

MŰHELY

***A TÁRSAS-ÉN HELYE A SZEMÉLYISÉG
STRUKTÚRÁJÁBAN****Ormay Antal Pál****1. Ösztönelméleti alapok: Az ösztön-én és a társas-én***

Az emberek évszázadok óta figyelik az állatok társas viselkedését, s közvetlen információjuk van saját emberi hovatartozásukról és annak a törekvésüknek a fontosságáról, hogy egymással közösséget alkossanak. Nem olyan régen, még a XVIII. században is elegendő volt az önzetlen viselkedést úgy magyarázni, hogy az a faj javára szolgál, de a későbbi evolúciós elméletek alapján ezt az állítást már nehéz volt fenntartani. A probléma onnan ered, hogy egy faj élő egyedeiben létezik, következképpen a faj kizárólag az élő egyedei révén fejlődik. Beszélhetünk nem létező fajokról, vagyis amelyeknek nincsenek élő egyedei, ilyenek például a dinoszauruszok, ám ezek fejlődése megállt, amikor az utolsó egyedei kihaltak. Tehát az evolúció a faj egyedein keresztül fejeződik ki, akik tulajdonságaikat génjeikben adják tovább. És minél sikeresebben reprodukálja valamely egyed önmagát, annál többen viszik tovább a génjeit. Ebből az a következtetés adódik, hogy az önfelálló egyed nem sikeres a létért való küzdelemben, mert hiszen aki föláldozza magát, annak kevesebb lehetősége van arra, hogy génjeit továbbadja, és így változata hamar kihal. 1856-ban Darwin fogalmazta meg a természetes kiválasztódás elvét, amely világosan kimondja, hogy a legéletrevalóbb egyedek szaporítják a fajt. Ugyanezt az elvet Spencer a „legéletrevalóbb győzelmének” nevezte. A természetes kiválasztódás elvének lényeges alaptétele, hogy a faj nem ismétli pontosan önmagát, hanem egyedi változatokat hoz létre. Ezt az alaptételt én a *különbség elvének* neveztem el, és az alábbiakban ellentétbe fogom állítani egy másik elvvel, amelynek írásomban központi jelentősége van.

A XX. század első felét a darwini gondolatok uralták: a biológia területén megjelenő változatokat kielégítően magyarázták, mert az életben maradt változatok mindegyike valamilyen hasznos funkciót szolgált. Ezek az általános ösztönelméle-

ti alapok álltak rendelkezésre akkor, amikor a modern pszichológia, a társadalomtudományok és a szociálintropológia kialakult: a különbség elve mélyen hatott mindegyikre.

Freud világosan látta, hogy a pszichoanalízist ösztönelméleti alapokra kell helyezni, mert így válhat a biológia – az ember testi felépítését és az evolúciót is beleértve – annak a vizsgálatnak szerves részévé, hogy miképpen válik az ember tudatossá. Az általa megfogalmazott ösztönelméleten többször is változtatott: először a szexuális reprodukcióra helyezte a hangsúlyt (Freud, 1905). Majd később, a személyiség strukturális elméletének kifejlesztése révén az ösztön-én tudatos kifejeződést talált az énben, ahogyan az emberi lény önmagára ismer saját képmásának tükrében, az egészséges nárcizmus elvei szerint (Freud, 1914). Ugyanakkor az ember társas oldala nem talált megfelelő módon kifejezésre a freudi pszichológiában. A társadalom reprezentációját bizonyos mértékig megtaláljuk a felettes-énben és a ritkán említett én-ideálban, de ezek a reprezentációk inkább csak „megtúrt látogatók” a személyiségben, alapjukban véve idegenek, gyakran negatívak, és azoknak a felnőtt egyéneknek az ideoszinkrízisait tartalmazzák, akiket képviselnek. Még Jung is, aki számára a kollektív ember alapvetően fontos, a korszak hatása alatt állt és azt hitte, hogy az ösztönök önzők. Az ént tudatosnak tétélezte, és amikor túlhaladta a freudi pszichológiát, a miszticizmus felé fordult. De ez érthető volt, hiszen várni kellett a XX. század második feléig, amíg a biológia elérkezett egy fejlettebb ösztönelmélethez, amely alapjául szolgálhat a pszichoanalitikai elméletek olyan revíziójához, amelyben az ember, mint alapjaiban társas lény jelenik meg. Tehát azt állítom, hogy a szociobiológia megszületése alapvető változásokat hozott. Ezen túl két alapvető ösztönről beszélhetünk: az egyik, a régebbi önfenntartási ösztön, amelynek segítségével az állat önmagát látja el; a másik pedig, az újonnan felfedezett ösztön, az eredendően társas és szociális viselkedés indítéka. Hogyan jött létre ez a változás? Először is fontos rámutatni, hogy ennek csírája már magánál Darwinnál megtalálható. *Az ember származásában* 1871-ben a következőket írja: „Ami pedig azokat az impulzusokat illeti, amelyek bizonyos állatokat társulásra készítetnek és arra, hogy egymást különféle módon segítsék, ezek ilyenkor az állatokat ugyanolyan kielégülés és élvezet érzésével töltik el, mint amelyeket akkor éreznek, amikor egyéb ösztönös cselekedeteket hajtanak végre...” Hogy a darwini gondolatnak ez az oldala miért nem terjedt el ugyanazzal a lendülettel, mint az önfenntartási ösztönre vonatkozó, az nagyon érdekes kérdés, és egy önálló tanulmány témája lehet. Tény az, hogy sokan vannak, akik még ma is kétségbe vonják a darwini ösztönkép társas oldalának létjogosultságát. Ezen túlmenően Darwint már a *Fajok eredetében*, 1856-ban foglalkoztatta annak a lehetősége, hogy egy önzetlen egyed biztosíthatja saját géneinek életben maradását oly módon, hogy olyan egyedeket véd meg, akiknek génei nagyjából azonosak az övével.

