



Vukov Johanna – Kőváry Zoltán

Kutya a rendelőben. Az ember-állat kapcsolat helye a pszichoanalitikus gondolkodásban

„Ne röstelld, ha egy kutya közelebb van lelkedhez, mint a legtöbb ember, akit személyesen ismersz. [...] Szeresd csak nyugodtan kutyádat, ezt a csillogó szemű, fáradhatatlan barátodat, aki nem kér barátságáért mást és többet, mint valamilyen szerény koncot és egy-egy simogatást. Ne hidd, hogy gyöngédség és önzés készítet az állatokat szeretni. Testvéreink ők, s ugyanabban a műhelyben készültek, mint az ember, s értelmük is van, néha bonyolultabb és finomabb, mint a legtöbb embernek.”

(Márai, 1943, 152.)

Az ember-állat kapcsolat az emberiség kezdeteire nyúlik vissza, noha azóta rengeteget változott. A 19. század végén és a 20. század elején, a pszichoanalízis kezdetekor már Európa-szerte és az Egyesült Államokban egyaránt elterjedté vált a különböző állatok házikedvencként való tartása. Élete vége felé járva maga Freud is tartott több kutyát, akikről számos anekdota kering. A család első kutyája Wolf, egy farkasra inkább hasonlító németjuhász („farkaskutya”) volt. Majd Dorothy Burlingham pszichoanalitikustól kapták Lün-Yut, az első csau csaut, aki 15 hónappal később egy balesetben elpusztult. A gyászoló Freud hét hónappal később befogadta Lün-Yu hűgát, Yofit (ami héberül „szépség”-et jelent). Yofi gyakran bent tartózkodott a rendelőben, állítólag minél inkább szorongott a páciens, annál távolabb helyezkedett el tőle, és a terápiás ülések végét is pontosan jelezte azzal, hogy az ajtóhoz sétált, vagy ásítózni kezdett. Néhány nappal Yofi halála után a gyászoló Freud egy újabb csau csaut fogadott be, Lünt. Lün később a háború elől menekülő családdal együtt költözött Londonba, és halála napján is Freud mellett maradt. A vers, amelyet Wolf (valójában Anna Freud) „írt” Freud születésnapjára, ma is megtekinthető a londoni Freud Múzeumban. (Genosko, 1994; Roth, 2005; Gavriale-Gold, 2011.)

Ezek a rövid történetek az ember-állat kapcsolat számos olyan mozzanatát mutatják be, amelyeket ma már kutatási eredmények támasztanak alá. Míg az elmúlt száz évben a háztartásokban egyre nőtt a társállatok száma, a gazdák pedig egyre inkább családtagként, barátként tartják számon azokat, addig Freud kutyáival együtt a pszichoanalízisből is eltűntek az állatok. Fontos továbbá megjegyezni, hogy maga

Freud sem foglalkozott az ember-állat kapcsolat pszichológiai és pszichoterápiás vonatkozásaival. Pályája elején az állatokat a gyermekkori fóbiák kapcsán vizsgálta (Freud, 1909). Később arról ír, hogy az ember felsőbbrendűnek tekinti magát az állatokkal szemben, és míg a gyermekben ennek nyoma sincs, addig a felnőtt már teljesen elidegenedik az állatvilágtól (Freud, 1917). Ezt követően az ember-állat kapcsolathoz kötődő gondolatait már csak naplóbejegyzésekből, levelekből és elbeszélésekből ismerhetjük meg. Gentile (2018) felveti, hogy azért nem jutott hely a pszichoanalízisben az ember-állat kapcsolatnak, mert a pszichoanalízis beszélgetésen keresztül gyógyít, ez pedig kizárólag ember és ember között valósulhat meg. Az alábbiakban a teljesség igénye nélkül megkíséreljük bemutatni, hogy mi mindent állítanak a dinamikus szemléletű elméletalkotók az ember-állat kapcsolatáról.

Életmentő kapcsolat vagy neurotikus tünet?

