

Aleksandra JELIČIĆ

Nekateri vidiki psihologije in psihoterapije dvojčkov

Some aspects of psychology and psychotherapy of twins

Povzetek

V zadnjih desetletjih se rojeva vedno več dvojčkov, kar vpliva na povečano zanimanje strokovnjakov za dinamiko medsebojnega odnosa dvojčkov. Posebnost tega odnosa vpliva na razvoj in psihologijo osebnosti dvojčkov, na njihove medsebojne in druge odnose ter na ostala področja življenja. Zaradi medsebojne prepletenosti lahko pride pri dvojčkih do težav na področju individualnosti in vzpostavljanja identitete. Ob poskusih separacije od brata oziroma sestre dvojčice prihaja do čustvenih stisk, kar je pogosto razlog za iskanje psihoterapevtske pomoči. Dinamika njunega odnosa se odraža znotraj psihoterapije in v transferju med pacientom in terapevtom. V prvem delu prispevka avtor pojasnjuje omenjene posebnosti skozi razvojna obdobja in druge aspekte življenja dvojčkov. V drugem delu opiše nekatere psihoanalitične razlage, ki pojasnjujejo njuno dinamiko ter odražanje te v psihoterapiji. Na koncu predstavi klinični primer psihoterapevtske obravnave enojajčne dvojčice, v katerem skuša osvetliti posebnosti odnosa s sestro dvojčico, ki se odraža znotraj psihoterapije in na drugih področjih življenja.

Ključne besede: dvojčki, dinamika odnosov, individualna identiteta, separacija, psihoterapija, psihoanaliza, transfer.

Abstract

There has been a steady increase in the number of twin births over the last decades which correspondingly increased professional interest for the dynamics of their relationship. The special twin relationship influences the development of their personalities, other relationships and other aspects of their lives. Enmeshed relationship may influence their individuality and personal sense of identity. In the course of obtaining separate individuality the separation from twin brother or sister causes considerable emotional distress. This could be the reason to seek professional psychotherapeutic help. Dynamics of twinship is very much present within psychotherapy process and transference. In the first part of this article author explains the dynamics of twinship through developmental phases and different aspect of life. Psychoanalytic theories that interpret twinship and transference in psychotherapy are described. At the end author presents a clinical psychotherapy case of monozygotic female twin, her relationship with twin sister and the influence of twinship on here relationships and psychotherapy.

Key words: twins, relationship dynamics, individual identity, separation, psychotherapy, psychoanalyses, transference.

Uvod

Dvojčki nas od vedno fascinirajo in v nas vzbujajo romantične fantazije o njihovem medsebojnem odnosu. Zaradi njihovega močno podobnega videza in zaradi skupnega življenja v nas vzbujajo radovednost in nas hkrati vznemirjajo. Sprašujemo se predvsem, v kolikšni meri sta si zares podobna in kako poteka njuno življenje. K temu pripomorejo mnogi miti (npr. Castor in Pollux kot Zevsova sinova in nebeška stvaritev Gemini) in stereotipi, ki veljajo o dvojčkih (o medsebojni sposobnosti telepatije in skrivnemu govoru).

V zadnjih nekaj letih število rojstev dvojčkov, predvsem zaradi napredka na področju zdravljenja neplodnosti, strmo narašča. V skladu s tem se je zanimanje za življenja dvojčkov, tako na področju splošne javnosti kot v profesionalnih krogih, zelo povečalo. Znanstvenike že stoletja zanimajo dvojčki zaradi enake genetske zasnove, zaradi česar so tako primerni za raziskovanje vpliva okolja in dednosti na posameznika. V zadnjih letih se strokovnjaki vedno bolj osveščajo o dinamiki odnosa in njihovih posebnih potrebah ter pomoči, ki se lahko nudi dvojčkom in njihovim družinam.

Posebnost dvojčkov je v tem, da še posebej enojajčni, z zelo podobno genetsko zasnovo in posledično zelo podobnim fizičnim videzom, odraščajo sočasno (od spočetja naprej), največkrat v enakem družinskem in širšem socialnem okolju ter sočasno prehajajo skozi iste razvojne faze življenja. Na tem mestu je prav, da opozorim na to, da nobena enojajčna dvojčka nista povsem enaka. Zato strokovnjaki iz angleško govorečega področja opozarjajo na nepravilnost uporabe izraza »*identical twins*«. Že genetski material se pri enojajčnih dvojčkih ne deduje popolnoma enako. Izkušnje z drugimi in doživljanja so vedno individualna (npr. vsak posameznik znotraj para ima svojo, edinstveno izkušnjo z materjo, ki se razlikuje od brata ali sestre dvojčice). Zato ne smemo pozabiti, da te razlike oblikujejo osebnosti dvojčkov v individualno in edinstveno celoto, po čemer se dvojčka med seboj razlikujeta.

Moje zanimanje za dvojčke in njuno medosebno dinamiko je vzpodbudilo to, da imam v individualni psihoterapiji pacientko, ki je enojajčna dvojčica. Znotraj dvoletne terapije sem lahko, še vedno le kot zunanja opazovalka, imela priložnost podrobneje spoznati, kaj lahko za posameznika pomeni imeti enojajčnega dvojčka, kako to vpliva na njegovo odraščanje, na družinske in druge socialne odnose, na njegovo individualnost ter kako se ta odnos odraža znotraj terapije.

V prvem delu prispevka se bom osredotočila na dinamiko odnosa med dvojčkoma skozi razvojna obdobja, družinsko dinamiko in druge posebnosti v povezavi z njunim odnosom. Znotraj teh odnosov bom poudarila posebnosti, ki lahko pripeljejo do težav in so največkrat vezane na vzpostavljanje samostojnosti, individualnosti oziroma lastne identitete posameznega dvojčka. Zaradi zgoraj omenjenih težav dvojčki pogosto poiščejo psihoterapevtsko pomoč. V drugem delu prispevka bom poudarila posebnosti v psihoanalitični psihoterapiji dvojčkov in podala nekaj psihoanalitičnih razlag psihologije dvojčkov.

Prav je, da omenim, da namen tega prispevka ni poudarjati patologijo, ki jo prinese tak edinstven odnos že sam po sebi. Posebnosti, ki jih dvojčki zaradi samega dejstva, da to so in bivajo v takem odnosu, niso nujno klinične. To, da tako rekoč od spočetja bivamo z nekom, ki je iste starosti, ki ima veliko iste genetske zasnove, ki nam je lahko vizualno zelo podoben in ki živi v istem okolju, je edinstveno, redko ter zato posebno. Ne moremo mimo tega, da te posebnosti vplivajo na posameznikov čustven razvoj drugače kot pri otrocih, ki nimajo te izkušnje. Biti dvojček ima

tudi prednosti. Dvojčki imajo ob sebi sopotnika oziroma prijatelja, ki jim je vedno na voljo ter ki po vsej verjetnosti najbolj razume njihove izkušnje in težave. Dvojčki so lahko razvojno bolj zgodaj socialno veščji in imajo dobro razvit občutek za pravičnost, saj se učijo deliti že od samega začetka. Dvojčki dobijo posebno pozornost, tako znotraj družine kot v širšem socialnem okolju, in to je lahko dobrobit, dokler ne pripelje do skrajnosti in ovira posameznikovo individualnost.

Prenatalno obdobje

Eden od priljubljenih mitov o dvojčkih je ta, da se odnos med dvojčkoma odvija že v maternici oziroma intrauterinalno. Ljudje imamo velikokrat predstavo, da njuno skupno bivanje med nosečnostjo pomeni že socialen odnos, v smislu izmenjave kontaktov oziroma sporočil.

Alessandra Piontelli, ena izmed poglavitnih avtoric in raziskovalk na področju proučevanja vedenja dvojčkov tako v maternici kot longitudinalno, to tezo spodbija. Pravi, da dvojčki po rojstvu med seboj ne kažejo nobenih znakov socialnega prepoznavanja. Ni opaznih razlik med tem, ali so po rojstvu položeni v posteljo skupaj ali narazen (Piontelli, 2002). Iz opazovanja njunega vedenja je bilo celo moč zaznati, da jih bližina drugega moti. Starši dvojčkov so velikokrat presenečeni in razočarani nad pomanjkljivo interakcijo med dvojčkoma v tem zgodnjem obdobju življenja.

