

A felettes én és mai problémái

Ranschburg Jenő

A felettes ént és a felettes én mai problémáit nagyon sok oldalról lehet megközelíteni. Én a magam részéről elsősorban az identitás, az autonómia, az önértékelés és általában az értékrend kialakulásának a szempontjából szeretném vizsgálni. Azzal kezdeném, hogy Margaret Mahler óta tudjuk: a korai énféjlődésben és a korai ego-fejlődésben van egy jellegzetes triász. Kezdődik a szimbiózissal, jön a szeparációs időszak, majd pedig az újraközeledés. Mahler a szimbiózison azt érti — amit egyébként másutt is megtalálunk az analitikus irodalomban —, hogy a csecsemő az ego-határai magába foglalják az anyát, ők ketten sajátos egységet alkotnak, majd néhány hónapos korban ez az egység lassan elkezd oldódni, a gyerek felfedezi a különbséget az anya és önmaga között. Sok szép példát sorolhatnánk erre. Például, amikor a mama a hat hónapos babát tartja a kezében, és a gyerek eltolja magától az anyját, miként a távollátó ember az újságot, hogy a betűk világosan kirajzolódjanak. Ez a szeparációs időszak másfél-kétéves korban csodálatos felszabadultságot jelent a gyerek számára: szinte teljesen szabadnak látszik. A másfél éves baba még a másik szobába is boldogan átmegy egyedül. Ezután, mondja Mahler, a *refuelling*, azaz a „tankolás” következik: bizonyos idő után visszazalad a mamához, rátenyerel, magába szívja azt az energiát, amit a mama ad, feltöltődik, és ezzel új periódus kezdődik. A szeparációs szakaszt az újraközeledés követi, ami előadásom szempontjából tán a legfontosabb. Az újraközeledés Mahler megfogalmazásában azt jelenti, hogy a gyerek rájön: nem jó egyedül lenni a világban, és megint az anya felé közelít. Ezt Mahler *shadowing*nak, árnyékolásnak hívja, és a kisgyerekekkel foglalkozó pszichológus mindig tudja is, hogy két éves korban kezd el a mama panaszkodni, hogy a gyereket nem tudja magáról lerázni. Örökké a szoknyáját fogja, a konyhába sem tud a gyerektől kimenni. Az árnyékolást sajátos ambivalencia kíséri ebben a korban. Amikor együtt vannak, ellöki az anyát, de a hiányát sem képes elviselni. Ezt az időszakot többé-kevésbé stabil, „végleges” periódus követi: az egónak tartós keretei alakultak ki szülő és gyerek viszonyában.

A háttérben olyan internalizációs folyamat zajlik, amely véleményem szerint az ego, a szuperego és az autonómia fejlődésében kardinális jelentőségű. *Internalizáció nélkül nincs autonómia*. Amikor egy gyerek először képes önmagát megdicsérni, önmagát jutalmazni vagy éppen önmagát megszidni *a szülő helyett*, ez bizonyos függetlenséget is jelent a szülőtől: már maga is meg tudja tenni azt, amiben eddig a szülőre szorult. Tulajdonképpen ezzel indul meg az autonómia fejlődése, de ezzel párhuzamosan egy *új fajta függőség alakul ki*. Ez az újfajta függőség a szuperego megjelenése, ami három és hat éves kor között jön létre, s amelynek révén a látencia időszakában rendkívül erős szuperego-dominancia jellemzi a gyereket. A szuperego függetlenséget ad a „valódi” szülőtől, ugyanakkor sajátos rabságot is jelent. A szuperego azt jelenti, hogy a gyerek csak a szülőn keresztül tudja szeretni önmagát. Ugy szereti saját magát, ahogyan a szülő őt, úgy érté-