Az elméletalkotók gyakran patologizálták az ember-állat kapcsolatot, egyesek pedig továbbra is az emberi kapcsolataiban kudarcot valló egyén helyettesítő kapcsolataként tekintenek rá, illetve esetleg egyenesen úgy vélik, hogy a neurózis mértékét meghatározhatja, hogy az egyén mennyivel erőteljesebben ragaszkodik az állatokhoz, mint az emberekhez (Roth, 2005; Gavriale-Gold, 2011). Ez és az ehhez hasonló feltételezések hozzájárultak ahhoz, hogy az ember-állat kapcsolat olyan alacsonyabb rendű funkcióvá degradálódjon, amelynek nincsen helye a tudományos vizsgálódásban (Serpell, 2000). Ugyanakkor az előbbi álláspont megkérdőjelezhetővé válik, ha figyelembe vesszük, hogy többnyire pszichiátriai ellátásban résztvevő egyének szolgálták kiindulópontjuként (Gavriale-Gold, 2011; Hutton, 2016). Az előbbi elgondolással szembenállnak a tények is: világszerte folyamatosan növekszik a házikedvencként tartott állatok száma, a gazdák pedig egyre inkább családtagként vagy barátként tekintenek rájuk. A korai és súlyos traumákat elszenvedő egyének egy része valóban patológiás kapcsolatot alakít ki a társállatokkal, míg mások több sikerrel járnak (Roth, 2005). Felmerül annak kérdése is, hogy a társállat képes lehet-e helyreállítani a korai, elsődleges tárgyhoz kötődő bizalomvesztést.

Ahogy Freud is megfogalmazta: „A kutyák szeretik a barátaikat, és megharapják az ellenségeiket, nem úgy, mint az emberek, akik képtelenek a tiszta szeretetre, és mindig keverik a szeretetet és a gyűlöletet a saját kapcsolataikban” (idézi Molnar, 1992) – azaz a társállatokkal való kapcsolat sok szempontból egyszerűbb, mint az emberi kapcsolatok. A sérülékeny csoportok egyöntetűen kiemelik az ember-állat kapcsolatban meglévő ítéletmentességet, elfogadást és feltétel nélküli szeretetet. A kapcsolat továbbá konzisztens, így az abúzust elszenvedett személyek számára könnyebben kialakulhat a bizalom (Brooks et al., 2018). Emiatt az állatok segíthetnek társra találni akkor is, ha az egyén emberi kapcsolataiban ezt képtelen megtenni, és így megvédenek a magánytól (Magyar, 2021).

Az állatokkal való kapcsolat a kreatív egyének számára az önkifejezés és ezáltal a nehézségekkel való megbirkózás forrásaként is szolgálhat (Roth, 2005). Számos nehéz sorsú művész életében jelen voltak számukra kedves állatok, akik nemcsak könnyebbé

tették mindennapjaikat, hanem alkotásaikat is inspirálták. Ilyenek voltak Louis Wain angol festő, aki felesége daganatos betegsége kezdetétől élete végéig macskákat rajzolt (McGennis, 1999), Frida Kahlo, akinek majmai több képről is visszaköszönnek (Kettenmann, 2003), illetve Edward Munch a kutyáival (Prideaux, 2005).

