

ma és konfliktus mindig akkor termelődik, ha ez az érzelmi szükséglet nem elégül ki, tehát sem a szeretet, sem a biztonság nem átélehető.

Ilyenkor kezdődnek úgy a veszekedések, hogy „én mindent megtettem érted, miközben te...”. Ezek már mély sérelmek, és a megbántott személyiség hangjai, a másik fél viszont általában értetlenül hallgatja őket, sokszor úgy válaszolva: „Soha nem kértem tőled, hogy változz meg!”

Hasonló folyamat zajlik le akkor is, mikor egy partnerkapcsolat kezdetén a nő barátnői köre kezd lecsökkenni, találkozásai száma vérszen fogyni kezd, eleinte még vannak telefonok, aztán már azok sincsenek. Az „elvesztettem miattad a barátaimat is” kezdetű mondatok jellemzők, hogy a kapcsolat oltárán feláldozódtak a baráti szálak. Ez esetleg sokáig nem is tűnik fel, az első problémák idején azonban mindenki érzékeli az elmagányosodást és a hiányt, hogy senkivel sem tudja megbeszélni konfliktusait úgy, mint régen.

Aki szívesebben kerüli a konfliktust, mintsem nyíltá tenné, annak valószínűleg lehetetlennek látszik, hogy felvállaljon egy olyan beszélgetést, amelyben védenie kell a saját érdekeit, és kicsit harcolnia a jogaiért.

Narcisztikus szempontok a kezdeti szakaszban

Az önfeladáshoz képest a ló másik oldalának tűnik az a viselkedési forma, melyben szigorú szempontrendszer dominál. Akinek személyiségében erőteljesebb a narcisztikus jellemzők, gyakran viselkedik úgy egy kapcsolat indulásakor, mintha volna egy titkos listája a megkívánt tulajdonságokkal. Ilyenkor – mintha bankhitel megadása felől döntene – szoros ellenőrzéssel figyeli leendő társát. Nem nehéz észrevennünk ebben az érzelmi működésben az empátia hiányát és a tisztán látszó önös szempontokat. Megjelenésük ugyan a kapcsolati kötődéstől való tudattalan félelmet jelzik, mégis a felszínen öntörvényű, olykor antipatikus magatartáshoz vezetnek, melyben a másik fél nem látja a szorongásokat, annál inkább érzi a mérhetetlen elvárástömeget, ami mázsás súlyként nehezedik a vállára.

Valójában egy narcisztikus karakterű ember legfőbb törekvése ilyenkor a csecsemőkori biztonság és feltétlen szeretet elnyerése, mely azonban felnőtt sértettséggel párosul, ha nem kapja meg. Egy párkapcsolat fejlődése során mindkét fél a saját érzelmi szükségleteinek kielégítésére törekszik. Ha azonban az egyik fél érzelmileg infantilis módon igényli, viszont felnőtt-magatartásismákba igyekszik önteni ezt, valójában teljesíthetetlen feltételek elé állítja társát. Az összecsiszolódás folyamatában a gyermeki érzelmi igények párosulnak racionalizáló ható mondatokkal. A „nekem is jogom van ahhoz, hogy végre csak engem szeressen valaki” vágyban jól látszik a nagyon korai érzelmi hiány, amelyet egy felnőttpárkapcsolat nem tud pótolni, helyettesíteni vagy utólag megadni.

A társas allergia

A mihez van jogom, és mihez nincs kérdés egy párkapcsolatban szintén a kezdetektől alakul, mint ahogy az is, hogy mennyit és mit képes valaki megbocsátani a másiknak, vagyis a két ember irántlan forogatókönyvében milyen szabályok és szabadságfok van.

Sok esetben derül ki, hogy az abszolút demokratikusan felállított szabályok látszólag és elméletileg tartalmaztak sok mindent, azonban ha ténylegesen megtörténik valami, már másképp reagál mindenki. Elég tipikus reakció ilyenkor, hogy a felek ellenségesen állnak egymással szemben, mert a burkolt elvárások mögül kibuggyant a hétköznapi valósága, és láthatóvá tett egy komoly konfliktust. Ha valaki meg akarja őrizni a személyiségét egy kapcsolatban, akkor tisztázni kell a társával azt is, mire milyen reakciók várhatók tőle, mit képes és akar elfogadni, és mi tartozik majd a teljes elutasítás kategóriájába. Nyilván nem arról van szó, hogy le kell ülni egy listával, és tételesen végig kell futni a pontokon. Ez inkább azt jelenti, hogy egy kapcsolat kezdeti szak-

szában érdemes nyíltan beszélni érzésekről és akár fantáziákról is.

