany)

„Nagyon sokáig úgy éreztem, hogy együtt kellett volna elmenni a férjemmel, még most is vannak ilyen gondolataim. Én megígértem a férjemnek -bár ő ezt nem kérte-, hogy vele megyek.

De a fiaim annyira rimámkodtak, hogy ne tegyem meg, hogy arra jutottam, nem tehetem meg velük, hogy engem is elveszítsenek. Nem félek ettől az egésztől.” (5.sz. interjúalany)

„Hm...nem gondolok a saját halálomra, nem tartok annyira tőle. Ebből a történetből megtanultam, hogy az élet része nem csak jó dolog lehet, hanem rossz is; mindennek oka van, próbálok ezt is így felfogni. Rájöttem, mindent kibírok.” (3. sz.interjúalany)

„Én tartok attól, hogy elveszítek még valakit a szeretteink közül. A halálom biztos riasztó lesz a gyerekeimnek. A halál az egy utálatos dolog, de a meghalásomtól nem félek már.” (4. sz. interjúalany)

„Eddig nem gondoltam bele, de elolvastam Yalom² könyvét és rájöttem, mennyi minden mögött a halálfélelmem állt; családtagjaim elvesztése miatti szorongásom felerősödött az elmúlt években, a saját halálom kevésbé riasztó számomra. Félek a halálon túli bizonytalanságtól, félek, hogy nincs utána semmi. Félek a hirtelen haláltól, a búcsúzás lehetőségének elvesztésétől.” (1.sz. interjúalany)

Az interjúalanyaink többsége korábbi csoporttagoktól hallottak a gyászcsoporthoz, mint lehetőségről, illetve ketten említették, hogy szakember ajánlotta nekik.

A „Miben segített számodra a gyászcsoporthoz?” kérdésre az interjúalanyok elsősorban a sorsközösséget emelték ki a csoport erősségei közül. Itt végre megfogalmazhatták az érzéseiket (így nem kellett magukba fojtani őket), amelyek validálása is megkönnyebbülést hozott számukra; ezeknek köszönhetően lelkileg megerősödtek a csoportfolyamat végére.

„Nekem ez a csoport nagyon sokat adott: nem csak a gyászfeldolgozásban, hanem a lányok történetei is. Erősebb lettem. Két hete veszítettük el a nagynénémet, és annyira stabilan tudtam édesanyám mellett állni, így neki is könnyebb volt.” (1.sz. interjúalany)

„Én egy kemény csaj vagyok, megoldok mindent, de ez a veszteség földre kényszerített. Eleinte nem tudtam sírni, sokáig tartottam magam, de eljött egy pillanat, amikor éreztem, most kell segítséget kérjek, mert nehezebb lesz később. A csoporton tudtam sírni, dőltek belőlem a szavak, megerősítettek, hogy ez teljesen normális, így megélhettem ezeket az érzéseket, szőnyeg alá söprés helyett. Ha eltemettem volna, az nem segítette volna a férjemmel való kapcsolat megjavítását.” (3.sz. interjúalany)

„Mindent túlélünk, bármilyen nehéz. Mégis csak erős vagyok valamennyire, ha ezt túléltem! Halmozódtak a problémák, veszteségek, mégis fel tudtam állni belőlük. A csoporton jó volt hallani a többiek történetét, mindenkire odafigyelni, és hogy rám is figyelnek.”

² Irvin D. Yalom (2018): *Szemben a nappal. A haláltól való rettegés legyőzése.* Park Kiadó (szerzői megjegyzés)

Biztonságban éreztem magam, összekapcsolódtunk egymással, tudtuk, miről beszél a másik, a végére mindenki erősebb lett, mert összeadódik az erő, a csoport megerősíti az egyéneket.”

(3.sz. interjúalany)

„Jó volt hallani, hogy másnak is hasonló gondjai vannak, jó volt kibeszélni ezeket, közösen összefogtunk, figyeltünk egymásra, a munkahelyen és barátok között nem lehet erről beszélni már, egy idő után már nem akarják hallani, hogy mi leragadtunk a gyászban.” (4.sz. interjúalany)

“Lelkileg helyzetettetek. Mélyponton voltam, amikor a gyászcsoporthoz elindult. Amikor a csoporttagok elmondták, hogy ők is mivel küszködnek, rájöttem, hogy nem vagyok egyedül ilyen helyzetben. Ez átlendített valamelyest azon, hogy mennyire szenvedek. Furcsán hangzik, de megnyugvást adott.” (5.sz. interjúalany)

