

## Doživljanje in pojmovanja menstruacije od preteklosti do danes

MAŠA ŽVELC

Klinični oddelek za mentalno zdravje, Center za zdravljenje odvisnosti  
Zaloška 29, SI-1000 Ljubljana

### IZVLEČEK

V članku želi avtorica prikazati, kako močan vpliv ima fiziološki proces menstruacije na intrapsihične, medosebne ter socialne vidike našega življenja. Zanima jo, katera čustva, razlage ter vedenjski vzorci spremljajo menstruacijo od preteklosti do danes. Sprašuje se tudi o vzrokih njihovega nastanka in pojavljanja. V uvodu avtorica predstavi, kakšen odnos do menstruacije imamo ženske danes, nato pa prikaže pojmovanja menstruacije "prvobitnih" ljudstev ter časovni presek nekaterih filozofskih, psiholoških in drugih znanstvenih pogledov na menstruacijo (od antičnih mislecev do psihoanalitičnih pogledov).

*Ključne besede:* menstruacija, emocionalno doživljanje menstruacije, razlage menstruacije, vedenjski vzorci, ki spremljajo menstruacijo

### ABSTRACT

THE EMOTIONAL PATTERNS AND CONCEPTIONS OF MENSTRUATION SINCE  
THE PAST TIMES UNTIL TODAY

The following article presents a strong influence that the psychological process of menstruation can exert over intrapsychic, interpersonal and social aspects of our life. The author explores emotions, explanations and behavioural patterns that have been accompanying the process of menstruation since the past times until today, along with the causes of their formation and existence.

Introduction contains the presentation of the attitudes towards menstruation among modern women and primitive societies followed by a chronological review of chosen philosophical, psychological and other scientific approaches to menstruation (from ancient philosophers to psychoanalytic concepts).

*Key words:* menstruation, emotional and behavioural patterns, explanations of menstruation

Menstruacija je krvavitev iz maternice, ki se pojavlja pri ženskah vsak mesec med rodnim obdobjem. Proces menstruacije spremljajo različna čustva, tako od ženske, moških in celotne družbe v določenem prostoru in času. Nastanek procesa menstruacije ter njene funkcije si lahko različno razlagamo, naša čustva in razlage pa vplivajo na naše vedenje ob menstruaciji. V zgodovini je bila menstruacija pogosto povezana z določenimi rituali, navadami in prepovedmi. Danes je proces menstruacije natančno znanstveno razložen, vendar je odnos do nje različno obarvan ter pri nekaterih podoben odnosu in reakcijam iz preteklosti.

Raziskava, ki je bila narejena v Sloveniji na študentkah (Karpljuk, 1997), nam nazorno pokaže, kako študentke doživljajo menstruacijo, s čim jo povezujejo ter kako so doživljale prvo menstruacijo.

Študentke imajo v povprečju pozitiven odnos do menstruacije. Obstaja pa delež študentk (okoli 20%), ki doživljajo menstruacijo negativno; med menstruacijo se počutijo umazano, nepriljučno, o menstruaciji se ne pogovarjajo, nekaterim se menstrualna kri gnusi ali pa se je bojijo.

Polovici študentk se med menstruacijo spremeni razpoloženje. Večina (od teh) postane razdražljiva, napeta ter občutljiva. Tretjini se tudi zmanjša delovna aktivnost.

Najbolj pogosto uporabljeni izrazi za menstruacijo so "ta rdeča" ter izpeljanke iz izraza menstruacija (npr. menzes, menstra ipd.). Zanimivo pa je, da kar četrtna študentk uporablja izraz "biti bolna". Ali se kdaj vprašamo zakaj?

Najpogostejše asociacije na menstruacijo se poleg higienskih vložkov in krvi vrtijo okoli spolnosti in reprodukcije (spolnost, ženskost, nosečnost, rojevanje, otroci).

Večina študentk je bila pred svojo prvo menstruacijo informirano o njej, vendar je bilo le dve tretjini zadovoljnih s podanimi informacijami. Prvo menstruacijo je doživela tretjina deklic (današnjih študentk) kot pozitivno (bile so vesele, ponosne), kar pri polovici so se pojavila negativna čustvena stanja, med njimi najpogostejše skrb, sram in strah, ostale pa so bile ambivalentne.

Menstrualni proces je dožviljen in pojmovan večplastno. Od kod povezujemo menstruacijo z boleznijo, strahom, sramom, zakaj težko govorimo o njej? Morda bomo našli odgovor ali vsaj odkrili kakšno plast s pomočjo pregleda doživljanja in pojmovanj menstruacije od preteklosti do danes.