Daniel Coleman szerint fontos jelzés a párkapcsolatokban megjelenő társas allergia, amely a partner szokásaitól való irtózás, amely más, fizikai allergiához hasonlóan első érintésre még nem okoz reakciót, de minden egyes alkalommal érzékenyebben reagál rá az illető. Amikor egy pár elkezd több időt tölteni egymással, és kezdik megismerni egymást kívülből, akkor derül ki, hogy az összecsiszolódás sikeres volt-e, avagy az illeszkedés távolról sem tökéletes. A társas allergia erősödése a szellem rózsaszín kódének oszlásával egyenes arányosságot mutat. A felek rádöbbennek, hogy amit nem láttak, nem jól láttak, vagy látták, csak nem gondolták, hogy azt látják, az bizony a valóság.

Ekkor még mindig dönthetnek egy őszinte beszélgetés mellett, ahol elhangozhatnak a valódi mondatok, vagy haladnak tovább addig, amíg a panaszáradat folyamát nem duzzad, és el nem érik a: „már nézni sem bírom, amit csinál” állapotot.

Mindent Éváról

SZÖVEG BARTALOS IVETA

A

z utóbbi hónapokban néhány igazán kellemes színházi élményben volt részem a budapesti Orli Produkciós Irodának köszönhetően, amely rendszeresen előadogat sikeres darabjaival Győrbe, a Vaskakas Bábszínházba.

A Mindent Éváról című darab nem kisebb sztárokat vonultatott fel, mint Herceg Judit és Kovács Patricia. Margo (Herceg Judit) egy igazi diva, azért tömeges rajongókat. Szerelme a nála fiatalabb rendező, aki tenyeren hordozza őt. Margo ennek ellenére tele van félelmekkel. Érti és tudja, hogy öregszik. Már nem az áhított fiatal órák, a „végzet asszonya” szerepjátékok találják meg, inkább középkorú nőket kellene alakítania. Nem tudja elfogadni a változást. Kora miatti félelmei felelősséget is, hogy idősebb, mint a párja, és szinte rögeszméjévé válik, hogy a férfi el fogja egy fiatalabb nőért. A színház hátsó bejáratánál rendszeresen várakozik egy ázott, félszeg fiatal lány, Éva (Kovács Patricia), Margo legnagyobb rajongója. Mindenhol követi a társulatot, és Margo minden alakítását csodálva figyeli. Rajongása feltűnik a színésznő barátainak is, akik az öltözőbe invitálják a megszeppent lányt. Tisztaságával és megszállottságával mindenkit elbűvöl, napokon belül már Margo jobbkeze. Intézi teendőit, elkészíti ruháit, segíti a csodált divát, aki nagyon megszereti a lányt. Aztán egyre furább dolgok történnek. Éva elkezd Margo ruháit viselni. Döntéseket hoz helyette. Tudta nélkül a barátait megszarolva jelenkezik Margo beugrójának, s a szerepet meg is kapja. Egy lépés választja el attól, hogy Margóvá válhasson, úgy tündököljön, mint a csodált sztár, és célját el is éri. Mindent elvesz tőle. Az életét akarja. Árulás árulás után, egymason átgázoló emberek, társak, barátok. Látszólag semmi sem szent, mégis mindenki meg van róla győződve, hogy jól cselekszik. S ha mégsem, akkor arra mindig van elfogadható magyarázat. Legrosszabb esetben az, hogy nem volt más választás, csak ez az egy.

Egy nő, akít a saját félelmei gyengítenek. Egy másik, aki azt hiszi, ha más vágyott életét rabolja el, akkor ugyanolyanra válhat, mint rajongása tárgya. Emberi játszmák egy nagyvilági közegben, mégis mindannyiunk számára hiteles üzenettel és tanulsággal. Legtöbb kapcsolatunk egy játszma. Képtelenség sablonosan viselkednünk minden egyes élethelyzetünkben. Céljaink, vágyaink ugyanúgy, ahogy a bennünket körülvevő embereknek is. Meddig elfogadott, ha ezeket harcoljuk, s mikortól válik mindez már igazi tudatos játszmvá?

Ajánlom a színdarabot, valamint az eredeti, 1950-ben Joseph L. Mankiewicz rendezte filmváltozatot is. Bette Davis és Marilyn Monroe főszereplésével mindenkinek, aki válaszokat keres a fenti kérdésekre.