



León Grinberg – Rebeca Grinberg

A migráció pszichoanalitikus vizsgálata: normális és patológiás vonatkozások*

Az emberi migráció mibenlétének sokoldalú vizsgálata egyidős az emberiséggel. Számos tanulmány vette sorra történelmi, kulturális, szociológiai, politikai és gazdasági jelentőségét. Figyelemre méltó azonban, hogy a pszichoanalitikusok milyen kevés figyelmet szenteltek a témának, különösen annak fényében, hogy analitikus karrierjük során saját maguk is szoros kapcsolatba kerültek a migrációval.

Az egyén vagy a csoport számára az emigráció döntése belső és külső motivációktól függ. Az egyén múltja, domináns pszichológiai jellemzői és életének adott időpillanata fogja meghatározni azt, emigrál-e, és ha igen, ez meghatározza a migráció minőségét is. Migrációhoz vezethet a személyes (vagy kollektív) krízis, amely aztán – cserébe – új válságok eredetét szolgálhat.

A migráció jelensége szorongások különböző típusait válthatja ki az egyénben: szeparációs szorongást; szorongást a felettes én részéről a lojalitás és az értékek tekintetében; mániás szorongásokat az újjal és az ismeretlennel való konfrontáció eredményeként; depresszív félelmeket, melyek az elvesztett tárgy és az én elvesztett részei feletti gyászt alakítják; és a zavarodottság szorongását, mely a régi és új közötti különbségtétel kudarca. Ezek a szorongások a védekező mechanizmusokkal és a tünetekkel együtt, melyeket kiválthatnak, alakítják a „migráció pszichopatológiáját”; a kezelés menete pedig az egyén azon képességén múlik, mellyel ezeket a szorongásokat, a gyökértelenséget és a veszteség érzéseit feldolgozni képes.

Migráció a mítoszokban

A mítoszok egyedülálló gazdagsággal bírnak, néhány közülük hatalmas erővel járta át a pszichoanalízis területét is. Láthatjuk bennük, ahogy az ember megkísérli a migrációt a tudás keresése közben, bárhol is találja azt meg; és láthatjuk ugyanakkor azt is, ahogy maga az ember mutat hajlandóságot arra, hogy a tudás megszerzésének ilyen módja elé akadályokat állítson, illetve „migrációval-számkivetéssel-kizárással”

* Eredeti megjelenés: León Grinberg, Rebeca Grinberg (1984): A psychoanalytic study of migration: Its normal and pathological aspects. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 32(1): 13-38.

és az ezekből következő fájdalommal, zavartsággal és a kommunikáció elvesztésével büntessen.

A legelső migráció így egészen Ádámgig és Éváig vezethető vissza. A kíváncsiságtól vezérelve (melyet a kígyó szimbolizál) a Paradicsom tiltott területére léptek, ahol megtalálták a tudás fáját és megették annak gyümölcsét; ezért a tettért kiűzettek, elvesztették a Paradicsomot minden örömeivel, biztonságával és örömeivel együtt.

Ödipusz szintén több migráción esett át. Először is, Ödipusz halálra ítéletét – mely megelőzhette volna a jóslat beteljesülését – a migráció helyettesítette, mely messzire vitte őt szüleitől és az eredeti csoportjától. A második migráció akkor következett be, amikor – abban a hiedelemben, hogy elkerülheti a jövendölést – elmenekült nevelőszüleitől és Thébába ment. Az apagyilkosságot és az incestust követő száműzetés pedig a harmadik migráció.

Szintén az ember kíváncsiságának kifejezője a Szfing rejtvénye, azé a kíváncsiságé, mely Ödipusz eltökéltségében talál kifejezést, amivel nyomozását végrehajtja, Teiresziász figyelmeztetése ellenére. Ödipusz vaksága büntetesként egyesíti bűneit: elveszíti látását, mellyel a nemi szervek szimbólumai kasztrálódnak, egyúttal pedig elveszíti a kíváncsiság kielégítésének eszközét is. A kiűzetés erőszakos migrációvá alakítja a felfedező mozgást, az önkéntes migrációt.

Bábel tornyának mítoszában a migráció kényszerét a mennyország elérésének vágya fejezi ki, az vágy, mely egy másik, az eddig ismert világtól különböző világ tudását kívánja elérni. De ezt a vágyat a nyelvek *összezavarásával* és a kommunikáció erejének megsemmisítésével bünteti Isten. Alkalmazhatnánk e mítosz tartalmát arra a folyamatra is, ami egy bevándorlóval történhet, aki az „új világ” elérése és környezeti integrációja közben erős helyi akadályokba ütközhet, mint például a nyelv megtanulása, az alkalmazkodás a szokásokhoz és az előírásokhoz, az összezavarodás veszélyével karöltve.

Fejlődés és migráció

Metaforikusan az emberi fejlődés migrációs sorozatként is elképzelhető, melynek segítségével az egyén fokozatosan eltávolodik első tárgyaitól. Ahogy Mahler (1965) kiemelte, az identitás formálódásának két döntő periódusa a helyváltoztatás tapasztalatával megerősített „szeparációs-individualizáció” és a „fallikus szakaszban a biszexuális identitás feloldása”. Ha az anya jó támogató képességgel rendelkezett, akkor a gyermek képes lesz a különböző fejlődési „migrációk” végrehajtására, illetve, ha bekövetkezne a tényleges migráció, azok átvészelésére későbbi rendellenességek nélkül. Ha viszont a kapcsolat az édesanyjával negatív volt, és nélkülözötte a megfelelő „tartást” (*holding*), s ezen a helyzeten az apa sem volt képes változtatni, akkor ennek eredménye lehet a túlzott függőség későbbi tünete, vagy éppen ellenkezőleg, a képtelenség arra, hogy a személy gyökeret eressen, az illuzórikus „föld-anya” keresése. Ezek között a feltételek között a migráció nyilvánvalóan sikertelenségre ítélt.

Az Ödipusz konfliktus újfajta visszavonást kényszerít ki az első szeretet-tárgyaktól, mely azonos az exogámiás „migrációval”, és egyenlő a primitív hordák totemizmus törvényeivel, melyekkel az incestus és a rokonyilkosság tabujának megtörését igyekeznek elkerülni. Ekkor aztán szükségessé válik, hogy a szülői párt övező érdeklődés alábbhagyjon, és továbblépés történjen új világok felfedezése felé, például az iskola, az új tudás és tárgyak, szocializációs mintázatok felé.

A kamaszkor az élet azon szakasza, melyre a szülők elhagyásának szükséglete és az exogámiás keresés kezdete jellemző, az ödipális fantáziák beteljesítésének magas biológiai és pszichikus lehetőségei miatt. A „migráció” kísérlete „távolabbi világok felé” így tulajdonképpen a szülői pár helyettesítő figuráinak, illetve más hozzátartozó csoportoknak a keresése.

Felnőttként az egyén más „migrációkat” hajt végre: házasodik, új szerepeket vállal, mindezek pedig tárgyak új visszavonásait tartalmazzák.

Az időskor más fejlődési krízist hoz magával, azoknak a szorongásoknak köszönhetően, melyeket az öregség valódi korlátai, a betegség súlya, a képességek és a produktivitás elvesztése, a munka elvesztése és a halálfélelem újbóli aktivitása idéznek elő. Freud (1915) kiemelte annak szükségességét, hogy feldolgozzuk és elfogadjuk a halál gondolatát, rövid felkészülésként az „utolsó migrációra”, „az utolsó voyage”-ra.

