

DR. BAKTAY MIKLÓS ÉS DR. BAKTAY ZELKA

PÁRKAPCSOLATI KRÍZISEK

HOGYAN JÖTTÜNK KI JÓL?



BAKTAY
HÁZASPÁR

Dr. Baktay Miklós és Dr. Baktay Zelka

PÁRKAPCSOLATI KRÍZISEK

Dr. Baktay Miklós és Dr. Baktay Zelka

PÁRKAPCSOLATI KRÍZISEK

Hogyan jöttünk ki jól?

Pszichogram

© Dr. Baktay Miklós, Dr. Baktay Zelka, 2008, 2019

ISBN 978-615-6034-00-7

Korrektor: Máté Gizella



BAKTAY
HÁZASPÁR

*A könyv megtörtént esetek alapján készült,
ám a történetek szereplői
valós kilétük titokban tartása érdekében
fantáziánéven szerepelnek,
jellemüket különböző személyek
vonásaiból „gyúrtuk” össze.*

LÉLEKTANI HITEL

Ha valaki így kezdi: *az én életem kész regény*, akkor tudjuk, nagyon unalmas ember. Élete eseményeit klisék szerint foglalja össze, általában visszatérő fordulatokkal. Uccu neki, fuss!

Ha válságban lévő pár kezdi mesélni élete eseményeit, tudni fogjuk: két teljesen más történetet fogunk hallani.

Nagy konfliktus továbbá, hogy az olvasót akkor érdekli mások párkapcsolata, ha abból tanulhat. Ha viszont úgy adjuk elő, ahogy van, egyszeri és megismételhetetlen történetként, akkor hiteles. Az általános aligha hiteles.

Műelemzések, irodalmi művek gyakori fordulatai:

- a szerző lélektanilag hitelesen ábrázolja a feltörekvő polgárság életét;

- egy lélektanilag hiteles, emberi mélységében is igaz nőalak szenvedése bontakozik ki előttünk;

- nemcsak történelmileg, de lélektanilag is hitelesen ábrázolja rendkívüli pályát befutó főhőse sorsát;

- megrendítően, lélektanilag is hitelesen ábrázolja egy vidéki kereskedőasszony sorsát.

Erősen foglalkoztat minket, honnan tudja az elemző irodalomtörténész, milyen is egy vidéki kereskedőasszony lélektana. Nálunk járt már vidéki is, pesti is, de főleg budai. Ahogy a mi kedves cáki Józsi bácsink mondaná:

- *Ollik illen, ollik ollan.* (Egyik ilyen, másik olyan.)

És ezzel máris lélektanilag hitelesen kezdtük ábrázolni Józsi bácsit, a traktorosból lett borászt. Az ábrázolást még cizellálja az a mondása:

- *Aki a bortú efekszik, ammásnap fökel. Aki a viztű fekszik el, ammá fő nem kel, csak itéletkó.* (Aki a bortól elfekszik, az

másnap fölkel. Aki a víztől fekszik el, az már föl nem kel, csak az utolsó ítéletkor.)

A mondás hitelességéhez tudni kell Józsi bácsi boráról, hogy aki abból megivott egy fél kancsónyt, az másnap reggelig föl nem kelt Józsi bácsi kies budijáról.

Valószínűleg azért foglalkoztat minket annyira ez a „lélektanilag hiteles” tankönyvi fordulat, mert eseteink leírása során folyamatosan szembesülünk ezzel a kérdéssel. Másra sem törekszünk, mint lélektani hitelességre.

Az első kérdés tehát az: *mit is jelent a lélektani hitelesség?* Ami magyarázza valaki viselkedését. Elemei: a körülmények, a képességek és a meggyőződés.

Akkor érthetünk meg valakit, ha ismerjük a körülményeket, amelyek között cselekszik. Helyesebben: megismerjük azt, hogy ő maga mit gondol a körülményeiről. Ezután felmérjük azokat a meggyőződéseket, hittételeket, hiedelmeket, amelyek az adott körülmények között vezérlik. Végül pedig azt, hogy képes-e megfelelő cselekvésre.

Ha tehát eljön hozzánk valaki, először a körülményeit igyekszünk megismerni. Azt, hogy ő miként éli meg ezeket. Ha több milliárdot élő rózsadombi villában lakik kettecskén-édeskén az urával, a körülményei még indokolhatják, hogy szeretne javítani párkapcsolatán.

Ezután elbeszélgetünk vele a meggyőződéseiről, az esetleges hitéről és hiedelmeiről. Lehet az a meggyőződése, hogy az ura túlságosan sokat dolgozik, hihet a házasság szentségében, és, meglehet, az a hiedelme, hogy ő nem elég vonzó nő. Ezután vesszük sorra azon képességeit és erőforrásait, amelyeket felhasználhatunk a házasság javításához.