"Akárhogy is sírással kezdtünk, vagy a csoportfoglalkozás közben jött a sírás, itt mégis feldobódtunk, úgy éreztem, hogy otthon vagyok, így ebben a társaságban, mert közös a problémánk. Átéltük egymás gyászát is, "veleérezte" a másikkal, akár csak egy jó szóval is tudtunk segíteni egymáson. Próbáltuk egymást megtámogatni, jó tanácsokkal ellátni vagy olyanokat megosztani, amivel a másikon is segítünk. Ezzel egymást is és magunkat is erősítettük. A legjobb szó a sorstársiasság, ez segített, illetve az, hogy csak nők voltunk a csoportban, hamar egy hullámhosszra kerültünk." (4. sz. interjúalany)

Arra a kérdésre, hogy mikor érezték először a csoporttagok, hogy igazán sikerült megnyílniuk a többiek felé, többségük egyetértett abban, hogy könnyen és gyorsan ment e folyamat, hamar létrejött a kapcsolódás, jó érzés volt számukra, hogy beszélhettek a gyászukról, fájdalmukról olyan emberek előtt, akik ugyanabban a helyzetben vannak. A gyászukhoz kapcsolódó személyes narratíváik megalkotása és megosztása szorongásoldó és felszabadító hatással is járt. A gyász során természetes az érzelmek szabad kinyilvánítása, a veszteségélmény megosztása. Régen a rítusok és a közösség segítették a gyászolót e folyamat során (Pilling, 2001). Ma ezek háttérbe szorulásával a gyászcsoporthoz szolgálhatnak lehetséges alternatívaként.

„Úgy érzem elég hamar. Kedvesek voltak a lányok, közvetlenek, így nem éreztem, hogy feszengennem kellene előttük, nyíltan lehetett beszélni mindenről, mert tényleg közvetlen volt mindenki.” (1. sz. interjú)

„Már az első interjúkor nagyon szimpatikusak voltak, már akkor azt éreztem, itt biztonságban vagyok, azért is jöttem el. Én már rögtön az első alkalomnál előadtam magam (nevetés). Azt éreztem, hogy így lehet, mondhatom és sírhatok. Nagyon ki kellett engedni, nem volt olyan, hogy feszélyezve érzem magam.” (3. sz. interjú)

„Én előtte részt vettem már egy meseterápiás csoportban, így bátrabb voltam, könnyebben megnyíltam.” (6. sz. interjú)

A következő kérdés során arra voltunk kíváncsiak, melyek voltak azok a konkrét gyakorlatok, emlékezetes alkalmak, amelyekről azt érezték a résztvevők, hogy számukra az komoly segítséget jelentett.

A gyászcsoporthoz gyakran használunk strukturális technikákat, gyakorlatokat. Fontos, hogy ezek minden esetben a csoport igényeihez igazodva kerüljenek kiválasztásra. A csoportvezetők felelőssége, hogy ezeket megfelelő időben alkalmazva, részletes instrukciók mellett dolgozzák fel a csoporttal közösen. Javasolt, hogy a választott gyakorlatok a csoportvezetők kompetenciáival összhangban legyenek, mert csak ebben az esetben használhatóak biztonságosan. A rugalmasság és az újratervezés képessége is a csoportvezetői készségek között említendő: bármikor szükséges lehet a csoport jellegének és aktuális hangulatának megfelelően az előre eltervezett tematika módosítása (Pilling, 2003). Tapasztalataink szerint a szakmailag jól kiválasztott gyakorlatok segítik a szembenézést, az érzelmek kifejezését és megélését, a gyászoló önmagához és a többiekhez való kapcsolódását egyaránt.

„Amikor vissza kellett nézni az életünk pozitív és negatív eseményeire, azok tetszettek, az életutas feladat, az nagyon hasznos volt. A körfestés is nagyon jó volt, olyat szeretnék még. A mese is tetszett, jó volt átbeszélni mindenki szemszögéből, ők hogy éltek meg.” (1. sz. interjú)

„Legfontosabb, ami megmaradt bennem a feladatok közül, az az életút gyakorlat, hogy milyen veszteségek voltak régen és azt hogy tudtuk elengedni, hol tartunk. És ezt később is elő lehet venni és dolgozni rajta, el is tettem.” (2. sz. interjú)

„A mese is tetszett, többször is elolvastam, tudtam rajta elmélkedni. Abban is az van, hogy az ember saját magának tud a legtöbbet segíteni. Én is így érzem, mert ha én nem jövök el, akkor még én is úsznék az árral. Mindenki saját magának tud gyűjtögetni szárnyakat, amikkel később tud repülni. Van, aki gyorsan, van, aki lassabban gyűjtögeti a tollakat hozzá.” (3. sz. interjú)

„Minden gyakorlat segített. Töletek is nagyon sok megerősítést kaptunk, ami erőt adott és lehetett beszélni mindenről.” (5. sz. interjú)

A gyakorlatokhoz kapcsolódóan megkérdeztük a csoporttagokat, hogy volt-e olyan ami/kapcsán hiányérzet, lezáratlanság maradt bennük, tudnának-e erre is konkrét példát hozni? Az interjúalanyok teljesnek érezték a gyakorlatokat és feldolgozásukat egyaránt. Arról számoltak

be többen is, hogy az érzések megosztása felszabadító erővel bírt, és akár hosszabb időn keresztül is részt vettek volna egy-egy alkalmon.

