Psihoanalitički modeli razumijevanja preobrazbe ljubavi u mržnju

Šenjug, Lucija

Master's thesis / Diplomski rad

2018

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, School of Medicine / Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:105:047036

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Repository / Repozitorij:

Dr Med - University of Zagreb School of Medicine Digital Repository

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

MEDICINSKI FAKULTET

Lucija Šenjug

Psihoanalitički modeli razumijevanja preobrazbe ljubavi u mržnju

DIPLOMSKI RAD

Zageb, 2018

Ovaj diplomski rad izrađen je u Kliničkom bolničkom centru Zagreb, na Klinici za Psihijatriju, pod vodstvom prof.dr.sc. Darka Marčinka i predan je na ocjenu u akademskoj godini 2017./2018.

SADRŽAJ

SAŽETAK
SUMMARY
UVOD 1
LJUBAV I MRŽNJA U KNJIŽEVNOSTI I UMJETNOSTI 4
OSNOVE PSIHODINAMIKE 8
OD ZDRAVOG DO PATOLOŠKOG NARCIZMA; RAZLIKE IZMEĐU GRANDIOZNOG I VULNERABILNOG NARCIZMA 20
PSIHODINAMIKA LJUBAVNIH ODNOSA 26
PSIHODINAMIKA MRŽNJE 32
ŽALOVANJE 37
SRAM 39
OSVETA 41
ULOGA OPROSTA 43
AFEKTI KAO PRIMARNI MOTIVACIJSKI SISTEM 48
ZAHVALE 51
LITERATURA 52
ŽIVOTOPIS 54

SAŽETAK

Psihoanalitički modeli razumijevanja preobrazbe ljubavi u mržnju

Lucija Šenjug

Svrha ovoga rada je prikazati psihodinamski proces ljubavi i mržnje kako bi bolje razumjeli njihovu koegzistenciju unutar jednog odnosa te mogućnost preobrazbe jednoga osjećaja u drugi. Kroz radove Freuda, M. Klein, Kernberga i mnogih drugih, istraženo je podrijetlo ljubavi i mržnje od infantilne dobi i njihovo mijenjanje kroz životni ciklus. Smatra se da zrele ljubavne veze reflektiraju ranije osjećaje, doživljene prvo kroz vezu između djeteta i majke te kasnije s Edipovskim roditeljem. Stoga, uspješno ostvarenje zrele veze ovisi o uspješnom razrješenju prijašnjih konflikata. U slučaju nekog neriješenog problema, njegov ili njen kapacitet za zaljubljivanje biti će ograničen. Mržnja nije nužno negativna. Njena razvojna neizbježnost govori u prilog činjenici da ona služi za adaptaciju te organizaciju ličnosti. Raspravlja se i o narcizmu koji u slučaju da nije pretjeran (zdravi narcizam), pridonosi boljem osjećanju u vezi sebe i čuvanju pojedinčevog identiteta. Ipak, pretjeran narcizam se može smatrati i kao previše ljubavi spram samoga sebe te kao poremećaj pretjerane i loše usmjerene mržnje, koji onemogućuje stvaranje dublje i značajnije ljubavne veze s drugima. Iz razloga što su i ljubav i mržnja razvojne prekretnice i tako strastveni osjećaji usmjereni k istoj osobi, lako je razumjeti kako se velika ljubav može pretvoriti u veliku mržnju, radije nego u ravnodušnost. Na posljetku, istražili smo i kako funkcionira osveta te važnost oprosta koji omogućuje dominaciju ljubavi nad mržnjom u svim ovim ambivalentnim odnosima.