Na tem mestu se lahko vprašamo, kako lahko dvojček, ki je še fetus, v primeru prenatalne smrti dvojčka, hrepeni po izgubljenem bratu oziroma sestri. Mnogi odrasli namreč v teh primerih poročajo o hudih občutkih osamljenosti, necelovitosti in hrepenenju po dvojčku. To hrepenenje po dvojniku, nekemu, ki bi nas razumel tudi brez besed, je po nekaterih psihoanalitičnih razlagah (Bion, Kein) nekaj univerzalnega. To hrepenenje lahko starši, ob prenatalni izgubi in čustvih ob tem, prenesejo na preživelega dvojčka. Vendar ne moremo mimo tega, da se dvojčka v maternici med seboj s svojimi gibi stimulirata in da je to nekaj konstantnega, kar drug pri drugem fizično občutita. Kar torej lahko dvojček pogreša, ni celovita oseba, ampak nekaj, kar mu je znano, dražljaji, na katere se je navadil.

Že v uvodu sem omenila, da nihče znotraj para enojajčnih dvojčkov ni popolnoma enak drugemu. Zgoraj omenjena avtorica potrjuje to dejstvo z raziskavami, ki jih je opravljala na dvojčkih že med nosečnostjo. Ugotavlja, da se enojajčna dvojčka med seboj razlikujeta v nivoju dejavnosti znotraj maternice in so te razlike med njima prisotne tudi po rojstvu. Avtorica je ugotovila, da sicer obstajajo večje razlike v gibanju med dvojčajnimi dvojčki kot med enojajčnimi.

In kako se starši, še posebej matere, soočajo s tem, da bodo imele dvojčke? Starši so velikokrat anksiozni, saj se jim poraja veliko vprašanj in skrbi glede nege in oskrbe otrok. Porajajo se vprašanja financ in praktične oskrbe, glede zdravja in skrbi o možnosti prezgodnjega poroda. Sandbank (1999) poroča o visokem pojavu ločitev v družinah, ki pričakujejo oziroma imajo dvojčke. Strokovnjaki opozarjajo, da je potrebno staršem, ki pričakujejo dvojčke, nuditi informacije in svetovanje, kar zmanjša anksioznost.

Zgodnja leta razvoja

Začetki socialne interakcije med dvojčkoma se pričnejo šele nekaj mesecev po rojstvu (Piontelli 2002). Pri treh mesecih se dvojčka že zavedata drug drugega in začneta tekmovati med seboj za

pozornost negovalca. Prava socialna obojestranska odzivnost pa nastane šele kasneje v razvoju. Glede na svoja opazovanja dvojčkov in njihovih družin Piontelli ugotavlja, da so dvojčki osredotočeni na obraz negovalca in ne na dvojčka. Dvojčki so bolj občutljivi na pozornost, ki jo mati nudi drugemu dvojčku, kot so občutljivi na pozornost, ki jo mati nameni mlajšemu ali starejšemu sorojencu. Tudi drugi avtorji ugotavljajo, da v zgodnjem obdobju dvojčka skoraj nič pozornosti ne namenjata drug drugemu, vendar iščeta stik (pogled) z materjo. Vztrajanje pri pogledih z materjo se lahko med dvojčkoma razlikuje. Stern (1971) iz opažanj pravi, da je imel tisti, ki je vztrajal pri pogledom dlje, kasneje več težav s separacijo od matere. Stern torej opozarja, da ni zgodnje simbioze z drugimi (vključno z dvojčkom), razen z materjo oziroma odraslim negovalcem. Torej odnos z dvojčkom ne more biti primarni odnos. Slednji je vzpostavljen z negovalcem. Arlow (1960) dodaja, da sta v prvi vrsti individualna posameznika, potem pa šele dvojčka.

Piontelli (2002) poudarja, da je »dvojčkarstvo« v največji meri socialni in čustveni konstrukt, ki nastane iz odnosov s tistimi, ki za dvojčka skrbijo, in razlike, ki nastanejo med njima, so v največji meri rezultat teh odnosov ter v manjši meri genetske determiniranosti.

Materin odnos z dvojčkom je drugačen kot njen odnos z novorojenim otrokom, ki nima brata/sestre dvojčka. Že samo dejstvo, da sta novorojenčka dva, vzbuja rivalstvo za materino dojko oziroma hrano in za njeno pozornost (Sandbank, 1988). Kot sem že prej omenila, se morata dvojčka zelo zgodaj navaditi deliti (od dojke do »crkljanja« in drugih pozornosti), ker gre objektivno za trikotno situacijo. V primeru, ko mati ne zmore vzpostaviti zadovoljivega čustvenega odnosa z enim ali obema dvojčkoma, ti lahko postanejo primarni objekt drug za drugega. Pri tem pa med njima prihaja do težav, saj nista sposobna sprejemati in vračati čustev v sprejemljivejši obliki. Tako lahko dvojček postane tako »nevaren« kot »varen« objekt. V primeru, ko mati uspe navezati odnos le z enim od dvojčkov, lahko drugi vzpostavi parazitski odnos do sodvojčka, zato da vsaj navidez vzpostavi odnos z materjo (Athanasios, 1986). Tako lahko dvojček postane odvisen od brata ali sestre. Dvojčka lahko postaneta »zlepljena« in se počutita varno le, ko sta skupaj.

Ljubosumje je verjetno čustvo, ki ga dvojčki doživijo prej kot drugi otroci. Dvojček je lahko ljubeč prijatelj ali nevaren tekmeč. Dvojčki se velikokrat izogibajo občutkom rivalstva, še posebej enojajčni dvojčki, ki se zaradi močne identifikacije težko soočajo s temi čustvi. Velikokrat se zgodi, da vsak od dvojčkov že zgodaj prevzame eno od starševskih vlog z namenom, da ustvari uravnoteženo partnerstvo.

Pri enojajčnih dvojčkih je problem identitete še posebej izpostavljen, navsezadnje v ogledalu prej prepozna svojega dvojčka kot sebe (Bernabei, 1976 v Sandbank, 1999). Prej se odzove na ime svojega brata ali sestre dvojčice kot prične uporabljati besedo »jaz«. Kar nekaj dvojčkov je poročalo o tem, da ob opazovanju sebe v ogledalu, vsaj za trenutek pomislijo, ali so to oni ali njihov dvojček. Dvojčka sta si lahko izredno podobna do te mere, da ju starša ne ločita in se ju obravnava kot celota ter poimenuje le kot dvojčka. Zato lahko razumemo, da so minimalne razlike v minutah rojstva ali razlike v teži in višini lahko zelo pomembne pri vzpostavljanju ter oblikovanju individualnosti.

Dvojčka s svojim prihodom v družino izzoveta veliko pozornosti, kar jima daje posebno mesto in moč v družini. Ostali sorojenci se morajo soočiti z dodatno pozornostjo, ki jo dvojčka dobita, kar lahko v večji meri povzroča ljubosumje pri običajnih sorojencih.

Razvoj govora

Študije (Day, 1932; Davis, 1937; Mittler, 1971; v Sandbank 1999), ki so proučevale razvoj govora pri dvojčkih v primerjavi s skupinami nedvojčkov, so pokazale, da so dvojčki bolj dovzetni za težave v razvoju govora. Vendar so te razlike pomembne le v zgodnjih fazah razvoja in kasneje izginejo. Razlike, ki se kažejo v razvoju govora, torej niso posledica intelektualnih deficitov. Nekateri avtorji (npr. Zazzo, 1978) iščejo razloge za zaostanek razvoja govora pri dvojčkih v njunem tesnem odnosu in skupnemu doživljanju izkušenj, kar lahko ogrozi njuno individualnost in s tem zmanjša potrebo po eksplicitni interpersonalni komunikaciji z ostalimi. Dvojčka naj bi zaradi posebnosti odnosa delila medosebno komunikacijo, ki presega govor. Zazzo omenja, da dvojčki razvijejo svojo govornico (žargon), še preden se naučijo govornice drugih v okolici. To govornico imenuje »*cryptophasia*« – skrivni jezik. Bakker (1987) se ne strinja s tem izrazom in pravi, da je zavajajoč, saj namen dvojčkov ni namenoma zavajati ali prikrivati vsebino komunikacije oziroma govora. Poudarja tudi to, da ne gre za govor, ki bi ga dvojčka navsezadnje namenoma izumila. Še več, dvojčka sta lahko frustrirana ob tem, ko ju drugi ne razumejo. Bakker (prav tam) predlaga izraz »avtonomni govor«. Ob tem poudarja, da se tovrstna govornica pri dvojčkih razvije le v primerih, ko so otroci premalo izpostavljeni odraslim modelom. V teh primerih se nerazumljiv govor pojavi tudi pri otrocih, ki so čustveno zanemarjeni (v smislu zelo skope interakcije s starši), vendar je pri dvojčkih posebnost ta, da sta drug drugemu model in s tem krepita tovrstno govornico. Bakker (prav tam) opozarja tudi na to, da pomanjkljivo razumevanje komunikacije pri dvojčkih lahko krepí izločanje staršev in s tem zmanjšuje njihov vpliv pri učenju jezika.

