

Szülői attitűdök és személyiségfejlődés

Dr. Sági Zoltán

A kényszeresség kényszerítésben folytatódik

Az anyától való teljes függőség után a fejlődő személyiség korai, a kettőtől négy éves korig terjedő fázisában egy leválási, önállósulási szakaszba jut - ez az az időszak, amikor először nevezi magát „én”-nek, ezzel fejezve ki a felismert és megélt megkülönböztetést az anyjától. Ezzel egyidejűleg egyre jobban felszínre kerülnek megszerzett képességei, hogy bánni tudjon a testével, motorikus adottságaival, és ennek köszönhetően terjeszkedő, támadó impulzusai egyre jobban az őt körülvevő világra irányulnak. Ezáltal ismeri meg egyrészt az „anyag” ellenállását, összeütközvén vele, másrészt azt, hogy a környező világ hogyan reagál az ő viselkedésére. Így megtapasztalja mind a saját képességeit, a saját hatalmát, mind pedig ezek határait. De mindezekon keresztül szerzi meg az első tájékozódást a megengedett és a tiltott dolgokról, a jó és a rossz kategóriáiról is. A gyermek akaratának a kell-el és a muszájjal, a szabad-dal és a nem szabad-dal való összeütközései állítják fel benne a sorompókat akaratimpulzusainak szabadsága vagy gátoltsága számára, felettes-én-jének szigora vagy enyhésége számára. A fejlődő személyiség ebben a szakaszában a környező világ reakcióit a viselkedésére most újra magába építi, de már egyfajta bíróként, aki az eredetileg kívülről megszabott parancsokat és tilalmakat most már belülről képviseli.

Ha a szülői attitűdök olyanok ebben a korban, hogy a gyermek környezetében mindennek mindig csak egy meghatározott módon szabad megtörténnie, végbemennie, úgy az eltéréseket ő úgy fogja megélni, mint valami veszélyeset, ami az ő „rosszaságából” erednek. A környező világnak a „helytelen viselkedését” jelző reakciói a korholás, figyelmeztetés, fenyegetés, szeretetmegvonás és szankcionálás a gyermekben asszociálódnak, összekötődnek az ő, a környező világ szemében nemkívánatos saját impulzusaival. Megtapasztalja, hogy ha hangos, ha valamit feldönt vagy elront, az anya szemrehányóan és korholóan néz rá. Az ilyen gyakran ismétlődő tapasztalatok hatására óvatossá, habozóvá válik, elbizonytalanodottá majd gátolttá és félelkké. Ezek a félelmek pedig egy olyan reflexet fejlesztenek ki, amelyek a saját impulzusok veszélyes irányba történő előtünésével, azokat azonnal elnyomják, lefékezik.

Olyan szülő-gyermek kapcsolatban, amelyben nincsenek tekintettel a gyermek életkori sajátosságaira, túlságosan kevés játékteret hagynak neki, és túlonatlag rugalmatlan elképzeléseik vannak arról, milyennek kell lennie, lassan de biztosan a kényszeresség színeivel szövődik át a fejlődő személyiség szerkezet.

Az ilyen szülők-nevelők az „ebből elég!”- típusok, akiknél egy „nem” az mindig nem, és mivel egyszer már elhangzott, a továbbiakban indoklás nélkül marad, és ellentmondást nem tűrve követel a gyermektől vak engedelmisséget. Azt az érzést keltik a gyermekben, hogy a hibák nehezen hozhatók helyre, nagyon gyakran haragtartók, és a gyermek félelme a büntől és a büntetéstől, a sokáig tartó kiengesztelhetetlenség és nehezen elérhető megbocsátás miatt szükségtelenül felerősödik. A gyermek elé rendszerint túl korán húznak határokat, mindig attól félve, hogy a lazítás eredményeként veszélyes irányban fejlődik. Kevés bizalmuk van az ilyen szülőknek a természetes fejlődésben, merthogy nekik maguknak sem volt részük benne. A gyermek kipróbáló cselekvéseit veszedelmes jellemvonások kifejeződésének tekintik, és ettől való félelmükben vele szemben túlzó követelést támasztanak, amikor azt várják el tőle, hogy túl korán, túl tökéletesen, túl sokra legyen képes. „Mindent meg kell enned, amit