KLJUČNE RIJEČI: ljubav, mržnja, psihodinamski, narcizam

SUMMARY

Psychoanalytic models of understanding the transformation of love into hate

Lucija Šenjug

The purpose of this paper is to better understand the psychodinamic process of love and hate, their coexistence within one relationship and transformation of one affect into another. Through the work of Freud, M. Klein, Kernberg and many others, the origins of love and hate from infancy have been explored, as well as the way how they develop through the life cycle. Mature love relationships are considered to reflect earlier feelings, those experienced first in the relationship of the child with its mother and, later, with the Oedipal parent. Therefore, successful achievement of a mature relationship depends on the person having been able to negotiate prior conflicts successfully. In the case of an unresolved problem, his or her capacity to fall in love will be limited. Hate is not necessarily negative. Its developmental necessity suggests that hate may also subserve adaptation and personality organizations. This is also argued of narcissism, which, if not excessive (healthy narcissism) contributes to a better sense of self and the preservation of one's own identity. However, excessive narcissism can be considered both as too much of self love as well as an incordinated and excessive hate disorder, that unables forming a deep and meaningful love relationships with others. Due to the fact that both love and hate are developmental milestones, and such passionate feelings directed toward one person, it is easy to understand that great love can turn into great hate rather than indifference. Finally, we have also explored how the revange operates and the importance of forgiveness, which allows love to dominate hate in these ambivalent love relationships.

KEYWORDS: love, hate, psychodinamic, narcissism

UVOD

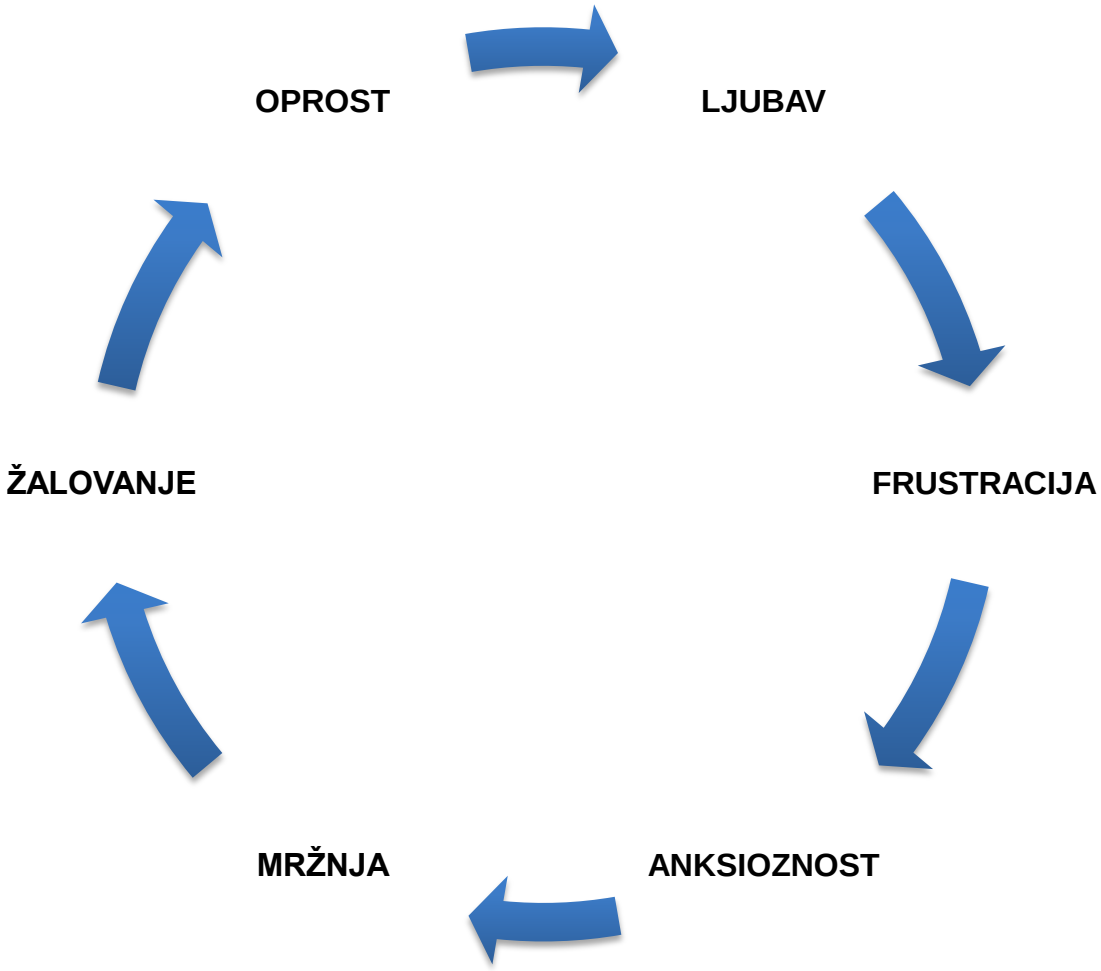
„Ljubav može završiti samo ravnodušnošću. Ako završi mržnjom, nije još završila.“ , Robert Brault