Avtorji, ki se ukvarjajo z razvojem govora, opozarjajo, da v osnovi ne gre za zaostanek, ampak za motnjo govora. Kar nekaj avtorjev je ugotovilo, da je pri parih enojajčnih dvojčkov več motenj govora kot pri dvoajajčnih (Lewin and Thompson, 1992; Bishop, 1995 v Sandbank, 1999). Pri enojajčnih dvojčkih naj bi bilo več težav pri vzpostavljanju ločene identitete, kar naj bi zmanjšalo motivacijo za vzpostavljanje komunikacije z drugimi. Savić (1980) pravi, da ko sta dvojčka ločena in v posamezni interakciji z materjo, ne kažeta pomanjkljive motivacije za komunikacijo z njo. Posebnost družinske dinamike je v tem, da največkrat ni v klasičnem smislu strogo diadnega odnosa med otrokom in materjo, ampak da gre v večini primerov za triado, kar po raziskavah zmanjšuje odzivnost matere na posameznega otroka in se lahko zmanjša s 100 % odzivnosti na 50 %.

Vrtec, šola in vrstniki

Ko dvojčki vstopijo v širše socialno okolje (vrtec, šola), se problemi v zvezi z identiteto, individualnostjo in samopodobo še izostrijo. Odrasli namreč dvojčke velikokrat zaznavamo kot naravno enoto (Sandbank 1999). Pomembno je zavedanje, da ima vsak otrok svojo osebnost in čustvene potrebe. Pri tem je pomembno, v kolikšni meri starši vzpodbujajo individualnost posameznega dvojčka. Ali ju kličejo po imenih ali naslavljajo z dvojčki, ju oblačijo različno, vzpodbujajo njune različne interese in sposobnosti. Dvojčki se vsakodnevno lahko soočajo s tem, da vrstniki in odrasli ne vedo, kdo od para so, oziroma sprašujejo, ali so ta ali drugi od dvojčkov. Nekateri dvojčki se zelo trudijo pri vzpostavljanju individualnosti oziroma drugačnosti, zato lahko namenoma delujejo ravno nasprotno od svojega brata/sestre dvojčka. Lahko so deležni določenih oznak, kot npr. »priden dvojček« ali »pameten dvojček« ipd.

Ker so rojeni hkrati, so navsezadnje podvrženi tudi temu, da se jih med seboj nenehno primerja.

Včasih je lahko en centimeter višine že zelo pomemben dejavnik pri vzpostavljanju ločene identitete. Primerjavi so podvrženi tako v družinskem krogu kot v drugih socialnih situacijah. Posebnost je tudi ta, da pri fizično zelo podobnih dvojčkih pride do neprepoznavanja posameznika in do menjave imen, tako doma, še pogosteje pa v vrtcih, šolah in med sovrstniki. To dejstvo še bolj zaplete njihov razvoj identitete. Dvojčke se med seboj največkrat primerja po fizičnem videzu, dosežkih in odobravanju s strani odraslih. To lahko pri dvojčkih vzpodbudi hudo rivalstvo in ljubosumje. Vendar se lahko zgodi tudi to, da se dvojčka upreta in vzpostavita skupno enoto, ki deluje proti zunanjemu svetu oziroma drugim. Velikokrat se zgodi, da eden od dvojčkov dominira v odnosu in se mu drugi podredi. To se lahko kaže tako, da eden govori v imenu obeh. V navedenih primerih je primerno razmisliti o tem, da se dvojčka v šoli loči v različne razrede. Vzpostavljanje odnosov z drugimi vrstniki, izven odnosa z dvojčkom, je težko. Največkrat se zgodi, da imata dvojčka skupne prijatelje. Včasih je posameznemu od dvojčkov težko vzpostavljati socialne odnose z drugimi in se podredi bratu ali sestri oziroma sprejme njene/njegove prijatelje.

Vprašanje ločevanja dvojčkov je za starše lahko zelo stresno. Največkrat se sprašujejo, ali je smiselno ločiti nekaj, kar tako naravno sodi skupaj. Pri tem je na mestu upoštevanje individualnih potreb posameznega dvojčka ter podpora in svetovanje s strani strokovnjakov.

Adolescenca

Ločevanje od sestre oziroma brata dvojčka je še posebej težka naloga v adolescenci. Zaradi potrebe po lastni identiteti, individualnosti in avtonomnosti se v tem obdobju dvojčki, ne samo ločujejo od staršev, ampak tudi od brata/sestre dvojčka. Spraševanje o lastni individualnosti sproži že prehod v srednjo šolo, ko se mladostnik pri sebi pogosteje sprašuje o lastnih interesih in željah za prihodnost. Mnogi se v tem obdobju prvič ločijo (od doma in od brata oziroma sestre). Pri mnogih situacija sproži separacijsko tesnobo. Rivalstvo znotraj parov dvojčkov se lahko okrepi. Nekateri celo, pri poskusu vzpostavljanja svoje individualnosti, zanikajo brata ali sestro. Določeni se uspejo ločiti le tako, da se fizično ločijo in odselijo v različne kraje.

Partnerski odnos

Dvojčki vzpostavljajo partnerske odnose kasneje v življenjskem obdobju kot drugi, kar lahko pojasnimo s posebnostjo in intenzivnostjo odnosa, ki ga imajo z bratom ali sestro dvojčico (Zazzo, 1960). Dvojčki so v bistvu v »partnerskem odnosu« celo življenje in prihod zunanje osebe (resničnega partnerja) lahko ogrozi to že obstoječo diado z dvojčkom. Dvojčki lahko občutijo partnerstva brata ali sestre dvojčka kot izdajstvo, drugi občutke krivde zaradi osamljenosti brata oziroma sestre dvojčice, ki ni v partnerskem odnosu. V primerih, ko se en od para dvojčkov poroči, si drugi velikokrat zelo hitro najde svojega partnerja oziroma »nadomestnega dvojčka«.

Dvojčki imajo lahko do partnerjev velika pričakovanja. Celo življenje namreč živijo v odnosu z nekom, ki jih intuitivno razume in deli njihove izkušnje. Partnerji dvojčkov imajo lahko težave pri soočanju s tesnim odnosom, ki jih ima njihov partner s svojim bratom oziroma sestro. Dinamika partnerskega odnosa je povezana tudi s tem, kako sta se dvojčka do odraslosti soočala s separacijo, kako sta do sedaj uspela vzpostavljati posamezna prijateljstva in krepiti svojo individualnost.

Dvojčki v vlogi staršev velikokrat grupirajo svoje otroke in jih vzpodbujajo k vzpostavljanju

diad s sorojenci. Velik poudarek dajejo enakopravnosti. Veliko staršev, ki so sami dvojčki, poudarja poseben odnos, ki ga imajo z enim od svojih otrok (Sandbank 1999).

Smrt dvojčka

Vsaka izguba ljubljene osebe je težka. V prejšnjih poglavjih sem poudarila intenzivnost čustvenega odnosa oziroma navezave med dvojčkoma, zato se lahko na tem mestu vprašamo, kako izguba nekoga, ki ga v življenju vidiš najpogosteje in ga navezadnje doživljaš kot del sebe, vpliva na preživelega dvojčka. Kako se spopadati z izgubo nekoga, ko te že to, da pogledaš v ogledalo sebe, spomni na to izgubo. Nekateri lahko prevzamejo lastnosti pokojnega ali se težko ločijo od njegovih stvari in po smrti počutijo kot polovica človeka. Nekateri po smrti dvojčka ne zmorejo praznovati svojega rojstnega dne.