Roth (2005) analitikus esettanulmányaiban a korai sérülést elszenvedett egyének életében jelenlévő ember-állat kapcsolat különböző minőségeit mutatja be. Amikor a gyermekként folyamatosan bántalmazott Ms. A. sírva a szobájába menekült, és a család kutyái vigasztalni próbálták, Ms. A. becézgette, hívogatta, majd hirtelen a falhoz vágta őket. Úgy gondolta, ezt sosem bocsátották meg neki a kutyák, és így sikeresen távol tartotta őket magától. Felnőttként nem akart senkiért sem felelősséggel tartozni, félt, hogy ismét előtörne belőle az agresszió, és hasonlóképpen, ő maga sem szeretett volna senkitől függeni, szükséglete tárgyait megtámadta. Ms. A. esetében a pszichoterápia kudarcot vallott, ahogyan az állattal való kapcsolat sem bírta el a konfliktusait, és nem szolgált számára biztonságos menedékként a fejlődési szakaszok nehézségei során. Mr. E. csecsemőként a konyhaasztal alatt kereste a család bulldogjának tarsását – harapdálták egymást, és az ételt is megosztották, amíg szülei a kamasz testvéreivel foglalkoztak. Amikor a fiú ötéves lett, elajándékozták a kutyát, mivel az anya erejét meghaladta a róla való gondoskodás, és ekkor Mr. E. úgy érezte, ő is túl sok lett az anyja számára. Az idejét egyedül töltötte, a kóbor macskákat bámulta, azt képzelte, ő a vezetőjük, akinek a különleges képessége, hogy kommunikálni tud velük. Gyakran haza is vitt megmentett állatokat, de az anyja sohasem fogadta el őket, annak ellenére, hogy Mr. E. erősen azonosult velük. Nyolcéves korában megpróbált megmenteni egy kismacskát a gyerekek elől, akik bántani akarták, de a kismacska ezt csak harapásokkal viszonzta. Mr. E. borzasztóan megszegyenülve érezte magát, de később azzal nyugtatta magát, hogy állatorvos lesz belőle, és békésen fog élni az állatok között. Ez a fantázia fenntartotta az egészséges grandiozitása egy részét, és megvédte az anyja viselkedésétől. Mr. E. ugyan sokára engedte bizalmába a terapeutát, de azt követően képes volt a terápiás munkára. Az ő esetében a kutya, illetve később a kutya képének felidézése és fantáziái megóvták a súlyos gyermekkori depressziótól.

A különböző kimenetelű esettanulmányok rámutatnak arra, hogy az állattal való kapcsolat valóban lehet patológiás jellegű, de elő is segítheti a személyiségfejlődést. Emellett gyakran azt tükrözi, ahogyan az egyénnel bántak, vagy szerette volna, hogy bánjanak vele. Az állathoz való viszonyulás a további interperszonális kapcsolatok modelljeként is szolgálhat, így pszichoterápiás szempontból hasznos lehet a feltérképezése (Gavriele-Gold, 2011).

Az állat mint projekciós és identifikációs felület

Az állatok folyamatosan projekciós és identifikációs felületként szolgálnak az elfojtott ösztönkésztetések, vágyak számára, és így különböző, akár dinamikusan változó szerepeket tölthetnek be az egyén életében (Heiman, 1956). Ezt Freud esettanulmányai is igazolják; a kis Hans esetében a kasztrációs félelem és az elfojtott agresszió a

lovakra, a Farkasember (1918) apja iránti homoszexuális vágyai egy farkasra, a Patkányember (1909) inceszt vágyai és kasztrációs szorongása pedig a patkányokra vetül ki. Freud szerint a kisállatok a testvéreket, a nagyobbak a szülőket és a szenvedélyeket testesítik meg. Azáltal, hogy a belső feszültség a külvilágra vetül, a projekció megkíméli az egyént az olyan szorongástól, stressztől, amely már elviselhetetlen lenne számára, ha szembesülnie kellene vele.

Ugyanakkor a projekció nem kizárólag freudi védekező mechanizmusként értelmezhető. Jelenthet egyfajta „tükröző tulajdonítást”, amelynek során az egyén a társállatra önmaga és vágyai tükreként tekint. A társállattal való kapcsolatban megjelenhet mindaz, amire a személy emberi kapcsolataiban vágyik, de nem tapasztalja meg: egy soha el nem hagyó örök gyermek vagy egy tökéletes partner illúzióját kelthetik gazdájukban. Jól példázza ezt Magyar (2021) kutatásában a középkorú nő, aki ráismer arra, hogy kutyájával akarta helyettesíteni a számára ideális férfit, és belevetítette mindazon tulajdonságokat, amelyeket korábbi párkapcsolataiban a férfiakból hiányolt. Emellett a két fél között fennálló valódi konfliktus könnyedén elrejtőzhet az állattal kapcsolatos folyamatos vitákban.