A fokozatos visszahúzódás a szülői figuráktól az emberi fejlődés szükséges feltétele, és egyben út a függetlenség és az érettség felé. A migráció önmagában nem elengedhetetlen, inkább az élet lehetősége, de ha szükséges, vagy éppen vágyott, nehézségeinek feldolgozása sikeres lehet, hiszen alapját a függetlenséghez vezető életszakaszok bőségesen biztosították.

Migráció, trauma és válság

A migráció nem elszigetelt traumatikus tapasztalat, mely a származási helytől való indulás-elválás vagy az új, ismeretlen helyre történő megérkezés pillanatában manifesztálódik. A migráció az úgynevezett „kumulatív” és „tenziós” traumák kategóriájába esik, nem minden esetben látványos reakciókkal, de alapvető és tartós hatásokkal. A migráció traumatikus tapasztalatának sajátos reakciója a tehetetlenség. Ez az érzés a tárgyvesztés élményén alapszik, és egyenes következménye a fenyegetésnek, mely az ént széteséssel és eltörléssel nyomasztja. Ha gyermekkorán az egyén a megfosztás és a szeparáció jelentős eseményeit szenvedte el, ezt a kockázatot még intenzívebben éli át.

Kik az emigránsok?

A migráció terminusát általában pontosan annak a geográfiai mobilitásnak a leírására használták, melynek során az egyének *mozognak* – akár egyedül, akár kisebb csoportokban vagy hatalmas tömegekben –, és hosszú ideig mozgásban maradnak, kifejezve annak szükségét, hogy más helyre kerüljenek, és ott éljék mindennapi

életüket. Mindemellett, bár eltér a szokásos definíciótól, de pszichológiai nézőpontból szintén migrációnak tekinthetjük, ha valaki kisvárosból nagyvárosba költözik, a hegyvidékről a síkvidékre telepszik, és egyes nagyon érzékeny és mélyen kötődő személyek esetében azt is, ha egyik otthonból a másikba költözik. Szintén fontos, hogy különbséget tegyünk az úgynevezett „vendégmunkások” és a valódi emigránsok között. Végül pedig számba kell vennünk azokat az embereket, akik kénytelenek az országukon kívül élni: a száműzöttek, a menekültek, a lakóhelyüket elhagyni kényszerülők vagy deportáltak nagy csoportjait; akiknek politikai, ideológiai vagy vallási okok miatt nincs lehetőségük visszatérni szülőföldjükre.

A fentiek fényében elkülöníthetjük az önkéntes és a kényszerű emigrációt. Néha azért következik be az emigráció, mert az egyén ellenáll a változásnak, vagy bizonyos értékek és életfeltételek elvesztésétől fél. Az ilyen indokkal emigrálók között szokásos, hogy olyan helyre távoznak, mely bár földrajzilag távoli, de jelenbeli jellemzőiben hasonló ahhoz a helyhez, ahol korábban éltek. Ezekben az esetekben lehetséges volna „mozdulatlan emigrációról” beszélni, hiszen az emigránsok az újdonság elkerülésére törekszenek, hogy újraalkothassák és változatlanul megőrizhessék mindazt, ami már ismert és megszokott számukra. Tehát a változás elkerülése miatt indulnak el.

Általánosan fogalmazva, az egyének a migrációs tendenciák tekintetében két nagy kategóriába sorolhatók: azokra, akiknek mindig ismerős emberekkel és helyekkel kell kapcsolatban állniuk; illetve azokra, akik élvezik, hogy képesek ismeretlen helyekre eljutni és új kapcsolatokat kezdeményezni. Ebben az értelemben Bálint (1959) két terminust alkotott meg, az oknofiliát és a filobatizmust. Az oknofil személyek hajlanak a biztonságra és a stabilitásra, hatalmas erejű kötődések jellemzik őket, személyekhez, helyekhez és tárgyakhoz egyaránt, valamint képtelenek egyedül élni. Ezzel szemben a filobáták kerülnek a köteleket, hajlanak a függetlenebb életre, új és izgalmas tapasztalatok, kalandok, utazások átélésére törekednek; szomorúság és fájdalom nélkül hagynak el emberi és fizikai tárgyakat; ők azok, akik az új, ismeretlen horizontok keresése és kockázatos céljaik elérése közben a legjobban hajlanak az emigrációra. Önmagában e jelek egyike sem mutatója a mentális egészségnek. Talán kívánatos volna a két tulajdonság megfelelő integrációját elérni annak érdekében, hogy az egyén képes legyen helyénvalóan reagálni az élet körülményeire.

Néhány szerző állítása szerint az emigrációs hajlandóság nagyobb a skizoid személyiségjegyekkel rendelkező emberekben, akikből úgy tűnik, hiányzik a kötődés. Mások szerint a migrációs hajlandóság csak azokra jellemző, akik erős, a kockázattal szembenézni képes én birtokában vannak. Ahogy Winnicott (1958) is kiemelte, az egyedüllét teljesítménye az érzelmi érettség egyik legfontosabb jellegzetessége. Más szavakkal, a gyermek, aki az ödipális szituációban úgy érzi, a szülők kizárták, és képes felülkerekedni a féltékenységén, frusztrációján és gyűlöletén, megnöveli képességét az egyedüllétre. E képesség magába foglalja az agresszív és az erotikus impulzusok egyesítését, az ambivalens érzések tolerálását, és a lehetőséget az azonosulásra mindkét szülővel. Az emigráció helyzetében az az egyén, aki képes volt jó tárgyakat bensővé tenni, könnyebben képes tolerálni a szeparáció frusztrációját.

Elindulás

Mi táplálja a távozás vágyát? Néha a távozási vágy magának az egyénnek is meglepőnek, légből kapott gondolatnak tűnhet. Mások számára az utazás döntése régóta dédelgetett vágyat elégít ki, mely magába foglalhatja új horizontok, új tapasztalatok, más kulturális formák és életfilozófiák keresését. Ez pedig összeeszenget a tudásvágygal és a vágygal arra, hogy valamilyen távolit és ismeretlent, esetleg tiltottat vagy idealizáltat fedezzen fel az egyén.

A távozási vágy eredménye lehet annak is, ha valaki el akarja kerülni az üldöztetést. Ilyen esetekben a távozás nem tartalmazza az ismeretlen felé fordulást, mely jónak vagy jobbnak érződik, sokkal inkább arról van szó, hogy az egyén az ismert elől menekül, melyet rossznak vagy károsnak érzékel.

Az emigrálás mellett döntő személynek támogatásra van szüksége ahhoz, hogy döntését végre tudja hajtani, illetve hogy szembe tudjon nézni az elhagyott tárgyak (barátok, szomszédok, kollégák rokonok stb.) haragjával és kritikájával. Az őt körülvevő személyek világa kettéválk aszerint, ahogyan a távozás tervéhez viszonyulnak; egyesek gratulálnak neki és bátorítják, sőt irigykednek rá, mások depresszióssá és aggodalmassá válnak.

Egy beteg a legközelebbi barátjának igen erős reakciójáról számolt be, amikor elmondta neki, hogy úgy döntött, néhány évet külföldön tölt egy kutatói ösztöndíjnak köszönhetően. Barátja elsápadt, majd érzelemtől és szorongástól reszkető hangon felkiáltott: „Micsoda úr!” A barát a felkiáltással egyesítette a veszteség és az üresség érzését, melyet a váratlan hír idézett elő. Ezzel a tapasztalattal ellentétben, ugyanez a beteg arról számolt be, hogy más kollégái nyilvánvaló irigységüket, sőt ellenségességüket fejezték ki, miután megismerték tervét.

