

## Felnőtt Kötődési Interjú, mint az anya –gyermek kapcsolat minőségének előrejelzője

Dr. Szakács Katalin

Pszichiáter, pszichoterapeuta

Előadás a MAPSZIG konferencián 2006.október

A kötődés fogalmát Bowlby honosította meg a modern csecsemőkutatásban. A kötődés az ő értelmezésében biológiai hajlamot jelent a szociális interakciók kezdeményezésére, szükségletet az anyához vagy helyettesítő személyhez való zavartalan, biztos és korai kötődésre. Az ettől való részleges vagy teljes megfosztottság egész életen át tartó lelki és testi tüneteket okoz. A kötődési tapasztalatok lenyomatát egész életünkben hordozzuk. Az ezzel kapcsolatos reprezentációk nagy erővel élednek fel a terhesség alatt, szülés után. Ez részben tudatos emlékek feltolulását jelenti, de érzelmi állapotok, kapcsolati sémák újraéledését is, amelyeknek feldolgozásában segítséget igényelhet a leendő anya. Ennek a feldolgozásnak a sikere befolyásolja anyaságát, újszülöttjével, csecsemőjével kialakuló kapcsolatát.

Az utóbbi 1-2 évtized áttörést hozott a csecsemőről és anyával való kapcsolatáról való gondolkodásban. Közeledni látszik egymáshoz a pszichoanalízis és a kísérleti pszichológia csecsemőképe. A tudományos eredmények tapasztalatközeli, valóságosabbak. Ezen kutatások egyik eszköze az 1985-ben kialakított Felnőtt Kötődési Interjú is. **1.dia**

A Felnőtt Kötődési Interjú egy félig strukturált interjú, amelyben azt kéri a leendő szülőtől, hogy jelzők segítségével írja le kapcsolatát anyjával, majd apjával. Idézza fel szeparációra, visszautasításra és fenyegetésre vonatkozó élményeit, írja le a kapcsolati változásokat. Kitér az interjú arra is, mit gondol az illető személy arról, hogyan befolyásolták ezek az élmények jelenlegi személyiségét, valamint arra is, hogy megmagyarázhatónak, megérthetőnek tartja-e szülei vele kapcsolatos viselkedését, reakciót. Az interjúról videofelvétel készül, és tartalma mellett elemzik az elbeszélés módját is, mennyire koherens, milyen érzelemnyilvánítások kísérik stb. Az interjút Caplan és Main állította össze.

A szülő-csecsemő kapcsolat kialakulóban levő, nem szimmetrikus kapcsolat, amit szülői részről gazdag előtörténet befolyásol, a csecsemő részéről pedig nagy vonalakban a kötődés készsége fogalommal írható le az az állapot, ahogyan a szülővel való kapcsolatba érkezik. Ez képessé teszi arra, hogy az anyával való kapcsolatának gyorsan halmozódó, kezdetben nagyon csekély élményanyagát emlékezetében rögzítse és sémákba rendezze.

Az anyánál sajátos és egyedülálló lélektani szerveződés áll elő, amit Daniel Stern az anyaság állapotának nevez.

Ez az állapot már a terhesség alatt alakul, különböző képzetek, előzetes fantáziák kialakulásával jár. Az első időszakban az anyát saját megváltozott állapota köti le, majd figyelme a magzat felé fordul.

Az anya képzetei a babáról a terhesség 4-7. hónapja között egyre terebélyesednek, majd a szülésre vonatkozó fantáziák foglalják el a helyüket.

Az anya képzetei önmagáról, mint anyáról a szülés után változnak meg viharos sebességgel. Az anyaság állapota a szülés után szokott kiteljesedni. Sajátos fejlődési krízisállapot, melyet nagy változékonyság, hangulati, érzelmi hullámzások és fellazultság jellemez. Új identitást kell kialakítania, anyjának lányából anyává kell válnia. Bizonyos, ezzel kapcsolatos témák töltik ki a tudatát: **2.dia**

Daniel Stern idézve: "Az anyaság állapota háromféle rokon elmélyedést, valamint - nyílt, illetve rejtett – párbeszédet érint: az anya párbeszéde a saját anyjával, különösen mint gyermekkorának anyjával; párbeszéde saját magával, különösen mint anyával; és párbeszéde

a babával.” Ezek a témák azok, amelyek mindent elsöprően szervezik a lelki életét, mégpedig különféle témákba, kérdésekbe rendeződve: **3.dia**

1. Élet és fejlődés témája: képes-e fenntartani az újszülött életét és fejlődését?
2. Elsődleges kapcsolódás témája: képes-e kapcsolódni a csecsemővel, képes-e biztosítani az érzelmi fejlődését?
3. Támogató matrix témája: Kap-e segítségeket és azok megfelelőek-e a számára?
4. Az identitás újjászervezésének témája: Képes-e átalakítani önazonosságát és megfelelni új feladatának?

A felnőtt kötődések kutatása azonban (és itt visszatérünk a FKI-hoz) váratlan eredményt hozott. Az, ami a legbiztosabban előrejelzi a jövőendő anyai viselkedést, nem szükségképpen a saját anyáról szőtt képzet tartalma – tehát, hogy jó vagy rossz anyai gondoskodást tapasztalt-e. Ehelyett inkább attól függ, hogyan gondolkodik és beszél aktuálisan az anyjáról. Koherens-e a mondandó, milyen az érzelmi viszonyulás. Más szóval, beszédének formája éppoly fontos lehet, mint a tartalma, ha nem még fontosabb. A múltbeli történet narratívája többet nyomhat a latban, mint ami konkrétan történt, és a narratívában kifejeződő képzet erősebb előrejelzőnek bizonyulhat, mint a történeti igazság.

