



Miszler Katalin – Nagy Petronella

„A felhő súlya”. A társas tudattalan fogalmának elméleti és gyakorlati áttekintése

Bevezető

A társas tudattalan fogalma szerint egy csoport több, mint a tagok pszichéjének összege: van köztük egy közös tudattalan mező, amihez tartoznak, és amiről nincs tudomásuk (Hopper, 1996). Ez egy adott kultúra által létrehozott, egyénen túlmutató, egyedi és megosztott konstruktum, ami tartalmazza a közös fantáziákat, szorongásokat, védekezéseket, mítoszokat, emlékeket is (Weinberg, 2007). A fogalom bevezetése jelzi, hogy a személyiség kialakulása nem kizárólag intrapszichés folyamatokban, hanem társas, kulturális és történelmi mezőben szerveződik. Illeszkedik abba a koncepcióba, hogy a csoportok nyitott rendszerek lévén, nagyban függenek a határaikon kívülről érkező hatásoktól. Így a csoportokkal való munka mindig kontextusfüggő, a pszichológiai kontextuson túl a társadalmi kontextus vizsgálatától sem tekinthetünk el (Hopper, 2003).

A társas tudattalan fogalom megalkotása nem köthető egyetlen szerzőhöz, fokozatosan alakult ki különböző elméleti hagyományokból. Történeti előképei megtalálhatók a társadalomtudományokban, például Émile Durkheim (1893) egyének felett álló és egyéneket összekapcsoló kollektív tudat fogalmában vagy Max Weber (1921) hatalmi elméleteiben. Gyökerei visszanyúlnak Sigmund Freud az egyén és a csoport viszonyáról írt munkáihoz, valamint Carl Gustav Jung kollektív tudattalan fogalmához (Hopper, 1996) is.

A társas tudattalan koncepcióját akár egy olyan elméletnek is tekinthetjük, amely a kapcsolatot a gondolkodásuk középpontjába állító pszichoanalitikus elméletek horizontját tágítja. A tárgykapcsolat elméletéhez hasonlóan a társas tudattalan elgondolása is belsővé tett tárgykapcsolatokra épít; míg előbbi klasszikusan a családi dinamikát helyezi fókuszba, addig utóbbi hangsúlyozza, hogy belső tárgyaink társadalmi és kulturális mátrixban formálódnak (Nitzgen, 2024). Az elmélet kötődik az interszubsztivitás koncepciójához is, miszerint a psziché nem zárt rendszer, hanem mindig kapcsolatban jön létre, a jelentés nem önmagában, az egyénen belül, hanem

közös affektív mezőben konstruálódik. A társas tudattalan tulajdonképpen ezt a mezőt terjeszti ki azzal, hogy a kapcsolatban a láthatatlan társadalmi, történelmi és kulturális mintázatok is megjelennek és hatnak. Az interszubjektív mezőt eleve strukturálja a társas tudattalan, amely meghatározza például azt, miről lehet beszélni, miről kell hallgatni (Hopper, 2003). A mentalizációs elméletek szerint a mentalizáció fejlődése kapcsolatokban zajlik (Fonagy és Target, 2003). Azt gondoljuk, hogy a társas tudattalan elmélete hozzájárulhat ehhez a koncepcióhoz azzal, hogy ez a fejlődés nem csak interperszonális szinten történik, hanem mindig egy társadalmi és kulturális mátrixban. Egy olyan közegben, ahol bizonyos témákkal kapcsolatban a hallgatás normája érvényesül, ott lehetetlen a tartalmak mentalizációja. Így annak zavara nem egyéni vagy kapcsolati deficit, hanem kollektív társadalmi, kulturális akadály.

Tanulmányunk vezérfonalát áttekintve: az első részben a társas tudattalan fogalmát definiáljuk és ismertetjük jellemzőit. Részletesen foglalkozunk a csoportanalízis meghatározó alakjának, Siegmund Heinrich Foulkesnak háromosztatú (*tripartite*) mátrix elméletével. Tárgyaljuk, miként konceptualizálta a társas közeg és a kultúra szerepét a csoportanalitikus gondolkodásban, hiszen Foulkes ezzel alapozta meg a kortárs csoportanalitikusok által bevezetett társas tudattalan fogalmát. A kortárs csoportanalitikusok közül Earl Hopper és Farhad Dalal meglátásait ismertetjük, majd bemutatjuk, Carla Penna milyen párhuzamot állít a pszichoanalízis kétszemélyes szettingjéből leírt bástya fogalom és a társas tudattalan koncepciója között. A tágabb perspektívát követően a tanulmány második részében rátérünk a társas tudattalanban helyet kapó, a közösségek által kiemelt és megőrzött közös mentális reprezentációra: a választott trauma fogalmára. Érintjük a traumatizált társadalmak jellemzőit, így a magyar társadalom szerveződését is. Majd esetpéldákkal próbáljuk közelebb hozni az olvasót a fogalom jobb megértéséhez. Záró gondolatainkban pedig próbáljuk megragadni, hogy a terápiás munkában, a kliens szempontjából miben lehet előrevívó a koncepció beemelése a terapeuta gondolkodásába.

A téma relevanciáját abban látjuk, hogy a különböző kultúrák, társadalmak működésének reflektálása a társas tudattalan segítségével érthetőbbé és talán bejósolhatóbbá teszi világunkat. A történet- és politikatudomány, az antropológia és a szociológia mellett a pszichológiai megközelítés, azon belül is a csoportanalitikus gondolkodás segíthet önmagunk, csoportjaink, valamint közvetlen és tágabb környezetünk folyamatainak jobb megértésében. Ebből következően hatással lehet a társadalmi felelősségvállalás előmozdítására, a jó polgárrá válás folyamatára is. A tanulmány megírásának motivációja tulajdonképpen egy kísérlet arra, hogy a tágabb közösség részeként reflektálhatóvá váljon személyes érintettségünk is.

A társas tudattalan

A társas tudattalan olyan társadalmi, kulturális és kommunikációs korlátokat és korlátozásokat jelent, amelyeknek az egyén – különböző mértékben – nincsen tudatában. Egy társadalmi rendszer, kultúra tagjainak közös szorongásait, fantáziáit, védekezéseit, mítoszait és emlékeit tartalmazza. A társas tudattalan szociális,

kapcsolati, transzperszonális, transzgenerációs és kollektív (Hopper, 1996). Weinberg (2007) hozzáteszi, hogy a fogalom nemcsak rejtett szabályokat jelöl, hanem olyan kollektív védekezéseket is, amelyek a túl fájdalmas és elviselhetetlen konfliktusok, traumák ellen védik a közösséget, a közösség dezintegrációtól való védelmét szolgálják. Az egyéni tudattalanhoz hasonlóan a társas tudattalan is téren kívüli és időtlen. A témával foglalkozó szerzők hangsúlyozzák, hogy a társas tudattalan koncepciója nem feltételezi a csoport-elme létezését, mert az egy fizikai testet valószínűsítene: a társadalmi rendszereknek nincs tényleges agyuk. A társas tudattalan egy együtt konstruált jelenség: az érintettek úgy viselkednek, mintha az egyéni tudattalanjuknak hasonló elemei lennének (Weinberg, 2007). Meglátásunk szerint a tudatosulását, az értelmezésbe való beemelését nehezíti, hogy többnyire az elemző személy maga is osztozik a társas tudattalan tartalmaiban, személyiségének működésébe ivódottak saját kultúrája és társadalma normái, értékei.

A fogalom jobb megértéséhez lássunk néhány lehetséges példát a közép-európai társadalmakban a társas tudattalan megmutatkozására. Az elnyomó politikai rendszerekben a nyilvános politikai véleményalkotás veszélyes, a lojalitás látszatának fenntartása a túlélést szolgálja. A hallgatás rejtett normaként működhet, a „Ne beszéljünk a politikáról!” intelmében érhetjük tetten, ami a politikai nézetkülönbségek ütköztetésének elkerülését, az aktuális társadalmi feszültségek kibeszélhetetlenségét eredményezi egy autoriter rezsim megszűnését követően is. Hasonló folyamat a „Ne lógj ki a sorból!” üzenet hatása, mely a társadalmi egyformaság normájának fenntartását szolgálja. Egy elnyomó rendszerben a kíváncsi, kezdeményező, kérdező, tehetséges egyén fenyegetővé válik, el kell hallgattatni. Az alkalmazkodás számít értéknek. Akár magunk is hallhattuk azt a mondást, hogy „A múltat jobb nem bolygatni!”. Ebben a gondolatban a háborúkról, holokausztról, társadalmi traumákról való generációs hallgatás normája ölt testet. Az emlékezés elkerülése a túlélőket a retraumatizációtól, a következő generációkat a fájdalom átélésétől védi. A védelem azonban illuzórikus, a trauma súlyát valójában nem oldja fel. A tabusítás a harag, megaláztatás, szégyen, büntudat és gyász érzéseinek elfojtását támogatja. A hallgatás normájában osztozó tágabb közeg ellehetetleníti a traumatikus élmények reflektív kapcsolatokba emelését; a trauma csoportszinten válik tartalmazhatatlanná, megágyazva ezzel a trauma transzgenerációs átadásának (Bakó és Zana, 2021). A hallgatást az az irracionális félelem is fűti, hogy ha beszélünk a borzalomról, akkor az újra megtörténik, újra valósággá válik. Pedig éppen az emlékezés segítheti a jövő generációját abban, hogy ne ismétlje meg a múltat. Posztkommunista, a holokausztot megélt társadalom állampolgáraként ismerősek lehetnek a fenti példák, akár saját tapasztalatainkhoz is kapcsolhatók. A társas tudattalan társadalomba való mély beágyazottsága okán más kultúrákat hasonló, de akár nagyon különböző tartalmak is jellemezhetnek. Például a gyarmatosító társadalmakban a feldolgozatlanság, kollektív elhallgatás, idealizálása nyomán disszociált formában él tovább a gyarmati múlt. A multikulturális társadalom diskurzusai gyakran felszínesek, mélyebb szinteken egyrészt a gyarmatokról érkező népcsoportokkal szembeni diszkrét rasszizmus vagy ambivalencia érhető tetten, másrészt az elfojtott társadalmi szégyen a kizsákmányoló múlt miatt, ami gyakran civilizációs küldetésként kereteződik át (Dalal 2001, 2011).