V določenih afriških plemenih ima ob smrti enega izmed dvojčkov preživeli dvojček nalogo ohranjati bratovo oziroma sestrično duhovno prisotnost z namenom, da ohrani celoto. Preživeli dvojček mora namreč na sebi nositi leseno podobo okoli vratu ali pasu, ki predstavlja umrlega brata/sestro dvojčka.

Preživeli dvojček lahko občuti krivdo, ker je bil on izbran, da preživi. Postavlja se vprašanje, ali je preživeli še vedno dvojček ali ne in kdaj dvojček ni več dvojček. Swanson (2001 v Sandbank, 1999) pravi, da dvojček tudi po izgubi svojega brata/sestre ostane dvojček. Posamezniki, ki so imeli to izkušnjo, da je njihov brat/sestra dvojček umrl že pred rojstvom, lahko to doživljajo stresno, z občutki pomanjkanja, osamljenosti in ne celovitosti. Lahko pa izkazujejo le radovednost in fantazirajo o tem, kako bi bilo, če bi dvojček preživel. Velikokrat se mrtvega dvojčka v družini ne omenja. Strokovnjaki svetujejo, naj se otroka vzpodbuja k temu, da sprašuje in izraža čustva glede omenjene situacije. Kako se preživeli dvojček odziva na izgubo, je odvisno od tega, kako se mati oziroma starša soočata z izgubo.

Nekatere psihoanalitične razlage odnosa med dvojčkoma

Psihoanalitiki, ki se posvečajo razlagam dinamike odnosa in osebnosti dvojčkov, so predvsem osredotočeni na njun zgodnji razvoj in posebnosti v dinamiki odnosa z materjo. Predvidevajo namreč, da samo dejstvo, da gre za dvojčka (sočasno dva enako stara dojenčka), vpliva na posebnosti v čustvenem razvoju. Zaradi teh posebnosti morajo dvojčki vložiti več truda v proces oblikovanja lastne identitete, predvsem v smislu dodatne separacije od dvojčka.

Na začetku bom na kratko predstavila zanimivo Bionovo teorijo o univerzalni fantaziji posameznika o dvojčku, ki lahko pojasnjuje tudi realno dinamiko odnosa med dvojčkoma.

Bion (1967) je v svojem delu »The imaginary Twin« opisal univerzalno fantazijo posameznika o dvojčku (kot alter ego), ki se pojavi kot normalen del v razvoju posameznika oziroma otroka. Lahko se pojavi tudi v odrasli dobi kot imaginarno kreiranje življenjskega sopotnika (razcep sebe [*splitting of the self*]) z namenom maskiranja osamljenosti. Želja po tem je povezana s hrepenenjem, da bi obstajal absolutno dober objekt, ki bi nas popolnoma razumel (dvojček samega sebe). Ta onipotentna kreacija objekta oziroma dvojčka izhaja iz otroštva, in sicer kot rezultat občutkov nemoči. Taka narcisoidna struktura je verjetno rezultat prezgodnje separacije ali pomanjkljivega »holdinga« sprejemajoče matere (Rosenfeld, 1987). Pri dvojčkih je to še bolj

izpostavljeno, saj so ponavljajoče se separirani od matere zaradi drugega dvojčka. Kleinova (1963) dodaja, da figura dvojčka predstavlja nerazumljene in odcepljene dele sebe, po katerih posameznik hrepeni, v želji, da bi dosegel celoto oziroma popolno razumevanje. Bion (1967) opozarja tudi na del, ko lahko dvojček služi kot obramba, v smislu projiciranja neželenih delov sebe. V osnovi gre za narcisističen odnos, ki temelji na procesih razcepa ter projekcijske identifikacije med posameznikom in zunanjim objektom.

Dvojčki so od samega začetka razvoja vpeti v dva intenzivna čustvena odnosa – z materjo in dvojčkom. Oba odnosa se odvijata sočasno in vplivata drug na drugega ter lahko delujeta drug proti drugemu. Dvojčki se morajo hkrati spopadati z občutki ljubezni in sovraštva, sočasno do matere in dvojčka. Vzpostaviti morata ravnovesje med obema odnosoma.

Dvojčki v večji meri kot diado (ki obstaja med enim otrokom in materjo) z materjo tvorijo triado (še pred ojdipso triado). Vsak od dvojčkov je nekoliko izključen iz odnosa z materjo, vsaj v tistem času, ko ta vzpostavlja odnos z drugim, in tudi takrat, ko je posamezni otrok sam z materjo, ima ta v mislih tudi drugega dvojčka. Torej je pri dvojčkih ta posebnost, da matere nikoli nimajo povsem zase. Tudi sam dvojček ima vedno v mislih svojega rivala, čeprav je odsoten. Ker gre za otroka iste starosti, je lahko rivalstvo veliko bolj intenzivno kot pri sorojencih. Saj slednji zaradi različne starosti potrebujejo različno vrsto pozornosti. Pionelli (2002) je longitudinalno opazovala mnogo mater z dvojčki in prišla do ugotovitve, da se mati odloči nameniti več pozornosti enemu od obeh dvojčkov. Gre za podzavestno odločitev, na katero lahko vpliva veliko dejavnikov (teža, občutljivost, dejavnost ali določene fizične poteze dvojčka).

Mitchell (2000 v Lewin 2004) celo pravi, da takoj, ko se dvojčka pričneta zavedati drug drugega, z materjo že tvorita ojdipso situacijo. Engel (1975 v Lewin 2004) pravi, da imajo dvojčki več težav pri razreševanju ojdipovega kompleksa in lahko uporabijo »dvojčkarstvo« zato, da se izognejo boleči izkušnji.

V primeru, ko z materjo ne vzpostavi čustvene vezi, lahko dvojčka občutek osamljenosti zapolnita s tem, da drug drugemu postaneta primarni objekt, kar oteži proces separacije, saj si nista sposobna nuditi sprejemanja (kontejniranja) enako kot odrasli. Mitrani (1994 v Lewin 2004) takemu odnosu pravi »psevdo objektni odnos«. Separacijo in individualizacijo otežuje tudi to, da med njima ni generacijske razlike, ki bi omogočila diferenciacijo oziroma ločevanje med njima. Situacija privede do tega, da »čustvena koža« nastane okoli para in ne okoli posameznika (Lewin 2004). Rezultat takega odnosa med dvema protagonistoma (dvojčkoma) privede do narcisoidnega sistema (Lewin 2004). Tako dobri kot slabi deli sebe se projicirajo v objekt (dvojčka). Zaradi nezrelosti posameznega dvojčka otroka ne more priti do potešitve anksioznosti. Zato pride do oslavljenega ega in difuznih meja jaza, ko slabo loči sebe od objekta. Dvojčki so še posebej ranljivi za te procese, saj jih okolica velikokrat stigmatizira kot pridnega oziroma porednega dvojčka z namenom ločevanja oziroma vzpostavljanja posameznikove identitete.

Rosenfeld (1983) razlikuje med libidinalnim in destruktivnim narcisizmom. V libidinalnem delu narcisizma je objekt (notranji ali zunanji) idealiziran in ljubljen. Pri dvojčkih to pomeni idealiziran odnos, vendar njih lahko vežejo tudi destruktivne narcisoidne sile. Do take dinamike odnosa pride, ko je med dvojčkoma eden tisti, ki je dominanten, drugi pa podrejši. Dominanten dvojček deluje manipulativno, lahko tudi čustveno izsiljuje drugega z namenom skupnega destruktivizma. Rosenfeld (1983) pravi, da oba dela obstajata drug ob drugem in služita prikrivanju zavedanja zavisti ter destruktivnosti, ki izvira iz potrebe po zunanjem objektu. Dvojčka narcisoiden odnos ščiti pred zavedanjem, da potrebujeta starše. Odnos med dvojčki torej vsebuje tako

libidinalen (ljubezen, zaščita) kot destruktiven del (sovražnost do ločevanja in ločene identitete).

Veliko dvojčkov se čuti simbiotično vezane na brata ali sestro dvojčico, vendar hkrati ulete in »posrkane« v ta odnos ter nesposobne vzpostavljati ločeno identiteto. Zato je separacija od dvojčka (npr. ob hospitalizaciji) lahko enako travmatična kot separacija od matere.