Az identifikáció során az egyén azonosul a társállattal, egyes tulajdonságait magáévá teszi. Mindez kihathat a kapcsolati dinamikákra. Kiváló példa erre az a férfi, aki kutyájára önmaga kiterjesztéseként tekintett, és úgy gondolta, hogy megjavult anyjával a kapcsolata azáltal, hogy az anyja megszerette a kutyáját (Magyar, 2021). Ugyanakkor az egyén kommunikálhat az állaton keresztül is, azaz úgy tehet, mintha az állattal közölné azt, amit valójában a jelenlévő másik félnek szeretne mondani, vagy az állat cselekedetei által fejezheti ki érzelmi állapotát (Noonan, 2008). Az intenzív identifikáció különösen előtérbe kerülhet a társállat elvesztését követően, amikor a gazda úgy érzi, egy része az állattal együtt halt meg (Blazina, Boyraz és Shen-Miller, 2011). A választott állattal való identifikáció továbbá sokat elárul a pszichéről, így pszichoterápiás szempontból is sokatmondó lehet a feltérképezése (Ponder, 2019).

Ha engedjük, a társállatok közelebb hozhatják hozzánk az elmúlás gondolatát, és akár segíthetnek is megszélesíteni azt. Marie Bonaparte hercegnő, pszichoanalitikus könyvet írt a kutyájáról, *Topsy, az aranyszőrű csau csau* címmel (Bonaparte, 1938). A könyv német fordítását Sigmund és Anna Freud készítették el 1938-ban, amíg Londonba menekülve a vízumukra vártak. A történetet Bonaparte azt követően kezdte el írni, hogy megtudta, Topsy daganatos betegségben szenved. Eközben tudatosan benne, mennyire kötődik a kutyához, illetve apja halálával kapcsolatos emlékei is előkerülnek. Topsy betegsége mögött megjelenik Európa akkori betegsége is, a II. világháború. További párhuzam, hogy a fordítás ideje alatt maga Freud is daganatos betegségben szenvedett, illetve korábban Bonaparte apja is ebben hunyt el, így Topsy segítségével mindkét pszichoanalitikus közelebb kerülhetett a halálhoz és az ahhoz kötődő félelmekhez (Genosko, 1994). Freud híres levele is ennek a könyvnek a fordítása után íródott, amelyben arról számol be, hogy az ember azért képes rendkívüli módon szeretni egy állatot, mert ez a szeretet ambivalenciától mentes, és a létezés önmagáért való gyönyörét hordozza magában (Freud, 1970).

Hutton (2016) azt vizsgálta, hogy a AIDS-beteg férfiak életében hogyan van jelen a halálszorongás, és miként vetül rá társállataikra. Korábban O’Farrell (1997, idézi

Hutton, 2016) írt le hasonló jelenséget, amikor egy nő úgy vélte, a kutyája haldoklik, és könyörgött az állatorvosnak, hogy altassa el, ám később kiderült, hogy a nő nemrégiben kórházba került akut szívelégtelenség miatt. Hutton (2016) kutatásában az interjúalanyok saját halálukkal való foglalkozása egyöntetűen kimerült az arra vonatkozó aggodalomban, hogy mi történne társállatukkal a halálukat követően. Az egyedül maradó társállat gondolata az öngyilkosság ellen is védőmechanizmusként szolgált, megjelent egyfajta túléléshez szükséges egymásra utaltság. Mindez felveti annak a veszélyét, hogy mi történne az interjúalanyokkal abban az esetben, ha a társállat halála megelőzné az ő halálukat, és magukra maradnának a betegségükkel és halálfélelmükkel; az ezzel kapcsolatos anticipált gyász pedig az interjúalanyok elbeszéléseiben is megjelent. A saját halálukkal kapcsolatos szorongást az állat halálával való foglalkozásba vetítették, így azáltal, hogy folyamatosan gondoskodtak az állatról, magukról is gondoskodhattak, és egy szociálisan elfogadhatóbb módon próbáltak megbirkózni a halálfélelemmel.