keli saját magát, ahogyan a szülő őt. *Horribile dictu*, még a saját képességeit is csak a szülő értékelésén keresztül becsüli. A speciális függőségnek ez a fajtája a serdülőkorban már nem tartható tovább. Az ego-pszichológiához, vagyis a Hartmannal induló, és — megítélésem szerint — Eriksonban csúcspontjára jutó iskolához elsősorban az vezetett el, hogy soha nem tudtam elfogadni a klasszikus analízis serdülőkor-értelmezését. A klasszikus analízis ugyanis egészen az ötvenes évekig azt hirdette, hogy a serdülőkor lényege tulajdonképpen nem más, mint az Ödipusz-konfliktus újraélése. Vagyis: a gyerekeknek el kell szakadnia a szülőtől — ezt a kifejezést is használják —, el kell szakadnia tőle, és egy másik szexuális partner megtalálásával kell az incesztus veszélyét megoldania. Ezen túl minden egyéb — barátság, autonómia, önértékelés, érdeklődés — csak az analitikusan értelmezhető háritásokkal magyarázható meg. Úgy vélem, ez roppant hiányos megközelítése a serdülőkornak. Úgy gondolom, hogy a serdülőkor lényegét abban a folyamatban kereshetjük, amit az előbbieken röviden vázoltam. Ez a lényeg tulajdonképpen nem más, mint a *szuperegótól való megszabadulás* folyamata. Olyanfajta küzdelem indul el a serdülőkorban, ami az első néhány évet is jellemezte. Ebben az első néhány évben a „valós”, az externalizált szülőtől kellett autonómiát szereznie a gyerekeknek, és ezt az internalizáció révén tette meg. Bevetítette magába — *introjektálta* — a szülőt, létrehozta a szuperegót, most pedig erről a szuperegótól kell „megszabadulnia”, abból a célból, hogy „önmagá” lehessen. Több szerző leírta már — a saját tapasztalataim is drámaian megerősítik —, hogy a mahleri fokozatok egyértelműen felfedezhetők a serdülőkor életében. Ezt szeretném most röviden bemutatni.

A hattól tíz éves korig terjedő időszakot, tehát a látencia szakaszát az első néhány hónap szimbiózisával azonosíthatjuk. Bizonyára tapasztalták már hat vagy hét éves gyerekekkel beszélve, megdöbbenő, hogy a gyerek mennyire nem képes a saját élményeit a szülők élményeitől elválasztani. A szülő tapasztalatairól, a szülővel történő eseményekről olyan drámai átéléssel számol be, mintha azok vele történtek volna meg. Azok az énhatárok, amelyek látszólag élesen és karakterisztikusan elválasztják egymástól a szülőt és a gyereket, egy fokkal mélyebben láthatóan és érzékelhetően elmosódtak még, és ennyiben szimbiotikus ez a hat-tíz év közötti időszak. Tízéves kor körül jelenik meg a gyerekeknel a szeparáció igénye. Annak a szeparációnak az igénye, amelyről azt állítottam, hogy el kell indítani egy nagyon is belül zajló harcot a szuperego legyőzésére az ego által.

Hadd mondjak erre is példát. Rengeteg tizenkét-tizenhárom éves gyerekekkel interjúztam, olyanokkal, akik nagyon szeretnek csavarogni. A csavargásnak egyik sajátos formája Budapesten az, hogy villamosra ülnek ezek a gyerekek, és reggeltől estig villamosoznak, például iskolába menés helyett. Vagy autóbusszra ülnek és reggeltől estig mennek a buszon. Elkezdett érdekelni, hogy mi a jó ebben? Hiszen a járműveket tizenkét éves korukra megszokták már a gyerekek, önmagában tehát nem olyan óriási élmény az utazás. Ha azonban egy ilyen „félmély” interjúban (ha szabad ezt a kifejezést használnom) kicsit utána megy az ember, akkor kiderül, hogy egyértelműen közös élményanyaguk van, és ez az, úgy érzik, hogy nincsenek szüleik. Nem azért, mert utálják a szüleiket (persze ez is előfordul, de nem ez a lényeg), hanem azért, mert azt a hátborzongató, ijesztő és ugyanakkor felemelő élményt élik meg, hogy önmagukért ők a felelősek, hogy egyedül vannak a világban és hogy saját magukra vannak utalva, nincs segítség, nincs, aki odanyúljon és hasson rájuk, segítsen rájuk. Ez az élmény hihetetlenül fontos ebben a — jellegzetesen szeparációs — életszakaszban: tulajdonképpen nem más, mint az ego dominanciájáért folyó küzdelem. Újra hangsúlyozom: ez egyértelműen intrapszichikus küzdelem, a gyerek azonban a valódi, a „kézzel fogható” szülőt reprojici-