„Nem éreztem ilyet, mindent jól átbeszéltünk, nincs hiányérzetem.” (1. sz. interjú)

„Nem volt ilyen gyakorlat. Akárhogy is két órát voltunk itt, mindig lett volna még mit elmondani, annyira jó volt az érzéseket megosztani és meghallgatni egymást.” (5. sz. interjú)

„Nem volt. A művészetterápiás feladatoktól először ódzkodtunk, de mindenkinek tetszett. Úgy elmélyedtünk benne, jó volt.” (6. sz. interjú)

Megkérdeztük a csoporttagokat, kinek ajánlanák a gyászfeldolgozó csoportokban való részvételi lehetőséget?

Az ilyen típusú csoportok hatékonyságát nem komplikált gyász esetén külföldi és magyar példák egyaránt bizonyítják (Pilling, 2003). Sokan nem tudják elképzelni, hogyan működnek ezek a csoportok, sok még a tabu és tévhit ezzel kapcsolatban is. Talán a leghitelesebben azok tudják ajánlani sorstársaiknak, akik már részt vettek és megtapasztalták e csoportmódszer támogató, gyógyító erejét.

„Magamból kiindulva nem csak a friss gyással érkezőknek ajánlanám, talán a régi sérelmekkel, fájdalmakkal érkezőknek is érdemes eljönni, mert tényleg sokat lehet fejlődni.” (1. sz. interjú)

„Bárkinek, nyugodt szívvel ajánlanám a csoportot, aki nyitott a csoportmódszerre.” (2. sz. interjú)

„Mindenkinek, aki nyitott rá, aki hajlandó beszélni a veszteségélményéről, mert hát ez így jobb, könnyebb, ez segít, meg a könyvek segítenek, én is sokat olvastam abban az időben.” (3. sz. interjú)

„Mindenkinek, aki ilyen helyzetbe kerül, vagy bármilyen veszteség, ami komolyabb, és úgy érzi, nem tud megbirkózni vele.” (4. sz. interjú)

„Igen, mindenkinek hasznára válik, a fájdalomról beszélni kell, és itt lehetett beszélni, kibeszélni, meghallgatni a másikat. Akkor rájön az ember, nem csak neki vannak ilyen problémái, és akkor talán a fájdalom picikét enyhül.” (6. sz. interjú)

Arra sok kérdés kapcsán kitértek a csoporttagok, hogy ők mit kaptak a csoporttól, egymástól. Arra is rákérdeztünk, mit adtak ők saját megítélésük alapján a többieknek. A gyász időszakában a gyászoló gyakran érzi úgy, hogy mindenkinek terhére van, lehangoltságával csak tovább növeli családtagjai, szerettei fájdalmát. Egy idő után sokan be is zárkoznak, és nem beszélnek saját fájdalmukról, mély megéléseikről. Próbálnak tárgyilagos témákat felhozni és azt színlelni,

hogyminden rendben. (Singer, 2010). Nagyon fontos megerősítést és önbizalmat jelent számukra az a felismerés, hogy saját érzéseik megosztása másoknak segítség, és nem csak kapni, hanem az őszinteségükkel adni is tudnak sorstársaiknak.

„A családot próbáls megkímélni, nekik nem mondd el ilyen mélyen, elég nekik is a szenvedésük.” (4. sz. interjú)

„Többet hallgattam a lányokat, figyeltem rájuk, de nekem ez is sokat segített.” (1. sz. interjú)

„Én tudok adni? Hát az őszinteségem, hogy meghallgattam őket, néha el is sírtam magam.” (3. sz. interjú)

„Talán a tapasztalataim alapján előre tudtam vetíteni a dolgokat. Sokszor tudtam mondani, hogy én már előrébb járok, de még mindig itt tartok. Meg kell adni a gyásznak az időt.” (5. sz. interjú)

„Figyeltem, hogy segíteni tudjak, tapintatosan. Ha az ember óvatosan próbál, tapintatosan, akkor talán jobban átmegy, vagy eljut odáig, ahova kell.” (6. sz. interjú)