De, furcsa módon, várnunk kellett 1963-ig amíg W. D. Hamilton továbbfejlesztette ezt a gondolatot. Rövidesen mások is hasonló következtetésre jutottak:

Maynard Smith rokonszelekciónról beszél 1964-ben. Végül E. O. Wilson *Szociobiológia* című könyvében módszeres formában számol be mindarról, ami újdonság ezen a területen 1975-ben. De válasz nélkül maradt a kérdés: miért fontos egy egyénnek az, hogy az ő génjeihez hasonló gének maradjanak életben? 1976-ban Dawkins javasolt egy megoldást. Azt vetette fel, hogy a gének célja az, hogy önmaguk életben maradjanak, ehhez nekik egyedekben kell létezniük, és életben maradásuk érdekében hajlandók egyedeket feláldozni. Tehát Dawkins úgy magyarázza az önfeláldozó egyén viselkedését, hogy megtartja az önzés alap gondolatát, de azt a gének síkjára helyezi át. Erre a magyarázatra két ellenvetés kínálkozik: az egyik az, hogy az evolúció az egyedek szintjén játszódik le és nem a géneken. Erre talán azt lehetne válaszolni, hogy ez az érvelés tautologikus. A másik ellenvetés az, hogy az egyének közötti kooperáció interspecifikus, tehát különböző fajták között is megtalálható. Például egy ragadozó falka nem fogja teljesen kiirtani egy, a területén élő, számára potenciális zsákmányt jelentő csorda egészét. A számukra táplálékot jelentő egyedek csökkenésével a ragadozók lassabban szaporodnak, amíg végül is beáll egy egyensúly, amelyben mindegyik csoport életben tartja a másikat. (Wynne-Edwards, 1962) Természetes, hogy egy egyed szelektíven viselkedik saját fájának egy másik tagjával. Még a magányosan élő állatok is saját fajtársaikat keresik párzási időben. A ragadozók, amikor saját fajuk egy másik tagjával küzdenek, általában nem ölik meg egymást. Konrad Lorenz (1966) sok példát hoz fel erre. A szabály: „én segítek téged, te segítesz engem” még különböző fajok között is fennáll. Úgy látszik, mintha valami olyasmi történe, amit csak egészen általános szinten lehet megérteni. Talán segít a társas viselkedés megértésében, ha a különbség elve mellett bevezetünk egy másikat is, amely ellentétes irányban hat, és amelynek az *azonosság elve* nevet adhatnánk. Mindkettő nagyon erőteljes, és az evolúciót felfoghatjuk úgy, mint a két elv dialektikus egységének dinamikáját.

Az *azonosság elve* gyakran kifejezésre jut, amikor két egyed tükrözi egymás viselkedését. A játékelmélet lehetőséget ad arra, hogy ellenőrizzük a különböző teóriák helyességét. Léteznek olyan játékok, melyek modellezik az ember társas viselkedését. Ilyen például az a típusú játék, amelyben a résztvevőknek az a feladata, hogy tükrözzék egymást. A vizsgálatok szerint a nyertes az, aki kooperáló viselkedéssel kezd, és azután azt teszi, amit a másik: kooperáló viselkedésre kooperációval, cserbenhagyó viselkedésre pedig cserbenhagyó viselkedéssel reagál.

Az ösztönelmélet legújabb fejleményei messzemenően befolyásolják a pszichológiát, a társadalomtudományokat és a szociálintropológiát. Freud azt állította, hogy „ahol ösztön-én volt, oda az énnel kell kerülnie”, mert világosan látta, hogy végeredményben a tudattalan különbség elve válik tudatossá az emberben, és létrehozza az ént mint a személyiség strukturális egységét. A fenti megfontolások alapján mi most egy lépéssel továbbmehetünk és azt mondhatjuk, hogy a tudattalan *azonosság elve* válik az emberben tudatossá, amikor létrehozza a személyiség új strukturális egységét, a társas-ént, amelynek a központja nem az én, hanem a *mi*.

Valóban, a társas-ént „mi”-nek is nevezhetnénk. A társas-én gondolata természetesen nem új. Erich Fromm (1942) szerint az egyén a társadalomban fejlődik, és a különböző társadalmakban az azoknak megfelelő egyének fejlődnek ki. Ám Fromm gondolkodása megmaradt az önös orientációnál, és nem tartotta fontosnak összekötni a személyiség fejlődését az ösztönökkel. Erik Erikson kimutatta a társadalmi szerepek fontosságát az egyén életében, de nem változtatott a freudi személyiségstruktúráján, és ő sem tartotta fontosnak az ösztönökkel való kapcsolatot. (1971, 115)

Elméletben az az új, hogy a társas-ént a személyiségstruktúra szerves részének tekintem, olyan résznek, mint amely a rávonatkozó ösztönalapról fejlődik ki. Bowlby úgy látja, hogy a kötődés ösztönös késztetés alapján történik, de innen nem lép tovább. (1971, 89) Nem tesz különbséget az önös és a társas ösztön között, és nem beszél a személyiség társas részéről, annak ellenére, hogy az általa megfogalmazott szeparációs szorongás alapvetően különbözik Freud én-szorongásától. Én azt állítom, hogy az egyének kétféle viszonyulása lehet. Az én segítségével viszonyul egy másik egyénhez vagy tárgyhoz. De egyetlen ember önmagában, csoportviszonyai nélkül nem teljes lény. Így az én szintjén való viszonyulás mindig részek viszonya marad, hacsak ez a viszonyulás nem valamiféle nagyobb összefüggésben történik, például családban, csoportban, kultúrában vagy fajon belül. A társas-én segítségével az egyén – odatartozása révén – ezekhez a nagyobb egységekhez viszonyul. Az egyén része a csoportnak, tehát a rész viszonya az egészhez a társas-én funkciója.

