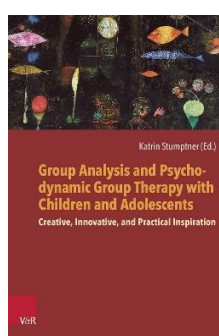
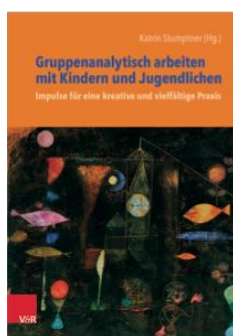


Katrin Stumptner

Se kapcsolat, se leválás. Csoportanalízis serdülőkkel és gondozóikkal

Megtiszteltetés számomra, hogy megoszthatok néhány gondolatot az ifjúsági csoportokkal végzett munkáról egy intergenerációs kontextusban. Ez a szöveg egy 2023 márciusában tartott előadásomon alapul, amikor meghívást kaptam a Csoportanalitikus és Kiképző Társaság, valamint az EGATIN közös szervezésében tartott PrEGATIN konferenciára, hogy betekintést adjak a gyermekekkel/serdülőkkel és gondozóikkal végzett csoportanalitikus munkába^{1 2} (1. kép).

Berlinben élek, és Berlin közelében dolgozom magánpraxis keretében pszichoterapeutaként, csoportanalitikusként, valamint csoportanalitikus szupervizorként kollégák és intézmények részére is, továbbá párterapeutaként. Jelenleg a praxisomban három lassú-nyílt csoport működik serdülőknek és fiatal felnőtteknek 14 és 22 éves kor között, valamint két középcsoport gondozók számára³. A Berlini Csoportanalitikus Intézetben (BIG) egyre több kollégát képzünk gyermek- és serdülő csoportanalitikusnak.



1. kép: *A gyermekekkel és serdülőkkel folytatott csoportanalízis és pszichodinamikus terápia* című könyv német és angol nyelvű kiadása

¹ 2022 októberében megjelent a német nyelvű könyv: Katrin Stumptner (szerk.): *Gruppenanalytisch arbeiten mit Kindern und Jugendlichen. Impulse für eine kreative und vielfältige Praxis*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

² 2025. szeptember 12–14. között Frankfurt am Mainban (Németország) kerül sor a második nemzetközi workshopra a gyermekekkel és serdülőkkel végzett csoportanalízis témájában: *Identity Crisis in a Changing World*. Szervező: www.kindergruppenanalyse.de

³ A gondozók lehetnek szülők (párban élők, különélők, egyedülállók) vagy más, fontos gondoskodó személy.

A járóbeteg csoportmunka szerkezete

Minden csoport legfeljebb nyolc fiatal résztvevőből áll, vegyesen fiúk és lányok, akik székeken vagy párnákon ülnek körben a földön. Hetente egyszer találkozunk a kétórás ülésen. Szükség esetén kreatív eszközöket (írás, festés, tervezés, zene) is bevonunk. Mindenki legalább egy évre köteleződik el a csoportba. Kivételes esetekben egyéni ülések is tarthatók a csoport mellett. 16 éves kortól a gondozók részvétele a párhuzamos szülői csoportban a fiatal döntésétől függ – megbeszéljük, hogy szeretné-e, hogy a szülők ott legyenek, vagy inkább nem.

A gondozói csoportok hathetente találkoznak kétórás ülésekre, és 8–16 főből állhatnak. A szülők maguk döntenek arról, mikor hagyják el a gondozói csoportot – függetlenül attól, hogy gyermekük befejezte-e már a saját csoportját. Előfordul, hogy még néhány alkalommal folytatják. A leválási folyamatok tehát nem feltétlenül egyszerre zajlanak.

Mielőtt a csoportpszichoterápiás folyamat megkezdődik, nagyon fontos, hogy részletes tájékoztatást adjunk róla és a keretekről egyéni üléseken. Ez több előkészítő találkozó során történik. A csoportfeltételek elfogadása után a serdülő és a gondozók aláírják a csoportszerződést.

A fiatalok és a gondozók ilyen szettingben történő kezelésének központi megfontolása az, hogy a generációk közötti kölcsönös elismerés kialakításának megsegítése, ami a serdülők belső leválási törekvéseihez elengedhetetlen, megkívánja, hogy a kezelők is kapcsolatban legyenek mindkét féllel – belülről lássák őket. A koncepció és a szetting elméleti háttérét részletesebben a fent említett kötet „Ritmikus, triadikus szetting a csoportanalízisben” című fejezete⁴ tárgyalja. A serdülők és fiatal felnőttek, valamint gondozók az intergenerációs feszültségek közepette saját pszichoszexuális fejlődési folyamataikon mennek keresztül, regresszió és progresszió, a kapcsolódás és autonómia vágya, valamint az identitáskeresés állandó dinamikája között.

