



Hidas György

Életperiódusok megjelenése az anya-magzat kapcsolatanalízisben¹

Pszichoanalitikus terápiákban szerzett tapasztalataink arra engedtek minket következtetni, hogy intrauterin élmények mind verbalizálható szenzációkban, testérzetekben, mind mozgásos és poszturális megnyilvánulásokban felidézhetőek, és fel is idéződnek. Raffai Jenő² pszichoterápiás és pszichoanalitikus tapasztalatai alapján a skizofrénia genezisében intrauterin negatív hatásoknak tulajdonított nagy jelentőséget. Ezek a tapasztalatok arra indították Raffait és engem, hogy kidolgozzuk az anya-magzat kapcsolatanalízist, és azt továbbfejlesszük. Több mint három év tapasztalataiból emelem ki a következőkben a fontosabbakat. Az elmúlt időszak gyakorlata alapján úgy gondolom, hogy a kapcsolatanalízis során a következő életperiódusok jelenségei, élményei jelennek meg az anya- magzat-analitikus által létrehozott interperszonális térben:

1) Az anya saját prenatális időszakának, születésének és perinatális periódusának szenzációi és élményei.

2) Az anya anyjának várandóssága tartama alatti, elsősorban a születendő gyermekére vonatkozó érzelmei, attitűdjei és ezek hatásai és emléknymaik. Ebbe a csoportba tartozik a Raffai által megfogalmazott kategória: az anyareprezentáns is.

3) Az anya (a kismama) születendő gyermekével kapcsolatos összes érzelme, beállítódása, fantáziája, gondolata, a fogantatás előtti időszakból származóak is, beleértve az anyának a magzat apjával való kapcsolatát is.

4) A kismama teljes élményrepertoárja, magzatával való kapcsolatából, a fogamzás esetleg átélt eseményétől kezdve, a testi változások során át a születendő gyermek mozgásaival és az azokra adott anyai reakciókkal együtt. Az anya és a magzata közötti érzelmi, fantázia és gondolati kétirányú áramlás élményei a lelki köldökzsinóron át, mindez kettőjük természetesen meglévő kapcsolatából adódik, amely éppen a kapcsolatanalízisben fejleszthető tovább. Ebből a periódusból és az anya prenatális

¹ Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság III. Országos Kongresszusán, 2000. október. A jegyzetek a szerkesztőktől származnak.

² Raffai Jenő (1954–2015) pszichoanalitikus, Hidas György tanítványa, együtt alapították meg 1996-ban a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaságot, és dolgozták ki az anya-magzat kapcsolatanalízis módszerét. Könyvük: Hidas György, Raffai Jenő, Vollner Judit: *Lelki köldökzsinór. Beszélgetek a kisbabámmal*. Budapest: Válasz Kiadó, 2002.

sajátélményeiből származnak az anyai test térbeli mozgásainak hatásai (Szabó Enikő) és azok esetleg megjelenő emlékei.

5) Jövőképek az anya és születendő gyermeke életéből, a várandósság további menete (például a magzat pozíciója az anya méhében), a születés eseményeinek elővételezése, a születés utáni helyzetek, beleértve a gyermek számára új fizikai és testi változásokat, a levegő mint új közeg, a nehézségi erő más hatása, az új hőmérséklet, az anyai test kívülről való érzékelése stb. Ide tartoznak az újszülött- és csecsemőkor eseményei és a leendő környezet, beleértve a családot is.

A tudattalan a test felé nyitott; ezen az úton jelennek meg a testi eseményeink, testérzeteink pszichikumunk színpadán, álmainkban, fantáziáinkban, gondolatvilágunkban. Feltevésünk szerint a magzat pszichéje topológiai szempontból (tudat, tudatelőtt, tudattalan) még differenciátlan, szinte teljesen tudattalan rendszernek tekinthető, és ennek következtében van szinte túlérzékeny és hosszútávú hatásokat megőrző kapcsolatban az anyai biológiai és pszichológiai környezettel. Ferenczi Sándor 1929-es írása, „A nem kívánt gyermek és halálösztone”³ óta tudhatjuk, és az azóta végezett számos empirikus vizsgálat igazolta is azokat a hipotéziseket, hogy a születendő gyermekre nagy erővel hatnak az anya érzelmei, attitűdjei, életeseményei, és ezek következményei hosszú időn át mutathatók ki. Az Egyesült Államokból közölt statisztikai metavizsgálatokból tudjuk, hogy az intelligencia foka nagyobb mértékben az intrauterin környezet függvénye, és kevésbé a génnek által meghatározott.