Nekateri dvojčki so zaradi omenjenega intenzivnega medosebnega odnosa odporni na materine oziroma starševske intervencije. Kot sem že omenila, je močna vez med dvojčkoma, ki deluje proti zunanjim vplivom, posledica zgodnje čustvene deprivacije oziroma pomanjkljivega sprejemanja s strani skrbnika. Takemu objektnemu odnosu med dvojčkoma Rosenfeld (1983) pravi »parazitski objektni odnos«, ki nastane zaradi projekcijske identifikacije med njima, kar privede do njunega zlivanja. Do takega odnosa lahko pride tudi v primeru, če eden od dvojčkov živi življenje drugega in ne zmore samostojnega življenja brez dvojčka.

Odnos drugih do dvojčkov prav tako vpliva na vzpodbujanje »dvojčkarstva« kot posebne psihološke enote, saj nas dvojčki fascinirajo in so za nas zanimivi, s čimer vzpodbujamo njihovo superiornost.

Dvojčki v psihoterapiji

Zaradi zgoraj omenjene dinamike in težav, ki se vežejo predvsem na težave pri separaciji ter vzpostavljanju lastne identitete, dvojčki običajno poiščejo psihoterapevtsko pomoč.

S tem ko v tem delu prispevka govorim o psihoterapiji, mislim na individualno psihoanalitično oziroma psihodinamsko psihoterapijo. Ta oblika psihoterapije namreč postavlja v ospredje odnos med pacientom in terapevtom, na kar se bom osredotočila v tem delu. V ospredju pa je navsezadnje tudi pacientka dvojčica, ki me je vzpodbudila k raziskovanju dinamike dvojčkov in jo imam v dolgotrajni psihodinamski psihoterapiji enkrat tedensko. Zato se je moje zanimanje za posebnosti pri dvojčkih pojavilo v terapiji, v smislu povezave med njenim odnosom s sestro dvojčico in najinim odnosom.

Avtorica, ki se veliko ukvarja s transferjem v psihoterapiji pri dvojčkih, je Vivienne Lewin. Svoja razmišljanja, primere obravnava in dela drugih psihoanalitikov na tem področju je zbrala v knjigi »Twins in Transference« (2004). Avtorica povzema, da veliko psihoanalitikov v analizah dvojčkov prezre to posebnost odnosa med dvojčkoma, ki se kaže v transferju do analitika. Sama je prepričana, da pri vsaki analizi dvojčkov obstaja transfer, ki je vezan izključno na odnos z dvojčkom in se v psihoterapiji največkrat kaže tako, da pacient poskuša analitika spremeniti v svojega dvojčka. Bodisi se pacient skuša zlit z analitikom v celoto (brez meja jaza) bodisi je v nenehnem rivalstvu s terapevtom. Joseph (198 v Lewin 2004) opozarja na to, da je transfer nekaj živega, spreminjajočega se in tako kot vsak odnos to velja tudi za transfer pri dvojčkih. Lewin (2004) poudarja, da se transfer, ki se kaže v psihoterapiji dvojčkov, razvija in spreminja ter ga je nujno upoštevati oziroma interpretirati zato, da lahko pacient spelje separacijo od dvojčka in vzpostavi lastno identiteto.

V zgodnjih fazah terapije se med dvojčkom in analitikom v transferju pojavlja več narcističnih elementov, kakršen je v večji meri tudi sam odnos med dvojčkoma. V tej fazi se lahko terapevt počuti ukleščenega, saj prevladuje kontrolirajoči transfer dvojčka, s tem da pacient ne kaže nobenih znakov separacije ali neodvisnosti od terapevta. Avtorica pravi, da to ne izključuje staršev-

skega transferja, vendar ta dobi pravo vrednost šele, ko se skozi čas najprej analizira transfer dvojčka.

Meltzer (1967) pravi, da pacienti vstopijo v terapijo z že vnaprej oblikovanim transferjem. Dvojčki imajo pred terapevtskim odnosom že izoblikovana pričakovanja, da bo terapevt prevzel vlogo dvojčka, zaradi česar težko tolerirajo razlike in terapevtovo dejavnost, kar se lahko kaže v ignoriranju terapevtovega obstoja ali v tem, da terapevta dojema kot del sebe (se pravi kot dvojčka). V nobenem primeru se terapevt ne počuti pomembnega za pacienta ali ločenega od njega. Pacient lahko izključi terapevta iz odnosa z dvojčkom, tako kot je bila lahko izključena mati. Ni presenetljivo, da se pacienti, ki so dvojčki, vsaj na začetku zelo borijo proti spremembam pri sebi in lastni identiteti, saj so se celo življenje identificirali s tem, da so dvojčki. Tako pride do konflikta, da si celo življenje želijo obstajati ločeno od dvojčka. Transfer, ki ga omenjam, sam po sebi ni patološki, ampak analitiku ponuja informacijo o pacientovih najpomembnejših ponotranjenih objektivnih odnosih. Problematičen je lahko takrat, ko pacient dvojček uporablja transfer z analitikom kot psihološko zavetišče (Steiner, 1993 v Lewin 2004) in ne zmore ali noče delati na lastnem razvoju. Tako kot se analiza transferja nadaljuje v terapiji, se pacient lažje privaja na razlike med njim in dvojčkom ter s tem na nedeljeno identiteto oziroma individualnost.

Lewin (2004) pravi, da je bila skozi raziskovanje literature na področju psihoanalitične terapije dvojčkov presenečena nad številom primerov, pri katerih se analitiki niso ukvarjali z interpretacijo transferja v odnosu z dvojčkom, ampak izvajali udejanjenje [*enactment*]. V tem primeru analitik postane transferni objekt in namesto analize oziroma interpretacije »odigra« dodeljeno vlogo s strani pacienta dvojčka. Udejanjenje [*acting out*] je produkt pacientovih projekcijskih identifikacij in analitikovih kontratransfernih reakcij. Do udejanjenja prihaja v fazah terapije, ko se pacient skuša psihološko ločiti od dvojčka, kar povzroča neobvladljivo tesnobo. Oblika transferja in udejanjenja je odvisna od same dinamike odnosa med dvojčkoma, širše družinske dinamike in osebnosti posameznika.

Kljub temu, da udejanjenje krepi stare vzorce delovanja in funkcioniranja, ki niso bili vzpodbudni za pacienta, je slednje popravljivo znotraj terapije. Navsezadnje je lahko tudi koristen, saj razkrije skrite fantazije, ki so pri terapevtu in pacientu povzročile, da sta običajna prepletena v »dvojčkarskem« odnosu, kar se, seveda, da kasneje tudi analizirati.

Grožnja pred separacijo

Dvojčka, ki ne sodeluje v psihoterapevtskem procesu, lahko spremembe pri bratu ali sestri dvojčici spravijo v stisko. Seveda je intenzivnost stiske odvisna od dinamike in prepletenosti njunega odnosa. Bolj kot je odnos narcisoiden, več težav lahko separacija povzroča izključenemu dvojčku, saj lahko ob tem, ko posameznik razvija lastno identiteto, drugi dobi občutek razpada identitete oziroma sebe. Posameznik, ki je v psihoterapevtski proces vključen, ne išče le separacije od odnosa z dvojčkom, ampak tudi njuno ponovno »postavitev« odnosa. V vsakem primeru spremljajo poskuse separacije in individualnosti ambivalentni občutki.

Posamezniki lahko v terapevtskem odnosu iščejo zatočišče in namenoma izključijo svojega brata ali sestro dvojčico. Izključeni dvojček lahko to doživlja kot psihološko nasilje in travmo. Stiska ob separaciji lahko povzroči to, da dvojček, ki je v psihoterapevtski obravnavi, ponuja izključenemu dvojčku nadomestno oziroma posredno psihoterapijo [*by proxy*] (Sheerin, 1991 v Lewin, 2004). Po vsaki seansi pacient s svojim dvojčkom deli izkušnjo s seanse. Kot da bi dvojček v

terapiji svojo mater-terapevta delil z dvojčkom, ki je bil v času terapije izključen iz materine-terapevtove naklonjenosti. Nastalo situacijo je potrebno interpretirati in pacienta vzpodbuditi, da s tem prekine. Nastale situacije velikokrat vzpodbudijo drugega dvojčka, da prav tako vstopi v terapijo. Ob hujšemu poslabšanju »izključenega« dvojčka lahko dvojček, ki je v terapiji, zaključi s terapijo, zato da poskrbi za brata ali sestro dvojčico, ki je slabšega počutja. Pravzaprav ni popolnoma jasno, zakaj lahko posamezni dvojčki znotraj psihoterapije, s pomočjo analitika kot transfernega objekta, občutek individualnosti dosežejo, drugi pa tega boja ne zmorejo. Kot je iz večine primerov obravnav razvidno, igra največjo vlogo pri tem posameznikova osebnost in ne sama dinamika oziroma prepletенost odnosa med dvojčkoma.