Rövid betekintés a párhuzamosan futó csoportok hálózatába⁵

A kölcsönös absztinencia-megállapodás a két csoport minden tagjára kiterjed.

Susi, egy okos, 17 éves lány telefonon keresett meg a praxisomban. Az édesapja kísérté el az első találkozóra, de ő a kávézóban várt rá. Susi így fogalmazott: „*Már régóta szeretnék terápiába járni. Anyám azt mondta, intézi, de sosem tette meg.*”

Susi szülei öt évvel ezelőtt váltak el, tele haraggal és sértettséggel. Azóta Susi és három évvel idősebb bátyja folyamatosan belesodródott, projektív felületévé vált a szülők vitáinak. A bátyja két éve az apjához költözött. Susi az anyjával él kettesben.

⁴ Angol nyelvű kiadás, 2024. június: Katrin Stumptoner (Ed.): *Group Analysis and Psychodynamic Group Therapy with Children and Adolescents. Creative, Innovative, and Practical Inspiration*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

⁵ A megjelenéshez minden csoporttag hozzájárult.

A kezdeti vizsgálat során nyilvánvalóvá vált, hogy Susi anyjával *parentifikált* szerepbe került. Nem érzi magát otthon az anyjával közös házban, ugyanakkor felelősnek érzi magát anyjáért, aki minden este jelentős mennyiségű alkoholt fogyaszt, de ezt tagadja. Megtiltja Susinak, hogy esténként mellette legyen a nappaliban, így Susi egyedül marad a szobájában. Nem beszélnek egymással. A lány feszült, szégyelli magát, és nagyon boldogtalan. Nem meri azonban elfogadni apja többszöri ajánlatát, hogy költözzön hozzá. A szülők kerülik a beszélgetést. Minden eddigi próbálkozás heves veszekedésbe torkollott. Úgy tűnik, a család transzgenerációs mátrixa⁶ évek óta sérült.

Amikor először találkoztam Susival, távolságtartónak, függetlennek, nagyon fegyelmezettnak, feszültnek és magányosnak látszott. Elzárta magát az érzéseitől, és az összetartozás érzésének elvesztéséből fakadó elviselhetetlen feszültséget és kétségbeesést önpusztító viselkedéssel (étkezési zavarok, önsértés) próbálta túlélni.

Susi örömmel fogadta a javaslatomat, hogy vegyen részt csoportterápiában más, vele egykorú fiatalokkal. Ez illeszkedett a kapcsolódás iránti vágyához és a határok iránti szükségletéhez, ahhoz, hogy találjon egy harmadik, kivezető utat a szülei közötti háborús övezetből, egy kortárs csoport élményében. Az a gondolat, hogy a szüleit is bevonjuk ebbe a leválási folyamatba egy párhuzamos gondozói csoportban, megnyugtatta Susit. Ugyanakkor nehezen tudta elképzelni, hogy mindketten nyitottak lennének erre. Különösen az édesanyjával volt nehéz, akinek önámítása és magánya erősen ránehezedett Susi autonómia-törekvésére.

Mindeközben Susi anyja részt vett a szülői támogatócsoportban. Erős viszontáttételi érzések – harag, magány, irigység – mutatkoztak meg vele kapcsolatban. Haragot érzett Susi apja iránt a válás miatt, mintha az éppen akkor történt volna, és lekicsinylően beszélt róla, még a gyerekei előtt is. A csoportban való részvétel lehetőséget adott számára, hogy megismerjen más szülőket, és belső elszigeteltségéből kilépjen egy társas kontextusba. Résztvételével az anya jelezte ambivalenciáját, amit addig nem tudott szavakba önteni: félelmeit a válással kapcsolatban és reményét a változásra.

Susi apja eközben egy új család alapításával volt elfoglalva. Három év egyedüllét után összeköltözött új partnerével, miután két évvel korábban a fia is hozzá költözött. Ebben az új családi felállásban Susi is szívesen látott tag. Az apa nemrég feloldott egy generációk közti ödipális konfliktust Susi anyjával. Támogatta Susi pszichoterápiáját, de néhány kezdeti találkozó után úgy döntött, hogy nem vesz részt a szülői támogatócsoportban.

A következő rövid ismertető illusztrálja azt az összetett dinamikát, amely a párhuzamos csoportokon belül és azok között zajlik.