A kapcsolat-analízis terét áttételi és viszontáttételi érzelmi komplexumok is áthatják, ezért van az, hogy sok kismama enélkül az erősítő nélkül nem tud egyedül relaxálni és kapcsolatot létesíteni magzatával. Egyes kismamák ezt úgy fogalmazzák meg, hogy az analitikusnak mediátor szerepe van közte és születendő gyermeke között, mások metaforája szerint a dolgozószobában, ahol a kapcsolat-analízisek történnek, a kapcsolatot elősegítő, a magzatokból származó energiák megmaradnak és keringenek.

A kapcsolatanalízis relaxációban történik. Az asszonyok többsége, akár tanult már előzőleg relaxálni valamilyen keretben, akár nem, képes ellazítani, elengedni testét, lelkét és agyát, azonban ahhoz, hogy a megváltozott tudatállapotában átélje és verbalizálni tudja a különböző életperiódusaiból származó emlékeit, élményeit, egyfajta adottság, szinte egyfajta *tehetség* szükséges, amely egyedileg különböző. Hadd emlékeztessék itt a pszichoanalízis történetének híres első páciensére, Anna O.-ra (valódi nevén Bertha Pappenheimre), aki Freud kollégája, Josef Breuer számára megmutatta az utat a tudattalanban megőrződött emlékek felidézhetősége felé. Freud úgy gondolta, hogy a páciensnek különleges tehetsége volt saját tudattalan világa érzékelésére, és ez tette lehetővé Freud számára, Breuer beszámolójából, mint megfigyelő harmadiknak, a pszichoanalízis felfedezését. A kismamák is különböző mértékben képesek kapcsolatba lépni saját tudattalanjukkal, és ezáltal a lelki köldökzsinóron át (Fodor Nándor⁴ magyar

³ Ferenczi Sándor: A nemkívánt gyermek és halálösztone. Ford. Pándy Gabi és Hárs György Péter. *Ferenczi Sándor* (121-124). Vál. és s. a. r.: Erős Ferenc. Budapest: Új Mandátum, 2000.

⁴ Fodor Nándor (1895, Beregszász – 1964, New York), jogász, újságíró, pszichoanalitikus, parajelenség-kutató. Perinatális pszichológiával foglalkozó munkája: *The Search for the Beloved: A Clinical Investigation of the Trauma of Birth and Pre-Natal Conditioning*. New York: Hermitage Press, 1949.

származású amerikai pszichoanalitikus kifejezése) magzatukkal.⁵ Van kismama, aki fel tudja idézni saját születését, amely császármetszéssel történt; másik asszony számára a benne élő ellenséges anya akadályozza, hogy felvegye a kapcsolatot magzatával, miután már bejutott relaxációval a méhébe. Mások számára a létrejött kapcsolat eseménytelen, nem dramatikus, egyfajta csendes, szinte mozdulatlan boldog együttlétben vannak a relaxáció idején magzatukkal, és nagyon elégedettek a megváltozott tudatállapotból történő kiszilipelés után.

A kapcsolatanalízis élményeivel szemben a kismamákban sokszor kétely jelentkezik, azt mondják, hogy az élmények, a magzat felől érkező gondolatok „csak fantáziák”. Az élmények, az üzenetek színhelye valóban az a lelki struktúra, amelyet Bertram D. Lewin⁶ *dream-screen*-nek, álom-képernyőnek nevezett, az a felület, amelyre az álmok és a fantáziák vetítődnek. A felület azonos a két jelenség számára, azonban az eredet más, bár mindkettő a tudattalan rendszer felől érkezik.

Figyelemre méltóak azok a szenzációk, amelyeket a kismamák egy része átél, miközben megváltozott tudatállapotba kerül, és mély, gyerekkori, illetve prenatális lelki rétegeket ér el. Feltevésem szerint ez a két regresszív mozzanat, a tudattalan megközelítése és a korai időrétegek elérése prenatális vesztibuláris élményeket is felidéz, illetve mozgósít.