Az interjú vége felé közeledve megkérdeztük a csoporttagokat, javasolnának-e bármi változtatást a csoport/az alkalmak felépítésével kapcsolatban? E kérdés célja volt saját fejlődésünk elősegítése, a pozitív és negatív visszajelzés egyaránt sokat segít a további csoportok tervezése, a gyakorlatok kiválasztása kapcsán. Mindannyian teljes elégedettségüket osztották meg, változtatási javaslatot nem kaptunk. Ebben az is benne lehet, hogy minden csoporttag először vett részt ilyen típusú önismereti csoportmunkában, tehát nem volt viszonyítási alapjuk. Mindannyian sokat fejlődtek a csoport során és ezt pozitívumként élték meg a kezdeti állapotukhoz képest.

„A csoporttal kapcsolatba nem volt hiányérzetem, ti profik vagytok, felkészültetek, az időt is tartottátok, a feladatok is nagyon jók voltak.” (2. sz. interjú)

„Teljesen jó volt ez így, jó volt, hogy kéthetente találkoztunk, volt idő a feldolgozásra, rendben volt.” (3. sz. interjú)

„Mindenki magáénak érezte egymás problémáját, sokat kaptunk és fejlődtünk itt” (5. sz. interjú)

Utolsó kérdésünk az volt a csoporttagok felé, hogy mondjanak három szót, ami számukra a gyászcsoporthoz kapcsolódik. Ezt egy szófelhőben mutatjuk be.



1. sz. ábra: Gyászcsoporthoz tartozók jelentése a csoporttagoknak szófelhőben. (Saját szerkesztés)

Konklúziók

A félig strukturált interjú tematikus tartalomelemzése alapján kirajzolódik, hogy mit is jelenthet egy gyászcsoporthoz tartozás az abban résztvevők számára, milyen problémákkal jutnak el a segítségkérésig, hogy integrálódnak egy csoportba, és őszinte megnyílásukkal, érzéseik felvállalásával mennyit segítenek önmaguk és mások számára is. Egy veszteségélmény feldolgozása sokféleképp történhet. Akár gyászcsoporthoz tartozás keretében belül, akár egyénileg történik a gyászmunka, valódi gyógyulás csak az érzések megélésével, önmagunkkal való szembenézéssel érhető el. Ehhez az önismereti munkához őszinteség, bátorság és kitartás szükséges. A gyászfeldolgozó csoportok előnye, hogy ezt a nehéz utat nem egyedül kell bejárnia a gyászolóknak, a sorstársak és a csoportvezetők is számos kapaszkodót, mintát adnak. Fontos megjegyezni azonban, hogy minden gyászfolyamat egyedi, így a gyászoló érzi és dönti el, hogy számára melyik út vezet a gyógyulásig.

Kutatásunk fő korlátja, hogy egyetlen befejezett női csoport tagjai kerültek a mintába, az ő gyászfeldolgozási folyamatuk áll a középpontban. Hosszabb távon érdemes lehet a kutatást kiterjeszteni vegyes csoportokra is.

Bízunk benne, hogy tanulmányunk hozzájárul a gyászcsoporthoz való kapcsolódással kapcsolatos számos tévhit eloszlatásához, és egy reális kép kialakításához a valós tapasztalatok alapján.

Zárszó

E segítő tevékenység kapcsán kiemelten fontosnak tartjuk a gyászolóhoz való saját hozzáállásunkat: higgyünk és bízunk a megküzdő képességében, abban, hogy tud segítséget kérni, hogy ő is lehet még boldog. Fontos felismerés volt a saját szerepünket illetően az abban való hit, amit Singer Magdolna tanított számunkra a gyásztanácsadó képzés keretei között³, hogy a gyászoló a humánus kapcsolódásunkkal nyeri el elsősorban azt a saját erőt, amit aztán egymaga a legmélyebb szomorúságában is megtalálhat magában. A korlátainkról, határainkról sem szeretnénk azonban megfélemlíteni: segítőként nem tudjuk csökkenteni a gyász fájdalmát, de ahhoz segítséget tudunk nyújtani, hogy ne a teljes reményvesztettség irányába menjen a gyászfolyamat.

Hangsúlyosnak tartjuk egy olyan biztonságos tér megteremtését, ahol a hozzánk fordulókkal bizalommal tárhatják fel legbensőbb érzéseiket, „kifújhatják” magukat. A folyamat egészében törekszünk az előítélet-mentességre, a feltétel nélküli elfogadásra, a megszentelt figyelemre az „itt és most”-ban.

