

KAPCSOLATI ÁLMOK ÉS ILLÚZIÓK

Az interperszonális kapcsolat változásainak megjelenése szimbolikus szinten
Előadás a DREAM konferencián 2004.december

A konferencia címe azonnal kérdéseket és gondolatokat indított el bennem: Mik azok a kapcsolati álmok? Amiket egy kapcsolatról álmodunk? Terápiás kapcsolatról vagy személyes kapcsolatról? Ébren vagy alvás közben? Az első asszociációm ehhez a témához a pszichoszomatikus betegekkel szerzett tapasztalatom volt, akiket nőgyógyászokkal kooperálva kezelek. Azon páciensek csoportjára gondoltam, akiknek „kapcsolati álma” arról szól, hogy végre megtalálták azt az orvost, aki majd meggyógyítja őket és ez ebben az esetben gyakran azt jelenti, hogy teljes egészében átvállalja a felelősséget, a kapcsolatnak legalábbis az elején megmentőként szerepel. Ezt a viszonyulást gyakran átviszik a pszichiátra is, akihez a nőgyógyász küldi őket. Nehéz ezt a küldetést Winnicottal szólva „úgy teljesíteni, hogy nem teljesíteni”, mert a gyógyulás éppen a felelősség felvállalásával közelíthető meg, amit a beteg akár a tünet kialakulásával, akár az orvosra megmentőként tekintéssel kerülni kíván. Az a feladat hárul itt tehát az orvosra, ami sokszor a pszichoterapeutának is nehéz: nemet kell mondania arra a kapcsolati álomra, ami neki is kellemes, legalábbis egy darabig: Megmentő lehet. Ráadásul ezt a nemet nagyon ügyesen kell mondania, úgy hogy az elfogadható és elgondolkodtató legyen a páciens számára.

Ezen betegek köréből szeretnék egy esetrészletet bemutatni. A terápia szabálytalan, 10 alkalmas DREAM terápia, a klinikán ui. nem lehet teljesen a pszichoterápiás kereteket biztosítani. Ez előnnyel is jár, mert nem motivált betegekről van szó, inkább nőgyógyászati kezelésre jelentkezők pszichoterápiára való szocializálásáról.

Végzős joghallgató, külseje sajátos keveréke a kislánynak és a kihívó nőnek, pl. szexi, kivágott, testre símuló piros pulóvert és barna fűzős, gyerekes cipőt visel. Eléggé kétségbeesett, mert az élete teljes elrendezését nehezíti meg a tünet. Egészen idáig azt hitte, hogy minden rendben van vele, sikerült a gyermekkorát kiheverni, normális párkapcsolatot kialakítani. Nem is veszi észre, hogy ezzel elmeséli azt is, hogy aggodalmi voltak ezzel kapcsolatosan, nem tudatosul benne az sem, hogy ezzel a mondattal felülírja azt a bagatellizálást, amit egyébként igyekezik a tünettől kapcsolatosan megjeleníteni. A gyermekkorát a szülei kapcsolata miatt mondja nehéznek. Apja sokat utazó zenész volt, állandó külső kapcsolatokkal, melyek miatt eleinte veszekedések, majd elhidegülés következett. Anyja sokszor vele beszélte meg problémáit, szolidaritást várt el.

Ő azonban nagyon szerette vidám, tréfálkozó apját. Helyzetét az is nehezítette, hogy apja anyja egy kórházi kezelése alatt segítséget kért akkori barátnőjétől a gyerekek ellátásában, akit ugyanúgy hívtak, mint őt és akit igazán megszeretett. Ez a lojalitáskonfliktus mellett egy azonosításos mechanizmussal megerősítette inceszt félelmeit, amit az anya sugallata „apát szeretni bűn” – tovább erősített. Sokáig nem létesített fiúkkal kapcsolatot, de egy nagyon rendes csoporttársával közeli kapcsolata alakult ki, ami kezdetben a szorgalmas, rendes, vidéki gyerekek szövetségének indult, lassan szerettek egymásba. A szexuális életük –lévén mindketten tapasztalatlanok- lassan alakult, majd amikor már majdnem jó lett minden, neki fájdalmat kezdett okozni a szexuális élet.

A velem való kapcsolatában is hol kislányosan alárendelődő, a gyógyuláshoz utasítást váró, hol pedig öntudatos, ifjú hölgy, partner. Az első álmai egyike azt hiszem, jól megjeleníti ennek az attitűdnek mindkét aspektusát, amellettt hogy több rétege is van: „Autóval indulunk a nagy házától. Az út mentén rudak tartanak mellszobrokat. Elég bizarr látvány, de azért készültek ilyenre, mert a megrendelő összeveszett az apjával este, másnap reggelre az apa meghalt és a megrendelőnek lelkifurdalása volt, hogy haraggal váltak el. Egy érdekes esetet mesél valaki az autóban ehhez kapcsolódóan: egy ember úgy sántult le, hogy semmi tényleges baja nincs a lábának, csak az agya nem engedi, hogy mozduljon, mert így nem kell autót vezetnie.”

Megörül annak, hogy álmokkal fogunk dolgozni, megkönnyebbül, azt hiszem, valami olyasmit gondol, hogy ez nem nehéz feladat, nem is órára szól egészen (vagy ha igen, olyasmiről, amiért nem lehet felelősségre vonni), tehát az álmok segítségével úgy volt jelen, hogy mégsem volt jelen egészen, de mindazt, amit korábban összefoglalóan megfogalmaztam róla, az álmokhoz való asszociációk során mondta el.