feltálatnak” - hallani nemritkán a szülőtől-nevelőtől - azt a mennyiséget is, amit a gyermek nem határozhat meg. Ha az életkorára jellemző dacviselkedést mutat, akkor máris a későbbi lázadót látják benne, és ezt a szellemet idejekorán ki akarják irtani belőle. A korán-tökéletesnek-lenni elvárása a gyermeket elbizonytalanítja, és kisebbségi érzéseket alakít ki benne; hogy szeretetet kapjon, az mindig a teljesítményétől függ. Ezzel a módszerrel lehet törtetőket vagy kudarcra termetteket kinevelni félelem és túlkövetelés által.

Az ilyen nevelés elfojtja a gyermek terjeszkedni akaró impulzusait. Ha például még nem tudja megfelelően kezelni-irányítani mozgásait, és véletlenül valamit feldönt, megbüntetik, mintha annak, ami megtörtént, nemcsak a hatása járt volna kárral, hanem már eleve rongáló szándék állott volna fenn. Ilyent látni akkor is, amikor a gyermek az utcán futás közben elesik és bepiszkolja a szülők által csinosnak tartott öltözékét, és ilyenkor még meg is verik ott helyben. Nos, ez oda hathat ki, hogy a gyermek egyre jobban félszeggé válik, kezdő próbálkozásai, kezdeményezései és későbbi alkotó képességei már csirájukban elfojtódnak. Az ilyen szülők legjobb esetben is kerítésfákat „nevelnek” szabadon lombzó fák helyett, inkább idomítanak, mintsem nevelnek, és gyermekeiket bábfigurákká formálják. Ők a nevelésben nagy hangsúlyt fektetnek a büntetések keménységére, arra, hogy engedelmességre kényszerítsenek, olyan büntetésekre, amelyek a gyermekkel érzékeltetni akarják a szülők hatalmát, és annak megalázó formáját. A testi fenytés, az ütlegelés mellett a „beállsz a sarokba!” kedvelt büntetési forma volt még divatban, az elmúlt időkben, az iskolákban és a családokban. A bocsánatot kell kérni („soha többet nem csinállok ilyet”), azon rendszabályok közé tartozik, amelyek szétrombolhatják a gyermek személyes méltóságát, és ugyanakkor lehetetlent is követelnek tőle.

Ezeknek a szülőknek-nevelőknek, ha őket is beszűkítve és kényszeresen neveltek, nehezükre esik gyermekeiknek olyan szabadságot adni, amilyenben nekik nem volt részük.

Azt a tradíciót, amelyben felnöttek és, amelyhez görcsösen ragaszkodnak, gyakran változatlanul adják tovább, jóllehet maguk is szenvednek tőle. Ezért alakulnak ki viharos, olykor tragédiáig menő konfliktusok köztük és a fiatal generáció között. Ők továbbra is a „bevált” nevelési módszereket képviselik, és nem veszik észre, hogy időközben a világ változott, és az ifjúságnak most már ebbe a megváltozott világba kell belenőnie. Ezért jönnek létre súlyos nézeteltérések - nevezhetjük generációs ellentéteknek is - idősök és fiatalok között; az előbbieket abban a meggyőződésben élnek, hogy továbbra is meg kell mutatniuk hatalmukat, és nehezen tudják saját hibáikat elismerni, mintha azzal lemondának valamiről. Abszolút tekintélynek vélik magukat, és úgy hiszik, hogy a fiatalokban azt a benyomást kell kelteniük, hogy ők csálhatatlanok.

A kényszeressé ért személyiség pedig egy életen át hordoz magában egy „másik személyiséget”, amely folyamatosan azt „szajkózza” tulajdonosának, hogy a szenvedés az egyetlen bizonyosság, amelyhez ragaszkodni érdemes.