Za mene je ljubav posebno važna. Smatram da pokreće sve moje misli, djelovanja i stanja, a usudila bih se reći i da je smatram apsolutnom vladaricom moje verzije Svemira. Ipak bih nadodala kako uz ljubav i mržnja djeluje jednako pokretački, kao dvije naizgled oprečne sile, koje svojim kontinuumom i u neprestanoj borbi za prevlast, uzrokuju kretanje Zemlje oko Sunca. Zašto ljubav i mržnja nisu suprotnosti, kako i zašto možemo i voljeti i mrziti iste ljude, stvari ili ideje i to katkad čak u isti čas? Rekla bih da su oba osjećaja radi svog intenziteta i sveprožimajućih osobina, vršci, svaki na svom polu spektra emocija. Pa stoga, kad bi paletu osjećaja, sa svim „blažima“ između, zamislili u kružnome obliku, bilo bi nam jasnije zašto je ples na granici između ljubavi i mržnje toliko nestabilan i da se lako padne s jedne na drugu stranu. Istraživači (Zeki i Romaya, 2008) koji su proučavali moždanu aktivnost putem funkcionalne magnetne rezonancije, došli su do zaključka kako se iste regije mozga (insula i putamen) aktiviraju gledajući slike onih koje bilo volimo bilo mrzimo. Kako je funkcija insule određivanje intenziteta emocija i snage povezivanja te emocije s našom percepcijom, možemo zaključiti da oba osjećaja dovode do stanja visoke uzbuđenosti te da će i male izmjene u percepciji i dalje održavati to stanje na visokom stupnju, bilo ono pozitivno ili negativno. Brojni teoretičari ljubavi pokušali su objasniti podrijetlo i svrhu ljubavi i mržnje od najranijih odnosa između djeteta i primarnih skrbnika do zrelih ljubavnih odnosa. Prema Freudu, ljubav i mržnja

dolaze iz različitih izvora i imaju razdvojen razvoj. Mržnja je prema njemu starija od ljubavi te usko povezana s instinktom samoočuvanja. Rane faze ljubavi karakterizirane su osjećajima proždiranja i „ugradnje“ u objekt, pri čemu se zamagljuju granice selfa i objekta, što odgovara jednakom stavu prema objektu koji se mrzi. Tek nastupom genitalne faze, mržnja postaje opozicija ljubavi, iako nikada potpuna suprotnost (Mann, 2013). Ambivalencija u odnosima, koja se nastavlja kroz sve faze ljubavnog ciklusa, rezultat je tih prvih ljubavnih veza u kojima ne postoji brisanje jednog osjećaja u potpunosti, već se nastavlja tihi rat s povremenim prevladavanjem samo jednoga.

M. Klein ponudila je još jednu teoriju o interakciji ljubavi i mržnje. Njen je fokus bio na djetetu kojemu je najveći izvor zadovoljstva, no isto tako i frustracija, majčina dojka. Nahranjeno, sretno i zadovoljno dijete voli dobru dojku i majku dok će u slučaju trenutačnog nezadovoljstva, odnosno neispunjenih potreba, dojku htjeti uništiti putem silnih destruktivnih fantazija. Svijest o činjenici da bi takva destrukcija uništila i voljeni objekt, dovodi do svijesti o beskonačnom konfliktu između ljubavi i mržnje (Mann, 2013). Smatram da taj konflikt ostaje trajno zapisan u našem psihičkom aparatu te da nas doživotno prati kroz sve odnose u kojima ćemo mrziti svaku pa i benignu frustraciju, različitost ili neslaganje, koje ljubav neizbježno nosi. Na kraju mrzit ćemo i samu ljubav što nas tako preuzima, prožima i katkad odnosi u pravcima kojima ne bismo svjesno krenuli. No vrlo tiho i nesvjesno, voljet ćemo i tu mržnju koja jednakom mjerom ispunjava, budi nas iz mora bezličnih i „dosadnijih“ osjećaja, te u konačnici, čini svjesnijima velike ljubavi koju osjećamo.

Shematski prikaz onoga čime ćemo se baviti u danjem tekstu, pojednostavljeno je prikazan na slici 1.