Mindennek kibontása kapcsán párhuzamosan tüneti javulás is bekövetkezett, szeretném felidézni azt ezt kísérő álmot a terápiából:

„Andrissal a szobámban voltunk. A két matrac, ahogy ilyenkor szokott a földön az ágy mellett. Azonban egy másik ágy is állt L alakban az enyémmel, mint kicsi koromban anyáé és apáé a régi lakásunkban. Szerettem volna szeretkezni Andrissal, csak hogy a plusz ágy apa ágya volt, valamiért ott lakott, talán a költözés miatt és olvasott. Nem mondhattam neki, hogy menjen ki, hiszen ez most az ő szobája is volt. Dühömben csak sírni tudtam. Egyszer csak felnézett az újságjából és látta, hogy valami nincs rendben. Zavarba jött, hogy zavar bennünket és kioldalgott a szobából. Addig dühös voltam rá, de most megsajnáltam.”

A következő álmot az utolsó előtti alkalomra hozta:

„A házunkban voltam régi ismerőseimmel. Egyszer csak észrevettem, hogy a ház elindult velünk, síneken, mint egy vonat. Egy ideig némileg szorongva bár, de élveztem az utazást, azonban hirtelen megláttam, hogy egy állomás felé közeledünk és ott benn áll egy vonat, épp azon a sínen, amelyen mi is haladunk.

Növekvő aggodalommal néztem, elindul-e a vonat, de meg se mozdult és egyre jobban félttem, hogy összeütközünk. Érdekes módon a többiek észre sem vették a fenyegető veszélyt. Amikor úgy éreztem, hogy rögtön ütközünk hirtelen benn álltunk mi is az állomáson, mellettünk az előbbi vonat: hirtelen termett a peron és az álló vonat között még egy sín és mi arra futottunk be.

Számomra a második álom a terápiáról is szól. A páciens élményszintjén ugyanez a mintázat játszódott le a terápiában: kezdetben a szorongás és az izgalom, remény keveréke, egyre növekvő aggodalmak arra vonatkozólag, mire fog itt fény derülni, majd a megkönnyebbülés, amely részben a javulásnak szólt, részben pedig annak, hogy „kibírta” a terápiás kapcsolatot. És valljuk be, annak is szólt ez a megkönnyebbülés, hogy ez a számára nehéz próba a végéhez közeledik.

Volt az álmainak egy vonása, ami véleményem szerint az életében is jellemezte. Különbő dolgok történtek vele, jók és rosszak, de nagyon kevés dolgot élt meg úgy, hogy ő csinálja, aktív a folyamatban és felelős érte. A valódi énje csak néha bújt ki az álarca mögül, úgy tűnt, hogy az talán inkább apjára hasonlító, életvidám, szenvedélyes valaki lehet, míg a mostani arca anyjára emlékeztet, jó, szabályos, kötelességteljesítő. Ez a dilemma megjelent a barátjához való viszony változásaiban (hol elégedett volt vele, hol lassúnak, unalmasnak érezte) és abban is, hogy időről időre felbukkantak más fiúk is, akik felzaklatták. Ezt jeleníti meg a következő álom: „Jól megvoltunk a barátommal, amikor találkoztam az egyik barátnőm ismerősével, akivel nagyon megtetszettünk egymásnak. Együtt maradtunk. Egy idő után azonban félni kezdtem tőle, mert különös dolgok történtek. Olyan fehér nyulai voltak, amik véresre harapták a feljűk közelítő kezeket. Észrevettem, hogy csak úgy merek beszélni róla, hogy bekapcsolom a rádiót. Visszamentem abba a házba, ahonnan indultam, ott ajánlottak nekem egy férfit. Az ajtóra anyám lánykori vezetékneve volt kiírva”.

Milyen kapcsolódások jelennek meg ezekben az álmokban? Az első álom a megfelelésről szól, aztán a következő kettőben átél történéseket, jelen vannak benne mások, de nem kerül velük kapcsolatba. Az álmok a magányt és a tehetetlenséget jelenítik meg. Az utolsó álomban a kapcsolatba kerülés véres, fenyegető, visszamenekülésre készítet. Az egész terápia alatt egy sajátos jelenlét jellemezte őt – mint a mesében – „itt is vagyok, nem is vagyok”. Megjelent ez abban az örömben is, ami akkor látszott rajta, amikor megtudta, hogy álmokkal fogunk foglalkozni, és a terápia befejezése miatt érzett megkönnyebbülésben is. De abban is, ahogyan nem egészen nézett rám, rejtőzködött, de vágyott is rá, hogy feloldódjon.

A kapcsolat nem öröm, nem igazi segítségforrás, hanem elsősorban teher. Ezen valóban csak egy megmentő segíthet, aki úgy tud valódi kapcsolatba vonni, hogy közben kibírja és kezeli a szorongást, a sajátját éppúgy, mint a

páciensét, miközben a realitásban is meg tud maradni, és ezáltal a felelősséggel is megbarátkoztat.

Narcisztikus szükségleteinken keresztül könnyen találjuk magunkat a megmentő szerepében, itt találkozik a páciens és a terapeuta kapcsolati álma, a talaj nagyon ingoványos. Szoktam erre bukducsolni.