álja. Azt a paradoxont kockáztatom meg tehát, hogy a konfliktusokért nem a „mai szülő” felelős, hanem a serdülő kisgyermekkorú szülőélménye, a szuperego, melynek dominanciáját egyre nehezebben viseli. Persze, mint mondtam, a kamasz mindezt projiciálja a „mai szülőre”, mert „kényelmesebb” egy intrapszichikus konfliktust így lefolytatni. Megfoghatóságánál fogva ugyanis valamiféle realitásérzést ad a gyerekeknek, aki szintén nem érti azt a folyamatot, ami benne zajlik. Mindez sokszor hihetetlenül fájdalmas a gyerek és a szülő számára is. Például: tizenhárom-tizennégy éves gyerek veszi a kabátját, és a már többször megfélemlített mama megkérdezi, hogy „ugyan hová mész kisfiam?” Ebből aztán kirobban a botrány. „Oda megyek ahova akarok, mi közöd hozzá.” A szülő nem érti az egészet, és a gyerek sem érti. Ezek irracionálisnak tűnő dolgok.

Elsőéves egyetemista lányokat megkérdeztem arról, hogy mit szólnak a szülei, illetve mit szólnának, ha megtudnák, hogy nemi kapcsolataik vannak. Egészen drámai volt — tizenkilenc év körüli kislányokról lévén szó —, hogy a legtöbben azt mondták: Jézus Mária, hát az borzalmas lenne, harakirit követne el az apám, az anyám belehalna a szégyenbe stb. Mindez valószínűleg nem igaz, nem a mai szülő halna bele, hanem azt kell mondanom, hogy egy sajátos büntudati probléma kivetítése ez: egy gyerekkori szülővel, a szuperegóval folytatott harc sajátos projekciója. Ezzel a jelenséggel ebben az életkorban sokszor találkozunk. Valójában arról van szó, hogy a serdülő megpróbál benyomulni azokba a pozíciókba, amelyeket eredetileg a *szuperego* tartott birtokában. Ezek közé tartozik az énszeretet és az önértékelés is. A serdülő, amikor sikerül több-kevesebb dominanciát szereznie a szuperego felett, egyszerre csak észreveszi, hogy baj van a saját maga szeretetével, hiszen ezt a szeretetet eddig a szuperego nyújtotta neki. Ebben a pillanatban jelenik meg az, amit a modern analízis „*grandiózus ének*” hív, vagyis amikor az ego határtalansága próbálja pótolni azt a hiányt, amit az énszeretet elvesztése jelent. Hogy én vagyok a legnagyobb futballista, én vagyok a Nobel-díjas tudós és sok minden egyéb egyszerre, minden együtt. Talán Karinthy Frigyes írta ezt meg a legszebben. Ez a „*grandiózus én*” pótolni próbálja a gyerek számára a szuperegóval kisprózott énszeretetet, és ez az, amely az évek során szerencsés körülmények között (bár vannak nem szerencsés körülmények is, és ezekről is fogok néhány szót szólni) lassanként reális önértékeléssé, az ego által vezérelt önértékeléssé és énszeretetté válhat. Voltaképpen tehát ezek a „*grandiózus ének*ben” megjelenő víziók az elvesztett szuperego helyettesítésére szolgáló látomások. Az adolescencia középső szakaszában, tehát tizennégy és tizennyolc éves kor között megint megtaláljuk az újraközeledés fázisát, ugyanúgy, ahogyan két éves korban Mahler szerint. Adyt lehetne idézni („Vagyok, mint minden ember: fenség, /Észak-fok, titok, idegenség, / Lidérces, messze fény...”), amikor a gyerek egyszerre csak észreveszi, hogy milyen mérhetetlenül egyedül maradt. Abban a pillanatban, ahogy a szuperego fölötti dominanciát megszerezte, éli meg igazán a saját magányosságát. Mindaz, amire eddig törekedett, a megvalósulás pillanatában ijesztőnek tűnik számára. Úgy vélem, sok egyéb tényező mellett ez az egyik legfontosabb oka a szülő felé való *újraközeledésnek*. Hadd hangsúlyozzam tehát, hogy ez az intrapszichikus harc nem azonos a fizikai és az emocionális tagadással. Az a tapasztalatom (és ezt rengeteg nemzetközi adat bizonyítja), hogy egyszerűen *nem igaz az a régi hiedelem, amely szerint a serdülőkor szakítást jelent a szülő és a gyermek között. Ez nem szakítás, hanem intrapszichikus küzdelem az autonómiáért. Éppenséggel gyanús, ha a serdülő ezt a belső küzdelmet fizikai vagy emocionális szakítással helyettesíti. Valószínűleg arról van szó, hogy ez az intrapszichikus küzdelem fut zátonyra. Paradox módon fizikai vagy emocionális szakításhoz éppen a szülőktől való belső megszabadulás sikertelensége vezethet el, s ez azt*

eredményezi, hogy a belső „önmagammá válás”, az autonómia soha nem következik be. Erre rövidesen visszatérek még.