## Menstruacija kot tabu

Antropologi ugotavljajo, da obstajajo v različnih kulturah podobni miti in rituali, povezani z menstruacijo. Ozrmo se na rituale, povezane z menstruacijo, ki so v podobni meri razširjeni med prvobitnimi ljudstvi v večini delov sveta.

Ko dobi deklica prvo menstruacijo, velja v nižje razviti družbi splošno pravilo, da je treba v tem času deklici onemogočiti stik z drugimi člani klana in s stvarmi, ki bi jih ti uporabljali. Kolikor mogoče jo osamijo (Durkheim, 1992, Delaney in dr. 1976). Ne sme se dotakniti tal in sončni žarki je ne smejo obsijati. Na to prakso naletimo v najrazličnejših celinah; v Aziji, Afriki, Oceaniji, Ameriki. Pogosto dekleta zaprejo v ločene kolibe, pri nekaterih ljudstvih pa deklice obesijo v viseče mreže na najvišji kraj hiše (med nebo in zemljo). Pri nekaterih bolivijskih plemenih mladenko celo zakopljejo, kot bi bila mrtva, na prostem ji pustijo samo usta. Nekatera dekleta se v času osamitve tudi postijo. Te osamitve trajajo ponekod nekaj dni, toliko kot menstruacija, ponekod pa več let, npr. sedem let.

Podobni rituali, ponavadi v manjši meri, se ponovijo vsak mesec ob povratku mesečnega perila. Stik z žensko, ki ima menstruacijo, je prepovedan. Prav tako se moški ne sme dotakniti stvari ali tal, katerih se je ona dotaknila. Zaradi večje zaneslji-

vosti upoštevanja teh pravil se ženske v času menstruacije osami (npr. v menstrualne kolibe). Predvsem pa moški in ženska ne smeta priti v stik v dveh temeljnih stvareh: hrani in spolnosti. Tabuji, povezani s hrano, se nanašajo na to, da moški ne je hrane, ki jo je skuhala ženska, ki ima menstruacijo. Ženska se ne sme dotakniti živil in rastlin, da jih ne bi uničila. Najbolj razširjena je prepoved imeti spolne odnose v času krvavitve. Nekatera plemena verujejo, da se bo moškemu, ki je občeval z žensko, poslabšalo zdravje, npr. da se mu bodo zmeščale kosti ali da bo ogrožena njegova moškost.

Nastanek tabuja menstruacije razlaga veliko teorij.

Središče *Durkheimove* razlage so religiozna verovanja nižje razvitih družb (1992). Menstruacijo kot tabu poveže z razlago krvi kot tabuja, pojav tega pa pojasni s pomočjo totemizma.

Tabu je ritualna prepoved, ki onemogoča, da bi človek prišel v stik z bitjem ali predmetom, v katerem se nahaja božja sila. Namreč stik z božjim je za človeka prenevaren (povzročča nesreče, ga lahko ubije). Tabu torej prepreči nevarne učinke morebitnega stika naravnega človeka z nečim nadnaravnim. Taka nadnaravna moč je pripisana krvi. V krvi naj bi prebival totem; klanski prednik (določena žival ali rastlina), iz katerega vsi člani klana izvirajo in so iz iste snovi kot on (iste krvi in mesa). Ker se je totem ohranjal prek ženskega spola, so sklepali, da je kri ženske še tesneje povezana z božjo substanco kakor kri moškega; zato je verjetno, da je ženska kri (tudi menstrualna) pridobila večjo *religiozno vrednost*, katera je prešla tudi na žensko samo in jo osamila (npr. v času mesečne krvavitve).

Isto pravilo, ki mladenkam na začetku pubertete (in kasneje ženskam) prepoveduje, da se dotakne tal ali izpostavi sončnim žarkom, velja tudi za kralje ter čaščene duhovne ljudi (njihova kri je tudi v večji meri povezana z božanskim).

Po Durkheimu se je *izvorni pomen* menstruacije marsikje *izgubil*. Tako si nekateri razlagajo, da se rituali izvajajo zato, ker je kri zelo nečista, ali pa povezujejo menstruacijo z zemlji silami. Po Durkheimu menstrualna kri nikakor ne vzbuja takih zadržkov zato, ker je nečista. Sama kri po sebi vsekakor ni tako nevarna in moški ne tako občutljivi, da bi se jim stik z njo zdel tako neznosen in nevaren, tudi kadar je posreden. Durkheim razlaga, da si lahko ljudje osamitev razložijo na dva načina: ženska je "nevarna čarovnica" ali "rojena svečenica". Ker položaj ženske v javnem življenju slednjo razlago ne dopušča, se je vsilila prva hipoteza. Čeprav sta čustvi gnusa in pobožnega čaščenja tako različni, se znamenja le malo razlikujejo, zato ju, če ju gledamo od zunaj, težko ločimo.