Hosszan lehetne még példákat sorolni, akár az etnikai, nemi tabuk, társadalmi osztályokkal kapcsolatos tematikák köréből.

A társas tudattalan koncepcióját fontos elkülöníteni több, könnyen ide kapcsolható fogalomtól. A társas tudattalan korlátokat, akadályokat, kényszereket eredményez. Ez önmagában nagyon hasonlít a szuperegó tartalmaihoz, azaz az internalizált társadalmi normákhoz, értékekhez. A szuperegó azon a világrépen alapul, amit a gyermek a szüleitől, a környezettől magába szív. A szuperegó azonban az egyén pszichés apparátusának része, míg a társas tudattalan a csoportok, társadalmak szintjén működik. A társas tudattalan tartalmi az azonos társadalomhoz tartozó emberek körében közösek (Weinberg, 2007).

Egy másik fogalom a C. G. Jung által leírt kollektív tudattalan, ami archetipusokat, biológiailag öröklött univerzális pszichés struktúrákat jelöl, melyek időtlenek és túlmutatnak egy adott kultúrára, eredetük nem emlékeken alapul (Jung, 2011. Ezzel szemben a társas tudattalan adott kultúrához és társadalomhoz kötődik. Emlékekből ered, amelyek társadalmi és kulturális interakciókon keresztül formálódnak és adódnak át generációkon. A társas tudattalan történetileg és kulturálisan is változó, a kollektív tudattalannal ellentétben nem egyéni, hanem interperszonális szinteken nyilvánul meg (Weinberg, 2007).

Könnyen összetéveszthető a kulturális normákkal is. Weinberg (2007) nézőpontja szerint a társas tudattalan több, mint a rejtett kulturális normák összessége. A kultúra egy láthatatlan háló viselkedésünk és interakcióink hátterén, egyes összetevői nehezen megragadhatóak. A rejtett kulturális normák mögött azonban ahhoz, hogy a társas tudattalanból származónak tekinthessünk egy jelenséget, szükséges egy jelentést találnunk. A rejtett kulturális norma mögött egy tudattalan motívum meglete szükséges, például egy védekezés vagy egy mély konfliktus. Példaként a fizikai távolságtartás kulturális különbségeit említi. Hangsúlyozza: ahhoz, hogy egy nagy fizikai távolságot tartó kultúra kíváncsú közelség-távolság szabályozásra vonatkozó rejtett normáját a társas tudattalanhoz tartozónak tekintsük, szükséges találnunk a háttérben akár egy, az intim kapcsolatokban megmutatkozó általános nehézséget, akár egy mítoszt, ami az érintést veszélyes következményekkel kapcsolja össze. Weinberg (2007) kritikájában felveti, hogy Hopper nem tesz különbséget tudattalan és észrevétlen, rejtett tartalmak között.

S. H. Foulkes háromosztatú (*tripartite*) mátrix elmélete

A csoportanalitikus elméletalkotók közül Siegmund Heinrich Foulkes volt az első, aki kifejezetten a társas tudattalan rétegével foglalkozott. A pszichoanalitikus hagyományból indulva csoportanalitikusként arra jutott, hogy a csoportban dolgozva nem szorítkozhatunk kizárólag a pszichoanalitikus elvek alkalmazására. Csoportmátrix koncepciójának kidolgozásával megalkotta a csoportanalízis „sarokkövét”, hasonlóan a pszichoanalízis sarokkövéhez, az elfojtáshoz (Nitzgen, 2024).

A mátrix egy kommunikációs hálózat, intrapszichés, egyének közötti és kölcsönös kapcsolatok szövődése, melyben az egyént csomópontként foghatjuk fel. A mátrix

révén a csoport együtt reagál és együtt asszociál, mint egy egész. „A mátrix egy sűrítmény. Beletartozik mindaz, ami a csoportban eseményként, kommunikációként, viszonyként, fantáziaként, cselekvésként tudatosan vagy tudattalanul jelen van. A mátrix az interakciók, megnyilvánulások révén jön létre, egyben tartalmazza is azokat” (Szőnyi, 2005, 230.).

Foulkes korai munkáiban a csoportfolyamatokban megismerésülő és dramatizálódó belső világot az én és a család tudatos és tudattalan reprezentációinak körében értelmezte (áttételi világ). Felfogása az 1960-as években kibővült, hangsúlyozva, hogy a csoport a közösség egészét szimbolizálja. A mátrixról alkotott koncepcióját revideálta: az egyént már nem a hálózat egy csomópontjaként fogta fel, hanem különböző szociokulturális csoportok reprezentánsainak tekintette. A fogantatást követő fejlődés során a szülők a kultúra és közösség értékeit folyamatosan, sokszor nem tudatosan, verbálisan, nonverbálisan, ösztönösen és érzelmileg közvetítik a gyermekük számára. Így a közösség, a kultúra normái, értékei szinte észrevétlenül ivódnak be az egyénbe. A kulturális, közösségi dimenzió beemelésével a csoportmátrix koncepció differenciálása vált szükségessé. Foulkes bevezette az *alapmátrix* és a *dinamikus mátrix* fogalmait, majd később az *egyéni mátrix* elemével bővítette koncepcióját (Nitzgen, 2024).

Az alapmátrix a csoportmátrix egy rétege, egy megosztott valóság. Társadalmi, kulturális és nyelvi háttér, amelyben a csoport tagjai élnek, és amely előfeltétele a csoport létrejöttének és működésének. Az alapmátrix előzetesen adott, nem a csoportban keletkezik, hanem megelőzi azt. A dinamikus mátrix a szemünk előtt fejlődik, a csoporton belül folyamatosan alakuló, élő kapcsolati háló. A csoporttagok tudatos és nem tudatos kommunikációs és kapcsolati mintázataink összessége. Foulkes az utolsó művében egészítette ki a mátrix kettős szerkezetét egy harmadik elemmel, az egyéni mátrix rétegével. Az egyéni mátrix mindaz, amit a résztvevő hoz a csoportba, az egyén belső világa, korai élettörténete, kapcsolati mintázata, tudattalan konfliktusai, védekezési mechanizmusai, családi és kulturális háttére. Szűrőként működik, amelyen keresztül az egyén észleli és értelmezi a körülötte lévő világot (Szőnyi, 2005).

De hol találjuk Foulkes elméletében a társas tudattalant? Eredetileg a freudi elfojtott tudattalan kiegészítéseként fogalmazta meg, a csoportmátrix részének gondolta (Nitzgen, 2024). „A csoportanalitikus helyzetben a freudi értelemben vett tudattalannal dolgozunk, de ugyanakkor működésbe lép és láthatóvá válik egy olyan tartomány, aminek az egyén éppen úgy nincsen tudatában. Ez a társas vagy interperszonális tudattalan tartománya” (Foulkes, 1964, 52.). Az interperszonális és transzperszonális folyamatokat befolyásoló nem tudatos társadalmi és kommunikációs erőket felismerve Foulkes túllépett az egyéni tudattalan klasszikus freudi koncepcióján. Nitzgen (2024) szerint Foulkes a tudattalant nem pusztán az egyén belső tartományának tekintette, az a kommunikációs folyamatokban is testet ölt. A társas tudattalan tartalmait hordozzák a kimondott és elhallgatott szavak, a szünetek, gesztusok, így a társas tudattalan nem pusztán tartalom, hanem dinamika is, megmutatkozik a kommunikáció struktúráiban, mintázataiban egyaránt. Nitzgen (2024) hangsúlyozza, hogy a mátrix hármas szerkezetében egyik réteg sem választható el a másiktól, így a különböző áttételekben megjelenő elfojtott tudattalan tartalom nem választható el a társas, kulturális alapoktól, tehát a társas tudattalantól sem. Foulkes a

csoportokban az egyidejű kapcsolatok és kommunikáció négy szintjét írta le. Az aktuális szint: a valóság reprezentációja; az áttételi szint: az érett tárgykapcsolat; a projektív szint: a rész-tárgy kapcsolatok világa; az ősi szint: a közös mítoszok, archetipikus képek szférája. Brown felteszi a kérdést, hogy melyik szinten nyilvánul meg a társas tudattalan. Két válasz adódik: ötödik szintként hozzáadjuk az eddigiekhez, vagy feltételezzük, hogy mindegyik szinten létezik, azaz a csoport tagjai kommunikációjuk minden szintjén megosztják egymással annak tartalmait (Weinberg, 2007).