A fiatal tehát tizenhét-tizennyolc éves kora táján jut el oda, hogy az autonómia valóban megközelíthetővé válik számára. A tizennégy-tizennyolc éves kor belső küzdelmeit a szakirodalom inkább individualizációnak nevezi. Szeretném megvilágítani, mi a különbség az individualizáció és az autonómia között. Az individualizáció mindig a *honnan?* kérdésre felel, az autonómia mindig a *hová?* kérdésre. Az individualizáció időszakában teljesen mindegy a gyerekeknek, hogy hová, csak *onnan* el. Amikor az autonómia törekvése megjelenik életünkben, akkor már az „onnan el” problémája többé-kevésbé megoldott, a feladat annak eldöntése, hogy hová, milyen irányba haladjunk előre. Ez tizenhét-tizennyolc éves kor táján válik dominánssá. Hangsúlyozom azonban, hogy az autonómia és az individualizáció ugyanannak az éremnek a két oldala. Bár egyszerre vannak jelen, a serdülőkor elején elsősorban az individualizáció, később pedig elsősorban az autonómia kérdésköre van középpontban.

Hadd ejtsek néhány szót azokról a problémákról, amelyek ebben a folyamatban létrejönnek. Az első igazán fontos, bár eléggé sporadikus problémakör már Eriksonnál is megjelenik, *foreclosure*-nak, „korai zárásnak” nevezi. A korai zárás gyakorlatilag azt jelenti, hogy a serdülőkor krízis és belső döntés nélkül zajlik le. Popper Péter és magam is úgy vélem: a krízis szükséges dolog, *krízis nélkül nincs egészséges személyiségfejlődés*. A „koránzárók” megússzák a krízist – nem kerülnek bele ebbe a felettes én és az ego közötti küzdelembe, mert helyettük a szülő dönt. Ennek következménye a sajátos „koránzáró alkat” kialakulása, amelyre az előítéletesség, az empátia feltűnő hiánya jellemző. A „koránzárók” személyisége infantilis, kicsit „jókais”, hajlamosak az embereket a „jó” és a „rossz” kategóriákba sorolni.

A másik probléma azonban sokkal jelentősebb, és úgy érzem, igen veszélyesen van jelen Magyarországon. Én ezt meghosszabbított adolezscenciának szoktam nevezni. Szinte közhely, hogy napjainkban a gyerekek biológiai fejlődése meggyorsult, a pszichológiai érés viszont lelassult. A gyors biológiai érésre van magyarázat. De miért lassul le a pszichológiai fejlődés? Mert az igazság az, hogy valóban lelassult. Azt tapasztalom, hogy a tizennyolc-húsz-huszonkét éves fiatalok jelentős része pszichológiailag éretlen. Hangsúlyozom, hogy ez nemcsak szexuális vagy partnerválasztási éretlenséget, hanem a világszemléletnek, az autonómiának a sajátos éretlenségét is jelenti. A magyarázatot meg kell keresnünk. Talán a következő modellt lehetne felállítani. Nemcsak Magyarországon, de úgy látom Magyarországon különösképpen csökkent a protektivitás és az ehhez hasonló szülői magatartás értéke. A protektív szülői magatartás nem divatos viselkedésmód. Elkezdjük siettetni a gyerekkort: öt hónapos korban a babának már egyedül kell innia a bögréből, egyéves korában már biliztetni kezdik, négy-öt éves korban már az óvodában geometriára tanítják, hatéves korában már nyakában lóg a kulcs, és még a kistestvéréért is el kell mennie az óvodába, mielőtt az iskolából hazajön. Mert a szülő nem ér rá, nem tudja vállalni érte a felelősséget. Minderre az „önállóságra nevelés” kifejezés nagyon divatos eufemizmus, holott egyébként a felelősség áthárítása zajlik a gyerekre. „Én nem tudom érte vállalni a felelősséget, vállalja önmagáért.” Minél előbb legyünk túl azon a kínos, nehezen vállalható időszakon, amikor nekem – a szülőnek – kell protektívnak lennem. Most már szinte minden szülői gondoskodást „túloktalmazónak” (*overprotective*) nevezünk. Még a pszichológus is, anélkül, hogy megfogalmazná, miről is van szó, beleesik abba a csapdába, hogy a gondoskodás eleve túlgondozást jelent a számára. Ennek következtében és ezzel együtt a szülői normáknak való meg nem felelés élménye