Tudi pri sodobnejših avtorjih najdemo razlage, ki so v skladu z Durkheimovo. Npr. Delaneyeva (1976) piše, da so omenjeni rituali del čaščenja bogov. Občevanje med menstruacijo je npr. v antični Perziji bilo pojmovano kot greh do boginje plodnosti.

Poleg razlage, ki temelji na religioznih značilnostih, obstajajo tudi druge tako sociološke kot psihološke razlage, ki pojasnjujejo pojav univerzalnih menstrualnih mitov.

Young in Bacdayan (Snowden & Christian, 1983) vidita tabuje kot institucionalizirano *diskriminacijo žensk*, ki omogočajo moškimi dominacijo. Nasprotno pa Elizabeth Gould Davis (Delaney in dr. 1976) trdi, da so ženske v matriarhatu (ki je predhodil patriarhatu) uporabile tabu za to, da bi moški spoštovali ženske in se jih bali.

*Bruno Bettelheim* (1955) vidi kot možen vzrok tabuja in z njim povezanih ritualov v *zavisti moškega do ženske plodnosti* - menstruacije ter rojevanja. S pomočjo ritualov naj bi se spola izenačila. V korist hipotezi o zavisti so lahko tudi rituali, kjer moški oponašajo porod, menstruacijo ter spolne organe ter se oblačijo v ženska oblačila, kar si lahko razložimo, da želijo participirati pri ženskih funkcijah. Tudi ritual obrezovanja lahko kaže na zavist do žensk; to je ritual, kjer fantje krvavijo iz spolnega organa, z namenom dobiti tako moč, kot jo ima ženska menstruacija.

Razlagi v nadaljevanju pa se nanašata na rituale ob začetku menstruacije pri dekletu (Delaney in dr., 1976).

Osamitev dekleta ob njeni prvi menstruaciji ima funkcijo "maternice", kjer se dekleta pripravljajo na ponovno rojstvo, ko bo postala ženska in s tem članica družbe z novo vlogo. Npr. plemena Navaho in Mohave verjamejo, da je v času osamitve možno dekleta tako fizično kot duhovno "skovati". Ženske jih negujejo, jih masirajo in s tem oblikujejo telo. Dajejo jim tudi veliko napotkov, ki izoblikujejo njihov um. Tudi v Indiji je, v skladu s hinduističnim pojmom reinkarnacije, razširjen simbolizem ponovnega rojstva tako v času prve kot naslednjih menstruacij.

Nekatera plemena izkoristijo začetek menstruacije za ritual razdevičenja, dejanskega ali pa simboličnega. Navada izhaja iz ideje, da je menstruacija sama *razdevičenje*. Nekatera plemena verjamejo, da je pojav menstruacije znak razdevičenja, ki ga je povzročil določen duh, in vsaka naslednja menstruacija je povzročena z občevanjem z duhovi. Tako je ob pojavu menstruacije dekleta pogosto tretirana kot nevesta. Tu lahko povlečemo vzporednice pojmovanj o občevanju z duhovi ter Durkheimovo razlago o povezanosti božanskega med menstruacijo.

### Filozofske razlage menstruacije skozi čas

Tudi znanstvene razlage menstruacije, ki so rezultat preučevanja menstruacije od moških, so obarvane s strahom, prepovedmi ter nevarnostjo. Po mnenju mnogih avtoric so take razlage menstruacije v korist moškemu, kajti podpirajo izključevanje žensk iz sveta javnega življenja ali vsaj omejujejo njene aktivnosti v njem (Žnidaršič, 1996). Ena od današnjih negativnih propagand ženske naj bi bila teorija o predmenstrualnem sindromu. Feministke pravijo, da stigmatizira ženske in je eden od razlogov, ki preprečujejo ženski doseči pozicije moči in avtoritete (Freeman, 1992).

Poglejmo, kaj so menili o menstruaciji daleč nazaj, pred več kot 2000 leti antični modreci.

Skupno antičnim avtorjem je to, da pripisujejo menstruaciji "ženski delež" pri nastanku otroka. Menstruacija je analogna moškemu semenu.