S. H. Foulkes és mások, akik csoportanalízissel vagy különféle csoportterápiákkal foglalkoznak, részletesen megfigyelték a társas-én különböző megnyilvánulásait. A különbözőség és az azonosság dialektikája állandóan megfigyelhető a csoportban. Ha nincs elég nagy „különbség”, az egyén megijed, mert identitása veszélybe kerül. Ha nincs elég „azonosság”, az egyén nem érzi, hogy tagja a csoportnak. Freud kimutatta, hogy az ösztön-énben az örömelv hat. Ez a megállapítás a társas ösztön fogalmának segítségével tovább tágítható. Kimondhatjuk, hogy az ösztön-én nemcsak akkor érez örömet, amikor az egyén „önösen”, hanem akkor is, amikor „társasan” viselkedik.

Az ösztönelmélet revíziója megkívánja a freudi személyiségelmélet strukturális revízióját is. A ösztön-én, az én és a felettes-én régi struktúráját fel kell váltani egy újjal, amelynek részei az ösztön-én, az én és a társas-én. Egy ilyen alapvető revízió számtalan kérdést vet fel. Talán a legfontosabb kérdés az, hogy mi a szerepe a felettes-énnek az új struktúrában? A következő részben megpróbálunk erre röviden választ adni.

2. Erkölc: A társas-én és a felettes-én

Az ösztön-én mindent megtesz az élvezet érdekében, számára nincs helye sem az erkölcsnek, sem pedig az önfenntartásnak, amikor ezekről a realitás síkján van szó. Akármilyen fantázia pusztulásba viheti. Ezzel szemben az én megítéli egy cselek-

mény kimenetelét a realitás és az öfenntartás szempontjából: „mi hasznom lesz nekem abból, ha ezt vagy azt cselekszem?”. Ez nem azt jelenti, hogy az én amorális, vagyis erkölcs nélküli. Az én nem erkölcstelen, nem is erkölcsellenes, hanem más fogalmak vezetik: a valóságot tér-időben látja, és az a funkciója, hogy az egyén számára egy adott időben helyet találjon a világban. Továbbá igyekszik úgy viszonyulni az ösztön-énhez, hogy annak élvezetigényeit kielégítse olyan cselekedetekkel, amelyek a legnagyobb haszonnal járnak, vagy legalábbis a legkisebb kárt okozzák. Más szóval, az én mindent megtesz, hogy „megússza”.

Az erkölcsi oldalon ott találjuk a felettes-ént: amikor a csecsemő „kilép a bölcsőből”, bonyolult kulturális világban találja magát, így útmutatásra van szüksége, hogy helyet találjon a társadalomban. Nem tudja, hogy mire való a bögre, vagy hogyan kell beszélni, és a sokat emlegetett „bili” teljesen idegen a számára. Meg kell magyarázni neki, tanítani kell őt, nagy türelemmel és szakértelemmel. Lelkivilágába beépíti – internalizálja – szüleit és tanítóit, és külön helyen őrzi meg azok reprezentációit. Ezek az introjekciók alkotják a felettes-ént, amely ezek után állandóan vele marad és utasításokkal látja el. Szeretetet ad neki, ha helyesen cselekszik, és megbünteti, ha rosszat tesz. Freudi fogalmak szerint a lelkiismeret nem más, mint az én viszonya a felettes-énhez, és a büntudat egyenlő a büntetéstől való félelemmel. Az én mindent megtesz, hogy „megússza”, ám a felettes-én jelöli ki a határokat.

Most nézzük meg, mennyit változik a kép, ha a társas-ént belefoglaljuk a struktúrába. Láttuk, hogy az elmúlt harminc évben két alapvető ösztön jelenik meg: az egyik önös cselekedetekre indít, míg a másik együttműködésre készítet. Amikor az első tudatossá válik, létrejön az én. Ugyanakkor a társas ösztönből kialakul a társas-én tudatos struktúrája. Mind az én, mind a társas-én akkor indul fejlődésnek, amikor a gyerek megszületik. Amikor a pszichoanalízis a tárgykapcsolat-elmélet elemeivel gazdagodott, tulajdonképpen elindult a társas-én felfedezésének irányában. Az ösztönök kielégülésének elve megmaradt, de ugyanakkor a hangsúly áttevődött az én másokhoz való kapcsolatára. Napjainkban a csecsemőt már kezdettől fogva anyjához való viszonyában értjük meg. De ezzel az új elmélettel megjelenik egy ellentmondás. Egyrészt úgy tűnik, hogy azért kapcsolódik a csecsemő, hogy „önös ösztönét” kielégítse, másrészt azonban a viszonyulás önmagában is célá válik. A problémát egyesek úgy kerülték ki, hogy elvetették az ösztön fogalmának létjogosultságát (például Fairbairn). De a fentebb említett okok miatt sokan ragaszkodnak ahhoz, hogy ösztönelméletre mégis szükség van. Amíg kötjük magunkat a régi ösztönelmülethez, továbbá az ösztön-énből, az énből és a felettes-énből álló struktúrához, addig a probléma nem oldható meg. Ezekkel a fogalmi alapokkal a viszonyulás mint önmagában rejlő cél nem magyarázható. Akkor csakis azt mondhatjuk, amit Freud már kimondott az ösztön és az én viszonyáról. Az ellentmondás akkor oldódik fel, ha elfogadjuk a társas ösztönt és azt, ami ebből következik: a társas-én kifejlődésének gondolatát. Így az ént nem terheljük túl olyan feladatokkal, amelyek