Úgy gondoljuk, hogy Foulkes mátrix koncepciója azon túl, hogy utat nyitott a későbbi elméletalkotóknak a társas tudattalan fogalmának konceptualizálásához, egyben felhívta a figyelmet arra, hogy az egyén megnyilvánulásai nem pusztán a személy „belső ügyei”. A kölcsönös, összefonódó kapcsolódások révén egyszerre hordozza az adott csoport egészének és egyben annak a társadalmi közegnek, kultúrának a tudattalan tartalmait, rejtett szorongásait, fantáziáit és védekezéseit, amelybe az egyén és a csoport ágyazódik. Csoportokról való gondolkodásunkban a társas tudattalan rétegének keresésével, megragadásával differenciáltabbá és gazdagabbá válhat egy-egy csoportjelenség megértése. A társadalmi, kulturális kontextus beemelése az értelmezésbe mind térben, mind időben kitágíthatja önmagunk megértésének perspektíváját.

A társas tudattalan elméletének kidolgozói, kortárs képviselői

Noha Foulkes nem használta a társas tudattalan fogalmát, azzal, hogy a mátrix koncepciója a család-centrikusságtól a közösség-centrikusság felé fejlődött, a mátrix minden – tehát az egyéni mátrix – rétegét is átható társas, kulturális hatóerők hangsúlyozásával nemcsak az „egyet a sokban” fedezte fel, hanem a „sokat az egyben” is (Nitzgen, 2024).

Az elmélet Foulkesot követő kidolgozása több kortárs csoportanalitikus nevéhez köthető. Earl Hopper, Farhad Dalal és Haim Weinberg kritikusabb, társadalomtudatosabb megközelítést képviselnek. Különbözőségük abból is eredhet, hogy Foulkes döntően kis csoportokkal foglalkozott, míg a későbbi szerzők figyelme a nagycsoportok, társadalmi folyamatok felé is fordult. Gondolkodásukban a mátrixot nem csak – bizonyos értelemben semleges – pszichológiai vagy kommunikációs, interakciós mezőnek tekintik. Bírálják a pszichoanalízis apolitikus hagyományát. Hopper gondolkodásában a hangsúly elsősorban a kollektív traumán, annak feldolgozatlanságának hatásain, a disszociációs folyamatokon, az integráció megsegítésén van. Dalal (2001, 2011) kritikai megközelítésében a mátrix társadalmi erők által strukturált mező. A társas tudattalan a társadalmi rend, a hatalmi struktúrák és a normatív ideológiák fenntartásának egyik eszköze, így a társas tudattalanban működő hatalmi struktúrák leleplezésének és dekonstrukciójának szükségességére hívja fel a figyelmet.

A dekonstrukciós megközelítés hangsúlyozza, hogy a csoport a valódi analitikus pozícióját akkor érheti el, ha a rejtett normák láthatóvá válnak, ha a kész jelentések

megbontásával feltárjuk a tudattalanhoz tartozó, magától értetődőnek vett előfeltevéseket (Dalal, 1998). A dekonstrukció azt célozza, hogy látszódjon, hogy az, amit természetesnek, adottnak vagy elkerülhetetlennek hiszünk, azt valójában esetleges, konstruált, és rejtett hatalmi hierarchiák támaszthatják alá. A mindennapi interakciókban, így a csoporthelyzetekben is tudattalanul újratermelődnek etnikai és kulturális kategóriák (a többségi társadalomból jövők észrevétlenül definiálják a normálisat), nemi szerepek (a férfi racionális, iránymutató, a nő érzelmes, gondoskodó), társadalmi státusz kategóriái (magasabb iskolázottságú, jobb anyagi státuszú véleménye hangsúlyosabb, az alacsonyabb státuszú gyakran hallgat), generációs narratívák (az idősebb tekintélyesebb), a hallgatás normája és még sorolhatnánk. Láthatjuk, hogy ezek nem egyéni sajátosságok, hanem kollektív mintázatok, társadalmi-történeti termékek, amik a társas tudattalanban élnek tovább, így a csoportanalízis általi reflektált lebontásuk elősegítheti egy új társadalmi normarend kialakulását is.

A társas tudattalan kortárs képviselői némiképp eltérően gondolkodnak a fogalomról. Tekintsük hát át őket egyesével! Earl Hopper (1996) pszichoanalitikus, csoportanalitikus a társas tudattalan egyik legkövetkezetesebb képviselője. Munkáiban hangsúlyozza, hogy a társas tudattalan rétegét nem csupán a csoportokról való gondolkodásban, csoportokkal való munkában fontos szem előtt tartanunk, hanem az egyéni terápiás helyzetben is szükséges dolgoznunk vele. Úgy fogalmaz, hogy a terápiás háromszög malani fogalmát terápiás négyszöggé kell alakítani, segítve ezzel a páciens abban, hogy összerakja mind a lélektani, mind a szociális közösségeinek darabjait. Az „ott és akkor” tartományába eső témák megvitatását nem tekinti a nyomasztó szorongások előli menekülésnek, kollúziós védekezésnek. Nézete szerint az „itt és most”-ra vonatkozó értelmezés nem teljes az „ott és akkor”-ra való hivatkozás nélkül.

Szerinte a társas tudattalan egyik fontos jellemzője – és részben ebben rejlik nehéz megragadhatósága –, hogy a társadalom korlátozó hatásai, az ösztönök és fantáziák kényszerítő erejéhez hasonlóan, a „nem ismert”-birodalmába tartoznak, az egyén nem tud róluk. Ezeket a megállapodásokat nem érzékeli, ha mégis érzékeli, akkor nem ismeri el, tagadja azokat. Ha elismeri, akkor nem tartja problematikusnak, adottnak tekinti. Ha problematikusnak éli meg, akkor nem képes az objektivitás és a távolságtartás optimális fokával kezelni. E társadalmi és kulturális elemek a tudattalan három kategóriájában léteznek: nem tudunk róluk, de valaha tudatában voltunk; nem tudunk róluk, de valaha részben tudatában voltunk; nem tudunk róluk, és soha nem is voltak tudatosak (Hopper, 1996; Weinberg, 2007).

Azon túl, hogy a társas tudattalan rétegébe tartozó folyamatok megragadása nem könnyű, a megértés kísérlete is ellenállásba ütközik, egyéni és társadalmi szinten egyaránt. A nem tudatos társadalmi korlátokkal való szembesülés a társadalmi tehetetlenség érzését válthatja ki, hiszen a szabad akarat ideáljának csorbulását eredményezi, nárcisztikus veszteség élményt okoz, és „hatással van önmagunk erkölcsi lényként való megélésére”. A társas tudattalanról szóló hírvivőket a társadalom könnyen a problémás, lázadó, deviáns jelzőkkel illeti. Ez a hatalmon lévők címkézési folyamata, ami a társadalmi védekezés, az ellenőrzés első lépése (Hopper, 1996). Amikor például a Kádár-korszak ellenzéki értelmisége artikulálni próbálta a

megfigyeléstől való félelmet, az elnyomást és a hallgatás kényszerét, a hatalom sokukat hazaárulónak, a rendszer ellenségének kiáltotta ki, írásait betiltották, kriminalizálták őket. A társas tudattalan nem csak rejtett, hanem gondolatilag tiltott is, bizonyos kérdéseket nem illik megfogalmazni. Etikai és politikai keret, a szabályozott nyilvánosság határán működik (Dalal, 2011).

Hopper (1996) az egyenértékűség fogalmával írja le azt a folyamatot, ami lehetővé teszi, hogy újra létrehozzunk olyan helyzeteket, amelyek más időben és térben már megtörténtek. Az egyenértékűség folyamatai az ismétlési kényszer elemének tekinthetők, a nonverbális és a kimondhatatlan élmények kommunikációját szolgálják. Az egyenértékűség akkor lép életbe, amikor a csoporttagok tudattalanul osztoznak hasonló történelmi (háború, migráció, rendszerváltás stb.), társadalmi (kirekesztettség stb.), pszichológiai tapasztalatokon. Egy tudattalanul észlelt helyzet emelkedik át a társas kontextusából a jelen helyzetbe, tulajdonképpen csoportáttételnek is tekinthető. Az egyenértékűség és a társas tudattalan fogalmai segíthetnek annak megértésében, hogy miként teremti újra a csoport egy máskor és máshol megélt társadalmi trauma egyes aspektusait. Például diktatúrában élők csoporthelyzetben – bár nem beszélnek róla – erőteljes bizalmatlanságot és kontrollszükségletet jeleníthetnek meg, mert tudattalanul osztoznak egy elnyomó rendszer belső reprezentációjában. A traumával kapcsolatos szorongások és magának a traumának az észlelése is tagadásnak vagy más kezdetleges elhárításnak van kitéve. Ezért megjelenésük regresszív állapotban, például nagycsoport helyzetben lehetséges.