Aristotel pripisuje moškemu semenu aktivni princip, ki ima funkcijo nosilca nematerialnega, dinamičnega in duhovnega principa, ženska *menstrualna kri* pa je *materija, iz katere je otrok zgrajen*. Ženski delež pri reprodukciji je pasiven in vrednostno nižji kot moški. Moško seme je dejanski nosilec življenja, moški odtisne v žensko telo svoj odtis in s tem novo življenje (po Žnidaršič, 1996).

Veliko teorij poudarja, da ima ženska presežek nečesa, kar izloča med menstruacijo. Pitagora (6. st. pr.n.št.) (po Delaney, 1976) vidi menstruacijo kot *proces eliminiranja odvečne krvi*. Odvečno kri naj bi ženska imela zaradi manjše gostote mesa (*Empedokles*) oziroma ker je toplejša (*Parmenides*). Po Hipokratu je menstruacija *regulatorni in očiščevalni mehanizem*, odtok prevlažnosti (po Žnidaršič, 1996). V drugem stoletju našega štetja Galen razloži, da ženska izloča tekočino, ki se akumulira zaradi brezdelnega življenja. Galen daje tudi vrsto napotkov, česa naj ženska v času menstruacije ne počne: npr. naj ne zapušča hiše, ne dela težko, se ne izpostavlja soncu. Vidimo, da so napotki zelo podobni pravilom v prvobitnejših družbah, pa tudi še del današnjih napotkov (npr. izogibanje težjemu delu, telesni aktivnosti).

Arabski zdravnik Avicenna (8. st.) razlaga, da se menstrualna kri izloča skozi *maternico*, ker je to *najšibkejši* in najkasneje formiran *organ*. Podobnega mnenja sta tudi Regnier dr Graff iz 17. st. ter William Stevenson iz 19. st., ki trdita, da kri cirkulira svobodno in se izloči tam, kjer najlažje pobegne (skozi maternico, ki je šibka točka) (Delaney in dr., 1976).

Na delo srednjeveških mislecev so vplivala dognanja antičnih avtorjev ter besedilo Stare zaveze. Bolezen in spremljajoče bolečine so vidni znak greha oziroma tudi sama *kazen* za storjeni greh. Podobna stigma doleti tudi žensko krvavitev. Nova zaveza je sprejemajoča do menstruacije (Delaney in dr. 1976), vendar pa se je večina cerkvenih avtoritet opirala na interpretacije Mojzesove knjige. Tretja Mojzesova knjiga Leviticus navaja, naj bo ženska, ki ima "tok" (oziroma tudi vsak človek, ki krvavi ali izlije seme), po njem še sedem dni v očiščevanju. Vsega, kar se dotakne v tem času, je nečisto, in kdor se dotakne nje, je nečist.

Tudi v Koranu so napotki, naj se moški in ženske separirajo v času menstruacije. Kri je videna kot vir kreativnosti (Delaney in dr., 1976).

Hkrati pa so tudi v Evropi v srednjem veku menstrualno kri uporabljali kot zdravilo proti najrazličnejšim boleznim: kožnim boleznim, čirrom, garjam, krastavosti, vnetju mlečnih žlez, vnetju slinavk.

V obdobju renesanse zelo zaživi ideja o *strupenosti* menstrualne krvi. Paracelsus celo pravi, da ni strupa, ki bi bil tako strupen kot menstrualna kri. Renesancnim strokovnjakom je menstrualna kri povzročiteljica najrazličnejših bolezni, hkrati pa so jo uporabljali tudi v ljubezenskih napojih (Žnidaršič, 1996).

Razsvetljenstvo se je lotilo problema menstruacije širše. Razsvetljenjenci povzemajo stare ideje, da je menstruacija posledica preobilja hrane ter pomanjkanja gibanja pri ženskah. Nova in izvirna je ideja, da *napačna vzgoja* neustrezno vpliva na žensko seksualnost. *Zatrta ženska seksualnost* pa se manifestira kot menstruacija.

Pojavijo se trditve, da je menstruacija *posledica kulturnega razvoja* (zaostrovanje spolnih norm, preveč hrane, premalo gibanja), in ne biološka posebnost. Take trditve se oživljajo tudi danes. Tudi nekateri sodobni avtorji menijo, da je menstruacija izraz umetnega življenja v civiliziranem svetu. Predvsem jo povezujejo z napačno, nezdravo prehrano. Menstruacija naj bi bila proces čiščenja, odstranjevanja strupov, ki se pojavi, ko jetra več ne zmorejo vsega očistiti (Reymond, Starr White, Bieler, vsi po Svete, 1995).