nem tartoznak hatáskörébe, mint például a kleini értelemben vett büntudattal, ahol nem a büntetéstől való félelelről van szó, hanem arról, hogy a csecsemőnek fáj, amikor felfedezi: ugyanazt az anyát pusztítja, aki szeretetet ad neki. Vagy itt van az a jelenség, amelyet Winnicott a csecsemő kötődésének nevezett. A csecsemő első társa az anyja. De a társas-én igazi kifejlődéséhez az szükséges, hogy a kisgyermek lassan felfogja azt, hogy ő egyszersmind egy csoportnak is tagja. Természetesen az első ilyen csoport számára a család, de hamar rájön arra, hogy sokkal tágabb a világ, és bizony évekre lesz szüksége, amíg lassan megtanulja, hogyan viszonyuljon mindehhez ő mint egy személy. A társas lényé válás éveitől kezdve van a felettes-én útmutatásaira: amíg nem érti a helyzetét, magyarázatra van szüksége. De ahogy felnőtt és személyiségének társas oldalát kifejleszti, lassan lemondhat a felettes-énről. Ez a lemondás igen nagy megkönnyebbülést jelent, hiszen a felettes-én működése problémákkal is jár. Amikor internalizáljuk szüleinket és tanítóinkat, személyiségüket, ideoszinkráziáikat és társadalmi félreértéseiket is belsővé tesszük. Az igazság az, hogy ha gondot fordítunk társas-énünk kifejlesztésére, sokkal jobban fogjuk érteni helyünket a világban, mint szüleink valaha is tették. Társas-énünkkel értjük meg, hogy az együttműködés és a közösségben való lét mindnyájunknak javára válik. Ennek a felismerése a felszabadult öröm érzésével jár együtt, míg az együttműködés hiánya az üresség és veszteség, az elidegenedettséget kelti, amely egyfajta büntudattal azonos. A társas-én öröme és büntudata nem azonos az én elégedettségérzésével és büntetéstől való félelmével. A társas-énnek a családhoz, a társadalom különböző csoportjaihoz, a társadalomhoz és az emberiséghez való odatartozás élménye pozitív érzelmeként vannak jelen. Azt az élményt jelenti, hogy mindnyájan egyek vagyunk, természetesen nem a kifejezés tér- és időbeli dimenziójában. Az a tény, hogy mindannyian egyike vagyok, se nem külső, se nem belső tény, hanem valamiféle lelki közösség, amely nem térben található, bár amikor beszélünk róla, ugyanazt a nyelvet használjuk, mint amit a fizikai világra is alkalmazunk. Winnicott ezt a teret *átmeneti térnek* nevezi. (1971, 122.) József Attila ezt követeli *Levegőt!* című versében. Sok csoportterapeuta úgy beszél erről, hogy valaki megtalálja a helyét a csoportban. Azt hiszem, világos, hogy olyan tapasztalatról beszélek, amelyet mindnyájan naponta átélünk, de amelyet eddig nem különítettünk el a személyiség struktúrájának egyik funkciójaként. A társas-énnel nem önmagam számára cselekszem, hanem önmagunk számára hajtok végre társas cselekedetet, méghozzá nem a büntetéstől való félelemből, hanem a cselekedetért önmagáért, mert jó érzés azt megtenni. Az analitikus csoportterápia és különböző egyéb csoportterápiák kiválóan alkalmasak a társas-én kifejlesztésére mivel, ahogyan Foulkes erre rámutatott, a társas viszonyulások teljes mátrixa megnyilvánul ezekben.

3. A társas-én a társadalom struktúrájában

Élete végén Freud még egyszer megkísérelte elméleteinek rövid összefoglalását egy dolgozatban, amelynek a címe *A pszichoanalízis foglalata* lett volna. Sajnos már nem tudta befejezni, de amennyi kész volt belőle, az kiadásra került halála után 1940-ben. Az első rész első fejezetében, ahol az ösztön-én, az én és a felettes-én struktúráját tárgyalja, a következőket mondja: „A lelki készüléknek ezt az általános sémáját a magasabb rendű, az emberhez pszichikusan hasonló állatokra is érvényesnek tekinthetjük” (Freud, 1940 [1982, 413]). Ebből következik, hogy egy nagyon fontos kérdés válasz nélkül maradt: Mitől lesz ember az ember? A kérdés persze nem új, és a filozófusok már az ókorban keresték rá a választ. Platón az *Államban*, Arisztotelész pedig a *Politikában* részletesen tanulmányozta ezt a kérdést. A következő fontos tényezőket emelték ki: 1. az ember társadalomban él; 2. a társadalmi struktúra különbözik a biológiaiától, és az utóbbi az előbbire épült a fejlődés során; 3. a biológiai alapokon álló ember létrehozza a maga társadalmi szervezetét; 4. a társadalmi formák változnak; 5. a társadalmi szervezetek bizonyos közös célt, vagy irányt, vagy szándékot foglalnak magukba. Arisztotelész hangsúlyozza továbbá a család funkcionális egységének fontosságát, amely a társadalom mikrokozmosza, és amelynek vertikális és horizontális struktúrájában helyezkednek el a szülők és a különböző korú gyerekek. Vele ellentétben Platón nem gondolta, hogy a család léte feltétlenül szükséges. Ezek a régi megfigyelések még ma is érvényesek, és alapjául szolgálnak a társadalomtudománynak, amely a XVIII. században indult fejlődésnek, amikor megkezdődött a társadalom tudományos vizsgálata. Mielőtt röviden bepillantánánk a társadalomtudományi gondolkodásba, utaljunk ismét Freud ösztönelméletére. Eszerint az ösztönnek három összetevője van: forrása, tárgya és célja. A forrás mindig valami biológiai szükséglet, például éhség. A tárgy az, amelyhez a személy szükséglete által indítva viszonyul, mint például élelem vagy anya. A cél pedig nem más, mint előretekintő része az ösztönnek: mindaz, amit meg kell tenni ahhoz, hogy a tárgyra irányuló vágy kielégüljön. Nagyon érdekesnek találom azt, hogy a szociológusok is a forrás, a tárgy és a cél szemszögéből vizsgálták a társadalmat, bár ezt nem mondták ki világosan, és különösen nem mutattak rá a freudi ösztönelmélethez való hasonlóságra. Ha megnézzük a társadalmi struktúra bármelyik intézményét, legyen az a család, a rendőrség, az ipar, vagy a művelődés, azt találjuk, hogy azoknak társadalmi funkciója van, tehát kielégítenek valamely társadalmi szükségletet. Tárgyai specifikusak, az intézmény hozza őket létre, vagy valamilyen más módon sajátos viszonyt alakít ki hozzájuk. Ezek fizikai tárgyak is lehetnek, például az ipar számtalan ilyenrel rendelkezik, vagy lehetnek elvontak is, mint az oktatás különböző tárgyai. A célok ugyancsak specifikusak az illető funkciónak megfelelően. A különleges célok mögött valamilyen általános cél áll, amely nehezebben határolható körül, és amely még társadalomnál is hatalmasabb erők felé irányul. Ez az általános cél sokszor

