

BIRÓ ZSÓFIA

Erdélyi Ildikó: *A lélek színháza, A pszichodráma és az önismeret útjai*,  
Budapest, L'Harmattan Kiadó, 2015, 334 p.

Erdélyi Ildikó pszichoanalitikus könyvében sajátos pszicholiteratúrán keresztül mutatja be két- vagy többszemélyes terápiais eseteit, melyek ismertetését értelmezésekkel, elméleti megfontolásokkal egészíti ki. Az első fejezetben az alkalmazott pszichoterápiás módszerekkel és a szerző szándékával ismerkedhet az olvasó, a következő négy fejezet pedig konkrét esetekből kiindulva mutatja be a protagonista-központú, majd a csoportközpontú-pszichodramát, ezen módszerek kombinációját, és végül a szerző kétszemélyes pszichoterápiás eseteit.

Az első fejezet bevezető soraiból az olvasó magyarázatot kap arra a tényre, hogy Magyarországon miért gyakrabban alkalmazott önismereti módszer a pszichodráma, mint Európa más országaiban. A szerző szerint az Osztrák-Magyar Monarchia közös kulturális gyökerei alapozták meg Magyarországon a pszichoanalízis túlélését. Mérei Ferenc ilyformán újragondolhatta hazánkban a román származású pszichiáter, Jacob Levi Moreno által kidolgozott, protagonista-centrikus pszichodráma módszerét, kiragadva a csoportban keletkező élménytöbblet jelenségét. A bevezető sorokból fény derül a szerzőnek a téma és módszer iránti elköteleződésére is, ugyanis maga is tagja volt a Mérei által vezetett Műhely Csoportnak, akik magukon kísérletezték ki az analitikusan orientált, később csoportközpontú pszichodramának elnevezett módszert. Kiemeli, hogy az analitikus szemlélettel vezetett pszichodráma-akcióval dolgozik, a fokozatosan bekövetkező változásokat az áttételi-viszontáttételi helyzetek alakítják, amelyek a páciens és a terapeuta között alakuló interszjektív térben jelennek meg.

Moreno protagonista-centrikus pszichodramájában a csoportot három egymásra épülő munkaszakaszon át általában két csoportvezető irányítja. A rámelegedés fázisában a vezető célja a csoporttagok közti viszony kibontakoztatása, a spontaneitás, kreativitás felszabadítása strukturált feladatok útján. Ezt követi a pszichodramajáték, amely interjúval kezdődik. A protagonista megosztja hozott történetét a csoport tagjaival. Élménye feldolgozását a csoport vezetői ezt követően több eszközzel (dialógus, szerepcseré, tükör, hasonmás, duplázás, realitás-többlet) segítik, és az élmény megjelenítésébe a csoporttagok is bekapcsolódnak. A protagonista minden alkalommal más-más csoporttag lehet. A harmadik szakaszban élménymegosztás történik, előbb a szereplők (antagonisták) részéről, akik szerepazonosulásukat, majd sajátélményeiket is megosztják, végül pedig

a protagonista is megszólal, aki ekkor általában még csak diffúz formában képes közvetíteni érzéseit. A következő alkalomra a protagonista élményei általában már rendezettebb formában reflektálhatóak.

A csoportközpontú pszichodráma a csoport „itt és mostjában” folyó beszélgetések, fantáziák révén ragadja meg azt a dinamikát, melyet „kihangosítva” a csoportvezetők játékhelyzetet teremtenek. Az ülések az indító beszélgetést követő játékból és a visszajelzés hármas tagozódásából állnak. A módszer legfőbb technikai eszközei: monológ, dialógus, pozíciócsere, tükör, hasonmás, belső hang és szürreáliák – valamennyi szerepet a protagonista játéka vezet be. A csoportcentrikus pszichodráma legfőbb jellegzetessége a pozíciócsere és az improvizáció, melyekben közvetlenül azonosul egymással protagonista és antagonistá.

A pszichoanalitikus pszichodráma során a protagonista valóságos történetet, álmot, fantáziát rekonstruál a színpadon, háromféle térben játszódó eseményeket kötve össze. Megjelenik a külső valóság tere, ahonnan az élmény származik, bekerül a csoport terébe, ahol beszélgetés tárgyát képezi, és kiválasztják a színpadon, a játéktérben való megjelenítésre.

A pszichoterápiás módszer eszköztárának bemutatását követően a szerző összesen harmincnégy eseten keresztül szemlélteti az anya-lány kapcsolat, a származási „fantomok”, az anya-fiú kapcsolat, az apa-lány kapcsolat és a párkapcsolati konfliktusok mögött kibontakozó traumák pszichodramában való megjelenítését. Az anya-gyermek kapcsolatokat bemutató esetek egyike test és lélek kapcsolatának témáját boncolgatja. Egy örömképtelen, testét használati eszköznek tekintő páciens ébred rá pszichoszomatikus eredetű betegségének jelentésére és válik képessé a vele való megküzdésre a játék során megtapasztalt felszabadító energiából táplálkozva. További eset kapcsán mutat rá a szerző a korai anya-gyermek kapcsolatban megtapasztalt, egy életre „felvértező” biztonság jelentőségére. Szembesülhet az olvasó egy szegényben fogant gyermek örökségével, akinek titkolt létezésével felveti a szerethetőség kérdését, szélsőséges esetben öndestruktív erőket mozgósítva benne. A hiányállapot pótlására irányuló fantáziák rákerülhetnek egy valóságos személyre, vagy akár szublimáció útján egy társadalmilag is értékesnek tartott tárgyra, ahogyan művészi alkotásoknál történik. Szintén az anya-gyermek kapcsolat vonatkozásában említi a szegény témáját, amelyet minden esetben egy harmadik személlyel történő valóságos vagy képzeletbeli szembesülésre vezet vissza.