a gyerekeknél sokkal gyakoribb, mint régen, mert az ilyenfajta normáknak folyamatosan megfelelni hihetetlenül nehéz. Ezzel párhuzamosan nem alakul ki az a szeretetkapcsolat sem, mely mint önszeretet a szuperegóban jelen van a gyermekekben. A mi vizsgálataink szerint például a csecsemők fürdetési ideje a három percet is alig éri el ma Budapesten. Három perc alatt meg lehet egy kisbábát fürdetni, de ahhoz, hogy analitikus értelemben vett szuperego és a szuperegóból felénk sugárzó szülői szeretet és önértékelés jöjjön létre, interakció, protektivitás, „kapcsolat” szükséges, és erre a háromperces átlag semmiképpen sem elegendő. Szignifikánsan csökken a játékra fordított idő, a közös játékra fordított idő pedig még szignifikánsabban csökken, mert ami manapság játékra fordított idő, az leginkább az, hogy a szülő bekapcsolja a videót, és nézheti a gyerek a *Tom és Jerryt* kétszázszor egymás után. A szülővel töltött kommunikációs idő erősen lecsökken.

Valamikor régen a gyermeklélektan művelői éveken keresztül azon vitatkoztak, hogy krízis-e a serdülőkor vagy nem krízis. Egyértelműen és vitathatatlanul krízis, *a személyiségfejlődésnek az egyik legfontosabb válsága*. Minden olyan fejlődési mozzanat, amelynek következtében a krízisjelleg elvész a serdülőkorban, véleményem szerint igen veszélyes. Azt kell mondanom, hogy a koravén gyerekekből válnak az éretlen felnőttek, akkor is, ha a koravénség fogalma nem egészen a mai magyar szóhasználatnak megfelelően értendő. Ez a magyarázata annak, hogy nem tud a serdülőkorban kialakulni az a krízis, amelynek eredményeképpen az ego által megteremtett autonómia és az ehhez kapcsolódó egészséges és reális önértékelés — eddig nem említettem, de az erkölcsi életvezetés is ehhez a kérdéskörhöz tartozik — létrejön. Amivel találkozunk: a meghosszabbított adolescencia vagy pedig — és ez már patológiás ügy — a tartós „grandiozitás”. Nehéz megmagyarázni, mi lehet az oka annak, hogy egyik-másik gyereknél ez a fajta grandiozitás tartósul, és egy teljes inaktivitásba torkolló magatartásmód fejlődik ki.

Végeredményben tehát úgy látom, hogy az autonómia és az erkölcs fejlődése nem a szuperegóval zárul le, hanem az ego és a szuperego serdülőkori krízisével. Úgy vélem, hogy ma Magyarországon számos olyan alapvető szocializációs probléma van, amelynek következtében ez a krízis nem tud létrejönni — vagy éppen a kibontakozás folyamata akad el —, és az éretlen személyiség tartósan és látványosan küszködik a kapcsolatteremtés és az autonómmá válás gondoljaival.

Irodalom

Blos, P. (1962): *On Adolescence: a Psychoanalytical Interpretation*, New York, Free Press.

Erikson, E. (1968): *Identity, Youth and Crisis*, New York, Norton.

Freud, A. (1936): *The Ego and the Mechanisms of Defense*, New York, International University Press.

Freud, S. (1961): The Ego and the Id, in: *Standard Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud* (vol. 19.), London, Hogart.

Josselson, R. (1980): Ego Development in Adolescence, in: *Handbook of Adolescence Psychology* (ed.) J. Adelson, J. Wiley New York, 188-210.p.

Kohut, H. (1971): *The Analysis of the Self*, New York, International University Press.

Wolman, B. B. (1970): *Children Without Childhood*, New York, Grune and Stratton.

Wolman, B. B. and Strtcker, G. (1983): *Handbook of Famfy and Marital Therapy*, New York, Plenum Press.

Ranschburg Jenő
MTA Pszichológiai Intézete
1394 Budapest
Lenin kit. 67.