Például az új anya előadhat egy hiteles történetet, amelyben egy rettenetes, alkalmatlan anya szerepel. Ha mégis olyan képzetet alakít ki ezekből a boldogtalan korai élményekből, amely koherens, kiegyensúlyozott, bevonódó, de nem túlzottan – akkor valószínűleg biztos kötődési mintát képes kialakítani a csecsemőjével. Ennek az ellenkezője is megtörténhet: a kismama csodálatos korai gondoskodásról számol be, de narratívája széteső, kiegyensúlyozatlan képet mutat. Ez az anya valószínűleg hajlamosabb arra, hogy bizonytalan kötődést alakítson ki. Összességében 4 csoportba lehetett sorolni a megfigyelt kötődési mintákat: **4.dia**

1. Autonóm: története koherens, hihető, adekvát érzelemnyilvánításokkal kísért-anyaként nyitott, kész az affektív tükrözésre, válaszadásra.
2. Szorongó, elkerülő: erős elhárítások jellemzik, nehezen emlékszik, jellemzi az affektus és a kogníció szétválasztása – anyaként gátolt a kötődési szükségletek felismerésében, nem fogékony gyermeke jelzéseire.
3. Elárasztott, belemerülő: túlinvolválta, szakadozott, inkoherens történetmesélés, düh, frusztráltság jelei – anyaként nem képes érzelmi ráhangolódásra
4. Dezintegrált: története összefüggéstelen, ellentmondó részletek feloldására nem törekszik, érzelmei nem mindig adekvátak. Anyaként kiszámíthatatlan, heves érzelmek és közöny váltakozása jellemzi.

Két vizsgálatot említenék ezzel kapcsolatban: **5.dia**

Main és Goldwyn 75 %-os egybeesésről számol be az anya és a csecsemő kötődési típusát illetően. Fónagy, Steele és Steele a Londoni szülő-gyermek vizsgálatban 100 középosztálybeli elsőgyerekes szülővel vett fel Felnőtt Kötődési Interjú, majd a gyermek kötődési típusát az Idegen Helyzetben az anyával egy és az apával másfél éves korban vizsgálták. Az adott szülővel felvett interjú nagy pontossággal jelezte előre a gyerekkel kialakuló kapcsolatot. A két szülővel való kapcsolat csak kis átfedést mutatott, amit magyarázhatunk a temperamentummal vagy azzal, hogy az anyával való kapcsolat generalizálódhat. Az eredmények tehát azt mutatják, hogy a csecsemő a kötődési viszonyokra vonatkozóan független modelleket alakít ki az anyával és az apával a korábbi interakciók története alapján. Ezeknek a modelleknek a minősége kapcsolatban áll a gondozó saját kötődési típusával.

(1991-1996)

Jelentős vetülete ezeknek a tényeknek, hogy az anyaság állapotában levő nő másfajta közelítést igényel az egészségügyi személyzet részéről. Sajátos lelkiállapota furcsa lehet még ezt az állapotot már megtapasztalt nőknek is, mert az anyaság állapotából kikerülve nem mindig tudja felidézni, ráismerni. Fellazult, zaklatott jellege a környezetből könnyen vált ki

elutasítást. Az anyaság állapotában levő nő hangsúlyozottan keres a környezetében támogatókat, anya-mintákat, még akkor is, ha saját anyjával való kapcsolata kiegyensúlyozott volt. A legnagyobb segítséget egy másik nővel való támogató, megerősítő jellegű kapcsolatból kaphatja meg, ezért a szülésznők, nővérek szerepe óriási. Természetesen a támaszkeresés az orvosra is kiterjed, különösen, ha orvosi problémák is felmerülnek. Ebben a lelkiállapotban a biztatás, támasznyújtás, elfogadás az, ami segít az anyának identitását átszervezni, nem elvárások közvetítése, akár a csecsemő gondozásáról, akár saját anyaságának megéléséről van szó.

## DIÁK:

1. Felnőtt Kötődési Interjú, mint az anya-gyermek kapcsolat minőségének előrejelzője  
Dr. Szakács Katalin  
Pszichiáter, pszichoterapeuta  
I.sz. Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika  
Igazgató: Dr.Papp Zoltán
  
2. Felnőtt Kötődési Interjú (Main és Cassidy 1985)
  - kapcsolat az anyával és az apával /jelzők
  - kapcsolat az anyával és az apával/változások
  - szeparációk
  - visszautasítások
  - fenyegetettségek
  - magyarázatok
  
3. Anyaság állapota (Daniel Stern 1995) I.
  - az anya párbeszéde anyjával
  - az anya párbeszéde a babával
  - az anya párbeszéde önmagával, mint anyával
  
4. Anyaság állapota (Daniel Stern 1995) II.
  - élet és fejlődés témája
  - elsődleges kapcsolódás témája
  - támogató matrix témája
  - az identitás újjászervezésének témája
  
5. Kötődési típusok
  - autonóm
  - szorongó-elkerülő
  - elárasztott
  - dezintegrált
  
6. Kutatások  
Main és Goldwyn 1988  
Fonagy, Steele és Steele 1991-1996