A távozó személy számára tervét változatos színezetű atmoszféra lengi körül: a hely, melyet elhagyni szándékozik, feketés színekben játszhat, hiszen annak érdekében, hogy a távozás igazolható legyen, tökéletlenségei felerősödnek; ugyanakkor az új helyszín vonzereje is eltűzött lesz. De ezek az érzelmek hirtelen fel is cserélődhetnek, hiszen ebben a helyzetben az egyén „borotvaélen táncol” (Grinberg, 1978).

A lehetséges reakciók összes árnyalata és variációja ellenére a távozás fájdalmas, és az is fáj, sokszor túlságosan is, ha másokat látunk távozni. Ez a fájdalom időnként álcázott, a pillanatnyi ügyek, a bürokratikus elfoglaltságok, az előre nem látott kiadások vagy a mozgás által kiváltott izgalom és elvárások leplezik, máskor viszont elsöprő erővel tapasztalja meg az egyén. Egy páciens a következő szavakkal foglalta össze búcsúzását:

„Borzalmas volt elbúcsúzni. Nagyon nehéz volt... szörnyen fájdalmas elszakadás. Mindent magam mögött hagytam, és a jövő felé fordultam... és csak Isten, ha egyáltalán létezik, csakis Ő tudhatja milyen volt... Képtelen voltam kitörölni a családom és a barátaim arcát emlékképeim közül, ahogy a reptéren ránk néznek az üvegfal másik feléről, ahonnan már nem tudtak

megérinteni minket, ahonnan már nem hallanak minket. Úgy láttam őket, mint egy fotón vagy filmen, tudtam, hogy hosszú ideig nem ölelhetem meg őket, hiszen sorsunk bizonytalan volt, az övék ugyanúgy, mint a sajátom. Az összes erőmet össze kellett szednem, nehogy felsírjak, mégis vérzett a szívem, éreztem, hogy minden, ami a múltam volt, az egész életem, legdrágább szeretteim és az otthonom, mely évekig a büszkeségem volt, most sivataggá válik.”

Amikor a pszichikus fájdalom nem depresszív szenvedés formájában jelentkezik, az üldöztetés érzésébe is átfordulhat, ami miatt az elutazás tapasztalata a mélyebb rétegekben az otthonból való elűzetés, a feleslegesség érzésévé válhat még akkor is, ha az egyén saját kezdeményezésére távozik. Nagyon erős hatások záródhatnak el, izolálódhatnak és elfojtódhatnak a zsibbasztó, tompító hatásnak köszönhetően.

A szeparációs fájdalom ellensúlyozásának másik módja a mámoros vagy akár mániás átélés, miközben az egyén tagadja fájdalmát és győzelmet érez a hátramaradottak felett, korlátoltakként és inkompetensekként tekint azokra, akik veszélyeknek vagy nehézségeknek vannak kitéve.

Az olyan típusú védekezések, mint a tagadás, izoláció és az érzelmek átfordítása rendszerint abban az esetben vannak jelen, amikor a hátrahagyottak iránti erős büntudat hozzáadódik a szeparáció fájdalomához. Ameddig az egyén a migráció tapasztalatát fokozatosan fel tudja dolgozni a tagadott integrálásával, illetve a nézőpontok és az érzelmek szétválasztásával, képes lesz eléggé „felnőni” fájdalmának „elszenvedéséhez”. A „növekedési fájdalom” megtapasztalásával az egyén nagyobb tudásra tesz szert átélt tapasztalataival kapcsolatban.

Emigránsnak lenni tehát sokban különbözik attól, ha valaki tudatában van emigrációjának – hiszen ez magába foglalja az abszolút igazság teljes és mély felvállalását és az állapot inherens felelősségét.

Megérkezés

Az emigránsok a hajón vagy a repülőgépen, mely a számukra még mindig irreális világ felé viszi őket, nincsenek tudatában annak, hogy hosszú időnek kell eltelnie a „terra firma” elérése után is, hogy szilárd talajként tapasztalhassák meg azt.

Az újonnan érkezett emigránsok bizonytalanságát nem csupán az ismeretlennel való szembenézés kétsége és szorongása határozza meg, hanem az elkerülhetetlen regresszió is, mely kísérője ennek a szorongásnak. Ez a regresszió az, mely gyámoltalanná teszi, és időnként meggátolja őket abban, hogy a rendelkezésükre álló erőforrásokat megfelelően használják.

Kafka szemléletesen és megindítóan írja le ezt a helyzetet *Amerika* (1927) című regényében. Amikor fiatal főhőse, Karl felkészül a partraszállásra New Yorkban, vállán cipelve útiládáját, és meglátja a Szabadságszobrot, elárasztják az érzelmek. Eufóriája azonban csakhamar rémületté változik, amikor pár perccel később

észreveszi, hogy eltűnt az utazóládája, amit egy idegenre hagyott, amíg elment megkeresni az esernyőjét, melyet a partraszállás sietségében és tolongásában elhagyott. Nem értette, hogy miért hagyta az útitáskát ilyen könnyen ellopni, amikor egész úton olyan buzgón őrizte. A láda elvesztése összegzi mindazt a veszteséget, amit Karl a migráció során elszenvedett: elveszíti legértékesebb tulajdonainak és identitásának egy részét, valamint átmenetileg az én teljesítőképességének egy részét is, a megérkezésnek köszönhetően.

Hasonló tapasztalatot említett egy fiatal páciens, aki felidézte érkezését az új országba, ahol a hivatását tervezte gyakorolni: a diplomáját, a legértékesebb vagyont, mely professzionális státuszát bizonyította, egy taxiban hagyta.

Az idegen, aki Kafka karakterének útitáskáját ellopja, azokat az ismeretlen dolgokat szimbolizálja, melyek az újonnan érkezőt összezavarják. Az egyén integrációjához valamilyen már ismerős személynek vagy csoportnak a segítsége kell, felvállalva az „anyai gondoskodást” és „megtartást”, mely lehetővé teszi a túlélést és a reorganizációt számára. Az emigráns készítése, hogy valaki megbízható keressen, aki átvállalja vagy semlegesíti a szorongásait és félelmeit, hasonló lehet a csecsemő kétségbeeséséhez, mellyel édesanyja ismerős arcát keresi, amikor egyedül hagyják.

Bowlby (1960) a kötődésről szóló elméletéhez egy etológiai modellt vett alapul, mely a kisbaba kapcsolatát vizsgálja a biztonságot keltő személyekkel, akik a szeparációs szorongást képesek elnyomni. A tárgyakapcsolatok pszichoanalitikus elméletében ez az alak mindig egy bensővé tett anya, oltalmazó jellemvonásokkal, aki a szorongásokat lecsendesíti, és kapcsolatot, megnyugtatót és iránymutatót kínál.

Ehhez hasonlóan, ahhoz, hogy lehetővé tegye a jó intrapszichikus tárgy-reprezentációk védekező funkciójának reaktivációját, melyeket az ismerős helyzetektől való elszakadás szorongása és az új helyzetekkel való találkozás ideiglenesen megbénít, az emigránsnak is olyan személyt kell találnia a külvilágban, aki ezeket a jó belső tárgyakat reprezentálja; olyasvalakit, mint egy „keresztszülő” vagy szülő-helyettes. Néhány esetben ismerősök, rokonok vagy ugyanazon nemzetközösség tagjai, akik már meghonosodtak az új országban, betölthetik az újonnan érkezők számára a fogadó és a menedéket nyújtó szerepét. A segítő tárgy hiánya mindenképp erősítheti az emigráns nehézségeit.