Primer simultane analize dveh dvojčkov (Joseph in Tabor, 1961)

Predstavljam povzetek zanimive simultane psihoanalitične obravnave enojajčnih dvojčkov, ki je bil objavljen leta 1961. Psihoanalitika Joseph in Tabor sta se, po nekajletni psihoterapiji posameznega dvojčka, prvič sestala na kongresu, kjer sta skupaj predstavila svoji obravnavi. Avtorja opisujeta primer dveh narcisoidnih oseb, med katerima je bilo veliko karakteristik podobnosti in istih obrambnih mehanizmov, vendar je bilo tudi nekaj opaznejših razlik, ki so se kazale skozi analizo. Med drugim tudi transfer, za katerega avtorja ugotavljata, da ni odvisen od posameznega terapevta, ampak je transfer, kot so pokazale raziskave, ponovitev posameznikovega vedenja v odnosih izven seans.

Starejši dvojček je bil bolj pasiven, podredljiv, imel je več ženskih karakteristik kot mlajši, ki je bil zelo dejaven, agresiven in bolj močat. Oba sta bila narcisoidna; mlajši bolj kot starejši. Prvi se je v terapijo vključil starejši, ker je imel panične napade v povezavi s homoseksualnostjo. Mlajši je prišel na seanso, ker je menil, da če potrebuje njegov brat dvojček pomoč, jo potrebuje tudi sam. Starejši brat je v večji meri uporabljal obrambni mehanizem reaktivne formacije, kar je vplivalo na večjo adaptacijo zunanjemu svetu in večjo sposobnost odnosov z drugimi objekti. Starejši je bil tisti, ki je bil zmožen speljati separacijo, se za časa terapije poročiti in si ustvariti družino. Avtorja poudarjata, da čeprav so zunanji dejavniki igrali pomembno vlogo pri razlikah med njima, so bili notranji, osebni dejavniki, tisti, ki so vzpodbudili diferenciacijo in separacijo med bratoma. Seveda so bile glavne ovire pri tem njuna resnična in globoka naklonjenost drug do drugega, intenzivno rivalstvo in sovraštvo z občutki krivde ter poskusi zanikanja teh in potreba drugega po drugem kot izvor narcisoidne gratifikacije, kot kompenzacija za predojdipalno mater ter figure v ojdipalnem obdobju. Med seboj sta bila vpletena v homoseksualno razmerje kot poskus izražanja fantazij, ki izhajajo iz ojdipske faze. Drug drugega sta doživljala kot svoj ideal jaza in delno uporabila drugega kot pozunanjeni nadjaz, kar je pustilo pri obeh primanjkljaje v nadjazu. Oba analitika sta prišla do naslednjega zaključka: ključni problem dvojčkov je v oblikovanju in doseganju občutka identitete ter ustrezne predstave o sebi.

Primer psihoterapevtske obravnave dvojčice

Predstavljam primer psihodinamske psihoterapevtske obravnave enojajčne dvojčice, ki na terapijo prihaja dobri dve leti. Skozi njeno anamnezo in psihoterapevtski proces poskušam, poleg drugih pomembnih odnosov, osvetliti njen odnos s sestro dvojčico, ki ga sama opisuje kot enega najbolj pomembnih v njenem življenju.

Anamneza

Rodila se je v popolno družino visoko izobraženih staršev. Ima dva starejša brata. Mati je vedno sanjarila o tem, da bi imela dvojčici. Sama je bila namreč v tesnem sestrskem odnosu z mlajšo sestro, ki je bila materina ljubljanka. Mati je od samega začetka razvoja pri dvojčicah opazila razlike med njima. Pri pacientki je opazala večjo občutljivost na zunanje dražljaje in njeno odsotnost kot pri sestri dvojčici. To je bil razlog, da je kazala do nje večjo naklonjenost kot do druge dvojčice. V obdobju osmih mesecev je bila mati za teden dni odsotna. Na to separacijo je pacientka, po pripovedovanju, zelo čustveno reagirala in mater po prihodu ignorirala, med tem ko se pri sestri niso opazile čustvene spremembe, vezane na separacijo od matere. Ob prihodu dvojčic sta starša čustveno »pozabila« na starejša brata, kar je okrepilo stisko pri njima in hudo ljubosumje do dvojčic. Oba starša sta se sicer ustrezno odzivala na potrebe dvojčic.

Razvoj obeh dvojčic je potekal normalno. V vrtec sta vstopili pri devetih mesecih. Skozi predšolsko obdobje se s sestro nista ločili. Starša sta ju oblačila v različna oblačila in ju uspela med seboj ločiti. V vrtcu sta imeli eno skupno prijateljico. Cela družina ju je prepoznavala kot dvojčici, kot ju še danes.

V drugem letu starosti je bila pacientka hospitalizirana, vendar so jo morali zaradi hude čustvene stiske po enem dnevu odpustiti iz bolnice.

Njuna mati je, kot sem omenila, naklonila več pozornost moji pacientki. Pove, da ji je nudila več fizične in čustvene bližine. Lahko je spala pri njej v postelji, medtem ko sestra dvojčica ni imela teh ugodnosti. Pove, da je izkoristila materino dodatno naklonjenost in bila bolj dominantna v odnosu do sestre. V družini to velja kot splošno znano, da je ona materina ljubljanka, kar je od vedno sprožalo dodatno rivalstvo in ljubosumje s strani sorojencev. Oče je posledično pod svoje okrilje vzel sestro dvojčico.

Ob vstopu v prvi razred se je pokazala sestrina boljša temperamenta opremljenost oziroma njena ekspanzivnost, saj ni bila deležna materinih projekcij o občutljivosti in zaščite. Sestra se je veliko bolje znašla v novi socialni situaciji. To je izkoristila v svoj prid in cel razred usmerila proti svoji sestri (pacientki). Zaradi hudega rivalstva med njima ju je mati ločila v različna razreda. Pacientka se v novi socialni situaciji ni najbolje znašla. Separacija od sestre jo je spravljala v stisko. Med drugimi deklicami je bila sicer priljubljena, vendar jo je bližina drugih navdajala s tesnobo. Pacientka je razvila obsesivno-kompulzivno simptomatiko, ki se je kazala v pretiranem pranju zob in štetju besed. Siptomatiko je po njej prevzela tudi sestra. To ju je povezovalo, saj je bila simptomatika v psihološkem smislu nekaj ekskluzivnega, vezanega na njun odnos in nekaj, kar je vzbujajo materino skrb ter pozornost.

V obdobju prvega razreda sta se starša ločila. Vsi otroci so ohranili redne stike z očetom. Po ločitvi je mati veliko kritizirala očeta, kar je vplivalo na odtujen odnos med pacientko in očetom. Oče si je ustvaril novo družino. Po rojstvu polsestre, ko je bilo pacientki 12 let, je razvila novo obsesivno-kompulzivno simptomatiko, ki se je kazala skozi pretirano pranje rok oziroma pretirano skrb za čistočo. O polsestri ni želela govoriti oziroma si je želela, da je ne bi bilo. Sestra dvojčica je novo polsestro lepo sprejela, kar je povezano s tem, da sta jo oče in njegova nova žena bolje sprejemala. Ko je omenjena simptomatika po nekaj mesecih izzvenela, se je v času zgodnje adolescence pojavil strah pred okužbami. Zopet se je ponovilo, da je simptomatiko razvila pacientka in posledično sestra.

V času šolskega obdobja sta s sestro hodili na iste interesne dejavnosti. Po šoli sta si vedno delili dnevna dogajanja. Mati ju je doživljala kot neprebojno psihološko celoto ter izražala, da se počuti kot zunanja figura, ki se ne more vključiti v njuno igro in odnos.