Za 19. stoletje je značilno *statistično merjenje* značilnosti menstruacije ter v tej zvezi opredeljevanja normalnosti in nenormalnosti. Je tudi stoletje, ko postaja z novimi odkritji predstava o fiziologiji ženskega mesečnega ciklusa jasnejša.

Kot zanimivost bi rada navedla nekaj izsledov raziskav, narejenih v tridesetih letih 20. stoletja, ki preverjajo stare, a zelo razširjene trditve o strupenosti menstrualne krvi. Te raziskave so pokazale, da odrezane cvetlice ovenijo hitreje, če se jih dotakne "nečista" ženska, da rast določenih rastlinic zastane, če se jim doda izločke in odpadke žensk z menstruacijo, ter da menstrualna kri ovira vrenje (po Matko, 1937).

Seveda je 20. stoletje tudi plod mnogih drugih teoretičnih, kliničnih in raziskovalnih dognanj. V nadaljevanju se bomo seznanili s psihoanalitičnimi razlagami pomena menstruacije.

## **Psihoanalitičen pogled na menstruacijo**

Zgodnje psihoanalitične študije, izhajajoče iz kliničnih ugotovitev, večinoma tretirajo (predvsem prvo) menstruacijo kot travmatično izkušnjo, povezano z občutji strahu (npr. kastracijska ansioznost) in sramu ter s fantazijami o menstruaciji kot kazni, boleznim oziroma rani, umazani izločevalni funkciji ter reproduktivni funkciji.

Sigmund Freud (po Delaney in dr., 1976) je v svojih delih pisal tudi o menstruaciji, ni pa izdelal posebne teorije o njej. Navaja, da nekatere ženske nezavedno povezujejo menstrualno kri z razdevičenjem in s tem povezanim fizičnim nasiljem in poškodbo. Freud pogosto primerja menstruacijo z menopavzo. Oba dogodka vidi kot

notranjo krizo, kjer se *sprošča zajezen libido*. Freud bolj ali manj pričakuje, da tudi ženske, ki normalno niso nevrotične, lahko v teh trenutkih postanejo nevrotične.

Mlajši sodobnik Freuda, C. D. Daly, je poudarjal pomembnost vsestranskega vpliva *materine* menstruacije na otroka (Shuttle in Redgrove, 1978). Trdil je, da je materina menstruacija seme *ojdipovega kompleksa ter kastracijskega strahu*, saj jo otrok razume kot kazen za misel na incest.

Georg Groddeck (Shuttle in dr., 1978) meni, da menstrualni cikel otroka peri-odično spominja na *izkušnjo rojstva* in sicer prek vohanja menstrualne krvi vsak mesec, kajti kri je prva stvar, ki smo jo vonjali in okušali, ko smo prišli na svet.

Eno najzgodnejši del, posvečenih menstruaciji, je knjiga Psihološki problemi menstruacije (Psychological Problems in Menstruation) avtorice Mary Chadwick, izdana leta 1932 (Delaney in dr., 1976). V njej Chadwickova razpravlja o *strahovih*, povezanih s prvo menstruacijo. Adolescentno dekle se sramuje rastočih prsi in sramnih dlak, najbolj pa se sramuje menstrualne krvi. Misli, da se je *ranila* ali da ima kakšno hudo *bolezen* ali da je *kaznovana* za "pregrešna" dejanja, ki jih je storila. Ko je prva menstruacija mimo, lahko dekle fantazira, da je noseča. Pogosto se oživi analna agresivnost iz otroštva, težnja po čistoči med menstruacijo, ki izvira iz oživljanja spominov ponečedenja plenice ter močenja postelje. Kri sama po sebi kreira ostale strahove: kastracijski strah, separacijski strah, strah pred izsesavanjem krvi, vampirizmom ter čarovnicami. Hudobne sile, pripisane čarovnicam, so identične tistim, ki se jih pripisuje menstruaciji. K takim distorzijam vodi velikokrat dekletovo nepoznavanje menstrualnega procesa.

Upoštevati pa moramo, da je Chadwickova napisala to knjigo pred več kot šestdesetimi leti, ko je bilo veliko več deklet kot danes neseznanjenih s telesnimi funkcijami. Vendar pa se tudi dandanes še pojavljajo občutja strahu ter umazanosti v povezavi z menstruacijo.