Több esetbemutásban a szerző származási „fantomok” felkutatása után ered. A fantom tudattalan képződmény, amely elfojtás vagy hasítás következtében jön létre elveszített személyek, üldözött kisebbségek leszármazottjaiban. Nemzedékeken keresztül őrződik; megjeleníti az elbeszélhetetlen fájdalomról lehasadt élménytartalmat, és csak egy ún. „titokablakon” keresztül válhat néha láthatóvá a drámában. A „titokablak” – a kifejezés a szerzőtől származik – a pillanatnyi társas kontextusban keletkező rés, ahol a fantom „bekukucskál”, amikor a beszélő tudatosodás nélkül árulja el a titkát. A szerző további esetekkel mutatja be, hogy a szülőföldtől való elszakadás, a peremhelyzeti lét az egyén életében traumaként ismétlődhet. Mérei

nyomán hangsúlyozza: a passzív kisebbség szerveződése révén, kreatív konfliktusmegoldást alkalmazva aktív kisebbséggé, sőt később akár többséggé is válhat. Ebben a részben tesz említést a testvérkapcsolat kötődést pótló funkciójáról, ami az anya-gyerek viszonylatban elszenvedett hiányok esetén a „szerencsésebb” testvér által történhet meg.

Az anya-fiú kapcsolat viszonylatában jeleníti meg a drogproblémát, mint az anyától meg nem kapott figyelem, szeretethiány okozta fájdalmat csillapító eszközt. Az anyai figyelem elnyerése érdekében a gyermekek széles eszköztárat mozgósítanak. A figyelem kiharcolása azonban még nem jelenti, hogy szerető gondoskodás is társul hozzá. A szeretetkapcsolat hiányának következménye, hogy a gyermek az anyát és önmagát sem érzi valódinak. Ha a pszichén belül meghal az anya, megkérdőjeleződik a gyermeknek az élethez való joga is, így a fiúgyermek ételek habzsolásával pótolhatja a hiányt. Anya-fiú viszonylatban továbbá megjelenik a homoszexualitás kérdése. A szerző által hozott esetpéldában egy gyermekét „bekebelezni” vágyó anya és fia viszonyában a fiú önálló létezése kerül veszélybe, és egy színre vitt álom nyomán oldódik fel, melyben a kutyának álcázott apafigura a protagonistából férfias erőfitogtatást vált ki. Az anyai attitűd kettősségének másik példája látható egy férfi esetében, aki két kapcsolata között sodródik. Ha a szülők kapcsolata elrettent a gyermeket a szeretetkapcsolattól, könnyen indukálódhat egyfajta narcisztikus, önszeretési öröm, amelyben a szeretett tárgyat is az egyén izgalmas hasonmása képviseli, nehezítve a párkapcsolatok kialakulását.

Az apa-lánya viszony kapcsán bemutatott esetek jól példázzák, hogy az apahiány révén előtérbe kerülnek az apáról szóló vágyfantáziák. Az apák által hagyott úrt, hiányállapotot a dráma látványossá teszi, a protagonistában kifejeződik a pótlás szándéka, mellyel szembesülve, külső realitásában is átélhetőbb lesz az erre irányuló törekvés. A szerző példái nyomán észlelhető, hogy nem csak maga az apa töltheti be a férfiszerepet gyermeke mellett, az élményt pótolni tudja a környezet bármely férfitagja, akivel rendszeres, bizalmon alapuló kapcsolat alakul ki. A más férfi iránti kötődés élménye még a bántalmazó apa által okozott úrt, sérülést is képes felülírni; ezzel együtt azonban a bántalmazás élménye magával hozza a későbbi áldozattá válás kockázatát is. Nemcsak az apa hiánya, hanem túlzott jelenléte, dominanciája is nehezítheti a családi légkört. A szerző egyik szemléletes példájában a domináns apa halála után a család gyakorlatilag felszabadul. Szintén a lánygyermek férfiakhoz való viszonya tükröződik azon esetekből, ahol megjelenik a női szerep csábító és elzárkózó, harcos és alárendelődő végletei közti ingadozás. A drámában megtörténhet az elveszített apáról őrzött jó és rossz élmények integrálása; ugyanakkor a szerző a nőiség minőségének megélését jelöli ki legfontosabb célként kliensei számára, hogy lehetővé váljon a szimmetrikus párkapcsolat. Érdekes kimenetele lehet a családi viszonyrendszernek, ha a lánygyermek mint harmadik fél emelkedik be a szüleivel együttesen alkotott háromszöghelyzetbe az apja iránt érzett vonzalom nyomán, indulatokat váltva ki így az anyából. Ez a működés felnőttkorra is megmaradhat, jelentősen befolyásolva a lány párkapcsolatait,

melyekben apjához mérve minden férfitársa alulteljesít. A férfiaság szimbolikus megjelenítése több eset kapcsán előtérbe kerül, a szerző a legváltozatosabb példákkal (pisztráng, csigaház legbelső zugából előbújó Lény...) illusztrálja, hogy a protagonisták milyen szimbólumokat találnak álmaikban a férfi nemi szerv és a vele kapcsolatos élmények megjelenítésére.