⁶ A családi mátrix a transzkulturális-transzgenerációs családi kommunikáció és kapcsolati szövet, minden megszokottan kialakított rituáléval, társadalmi szokással, nyelvi kultúrával, hitekkkel, hagyományokról szóló elképzeléssel.

Gondozói csoport

Susi anyja a gondozói csoportban követelőzőnek, figyelemre éhesnek, irányítónak tűnt, aki sokszor az empátia hiányát mutatta. Egy csoportülés során szilárd meggyőződésének adott hangot, amikor egy anya elmesélte, milyen fájdalmas vitái voltak a 18 éves fiával (Antonnal). Amíg a történetet hallgatták, a csoportban szétáradt a megdöbbenés, az erő és az erőtlenség érzése. Susi anyja hirtelen és határozottan megszólalt: „*Régen a fiatalok jobban tisztelték a szüleiket!*”

Ezután heves és érzelmekkel teli vita bontakozott ki a résztvevők között. Felszínre kerültek a „nagy szülői generációban” a párkapcsolatok leértékelésével kapcsolatos fájdalmas tapasztalatok.

Az említett 18 éves fiú apja elkezdett beszélni a saját apjáról. Gyorsan haragra gerjedő embernek ismerte, aki nagyon lekezelően bánt a feleségével. Belső fájdalommal mondta: „*Én tiszteltem őt.*” Majd hozzátette: „*Ez a szülői generáció és az előző generáció egyáltalán nem beszéltek egymással!*”

A csoport elkezdte megbeszélni a „tisztelet” szó jelentését. Különböző kapcsolati és családi élmények kerültek elő.

Egy másik, 17 éves fiú (Ben) édesanyja válaszolt: „*Ez nem tisztelet, hanem félelem!*” Az apa erre így reagált: „*Tizenévesként csak egyszer mertem lázadni, amikor az apám dühében tojással dobálta meg az anyámat a vacsoraasztalnál!*”

Egy másik anya, aki eddig csendben figyelt, közbeszólt: elmondta, hogy már nem bír együtt élni otthon a legidősebb fiával (Chris), aki 18 éves. A fiú teljesen kiborul, amikor az apja kritizálja, és emiatt az anya félti a kisebb testvéreit. „*Chrisnek el kell költöznie!*” jelentette ki, majd aggódva hozzátette: „*A férjem azzal fenyeget, hogy elvállik.*”

A különböző, konfliktusokkal terhelt családi mátrixok erős érzései elkezdtek differenciálódni, és lassan, szavak formájában alakot ölteni.

Az anya, aki különbséget tett „tisztelet” és „félelem” között, érzékenyen rezonált a témára és nézőpontváltást indított el: „*Az apának nem kell leértékelnie a fiát; elismerheti azt is, amit a fia csinál, még akkor is, ha másképp teszi, mint ahogyan ő maga tette volna!*”

Fiatalok csoportja

A történetben szereplő fiú (Chris) édesanyjával együtt néhány hónappal ezelőtt jelent meg a praxisomban. A fiú erősen visszahúzódott a szobájába, és kiszakadt az iskolai társas közegből is. Depresszió diagnózisával már pszichiátriai kezelés alatt állt. Az anya attól félt, hogy a fia öngyilkos lesz, ahogy az ő apja és nagyapja is: mindketten felakasztották magukat.

Chris, ez a fiatal felnőtt, tavaly ősz óta tagja a fiatalok csoportjának. Idén februárban két csoportülés között külön kérte, hogy találkozzunk négy szemközt. Még nem tudta a csoportban elmondani, előbb velem akarta megbeszélni. Az egyéni ülésen kilátástalan otthoni helyzetet írt le, amelyben állandóan bántalmazva és magára hagyva érezte magát.