Az állat mint átmeneti tárgy

A tárgykapcsolat-elmélet kontextusában a társállatok átmeneti tárgyakhoz hasonlóak. Az átmeneti tárgy Winnicott (1999) szerint olyan tárgy, amely egyszerre az anya és nem az anya, tehát az „elég jó anyát” reprezentálhatja, ezáltal az anyától leváló gyermek segítségével megtapasztalja az én és nem én szétválását, feszültség esetén lelki kapaszkodóként szolgál. Az „elég jó anya” megtartó környezetet biztosít a gyermekének, amelyben megfelelően kielégíti annak szükségleteit, illetve lehetővé teszi a szubjektív belső valóságból az objektív valóság fokozatos megtapasztalását. A társállat stressz esetén megnyugtató funkcióval rendelkezik, pusztán jelenléte, fizikai érintkezés, vagy valamilyen közös aktivitás hatására. Emellett egyfajta megtartó funkcióval is bír, mivel olyan közösen kialakított teret biztosít, ahol az egyén biztonságban élheti meg érzelmeit, egyaránt elbíri a gazda szeretetét és dühét is. A társállatok által biztosított megtartó tér új utak felfedezését teszi lehetővé a gazdák számára, akik ezáltal saját személyiségükre is újabb perspektívából láthatnak rá (Wilkes, 2009; Magyar, 2021).

A társállat abban viszont eltér az átmeneti tárgytól, hogy reagál a dühre, annak hatására eltávolodik. Ez a fajta tükrözés segítheti az egyén rálátását a saját érzelemszabályozási stratégiáira. Winnicott (1971) ezt a tükröző funkciót az „elég jó anyához” társítja. Katcher (2000, idézi Wilkes, 2009) szerint a társállat nem átmeneti tárgy, hanem inkább átmeneti lény, amelybe projektálhatók mindazon tulajdonságok, amelyeket az emberekből hiányolunk. Tárgykapcsolati perspektívából, ha a társállat jelentette az egyén számára az egyetlen jó tárgyat, akkor a tárgyvesztést követően visszatérhet a korábbi reménytelen, jó tárgyakat nélkülöző állapothoz. Ha képes újra megalkotni és internalizálni az elveszített jó tárgyat, azaz belül létrehozni azt, ami a külvilágban elveszett, akkor meghaladhatja önmagát, és egy magasabb minőséget érhet el (Blazina, Boyraz és Shen-Miller, 2011).

Az állat mint szelftárgy

A szelfpszichológiai megközelítés a társállatokra szelftárgyként tekint (Brown, 2004). A szelftárgy olyan jelentés vagy funkció, amellyel egy másik ember, állat, tárgy vagy tapasztalat rendelkezhet az egyén számára, és lehetővé teszi, hogy az egyén integrált és értelmes egészként élje meg önmagát, megteremtse és megőrizze a harmóniát a szelf különböző aspektusai között. Kohut (2001) úgy vélte, a szelftárgyak nem csak gyermekkorban szükségesek, hanem nélkülözhetetlen szereppel bírnak az élethosszig tartó fejlődésben. Különböző helyzetekben segíthetnek, megnyugtathatnak distressz esetén, tükrözhetik az egyén teljesítményét, megmutathatják szerethetőségét. Nem maga a társállat jelentheti az egyén számára a szelftárgyat, hanem az, ami az egyén belső tapasztalása a társállat bizonyos aspektusairól, azaz például a kutya támogató funkciója töltheti be a szelftárgy funkciót. Ebből a perspektívából nem számít, hogy a macska valóban szereti-e a gazdáját, csak az, hogy a gazda belső tapasztalása a szeretet. Ugyanakkor fontos megjegyezni, hogy nem minden társállat válik szelftárggyá, tehát lehetséges, hogy egy egyén egy időben akár több társállattal rendelkezik, de csak egy tölt be szelftárgy funkciót.