Še večja separacijska tesnoba se je pri pacientki pojavila ob vstopu v srednjo šolo. Vsaka od deklet je namreč začela obiskovati drugo šolo. Takoj ob vstopu v srednjo šolo jo je vse v šoli motilo. Imela je občutek, da nima nadzora nad sestro. Strah jo je bilo, da bo sestra zašla v napačno družbo, kar bi ju še bolj ločilo. V kratkem času se je prepisala na isto šolo kot sestra. Sestra v tem primeru ni izražala separacijske tesnobe. Pacientka pove, da je tudi v srednji šoli niso zanimali vrstniki. Bila je redoljubna in skrbela je za dobre ocene. Družila se je s sestro in njenimi prijateljicami, saj svojih ni imela. Zvečer je, za razliko od sestre, ostajala doma zaradi občutkov krivde do matere, ki je ostajala doma sama, brez partnerja.

Po uspešno končani srednji šoli ni imela izoblikovanega interesa za nadaljnji študij. Po dveh neuspešnih poskusih se je odločila za študij, ki ji ga je predlagala mati in ga uspešno zaključila. V tistem obdobju je vzpostavila partnerski odnos, ki še traja.

Po končanem študiju ni želela nadaljevati kariere na tem področju in se je pridružila delu, ki ga je opravljala sestra. V podjetju, kjer sta delali skupaj, se je sestra, ponovno s svojo ekspanzivnostjo in ambicioznostjo, veliko bolje znašla. Pacientka se je počutila izgubljeno in neumeščeno pri tovrstnem delu ter je začela doživljati rivalstvo s sestrine strani. Imela je občutek, da je sestra, v novi in konfliktni situaciji z ostalimi sodelavci, ni zaščitila. Po odhodu iz te službe je postala še bolj nesamostojna in izgubljena, kar je povzročilo hujšo tesnobo ter depresivno simptomatiko. To je bil povod, da si je poiskala psihoterapevtsko pomoč.

Diagnostična ocena

Že iz same anamneze je razvidna simptomatika, ki kaže na anankastično-obsesivno osebnostno strukturo. Njeni relativno zgodnji obsesivno-kompulzivni simptomi, tesnoba ob spremembah oziroma separacijske stiske, njena pridnost, pedantnost in misli vsiljivke, s katerimi poskuša obvladovati svoje agresivne impulze in spontanost do bližnjih, kažejo na tovrstno zavrtost. Misli, ki se ji vsiljujejo, so prežete s pretirano skrbjo do bližnjih (da se jim bo kaj hudega zgodilo in bodo umrli) ter hkrati zastrašujoči pomisleki, da bi bila lahko sama morilka.

Njen strah pred minljivostjo se kaže že skozi njen mladosten, pedanten videz. Hkrati tudi v delnemu nesprejemanju nalog odraslega človeka oziroma težavah pri premikih naprej, tako na področju kariere (redni zaposlitvi in uveljavljanju na lastnem področju) kot v osebnem življenju (v smislu ustvarjanja lastne družine, ki si je ne želi). Zaradi nezaupanja v lastne sposobnosti, ki izhajajo iz nepriznavanja njenih želja iz otroštva, se boji lastne ekspanzivnosti oziroma uveljavljanja. Tako je postala prilagodljiva, pridna in podrejena materinim potrebam. Odpovedala se je celo druženju z vrstniki in eksperimentiranju v času adolescence, zato da bi poskrbela za materine potrebe. Boji se biti spontana in prepuščena toku življenja. Bolj varno se počuti, ko se drži svojih prepričanj, principov in konzervativnih okvirjev. Njena slabša fleksibilnost se kaže v odnosih in v terapiji.

Razvojna ocena

Sama družinska dinamika in zgodnji čustveni primanjkljaji kažejo na narcisoidno motnjo osebnosti. Deklica je bila že zelo zgodaj izbrana za materin objekt naklonjenosti, skozi katerega je mati uravnavala svojo tesnobo. Mati je imela sama nevarno navezavo z lastno materjo in se čustveno zatekala v odnos s svojo sestro. Svojo dekllico je želela spremeniti v svojo sestro (poimenovala jo je z istim imenom in jo poklicno usmerjala na isto pot). Deklica se je takim zahtevam podredila, saj ji je bila mati na ta način bolj naklonjena kot ostalim sorojencem. Ob tem je bila priča konstantni grožnji, da si lahko brez te naklonjenosti oziroma da si lahko hitro »odsekan«, kot pravi sama. Tako kot se je zgodilo njenim sorojencem ali njej vsakič, ko v materino življenje vstopi njena ljubljena sestra. Otrok se težko odpove temu, da se materina pozornost v osnovi ne vrti okoli njega oziroma njegovih potreb, temveč njenih lastnih. Posledično se počuti prazno in neustrezno. Svojo ranljivost je pričela skrivati za grandioznostjo, ki se je kazala v učni uspešnosti. Oba visoko izobrazena starša sta krepila ta nivo, za čustvenega ni bilo prostora.

Že v zgodnjem obdobju (osem mesecev) je bila navezava začasno pretrgana, kot je bila ob rojstvu dvojčic pri starejših sorojencih. Od majhnih otrok je bilo pričakovano, da prezgodaj obvladujejo pritiske separacije in sprejemajo materino tesnobo. Kot je bilo od sestre dvojčice, ko ni smela v posteljo k materi in sestri. Pacientka pove, da se je mati vedno nekritično predstavljala kot idealna mati. Ob materi ni bilo prostora za izražanje svojih želja, razvijanje samostojnost in samoaktivnost. Njen »sebe« se ni uspel oblikovati. Izogibati se je začela intimnosti oziroma čustveni povezavi s sovrstniki. Delovala je distancirano, kot deluje v terapevtskem odnosu. Ker ji mati ni uspela nuditi čustvene varnosti, se je zatekala v zliivanje s svojo sestro dvojčico. Glede na samo dinamiko njunega odnosa in fizično podobnost je bila možnost zrcaljenja »priročna«. Kot majhni deklici nista uspeli sprejemati medsebojnih projektivnih vsebin, zato je njun odnos še danes odvisniški, prepleten z globoko naklonjenostjo ter močno tekmovalnostjo.

Psihoterapevtski proces

Pacientka je dve leti vključena v psihoterapevtski proces, z enkrat tedenskimi seansami. Sprožilna situacija za vstop v terapijo je bil odhod iz službe, v kateri se sama ni znašla oziroma ji sestra ni nudila pomoči. To je pri pacientki povzročilo hujšo tesnobo in depresivno simptomatiko. Ob tem je uvidela, da vsebinsko samo delo ni povezano z njenimi interesi, ampak s sestrinimi. Spoznala je, da to ni ona, vendar se ji je ob tem postavilo vprašanje, kdo je ona ter kakšna je njena identiteta, ki naj bi bila ločena od sestre dvojčice in materine sestre.

V opisu psihoterapevtskega odnosa se bom bolj osredotočila na dinamiko odnosa s sestro dvojčico, ki se kaže tako v njenih odnosih kot v terapevtskem. Pacientka je na začetku terapevtskega odnosa doživljala sestro kot tisto, ki je brez težav. Sestra je tista, ki je samozavestna, samostojna, z jasno izoblikovano kariero in nima težav v socialnih odnosih. Na začetku terapevtskega procesa je vsebine, ki sva jih obravnavali znotraj terapije, pripovedovala sestri in z njo delila to izkušnjo, kot je bila vajena v vseh novih situacijah do sedaj. Mene je doživljala bolj kot vsiljivca v njunem odnosu in po skupnem pogovoru s sestro, kjer sta obdelali moje poglede in interpretacije, v naslednjih srečanjih skušala korigirati oziroma ugovarjati. Njena lastna izpostavljenost znotraj terapije jo je navdajala z negotovostjo in sramom ter se je zaradi tega zatekala v odnos s sestro, kot se je dogajalo v odnosu z materjo, kjer ni bilo prostora za njene potrebe. Do mene je držala distanco in me doživljala ogrožajoče. Izpostavljala je strah, da bom želela zaključiti s terapijo, če