misztikus elemeket is tartalmaz. Voltak szociológusok, mint Durkheim (1912) vagy Max Weber (1920), akik a vallást kifejezetten a társadalom általános funkciójával azonosították. Marxnál az emberen túlmutató erők mint természeti erők jelennek meg, amelyek közül még sokat nem ismerünk, de amelyek elvben megismerhetők. A szociológia és a biológia közötti összefüggés is érdekesnek bizonyult. Spencer (1876) sok hasonlóságot észlelt a biológiai és társadalmi struktúrák között, és evolúciós elveket alkalmazott társadalmi szemléletében. Később ez az összefüggés még összetettebb lett, és Lévi-Straussnál mint formális strukturális viszony jelenik meg. A társadalmak fejlődnek. A költők idealista módon ábrázolták a korábbi társadalmakat, az ókoriak maguk adtak saját korokról olyan képet, amely bátorította az ilyen idealizálást. De az antropológusok és a történészek egészen más képet találnak. A legújabb kutatási eredmények azt mutatják, hogy az embert kezdetben igen nagy mértékben az ösztön-én uralta. Nincsenek bizonyítékok arra, hogy ideális boldogságban éltek volna. Éppen ellenkezőleg, úgy találjuk, hogy az ősember keményen megküzdött a létért, a többnyire rokoni kapcsolatok alapján kialakult csoportokban. Az egyének harcolnia kellett, hogy életben maradjon. Először az énye alakult ki, s tudatossá vált az egyre inkább maga alkotta világában. Ezekben a korokban az egyének társas megnyilvánulásai ösztönösek és egyszerűek voltak. A társas-én úgy vált tudatossá, hogy a kialakuló kultúra képében felismerte önmagát. Ezek a képek sokáig emberfölötti lények, misztikus jelek voltak, amelyekben úgy jelent meg a társadalom és a világ ismerete, mint valahonnan felülről jövő üzenetek sorozata. Ezekben a visszatükröződésekben az egyén homályosan felismerte, hogy különféle csoportokhoz tartozik: a családhoz, a törzshöz, az emberiséghez, az élőlények világához, a világegyetemhez. Ily módon ismerte fel lassan, hogy társas lény, hogy szükséglete van arra, hogy közösségben éljen, hogy viszonyuljon más emberekhez. A társadalmi tudat kialakulása napjainkban is folyik, és szociális viselkedésünk még gyakran primitív. Voltak olyanok, akiknek a társas-éne előbb fejlődött ki, mint másoknál, például azok, akik valamely vallás tükrében váltak társadalmilag tudatossá, mint a próféták és a papok. A művészeknél a műalkotások tükre szolgálta ugyanezt a célt. Voltak, akik a módszeres gondolkodásban találták meg társas-énjüket, mint a filozófusok, megint mások inkább a tapasztalathoz kötött gondolkodásban találták meg ezt, mint a tudósok. Sokan gyakorlatiasabb tevékenységekben ismerték fel önmagukat: a munkások az iparban, mások a szervezésben, irányításban stb. Vagyis a társadalmi struktúra különböző intézményei megannyi különféle tükröt kínálnak a társas-én kialakulásához. A különböző társadalmi tudatok keresztezik egymást, mert ugyanaz az egyén több társadalmi intézményhez is tartozik. Bár rendszeresen és különböző formában jelent meg a biológiához való kapcsolat, a szociológusok mégsem érezték a szükségét annak, hogy ösztönalapokra építsék elméleteiket. Vajon miért nem? A szociológusok társadalmakat vizsgálnak; Durkheim világosan elkülönítette a szociológiát a pszichológiától. A XIX. században több tudomány is létrejött, és korai állapo-