A túlszeretés hozadéka

Az élet első évében azt mondhatni, hogy a gyermek anyjával egyfajta szimbiózisban él. Olyan messzemenően alkotnak egy egységet, hogy a gyermek csak fokozatosan kezdi önmagát megkülönböztetni anyjától. Amilyen fokozatosan felfogja, hogy az anyja rajta kívül létező valami, olyan mértékben ismeri fel, hogy tőle származik minden szükségletének kielégítése, és hogy mennyire függőségi viszonyban van vele. Ebben a függőségben az anya képe mélyen bevésődik a lelkébe. A bevésődött anyakép, az individuális anyatapasztalat tükröződik később vissza az embernek önmagához való viszonyulásában. Aki egy szerető anyát képezhetett le magában, az szeretetre méltónak fogja érezni magát, aki viszont kemény

elutasító anyát, az szeretetre méltatlannak, és hosszú gyötrelmes időre van szüksége később, hogy elhihesse: ő is méltó szeretetre.

Ha jó az anya-gyermek kapcsolat, akkor fennáll egy kölcsönös, adok-kapok viszony, ami mind az anyát, mind a gyermeket boldogító érzéssel tölti el. A gyermek visszatükrözi, amit iránta tanúsítanak, az anya mosolyát mosollyal viszonzza, és később az ő mosolya csal mosolyt az anyja arcára. Bensőséges közelség ez, a másik kívánságait, gondolatait kitaláló összetartozás, amelyben a hála, a remény és a szeretettel teli vonzódás első csirái bontakoznak ki.

A személyiségfejlődésnek ebben a fázisában két hibás magatartás az, amely esetenként helyrehozhatatlan zavarokat eredményez a gyermek önértékelésében. Az egyik a túlszerető, a gyermekét elengedni nem tudó, elkényeztető magatartási attitűd az anya részéről. A másik pedig az ennek következtében a gyermeknél kialakuló kudarcok nem megfelelő amortizálása az anya részéről.

A túlvédő, elengedni nem tudó anyáknak az felelne meg legjobban, ha gyermekük örökre megmaradna bébinek, tehetetlennek és függőnek.

Ezek az anyák, akik gyakran depressziós személyiség szerkezetűek, a tudatalatti elvesztési félelmükből, a szeretet elvesztésétől félve elkényeztetik gyermeküket. Valamilyen külső tényező hatására - mint amilyen a házasságukban való csalódás, válás, társvesztés stb. - túlságosan szükségük van a gyermekre, a gyermek szeretetére, és megtesznek mindent, ami hálára kötelezheti irántuk. Kezdetből fogva elkényeztetik a gyermeket; bármilyen kedvetlenséget mutató reakciójára elárasztják gyengédséggel, úgyhogy annak alig van lehetősége rá, hogy indulatait kifejezze, vagy hogy kellemetlen érzéseire saját megoldást találjon. Folyamatosan ott vannak a gyermek körül, mágnesként vonzzák magukra a figyelmét és az érzelmét, annyira összegabalyodva élnek, hogy már egyikük sem tud szabadon mozogni. Mindez oda vezet, hogy a gyermeknek már semmi lehetősége sem lesz saját késztetésekre, és már nagyon korán képtelen lesz bármit is megtenni az anyja, vagy anyja engedélye nélkül. Ez odáig fajulhat, hogy végül még saját kívánságai sem lesznek, beletörődik sorsába, és passzivitásba süllyed, de ugyanakkor olyan várakozással, hogy valakinek mégiscsak ki kell találnia és teljesíteni vágyait, minthogy ő maga már feladta, hogyan is kell kívánni valamit.

A kívánások, akarások és késztetések ekkora kiesése törvényszerűen általános gyakorlatlanságot hoz magával a világgal való érintkezésben, ennek következtében viszont a gyermek ismét csak másokra szorul. Az ilyen anyák gyakran ábrázolják a világot úgy, hogy az gonosz, tele van veszéllyel, aminek eredményeként a gyermek abban a hitben él, hogy melegség, biztonság csak otthon az anyjánál van. Gyakran senkit sem engednek gyermekük közelébe, féltékenyen óvják; a baráti köréhez tartozókat lekicsinylik, vagy gyakran az anya megbántva reagál az ilyen barátságokra, hiszen ő mindenki másban csak riválist lát, aki elveheti tőle gyermekét. Ez az állapot gyakran még a pubertás utáni időkben is megmarad, a gyermek saját impulzusai az anyai aggodalmaskodó szeretet vattájába fulladnak bele.