A párkapcsolati konfliktusok háttérében olyan korábbi élethelyzetek okozta traumák bontakozhatnak ki, melyek tudattalanul befolyásolják a protagonisták kapcsolati működését. A pár életében bekövetkező krízis végső konfliktushoz vezethet, amely egyben esélyt is jelenthet a korábbi, egyre inkább kényelmetlenné váló felállás újrászervezésére. Az anyák és apák párkapcsolati mintái szintén átadódnak, befolyásolva a felnőtt egyén párkapcsolataiban vállalt szerepét. Ikerk esetén mindent a testvérviszony megélése színesíti, hiszen az ikrek ritkán kerülhetnek olyan közel bárkihez, mint ikertestvérükhöz. A pár életének alakulásában mindezek mellett közrejátszanak a korábbi párkapcsolataikban megtapasztalt élmények is. A párkapcsolati téma illusztrációjaként a szerző egy párja által súlyosan bántalmazott lány esetét mutatja be, aki annak idején az érzelmei eltávolításával védekezett a szörnyűségek okozta szenvedéstől. Élmény és érzelem integrálása a drámában felszabadítóan hatott rá.

A csoportközpontú pszichodráma a csoportfolyamatok dinamikáját használja. A téma a csoportban érlelődik, „kibuggyantása” a vezetők feladata. A téma nyomán megfogalmazott konfliktusba a csoporttagok gyakorlatilag „belesodródnak” a pszichodráma örvény-természetéből fakadóan. A szerző a csoportközpontú drámát három jellegzetes helyzeten keresztül mutatja be. Elsőként a személyes határaival küzdő egyén csoportra gyakorolt hatását szemlélteti. A problémáját artikuláló csoporttagot a csoport távolítani kezdi, de eközben a csoporttagokban keltett feszültség rejtve marad. A vezetők csoportjátékot hoznak létre, amely megjeleníti az említett csoporttag által keltett szakadást; ezt követően játékkal aktívan közreműködnek a fölérendelt cél elérésében, a csoport egyesítésében. A szerző második példája a csoportot elhagyó egyénekhez és a csoport további munkájához való viszonyulás rendezése. A példában a csoport elhagyása kapcsán a csoporttagokat a büntetés-bűnhődés témája foglalkoztatja, e köré szerveződik veszteség-feldolgozó játékok. A harmadik eset azt a helyzetet mutatja be, melyben a csoportból egyszerre többen is jelentkeznek játékokra, és senki sem akar engedni protagonistá szerepéből. A csoportjáték a rivalizáció témáját dolgozza fel; kirajzolódik, hogy a versengés a csoportvezető figyelméért folyt.

A protagonista- és a csoportközpontú pszichodráma ötvözését a szerző négy folyamat által szemlélteti. Elsőként a csoport és a deviáns tag közötti feszültség indukálta játék folytatódik páros helyzetben. A csoport gyászhangulata regresszív hatást vált ki, a feszültség enyhülése nyomán pedig megjelenik a gyermekkori szerelmek emléke. A második esetenél egy protagonista „öröm és félelem” témája nagyfokú bevonódást vált ki történetével, ezért a csoportvezetők csoportjátékot kezdeményeznek, így a feszültség egyéneknél is el tud jutni a katarziséig. A harmadik pél-

da a „kettős érzelmi parancsot” artikulálja. Szemléletes módon tárul az olvasó elé, ahogyan az antagonista igyekszik megfelelni a rá osztott szerepnek, mégis felülke-rekednek rajta saját indíttatásai. A negyedik példa a csoport által választott és sajátos módon megjelenített történet fontosságát hivatott bemutatni. A történet által létrejön a sajátélményektől való távolítás, a közösen létrehozott változtatások mégis a csoportdinamikáról árulkodnak.

Kétszemélyes pszichoterápiás történeteiben a szerző a stern-i „találkozás-pilla-natok” jelentőségét emeli ki, a szerző és páciense között létrejövő interszjektív térben. Ez a közeg segíti a páciens történetének mindeddig rejtve maradó, az egész-séges működést akadályozó darabjának felbukkanását, helyére kerülését.

Utószavában Erdélyi Ildikó hangsúlyozza a terapeutai oldalt, saját beleélésének jelentőségét, amivel a páciensek, csoporttagok mélységek és magasságok, örömök és fájdalmak révén megélt felszabadulását kíséri.