Ha a benső tárgyakapcsolatok konfliktusos jellegzetessége van túlsúlyban, nagy valószínűséggel az eredmény még mélyebb regresszió lesz, a primitív elhárító mechanizmusok és védekezések használatával, szélsőségesebb elkülönüléssel, feltűnőbb tagadással a kényelmetlen helyzetekkel való szembesüléskor, a részleges nézőpontok kompenzáló idealizálásával, a projektív identifikációk gyakori és masszív használatával, stb.

Tartsuk észben, hogy az új kommunikációs kódok, melyeket az idegennek el kell sajátítania, és amelyek az első érintkezés során részben ismeretlenek vagy rosszul értelmezettek, növelik a kétértelműség és az ellentmondás szintjét a kapott információban. Ennek egyik következményeként az emigráns úgy érezheti, elárasztják a kaotikus információk, vagy elnyeli az idegen és ellenséges világ. Mindezek pedig kulturális sokkhoz vezethetnek (Ticho, 1971; Garza-Guerrero, 1974).

A kommunikáció primitívebb szintjéhez történő visszavonulása közben az egyén érzelmei olyan ősi, alapvető elemekben találnak kifejezést, mint az étel, mely különösen nagy jelentőségre tesz szert, hiszen a legkorábbi és legalapvetőbb kapcsolatot szimbolizálja az anyával és az anyamellel. Előfordulhat, hogy az emigráns idegenkedve fordul el az új ország tipikus fogásaitól, és sóvárogva fordul olyan ételek felé, melyek jellegzetességei hasonlóak a saját országáéhoz. Az emigráns az evéshez is fordulhat azért, hogy enyhítse szorongását, újraalkotva így az „idealizált anyamellet”, mely nagylelkű és kimeríthetetlen, és amellyel megkísérli kitölteni a különféle elszenvedett veszteségek által okozott ürességet. Ezeket az ételeket rendszerint ugyanazon nemzetbeli társaikkal, egyféle megemlékező rítusként fogyasztják; vagy magányosan esznek, olykor az elvesztett tárgyak kétségbeesett keresése közben a kényszerevés jellemzőit öltve magukra.

Az emigráció első periódusában az egyén elméjét sokkal jobban foglalkoztatják azok az emberek és a helyek, amelyeket elhagyott, gyakran tölti el a sóvárgás, hogy újra láthassa őket. Aztán, ahogy egyre jobban bevonódik az új életformába, és érintkezik a körülötte lévő emberekkel, kezd eltávolodni a rokonok és régi barátok emlékeitől. Az emberek fokozatosan változnak, azok, akik távoztak éppúgy, mint azok, akik hátramaradtak. Ugyanígy változnak a szokások, az életmód és a nyelv is (még akkor is, ha ugyanaz a nyelv érintett). Ami viszont nem változik – és ez kiemelten lényeges a befolyása és későbbi visszahatása miatt –, az a nem-emberi környezet, mely az identitástudat jelentős részévé válik. A nem-emberi környezet elsősorban az egyén sajátos, magával hozott környezete, mely különösen intenzív érzelmi alapra tehet szert, és amely rendszerint tartósan megmarad a vágy tárgyának és szimbólumának. Denford (1981) Searlest (1960) idézi, aki szerint a nem-emberi világ „egy hely a kísérletezésre és a feszültség enyhítésére”. Idézi Winnicott (1971) elképzelését is az „átmeneti terekről”, mely kiterjeszhető volna a nem-emberi világra is, megfelelően annak a térnek, ahol elkezdődik a játék az első tárgyakkal, amik „nem-én-vagyok” és „nem-anya”. Denford szerint ennek a nem-emberi környezetnek az elvesztése és a megfosztás a régi környezet különösen értékelt darabjaitól fontos szerepet játszik az emigráns fejlődésében, legalább olyan fontosat, mint a személyek iránti nosztalgia. Ez magyarázatul szolgál arra, hogy miért próbálja oly sok emigráns magával cipelni minden tulajdonát, öreg bútorokat, melyek megsérülnek az úton, ruhákat, melyeket már nem is hordanak, vagy elavult tárgyakat. Az apró tárgyak vagy csekély gyakorlati értékkel bíró díszek betölthetik ezt a szerepet, így kiemelten jelentősek az identitástudat számára.

A radikális változást és a feltűnő hatást egy emigráns páciens számára saját bútorainak megérkezése hozta el, melyeknek a vártnál tovább tartott elérni céljukat.

„Megérkezésem óta az álmaim teljesen örültek voltak; nem úgy tündek, mintha hozzám tartoznának; nem ismertem fel őket. Soha nem voltak ilyen álmaim. Nem voltam önmagam... De néhány napja az álmaim újra a régiek lettek. Azt hiszem, ez azon a napon történt, amikor megérkeztek a bútoraim: azt éreztem, a »saját« dolgaim vesznek körül; felvillanyozott, hogy ismét ott vannak velem. Minden tárgy magával hozta egy helyzet, egy pillanat és a múlt emlékét. Úgy érzem, önmagam vagyok.”

A migrációs folyamat alakulása

A migrációs periódus kezdetén könnyen kifejlődhetnek üldöztetési, zavart és depresszív szorongások. Ezek a félelmek minden migrációs folyamatban jelen vannak, de intenzitásban, időtartamban és kialakulásban nagy eltéréseket mutatnak.

A paranoiás szorongások hatására kifejlődhetnek az igazi pánik jellemvonásai, hiszen az emigráns megsemmisítő mennyiségű követelménnyel kerül szembe, amelynek meg kell felelnie: az egyedüllét, a nyelvtudás hiánya, munkavállalás, otthonkeresés stb. Egyesek, mivel nem képesek ennek a kihívásnak megfelelni, a sietős hazatérés mellett döntenek – amennyiben ezt az emigráció feltételei lehetővé teszik.

A zavarodottság szorongása azért merül fel, mert az érdeklődés és az ellenállás két ősi irányához tartozó érzések megkülönböztetése ütközik nehézségekbe: a hátrahagyott ország és emberek, illetve az újonnan megtalált környezet. Néha a migráció az ödipális háromszög helyzetét idézheti elő, ha a két országot a szimbolikusan reprezentált két szülőnek tekintjük, akik ambivalenciát és lojalitásbeli problémákat idéznek elő. Időnként a tapasztalatot úgy éli meg az egyén, mint elvált szülők esetében: arról fantáziál, hogy egyik szülővel szövetezik a másik ellen. Bizonyos pillanatokban a zavar csak növekszik, mivel a kultúrák, a nyelvek, a helyek, a vonatkoztatási pontok, az emlékek és a jelen tapasztalatai egymásra rakódnak és összekeverednek.

A depresszív szorongásokat a veszteség súlyos tapasztalatai határozzák meg: minden hátrahagyott dolog elvesztésének érzése, mely összefonódik azzal a félelemmel, hogy az egyén sosem kapja vissza ezeket. Ezért válik szükségesé a gyász feldolgozása – meggyászolni a tárgyat és az én elvesztett részeit, mely persze mindig igen nehéz, és időnként patológiás karakterjegyeket is ölthet.

Egy beteg álma, mely nem sokkal emigrációja után tűnt fel, világosan mutatja tárgyainak és az én egy részének elvesztését, tisztán depresszív tartalommal. Azt álmodta, hogy úton van egy találkozóra a nagynénjével, aki családjának idealizált részéhez tartozott, és akinek befolyása volt az emigrációs döntésre. Útközben valamilyen boltban hagyja a pénztárcáját és a pulóverét, azzal a szándékkal, hogy visszafelé felveszi őket. Minden könnyűnek és kellemesnek tűnik, aztán egyszerre minden bonyolulttá válik. Nem találja a nagynénjét, sok ember van az utcán; aztán a nagynénje elidőzik, más emberekkel beszél, a páciens pedig kihagyja a beszélgetésből. Hirtelen rájön, hogy a hely, ahol a holmiját hagyta nem esik útba. Visszasiet a dolgaiért, de a boltok bezártak és a holmija eltűnt. Végül, maga sem tudja hogyan, visszaszerzi a pénztárcáját, de a pulóverét nem. Megkönnyebbült, mert a személyes iratai a pénztárcájában vannak.