Farhad Dalal (2001, 2011), a társas tudattalan egyik legkritikusabb, legpolitikusabb és helyenként provokatív gondolkodója, Foulkes radikális álláspontját – miszerint csak egyetlen tudattalan létezik, ami a társadalommal átítatott – viszi tovább. Minden egyén egy társadalmi közegbe születik, és átveszi az ebben a közegben uralkodó társadalmi diskurzusokat, az egyén a legmélyebb szinten a világban már létező hatalmi viszonyok által formálódik. Az egyén számára rendelkezésre álló lehetőségeket pedig a hatalmi viszonyok limitálják. A társas tudattalan a társadalmi rend, a hatalmi struktúrák és normatív ideológiák fenntartásának csendes eszköze. Foulkes elméletében nem jelenik meg a hatalom tényezője, homogénnek tekinti a kommunikációs mezőt, koncepciójában az egyéneken keresztül áramló szabad kommunikáció elakadása betegséget jelez. Dalal azt állítja, hogy ezt a mezőt a hatalom mintázza, az áramlás nem szabad. A társadalmi – egyéni dichotómia ellen érvel, ezek folyamatos összefonódásáról, kölcsönös egymásra hatásáról és szétválaszthatatlanságáról ír. Felhívja a figyelmet arra, hogy Hopper (1996) szemléletében a társas tudattalan – az egyénre és belső világára gyakorolt korlátozások – három különálló dolog létezésére utal: az egyén, a belső világa és a társadalmi rendszerek, szemben a dalali kölcsönös beágyazottsággal, kölcsönös meghatározottsággal. Dalal több szempontból is vitatja Volkan a későbbiekben kifejtett nagycsoport identitás elméletét, például nem ért egyet az egyéni és a nagycsoport identitás megkülönböztetésével, ahogy Ormay Tommal (1998) sem az énközpontú és a társas ösztön különválasztásában. Kiemeli, hogy a pszichoanalitikus gondolkodás gyakran impliciten feltételezi, hogy az egyén érdekei szükségszerűen szemben állnak a nagyobb csoport, a társadalom érdekeivel (Id – szuperegó).

Egy mikroközösség hatalmi dinamikájának elemzése nyomán leírja, ahogy a hatalmat birtoklók közössége globális pozitív önképet (mi-kép és énkép vonatkozásában egyaránt) alakít ki (a hatalmat magasabb emberi értékük jelének tekintik), a hatalomból kimaradóknak pedig globális negatív képet tulajdonít. A kívülmaradók negatív mi-képpel és énképpel fognak rendelkezni, amit alsóbbrendűségük jelének tekintenek. Mindez azonban a társas tudattalan szférájában marad, hozzájárulva a kialakult hatalmi struktúra megőrzéséhez. A hatalom birtoklása nagyobb, csoporton belüli kohéziót eredményez – a pozitív mi-képű csoporthoz jó tartozni –, míg a kívülmaradók csoportján belül a negatív énkép miatti elbújás – a megszégyenülés elkerülése végett – töredezettséget, alacsony kohéziót formál. A töredezettség a közösségben is létrejön, a hatalmon lévők és a kívülmaradók között nő a távolság, az elkülönülés, amit a kommunikációs csatornák, így a pletyka is fenntart. A meglévő hatalmi struktúra rögzülését biztosító hasított kommunikáció a megengedett, azaz mi jók vagyunk, ők rosszak. A hatalomból kívülmaradók erejét a változtatáshoz gyengíti a negatív mi- és önkép, a csoporton belüli alacsony kohézió. Dalal felhívja a figyelmet arra, hogy a hatalmi struktúrák mezőjét nem szabad kihagyni a terápiás munkából, nem dolgozhatunk kizárólag a családi viszonyokkal, hiszen a családi dinamikát magát is befolyásolják a hatalmi viszonyok (Dalal, 2001, 2011).

Carla Penna (2024) brazil csoportanalitikus a pszichoanalitikus irodalomból ismert Baranger és Baranger (2008) által leírt bástya fogalmával állítja párhuzamba, teszi szemléletesebbé a társas tudattalan koncepcióját, és mutat rá annak jelentőségére a csoportmátrixban. A bástya a páciens és az analitikus ellenállásnak kollúzióját jelöli, az analitikus és a páciens által közösen létrehozott tudattalan fantáziát. Párban konstruálódik. Lehetővé teszi, hogy a páciens – és a terapeuta – tudattalan mindenhatósági fantáziái révén elkerülje a szembesülést szélsőséges érzelmi állapotaival, a kétségbeeséssel, kiszolgáltatottsággal. A bástya tulajdonképpen egy vakfolt, hasonlóan a társas tudattalanhoz, ami a csoporttagok és a csoportvezető tudattalan összejárásának is tekinthető: a csoporttagok és a vezető hozzák létre, osztják meg, tagadják, tartják érinthetetlenségben, *statikus idegen tárgy* a csoportmátrixban. A bástya, így a csoport-bástya is egy olyan mozdulatlan struktúra, ami lelassítja és megbénítja a folyamatot. A csoportban vagy a csoport körül zajló bonyolódások lehetővé teszik, hogy a bástya a tudat közelébe kerüljön. Falainak leomlása kezdetben katasztrofálisnak tűnhet, azonban az értelmezés és az elemzés, a belátás és az integráció révén gazdagodást hozhat, új jelentéseket és elmozdulást eredményezhet.

Foulkes megfigyelte, hogy a csoportok és tagjaik a szabad beszélgetés során tudatosan és öntudatlanul is beszélnek a társadalmi kontextusukról, a szabad asszociáció nem független a totális helyzettől (Nitzgen, 2024). A strukturálatlan nagycsoport helyzet különösen alkalmas lehet a társas tudattalan tartalmainak megragadására. A nagycsoport káoszról indul ki, amiben a résztvevők rendet és értelmet próbálnak találni, miközben a megvitatott témák és a felmerülő szorongások, valamint az elszigeteltség elleni védekezések mind utalnak a társas tudattalanra (Weinberg, 2007). A nagycsoport helyzet indukálta regresszív állapotban az elhárítások meggyengülése nyomán a máshol és máskor megtörtént traumák

különböző aspektusai az egyenértékűség folyamatai mentén újrateheremződnek. Hopper (1996) azt is hangsúlyozza, hogy a trauma még az előtt éled fel, hogy átélhetővé válna. A társas tudattalan traumatizált társadalmakban, válsághelyzetekben előálló regresszió nyomán is megmutatkozik; vizsgálata során külön figyelmet érdemes szentelni a „választott trauma” vulkani gondolatának (Weinberg, 2007). Fontos megjegyeznünk, hogy noha Vamik Volkan nem használja a társas tudattalan kifejezést, de csoportanalitikus szerzők, például Weinberg (2007) a választott traumát és választott dicsőséget a társas tudattalan fontos tartalmainak tekintik, így a továbbiakban ezt koncepciót ismertetjük.

Választott trauma

Trauma, társadalmi trauma

Trauma alatt egy (vagy több) megrázó esemény hatására bekövetkező, súlyos fizikai, perceptuális, kognitív, emocionális, viselkedési és lélektani zavarokat okozó reakciót értünk (Bakó, 2021), aminek hatására a szomatopszichés egyensúly felbomlik, és az egyén a megszokott megküzdési mechanizmusaival nem képes az egyensúly visszaállítására. Az, hogy az élmény traumatikussá válik-e, függ a belső és külső erőforrásoktól, a fejlődési periódustól is. Egészséges esetben, az élmény átélése során az egyén képes kapcsolatban maradni önmagával és környezetével is, megőrzi a belső szelf stabilitását, miközben átéli az élmény okozta érzéseket is. Az élmény fokozatosan integrálhatóvá válik, és létrejöhét egy koherens szelf-narratíva. Ezzel ellentétben, a patológiás gyászfeldolgozás során a mentalizációs és szimbolizációs kapacitás sérül, a szelf dezintegrálódik, és poszttraumatikus élményvilág jön létre (elvész a realitáskontroll, múlt és jelen összemosódik, az énhatárok feloldódnak) (Bakó, 2021).

Az egyéni trauma mellett megkülönböztetünk társadalmi traumát is: ez az emberek egy körülhatárolt csoportja ellen, egy másik csoport által elkövetett erőszakos cselekedet (pl. népirtás, kirekesztés), amikor a cél nem az egyén, hanem a teljes társas környezet lerombolása. Társadalmi traumának tekinthetjük a közösségeket érő természeti katasztrófákat is. Az egyéni és társadalmi trauma közti fő különbséget a „transzgenerációs traumaátvitel” adja (Borbándi, 2013). Amennyiben egy közösség minden tagja osztozik az átélteken, a környezet megtartó funkciója sérül, tanú hiányában az élmény elbeszélhetetlenné válik, és a fenyegetett csoport egyedül marad az átéltekkel. Az énhatárok feloldódása miatt mind horizontálisan („mi-élmény”), mind longitudinálisan („transzgenerációs atmoszféra”) létrejön egy közös élményvilág, melyben a közösség minden tagja részesül (Bakó, 2021). Szövevényképp a trauma emlékei szimbolizálatlan formában (pl. testi tünetek, archaikus érzések) generációkon keresztül továbbadódhatnak, remélve a következő nemzedékek általi feldolgozást. A transzgenerációs továbbörökítésben alapvető a társas tudattalan léte, az átadásban pedig szerepet kapnak metakommunikatív és verbális elemek (mítoszok, legendák), nyelvi mintázatok is. Előfordul, hogy a kollektíva kiválaszt egy történelmi eseményről

(társadalmi traumáról) alkotott közös reprezentációt, és a közös tudattalan mezőn – társas tudattalanon – keresztül évszázadokon keresztül továbbadja. Olyan ez, mint egy elektronikus felhő, amibe réges-rég feltöltött valaki egy dokumentumot, amelyhez aztán mindenki hozzáfér. Később ez a feltöltött „választott trauma” a közösség identitásának szerves részévé válik (Volkan, 2002). A választott trauma koncepció áttekintése tehát elengedhetetlenül szükséges a társas tudattalan gyakorlati hasznának és csoportbeli megjelenésének megértéséhez.