tukban – a különbség elvének megfelelően – fontosnak tartották, hogy saját külön identitásukat kifejezzék. A szociológusok a társadalmon belül létrejövő specializációt tanulmányozták, és számukra nyilvánvaló volt, hogy a szociológia maga is egy esete ennek a specializációnak. Fontos kérdés volt számukra: hogyan viszonyul a társadalmi szükséglet az egyén szükségleteihez? Ha azt mondjuk, hogy a társadalom valamilyen hatalmas élőlény, amely az egyénektől független, akkor beszélhetünk társadalmi szükségletről anélkül, hogy az egyén szükségleteit figyelembe vennénk. Durkheim elég közel jutott ehhez az állásponthez, de azért ő sem tette teljesen a magáévá ezt a szélsőséges felfogást. A társadalomnak megvannak a sajátos törvényei, tevékenységei, struktúrája, de amikor a társadalom kifejezi önmagát, az mindig a tagjain keresztül történik, akik egyének; mert csak az egyénnek van karja, lába, ajka stb. Minden viselkedésnek egyszerre két oldala van. Az egyik oldalon az egyéni, a másik oldalon pedig a társas viselkedés. Amikor veszek egy darab húst ebédre, én veszem meg, mert én vagyok éhes. Ez történik az én oldalán. Ugyanakkor húst veszek, amit egy vegetáriánus nem tenne, ebédre veszem, mert a mi kultúránkban ebédelünk, pénzért veszem és nem vadászom, mert a mi társadalmunkban a munkamegosztásból eredő specializálódás miatt ez így alakult ki. Mindez a társas-én oldalán történik. Szeretek így ebédelni, mert mások is így teszik. Ennek következtében érzem, hogy együtt cselekszünk. Szükségem van erre az érzésre. Az én oldalán büszkén, egyénien választok, de ez a választás rendszerint valamilyen tipikus társadalmi helyzetben belül történik, ami adva van. Ha mindent úgy kellene tennem, hogy cselekedeteim mindenki másétól különbözzenek, akkor megbolondulnék. Vannak, akik megpróbálják, és bele is örülnek. A szkizofrénia ez az egyik jellemzője. Ha ez így van, akkor a szociológusok miért nem vették hasznát az ösztönelméleteknek? Valószínűleg azért, mert a hatvanas évekig azt hitték, hogy az ösztönök „önzők”, és az ilyen ösztönök számára a társadalom legjobb esetben is egy szükséges rossz. Az ilyen ösztönelméletek nem segítették a szociológust. De a szociobiológia létrejöttével megjelent a társas ösztön fogalma. Ettől kezdve egyszerre nyilvánvalóvá válik, hogy az embernek biológiai szükséglete a társadalomban való együttélés. Vagyis biológiai felépítésünk késztet bennünket arra, hogy civilizációt, társadalmi struktúrát és kultúrát hozzunk létre. Az én és a társas-én egységével az ember nem szigetelődik el a pszichoanalízisben, és egyúttal húsból és vérből való lényvé válik a szociológiában.

4. A társas-én a csoportanalízis területén

Ezt a témát egy hosszú Foulkes-idézzel kezdem, aki a következőket írta 1964-ben a *Csoportanalitikus terápia* című könyvében: „Az embernek a természetben elfoglalt helyével foglalkozó, nemrég megjelent cikkében Sir Julian Huxley kijelentette, hogy a Charles Darwin által bevezetett természetes kiválasztódás elve már tu-

dományos eszközökkel bizonyítható, és működés közben figyelhető meg. Ez alkotja az ember biológiai örökségét. Az emberi faj evolúciójának sajátos jellemzője a tökéletesedő agy. Ez olyan fejlődéshez vezetett, amely – Huxleyt idézve – képessé tette az embert fogalmi gondolkodásra (racionális és képzetalkotó módon) és igazi beszédre, amelyben szavakkal és szimbólumokkal jelöl dolgokat és ideákat, s ez több, mint ha csak hangokkal és mozdulatokkal fejezne ki érzelmeket és indulati attitűdöket. Ennek következtében az ember radikálisan új dolgokra képes bolygónk történelmében; arra, hogy generációról generációra továbbadva összegyűjtse tapasztalatait és tudását. Ennek következtében az öröklődés mechanizmusának kialakult egy második szintje is: a kulturális öröklődés, amely az embert a föld jelenlegi domináló fajává tette. Az ember új és sajátos organizmus. Fejlődése – Huxley szerint – nem csupán biológiai, hanem elsősorban kulturális. [...] Az ennek a kulturális öröklődésnek révén kialakult társadalmi intézmények, a törvény, a művészetek, az oktatási rendszerek, a technika, az erkölcsi rendszerek jellemzik az emberi fajt. Huxley hajlandó pszichoszociális fázisról beszélni. Az ember képes volt átlépni a pszichoszociális terület határait, az evolúciós folyamat irányítójává vált a földön. Így jutott el az ember oda, hogy saját maga határozza meg helyét és szerepét a világban és hogy elindítsa sorsának tudományos vizsgálatát. [...] Nem tudnék nagyszerűbb szavakra gondolni – és egy tudós szavai ezek –, amelyekkel meghatározhatnám feladatunkat, amikor mint csoportanalitikusok tanulmányozzuk az emberek csoporton belüli együttműködését. A pszichoanalízis révén Freud felszínre hozta azt az emberi konfliktust, amely éppen az ember biológiai és kulturális öröksége között található. Ez az öröklött szervezet, az ösztönszükséglet és a kulturális kötöttség közötti összeütközés fejeződik ki a pszichoanalízisben, mint az ösztön-én, az én és a felettes-én konfliktusa. A pszichoanalízis mint terápiás forma egyre inkább felismerte az analitikus és a páciens közötti viszony fontosságát az áttételi helyzetben. A csoport-pszichoterápiában először kerül be a gyógyító folyamat eszköztárába maga a csoport, mint a körülöttünk élő közösség és kultúra képviselője. Úgy tűnik, hogy a csoport ideális közeg, amelyben ezeket az alapvető emberi konfliktusokat tanulmányozhatjuk, különösen akkor, amikor azok a terápiában jelennek meg. Nincs olyan pszichopatológiai körkép, amely fellelhető lenne a környezetéből kiemelt egyénben. Már hosszú évek óta úgy tekintek az előttem levő páciensre, mint egy hosszú láncnak, együttműködések olyan rendszerének egyetlen kapcsolataira, amely maga alkotja forrását a betegséget okozó és a gyógyulást előidéző folyamatoknak. Így minden pszichológia szociálpszichológia kellene hogy legyen. A csoporthelyzet lenne a természetes terápiás helyzet, és az egyéni terápia csak különleges esetekben kerülne alkalmazásra.” Foulkes az ösztönre, az ösztön-énből, az énből és a felettes-énből álló struktúrára utal, ahogyan mindaz a pszichoanalízisben megtalálható, továbbá arra a tényre, hogy az egyénnek társadalmi összefüggései vannak. Egy dolog nem jut kifejezésre: az, hogy az egyén csoport iránti szükséglete ösztönszükséglet és magából a társas ösztönből ered. Ez Foulkesnál nem jelenik