Az idealizált nagynéni, akivel a páciens találkozni fog, jelképezi az idealizált országot, melybe éppen csak megérkezett. Migrációs útja során pedig fokozatosan elhagyta több tulajdonát. Túlnyomóan mániás mechanizmusai miatt először nem is tulajdonít különösebb jelentőséget annak, mit hagy hátra, minden olyan könnyűnek és kellemesnek tűnik számára. Viszont amikor a frusztráció megjelenik, úgy érzi, nem

fogadta jól az idealizált „nagynéni-ország-anya helyettes”, kihagyva érzi magát. Ez az, amikor a depresszió érzése feltűnik elvesztett értékei miatt, a félelemmel együtt, hogy soha nem lesz képes visszaszerezni őket. Csak saját, fenyegetett és bizonytalan identitástudatát képes megmenteni, ami megkönnyebbülést hoz, és ellensúlyozza a depressziós összeomlás sokkal súlyosabb elképzelését, ahogy ez az álmát megelőző utolsó ülésben felmerült.

Egy, a bűnnel és az önbüntetés különböző formáival foglalkozó tanulmány (Grinberg, 1964) pontosabb betekintést enged a depresszió és a bűn dinamikájába, illetve a normális vagy patológiás gyász kifejlődésének valószínűségébe. Az „üldözéssel bűnben” a fő elemek: neheztelés, kétségbeesés, félelem és önostorozás. Ennek szélsőséges megjelenése a melankólia és a patológiás gyász. A „depresszív bűnben” a domináns elemek: szomorúság, aggodalom a tárgyért, nosztalgia, és a felelősség érzése jóvátételi szándékkal, melyet az egészséges gyásznál is láthatunk. Minden tárgyvesztésben egyidejűleg az én egy részének elvesztése is bekövetkezik, mely a gyással megegyező folyamathoz vezet, ahogy az emigráns esetében is történt. A depresszív érzések az én irányában jóval intenzívebbek, mint azt általában elismerni szokás, így ezek a mindennapi élet pszichopatológiás jelenségeinek részét képezik.

Az idegen gyászát az elvesztett tárgyak és az elvesztett én-részek felett hasonló szorongások kísérik, mint amelyeket fent említettünk. Extrém esetekben ezek igazi pszichotikus állapotokat idézhetnek elő. Néhány, különösen labilis egyén estében a migráció kedvez a látens pszichopatológia veszélyének, és képes a komoly pszichikus zavarok kiinduló pontjává szolgálni.

Még egyszer hangsúlyozzuk, a környezeti integráció a változás és veszteség tolerálási képességétől, az egyedüllet elviselésétől és a várakozás képességétől függ. Összegezve, mindez az alany mentális integritásán múlik. Az emigráns megkísérli az alkalmazkodást az új feltételekhez, küzdve az összezavartsággal, mely aztán újra és újra az elkülönüléshez vezet. Néhány esetben mániás túlalkalmazkodás figyelhető meg, melynek során az emigránsok gyorsan elsajátítják és magukénak mondják az új ország és az új emberek szokásait és gyakorlatait. Máskor épp ellenkezőleg: állhatatosan ragaszkodnak saját szokásaikhoz és nyelvükhöz, egyedül saját honfitársaikkal próbálnak meg érintkezni olyan zárt csoportokat alkotva, melyek már-már igazi gettóként funkcionálnak.

Az emigránsnak fel kell adnia identitásának egy részét, legalábbis ideiglenesen, azért, hogy új környezetébe integrálódhasson. Minél nagyobb a különbség az új és a régi csoport között, melyhez tartozott, annál jelentősebb lesz ez a feladás. Viszont ez elkerülhetetlenül belső konfliktushoz vezet, hiszen ez a lemondás összeütközésben áll azzal a törekvéssel, hogy identitása megőrzésével biztosítsa saját különbözőségét másoktól. Más szavakkal: az egyén arra való képessége, hogy a változás sikerén keresztül is önmagának érezze magát, adja meg az alapot az identitás érzelmi tapasztalatához. Ez magában foglalja a stabilitás fenntartását az élet különböző körülményein, átalakulásain és változásain keresztül.

De vajon mi az elviselhető határ, melyen túl az egyén identitása már helyreállíthatatlan károkat szenved? Az identitástudat megszilárdítása elsősorban a tárgykapcsolatok internalizációjától függ, melyeket az én az autentikus introjektív

identifikációk működésén keresztül magába olvaszt; az identitástudat nem a mániás projektív identifikációk használatának köszönhetően szilárdul meg, hiszen ezek pszeudo-identifikációkat és hamis ént alakítanak ki. Az események, melyek fontos változásokat hoznak az egyén életébe, ahogy az emigráció is, olyan tényezőkké válhatnak, melyek kiválthatják az identitástudat veszélyeztetettségét. A változás elkerülhetetlenül az ismeretlen területre lépést jelenti, melynek során az egyén elkötelezi magát az előreláthatatlan jövőbeli történések felé, és szembenéz a következményekkel.

Másutt (Grinberg és Grinberg, 1974) az alábbi elgondolást dolgoztuk ki:

„... az identitástudat az integráció három elemének folyamatos együttműködése, nevezetesen a térbeli, az időbeli és a társas kapcsolatoké.

Térbeli kapcsolat alatt az én különböző részeinek kapcsolatát értjük, beleértve a testi ént, mely fenntartja a kohéziót, és lehetővé teszi az összehasonlítást és a szembeállítást a tárgyakkal, valamint megkülönbözteti az ént a nem-éntől (vagyis individualizál). Ezt nevezzük a térbeli integráció kapcsolatának.

Az időbeli kapcsolat az én különböző időbeli reprezentációira utal, mely folytonosságot létesít közöttük, illetve az azonosságtudat alapját adja. Ez hívjuk az időbeli integráció kapcsolatának.

A harmadik kapcsolat az identitás társas aspektusára utal, melyet az én és a tárgyak közötti kapcsolat adnak.” (Grinberg és Grinberg, 1974, 506.)

Véleményünk szerint a migráció általános hatással van mindhárom kapcsolatra, illetve az egyik kapcsolat zavara kiemelten túlsúlyba kerülhet.

Ennek következményeként, a migrációt követően rendszerint – de változó mértékben – kialakul a rendezetlenség állapota, melynek során nagyon primitív szorongások tűnhetnek fel, pánikot okozva az idegenben, mint például a félelem, hogy az új kultúra „darabokra tépi”. Ezek a tapasztalatok két vágy konfliktusából eredhetnek: az egyik szerint az én ugyanolyan szeretne lenni, mint a többiek, hogy elkerülje a mellözöttség érzését, a másik szerint viszont különböző kíván lenni, hiszen továbbra is „önmaga” akar maradni. Az ilyen konfliktus összezavartsághoz, a személyiség elidegenedéséhez és az identitás aspektusai közötti diszharmóniához vezethet. Ezek a zavarok túlnyomóan a térbeli kapcsolatra és az individualitás érzésére hatnak.