Mindezek következménye aztán az lesz, hogy az említett, az étellel történő kommunikációs gyakorlatlanság miatt a gyermeket rengeteg kudarc éri. A korán megtapasztalt kudarcoknak aztán kettős következménye lesz a gyermekre nézve.

Először is túl korán megtanul beletörödni. Ezért gátlásai lesznek a magammak-megszerezni-valamit, vagyis a követelés és a megragadás területén. Aki könnyen lemond, és nem tud megfelelően nyúlni valami után, az nehezen tudja elkerülni az irigykedést, amikor látja, hogy mások milyen könnyen vesznek el olyan dolgot, amelynek elvételéhez neki nincs önbizalma. Az irigykedés miatt viszont megint csak büntudata lesz, ami miatt saját maga előtt rossz színben tűnik fel, ezért gátoltságát értékkelé minősíti, a szerénység és igénytelenség ideológiájává.

A korai kudarcélmények másik következménye az, hogy a gyermekben azt az érzést keltik, hogy őt nem lehet szeretni. Ez adja az alapját egy mély kisebbségi komplexus kialakulásának - egyszer nyilván meg kell tapasztalni az embernek, hogy szeretik, mert csak akkor tarthatja magát szeretetre méltónak, és ha nem tapasztalta meg, akkor annak őbenne van az oka, vagyis hát nem méltó szeretetre. Súlyos kisebbségi érzések során olyan érzése is támadhat az illetőnek, hogy igazában az élethez sincs joga, hogy ezt a jogot ki kell érdemelni, és a létezéshez csak annak van joga, aki másokért él. Az élményhiányban és kudarcok között felnövő gyermek aztán korán tanul meg lemondani. Csendes, igénytelen gyermekké lesz, bátortalanná és alkalmazkodóvá. Az ilyen gyermek annyira hozzászokik a háttérben maradáshoz, az igénytelenséghez, hogy később is mindig másokra van tekintettel, mások követeléseit és elvárásait igyekszik teljesíteni. Túl kevés saját én-t tud a világnak megmutatni, túl kevésé alany, és ezért másoknak lesz tárgyává.

Kimenetelét tekintve a túlszeretés és a kudarc hatása hasonló: mind a kettő depressziós személyiség szerkezet kialakulásához vezet. A túlszeretett gyermek csak később él meg félelmet és valóságos helyzeteket, amikor az életet már korántsem találja olyan elkényeztetőnek, mint amilyen valamikor az anyja volt. Kiderül, hogy gyenge az élet kihívásaival szemben, és előtör a depresszió. Az ebből való kiút keresése gyakran vezet valamilyen szenvedélybetegségbe.

A gyermeket szabadon kell hagyni, el kell tudni engedni. Ez, ebben az értelemben az anyaságot ugyan hálátlan feladattá teszi, de ha valakiben nincs annyi érettség, hogy a gyermek egészséges én-fejlődését a maga szeretete jutalmának tekintse, akkor csak szenvedést okoz magának is, gyermekének is. Pedig ez valójában elkerülhető.

A megalázó attitűd továbbadódik

Gyakran vagyunk tanúi, hogy a szülők megvonással reagálnak – tudatosan vagy még többször nem tudatosan - gyermekeik kívánságaira, elvárásaira. Ilyenkor megdöbbenő az empátiahiány, amellyel a szülőknél találkozunk. Ezt az első pillanatra rejtélyesnek tűnő reakcióformát csak akkor tudjuk megoldani, ha képesek vagyunk a szülőket is bizonytalan gyermekként látni, akik felnőtté válva végre egy náluk is gyengébb lényel kerülnek szembe, aki mellett erősnek érezhetik magukat. Melyik gyerekkel nem történt meg, hogy kinevették, mert félt valamitől, és azt mondták neki: „Ilyesmi miatt nem kellene félned”. A gyermek ilyenkor megszégyenül, és úgy érzi, megvetik, mivel nem tudta a veszélyt felmérni. Ezt az érzést az első adandó alkalommal tovább fogja adni egy nálánál kisebbnek.