Deutscheva v svoji knjigi Psihologija žensk (1944) obravnava menstruacijo tesno povezano z obdobjem, v katerem se ta pojavi - *puberteto*. *Začetek menstruacije* (in tudi menopavzo) Deutscheva (podobno kot Freud) pojmuje kot *provokativni dejavnik za izbruh konfliktov* (ali nevroze). Oživi se "genitalna" travma, ki s seboj prinese občutja jeze, sram, depresijo, občutja manjvrednosti. Z naraščajočim prebujanjem ženskosti pa tudi prebudi željo imeti penis in zavist penisa, hkrati pa se poveča strah pred razdevičenjem in posilstvom.

Pod vplivom dogodkov iz otroštva, vzgojnih dejavnikov in predpubertetnih izkušenj se pri dekletu oblikujejo določena pričakovanja o menstruaciji in tipičen emocionalni odnos do nje. Pomembni dekletovi vtisi iz otroštva so *vtisi o materinih "skrivnostih", povezanih z menstruacijo*. Materine menstrualne težave, spodnjice in ostala oblačila s krvavimi madeži, materine pripombe - vse to naredi močan vtis na dekle. Dekle fantazira o materini menstruaciji, in mlajša kot je, manj je sposobna asimilirati te vtise in bolj boleče, krute in zastrašujoče se ji zdijo te manifestacije ženskosti.

Deutscheva pravi, da se matere zelo težko pogovarjajo s hčerami o menstruaciji, veliko težje kot o zanositvi, nosečnosti, rojstvu. Tako kot Daly in Chadwickova meni, da še vedno obstaja vez med tabuji "primitivnih" ljudstev, srednjeveških strahov in strahovi "civiliziranih" ljudi. Menstruacija je še vedno povezana z idejami groze, nevarnosti, sramu in greha in ženske v tem obdobju so smatrane kot nevarne in umazane. Ti predsodki o menstruaciji naj bi bili vsepovsod vsidrani v človekovo nezavedno.

*Doživljanje menstruacije* je odvisno od starosti dekleta, njene psihološke zrelosti, okolja in je neodvisno od razumskega poznavanja menstruacije. Ne glede na to, ali je dekle seznanjeno z menstruacijo ali ne, je ta ponavadi doživeta kot travma. Pogosto

spremljajo prvo menstruacijo (in naslednje) anksioznost, depresija, obrambne reakcije, reakcije zavračanja, negiranja, samoobtoževanje ali obtoževanje drugih.

Prvo menstruacijo spremljajo tudi *fantazije* z različnimi vsebinami: menstruacija kot eliminatorna funkcija, menstruacija kot rana ali bolezen ter menstruacija v povezavi z reprodukcijo. Dekleta torej pripisujejo menstruaciji nek globji pomen.

Nekatera dekleta si razlagajo menstruacijo kot novo *funkcijo izločanja*, povezujejo jo z uriniranjem ter izločanjem blata. Menstruacije se sramujejo in imajo občutek, da delajo nekaj umazanega. Ideja umazanosti se lahko razširi na celotno telo in dekleta se vsa počuti nečisto in manjvredno. Tako stališče je še posebno močno pri dekletih, ki so imele enurezo ali črevesni katar.

Dekleta lahko s pojavom menstruacije menijo, da so bolne ali da so se poškodovale. Primitivne reakcije se kažejo v želji *pozdraviti* krvaveči del telesa - genitalije, saj so zaznani kot *rana*, kot poškodba, ki je nastala med menstruacijo. Krvavenje spominja dekleta, da je za vedno izgubila želeni penis. Gre za ponavljanje faze iz otroštva, ko je dekleta želelo imeti moški spolni organ, oživitve *kastracijskega kompleksa* (po Freudu) ali genitalne travme, kakor to imenuje Deutscheva. Videnje menstruacije kot bolezni je v enostavnejših primerih lahko racionalizacija, ki odvzame menstruaciji njeno misterioznost in globji pomen.

Prvo menstruacijo dekleta pogosto povezujejo z *reproduktivno funkcijo*. Vsebina njenih fantazij so želje in strahovi, povezani z nosečnostjo in rojevanjem. Izgubo krvi se lahko enači z izgubo otroka. Lahko se pojavi depresija kot posledica razočaranja, da je proces menstruacije še zaman, da se še ne izpolnjuje njen biološki namen - spočetje. Enako idejo najdemo tudi pri drugih psihoanalitikih. Npr. Erikson (Delaney, 1976) je zapisal, da je vsaka menstruacija jok, žalovanje za izgubljenim otrokom. Tudi Menninger (Lewis, 1983) omenja "jokajočo maternico" kot posledico neuspeha zanositve. Kot bomo videli, ima tudi Kleinova podobne ideje.