meg, de – amint már szó volt róla – nagyjából ugyanebben az időben a társas ösztönt felfedezték más területen.

Mi tehát a természete ennek a folyamatnak, amely okozhat betegséget is és gyógyulást is? Milyen különbséget jelent, ha az én, illetve a társas-én fogalmaival vizsgáljuk? Választ kaphatunk e kérdésre, ha tipikus csoporthelyzeteket vizsgálunk.

1. A csoport tagjai gyakran érzik úgy, hogy önálló egyének is, és egyszersmind a közösség tagjai is akarnak lenni. Ezek az érzelmek gyakran ellentmondásosnak tűnnek. Ilyenkor egyszerre vannak jelen az én korai elhárítási formái és a „szoptatós anya” szituáció. A paranoiás és főbiás fantáziák nagyfokú szorongást árulnak el. Úgy tűnik, mintha a tagok csecsemők lennének, akik igyekeznek elkülönülni az anyától, mert az elkülönülés nélkül fennáll az identitás elvesztésének veszélye, attól félnek, hogy elvesznek a csoportban. Az én úgy reagál, hogy elkülönülni próbál. De amint létrejön az elkülönülés, és az elveszéssel kapcsolatos szorongás csökken, egy másfajta szorongás jelenik meg: a különválással az én elveszti szeretete tárgyát. Most egy archaikus társas-én lép működésbe, és összehozza a csoport tagjait. Ennélfogva csökken az elkülönüléstől való szorongás, de megint elvesznek a tagok a csoportban, és visszatér az én szorongása. És ez így megy mindaddig, amíg mind az én, mind a társas-én meg nem erősödik, amíg a „külön vagyunk együtt” élménye elveszti ellentmondásos jellegét. Az élmény többé nem konfliktusos, hanem, éppen ellenkezőleg, természetes állapotnak tűnik. A tagok szabadon mozognak, kiki a saját székében, és felszabadul a kommunikáció. Az előbbieken kétfajta szorongást különböztettem meg: az első egzisztenciális veszélyt jelez, és az én funkciója az, hogy valamilyen agresszív lépéssel létrehozza a különbséget. A második fajta az elkülönüléstől való szorongás, és a társas-én funkciója az, hogy valamilyen szeretetvékenység révén összehangolja a tagokat.

2. Gyakran nyilvánvaló, esetleg már a találkozás elején, hogy sok harag van „a csoportban”. Ez történt nemrégiben az egyik csoportommal. Az a furcsa ezzel a „csoportban levés” érzéssel, hogy az egyén nem tartozik sehová és senkihez. Ez az irracionalizmus serkenti munkára a tagokat. Az egyik az anyjáról beszélt, akiről úgy tűnt, hogy jelen van, de ugyanakkor nincs is jelen és a csoporton kívül sincs. Egy másik, akinek nem volt apja gyerekkorában, úgy érezte, mintha én nem lennék jelen. Világossá vált számomra, hogy a csoport keresett valakit, akire ráruházhatják ezt a haragot, és áttételes asszociációikkal nálam álltak meg. Én ennek megfelelően értelmezéseket kínáltam, amelyet a csoport nem utasított vissza, de azzal a szórakozottsággal fogadta, amiből arra következtettem, hogy még nem mondtam el mindent, még nem vált tudatossá a csoport teljes állapota. Csendesesen vártam, hadd történjen, aminek történnie kell. Ekkor egymást kezdték győzködni arról, hogy bizonyára valamelyikük haragszik egy ilyen szülőre. Ezt csinálták egy ideig, mind egyik csoporttag megpróbált meggyőzni valaki mást, hogy éppen ő az, aki mérges. Ekkor elmondhattam nekik az egész képet: hogy először kerestek valakit, akire ha-

ragadni lehetne, s amikor megtaláltak engem, akkor keresték, hogy melyikük lenne az, aki ezt a haragot kifejezné, de úgy látszik, hogy erre egyikük sem volt hajlandó. Emlékeztettem őket, hogy az előző alkalommal bejelentettem a közeledő szünet időpontját, és úgy gondoltam, hogy ez hozta felszínre a haragot a csoportban. Szavaimat a felismerés és megkönnyebbülés érzése követte. Ez a csoport még nem fejlesztett ki erős társas-ént, amellyel érezhették volna, hogy „mi vagyunk mérgesek az analitikusra”. Így, mint egy labdát, dobálták körül az érzelmet. Az énjük elég erős volt ahhoz, hogy hasonlóságot ismerjenek fel a jelenlegi helyzet és egyéni életük múltbeli eseményei között, és ezután vetítették az érzelmeket egymásra, mert az én birtokolni akar, és úgy gondolták, hogy az érzelem bizonyára valamelyiküké. A projekció korai védekezés abból az időből, amikor már van egy kezdetleges én, de a csecsemő még nem tud ellentmondásos érzéseket egyszerre befogadni. Így ami van, az „vagy az enyém, vagy a tiéd”.