Megkülönböztethetünk tükröző funkciót: például amikor a kutyájának felolvasó kislány a kutya lelkes, örömteli reakcióját követően érdekesnek és értékesnek látja magát; idealizáló funkciót: amikor a kutyájával versenyeket nyerő, szülei elismerését kivívó kislány a kutyát a szelf kiterjesztéseként éli meg, ahogyan a kutya nagyszerű, úgy ő is; illetve iker funkciót: amikor a kislány ugyanúgy viselkedik, ahogyan a kutyája, társakként, egyformaként éli meg magukat (Alper, 1993, idézi Brown, 2004). Mindezen funkciók meglétét jól mutatják a kvalitatív módszertanú kutatások. Egyes gazdák úgy vélik, legértékesebb tulajdonságuk az, hogy szeretik az állatokat, büszkék, hogy felelősségteljesen és jól tudnak gondoskodni valakiről, valamint emiatt értelmesebbnek is élik meg életüket. A testi és lelki betegségben szenvedő egyének gyakran szenvednek a megbélyegzéstől, és az állatoktól érkező feltétel nélküli elfogadás lehetővé teszi számukra, hogy szerethetőnek érezzék magukat (Brooks et al., 2018). A társállat konzisztensebben és pozitívabban tükrözhet vissza, mint az emberek, így traumát követően jelentős szerepe lehet (Brown, 2004). A szelftárgy funkciót betöltő társállat tehát elősegítheti gazdája jóllétét, és akár fejlesztheti a másokkal való kapcsolódás képességét is.

Marcus (2007) Harryhez, az utcáról mentett cocker spánielhez fűződő viszonyát mutatja be tanulmányában. A kapcsolatot transzformatív erejű, transzcendens, tiszta szeretetkapcsolatnak írja le, és ennek lényegét a kutya sebezhetőségében és az emiatt iránta érzett felelősségében és erkölcsi kötelességében látja. A szerző továbbá nyilvánvalónak véli, hogy a kutya egyfajta gyerekpótlékot töltött be az életükben, akiről gondoskodhattak, miután gyerekei elköltöztek otthonról. Ugyanakkor Harrytől nem várt el semmit a pusztá jelenlétén kívül, aminek a kutya hálásan eleget is tett, és ezáltal eloszlatta a magány és elválás okozta szorongást, napról napra igazolta, hogy a szeretet tárgya a szeparációt követően is újra jelen van, a szeretetkapcsolat pedig nem vész el. Marcus feltételezi, hogy a Harryvel való kapcsolatában kielégülnek mindazon szelftárgy szükségletek, amelyeket gyermekkorában a szülei képtelenek voltak

megadni neki. A kutya jelenléte segíti számára megtartani a szelf kohézióját és harmóniáját azáltal, hogy „elég jó gondozója” lehet Harrynek – egy olyan gondozó, aki neki sohasem adatott meg.

Diszkusszió

Az ember-állat kapcsolathoz való általános viszonyuláson leginkább talán az változtathatna, ha a kapcsolatot nem az emberi kapcsolatok pótlékaként szemlélnénk, és nem is úgy tekintenénk rá, mint egy ismeretlen hatásmechanizmusú, receptre felírható gyógyszerre, hanem hagynánk saját egyediségében kibontakozni. Az ember-állat kapcsolat tanulmányozása során kihívást jelent, hogy ne hasonlítsuk teljes mértékben az állatot az emberhez, de ne is válasszuk le azt, ami emberben és állatban közös (Serpell, 2000). Ahogyan azt korábban már említettük, Freud 1917-ben arról írt, hogy az ember az állatok fölé teremtett úrként tekint önmagára, és ezzel elszakította magát az állatvilágtól. Felveti, hogy effajta felsőbbrendűségi érzés a kisgyermekben és a kezdetleges emberben még nincs jelen, a fejlődés terméke. Serpell (2000) ezt a gondolatmenetet viszi tovább: úgy véli, a társállatok a tudattalan mediátorai, az egyén a velük való kapcsolódás során tulajdonképpen a benne élő állattal kapcsolódik, és a vele való sérült kapcsolatot állítja helyre. Ez amiatt is jelentős, mert ha az egyén nem talál egészséges, kreatív módot a benne rejlő állati ösztönök kifejezésére, akkor azok valamilyen tünet formájában kerülnek felszínre. Ahogyan az ember a civilizáció során eltávolodott az állatoktól, úgy a benne élő állattól is egyre messzebb került.

