



Hidas György

Imagináció, álomértelmezés, kapcsolatanalízis¹

Előadásomban a kapcsolatanalízis két összetevőjével kívánok foglalkozni: az imaginációval és a várandósok egyes álmaival, és azok értelmezésével.

Előljáróban részletet ismertetek egy asszony 13. kapcsolatanalitikus üléséből.

Az asszony gyermeke 33. g[esztációs] hetes. A gyermeket kívánták, fiú. A szülészeti vizsgálatok mindent rendben találnak. Mára virradóra az asszony álmában is várandós volt. Relaxált állapotban arról számol be: „piros színeket látok ... mintha érezném a (baba) puha bőrét, selymes ... ilyenkor találkozunk, és nézzük egymást ... milyenek vagyunk, ő is engem, én is őt ... örömteli érzés ez, szokatlan, érzem, hogy önálló ... szeretem, amikor a hátát simogatom a mentális kezemmel ... bent lennénk a hasamban ... és bent nyújtózkodna ... láttam a méhemet és a fiamat, a méhlepény előrefelé és feljebb megy ... ringatom a fiamat, rúg egyet ... most nyugodtan fekszik ... látom, hogy úszkál. Simogatom a fiamat, vele együtt úszkálók ... nagyon jó érzés ... kék színben vagyunk ... finom mocorgás, dajkálom, puszit adok neki.” (Mondom neki: küldjön szeretetet a fiának és a méhének, és köszönjenek el mára.) Ő: most rúgott egyet, elbúcsúzott.

A relaxált állapotot bevezető mondatokban szerepelt az a javaslat, hogy fogadjon minden beáramló belső képet és fantáziát, keresse meg mentálisan, a lelkével a méhét, szólítsa meg, mint egy személyt, kérje, engedje be gyermekéhez, simogassa meg a belső mentális kezével, és fogadjon minden képet, üzenetet, amit a gyermeke küld. A relaxáló szövegben hívóképek – méh, gyermek – szerepelnek, felszólítások mentális síkon történő mozdulatokra, és képek, érzékelések átélésére.

A várandós anyák egyik alapvető és gyakori kérdése: élményük nem csupán képzeletük játéka-e? Valóban kapcsolatosak-e születendő gyermekükkel, méhükkel?

Az én kérdésem is az, milyen kapcsolat van az anya imaginációja és a születendő gyermeke közt?

Ferenczi Sándor pszichoanalitikus a múlt század elején a „tudattalanok dialógusáról” írt klinikai megfigyelései alapján, eszerint két ember tudattalanja egymást teljesen megérti és megérteti, akár ennek tudatosulása nélkül is. (*Bausteine*, II. 227-232.) Prenatális témával foglalkozó kongresszusokon olyan feltevésekkel találkoztam, hogy az anya és

¹ Előadás, 2007. február. A jegyzetek (ahol másképp nem jelezzük) a szerkesztőktől származnak.

magzata között telepátikus kapcsolat van, mások szerint a kapcsolat kvantumfizikai folyamatokkal magyarázható. Mai magyar szerző (Bányai Éva) írja, hogy a várandós asszony fokozott hipnabilitása játszik szerepet anya és magzata kapcsolatában. Az anyáról születendő gyermekére történő információáramlás idegtudományi magyarázatát nem érintem. Az „ugrás a pszichésből a testbe” még ma sem megfejtett.

Az anya és magzatának kapcsolatát azok a megfigyelések is mutatják, amelyekben ultrahangvizsgálat közben az anya valamilyen mozgásra kéri gyermekét. Frappáns élményről számol be az az anya, akinek gyermekénél szájpadahasadékot találtak. A szonográfus szerette volna, hogy a magzat nyissa ki a száját. Az anya belső beszéddel arra kérte gyermekét, nyissa ki a száját, megtette, és kérésre ismételten kinyitotta a száját. Anyák több esetben beszámolnak hasonló tapasztalataikról, kérve, mutatná meg az arcát vagy a nemét. Természetesen ellenőrzött és felvételekkel igazolt események lehetnének bizonyítók.