Kismamák vesztibuláris élményei egybevágnak Paul Schilder⁷ tapasztalataival (Schilder, 1933, köszönöm Szabó Enikőnek, hogy felhívta figyelmemet erre a cikkre⁸). Schilder szerint a Ferenczi által észlelt analitikus óra végi, az analizált által átélt szédülés oka is az egyes idő-rétegekből történő átváltások következménye. A megváltozott tudatállapot pedig könnyebben elérhetővé teszi a kapcsolatot saját testével, a méhével és a születendő gyermekkel. A vesztibuláris élmények egyfajta mutatói is a tudati, illetve idői regresszióknak. Ide sorolhatók a test síkjának lejtés élményei különböző irányokba, forgás élmények, a test súlyának megváltozásai.

Az egyik várandós asszonynak az az élménye relaxációban, hogy nyaka, karja szét akar csúszni a testétől, egy másik asszonyé az, hogy alsó végtagjai külön és távol vannak tőle, ezek is a vesztibuláris rendszerből származó élmények, hasonlóan a lebegés élményéhez. Utóbbi lehet azonosulás fantáziában a magzattal, vesztibuláris élmény vagy prenatális emlék. Az egyes jelenségek meghatározottsága különböző, de némelyik túldeterminált is lehet.

A kapcsolatanalízis során lehetőség van arra, hogy a várandós asszony testérzetei segítségével, egyfajta meditatív átéléssel elérjen, bejusson a méhébe, és ott felvegye a kapcsolatot gyermekével. Több esetben elmélyült relaxáció ellenére sem sikerült a kismamának egy ideig a babát elérni, bár bejutott a méhébe. Két ízben fekete árnyékot

⁵ Kézzel írt lapszéli töredékes megjegyzés: imaginált képek, determinálói a tudattalanul a magzat felől jövő stimulusok.

⁶ Bertram David Lewin (1896–1971) vezető amerikai pszichoanalitikusként egyrészt akut klinikai eseteket kezelt, másrészt hozzájárult az elmélethez, különösen a lelkesedés és az álomképernyő tanulmányozásához.

⁷ Paul Ferdinand Schilder (1886–1940) osztrák pszichiáter, pszichoanalitikus, Freud tanítványa. Kutatóként jelentős szerepet játszott a pszichoanalízis pszichiátriában való alkalmazásának bevezetésében. Az énpeszichológia ősatyjának, a csoportanalízis egyik alapítójának tekintik.

⁸ Feltehetőleg erről a cikkről van szó: Paul Schilder: The vestibular apparatus in neurosis and psychosis. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 1933, 78(2): 137-164.

látott elterülni önmaga és a magzat között. A kismama szabad asszociációi segítségével megtudtuk, hogy mindkét asszony anyja a várandósága idején állapota következtében sokat kínlódott, az egyik nagyfokban meg is hízott. Születendő gyermekük iránt negatív érzelmeik voltak, a gyereket tették felelőssé rossz közérzetükért, testük előnytelennek tartott változásaiért. Az árnyék mibenlétének tisztázása után – az anya árnyéka vetült kettőjük közé – szabaddá vált a kommunikáció útja a kismama és a magzata között. Egy másik esetben egy fekete foltot érzékelt a kismama a méhe helyén, később úgy érezte, mintha üvegfal lenne közte és a baba között. Élettörténete alapján fel lehetett tételezni, hogy saját, gyermekével szembeni lelkiismeretfurdalása okozhatta az akadályt. Eleinte nem kívánta a gyereket, és csak a házasságkötés kikényszerítésére használta, hosszabb ideig önmagának sem bevallva. Ezeknek az eseteknek, akár a prenatális periódusból származnak, akár a fogamzást követő időből, közös nevezője a nem-kívánt-gyermek szindróma. Ennek eklatáns illusztrációja Feldmár András, Kanadában élő pszichiáter megfigyelése, aki ismételten szuicidiumot megkísérelt fiatal felnőttek cselekedetének időpontját megegyezőnek találta anyjuk velük kapcsolatos abortuszkísérletének időpontjával. A fiatalok csak az anyjukkal való konfrontációkor tudták meg az abortuszkísérletet.

