



In: S. Freud et al. (1933). Lélekelemzési tanulmányok (240-248).
Budapest: Párbeszéd, T-Twins, 1993.

KIKÉPZŐ ANALIZIS ÉS KONTROLL ANALIZIS

Kovács Vilma

Ma még egyetlen főiskola vagy egyetem sem foglalkozik analitikus kiképzéssel. Sok hátránya mellett ebből a helyzetből az a haszon is származott, hogy az egyes analitikus csoportok, teljesen szabadon kísérletezhettek ezen a téren mindaddig, míg számos tapasztalatgyűjtés után a mai módszer kialakult.

Nemcsak a tudomány vezető köreinek ellenállásán mult, hogy az analízis mint tantárgy még ma sincsen besorozva egyetlen fakultásra sem. Az analitikus kiképzésnek olyan nehézségei vannak, amelyek lehetetlenné teszik beillesztését a ma fennálló tudományos oktatás megszokott kereteibe. Az analitikus gyógyító módot, mint bármely más gyógy módot csupán tankönyvekből és előadásokból nem lehet megtanulni, sőt külön nehézség az, hogy az analitikus kezelés demonstrálása betegeken lehetetlen. Az analízis a tanítványoktól is sokkal nagyobb áldozatokat követel, mint bármely más tudomány. Az orvostanhallgatóknak nem kell az összes létező betegségi mechanizmusokat kipróbálniuk magukon. Másan tanulják meg a test felépítését. Az analitikus viszont csak saját lelke elemzésével tanulhatja meg, hogy a lélek milyen általános törvényeknek engedelmeskedik, hogy mik azok a specifikus faktorok, amelyek a lélek egészséges vagy beteg fejlődését befolyásolják. Csak saját maga vizsgálatánál juthat arra a meggyőződésre, hogy van tudattalan lelki élet, ami az egészséges ember cselekedeteit éppen úgy befolyásolja, mint a betegét.

Ez az önvizsgálás az analitikus kiképzés legfontosabb része. Freud saját álmait elemezte azért, hogy ezen az úton ismerkedjék meg lelkének tudattalan részeivel. Aki az Álomfejtés című könyvét, amely ezeknek az álomanalíziseknek egy részét ismerteti, olvasta, tapasztalhatta, mily nehézségekkel jár az ilyen önanalízis. Valóban csak a kutató lelkesedése és az igazság megtalálásának minden személyes

érzékenykedésen felülemelkedő vágya segíthette ebben a nehéz munkában. A történelmi fejlődés azonban letért egy időre arról az útról, amelynek eredményességét és irányát ez az első kiképzés megmutatta. Még maga Freud sem vette észre, hogy ez az önanalízis szükséges feltétele az analitikus technika elsajátításának. Ennek az első önanalízisnek tulajdonképpen tudatos célja nem saját egyéni tudattalanjának, hanem általában az emberi tudattalan lelki életnek megismerése volt. Ennek a munkának közvetlen eredménye az analitikus lélektan első megfogalmazása lett. (Álomfejtés elméleti fejezetei.) Freud akkor még azt hitte, hogy ezzel hozzáférhetővé tette minden ember számára saját tudattalanját. És így, amikor 1902-ben egy orvos, aki analitikus páciense volt, megszervezett néhány érdeklődőt, akik meg akartak ismerkedni az analízissel, Freud maga köré gyűjtötte ezt a csoportot és rendszeres összejöveteleken megbeszélték a felmerülő problémákat. (Freud: Geschichte der psychoanalytischen Bewegung. Ges. Werke Bd. IV.) Freud már ezen első együttműködés alatt tapasztalt bizonyos zavarokat, amelyek nagy akadályt jelentettek a harmonikus együttműködés számára s már sejtette, hogy ennek magyarázatát a munkatársak elintézetlen tudattalan lelki konfliktusaiban kell keresni.