Az anya *reverie*-je szubliminális, tudatelőttés folyamat, amely reflektálva tudatossá válhat. A *reverie* éber álm, álmodozás, Bion² egyik fontos fogalma, ezek tudatelőttés vagy tudatos fantáziák. Bion szerint arra szolgál, hogy a „jó anya” hordozza (*holding*) a baba nem gondolható gondolatait, megemésze őket mentálisan, és az így meglágyított érzelmeket biztonságosan közölje a babával. A várandós anya tartalmazóként (*container*) funkcionál gyermeke számára. Az anya fenyegetve érezheti magát a magzat által, és a baba is fenyegetettnek érezheti magát az anya által. Mindez gátolhatja, hogy egymással kapcsolatba léphessenek. Bion szerint akkor beszélhetünk *reverie*-ről, ha azt szeretet vagy gyűlölet hatja át.

A kapcsolatanalízis mentális állapota hasonló a *reverie*-hez. Egy várandós asszony több sikertelen, öt frusztráló ülés után mondta: „nem tudok a gyerekemmel kontaktust találni, mint ahogy szeretetet se tudok neki küldeni”. A *reverie* állapotában az anya nyitott arra, hogy minden, a magzattól érkező tartalmat fogadjon, akár jónak, akár rossznak érzi azokat. A várandós asszonyok tudattalan alakzatait nagyrészt érzelmeik határozzák meg, néhányan úgy védekeznek gyermekükkel kapcsolatos ambivalenciájuk ellen, hogy az anya-baba fúziót idealizálják. Felruházzák a babát fantáziált bébi-szelfjük szeretnivaló aspektaival, és/vagy csodálják a magzatukat és annak szimbiotikus összeolvadását fantáziájukban egy jóindulatú anyával.³ Mindig szem előtt tartandó, hogy az anya és születendő gyermeke kapcsolatában fontos az anya és annak anyjához való kapcsolata. Raffai fogalmával ez az anyareprezentáns, továbbá az anya bébi-szelfje. Az a mód, ahogy egy asszony önmagát és baba imaginált milyenségét látja, ez jelentősen befolyásolja kettőjük születés utáni interakcióját is. Ezért is fontos, hogy az anya kapcsolata születendő gyermekével harmonikusabb legyen, és az anya ne érezze magát általában fenyegetettnek.

Egy asszony a 14. gesztációs hétben van. Nem ismeri a gyermek nemét, érzése szerint fiú, két lánya van. „Bejutottam a méhembe – mondja –, a baba megmerevedett. A férjemmel való viszonyom hatása lehet ez a babára. Figyelt (a baba). A problémát is érzem magamban, mint görcsöt. Férjemmel mint férfival van problémám, a baba, aki fiú, azonosul ezzel a férfiassággal. ... szeretném megoldani a problémámat ... fontos, hogy a baba jól érezze magát a méhemben, mintha tágulna a méhem.” A megbeszélésben: „Jó is volt, végig érzékeltem őt, néha megjelenik kisfiú formában – nem jó, mert én kreálok a problémát.”

² Wilfred Bion: *Learning from Experience*. New York: Basic Books.

³ Joan Raphael-Leff: *Pregnancy: The Inside Story*. London: Sheldon Press, 1993, 52. (A szerző jegyzete.)

Az anya imaginációja a baba védőhálója.

Jung szerint az imagináció belső képek aktív előhívása. „Tudjuk – írja –, hogy minden jó gondolat és minden alkotás az imaginációból származik, és eredetét a gyermeki fantáziában látjuk. Nemcsak a művész, de minden alkotó ember a fantáziának köszönheti alkotásait. A fantázia dinamikus elve a játékosság.”⁴

Susanne Langer⁵ úgy véli: „Az imagináció kialakulásának oka az evolúció során a védekezés lehetett. Védekezés az idegi stimuláció erőteljes növekedésével szemben. A stimuláció elárasztással fenyegette a szervezetet.”⁶

Az impulzusok elhárított viselkedésbeni levezetését egy kép létrehozása a vizuális rendszerben pótolta. Az érzékleti képek érzelmekkel való társulása lehet felelős az emberi imagináció egyedülálló hatékonyságáért.⁷

Az imagináció fejlődésében az utolsó tényező lehetett a váltás az akaratlanról az akaratlagos kontrollra. „Az emberlét eonjain⁸ keresztül az imagináció valószínűleg akaratlan volt, úgy, ahogy az álmodás ma is az.”⁹ Végül kibontakozott a képi alkotás hatalma. Ahhoz, hogy az imaginációt idegtudományi szinten megérthessük, meg kellene értenünk a szubjektív élményt is.¹⁰