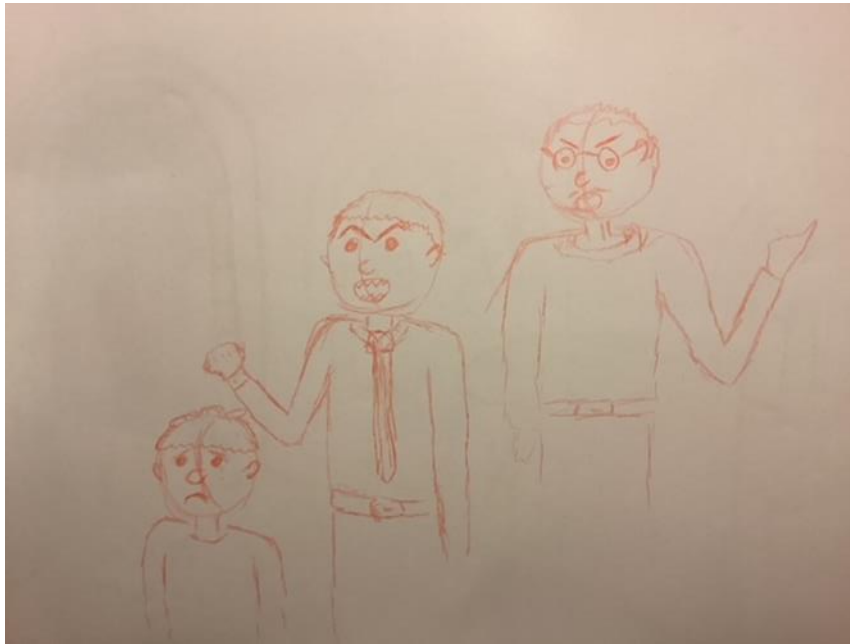
A következő csoportülésen – miután képekkel is dolgoztunk (2. kép) – képes volt megnyílni, és részletesen, erős érzelmekkel kifejezni apja iránti gyűlöletét: „*Nincs bennem semmi tisztelet iránta!*” A csoport döbbenettel és szomorúsággal rezonált erre. Az egyik résztvevő, egy fiatal lány, hangosan elgondolkodott: „*Miért vállalnak a szülők egyáltalán gyereket?*” A fiú folytatta, egyszerre fejezte ki tehetetlenségét és erős erőszakos fantáziáit az apjával szemben, például hogy legközelebb poharat vagy kést dobna felé. Egy másik lány így válaszolt: „*Ez butaság. Hagyod magad provokálni. Inkább véd meg magad!*”

A csoportban zajló eszmecsere közben az a fiatal lány, aki azon tűnődött, miért vállalnak szülők gyereket, a térdén lévő vázlatfüzetbe kezdett rajzolni. Azt mondta: „*Folytattam a rajzolást azokhoz a kép-kártyákhoz (2. kép) kapcsolódva, amiket korábban választottunk. Aztán a beszélgetés közben akaratlanul átváltottam, és ez lett az eredmény.*” A rajzot a földre tette, hogy mindenki láthassa. Három különböző férfit ábrázolt (3. kép): egy nagyapát feszült arccal, aki a fiára tekint, egy apát agresszív mozdulattal, ami a fiára irányul és egy fiút szomorú arckifejezéssel. A három generáció egymás mellett állt, mint a sípok egy orgonán.

Ez a vizuális, nonverbális kommunikáció kifejezte a tudattalan, feldolgozatlan traumatikus kapcsolati élményeket, amelyeken mindkét párhuzamos csoport dolgozott, és amelyekhez lassan szavakat találtak.



2. kép: A csoportülésen használt képek



3. kép: A csoporttag rajza

A biztonságos analitikus környezet és a csoport kerete mindkét csoport számára fontosnak bizonyult ebben az összetett folyamatban. Bátorság kell ahhoz, hogy valaki leváljon a fájdalmas, transzgenerációs kapcsolati tapasztalatokról. Amikor a csoportban meglátjuk önmagunkat, tudattalanul kapcsolódunk mások érzéseihez, és halljuk a ránk irányuló rezonanciákat, szégyenérzetet élhetünk meg. Ugyanakkor a másokban meglátni magunkat megkönnyebbülést is hoz, és kiutat jelent a némaságból. A tükrözés és rezonancia dinamikus folyamatainak összetettsége interszubjektív módon mozog a generációk között.

És mi lett Susival?

Sikeresen befejezte az iskolát, és elkezdett a jövőjére vonatkozó terveket szőni. Az apjához költözött, amit az anyja ugyan aktívan nem támogatott, de nem is akadályozott. Minden résztvevő elviselte ennek feszültségét. Ezután az anya és Susi kapcsolata kezdett oldódni. Susi rendszeresen meglátogatta az anyját, és búcsút vett tőle a következő találkozásig. Ez a leválás és az apával való közeledés megtörte a csendet a generációk között. Susi és az anyja újra beszélni kezdtek egymással. Másfél év kemény munka után Susi kilépett a csoportból.

Párhuzamos ambuláns csoportok háromgenerációs kontextusban

Ennek a pszichoterápiás munkának a középpontjában a fiatalok csoportja áll. Ez minden résztvevő számára biztonságos teret nyújt – egy kortárscsoportot. Mindenki magával hozza a saját családi mátrixát, és a csoport dinamikus mátrixában dolgozik

ezek konfliktusain. Felszínre kerülnek a testvérpozíciók és a tekintélyszemélyekkel való konfliktusok.