IRODALOM

- KÁRPÁTY Á. (2002): *A gyász szociológiája*. Budapest, MTA Politikai Tudományok Intézete
Etnoregionális Kutatóközpont Munkafüzetek 91.
<http://mek.oszk.hu/02000/02010/02010.htm> Elérés: 2021.02.10.
- KISS M. H.; SZ. MAKÓ H. (2015): *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana*. Pécs, Pro Pannónia Kiadói Alapítvány
- KOVÁCS É. (2007): Interjú módszerek és technikák. In: Kovács Éva (szerk.): *Közösségtanulmány. Módszertani jegyzet*. Budapest, Néprajzi Múzeum – PTE-BTK Kommunikáció- és Médiatudományi Tanszék, 269-277.

³ Singer Magdolna (2019): Gyásztanácsadó képzésen tartott előadása, Pécs

- PILLING J. (2001): *Segítség a gyászban. Hospice beteggondozás füzetek*. Budapest, Magyar Hospice-Palliatív Egyesület
- PILLING J. (2003): Strukturális technikák a gyászolók önsegítő csoportjaiban. *Kharón Thanatológiai Szemle*, VII. 1-2, 1-21.
- PILLING J. (2003) (szerk.): *Gyász*. Budapest, Medicina Könyvkiadó Zrt.
- PILLING J. (szerk., 2010): *A halál, a haldoklás és a gyász kultúranropológiája és pszichológiája. Szöveggyűjtemény*. Budapest, Semmelweis Kiadó
- PILLING J. (2012): *A gyász hatása a testi és a lelki egészségi állapotra*. Doktori értekezés. Budapest, Semmelweis Egyetem
- POLCZ A. (2005). *Együtt az eltávozottal*. Pécs, Jelenkor Kiadó
- SARUNGI E. (2019): Gondolatok a komplikált gyász fogalma mentén. *Kharón Thanatológiai Szemle*, XXIII. 3, 29-36.
- SINGER M. (2010): *Vigasztalódás a gyászban - A haláleset és a válás utáni veszteség feldolgozása*. Budapest, Jaffa Kiadó és Kereskedelmi Kft.
- STOLOROW, R. D. (2016): Pain is not pathology. *Existential Analysis*, 27.1:January, 70-74.
- SZOKOLSZKY Á. (2004): *Kutatómunka a pszichológiában. Metodológia, módszerek, gyakorlat*. Budapest, Osiris Kiadó
- VELKEY K. M. (2012): A gyász illemtana. A gyász illemtanának és a halálképnek a változása a 19-20. században. *Kharón Thanatológiai Szemle*, XVI. 4, 47-54.
- ZANA Á.; HEGEDŰS K.; SZABÓ G. (2008): Rítusok és szokások változásainak szerepe a társas kapcsolatok alakulásában. A mai magyar lakosság halálképe. In: KOPP MÁRIA (szerk.): *Magyar lelkiállapot 2008. Esélyteremtés és esélyegyenlőség*. Budapest, Semmelweis Kiadó, 382-389.

1. számú melléklet: Félig strukturált interjú kérdéssora

1. Milyen veszteséggel érkeztél a csoportba?
2. Hogyan illeszkedik korábbi veszteségeid sorába ez a veszteség?
3. Veszteségeink kapcsán óhatatlanul szembesülünk a saját halálhoz való viszonyunkkal. Te hogy vagy most ezzel?
4. Honnan hallottál a gyászcsopotról mint lehetőségről?
5. Miben segített számodra a csoport?
6. Mikor érezted azt először, hogy igazán sikerült megnyílnod a többiek felé?
7. Tudnál mondani példát, melyek voltak azok a konkrét gyakorlatok/emlékezetes alkalmak, amik személy szerint neked segítettek?
8. Volt-e olyan gyakorlat, ami/k kapcsán hiányérzet, lezáratlanság maradt benned, tudnál erre is konkrét példát hozni?
9. Kinek ajánlanád a csoportban való részvételt?
10. Javasolnál-e bármi változtatást a csoport/az alkalmak felépítésével kapcsolatban?
11. Mi az a 3 szó, ami elsőre eszedbe jut a gyászcsoporttal kapcsolatban?

Dr. Mucsi Georgina, PhD

szociális munkás, gyásztanácsadó, egyetemi adjunktus
PTE BTK TKI, Közösségi és Szociális Tanulmányok Tanszék
mucsi.georgina@pte.hu

Dr. Maros Kitti, PhD

mentálhigiénés segítő szakember, gyásztanácsadó, egyetemi adjunktus
PTE Kultúratudomány, Pedagógusképző és Vidékfejlesztési Kar
maros.kitti@pte.hu