Ez a kör lassan egyre nőtt. Az első nagyobb szaporulat az volt, amikor 1907-ben Bleuler zürichi klinikája kapcsolatot keresett a bécsi csoporttal. Ennek eredménye lett 1908-ban az első nemzetközi összejövetel Salzburgban, amely még teljesen magánjellegű volt. Így hát Zürich volt az első hivatalos hely, ahol klinikán lehetett tanulni és alkalmazni a pszichoanalízist. Amint azoktól értesültem, akik Zürichben jártak és az ottani klinikán végezték tanulmányaikat, a kiképzés ott nem állt egyébből, mint a különböző analitikus dolgozatok olvasásából és asszociációs kísérletekből. De a Wundt-féle asszociációs kísérleteket a pszichoanalitikus felfogás szerint értelmezték és így sikerült a tanítványok előtt demonstrálni olyan tényeket, amelyekről az analitikus csak beszélhetett volna. Két évvel az első salzburgi kongresszus után, 1910-ben Nürnbergben volt a második összejövetel. Itt Freud, Ferenczivel együtt azon fáradozott, hogy a pszichoanalízissel foglalkozó tudományos mozgalmat megszervezze és Zürichben találván a legtöbb rokonszenvre, oda helyezte a kutatás és tanítás

központját. Ferenczi ajánlatára ekkor alakult meg a „Nemzetközi Pszichoanalitikai Egyesület“, amelynek kimondott célja volt: „ápolni és fejleszteni a Freud által teremtett pszichoanalitikus tudományt, egyrészt mint tiszta pszichológiát, másrészt alkalmazását, úgy orvosi, mint szellemi tudományokra; célja továbbá a kölcsönös együttműködés a pszichoanalitikus tudomány elsajátítására és terjesztésére“.

Ugyanakkor megalakult három helyi csoport és pedig Berlinben, Zürichben és Bécsben.

A harmadik kongresszus 1911-ben volt Weimarban, ahol az a vélemény alakult ki, amelynek Freud kifejezést is adott, hogy „az analitikusok megtanultak igazságot elviseelni“. Ez a kijelentés már mutatja, hogy milyen követelmények voltak alakulóban az analitikus személyével szemben. Sajnos már a közeljövő megmutatta, mily kevésbé közelítette meg az analitikusok egy része ezt a követelményt.

1911-ben alakult meg a müncheni, newyorki és a külön amerikai csoport. Röviddel ezután alakult a budapesti csoport, ezt követte a londoni. Természetesen e csoportokon kívül egyebütt is voltak tanítványok és érdeklődők.

Ha tovább kísérjük figyelemmel a mozgalom fejlődését, láthatjuk, hogy a Freud által említett „igazság elviselése“ nem volt olyan egyszerű. Dacára a teória, sőt a gyógyításra való alkalmazás fejlődésének, mind jobban mutatkoztak az analízis művelőinél a személyes konfliktusok, amelyek az együttműködést és magával a tudomány-nyal szemben való magatartásukat megzavarták.

Ez 1913-ban, a negyedik összejevetelen Münchenben mutatkozott meg először élesebben, ahol már nyoma sem volt az őszinte, baráti, kollégiális együttműködésnek. Ez a tudattalan emberi indulatoktól fűtött harc az analízis művelői között sajnálatos széthúzásokra vezetett, amelyeken keresztül Freud — bár nagy csalódások árán — eljutott ahhoz a nagyon fontos megismeréshez, hogy az analízissel foglalkozókban ugyanazok az ellenállások működnek a kellemetlen megismerésekkel szemben, mint a betegben. A betegnél ugyan nem lepődött meg, ha annak ellenére, hogy már eljutott bizonyos belátásokig, újabb, számára kínos megismeréseknél, feladja eddigi belátásait is; Freud nagy csalódása az volt, hogy az analitikusoknál ugyanezt a jelenséget kellett tapasztalnia. Az történt ugyanis

sok — egyébként kiváló tehetségű — kutatóval, hogy saját tudattalan lelki életük kutatásánál megálltak olyan pontok előtt, amelyeknek megismerése szubjektív szempontokból elviselhetetlen lett volna számukra, és eddigi tapasztalataikat saját, egyéni felfogásuk szerint átalakítva, más utakon próbálták érvényesíteni.

Freud már 1910-ben a nürnbergi kongresszuson igen előrelátóan kimondotta azt, ami a kiképzést illetően a legnagyobb fontossággal bír: „A pszichoanalitikus tudomány fejlődése szempontjából a bensőnkbe való bepillantás elmélyítése és kiépítése a cél, csak evvel összefüggően tud az analitikus technika kialakulni és tökéletesedni“. A kezelő számára tehát fontos a tudattalan lelki életnek és elsősorban saját tudattalanjának minél tüzetesebb ismerete, mert csak ennek az ismeretnek a segítségével veheti észre a beteg közléseiben a tudattalan megnyilvánulásait. A technika további módosításai és javításai tehát az analitikusra vonatkoznak. Nem engedhető, hogy az analitikus saját indulatait átvigye a betegre, azaz figyelemmel kell kísérnie az úgynevezett viszontáttétel jelenségeit, amely alatt az ő — a beteg iránti — pozitív és negatív érzelmi beállítást értjük. Ezt az érzelmi beállítást az analitikusnak önmaga előtt állandóan tudatosítania kell, tehát a pszichoanalitikus terápia sikere szempontjából kívánatos, hogy az analitikus önmagát is analizálja. Ez az állandó önkontroll volt az a módszer, amivel Freud önmagát az analitikus kezelésre kiképezte.