Választott trauma, kollektív áldozati identitás

Hopper szerint a társadalmi folyamatok komplexek, ám krízis/traumatikus élmény hatására egyszerűbbé válnak (Hopper, 2005). Ilyenkor vulkani nagycsoportról beszélhetünk, ami nemzetiség, etnikum, vallás vagy politikai-ideológia alapján szerveződő, összetartozás érzésével bíró emberek összessége, szimbolikus közössége (Volkan, 2007). Ez egy mindig jelenlévő, ám többnyire nem látszódó, „csendben meghúzódó” struktúra, amely krízis, veszélyeztetettség, traumatikus élmény hatására válik láthatóvá (Volkan, 2007). Sajátos csoportdinamikai jellemzőkkel bír, és részben eltér a hagyományos értelemben vett nagycsoporttól. Nagycsoport alatt olyan társas szerveződési formát értünk, aminél egy kritikus létszám elérésével az egyének közti személyes kapcsolat lehetősége elvész, és ez pszichodinamikailag pszichotikus munkamódot hív: torzul a tér-időérzék, csökken a realitáskontroll, feloldódnak a szelfhatárok, és archaikusabb működésmód jelenik meg (affektusvezéreltség, primitív elhárító mechanizmusok dominanciája) (Nagy, 2023). A vulkani értelemben vett társadalmi szintű nagycsoport ehhez nagyon hasonló jelenségekkel bír, ám abban más, hogy akár milliónyi tagja a valóságban soha nem találkozott egymással, mégis összetartozást éreznek, és ez az érzés központi szerepet játszik személyes identitásuk kialakulásában (Borbándi, 2013). Az összetartozás-érzést elképzelhetjük téglák közti habarcsnak is: a habarcsot a közös kulturális elemek adják (népdalok, néptánc, közös nyelv, történelmi emlékezet). Ezek megosztása részben a társas tudattalanon keresztül, részben a szocializációs közegeken keresztül adódik át, a csecsemőkortól előidézve a csoporthoz tartozás élményét.

Egy adott nemzethez/etnikumhoz való tartozás élményét nagycsoport/kulturális identitásnak nevezzük. Borbándi (2013) szerint ezt úgy lehet elképzelni, mint a személyes identitás felett viselt második bőrt. Foulkest idézve: „a »társadalmi« nem külső, hanem mélyen belső is [...], behatol az egyéni személyiség legbelsőbb rétegeibe.” (Foulkes, 1990, 227.). „Békeidőben” a társadalomban az egyéni identitások sokszínűsége dominál (Göncz, 2025), a kulturális identitás háttérbe szorul, ám ha ez utóbbit veszélyeztetni valami, akkor a közös identitás felértékelődik, ennek megőrzése, megvédése kerül fókuszba. Volkan képletesen úgy írja le, mint egy megrongálódott sátorponyvát, ami alá a közösség tagjai vész idején bebújnak, és közös erőfeszítéssel igyekeznek kijavítani a roncsolt területeket.

A vulkani értelemben vett nagycsoport – azaz a fenyegetettség észlelése mentén regresszióba került társadalom – fennállására számos társadalmi jelenségen keresztül

következtethetünk: az egyéni identitás elvész, az énhatárok feloldódásával a „mi tudat” erősödik. Hasítás révén a „mi” és „ők” közti szakadék nőni kezd, a csoportban lévő negatív aspektusok projektálódnak (ezzel a másik csoport projektív identifikációval azonosulhat) és pszichológiai (különbségek hangsúlyozása), valamint fizikai (drótkerítés) határépítés zajlik kettejük közt. A megkülönböztetés része a purifikáció is: a saját csoport megtisztítása zajlik minden olyan markertől, amely a másik jellemzője is (lásd pl. utcanév cserék). Mágikus gondolkodás lesz jellemző, a realitás érzékelés elmosódottá válik, az ellentmondások figyelmen kívül maradnak és nem kérdőjeleződnek meg, az érzelmi kötelék fenntartása érdekében. Introjektív és projektív mechanizmusok révén kollektív paranoiditás uralkodik el, a tagok a vezető körül kezdenek centralizálódni, akire egyúttal primitív idealizáció is vetül. A közös identitás fenntartása és védelme érdekében a választott traumák és dicsőségek aktiválódnak (Borbándi, 2013; Volkan, 2007). Ezzel párhuzamosan a másik csoport egyre inkább dehumanizálódik, és a nagycsoport morálitása sérül. Minél nagyobb a regresszió és minél bizonytalanabb a közös identitás, annál nagyobb szükség van az elhatárolódásra a másik csoporttól, mivel a velük való empátia (hasonlóságok felismerése) felerősíti az összeolvadástól (az identitás elvesztésétől) való szorongást. A krízist megelőző csoport tagjai két állapot: a tömegesedés és az aggregáció között oszcillálnak. Előbbinél a tagokat az a közös fantázia mozgatja, hogy nincs különbség közöttük, feladják individualista álláspontjukat, és automatikus azonosulások, affektusfertőzés jelenik meg (Hopper, 2005; Weinberg, 2004). Utóbbi esetben a tagok elidegenednek egymástól, ellenségessé, zárkózottá válnak. Ilyenkor a hasítás olyan erős lehet, hogy a két pólus egyazon időben jelenik meg. Az uniformizálódás egy rezonancia alapú tükrözési mechanizmus miatt lehetséges, amely egy nonverbálisan létrejövő, automatikus identifikációs folyamat. Bokor szerint a halraj egységes mozgása, vagy a madarak V alakba rendeződése is egy ilyen ősi kommunikációs forma (Bokor, 2022).

A fenti csoport-regresszív állapot egy pontig hasznos, hisz segíti a társadalom fennmaradását veszélyhelyzet esetén. A veszteség megdolgozását (azaz a sátorlyukak kijavítását) követően, a gyász megélésével a csoportidentitás (sátorponyva) stabilizálható. Ám amikor a gyászfolyamat nem zajlik le, a trauma nem kerül be a narratívába, a társadalom tartósan regresszióba kerülhet (Weinberg, 2004). A vezető szerepe ilyenkor az, hogy hozzásegítse a csoportot a valódi és a fantáziált veszély elkülönítéséhez. Ha ez nem sikerül, mert a vezető is enged a regresszív nyomásnak (lévén, hogy ő is átélője a traumának), az integráció nem lehetséges, a regresszió tovább erősödik. Így a társadalmi trauma egy évezredek nyomán traumatizált társadalmi rend kialakulásához vezethet, mely a jelenkori krízisek mentén láthatóbbá válik.

Munka a kollektív áldozatisággal

A kiegyensúlyozott társadalmi működéshez kulcskérdés a kollektív áldozati identitással való foglalkozás, a tartós regresszióból való kijövetel és a társadalmi traumák gyászfolyamatának elősegítése. Ezzel szakemberként és állampolgárként is

dolgunk van. A feldolgozás elősegítése kapcsán fontos kiemelni, hogy megkülönböztetünk exkluzív és inkluzív áldozati tudatot. Utóbbi esetén a traumatikus élményt elszenvedett csoport a „másik” csoporttal kapcsolatban az elszenvedés hasonlóságaira és nem különbségeire koncentrálnak, így erősítve a másik csoport fájdalma iránti érzékenységet, empátiát és segítségnyújtási hajlandóságot. Bar-Tal (2009) kiemeli, hogy ez segítheti a szembenálló csoportok közti békés konfliktusrendezést. Ugyanakkor a különbségtétel a saját és a másik csoport közt részben természetes jelenség. Ahhoz, hogy egy csoporthoz tartozónak érezzük magunkat, szükség van a „másmilyenek” elkülönítésére – ami mindaddig nem problematikus, amíg nem válik szélsőségesé. Szélsőséges esetben a Mások elutasítása projekciós folyamat mentén történik: a Másik a saját csoport negatív aspektusai mentén válik elkülöníthetővé. Ez paradox helyzetet teremt: hisz a két csoport valójában a saját tulajdonságok – azaz a hasonlóságok – mentén válik különbözővé (Bokor, 2025). Ennek a felismerése csoporthelyzetben létrehozhat egy alapvető nézőpontváltást, amely elősegítheti az inkluzív vélekedés kialakítását is.