Ilyen élmények minden alakban és változatban előfordulnak. Ami azonos bennük, hogy a gyerek gyengesége és gyámoltalansága a felnőttnek az erő érzését kölcsönzi, és azt a lehetőséget, hogy a félelmet manipulálja, amit a saját félelmével nem tud megtenni. Nem kétséges aztán, hogy felnőttként - de ha van kistestvére, hamarabb - ugyanez megismétlődik, de akkor már ő lesz az erősebb, és a másik a gyámoltalan, irigy, kis teremtés, amely érzést most már nem kell magában hordoznia.

Mert a kisebbek, gyengébbek iránti megvetés a legjobb védekezés a saját tehetetlenségérzésünk áttörése ellen.

Ha valaki erős, és ismeri saját tehetetlenségét, mert megélte azt, annak nincs szüksége arra, hogy a megvetés segítségével demonstrálja saját erejét.

A tehetetlenség, a féltékenység és az elhagyatottság érzését sok felnőtt saját gyermekével szemben tapasztalja meg először, mivel az ő gyerekkorában nem volt semmi lehetősége annak tudatos megélésére. A meg nem élt fájdalomtól úgy lehet megszabadulni,

hogy azt saját gyerekünkre ruházzuk át. A gyereket a személyiségének semmibevétele alázza meg a legjobban. A szenvedést fokozza, hogy a szülők a felnőtttség demonstrálása révén tudattalanul a gyermekeken bosszulják meg saját megaláztatásukat. A gyermekben saját megalázó múltjukkal találják szembe magukat, és ez ellen a mostanra megszerzett erejükkel kell védekezniük. Még a legjobb indulat sem elegendő legtöbbször, hogy megszabaduljunk a szüleinktől oly korán megtanult mintától.

Sok társadalomban a kislányokat még azért is diszkriminálják, mert lányok. Az asszonyok pedig, akiknek az újszülött vagy a kisgyermek felett hatalmuk van, saját gyermeküknek, annak legérzékenyebb korában adják tovább az egykori kislány megvetettség miatti szenvedéseit. A felnőtt ember aztán saját anyját idealizálja - mert minden emberi lénynek szüksége van arra a fantáziára, hogy valóban szerették -, más asszonyokat pedig megvet, akiken így anyja helyett állhat bosszút. És ezek a felnőtt, megalázott asszonyok, ha nincs más lehetőségük, hogy terhüktől megszabaduljanak, saját gyermekükön vesznek elégtételt. Mindez titokban és büntetlenül történhet, mert a gyermek senkinek sem tudja elmondani.

A megvetés a gyengék fegyvere, védelem azon érzések ellen, amelyek saját történetünkre emlékeztetnek. Minden megvetés forrása az, hogy a felnőtt többé vagy kevésbé tudatosan, kontrollálatlanul és rejtetten hatalmat gyakorol a gyermekeken, amit a társadalom legtöbbször tolerál. Amit a felnőttek gyermekük lelkével tesznek, teljesen az ő ügyük, úgy kezelik a gyermeket, mintha saját tulajdonuk volna, ahogyan egy totalitárius állam bánik polgáraival. De egy felnőtt sohasem lehet olyan mértékben kiszolgáltatott, ahogyan a csecsemő a szüleinek, akik semmibe veszik őt. Mindaddig, amíg nem válunk érzékennyé a kisgyermek szenvedésére, erre a hatalomgyakorlásra senki sem figyel fel, senki nem veszi komolyan, és általában bagatellizálják, hiszen „ezek csak gyerekek”. De, ezekből a gyerekekből húsz év múlva felnőttek lesznek, akik mindent visszafizetnek majd saját gyermekeiknek. Lehet, hogy úgy érzik majd, a világ kegyetlenségei ellen harcolnak, miközben saját környezetükben maguk is kegyetlenek. Van ugyan egy belső tudásuk a kegyetlenségről, de ehhez érzelmileg nem férnek hozzá. Ez a hiány aztán romboló akciókba hajtja őket.