A prenatális időszakból származik egy asszony akusztikus pszeudo-hallucinációja (tudta, hogy nem a külső valóságból jönnek az érzéketes hangok) a kapcsolatanalíziskor. Relaxációban edény és evőeszköz csörömpölést és egy csapóajtó becsapódását hallotta. Kiderült, hogy anyja várandósága idején gyakran mosogatott valóban hangos csörömpöléssel, és a helyiségben volt egy csapóajtó is. Az asszony későbbi zajérzékenységét ezekre az intrauterin élményekre vezettük vissza.

A kapcsolatanalízis egyik feladata az is, hogy megszabadítsa a várandós asszonyt nemcsak saját negatív érzelmeitől, hanem anyja és esetleg korábbi generációk továbbadott negatív élményeinek hatásától is. A kapcsolatanalízis másik feladata megoldani a kismama születendő gyermekével kapcsolatos problémáit, a gyermek elutasításának vagy nemkívánt voltának lelkiismereti furdalásait.

Gyakori gond egy első terhességnél, hogy az asszony lélekben még gyermeknek érzi magát, nem éli át, hogy már kész lenne az anyaságra. „Szörnyen hangzik” – mondja egy kismama – „mintha én is gyerek lennék, ezért nem tudok anyai érzelmeket küldeni feléje.” A kismama számára gyakori jelen idejű élmény a szerepcsere születendő gyermekével. „Mintha ő lenne az anya, és én lennék a gyereke. Mintha ő lenne a bölcsőbb, a harmonikusabb, és ő tudná, hogy mi a jó.” Érthető is ez a felcserélés, hiszen régóta ismeretes, hogy a várandósság idején reaktiválódik az asszony saját prenatális időszakának élményvilága, és megjelenhetnek kozmikus életérzések is. Az előbb idézett kismama mondta relaxáció közben: „Lehet, hogy így, valahol mindig ezt a nyugalmat kerestem, olyan időtlen. Van benne valami bizonyosság. Mintha velem lenne az Isten, nincs bennem semmiféle félelem. Totális nyugalom és bizalom [van bennem], annak az érzése, hogy nem történhet semmi baj.”

Kismamák sokszor átélik, hogy magzatuk bölcs, erős, és nyugodtan bízhatnak benne. Mindent tud, amit tudnia kell. Eszembe jut Ferenczi Sándor álma a bölcs csecsemőről, aki az esendő, néha pszichotikus szülőt gondolzza, orvosolja, és jótanácsokat ad neki. Ferenczi szerint a bölcs csecsemőt csak egy bölcs csecsemő írhatta le, ez a gondolat is sugallja a

szülő-gyermek lelki kontinuitást, az átfolyást a kismama felelevenedett prenatális én-állapotaitól az aktuális felnőttig, és a születendő gyermekig.

A jövőképek előkészítik a szülést-születést, a világra-jövés esetleg traumatikus élményét. Az anya belső beszéddel, a magzata felé küldött képekkel közli, hogy mi minden fog történni a vajúdáskor, a szüléskor, hogyan halad majd át a gyermek a szülőcsatornán, hogyan működhetnek majd együtt anya és gyermek ebben a folyamatban. Figyelemre méltó, hogy amikor ezekről van szó, némelyik gyerek azt az üzenetet küldi aggódó anyjának, ne féljen, rendben mennek majd a dolgok. Az anya relaxációban belső beszéddel elmondja, hogy majd levegőt fog belélegezni születés után, hidegebb lesz, súlyosabbnak fogja érezni magát, az anya testét majd másképpen fogja kívülről érzékelni, anyja mellbimbóját szophatja majd. Beszélhet a környezetről, ahol szeretettel várják, az apáról, a testvéréről, akikkel most már közvetlenül találkozik és a tárgyi környezetről.

A kapcsolatanalízis sokdimenziós kommunikációs folyamat, amelyben a múlt, a jelen és a jövő periódusai is megjelenhetnek, amelyben korrekciók történhetnek, és megerősödik az elsőrendű érzelmi kötődés az anya és születendő gyermeke között. Mindez fejleszti a gyermek testi, érzelmi és kognitív képességeit, és javítja a szülés-születés zavartalan lefolyásának esélyeit.