A társadalmi traumák feldolgozása, elgyászolása csoportokban lehetséges, hisz társas helyzetben (pl. csoportközi konfliktusok mentén) keletkeztek (Takácsy, Horváth és Sarungi, 2023). Ebben a folyamatban számottevő a társadalomtudománnyal foglalkozó szakemberek, így a csoportanalitikusok szerepe is. Csoportanalitikusként lehetőségünk és felelősségünk is van abban, hogy elősegítsük az egyéni és szociális szintű reflektivitást. A csoportmodalitások tárháza széles: a nagycsoport és a társas álom mátrix által meg- és felismerhetővé válnak a csoportok társas folyamatainak vetületei is (Szőnyi, 2019, Lawrence, 2005). A Civil Csoport Hétvége ideális platform a reflektív állampolgári működés és a társadalmi önismeret gazdagítására. További lehetőség a nemzetközi minták alapján békeforumok létrehozása, ami teret nyújthat a traumatizált nemzet-alcsoportok összeültetésére a jobb megértés, feldolgozás céljából. A konfliktusrendezéshez szükséges a szembenálló csoport áldozati narratíváinak kölcsönös megismerése, a konfliktus során okozott károk vizsgálata (elismerése, mértéke, jellege), és munka a felelősségre vonás kérdéseivel (ki, milyen mértékben felelős). Ez lehetővé teszi a közös értelmezési keret és nyílt kommunikáció kialakítását, melyben a bűnök bevallhatóvá, a veszteségek elgyászolhatóvá válhatnak (Bar-Tal, Chernak-Hai et al., 2009). Helyet kaphat a bocsánatkérés és a megbocsátás, megtörténhetnek a felelősségvállalás és kárpótlás felajánlásai, és felismerhetővé válhat, hogy mindkét fél áldozat és agresszor is lehet egyben. Ha elősegítjük a múltbeli veszteségek meggyászolását (elég jó szakemberként), az a társadalom regresszióból való kijövetelét indukálhatja, és hozzájárulhatunk egy demokratikusabb társadalmi működéshez is.

Gyakorlati példák

Az elméleti keret áttekintése után most nézzünk gyakorlati példákat, amelyek a társas tudattalannal való csoportanalitikus munkát mutatják be. Két kiscsoportos esetvignettát ismertetünk: egy Carla Penna által publikált csoportzajlást, valamint egy általunk vezetett csoportülés részleteit és elemzését. Ezek jól példázzák, hogy a társas

tudattalan tartalmai miként hatnak a csoportfolyamatokra, reflektálásuk miként hozhat változást. Majd egy társadalmi vignettát mutatunk be, amelyben a választott trauma és a kollektív társadalmi regresszió fogalmainak segítségével kísérletet teszünk rátekinteni saját nemzeti identitásunk gyökereire is.

Esetvignetta 1.: Bástyajelenség

Carla Penna 2024ben publikált elemzésének fókuszában egy brazil egyetemi kórház pszichiátriáján működő analitikus csoport munkájának fordulópontja áll. A tagok olyan hátrányos helyzetű nők voltak, akiknek élete állandó bizonytalanságban telt. Élettörténeteiket traumák, elhagyatottság, örökbefogadás, bántalmazás és erőszakos események sora jellemezte. A csoport négy éven át, hetente találkozott. Az üléseket a szenvedés, tehetetlenség témái és regresszív állapotok uralták. Emellett idővel élénk kommunikáció, kölcsönös kapcsolódások, egymás támogatása, erős kohézió formálódott. Egy alkalommal a csoportvezető késett. Éppen ez alkalommal az üléseknek otthont adó termet egy másik csoport foglalta el. A szóban forgó női csoport fellázadt, sikerült a másik társaságot kirúgniuk a teremből, visszafoglalták a sajátjuknak tekintett területet, és mire a vezető megérkezett már elkezdték az ülést. A csoportvezető akkor úgy értelmezte a helyzetet, hogy a csoport képes volt egy érettebb működésre, kiállt a jogaiért, és nem ismételte meg a bántalmazó helyzetet. A hátrányos helyzetű betegek általában láthatatlanul és némán élnek a társadalom peremén. A csoportanalitikus csoport terében létrejövő kapcsolódások, a kommunikáció, a rezonancia, a tükrözés és támogatás segíthet abban, hogy a tagok láthatóbbá és hallhatóbbá váljanak, ágenciájuk növekedjen.

Nézzük meg, mit ad hozzá a fenti incidens megértéséhez a társas tudattalan nézőpontja! Penna (2024) a fenti esetrészlettel szemlélteti a csoport-bástyajelenségét. Az eset példázza, hogy a brazil alpmátrixot strukturáló patriarchális hatalmi viszonyokkal a háttérben miként maradnak érinthetetlenek a csoportban az egészséges-beteg, segítő-tehetetlen szereppárok. Penna leírja, hogy a jó szociális háttérrel rendelkező csoportvezető viszontáttételi érzéseit a tagok nehéz sorsával kapcsolatos együttérzés, a kormány társadalmi egyenlőtlenségekkel szembeni érzéketlensége miatti nyugtalanság és a tagok iránti aggodalom jellemezték. A csoportot a tehetetlenség, szenvedés érzései, regresszív állapotok járták át. Tulajdonképpen a csoportvezető és a tagok kollúzióba kerültek. A segítő és segített közötti projekciók kölcsönhatásaként csak az egészséges/beteg, segítő/tehetetlen szerepek kínálkoztak, ezek pedig rögzültek, mintegy rejtett tartalomként bújva meg a csoportmátrixban. Egy olyan csoport-bástyajelenség, a csoportvezető és a tagok olyan tudattalan összejátszása jött létre, amely mélyen gyökerezik a brazil szociokulturális kontextusban. A brazil alpmátrixot jellemző patriarchális és hatalmi viszonyok, a társadalmi büntudat, az ezekről folytatott

diskurzusok rögzült formációi a társas tudattalan elemeiként hozzájárultak a csoport bástyájának megalkotásához, létrehozva egyfajta öntudatlan cinkosságot a vezető és a tagok között, ami a változás útjában állt. A fellázadás leleplezte a csoportfolyamatot visszafogó polarizált szerepeket, mint gondozó/beteg, egészség/betegség, potencia/impotencia, gazdagság/hiány. A csoportvezető társadalmi büntudata a tagok törekvése és tehetetlensége miatt érzett túlzott aggodalmában jelent meg. A csoportszoba visszafoglalásának aktusával a csoporttagok átélhették, hogy van hatásuk a környezetükre, passzivitásuk aktivitásba fordulhat. A rögzült szerepek és az általuk meghatározott interakciók reflektálhatóvá váltak. A történetek után a csoporton belüli kapcsolatok javultak, a szerepek polarizáltsága csökkent, horizontálisabbakká és érettebbekké váltak a viszonyok. A tagok képesek lettek szenvedéseik és képességeik kölcsönös felismerésére, proaktivitásuk erősödött.

Esetvignetta 2.: „A rendszer, ami bizonytalanná tesz”¹

Magyarország, 2024 ősz: jelentős pénzügyi infláció tapasztalható az egész országban. Emiatt egy nagyobb szervezetben működő, korai fázisban lévő csoportanalitikus csoporton emelkedik az ülések díja, melynek összegét nem a csoportvezető, hanem a szervezet határozza meg. A világban létrejött áremelések a csoportvezetőben is egzisztenciális szorongást keltenek, így halogatja, hogy a csoport tudtára hozza az áremelés tényét. Végül egy olyan ülésen teszi csak meg, amelynek elején egyúttal azt is közli, hogy most először a vezető személyes okai el fog maradni miatt egy ülés. A csoport a két téma közül csak az elsőre kezd reagálni: a nem várt áremelésre. Hosszan latolgatják az élet „drágulását”, az alapcikkek „luxustermékké” válását. Ez mobilizálja a külső hatalmi rendszereknek való kitettséget, a bizonytalanság témáját. Látszólag a csoportvezetőre nem dühösek, ám egy ponton követelni kezdik a vezetőtől, hogy megkaphassák a szervezet által ígért tesztanyagokat, hiszen „fizettek érte”. A támadási lázat egy domináns csoporttag kezdi irányítani. A tagok azt is kiemelik, hogy mennyire fontos lenne számukra a diagnózisuk tisztázása. A vezető kétségbeesett erőfeszítésekkel próbálja a helyzetet értelmezni: intervenciójában összeköti a külső (pénzügyi válság) és belső bizonytalanságnak (diagnózisok igénye) való kitettség élményét. Ám ez mintha tovább fokozná a csoport indulatát, a tagok kézfeltartással megszavazzák a tesztek kiadását. Az egyik tag azonban nemmel szavaz. A csoportvezető a cselekvési nyomás ellenében igyekszik facilitálni az érzések verbális kifejezését: mit vált ki belőlük a helyzet, milyen lenne megkapni a tesztek, vajon mit várnak tőle? A csoport azonban kollektíve ellenáll. Végso elkeseredettségében a vezető kihangosítja saját beszorítottság élményét. Megfogalmazza saját bizonytalanságát abban, hogy közvetítsen-e a szervezet felé, avagy próbálja a csoportot

¹ A csoporttagok tájékoztatást kaptak, és beleegyeztek az esetvignetta közzétételébe.

hozzásegíteni a helyzet reflektálására. A vezetéssel kapcsolatos kételyeinek kiemelése a csoporttagokban ambivalens érzéseket kelt. Van, aki az „emberi oldalt” hangsúlyozza, más azt fogalmazza meg, hogy a vezető nem nyújt elég biztonságot a tagok számára. A nemmel szavazó tag a vezető segítségére siet: személyes történetet hoz, megfogalmazza saját bizonytalanságát, nehéz érzéseit. Ezzel azonban a csoport „belső ellenségévé” válik. A tagok konfrontatív megjegyzésekkel értelmezgetni kezdik a személyét, így a csoport-egész bizonytalanságérzésének egyedüli hordozójává válik. A vezető azt érzi, jó lenne az ülés végén valahogy megvédeni a tagot, ám próbálkozása végül tehetlenség érzésbe fül.