Figyelemre méltó, hogy a kapcsolatanalitikus ülések relaxált állapotában az anyák megélik születendő gyermekük reakcióit gondolataikra, érzelmekre, mentális akcióikra is. Így magzatmozgásokat, a magzatnak tulajdonított érzelmeket, örömet, félelmet, sértődöttséget, gondolatokat, melegségérzetet saját testükben, képeket, kinezteziás élményeket. Németországi kapcsolatanalitikus ülésekről szóló beszámolókból hasonló magzati reakciókról hallottam nemrég. (Balázs Borbála)¹¹

Langer szerint az emberi gondolkodásban az imagináció valódi szerepe az, hogy megengedi a nem-cselekvést, és lehetővé teszi a jelentést (meaning) és az emberi expressziót.¹²

Freud úgy vélte az álmot a királyi út a tudattalanhoz. Az út egyrészt az álmodó álmához társuló asszociációkon, másrészt szimbólumok megértésén alapszik. Az álmok tudattalan vágyakat teljesítenek képi világukkal, jeleneikkel, eközben védik alvásunkat. A tudattalan vágyakat a belső kontroll (cenzor) átalakítja elfogadható formákba az eltolás és sűrítés mechanizmusával. Álmaink önmagunk felé is kommunikálnak és dramatizálnak belső reprezentációkat és gondolatokat. Az álmot egy másik személynek is üzenhet, és az álmodó neki fogja elmondani álmát.

Egy férj álma, amelyet várandós feleségének mondott el: 30. g. hét, lány (kívánt, nem tervezett): „Kislányunk vízbe süllyedt”, ő – az apa – utánanyúlt, lánya megfogta apja

⁴ C. G. Jung: *Psychologische Typen*, Zurich: Rascher Verlag, 1946, 90. (A szerző jegyzete.)

⁵ Susanne K. Langer (1895–1985) a szűk szakmán kívül is jelentős hatású amerikai filozófus. Legismertebb munkái: *Philosophy in a New Key. A Study in the Symbolism of Reason, Rite, and Art*. Cambridge, MA.: Harvard UP, 1942; *Mind: An Essay on Human Feeling*. Baltimore: Johns Hopkins UP, 1967.

⁶ Langer, 1967, idézi Margaret M. Browning: Neuroscience and imagination: The relevance of Susanne Langer's work to psychoanalytic theory. *The Psychoanalytic Quarterly*, 2006, 75(4): 1145. (A szerző jegyzete.)

⁷ Browning, uo.

⁸ Az *eon* megnevezés a görög *aion* szóból származik. Jelentése „kor” vagy „életerő”.

⁹ Langer, 1967, idézi Browning, 2006, 1145.

¹⁰ Browning, 2006, 1146.

¹¹ Dr. Balázs Borbála Münchenben élő pszichoterapeuta, kapcsolatanalitikus, prenatális pszichológus.

¹² Browning, i. m., 1157.

kezét és ő – az álmodó – kihúzta.

Freud *Álomfejtés* könyve alapján ez egy születésről szóló álmom. Apás szülés lesz, a férj álmában szolidáris feleségével, és egyfajta couvade-ot álmodik¹³, elismeri apaságát, és szimbolikusan kifejezi a gyerek melletti elkötelezettségét. Egyidejűleg azonosul is álmában mind az asszonnal, mind a gyerekekkel.

Álmunkban félelmeinket és konfliktusainkat álcázott alakjokban, tudattalanul át is dolgozhatjuk, megoldhatjuk. Megoldatlan félelmeink jelentkezhetnek visszatérő álmokban. Ha követjük asszociációs láncolatainkat az álomelemekhez, rekonstruálhatjuk az eredeti álmogondolatokat. Traumatikus eseményeket dolgozhatnak fel.¹⁴

A várandósság idején az álmok gazdagabbak, élénkebbek és sokszor nagyon valóságosak. Ezek az álmok sajátos világot, fantáziákat, félelmeket, a belső és külső erőforrások elégtelensége miatti aggodalmakat tükröznek, sokszor halállal kapcsolatosak.