Ez azonban csak pillanatfelvétel. Állókép. Ha felgöngyölítjük a jelen helyzethez vezető utat, a körülmények folyamatos változását, azt, hogy ez hogyan alakítja a meggyőződéseket,

hittételeket, hiedelmeket, azt, hogy milyen új képességek jönnek elő és milyenek sorvadnak el, akkor kibontakozik előttünk egy regény. Ha azt nézzük meg, milyen jövőt eredményez mindez – az a terápia.

Lélektanilag tehát akkor vagyunk hitelesek, ha történelmileg és szociológiailag is hitelesek vagyunk. Pszichológiai eredményt akkor érünk el, ha változást hozunk létre abban a rendszerben, amit a körülmények, a meggyőződések, a hittételek, a hiedelmek és a képességek alkotnak.

Hol alakul ki ez a rendszer? Azt szokták mondani, az emberek fejében. Így igaz. Figyeljünk a többes számra. Emberekről van szó. Ha valakinek saját egyéni meggyőződései, hittételei, hiedelmei vannak, akkor próféta. Ha néhány embernek vannak közös meggyőződései, hittételei, hiedelmei, akkor családot alkotnak. Ebből következik, hogy ha a család valamelyik tagjának megváltoznak a meggyőződései, hittételei, hiedelmei, akkor prófétává válik saját családjában. A család terápiára fogja delegálni. Tovább bonyolítja a helyzetet, hogy a párok általában azért jönnek hozzánk, mert úgy érzik, nagyon különböznek meggyőződéseik, hittételeik és hiedelmeik. Képtelenek családot alkotni, de mindketten úgy érzik, a másikat kell hozzánk delegálni, hiszen velük minden rendben van, olyan családból jöttek, amelyben alapjában konszenzus uralkodott.

Feltéve, hogy sikerül valakinek megváltoztatni a körülményeit, és ennek hatására megváltoznak meggyőződései, hittételei, hiedelmei, akkor még mindig áll a kérdés: közeledik-e ezáltal párjához? Ha valaki beadná hozzánk a párját, hogy „térítsük észre”, akkor mi történne? Hozzásegíthetnénk a „pácienst”, hogy változtasson körülményein, de legalábbis képes legyen másképpen felfogni őket. De mi a garancia, hogy ennek hatására olyan meggyőződései és hiedelmei alakulnak ki, mint annak, aki „beadta”?

Nyilvánvaló: közös meggyőződések, közös hit, közös hiedelmek, azaz közös identitás akkor és csak akkor alakulhat ki, ha együtt foglalkozunk a párral.

Természetesen gyakran előfordul, hogy valaki egyedül jön el hozzánk párkapcsolati ügyben. Ám a terápia akkor is több embert érint, ha látszólag egyvalakivel folytatjuk, hiszen eredményei nyilvánvalóan megváltoztatják a terápia során változó személlyel kapcsolatos meggyőződések, hittételeket, hiedelmeket az ő környezetében is. És akinek változnak meggyőződései, a hittételei, a hiedelmei, annak változik az identitása, következésképpen változik ideológiája és világnézete is. Helyzetét történelmileg és szociológiailag is másképpen fogja látni. Jelenét, jövőjét és múltját egyaránt. A lélektani hitelesség következtében tehát történelmileg és szociológiailag is hitelesek leszünk, hiszen az események kusza halmazából azokat fogjuk kiválasztani, amelyek segítenek a párnak a közös jövő megteremtésében és a hozzá tartozó közös múlt meglátásában. Szövevényes cselekményt alkotunk.

Íme.

TÖRTÉNELMI REGÉNY

Daved még az I. világháború előtt született, abban a poétikusan idilli korban, amikor a gettóban szaladgáló zsidó lurkók pajeszát megrángatták az úri gyerekek, miközben apjuk oda-benn kölcsönöcskét intézett.

A kisváros úri köreihez tartozott Júlia, aki tizenkét évvel fiatalabb Davednél. Ebből következik, hogy ő már a dicstelen zsidótörvények idején alakította ki világvilágképét, ami bizony közel állott az akkori nyárspolgárokéhoz és ama törvények szelleméhez.

A II. világháború alatt mindketten Nyugatra keveredtek. Daved zárt menetben, munkaszolgálatosként, Dávidcsillagozva, Davedből Lajossá billogozva.

Júlia, szinte velük párhuzamosan, gyalog menekült az oroszok elől családjával. Apja legfőbb terhe a lelki furdalás volt: amikor kibombázták, elveszett könyvelése, pénzecskéje, így adósságát sem tudta már törleszteni.

Júliáék St. Valentinben kötöttek ki, hátizsákot varrtak egy hadiüzemben, Lajos Mauthausen-t élte túl, egyik napot a másik után, kisebb-nagyobb csodáknak köszönhetően.

Itt sem találkoztak.