Tudi kasnejši avtorji so poudarjali povezanost menstruacije in rojevanja in hkrati vnašali nove ideje, povezane s tem področjem. Npr. Benedek (1959, po Golub, 1983) verjame, da lahko menstruacija obudi strahove, ki so povezani z anticipacijo bolečine med spolnim odnosom ter rojevanjem.

Deutscheva meni, da pri ženskah obstaja težnja, da se subjektivno doživljanje prve menstruacije nadaljuje tudi pri naslednjih menstruacijah, vendar v manj intenzivni obliki. Sčasoma naj bi menstruacija izgubila psihološki pomen. Veliko žensk naj bi pozabilo ali izkrivilo spomin na prvo menstruacijo zaradi težnje po zanikanju, da so kdaj dajale globok psihološki pomen dogodkom, ki jih sedaj bolje razumejo. Pravijo, da je to biološki proces, in se nočejo spominjati dejstva, da je bila v mladosti menstruacija za njih še nekaj več.

Melanie Klein diskutira o menstruaciji v knjigi *The Psychoanalysis of Children* (po Delaney idr., 1976). Kleinova trdi, da dekleta nezavedno identificira menstrualno kri z *urinom in blatom* in z njuno negativno konotacijo. To je konsistentna ideja psihoanalitikov (kot vemo, jo je omenjala tudi Deutscheva), verjetno pa jo je prvi podal Ernest Jones, ki je odkril, da dekleta, ki nikoli ne raziskujejo svojih vagin, pogosto fantazirajo, da menstrualna kri in urin izvirata iz istega mesta.

Pogoste reakcije na menstruacijo so tudi *strah pred telesno poškodovanostjo*. Kleinova razlaga nastanek te fobije z incestnimi težnjami in strahom pred kaznijo zaradi teh; dekleta fantazirajo o spolni združitvi z očetom in se boji materinega maščevanja. Tudi Kleinova meni, da dekleta zaznava kri kot znak, da je bil potencialni otrok uničen. Na podlagi Freudove trditve, da je klitoris zakrnel penis, Kleinova navaja, da je klitoris stara rana kastriranega penisa. In ta "rana" sedaj vsak mesec krvavi, s čimer se obudi ženski kastracijski kompleks.

Kleinova in drugi avtorji Angleške šole pa so tudi poudarili, da psihološke reakcije na idejo o krvavečem delu telesa niso omejene le na spolni organ, ampak se prenesejo tudi k notranjim organom (Deutsch, 1944). Pri anksioznosti, ki nastane ob pogledu na kri oziroma zaradi imaginatorne predstave krvi, igra pomembno vlogo ideja o notranjem trganju ter razkosanju.

Positivna atribucija menstruacije Kleinove je, da menstruacija lahko ublaži anksioznost, ker označuje dosežek seksualne zrelosti in seksualnega statusa (Delaney idr., 1976). Tudi kasnejše teorije podpirajo idejo o povezanosti sprejemanja menstruacije ter ženske spolne vloge. Bardwickova (Delaney in dr., 1976) v sedemdesetih navaja, da "normalno" dekle evaluiira svojo prvo menstruacijo kot znak njene ženskosti, "nevrotično" dekle, ki zavrača svojo spolno vlogo, pa bo doživljalo fiziološke spremembe v puberteti travmatično.

Zgodnje psihoanalitične teorije osvetljujejo predvsem negativne attribute, novejši psihoanalitični pogledi pa se usmerjajo na "pozitivne". Npr. Notman (1983, po Golub, Catalano, 1983), ki zavzema sodobnejšo psihoanalitično usmeritev, meni, da igra menstruacija *organizirajočo vlogo* v razvoju adolescentke, zaznamuje čas, ko se adolescentka začne separirati od svojih staršev, ko se fokusira na odnose z vrstniki in ko vzpostavlja njeno spolno identiteto - identiteto ženske. Tudi Kestenberg (1965, po Golub, 1983) pravi, da je menstruacija lahko referenčna točka, okoli katere dekle organizira svoje pubertetne izkušnje, ter da je mejnik za *feminino identifikacijo*. Idejo o novi percepciji sebe kot ženske po tem, ko dobi dekle menstruacijo, so natančneje razgradili Koff, Rierdan in Silverstone (1978, po Golub in dr. 1983). Dekletova samopodoba se namreč z začetkom menstruacije temeljito spremeni in sicer od predstave o majhni deklici k predstavi spolno zorečega dekleta, ki postaja ženska. Hkrati narašča večje zavedanje spolne diferenciacije med moškimi in ženskami. Vzporedno z novo telesno samopodobo se spreminjajo tudi pričakovanja, kako te bodo zaznali drugi (Danza, 1983; po Golub in dr., 1983). Menstruacija tudi pomaga razjasniti predstavo o svojih genitalijah, predvsem potrditev obstoja vagine (Golub, 1983). Po Freudu je nujen korak h genitalni zrelosti ta, da dekle odkrije vagino. S tem pride do spremembe erogene cone.