A világban jelentkező krízis (infláció) mindenkit, köztük a vezetőt is érinti, kollektív szorongásokat mozgósít, a megélhetés bizonytalansága (és akár az elmúlt néhány évtizedben kollektíven átélt gazdasági válságok személyes élményei) kerül felszínközelbe, regresszív folyamatok indulnak meg. A vezető személyes érintettsége (bizonytalan vezetői identitása, egzisztenciális szorongása) is elősegíti a helyzet malignus irányba történő eszkalálódását. Kollúzióba kerül a csoporttal abban, hogy a felé irányuló dühöt elkerüljék (a csoportülés elmaradását a szervezeti áremelés témájába burkolja). A csoport dühös a vezetőre, hogy kétszeresen is cserbenhagyja őket (nem védi meg a szervezettől, és elhagyja őket két hétre). A csoport ebben a helyzetben a külső hatalmi rendszereknek (a szervezet, mint hatalom és a gazdasági döntéshozók mint tágabb hatalom), illetve a csoportvezető hatalmának való kitettséget egyszerre élheti meg. Ám a csoportvezetőt érintő rész nyílt kifejezése nem megengedhető ebben a fázisában a csoportnak, az erről a témáról való kollektív hallgatás véd a veszteség fájdalmas élményétől, a tagoknak még szükségük van az idealizált vezető képének fenntartására, tekintettel a korai fázisra és talán a társadalmi krízisre is. A csoport egységesül és összefog, először külső ellenséget lát (szervezet). A külső hatalmi rendszerekkel szembeni kiszolgáltatottság fantáziája nyomán a teszt és a diagnózis iránti igényben a bizonyosság kollektív szükséglete jelenik meg. Az instabil világban a csoport biztonságot adó kategóriákra vágyik. Majd belső ellenséget keres, bűnbakképzés indul meg. „Ha nem velünk vagy, akkor ellenünk” címszóval megtámadják azt a tagot, aki látszólag képes a helyzet bizonytalansága ellenére megőrizni reflektív képességét, ő válik a csoport bizonytalanságának kifejezőjévé, a csoportmátrixban megjelenő kollektív félelmek hordozójává. Közben a cselekvési késztetés egyre erősebb. A csoport regresszív működése számos ponton tetten érhető: primitív elhárító mechanizmusok, indulatvezérelt működés, (anti-)vezető körüli centralizáció, egységesülés, a vélemények uniformizálódása jelenik meg. A vezető beszorítottságának és ambivalenciájának kihangosítása nyomán érzékelhetővé válik az a fantázia, hogy a csoport vágyik gondoskodó és határozott vezetőre, ám ezt nem kapja meg. A társas tudattalanban helyet foglaló hatalmi struktúrához (amely kiszolgáltatottság érzést kelt) és a pénzhez (amely szégyen és undor érzéssel asszociálódik) való kollektív viszonyulás artikulálatlan marad. Erre a vezető csak az ülést követően kezd el reflektálni.

A magyar társadalom esete

A magyar nép többszörösen – külső támadások és belső viszályok sújtotta – traumatizált társadalom. Mindannyiunk felmenőit érintette valamilyen módon Trianon, az I. és a II. világháború, a magyar holokauszt, a nyilas uralom, a Rákosi-rendszer stb.; a társadalom minden rétege időnként uralkodó/agresszor, időnként elnyomott/áldozat helyzetbe került. Az el nem gyászolt veszteségek javarészt nemzeten belüli, belső konfliktusok, melyek közé Borbándi (2013) szerint a trianoni döntéstől a kádári konszolidációig terjedő időszak, a késő Kádár-rendszer és maga a rendszerváltás is beletartozik. Magyarok magyarok ellen követtek el (pl. besúgó-rendszer) súlyos vétségeket (Gervai, 2015); barátok, kollégák, szomszédok, honfitársak váltak egymás üldözőivé. A traumatikus élmények egymásra rakódása és feldolgozatlansága végső soron a sértett – nemzeten belüli – csoportfelek konfliktus-köreit és a magyarság kollektív áldozati identitásának rögzülését vonta maga után (Mészáros és Szabó, 2018). Bár a német és magyar kollektív áldozatiság hasonló, de megküzdési mechanizmusaiiban különbözik. A magyarok választott hősei levert forradalmak mártírjai (Dózsa György, Nagy Imre), szemben a németek megtorló karaktereivel (Agora, 2018). A nemzet választott traumáinak ('56-os forradalom, Trianon) üzenete pedig egyértelmű: a veszély kívülről jön, és össze kell fogni, különben az ország szétesik.

Társas tudattalanunk felhőjében a kollektíven elszenvedett traumák mellett a hatalmi struktúra is helyet kap. A magyarok esetében a szocializmus autokrata politikai rendszere a családon keresztül internalizálttá vált, generációkon keresztül továbbadódott. Az örökség szerint nagyhatalmú pártfogót kell találni, jobb hallgatni – a megszólalás veszélyes, és a kereteket nem szabad megkérdőjelezni. Bár a rendszerváltás reménnyel kecsegtetett, de az internalizált hatalmi rendszer újratерemti önmagát napjainkban is. Az autoriter struktúra lenyomata és a tartós társadalmi regresszió jelei a közelmúltban is tetten érhetők voltak, és a jelenkor krízisei (COVID pandémia, orosz-ukrán háború) felerősítették ezeket: a vezető körüli centralizáció, a hasítás „mi” és „ők” között, a pszichológiai és fizikai határhúzás, a vezér és a sajátcsoport idealizációja, a csoport negatív aspektusainak projekciója a másik-csoportra, bűnbakképzés, kollektív paranoiditás, választott traumák és dicsőségek felelevenítése, relatívvá vált moralitás és a vezető által felerősített malignus csoportfolyamatok, melyekben a propaganda szervesen részt vesz. A társadalom különböző rétegei közti (világnézeti, ideológiai, gazdasági) távolság egyre nő, a közösségi diskurzusban primitív elhárítások dominálnak, és az internalizált autokráciát a politikai pártstruktúra is leképezi (politikai váltógazdaság helyett „egypártrendszer” működik).

A nemzeti identitásunk teljeskörű elemzésére itt nem törekszünk. Ugyanakkor felvetjük, hogy a saját nemzeti társas tudattalanunkkal való foglalkozás fontos és megkerülhetetlen a pszichoterápiás munkánkban és a köz ügyeiben való részvételünk szempontjából is. A fentiek felvillantásával közös gondolkodásra szeretnénk sarkallni kortársainkat, kollégáinkat, így elősegítve a konstruktív irányú társadalmi folyamatok elindulását is.

Összegzés

Tanulmányunkban a társas tudattalan fogalmát definiáltuk, ismertettük annak jellegzetességeit, bemutattuk a koncepció kialakulását és továbbfejlődését a csoportanalitikus gondolkodásban. Összefoglalva az eddigieket: a társas tudattalan egy kultúra tagjai által létrehozott, közös tudattalan mező – tanulmányunkban a „felhő” –, amely az egyénen túlmutatva tartalmazza a közösségre jellemző kollektív fantáziákat, szorongásokat, védekezéseket, emlékeket is. Történelmi alakulását tekintve Durkheim, Weber, Freud, valamint Jung írásaiban gyökerezve Foulkes háromosztatú (*tripartite*) mátrix elméletében alapozódott meg. Illeszthető a pszichoanalízis kapcsolatát központba állító elméleteihez. Magában hordozza azt az alapgondolatot, hogy az egyén soha nem választható el szűkebb és tágabb kontextusától. A társas tudattalan koncepcióját kortárs csoportanalitikusok dolgozták ki, hangsúlyozva, hogy a mátrix nem egy semleges interakciós mező, hanem társadalmi erők, kollektív traumák strukturálják. Hopper (1996) gondolkodásában a hangsúly elsősorban a kollektív traumán, a feldolgozatlanság hatásain, a disszociációs folyamatokon, az integráció megsegítésén van. Dalal (2001, 2011) kritikai megközelítésében a mátrix társadalmi erők által strukturált mező, a társadalmi rend, a hatalmi struktúrák és a normatív ideológiák fenntartásának egyik eszköze. Vizsgálatát, dekonstrukciós elemzését elengedhetetlennek tartja.

Tanulmányunk második felében inkább a társadalmi, a (nagy)csoport nézőpontja felől közelítettük meg a koncepciót. A társas tudattalan építőegységeként aposztrofáltuk a választott trauma fogalmát. Megfogalmazzuk, hogy krízis vagy traumatikus élmény hatására a komplex társadalmi folyamatok egyszerűbbé válnak, így a működést a vulkani nagycsoportra jellemző csoportdinamikai elemek veszik át. Amennyiben a társadalmi trauma meggyászolható, a közösség képes a regresszióból történő kilábalásra. Ha azonban feldolgozatlan marad, transzgenerációs folyamatokon keresztül nemzedékeken át továbbadódhat, és a közösség identitásának szerves részévé válhat, így kollektív áldozati identitás alakulhat ki. A transzgenerációs továbbörökítésben alapvető a társas tudattalan léte, amely tartalmazza az adott kultúra közös emlékeit – így traumaélményeit is.