A sors kegyéből mindketten hazajutottak: Lajos a kisváros egyik hatalmassága lett, minden építkezések legfőbb ura, a Tű-ZÉP vezetője. Amikor hat példányban beadott kérvény kegyes elbírálásán múltott egy zsák cement kiadása, sokan keresték Lajos kegyét.

Júlia szilárdan tartotta magát a polgári normákhoz, ezért '56-ban lett is ügye valamiféle plakátragasztás miatt. Lajos munkásórként vette ki a részét az eseményekből.

Ekkor sem találkoztak.

Találkozott viszont Júlia siheder gyereke Lajos fruska lányával. Szerelemre lobbantak, csókolóztak a kapuban. Lajos lerohant és lekevert egyet Gyurinak.

MELODRÁMA

Júliában felforrt a csendes gyűlölet. Tengelyt ugyan nem mert akasztani a helyi hatalmassággal, de jól elátkozta: „A fiam után egyetlen boldog szerelme se legyen Zitának, miatta szenvedjen úgy az apja, ahogy most én szenvedek Gyuri miatt.”

Az átkot Júlia kérésként fogta fel, és még két forinttal meg is nyomta a súlyát Szent Antalnál.

A fiatalok azonban, amúgy kisvárosi Rómeó és Júlia módjára, tovább találkozgattak, mígnem Zita áldott állapotba került. Ez már csak azért is jól jött Gyurinak, mert Lajos kénytelen volt jó képet vágni a dologhoz és elintézni Gyuri katonai alkalmatlanságát.

Ettől még persze visszajárt a pofon megaláztatása. Júlia szülei elmentek háztűznézőbe, és kritikus szemmel vizslatták minden építkezések legfőbb urának villalakását. Apró tüskéket elhelyezve kérdezték: ismerte-e azt a rendes úriembert, aki előzőleg itt lakott, a villa tulajdonosát, akit Rákosi kitelepített? Hogy tudják-e, ők maguk is itt laktak, három háznýira? Júlia gyakran járt át ide játszani. Nagyon finom emberek voltak. Mostanában nem hallani felőlük. Gyuri nagymamája végighúzta ujját a modern csőbútor eldugott részein, és feltűnően morzsolta a port ujjai végén. Azután kitört a nagy veszekedés, mert Zita izgalmasan rágyújtott. Gyuri ezt szóvá tette, mire Zita kirohant és a ház előtt csobogó patakba akarta vetni magát. Lajos utána rohant, és visszarántotta a „meredély” széléről. Visszatérve túlzottnak nevezte Gyuri aggodalmát és nyugtatóul néhány korty konyakot (brandyt) diktált Zitába.

Kiderült, jogos volt az aggodalom, mert a baba valahogy furcsa lett. Nem sírt fel, amikor megszületett, s kezdődtek vele a gondok.

Júlia ismét átkozott: „Adja vissza ez a gyerek az anyjának és a nagyapjának mindazt, amit vele és velem műveltek!”

Ezúttal készpénz helyett azt ajánlotta Szent Antalnak, hogy nagyböjtben nem gyűjt rá. Fogadalmát betartotta, és Szent Antal is megbízható üzletfélnek bizonyult. A kis Oli egyéves korában még csak feküdt, és egy teljes segítő stáb mozgósítása kellett ahhoz, hogy háromévesen némileg rendezett mozgása legyen és beszéljen. Nem ám kisvárosi dokik! Nem ám magyar orvosok! Lajos elintézt a fiataloknak egy zsíros nyugatnémet kiküldetést. Volkswagennel jártak, drága cigiket szívtak és Zita egész nap konyakozott a gyerek miatti bánatában. Gyuri pedig összejött Zita fodrásznőjével. Hamarosan állandósultak az esti verések. Zita egy ideig kábán és fásultan tűrt, majd felhívta Lajost, aki egy óra alatt kapott útlevelet, olyat, amelyet Júlia legfeljebb háromévenként, és estére már fenn is volt a repülőn a lányával és unokájával.

– *Édesanyám, nincs már nekem kisfiam* – melodramázott Gyuri.

Júlia ekkor harmadszor is elátkozta Lajost: „Legyenek olyan elérhetetlenek számára, mint az én számomra!”

Szent Antalnak ezúttal cseles ajánlatot tett: zárandokút Mariazellbe, azaz a vasfüggönyön túlra. Az utazási iroda szívesen megszervezte a csoportot Lajos nászasszonyának, mert Júlia neve ismét kezdett jól csengeni a városkában. Valahogy szakszervezetileg, kishatárköziben kerülték el a háromévenkénti utazási korlátot. Gyuritól csurrant kemény valuta. A kegyhelyen tett szakszervezett látogatás következtében a kisváros szinte teljes nylonharisnya és orkáncabát-szükséglete kielégítést nyert.