Csak 1922-ben a berlini kongresszuson alakult ki végleg az a felfogás, hogy ezentúl az analízis terapeutikus alkalmazásának feltétele a teoretikus kiképzés mellett, egy valamely társegyesület által approbált analitikus által végzett didaktikus analízis. Minden egyesület kebelén belül tanulmányi bizottság alakult, amelynek feladata a kiképzés megszervezése. Ezentúl egyetlen analitikus sem vállalhatott saját megítélése alapján kiképzést, a jelentkezők felvétele a tanulmányi bizottságok joga lett. Még ez a nagy haladás a kiképzés kérdésében sem mutatkozott elegendőnek. Ez a didaktikus analízis, amelyet 1922-ben Berlinben kötelezőnek jelentettek ki, úgy volt elgondolva, hogy ne menjen olyan mélyre, mint a terápiás analízis. Álomanalizisek révén ismertesse meg a jelöltet a tudattalan mechanizmusokkal, mutassa ki az egyéni Oedipus-komplekszumot, de óvatosan

dolgozva, hogy lehetőleg ne érintse az egyéniséget, jellemet. A kitűzött célok lassú átalakulásában Ferenczinek volt talán legnagyobb szerepe, bár kifejezetten sohasem foglalkozott a kiképzés problémáival. Döntő jelentőségű volt Ferenczi és Rank közösen írt könyve (Entwicklungsziele der Psychoanalyse. 1924), amely az analitikus kúra élményjellegét emelte ki. Ezzel intenzívebben ráirányították a figyelmet arra, hogy a kezelés nemcsak a beteg, hanem az analitikus számára is jelentős érzelmi megterhelést jelent. Ferenczi és Rank könyve merészségével, az analitikus szituáció erős hangsúlyozásával eleinte nagy ellentállással találkozott. Mégis ennek hatása alatt szükségszerűen mind behatóbban kellett foglalkozni a kiképző analízis kérdéseivel. Az innsbrucki kongresszuson 1927-ben a Nemzetközi Tanulmányi Bizottság azt az új követelményt állította fel, hogy az analitikus jobban legyen analízálva, mint a betege. Azóta ez általános követelmény, amelynek előnyei nemcsak a terapeutikus eredményekben, hanem az analitikus teherbírásiában is mutatkoznak. Ferenczi, azóta megjelent cikkeiben (Die Elastizität der psychoanalytischen Technik 1928, Kinderanalysen mit Erwachsenen und dem Kind 1933) továbbra sem mulasztotta el, újból és újból rámutatni, hogy ez az elméleti követelmény tulajdonképpen mit is jelent a gyakorlatban, az igazán mélyreható analízis szempontjából.

Ez volna röviden annak a története, hogyan és milyen tapasztalatok alapján alakult ki a kiképzés mai módszere. Vannak azonban részletproblémák is, amelyeket a különböző helyi csoportok más-más módon oldanak meg. Ezek között szerintem legfontosabb a kontrollanalízis kérdése. A kontrollanalízis eredeti célja a praktikus munka tanítása és ellenőrzése. A jelölt megkezdi 1—2 beteggel az analitikus kezelést és munkájáról rendszeresen beszámol egy tapasztaltabb kollégájának. Így megtanulja a beteggel szemben való viselkedést, a pszichoanalízis technikai fogásait. Ha beérjük a kontrollnak ezzel a felületesebb módjával, akkor érthető és indokolt az a nézet, hogy kontrollanalízis több kiképzőnél is elvégezhető, mert ezáltal az analitikus-jelölt megismerkedik a különböző analitikusok munkamódjával. Ha ezen munka közben kiderül, hogy a jelöltet egyéni konfliktusai akadályozzák betegei kellő megértésében, akkor a kontrolláló azt a tanácsot adja, hogy folytassa még a ki-

képző analízist. Ezzel szemben úgy vélem, hogy a helyes megoldás az, ha a jelölt a kontrollanalízist mindig saját kiképző analitikusával végzi, ugyanis esetleg csak a beteggel való foglalkozás közben derül ki, hogy a jelölt analízise még nem fejezhető be.