Kestenbergova (Shuttle in dr., 1978) tudi navaja, da začetek menstruacije omogoča dekletu, da diferencira med realnostjo in fantazijo. Redne, zakonite izkušnje vodijo do jasnejšega razmišljanja in reorganizacije prej kaotičnega ega.

## Zaključek

Kratek pregled razlag in odnosa do menstruacije nam je prikazal, da je menstruacija dolgo tretirana kot tabu, označena kot nekaj skrivnostnega, celo svetega; povezana s strahom, nevarnostjo in prepovedmi. Povezuje se tudi z nečistim, ponekod je dojeta kot kazen, uporabljena pa tudi kot zdravilo oziroma smatrana kot proces čiščenja. Pripisuje se ji tudi ustvarjalno, reproduktivno funkcijo.

Kot vidimo, se omenjeni atributi menstruacije pojavljajo oziroma ponavljajo skozi različna zgodovinska obdobja in tudi kulturna okolja. Tudi danes nazorno vidimo vzporednice z omenjenimi tabuji in funkcijami. Še dandanes, vednar pri manjšem številu ljudi, menstruacija izzove občutja strahu, sramu, umazanosti, bolezn, skrivnostnosti. Težje se govori o njej. Po drugi strani pa ponazarja tudi spolno, reproduktivno in ustvarjalno funkcijo ženske.

## LITERATURA

- Bettelheim, B. (1955). *Symbolic Wounds. Puberty rites and the envious male*. London: Thames and Hudson.
- Delaney, J., Lupton, M. J., Toth, E. (1976). *The Curse. A Cultural History of Menstruation*. New York: A Sunrise Book.
- Deutsch, H. (1944). *Psychology of women/ A psychoanalytic interpretation. Volume one: Girlhood*. New York: Grune & Stratton.
- Durkheim, E. (1992). *Samomor. Prepoved incesta in njeni izviri*. Ljubljana: Škuc. Filozofska fakulteta.
- Freeman, E. W. (1992) The longitudinal course of premenstrual symptoms: preliminary studies. V Wijma, K., Schultz, von B. *Reproductive life. Advances in research in psychosomatic obstetrics and gynecology*. New Jersey: The Parthenon Publishing Group.
- Golub, S. (1983). Menarche: The beginning of menstrual life. *Women & health, 8 (2/3)*, 17-36.
- Golub, S., Catalano, J. (1983). Recollections of menarche and women's subsequent experience with menstruation. *Women & Health, 8 (1)*, 49-61.
- Karpljuk, M. (1997). *Psihološke značilnosti študentk z bolečinami pri menstruaciji*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani. Filozofska fakulteta. Diplomsko delo.
- Lewis, R. J., Wasserman, E., Denney, N. W., Gerrard, M. (1983). The etiology and treatment of primary dysmenorrhea: a review. *Clinical Psychology Review, 3*, 371-389.
- Matko, I. (1937). *Mesečno perilo ali čišča s pato-fiziološkega stališča*. Ljubljana: Knjižnica slovenskega zdravniškega društva v Ljubljani.
- Shuttle, P., & Redgrove, P. (1978). *The Wise Wound. Menstruation and every woman*. London: Victor Gollancz.
- Snowden, R. & Christian, B. (1983). *Patterns and perceptions of menstruation*. New York: St. Martin's Press.
- Svete, T. (1995). Vpliv prehrane in življenjskega sloga na menstruacijo I in II. *Delo, 258*, s.11; *264*, s. 11.
- Žnidaršič, S. Ž. (1996). Zgodovina menstruacije ali zgodovina moškega čudenja? V Bogovič, L. & Skušek, Z. *Spol: Ž*. Ljubljana: KUD France Prešeren: Institut Studiorum Humanitatis- ISH.