Freud és Jung úgy gondolta, néhány ismétlődő szimbólum jelenik meg az álmokban, a mítoszokban, a folklórban és az ábrázoló művészetekben, kultúrákon és generációkon át. Ösfantáziák és archetípusok. Ajtók, kapuk testnyílásokat, vaginát; edények, üstök, kelyhek az anyaméhet jelenthetik; a víz gyakran társul születéssel vagy szexuális aktussal, az alvás a halált reprezentálhatja.

Raphael-Leff¹⁵ angol pszichoanalitikus úgy tudja, különböző kultúrák várandós asszonyainak álmai közös elsődleges élményeket jelenítenek meg. Néhány lényeges élményt fejeznek ki a termékeny és megváltozó testükkel kapcsolatban, születéssel, anyasággal és az anyai szerepre való felkészüléssel összefüggésben; erőteljes szeretet és gyűlölet tükröződhet az álmaikban és halálfélelmek.

Emellett az álmok egyéni alkotások is.

Számomra bevilágítóak azok az álmok, amelyekben várandós asszonyok gyermekük gondozásával kapcsolatos félelmei jelennek meg, és azok, amelyek új, bontakozó felelősségérzésüket tükrözik. Számomra ezek tipikus várandóssági álmok.

27. g. héten. Ez a gyerek kívánt, nem tervezett. Az anya álma: gyermekét dédnagyanyjánál hagyja egy időre, elmegy, és akkor eszébe jut, már nem bízhat meg a dédi szellemi képességeiben, és visszarohan gyermekéért. A dédi valóban hanyatlik szellemileg. Szerintem – és ő is egyetért velem – az anyai felelősségérzése alakul, ezt tükrözi az álmom.

27. g. héten. Álma: gyereke megszületett, félre akarta tenni, vissza a hasába, egy pillanatban úgy érezte, megfeledkezett gyerekeről, néhány órára nem foglalkozott vele. Kudarcérzése van. Álma azt üzeni – véljük közösen –: készülj fel a felelősségre.

Két másik álmában kígyót szoptat. Hozzáfűzi: haragszik gyermekére, mert

¹³ Couvade: Edward Burnett Tylor (1832–1917) brit antropológus terminusa arra a megfigyelhető rituáléra, amelyet számos kultúrában a leendő apák az anya terhessége idején alkalmaznak.

Couvade-szindróma: a perinatális szemléletű szakirodalomban egyre inkább a figyelem középpontjába kerül ez az antropológiából kölcsönzött kifejezés, mely a várandós anyához közel álló személyekre, különösen az apára jellemző pszichoszomatikus tünetcsoportot jelöl, amelyben az adott személy a terheshez hasonló tüneteket produkál.

¹⁴ Kézzel írt beszűrés.

¹⁵ Joan Raphael-Leff: *Pregnancy: The Inside Story*. London: Sheldon Press, 1993. Magyar kiadás: *Másállapot. A várandósság pszichológiája*. Ford. Horváth Krisztina. Budapest: Háttér Kiadó, 2010.

farfekvéses. Önmagától kérdezi: „ne is járjak felkészítőre?” Az álmok néha a várandós anyjához vezetnek vissza, vagy a saját gyerekkorát idézik.

25. g. hét. Első terhesség, kívánt, nem tervezett. Az anya az első interjúban elmondja: húszéves korában két pici gyerekkel álmodott: borítékba rakta őket, és valahová elkeveredtek. Általános iskolás korában tudta meg, hogy anyja ő előtte egy ikerpárt szült, akik rövidesen meghaltak.

17. g. hétben van gyermeke, aki kívánt, tervezett. Álma: hátizsákjában árnyékolatlan plutónium van, erre felébredt. Asszociációja: sokszor gondol meg nem született gyerekére, ez mai napig fájdalmas és megrázó számára. Egy időben „rémálmai” voltak, kígyókkal álmodott ismételt. Asszociációi az ülésen: óvodás korában, a homokozóban kígyó volt mellette, anyja erre felsikoltott. Erre a jelenetre nem emlékezett, anyja mesélte el neki. A kígyó ártalmatlan sikló volt.

Egy várandós asszony álma: gyereke eltűnt, nem találja. Két nap múlva kopogtatnak az ajtón, két kislány mosolyogva hozza az eltűnt gyerekét. Ez volt az első olyan álom, amely az anyai felelősségérzet kibontakozását mutatta számomra.