Az analízis befejezését illetően a terápiás analízisnél az analitikus könnyebb helyzetben van, mint a kiképző analízisnél. A beteg, tünetei elmúlásával, a realitáshoz való alkalmazkodási képessége visszatértevel úgyszólván mindent elért, amit az analízistől kívánt. Ilyen eredménnyel nyugodtan el is bocsáthatjuk. Viszont ez esetleg még nem képesítené arra, hogy mást gyógyítson, még akkor sem, ha intellektuálisan alkalmas volna erre. A kiképző analízis kell, hogy megismertesse a jelöltet, az eddig elfojtott libidinózus törekvéseinek tudatosításán túlmenően, jelleme felépítésével, egyéniségének eredeti lényegével, és azzal is, ami nem lényege, hanem ami csupán a külvilághoz való alkalmazkodása által nyert fontosságot és mint merev forma sokszor eltakarja az eredeti egyéniséget. A szokásoktól, automatizmusoktól megmerevített embert kell fellazítani és megismertetni vele a sokféle lehetőséget, ami benne rejlik. Ez teheti képessé nagyobb rugalmasságra, azaz látóvá teszi oly beteg bajaival szemben is, akinek jelleme merőben ellentétes az övével.

Hogy ezt az ideális követelményt mily mértékben értük el, legjobban kiderül, ha beteget bízunk a jelöltre.

Ennek ideje akkor érkezik el, amikor a jelölt analízise addig a pontig jutott, hogy érdeklődése saját magáról valóban a külvilág felé fordul, vagyis, amikor az indulatáttétel annyira át van tanulmányozva és infantilis gyökereig vive, hogy a gyógyítani akarás már nemcsak az analitikussal való azonosítást jelenti, hanem az analitikustól független intellektus szublimálását. A jelölt, ha megkezdte a munkát rábízott betegével, miközben önmaga továbbra is analízisben marad, egyéniségének olyan oldalait is megmutatja, amelyek, még ha észre is vettük már azelőtt is, mégsem juthattak olyan plasztikusan kifejezésre, mint ebben a parallel folytatott munkában. Összes jó és rossz szokásai és tulajdonságai, így gyengeségei is kibontakoznak. Például: objektivitásra való képtelensége, türelmetlensége, hiúsága, képtelenség a kritika elviselésére, az a törekvése, hogy csak a ránézve előnyöset lássa meg, a súlyos vádak-

nak, amelyekkel a beteg illeti, s amelyek csak burkoltan mernek megnyilatkozni, észre nem vevése, a még nem egészen elintézett szadisztikus-mazochisztikus ösztönből táplálkozó tapintatlansága, részvétlensége, vagy túlzott tapintata, túlzott részvéte. Mindez alkalmat nyújt arra, hogy a tanítványnak megmutassuk a viszontátétel helyes kezelését, amely az analitikus munka egyik legfontosabb tényezője.

A páciens indulatáttételes kapcsolata ugyanis természet-szerűleg viszonzást vált ki az analitikusból, amelyet állandóan kontrollálnia kell. Állandóan tudatában kell lennie, hogy ugyanolyan emberi indulatok mozognak benne, mint a betegében. Hogy kellemesre örömmézzel, kellemetlenre kínos érzésekkel reagál. Hogy közte és betege között az a különbség, hogy ő állandóan tudja, hogy tudattalanja törvényszerűen így reagál, és ez a tudatosság hozzásegíti ahhoz, hogy érzelmeit kontrollálva objektív maradjon. Az indulatok állandó elfojtása az analitikus lelki egyensúlyára, sőt egészségére éppen olyan káros, sőt végzetes lehet idővel, mint a betegre. Ferenczi az analitikus ezen túlterhelését megelőzendő, már 1928-ban ajánlotta egy speciális higiéné kidolgozását. Félreértések elkerülése végett hangsúlyoznom, hogy a tudatosítás az analitikusnál éppúgy, mint a betegnél nem jelenthet kielést. Ha tudomásul vesszük, hogy pozitív és negatív érzelmi energiák működnek bennünk munka közben is, gazdaságosabban győzzük a munkát, mintha energiánkat az elfojtásra pazarolva, hűvös, lehetőleg érzelmenküli, vagy humanisztikus attitűddel dolgozunk. A nevelés általában arra törekszik, hogy lehetőleg tudomásul se vegyük azokat a vágyainkat, amelyeknek ki-elégítése tilos. Ez a nevelési elv más pályákon lehet esetleg gazdaságos megoldás, és nem kell, hogy megzavarja a lelki harmóniát, de az analitikusnak állandóan tudomásul kell vennie ösztönös vágyait, mert csak így lehet biztos, hogy nem realizál belőlük semmit a beteg rovására. Viszont ember tud maradni a szó legemberibb értelmében, ember, akinek minden emberi megnyilatkozás rokon és érthető.