3. A kényszeres egyén énje fejlettebb, mint a társas-énje. Ezért érzi azt, hogy másokat el kell túrnie, de nem leli élvezetét benne. Az ilyen ember számára az a fordulópont a csoportban, amikor társas ösztöne társas-énné válik, és felfedezi a bizalmat. Nagyon megindító, amikor egy keserű, cinikus egyén megnyílik, és csaknem könyörög, hogy szeressék őt a csoportban.

4. A borderline egyének mind az énje, mind a társas-énje fejletlen. Így csak olyan csoportban boldogulnak, amelyik nem túl agresszív, ahol gyenge énjük nem foszlik szét. Ilyenkor alkalmazzák a hasítást – amely kedvenc védekezésük –, projektálhatják egyéniségük nem kívánt részeit a különböző csoporttagokba. Mivel pszichológiai fejlődésük így az egész csoport részvételével megy végbe, és mert védekezési mechanizmusuk gyenge, gyakran jó meglátásaik vannak, amelyeket akarva-akaratlanul megosztanak a csoporttal, így gyakran jó „interpretációkkal” szolgálnak.

5. Meglepő felfedezést lehet tenni erősen narcisztikus egyénekről a csoportban: azt, hogy elég jól fejlett társas-énjük van. Könnyen viszonyulnak másokhoz. De az is nyilvánvalóvá válik a csoportban, hogy énjük fejlődése megállt a csecsemőkorban. Ezért ragadnak meg mindent, ami viszonyulásuk során keletkezik, és azt egészben lenyelik. Ezért aztán úgy tűnik, hogy meglópnak másokat és kihasználják őket. Nem bántunk igazságosan a narcisztikusokkal, amikor ezt nem vettük észre. Egy új, narcisztikus csoporttag lázasan viszonyulni kezd mindenkihez, azt az egyetlen dolgot csinálja, amihez ért. De az énje gyenge, így hamar kifárad és megsebesül, aztán nem jön el többet a csoportba. Az analitikusnak ezt fel kell ismernie, hogy lelassítsa és megvédje a narcisztikus jövevény látszólag erős, de valójában gyenge énjét. További vizsgálódásokra lenne szükség ahhoz, hogy mindezt részletesen feltárjuk. Itt csak jelezni akartam, hogy az új strukturális egység, vagyis a társas-én segítségével egyszerűbben és tisztábban lehet értelmezni a csoportjelenségeket.

IRODALOM

- BOWLBY, JOHN** (1971): *Attachment*. Harmondsworth: Pelican Books.
- DARWIN, CHARLES** (1856): *A fajok eredete*. Budapest: Helikon, 1976.
- DARWIN, CHARLES** (1871): *Az ember származása*. Budapest: Gondolat, 1961.
- DAWKINS, RICHARD** (1976): *Az őnző gén*. Budapest: Gondolat, 1986.
- DURKHEIM, E.** (1912): *Les formes élémentaires de la vie religieuse*. Paris: Alcan.
- ERIKSON, ERIC HOMBURGER** (1942). *Childhood and Society*. Harmondsworth: Pelican Books.
- ERIKSON, ERIC HOMBURGER** (1971): *Identity: Youth and Crisis*. London: Faber and Faber.
- FOULKES S. H.** (1948): *Introduction to Group-Analytic Psychotherapy*. London: Maresfield Reprints, 1984.
- FOULKES S. H.** (1964): *Therapeutic Group-Analysis*. London: G. Allen and Unwin Ltd.
- FREUD, SIGMUND** (1905): Három értekezés a szexualitás elméletéről. In: *A szexuális élet pszichológiája*. Budapest: Cserépfalvi, 1995. 31–132.
- FREUD, SIGMUND** (1914): A nárcizmus bevezetése. In: *Ösztönök és ösztönsorsok*. Budapest: Filum, 1997. 15–40.
- FREUD, SIGMUND** (1940): A pszichoanalízis foglalatja. In: *Esszék*. Budapest: Gondolat, 1982. 407–474.
- FROMM, ERICH** (1942): *Menekülés a szabadság elől*. Budapest: Akadémiai Kiadó, 1993.
- HAMILTON, W. D.** (1963): The Evolution of Altruistic Behaviour. *American Naturalist* 97.
- LORENZ, KONRAD** (1966): *Az agresszió*. Budapest: Katalizátor Iroda, 1995.
- MAYNARD SMITH, JOHN** (1964): Group Selection and Kin Selection. *Nature*, 201., 1145–1147.
- PARSONS, TALCOTT** (1949): *Essays in Sociological Theory Pure and Applied*. New York: The Free Press of Glencoe.
- PINES, MALCOLM** (ed). (1983): *The Evolution of Group Psychotherapy*. London: Routledge and Kegan Paul.
- SPENCER, HERBERT** (1876): *Alapvető elvek*. Grill Kiadó, 1909.
- WEBER, MAX** (1920): *A protestáns etika és a kapitalizmus szelleme*. Gondolat, Budapest, 1982.
- WILSON, E. O.** (1975): *Sociobiology: The New Synthesis*. Cambridge, Mass.: The Belknap Press of the Cambridge University Press.
- WINNICOTT, D. W.** (1971): *Playing and Reality*. Harmondsworth: Penguin Books, 1982.
- WYNNE-EDWARDS, V. C.** (1962): *Animal Behaviour in Relation of Social Dispersion*. Edinburgh and London.
- YALOM, IRVIN D.** (1985): *The Theory and Practice of Group Psycho-Therapy*. New York: Basic Books.