Az időbeli kapcsolat az emlékek és a jelenbeli szituációk összekeverésében nyilvánulhat meg. Enyhébb formáiban azokban a tévedésekben vehetjük észre, melyekben az egyén jelenbeli helyeknek és személyeknek múltbeli helyek és személyek nevét adja. Az ismerős tárgyak, melyek érzelmi jelentőséggel bírnak az emigráns számára, és amelyeket magával visz, lehetővé teszik számára, többek között azt is, hogy felismerje folytonosságát saját múltjával.

A társas kapcsolat az, melyet a legnyilvánvalóbban befolyásol az emigráció. Az emigráns elvesztette legtöbb szerepét, melyet a közösségben betöltött, a szerepeket,

melyek identitásának fontos részét képezték. Ahogy egy páciens megjegyezte: „Az új országban senki sem fog ismerni; senki sem fogja ismerni a családomat; egy senki leszek.” Így a zavar ebben a kapcsolatban a valamilyen emberi csoporthoz – aki képes lenne igazolni az egyén létezését – tartozás hiányának érzését keltheti fel.

Fontos kiemelnünk, hogy ez a három kapocs egyidejűleg működik és kölcsönhatásban van. Az én különböző részei nem integrálhatók időben anélkül, hogy térben is integrálnánk őket. Ezen térbeli és időbeli integrációk alapján az egyén képes kapcsolatot kialakítani a külső világ tárgyaival (társas kapcsolat), meglehetősen gyakorlatias és diszkriminatív módon. Csak elképzelni tudjuk azt a szenvedést, melyet az egyén a nagyra tartott szimbólumok, nemzetének meghatározó karakterjegyei, vagyis az identitását formáló alapok feladásával átél, ideértve a kultúráját és a nyelvét is. Ez a veszteség a pszichikai kasztrációval és az identitás elvesztésével lehet egyenértékű.

Az egyén saját nyelvébe, az anyanyelvébe sosem fektet annyi libidót, mint amikor más nyelvű országban él. Az összes csecsemőkori tapasztalat, emlék és érzés, mely az első tárgy-kapcsolatokhoz kötődik, az anyanyelvbe kötött, és sajátos jelentéssel átítatott. Anzieu (1976) a „hang takarójáról” beszél, mely az élet kezdetétől körbeöleli a csecsemőt, mint egy beburkoló hártya, mely összefogja a tartalmakat. Az anya hangja, melyet a gyermek az első hetektől kezdve felismer, olyan számára, mintha „tej” folyna a fülébe. Éppen ezért van olyan fontos szerepe az altatódaloknak minden kultúra folklórájában.

Amikor a csecsemő sír, akkor hallja először saját hangját. A sírás és a nyöszörgés szoros kapcsolatban áll a szeparációs tapasztalatokkal – mint például megszabadulni valami nyomasztótól –, melyek aztán egy külső tárgyhoz intézett könnyörgéssé válnak, aki aztán megszabadít a szükségtől, a frusztrációtól és a fájdalomtól. Amikor a kisbaba elkezd az anya alakját jóként és rosszként integrálni, kezdi a hangokat is rendszerezni: elkezdődik a gagyogás, mely aztán szavakká alakul.

Greenson (1950) kiemelte a kapcsolatot a nyelv és az anya között. Úgy véli, hogy a beszéd egyszerre az anyával való kapcsolat megőrzésének és a tőle való visszavonulásnak az eszköze. A szavakat „anyatejként” is megtapasztalhatjuk, így a csecsemő kapcsolata az anyamellel döntően befolyásolja elsőbbi kapcsolatát az anyanyelvvél.

Amikor új nyelvet sajátítunk el, egy felnőtt a szókincset és a nyelvtant racionális alapokon tanulja meg; de a kiejtést, a hanglejtést és a ritmust, a nyelv „zenéjét” csakis az anyanyelvi beszélővel való identifikáción keresztül lehetséges elsajátítani. Az új nyelv védekezés céljából is használható, hiszen az anyanyelv sokkal közelebről kötődik a primitívebb képességekhez és érzésekhez. Egy Ausztriából származó páciens emlegette így: „a németben a vizelet szó vizelettől búzlik”.

Néhány ember meglepő képességeket mutat fel egy új nyelv befogadására, de továbbgondolva ezt a különleges ajándékot, ez a tehetség reprezentálhatja a menekülést az anyanyelv és az üldözöttként megtapasztalt primitív tárgyak elől. Ha az egyén úrrá lesz ezen a fázison, az új nyelv elsajátításának fejlődése egy bizonyos ponton megáll, mely minden személy esetében különböző, annak a kompromisszumnak megfelelően, melyet a környezet terhe és belső ellenállás között

köt. Néha, ha idiomatikus kifejezésekkel találkozunk, az emigránsokban a szégyen érzése léphet fel, mivel azt a „titkos nyelvbe” történő behatolásaként értelmezik, mely mindig megtartja titokzatos minőségét az idegen előtt. Mindemellett a nyelv mágikus hatásának tudattalan félelme is jelen van, amikor az emigráns ellenáll bizonyos kifejezések használatának, éppúgy, ahogy a páciens ellenáll álmai analízisének.

Általánosságban, az emigránsnak nehezebb dolga van, mint a csecsemőnek, amikor környezetével identifikálódik, és hagyja, hogy az új nyelv megtermékenyítse. Emiatt viszont elidegenítve érezheti magát az őt körülvevő dolgoktól. Egyesek álruhában, álcázva érzik magukat, amikor az új nyelvet használják, mintha elvesztették volna azt a nyelvet, melyet autentikusan sajátjuknak érznek.

A normális képességnek, mellyel egy új nyelvet elsajátítunk, persze nem kellene lehetetlenné tennie az első nyelv használatát.

Az egyik legnagyobb probléma, mellyel az emigránsnak szembe kell néznie, az a nehézség, hogy az új közösségben megtalálja a helyét, és visszanyerje azt a társadalmi pozíciót és szakmai státuszt, mely hazájában megillette. Senki sem ismeri őt és a családját, az ismeretlenség pedig csak fokozza a bizonytalanság érzését.

Az egyedüllét és az izoláció érzése pedig növeli az emigráns depresszióját veszteségei miatt, hiszen már nem támogatja a megszokott társadalmi és családi környezet gyászának feldolgozásában (Calvo, 1977). Néha az erőfeszítés, hogy túltegye magát ezeken az érzéseken, szomatikus szintre tolódik. Pszichoszomatikus zavarok jelenhetnek meg: emésztési tünetek (a migráció tapasztalatát nem tudja „megemészteni”); légzési tünetek (az új környezet „fojtogató”); keringési tünetek (a környezet és követelése „nyomást” gyakorolnak a szívre és az artériákra). Előfordulhat, hogy az egyén vonzza a baleseteket, melyek burkolt öngyilkossági kísérletek is lehetnek. Más esetekben szomatikus tünetek helyett hipochondriás félelmek és fantáziák figyelhetők meg.