A viszontátviteles érzések kontrollálásával talán elmondtam mindazt, amit a kiképzés szempontjából lényegesnek tartok. Hogy ezt a kontrollt csak egyidejűleg továbbvezetett analizisben lehet sikeresen keresztülvinni, ennek igazságáról oly jelöltek kontrollanalízisei győztek meg, akiket a befejezett analizis után kontrolláltam. Annak elle-

nére, hogy módomban állt jól megismerni tanítványaimnak úgy pszichológiai képességeit, mint egyéniségét, az analitikus szituáción kívül már nehéz feladat volt számomra munkájuk teljes megértése és követése. Analízis alatt volt ugyan benyomásom arról, hogy a jelölt milyen mértékben tud alkalmazkodni környezetéhez, de teljesen megváltozik a helyzet akkor, amikor az illető beteggel foglalkozik. Még nehezebb a helyzet természetesen, ha az analízist más vezette. Másoknál analizált jelöltek munkájának kontrolljával megbízva, majdnem minden esetben kénytelen voltam tehetetlenségemet bevallani. A legkorrektebbül elémtárt beteganyaggal szemben is sötétben tapogatóztam, mert nem ismerve a jelölt karakterét és reakció-formáit, nem tudhatam bírálni, hogy milyen szempontokból ítéli meg a különböző szituációkat. Lehetek általam fel nem ismerhető, a jelöltben rejlő okok, amik arra vezethették, hogy szubjektív szempontokból bírálja el a helyzeteket. Segítő munkám végül már csak arra szorítkozott, hogy a jelölt által elmondott álommagyarázatokból következtethettem arra, hogy a jelölt milyen mélyre hatolt a tudattalan anyagba. Ennek a munkának nehézségei nem állnak összhangban az elérhető eredménnyel. Ez nem lehetett kielégítő, sem számomra, sem a jelölt számára; végül vagy beláttuk mind a ketten felületes voltát és abbahagytuk, vagy a jelölt elhatározta, hogy analízisét ott folytatja, ahol egyidejűleg kontrolláltatja a munkáját. Mondanom sem kell, hogy ez utóbbi megoldás volt a célravezető.

Hogy mikor kapjon a jelölt beteget, arról már fentebb beszéltem. Hogy sok beteget kapjon-e egyszerre, vagy nem, hogy milyenfajta beteget bizzunk rá, ezt esetenként kell elbírálni. Kezdetnek legalkalmasabb a hisztériás, vagy kényszertünetes beteg, akinél a gyorsabban előálló indulat-áttételes viszony, a kezdőnek tanulmányozásra nyilvánvalóan könnyebb lehetőségeket nyújt. Kényszeres-jellemek analízise, egyáltalán karakteranalízis, már hosszabb gyakorlattal rendelkező jelöltnek ajánlatos.

A kiképzés mai formája, amely több évtizedes próbálkozás és tapasztalatokból szűrődött le, nézetem szerint megfelel azoknak a követelményeknek, amelyeket a mai technika és a mai beteganyag a kezelővel szemben támaszt. Az eddigi fejlődés azt mutatta, hogy az analitikusok terápiás készsége együtt fejlődött a változó beteganyaggal. Mindig

súlyosabb betegségekben szenvedők keresik fel az analitikusokat. A hisztériához és a szorongásos neurózisokhoz csatlakoztak a kényszerneurózisok és a nemi funkciók zavarai, majd a technika számára még súlyosabb neurótikus jellemek. Már most vannak jelek arra, hogy a következő csoport valószínűleg a neurótikus bűnözőkből, pszichotikusokból, morfinistákból, alkoholistákból fog állani. Erre a mindig nehezebbé váló gyógyító feladatra természetesen fel kell készülniök az analitikusoknak, ami magával hozhatja a kiképzés esetleges további módosítását. Hiszem azonban, hogy ez már lényegben nem jelenthet változást, mert az analitikus kiképzés egyetlen biztos alapja a ma már mindenütt megkövetelt, kellő mélységre hatoló analízis.