Végezetül ide köthető a Fromm (1973) által megalkotott biofilia fogalma is, amely az élet és minden élő szenvedélyes szeretetét jelenti. Fromm úgy vélte, az élet iránti produktív, kreatív és törődő attitűd elengedhetetlen a pszichés egyensúlyhoz és fejlődéshez. Wilson (1984) későbbi biofilia hipotézise szerint az ember veleszületett belső tendenciája, hogy fókuszáljon az életre és az életszerű folyamatokra, illetve vonzódjon ezekhez, a kapcsolódás pedig nem csupán anyagi és fizikai jellegű, hanem esztétikai, intellektuális és spirituális szükségleteket elégít ki. Ahogyan Freud is utal erre egy levelében (1970), egy állattal amiatt alakulhat ki rendkívüli módon mély szeretetteljes kapcsolat, mert időről időre emlékezteti az embert a létezés önmagáért való szépségére. Az állatok egyszerűségük által arra mutathatnak rá, hogy az élet szépsége annak ciklikusságában, a jelen megélésében rejlik. Ha engedjük, tanítóinkká válnak az állatok; ahogyan egykor a sámánok is hozzájuk fordultak az univerzum titkainak megértésért, úgy a jelen emberének is szüksége lehet tanításukra, talán jobban, mint valaha. Az állatokkal való kapcsolódás során nemcsak a természethez kapcsolódunk, hanem önmagunkhoz is, valamilyen közös ősi tudáshoz. Amikor mindenhol áramlik felénk az információ, de a szavak érzelmektől mentesek, egyszerre különlegesen szép és nehéz szavak nélkül, a legmélyebb érzelmeken keresztül kommunikálni valakivel. Ez az, amit az állatokkal való kapcsolat lehetővé tesz az ember számára. A legjobb esetben az állattal való kapcsolat az ember számára valami teljesen egyedül jelenthet, kihathat a világgal való kapcsolatára, és elősegítheti a fejlődését.

Felhasznált irodalom

- Alper, L. S.** (1993). The child–pet bond. In: A. Goldberg (ed.), *The Widening Scope of Self Psychology: Progress in Self Psychology* (Vol. 9, 257-270). Hillsdale, NJ: The Analytic Press.
- Blazina, C. – Boyraz, G. – Shen-Miller, D.** (eds.) (2011). *The Psychology of the Human–Animal Bond: A Resource for Clinicians and Researchers*. New York: Springer.
- Bonaparte, M.** (1938). *Topsy: The Story of a Golden-Haired Chow*. New Brunswick: Transaction Publishers, 1994.
- Brooks, H. L. – Rushton, K. – Lovell, K. – Bee, P. – Walker, L. – Grant, L. – Rogers, A.** (2018). The power of support from companion animals for people living with mental health problems: a systematic review and narrative synthesis of the evidence. *BMC Psychiatry*, 18(1): 31.
- Brown, S-E.** (2004). The Human-Animal Bond and Self Psychology: Toward a New Understanding. *Society & Animals*, 12(1): 67-86.
- Freud, S.** (1909). *A Patkányember. Klinikai esettanulmányok I.* Budapest: Cserépfalvi, 1993.
- Freud, S.** (1917). A pszichoanalízis egy nehézségéről. Ford. Ignotus. *Nyugat*, 10(1): 47-52.
- Freud, S.** (1918). *A Farkasember. Klinikai esettanulmányok II.* Budapest: Filum, 1998.
- Freud, S.** (1970). *Letters of Sigmund Freud, 1873–1939*. London: Hogarth Press.
- Fromm, E.** (1973). *A rombolás anatómiája*. Ford. Dankó Zoltán, Csaba Ferenc. Budapest: Háttér Kiadó, 2001.
- Genosko, G.** (1994). Introduction to the Transaction Edition. In: M. Bonaparte: *Topsy: The Story of a Golden-Haired Chow* (2. ed.). New Jersey: Transaction Publishers.
- Gentile, K.** (2018). Animals as the Symptom of Psychoanalysis or, the Potential for Interspecies Co-emergence in Psychoanalysis. *Studies in Gender and Sexuality*, 19(1): 7-13.
- Gavrielle-Gold, J. R.** (2011). The human-canine bond: new learnings and a changing rationality from a psychoanalytic perspective. *Psychoanalytic Review*, 98(1): 91-105.
- Heiman, M.** (1956). The relationship between man and dog. *The Psychoanalytic Quarterly*, 25: 568-585.
- Hutton, V. E.** (2016). “What am I going to do without him?”: Death anxiety, projection, and the human–animal relationship. *Psychoanalytic Review*, 103(5): 699-718.