Hangsúlyoznunk kell egy sajátságos tünetet, melyet több emigráns esetében megfigyelhettünk, akik gyorsan, már megérkezésük után alkalmazkodnak az új hely jellemzőihez, szokásaihoz és követelményrendszeréhez. Munkát találnak, megtanulják a nyelvet, elhelyezik családjukat új otthonukban, még sikereket is érnek el hivatásukban és társadalmi kapcsolataikban az első két-három év alatt, a látszólagos pszichikai és fizikai egyensúly állapotában. Aztán, paradox módon, amikor élvezhetnék erőfeszítéseik és sikerük gyümölcseit, hirtelen a mélységes szomorúság és apátia állapotába esnek, mely néha arra kényszeríti őket, hogy feladják munkájukat és kapcsolatukat a külvilággal. Ezt a tünetegyüttest „késleltetett depresszióknak” nevezzük, mely kétségtelenül akkor jelentkezik, amikor az összes mániás védekezés, melyet ez alatt az időszak alatt az erőszakos alkalmazkodás elérésére és fenntartására használt az egyén, véglegesen kimerült. Alkalmanként ez a késleltetett depresszió olyan szomatikus tünettől is helyettesíthető, mint a szívroham, a gyomorfekély, stb. A másik kiemelt tünet az emigránsok között a „pénz hipochondriája” – ahogy mi nevezzük –, mely a szegénységtől és a gyámoltalanságtól való félelemben fejeződik ki, a belső bizonytalanság és az instabilitás tapasztalatának eredményeként.

Az ilyen, migráció által kiváltott zavarok komolyságának relatív foka nagyban függ attól, hogy a személy egyedül emigrált vagy pedig egy pár vagy család részeként.

Ha a pár vagy a család megbízható, stabil kapcsolatoknak örvend, ezek jobb feltételeket fognak biztosítani a változás tapasztalatainak tolerálására és a konfrontálódásra is. Ha viszont ezek a kapcsolatok instabilak, az emigrációs helyzet kielezi a konfliktusokat, és a házasság tönkremenetelét vagy a szülő-gyermek kapcsolat problémáinak kialakulását eredményezi.

Ha létezik olyan tényező, mely alapvető különbséget jelent a migrációs folyamat viszontagságaiban és fejlődésében, akkor az a hazatérés lehetősége vagy lehetetlensége a saját országba. Ez az, ami meghatározza a migráció karakterét. Az első esetben az egyén azt érzi, „az ajtó nyitva áll” a lehetséges visszatérésre, ezért a klausztofóbiás szorongás nyomása csökken, és az emigráns nem találja magát zsákutcában. A második esetben a szituáció már a lelegejétől meghatározott: ha egyszer a kivándorlás útjára lép, nincsen alternatíva, nincsenek további lehetőségek. Ez utóbbi volt jellemző az Európából Amerikába vándorlók többségére a 19. század folyamán és a 20. század elején. Általánosságban a szegénység és az üldöztetés elől menekültek, a visszatérés pedig lehetetlen volt számukra: titokban hagyták el országukat, amikor az emigráció tiltott volt; vagy a kiirtás elől menekültek a náci időszak alatt. Ugyanez a helyzet érvényes a mindenkori politikai menekültekre és a száműzöttekre.

Az erőszakos migráció feltételei között az integráció folyamata rendszerint sokkal fájdalmasabb. Sokkal több keserűség jellemzi; a saját ország ellen érzett gyűlölet is jóval intenzívebb, és bármilyen abszurdnak is tűnjék, ezt a gyűlöletet az egyén a fogadó országra vetíti, melyre minden probléma okozójaként tekint, míg hazáját véget nem érő nosztalgiával idealizálja.

Az emigránsok között, akik nem térhetnek vissza saját országukba, található a számkivetettek csoportja, akiknek helyzete az új országban meglehetősen összetett. Nem valamit keresve érkeztek, hanem elmenekültek vagy kiűzettek; keserűek, sértettek és frusztráltak. Legtöbbjük helyzete hasonló a háborúk vagy a politikai küzdelmek túlélőihöz. Ez a helyzet az új környezetben szintén az integrációjuk ellen esik latba, hiszen a beilleszkedés az ügy és azon emberek elárulásaként fogható fel, akik hátramaradtak vagy meghaltak. Beilleszkedni és megtörni a szent és sérthetetlen jelleget, mellyel néhány emigráns száműzetését felruházta, annak az identitásnak elvesztésével egyenértékű, mely eddig meghatározta őket.

Ha nem tudják feldolgozni konfliktusaikat és bűnös érzéseiket, rendszerint a fogadó országra vagy a családra vetítik ki őket. Így, védekezésésként megfordítva a szituációt, erősen követelőzővé válnak az új környezetben, melyet kritizálnak, és amelyre kivetítik saját képtelenségüket az adakozásra és az oltalmazásra. Máskor viszont az extrém függőség állapotába kerülhetnek, mely intenzív orális függőségben jelenik meg, illetve abban az ellentmondást nem tűrő követelésben, hogy minden szükségletüket azonnal ki kell elégíteni.

Ha a száműzött előző személyisége egészségesebb, és a fő tevékenységei jobban kapcsolódtak a helyreállító és beilleszkedő tendenciákhoz, akkor képes lesz jobb integráció elérésére, és kielégítő tevékenység kialakítására az új országban. Az emigráns így képes lesz egészséges célokat véghezvinni önmaga és mások számára.

Szintén kiemelkedő fontosságú aspektus a befogadó közösség reakciója az emigráns érkezésére. E tekintetben a Bion (1970) által javasolt „tartalmazó-

tartalmazott” modellt tartjuk alkalmasnak a csoportfolyamattal kapcsolatban. Véleményünk szerint a modell az emigránst érő különböző viszontagságok sokatmondó illusztrációját adja, mely rendszerint az emigráns és a fogadó csoport interakciójának eredménye. A modell alkalmazható azon érzelmi reakciók sokféleségére is, melyek az emigráció mellett döntő egyén és a szülőföldön maradók között merülnek fel – ahogy ezt már korábban említettük is. A „tartalmazó-tartalmazott” elgondolást így az összetett kölcsönkapcsolatok metaforájaként értelmezzük.

Bion ezt a modellt eredetileg arra alkalmazta, hogy megmutassa egy új gondolat vagy az egyén fejlődési lehetőségeit a befogadó csoportban. Az egyén vagy az új gondolat (az emigráns) és a környezete (a fogadó ország) közötti dinamikus interakció – Bion szavaival – „katasztrofális változásra” volna képes egy potenciálisan bomlasztó erő segítségével, mely képes megsérteni a csoport és az interakcióba lépő csoporttagok struktúráját. Más szavakkal, az emigráns problémás hátterével, speciális jellemzőivel a fogadó csoportból különböző típusú reakciókat képes kiváltani, a nagyon lelkes fogadtatás és a teljes visszautasítás szélsőségéig.

A „katasztrofális változás” a tényeknek azon csoportjára utal, melyeket az „állandó együttjárás” tart össze. Az állandó együttjárás Hume fogalma, mely arra a tényre utal, hogy bizonyos megfigyelt adatok rendszerint együttesen tűnnek fel. Ezek között megemlíthetjük az erőszakot, a rendszer felforgatását és a változatlanságot. Az utóbbi terminus arra az elemre utal, mely a megelőző rendszer bizonyos elemeinek felismerését megengedi az új rendszerben is. A migráció oly mértékig katasztrofális változásból áll, hogy bizonyos struktúrák egy sor módosításon esnek át, a szétbomlás, a fájdalom és a frusztráció pillanatain keresztül átalakulnak. Ha az egyén feldolgozta ezeket a pillanatokot, és túltette magát rajtuk, akkor képes a személyiség igazi növekedése és gazdag fejlődése teret kapni. A migrációnak viszont lehetnek olyan következményei, melyek nem a katasztrofális változást, hanem a valódi katasztrófát hordozzák. Hogy végül az egyik vagy a másik lehetőség fog bekövetkezni, az nagyban függ attól az interakciós formától, melyet az emigráns és a fogadó közösség kialakít egymással. Bomlasztó ereje miatt az emigráns pusztítással fenyegetheti a régi csoport kohézióját, a csoport pedig, túlzott merevsége vagy védekező mechanizmusa miatt „megfojthatja” az emigránst, megakadályozva integrációját és fejlődését. A harmadik, és kétségtelenül a legjobb lehetőség, hogy mindkettő képes elegendő hajlékonyságot képviselni az új csoporttal szemben, és elfogadni a nem agresszív emigráns integrációját és fejlődését, mely mindkét félnek javára szolgál.