A serdülők és fiatal felnőttek koruknak megfelelő témákkal kezdenek foglalkozni: pszichoszexuális fejlődésük kihívásaival, a verbális és testbeszéd, a mimika és a némaság kérdéseivel. A bizalmi csoportkultúra kialakulásával lehetővé válik, hogy a saját test érzeteit, szexuális igényeit és tapasztalatait, valamint a kapcsolódó félelmeket és szégyenérzeteket kifejezzék és kommunikálják.

A csoport átmeneti térként szolgál a sokszor nagyon zavaros és fájdalmas transzgenerációs kapcsolati tapasztalatoktól való elkülönülés folyamatában, amelyek kódolt formában jelennek meg a jelen élethelyzetekben. A csoportterápia során a jövőre vonatkozó víziókat és az önhatékonyság átéléséhez szükséges képességeket is felfedezik, amelyek megsegítik a serdülőket, hogy minimum egy év elteltével ki tudjanak lépni a csoportból.

A gondozói csoport támogatja a fiatalok leválási folyamatát. Ez is kortárcsoport – felnőtteké, akik ugyanabból a generációból valók. Ez lehetővé teszi, hogy a résztvevők saját meg nem oldott gyermekkori élményeikkel is szembenézzenek a gyerekeikkel való jelenlegi krízisek fényében. A csoportfolyamat kontextusában ez elősegíti a differenciálást: a saját megoldatlan gyermekkori konfliktusok elkülönítését attól, hogy szülői pozíciójukat felismerjék ebben az összetett leválási folyamatban.

A kortárcsoporthoz való kapcsolódás mindkét csoport számára átmeneti teret nyújt a generációk között. Mindkét generáció elkezd reflektálni a konfliktusos kérdésekre saját kortársaival és a másik generációval kapcsolatban is. Ezáltal megnyílik egy háromgenerációs kontextus. Mindenki a saját csoportja interszubjektív kapcsolati terében gondolkodik és cselekszik.

A csoportban a testvérpozíciók reprodukciójával való munka, a családi dinamika hatásai – hatalom és tehetetlenség érzései –, valamint a tekintélyszemélyekkel való konfrontációk konfliktusokat hoznak felszínre. Ugyanakkor növelik az önbizalmat és előremutató jövőképeket eredményeznek.

Egy belső „tánc” kezdődik a kommunikációs térben, a csoporton belüli egyezkedésben. Újra és újra felmerülnek a konfliktusok és kérdések: mi köt össze, és mi választ el; mit jelent a sokféle identitásban való hovatartozás. A folyamatos önreflexió, a másokkal való perspektíva-váltás és tapasztalatcsere az „én vagyok”-ot „mi vagyunk”-ká alakítja, a „ki akarom fejezni magam”-ból pedig mozgó, élő beszéd lesz. A gondozók elkezdik azonosítani a saját meg nem oldott gyermekkori szükségleteik generáción átnyúló érzékelését. Tudatosabbá válik számukra saját ambivalenciájuk regresszió és progresszió között a gyerekeik identitásformálódásában. Ezáltal saját személyiségükre, szükségleteikre, valamint gyerekeik pszichoszexuális fejlődési szükségleteire is jobban rálátnak.

Két téma különösen fontos a szülők számára a gondozói csoportban folytatott megbeszélések során: saját viszonyuk a tekintélyhez szülőként, és a meglévő vagy felbomlott párkapcsolatuk elismerése.

A csoportvezető szerepe

Ebben a feszültségteli mezőben a két csoport és a generációk között a csoportvezető fontos pozíciót tölt be: tanúként van jelen. A dinamikus vezetéshez világos attitűdre, a biztonságos keretbe vetett bizalomra, nagyfokú belső rugalmasságra, jó humorérzékre, valamint az áttételi és viszontáttételi folyamatok folyamatos reflexiójára van szükség a dinamikus mátrixokon belül. A csoportvezető a két csoport szélén helyezkedik el, és egyszerre mindkét csoport tagja. Belép egy háromgenerációs struktúrába, amelyben a nézőpont folyamatosan változik: egy interszubjektív térbe a generációk között. A csoportvezető absztinenciája a párhuzamosan futó csoportokban, és az, hogy a titoktartást kiemelten fontosnak tartja, önálló kommunikációs tereket nyit mindkét csoportban. A csoportfolyamatok kihívást jelentenek – és egyben nagyon élvezetesek is, valószínűleg minden csoportanalitikus számára. Én ezt a csoportanalitikus beállítódást kihívásokkal teli, ugyanakkor nagyon támogató pszichoterápiás munkának tartom a generációk közötti leválási folyamatban.

Takácsy Márta fordítása