Záró gondolataink között szeretnénk ránézni arra, hogy a pszichoterápiás munkában, az egyén lelki jóléte szempontjából mit hozhat a társas tudattalan rétegeire való reflexió. Csoporttagként, csoportvezetőként is lehet élményünk arról, milyen felszabadító megtapasztalni, hogy a nehézségeimmel nem vagyok egyedül a világon, más is küzd hasonlóval. A társas tudattalan rétegeinek reflektálása térben és időben is tágabb kontextusba helyezheti ezt az élményt, egyéni és csoport szinten egyaránt. Növelheti a páciens élményét arról, hogy értve van, segítheti a terápiás kapcsolat elmélyítését. Hopper (1996) hívja fel a figyelmet arra, hogy az egyén félelmei, szorongásai, szégyene vagy éppen hallgatása nem kizárólag személyes ügy; kollektív tapasztalatot is hordoz. Ha a terapeuta nem veszi észre azt, ami közös, könnyen individualizálhatja azt, ami valójában társadalmi eredetű. Ha azonban dolgozunk ezzel a réteggel, segíthetjük a páciens társadalmi és lélektani közösségei darabjainak összerakásában (Hopper, 1996). A láthatatlan társadalmi normák, struktúrák, hatalmi

viszonyok a terapeuta, a csoportvezető és a páciensek közötti kapcsolatra is hatással vannak. Ha a terapeuta, csoportvezető képes erre reflektálni, akkor elérhető, hogy az egyén, a csoport ne egyedül hordozza ennek terhét (Dalal, 1998; Hopper, 2003). A társas tudattalan olyan láthatatlan szövet, amely összeköti az egyéni és a kollektív világot, reflexiója segíti integrálni a társadalmi valóságot a terápiás munkába. És nem utolsósorban a pszichoterápiás munka során tapasztalhatjuk, hogy az egyén változása nemcsak az egyén jólétére hat, hanem szűkebb és tágabb környezetében, kapcsolódásaiban is elmozdulást hozhat. Dalal (1998) szerint a társas tudattalan figyelembevétele a csoportanalitikus munkában újrakonfigurálja a diskurzusokat, amelyek révén az egyének egymáshoz kapcsolódnak. Ez pedig végső soron nemcsak egyéni, hanem kollektív gyógyító folyamatokat is eredményezhet.

Felhasznált irodalom

- Agora Zs.** (2018). Kollektív áldozatiság a náci propagandabeszédekben. In: Fülöp É. – Kövágó P. (szerk.), *A kollektív áldozati szerep szociálpszichológiája* (169–192). Budapest: Oriold és Társai.
- Bakó T. – Zana K.** (2021). *A transzgenerációs trauma és terápiája. A transzgenerációs atmoszféra*. Budapest: Medicina.
- Bar-Tal, D. – Chernak-Hai, L. – Schori, N. – Gundar, A.** (2009). A kollektív áldozati tudat jelentősége a kezelhetetlen konfliktusokban. Ford. Csertő István. In: Fülöp É. – Kövágó P. (szerk.), *A kollektív áldozati szerep szociálpszichológiája* (21–69). Budapest: Oriold és Társai.
- Baranger, W. – Baranger, M.** (2008). The analytic situation as a dynamic field. *International Journal of Psycho-Analysis*, 89: 795–836.
- Bokor L.** (2022). Szuggesztió és feltárás: Tényleg nincs vagy mindig van – vajon hol található a közös pont? *Pszichoterápia*, 31(3): 215–227.
- Bokor L.** (2025). Az együttműködés titkai – amikor a csoport össze- és visszatart. GIGAZOOM a CSAKIT-tal, a csoportanalízissel. Előadás.
- Borbándi J.** (2013). Társadalmi szintű nárcisztikus elhárítások következményei húsz évvel a rendszerváltás után. *Lélekelemzés*, 8(2): 201–217.
- Borbándi J.** (2025). Társadalmi trauma, választott trauma. In: Árkovits A. – Terenyi Z. Varga S. K. (szerk.), *Trauma-kaleidoszkóp* (65–83). Budapest: Oriold és Társai.
- Dalal, F.** (1998). *Taking the Group Seriously: Towards a Post-Foulkesian Group Analytic Theory*. London: Jessica Kingsley.
- Dalal, F.** (2001). The Social Unconscious: A Post-Foulkesian Perspective. *Group Analysis* 34(4): 539–555.
- Dalal, F.** (2002). *Race, Colour, and the Processes of Racialization*. London: Routledge.

- Dalal, F.** (2011). The social unconscious and ideology: in clinical theory and practice. In: E. Hopper – H. Weinberg (eds.), *The Social Unconscious in Persons, Groups and Societies, Mainly Theory* (243–263). London: Routledge.
- Durkheim, É.** (1893). *A társadalmi munkamegosztásról*. Ford. Csákó Mihály. Budapest: Osiris, 2001.
- Fonagy, P. – Target, M.** (2003). *Pszichoanalitikus elméletek a fejlődési pszichopatológia tükrében*. Ford. Milák Piroska. Budapest: Gondolat, 2005.
- Foulkes, S. H.** (1964). *Therapeutic Group Analysis*. London: Allen and Unwin.
- Foulkes, S. H.** (1990). The group as matrix of the individual's mental life. In: S. H. Foulkes, *Selected Papers* (223–234). London: Karnac.
- Gervai A.** (2015). *Titkos Magyarország. Célszemély: a társadalom*. Budapest: Pesti Kalligram.
- Göncz K.** (2025). *A nagy magyar nagycsoport. Pszichopolitikai szemelvények*. Budapest: Oriold és Társai.
- Hopper, E.** (1996). The social unconscious in clinical work. *Group*, 20(1): 7–42.
- Hopper, E.** (2003). *The Social Unconscious*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hopper E.** (2005). Response to Vamik Volkan's Plenary Lecture 'Large-Group Identity, Large Group Regression and Massive Violence'. *Group Analytic Contexts*, 30: 33–52.
- Jung C. G.** (2011). *Az archetípusok és a kollektív tudattalan*. Ford. Turóczi Attila. Budapest: Scolar.
- Lawrence, W. G.** (2005). *Social dreaming. Együttes álmfejtés a szervezeti és társadalmi tudattalan feltárására*. Budapest: Lélekben Otthon, 2007.
- Mészáros N. Zs. – Szabó Zs. P.** (2018). „Egy ezredévnyi szenvedés...” Kollektív áldozati hiedelmek és hatásuk Magyarországon. In: Fülöp É. – Kővágó P. (szerk.), *A kollektív áldozati szerep szociálpszichológiája* (341–369). Budapest: Oriold és Társai.
- Nagy P.** (2023). Traumák fogságában. Destruktív magatartás megjelenése egy magas biztonságú zártosztályon. *Pszichoterápia*, 32(4): 268–277.
- Nitzgen, D.** (2024). The cornerstone, once more. In: E. Hopper (ed.), *The Tripartite matrix in the developing theory of and expanding practice of group analysis. The social unconscious in persons, groups and societies* (19–35). London: Routledge.
- Ormay A. P.** (1998). A társas-én helye a személyiség struktúrájában. *Thalassa*, 9(1): 106–118. [http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/\(09\)1998_1/106-118_Ormay.pdf](http://imago.mtapi.hu/a_folyoirat/e_szovegek/pdf/(09)1998_1/106-118_Ormay.pdf)
- Penna, C.** (2024). Transference, countertransference, and the social unconscious. The bastion in clinical figurations in tripartite matrices. In: E. Hopper (ed.), *The Tripartite matrix in the developing theory of and expanding practice of group*

analysis. *The social unconscious in persons, groups and societies* (103–115). London: Routledge.

Szőnyi G. (2005, 2019). Csoport és szervezet. In: Szőnyi G. (szerk.), *Csoportok és csoportozók*. (435–501). Budapest: Medicina.

Takácsy M. – Horváth K. – Sarungi E. (2023). A trauma csoportanalitikus szemlélete és kezelése. In: Árkovits A. – Terenyi Z. – Varga S. K. (szerk.), *Traumakaleidoszkóp* (235–258). Budapest: Oriold.

Volkan, V. D. (2002). Bosnia–Herzegovina: Chosen trauma and its transgenerational transmission. In: M. Shatzmiller (ed.), *Islam and Bosnia: Conflict Resolution and Foreign Policy in Multi-Ethnic States* (86–97). Montreal: McGill-Queen's University Press.

Volkan, V. D. (2007). September 11 and Societal Regression. *Group Analysis*, 35(4): 456–483.

Weber, M. (1921). *Gazdaság és társadalom I. A megértő szociológia alapvonalai*. Ford. Erdélyi Ágnes. Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, 1987.

Weinberg, H. (2007). So What is this Social Unconscious Anyway? *Group Analysis*, 40(3): 307–322.