bom ocenila, da se je njeno stanje izboljšalo. Da jo bom, tako kot mati, silila v to, da se razvojno prezgodaj spopade s separacijsko tesnobo. Sčasoma, ko je počasi začela sprejemati mojo podporo in sprejela kakšno pohvalo, se je s tem pohvalila svoji sestri. Sestra je to sprejemala z dvomom in poskušala razvrednotiti moje pozitivno videnje sestre v terapiji. Kot da bi skušala deliti »dobro mater« s svojo sestro, zaradi lastnih občutkov krivde, ki jih je imela, ker je mati nudila največ pozornosti njej. Pri sestri je najin terapevtski odnos vzbujal zavist. S spremembami pri pacientki, ki so se kazale v večji gotovosti znotraj družine, se je sestra težko spoprijemala. Uvidela je, da je sestra ne potrebuje več in ne idealizira v taki meri kot prej. Pojavljali so se pogostejši spori, ki so se stopnjevali do te mere, da pacientka ni želela več govoriti s sestro o terapijah. Posledica tega je bilo, da je po enem letu terapije sestra dvojčica prav tako začela obiskovati seanse. Rivalstvo se je nadaljevalo. Sestra se je namreč pohvalila z dobrim počutjem zaradi terapije in mnogimi potrditvami, ki jih dobi s strani terapevta. Med tem je moja pacientka kazala tesnobo in splošno slabo počutje zaradi terapije. Družinska dinamika se je na nek način ponovila v terapevtskem okvirju; moja pacientka je imela žensko terapevtko – mater, sestra dvojčica pa moškega – očeta, čeprav sta bili fantaziji obeh sester ravno obratni.

Pacientka je sama težko izražala direktno jezo do mene; le takrat ko je čutila, da ima podporo sestre ali fanta. O vsebini seans je pričela pogosteje poročati svojemu partnerju. Partnerski odnos je edini, ki ga popolnoma idealizira; partner ji predstavlja popolnega dvojčka, ki sprejema vse njene tesnobe, stiske in agresijo, ki se kaže v pretirani skrbi do nje. Njena sestra dvojčica izraža ljubosumje do tega dolgotrajnega partnerskega odnosa, saj se čuti izrinjeno iz njunega intimnega odnosa. Ko so skupaj, sestra postane konfliktna. Zaradi občutkov krivde je pacientka vsakič, ko sta šla s partnerjem na počitnice, z njima povabila tudi sestro, kar je seveda slabo vplivalo na kakovost počitnic in partnerski odnos.

Vsakič ko se nekoliko oddalji od sestre in začasno prekine komunikacijo z njo, se okrepi separacijska tesnoba in depresivna simptomatika. Takrat v terapijo prinese več čustvenih vsebin, kar jo navdaja z nelagodjem, zaradi česar se zateče v partnerski odnos. Moje poskuse približevanja še vedno težko sprejema in me skuša ohraniti na distanci. Oцени me kot hladno in izrazi nezadovoljstvo z menoj, zaradi česar naslednjič izrazi občutke krivde. Odnos, ki ga ima do mene, je velikokrat repliciran ambivalenten odnos, ki ga ima s sestro dvojčico, do česar vzpostavlja uvid. Pove, da se ob prihodu na terapijo pojavlja enaka tesnoba kot takrat, ko je zmenjena s sestro. Oboje povezuje vsaj delno z nelagodjem. Občutek ima, da vsakič, ko sestri izkaže svojo ranljivost, jo ta »napade«. Mojim intervencijam se upira in tekmuje z mojimi pogledi, stališči. Pove, da je zaradi izkušenj iz odnosa s sestro na nenehni preži v odnosih z drugimi. Do lastnega rivalstva, ki se kaže tudi v odnosih z drugimi ženskami (seveda, vključno z menoj), je manj kritična.

Če primerjam ta terapevtski odnos z odnosi, ki jih imam z ostalimi pacienti, lahko rečem, da je v tem prisotnega veliko več rivalstva s pacientkine strani do mene, kar bi se dalo povezati z odnosom, ki ga ima s sestro dvojčico. Moje videnje samega poteka terapije pa je, da je včasih težko ločiti med transfernimi vsebinami, vezanimi na dvojčico in na mater. Ker je na odnose znotraj družine težko gledati kot absolutno ločene drug od drugega, je tudi v skladu s tem težko ločiti omenjena transferja znotraj terapije. Mislim, da se stvari med seboj prepletajo in so v glavni meri vezane na pacientkine primanjkljaje, ki izvirajo iz otroštva. Odnos, ki ga ima s sestro dvojčico, je zaradi same specifične odnosa, ki ga dvojčki imajo, zelo čustveno intenziven in zato tudi zelo pogosto prisoten znotraj terapije, zaradi česar si zasluži posebno obravnavo.

Zaključek

Skozi strokovno literaturo in praktično psihoterapevtsko delo je moč spoznati, da je biti dvojček posebnost, ki prinese veliko pozitivnih, edinstvenih izkušenj in hkrati posebnosti v čustvenem razvoju, kar lahko povzroči težave, predvsem na področju vzpostavljanja individualnosti oziroma ločene identitete od brata ali sestre dvojčice. Na čustven razvoj dvojčkov ne vpliva zgolj odnos med njima, ampak tudi njune individualne osebnosti, družinska dinamika ter druge socialno-kulturne izkušnje. Ta posebnost biti dvojček se odraža tudi znotraj psihoterapevtskega procesa ter v transferju med pacientom in terapevtom.

Težave, ki sem jih znotraj besedila omenjala, so relativno tipične in ne nujno klinične. Potrebno pa je poudariti, da se pari dvojčkov med seboj lahko zelo razlikujejo. Nekateri se psihološko nikoli ne ločijo in skozi življenje nastopajo kot celota, kar lahko izkoristijo v svoj prid, ker se navezadnje tako dobro dopolnjujejo. Kar pa je morda najpomembnejše, da se družine in posamezni dvojčki veselijo tega dejstva, da so dvojčki, in so zaradi tega srečni.

Literatura

- Arlo J. A. (1960). Fantasy System in Twins. *Psychoanalytic Quarterly* 29.
- Athanassious C. (1986). A Study of the Vicissitudes of Identification in Twins. *International Journal of Psycho-Analysis* 18.
- Baker, P. (1987). Autonomous Language in Twins. *Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae: Twin Research* 36.
- Bion, W. R. (1967). *The Imaginary Twin. Selected Papers on Psychoanalysis*. New York: Jason Aronson.
- Glenn, J. (1966). Opposite-Sex Twins. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 14.
- Glenn, J. (1974). The Influence of Twinship on Creativity (Anthony and Peter Shaffer's Plays). *American Imago*.
- Joseph, E. D., Tabor, J. H. (1961). The Simultaneous Analysis of a Pair of Identical Twins and the Twinning Reaction. *The Psychoanalytic Study of the Child*.
- Klein, M. (1963). On the Sense of Loneliness. V: *Envy and Gratitude and Other Works*. London: The Hogarth Press (1980).
- Lewin, V. (2004). *The Twin in The Transference*. London and Philadelphia: Wurr Publisher.
- Lidz, T. (1961). The Psychology of twins. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 9.
- Meltzer D. (1976). *The Psycho-Analytical Process*. Strath Tay, Perthshire: Clunie Press.
- Piontelli, A. (2004). *Twins: from Fetus to Child*. London and New York: Routledge.
- Rosenfeld, H. (1983). Primitive Object Relation and Mechanisms. *International Journal of Psycho-Analysis*, 64.
- Sandbank, A.C. (1988). The Effect of Twins on Family Relationship. *Acta Geneticae Medicae et Gemellologiae* 37.
- Sandbank, A.C. (1999). *Twin and Triplet Psychology*. London and New York: Routledge.
- Savic, S (1980). *How Twins Learn to Talk. A study of the Speech Development of Twins 1-3*, London: Academic Press.
- Stern, D. N. (1971). A Micro-Analysis of Mother-Infant Interaction: Behaviors Regulating Social Contact Between a Mother and her 3.5 month-old Twins. *Journal of the Academy of Child Psychiatry* 10.

Zazzo, R. (1978). Genesis and Peculiarities of the Personalities of Twins. V: W. E. Nance, G. Allen in P. Parisi: *Twin research: Progress in Clinical and Biological Research: Psychology and Methodology*. New York: Liss.