Nagyon fontos lenne, hogy érzelmi tudatosítás útján a destruktivitásnak ez az egyik generációról a másikra való átörökítése minél előbb megoldódjon. Az ember, aki szándékosan fájdalmat okoz másoknak, gyakran nem tudja, mindezt miért teszi. Milyen gyakran nem volt sem szüleinek, sem magunknak fogalmunk arról, milyen fájdalmasan, mélyen és hosszantartóan megsebeztek, és megsebeztek saját gyerekeink bontakozó énjét. Nagy szerencse az, ha ezt gyermekünk meg tudja mondani, mert lehetőséget ad arra, hogy a hibát kijavítsuk. Ezzel, meg azzal is, hogy meg is halljuk, mit mondanak nekünk, nyílik meg a lehetőség arra, hogy gyerekeink megszakítsák a lenézés, a megvetés generációról generációra való áthagyományozását, „átörökítését”. Ha a korai tehetetlenség és harag érzése tudatos élménnyé válik, nem lesz szükségük arra, hogy a tehetetlenség ellen hatalommal védjék magukat.

Ma még azonban legtöbb esetben, a gyermekkorban átélt szenvedésünk érzelmileg rejtve marad, és pontosan ezért válik a következő generáció a legkülönbözőbb formában megnyilvánuló megalázások áldozatává. Hogy hogyan teszik ezt a nevelési attitűdök, arra a legkülönbözőbb védekező mechanizmusok állnak rendelkezésre, amelyekkel igazolni próbálják szükségességüket. Ilyenek a szülői racionalizálás (fel kell nevelnem a gyerekeket, és ehhez verésre is szükség van), az idealizálás (az apai verés nekem is hasznomra vált), a tagadás (saját szenvedésünké, amit gyerekként éltünk meg).

Bizonyos, hogy ahhoz, hogy a gyermek tudattalanul történő bántalmazását, megalázását el tudjuk kerülni, először tudatosítanunk kell magunkban annak veszélyét. Csak akkor tud kialakulni szülőként bennünk a fejlődő személyiség iránti tisztelet, amelyre lelki fejlődése szempontjából élete első napjától szüksége van a gyerekeknek, ha érzékennyé válunk a megalázás finom és szubtilis módjaira. Erre pedig tudatos odafigyeléssel mindannyian képesek vagyunk.

Amikor hiányzik a bizalommegélés mintája

Más élőlényekkel szemben születése után a gyermek hosszú ideig teljesen gyámoltalan és teljes egészében a környezetére van utalva. Hogy bizalommal tudjon fordulni az őt körülvevő világ felé, a környező világnak elfogadhatónak és bizalomkeltőnek kell mutatkoznia. Elfogadhatónak olyan értelemben, hogy kielégítse a korának megfelelő igényeket. Olyan atmoszférára van szüksége, amelyet úgy lehet leírni, mint biztonságot, a jó-kezekben-levés érzetét, a megelégedettség érzését, mint beágyazottságot a neki való körülményekbe. Jó, ha a kisgyermek megélheti a magától értetődően kielégített igényeknek ezt az állapotát, mert csak az ilyen tapasztalatok alapján tudja majd fokozatosan merészelni, hogy a későbbiekben átadja magát az életnek, anélkül, hogy félnie kellene a megsemmisüléstől. Anélkül, hogy a másokhoz való kötődése az én-feladás félelmével telítődne fel. Szükséges biztosítani számára a melegséget, a jóindulatot, korának megfelelő ingereket és nyugalmat, élettere stabilitását.

Ha a gyermek korai időszakában a világról olyan benyomást szerez, hogy az félelmetes és megbízhatatlan, hogy üres, vagy lerohanó és elárasztó, akkor visszahúzódik, visszariad tőle. Ahelyett, hogy bizalommal közelítene a világhoz, már nagyon korán mélységes bizalmatlanságot érez iránta. Mind a világból érkező üresség, védettség-érzés hiánya, amit a gyermek akkor él meg, ha túl gyakran és túl sokáig hagyják magára, mind a környezeti ingerek rázúduló özöne ijesztően hat rá, és a világgal való kapcsolatának már az elején zavar támad benne, és mintegy önmagára utaltan zárkózik el.

Azok a gyermekek, akik hosszú ideig vannak elválasztva anyjuktól, és így az anyából sugárzó pozitív érzéseket nélkülözniük kell, fejlődésükben olykor helyrehozhatatlan károsodásokat szenvednek a lehető legjobb ellátás és kifogástalan higiéniai körülmények ellenére is.