Eddig az emigráns reakcióit vettük sorra az új országba érkezésekor. Most viszont azt vennénk közelebbről szemügyre, hogy mi történhet a fogadó csoportban. Néhány esetben megnövekedhet a látens paranoia, az emigránst ekkor üldöztető módon behatolónak tekintik, aki meg akarja fosztani a helyieket a munkához való törvényes joguktól, tulajdonuk és vagyonuk élvezetétől. Szélsőséges esetekben ez a hozzáállás intenzív xenofób reakciókban és feltűnő rosszindulatban ölthet testet. A „megszállónak” tulajdonított képességekhez és erőhöz kapcsolódóan megerősödnek a versengés, a féltékenység és az irigység érzései. Ez pedig ördögi kört eredményezhet, hiszen csak növeli a gyűlölet és üldözöttség érzését az emigránsban, aki nem részesül abban a fogadtatásban, melyet elvár, és amelyre szüksége lenne. A befogadó csoport

más esetekben nagyon pozitívan reagál az emigráns érkezésére, szívélyesen fogadják, és megadnak részére minden szükséges segítséget ahhoz, hogy letelepedhessen új helyén. Az idegen és a helyi csoport közötti interakció így rendes és kiegyensúlyozott lehet, anélkül, hogy az üldöztetés vagy az idealizálás szélsőségeibe esne, elősegítve a kölcsönös megértést, mely a fokozatos, biztos és erős integrációnak kedvez.

Az egymást követő és egymást kiegészítő lépések integrációt eredményeznek, s ez az emigráns és új környezete gyümölcsöző kapcsolatának köszönhetően fokozatosan fejlődni fog; bekövetkezik az adaptáció az új kultúrához és az új tárgykapcsolatokhoz, valamint a kötődés és a hűség problémáinak hatékony megoldása. Nyilvánvaló: ha az emigráns korábbi személyisége eléggé egészséges volt, az emigráció igazolható és megfelelő feltételek között ment végbe, az új környezet pedig szívélyesen fogadja, akkor az emigráns elköteleződik új életmódja mellett. Ha az egyén érzelmi állapota lehetővé teszi számára a gyakorlatias viselkedést anélkül, hogy tagadásba vagy szélsőséges elkülönülésbe esne vissza, a határokat pedig elfogadja, akkor képes lesz tapasztalatai új elemeinek elfogadására és az új ország pozitívumainak értékelésére. Ennek a pszichológiai gazdagodásnak a következtében válik lehetségessé a valódi alkalmazkodás a környezethez.

Apránként, ha az emigráns feldolgozza migrációhoz kötődő gyászát és továbblép, majd elkezd magát az új környezet szerves részének érezni, és sajátjaként megtapasztalni annak egyéni jellemzőit, nyelvét, szokásait és kultúráját, miközben fenntartja pozitív és stabil kapcsolatát előző országával, annak kultúrájával és nyelvével – akkor nincsen szükség annak elutasítására ahhoz, hogy elfogadja az új helyzetet és elfogadást nyerjen benne.

Összegzés

Jóllehet nem mindig ugyanazokat a lépéseket követi, a migrációs folyamat általában az alábbi szakaszokon esik át:

1. A túlsúlyban lévő érzések: erős szomorúság mindaz iránt, amit elhagytak vagy elvesztettek, az ismeretlentől való félelem, az egyedüllét, elkülönülés és gyámoltalanság mély tapasztalatai. Paranoiás, zavart és depresszív szorongások léphetnek színre.

2. Ezt a szakaszt követheti vagy helyettesítheti a mániás állapot, melynek során az emigráns minimalizálja a változás transzcendens jelentőségét életében, vagy, épp ellenkezőleg, felnagyítja a változás előnyeit, és mindent túlértékel az új helyzetben, megvetve mindent, amit elveszített.

3. Változó idő elteltével megjelenik a nosztalgia és a bánat az elveszített világ iránt. Az emigráns kezdi felismerni korábban áthelyezett vagy megtagadott érzéseit, és képes lesz „elszenvedni” fájalmát („növekedési fájdalom”), ugyanekkor pedig elérhetővé válik számára az új kultúra elemeinek lassú és folyamatos befogadása. A külső és belső világa közötti együttműködés gördülékenyebbé válik.

4. A gondolkodás és vágyakozás örömeinek, a jövőbeli tervek készítésének visszanyerése, melyekben a múlt csak múltnak tekintett, nem pedig „ elvesztett paradicsomnak”, ahová az egyén folyamatosan visszatérni vágyik. Ebben a szakaszban a gyász az elvesztett hazáért teljes mértékig feldolgozottnak tekinthető, elősegítve a megelőző kultúra beépítését az újba, a régiről való lemondás nélkül. Mindez az én gazdagodását és egy jóval fejlettebb identitástudat megszilárdítását segíti elő.

Irodalomjegyzék

- Anzieu, D.** (1976). Narcisse: La language sonore du soi. *Nouvelle Revue de la Psychanalyse*, 13: 161-179.
- Bálint, M.** (1959). *A borzongások és regressziók világa*. Budapest: Animula, 1997.
- Bion, W. R.** (1970). *Figyelem és értelmezés*. Budapest: Oriold és Társai, 2007.
- Bowlby, J.** (196). Separation anxiety. *International Journal of Psychoanalysis*, 41: 89-113.
- Calvo, F.** (1977). *Que es ser inmigrante*. Barcelona: Editorial La Gaya Ciencia.
- Denford, S.** (1981). Going away. *International Journal of Psychoanalysis*, 8: 325-332.
- Freud, S.** (1915). Időszerű gondolatok háborúról és halálról. In: Uő: *Tömegpszichológia. Társadalomlélektani írások* (159-174). Budapest: Cserépfalvi, 1995.
- Garza-Guerrero, A. C.** (1974). Culture shock: its mourning and the vicissitudes of identity. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 22: 408-429.
- Greenson, R.** (1950). The mother tongue and the mother. *International Journal of Psychoanalysis*, 31: 18-23.
- Grinberg, L.** (1964). Two kinds of guilt: their relations with normal and pathological aspects of mourning. *International Journal of Psychoanalysis*, 45: 366-372.
- Grinberg, L.** (1978). The Razor's Edge in depression and mourning. *International Journal of Psychoanalysis*, 59: 245-254.
- Grinberg, L. & Grinberg, R.** (1974). The problem of identity and the psychoanalytical process. *International Journal of Psychoanalysis*, 1: 499-507.
- Kafka, F.** (1927). *Amerika*. Budapest: Szépirodalmi, 1978.
- Mahler, M. S.** (1965). On the significance of the normal separation-individuation phase. In: Uő: *Drives, Affects, Behavior* (161-169). Ed. M. Schur. New York: International University Press.
- Searles, H.** (1960). *The Nonhuman Environment in Normal Development and in Schizophrenia*. New York: International Universtiy Press.
- Ticho, G.** (1971). Cultural aspects of transference and countertransference. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 85: 313-334.

Winnicott, D. W. (1958). The capacity to be alone. In: *The Maturation Processes and the Facilitating Environment* (29-36). New York: International University Press, 1965.

Winnicott, D. W. (1971). *Játszás és valóság*. Budapest: Animula, 1999.

Tórizs Eszter fordítása