- Katcher, A. H.** (2000). Animal-assisted therapy and the study of human–animal relationships: discipline or bondage? Context or transitional object? In: A. Fine (ed.), *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice* (461-473). San Diego: Academic Press.
- Kettenmann, A.** (2003). *Frida Kahlo*. Ford. Molnár Magda. Budapest: Taschen – Vince Kiadó.
- Kohut, H.** (2001). *A szelf analízise*. Ford. Pintér Ferenc. Budapest: Animula.
- Magyar K.** (2021). A kutya mint társállat szerepe az egyén érzelmi önszabályozásában. Tudományos diákköri dolgozat. Szeged: SZTE BTK.
- Márai S.** (1943). *Füves könyv*. Budapest: Helikon, Akadémiai, 1991.
- Marcus, P.** (2007). “I’m just wild about Harry!” A psychoanalyst reflects on his relationship with his dog. *Psychoanalytic Review*, 94(4): 639-656.
- McGennis, A.** (1999). Louis Wain: His life, his art and his mental illness. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 16(1): 27-28.
- Molnar, M.** (1992). *The Diary of Sigmund Freud, 1929–1939: A Record of the Final Decade*. New York: Charles Scribner’s Sons.
- Noonan, E.** (2008). People and pets. *Psychodynamic Practice*, 14(4): 395-407.
- O’Farrell, V.** (1997). Owner attitudes and dog behaviour problems. *Applied Animal Behaviour Science*, 52: 205-213.
- Ponder, J.** (2019). Patients’ use of dogs as objects of identification, projection, and displacement. *Psychoanalytic Psychology*, 36(1): 29-35.
- Prideaux, S.** (2005). *Edvard Munch: Behind the Scream*. New Haven: Yale University Press.
- Roth, B.** (2005). Pets and psychoanalysis: A clinical contribution. *Psychoanalytic Review*, 92(3): 453-468.
- Serpell, J. A.** (2000). Creatures of the unconscious: Companion animals as mediators. In: A. L. Podberscek, E. S. Paul, & J. A. Serpell (eds.), *Companion Animals and Us: Exploring the Relationships Between People and Pets* (108-121). Cambridge: Cambridge University Press.
- Walsh, F.** (2009). Human-Animal Bonds I: The Relational Significance of Companion Animals. *Family Process*, 48(4): 462-480.
- Wilkes, J. K.** (2009). *The Role of Companion Animals in Counselling and Psychology: Discovering Their Use in the Therapeutic Process*. Springfield: Charles C. Thomas.
- Wilson, E. O.** (1984). *Biophilia*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Winnicott, D. W.** (1999). *Játás és valóság*. Ford. dr. Bíró Sándor és Széchei Orsolya. Budapest: Animula.