A szeretetteljes viszonyulás elmaradása mellett az ingerekből való túlkínálat is a védtelenség vergődésébe taszít. Olyan anyák ezek, akik a gyermeket nem hagyják nyugton, akik nem tudják átérezni, hogy mire van szüksége gyermeküknek. A gyermek tájékozódásához elengedhetetlen, hogy a környezete bizonyos állandóságot mutasson, ami által az számára fokozatosan meghitté lesz, úgyhogy bizalommal lehet iránta, mert a meghittség az alapja a bízni tudásnak. A kapcsolati személyek túl gyakori cseréjét, a környezet gyakori váltakozását a gyermek nem képes feldolgozni. A környezet nyugtalansága és az, hogy ezek az anyák szinte „betörnek” a gyermekbe, megsemmisítik a nyugalom és az egyedüllét iránti igényét, azzal, hogy túl sokat foglalkoznak vele, mindenhova magukkal cipelik, nem adván meg neki a lehetőséget, hogy saját impulzusait érzékelje, azt eredményezi, hogy a gyermek visszahúzódik, és szorongással, nyugtalansággal telve elzárkózik.

Léteznek olyan környezettípusok is, amelyek a gyermektől túl korán túl sokat követelnek, várnak el. Ilyenkor a gyermeknek olyan bonyolult és éretlen felnőttek között kell lavírozniuk, akik nem képesek a saját nehézségeikkel, az étellel szembenézni. A gyermeknek túl korán kell hangulatokat úgy érzékelnie és szituációkat úgy megértenie, hogy az amúgy is feszült, labilis atmoszférát ne terhelje még saját magával is. Sőt, nem ritkán neki kell magára

vennie a szülőszerepet, merthogy ennek a szülőkből nyoma sincs, erre ők alkalmatlanok. Ez persze határtalanul nagy követelmény a gyermek számára: ő még nem is lett magára, máris szülőszerepet osztottak rá. Megértést kell tanúsítania a felnőttek iránt, s arra nem is kerülhet sor, hogy ő önmaga legyen, mert mindig figyelnie kell mindenre, neki kell közvetítenie, megértenie és egyensúlyt teremtenie. Így inkább mások életét kénytelen élni semmint a sajátját. Ezáltal nemcsak a gyerekkora lesz megnyomorítva, de lényének egész magva is kifejtetlen marad.

Ha valaki ilyen módon áll a világgal, akkor azon fog igyekezni, hogy sebezhetetlenné tegye magát - ám mindig maradnak sérülékeny helyek. Hogyan védheti meg magát? Nyilván úgy, hogy nem enged magához többé semmiféle érzelmi közelítést. Felépít maga köré egy falat, amely mögé nem pillanthat be senki. Ha mégsem tudja kikerülni az érzelmeket, kifejleszt magának olyan képességet, hogy azokat tudatosan tudja irányítani, adagolni. Számon tartja az érzelmeit és megtanulja, hogyan engedhet nekik, vagy hogyan fékezze le őket, de magát semmiképpen sem engedi át nekik spontán módon, mert hiszen az veszélyes lehet. A gyermeknek tehát kezdettől fogva védekeznie kell a világ ellen, óvnia kell magát tőle, különben menthetetlenül csalódnai fog. Ha „odakint” nem talál teljesen egyenlő értékű partnerre, önmagába fog kapaszkodni, és a *te*-hez megteendő lépést nem tudja kielégítően megtenni - kialakul a függetlenségre való hajlam, a kötődéstől való félelem, az énközpontúság, az önzés. A kötődéstől való félelem *én*-feladásként, a *te* által történő elnyelődésként élődik meg, a közelség pedig megsemmisülésként.

A valódi közelség megélésének hiánya pedig a védtelenség gyötrelmei mellett örökös magányra kárhoztat.

MEGJEGYZÉS:

Az itt közölt írás a Vajdasági Magyar Tankönyv Tanács szervezésében megjelent tanári kézikönyvből származik, melynek címe:

A kötődés hálói – Közösségben létezve

Szerző: Dr. med. Sági Zoltán, neuropszichiáter, pszichoterapeuta, csoportanalitikus.

Ez a kiadvány a magyarországi Nemzeti Kulturális Alap támogatásával jelent meg Újvidéken 2015-ben az Árgus kiadásában.

A kiadvány szerkesztője Muhi Béla.