Slika 1. Shematski prikaz transformacije ljubavi u mržnju te razrješenja mržnje

LJUBAV I MRŽNJA U KNJIŽEVNOSTI I UMJETNOSTI

S obzirom da su ljubav i mržnja dvije tako velike sile, teško dokučive i s bezbroj mogućnosti ishoda njihovih interakcija, jasno je da su do danas ostale neiscrpan izvor inspiracije za brojne umjetnike. Ja sam izabrala dva primjera, osobna favorita, koji su poslužili kao moja motivacija za pisanje rada na ovu temu, pa zaslužuju svoje mjesto u njemu. Kratko ću proći kroz njihove sadržaje te odnose za koje smatram da daju najbolje uvide u kompleksnost romantičnih odnosa ispunjenih ambivalencijom. Prvo bih spomenula film „Nebo boje vanilije“, znanstveno- fantastični triler s nerazjašnjenim krajem u kojem svatko može zasebno tumačiti što je java, što san i kakvo bi bilo razrješenje glavnog konflikta. Glavni lik je David Aames (Tom Cruise), bahat i bogat neženja koji se zaljubljuje u prekrasnu i zanimljivu Sofiu Serrano (Penélope Cruz). Taj bajan početak odnosa kvari Davidova bivša ljubavnica Julianna "Julie" Gianni (Cameron Diaz) koja u napadu ljubomore i bijesa pokuša ubiti sebe i Davida u automobilskoj nesreći. Ona umire, a David ostaje deformiranog lica te iz tog razloga nastavlja nositi masku koja pokriva ozljede. To vodi u drugi dio filma za kojeg ostaje nepoznato radi li se o Davidovom snu, stvarnosti ili simulaciji života preko fiktivne agencije. Na taj dio se ne bi osvrtala, no kako film ostavlja mogućnost interpretacije različitih činova svakome na volju, ja bih spomenula meni najzanimljiviji dio. U njemu David nakon nesreće nastavlja sa životom gdje je stao, vodeći divnu i uspješnu vezu sa Sofiom. Ipak jednog jutra ulazi u stan u kojemu nije Sofie već Julie, koja ga uvjerava kako su oni zajedno cijelo ovo vrijeme te on uviđa kako su sva sjećanja sa Sofijom zamijenjena licem Julie. On to nikako ne uspijeva prihvatiti ni razumjeti zbog čega, na posljetku, silno frustriran i ogorčen, uguši Julie. Nakon ubojstva plavokose Julie, ipak se prikaže leš smeđe kose koja pripada Sofiji. Ovakav rasplet, možda s malo manje dramatičnosti i fantastičnih elemenata, ipak bi mogli

pronaći u svakodnevnim ljubavnim odnosima. Katkad velike i sretne ljubavi, bez previše drame i svađa, mogu voditi u trenutke neizmjerne mržnje spram voljene osobe, kada uočimo neku možda i sasvim malenu promjenu na osobi koju smo idealizirali i čijoj smo ličnosti pridodali raznovrsne karakteristike (djelomično svoje) koje toj osobi uopće ne pripadaju. Mržnja koja se tada razvija posljedica je razbijanja iluzije i vrijeđanje vlastitog narcizma te će u nekontroliranim uvjetima i u slučaju da pojedinac nema kapacitet za nošenje s time, rezultirati razornim posljedicama. Stoga, čini mi se kako film daje jedan posve jasan prikaz preobrazbe velike ljubavi u veliku mržnju u trenutku kada voljena osoba postane posve nepoznata, jer se percepcija voljenog objekta, trenutačnom deidealizacijom, pomaknula u smjeru objekta mržnje. Sljedeći primjer koji bih izdvojila dolazi iz romana češkoga autora Milana Kundere „Nepodnošljiva lakoća postojanja“. Dva lika, koji su primjer dva suprotstavljena pola koji se kao motivi protežu kroz roman, lakoća i težina, ocrtavaju prenošenje objektnih odnosa iz djetinjstva u zreli odnos, kao i istodobnu pojavu ljubavi i mržnje usmjerene istome objektu. Tomaš je kirurg koji nakon prvog braka zaključuje kako nema potrebu biti vezan ni uz koga te gomila brojne ljubavnice s kojima ima razrađen plan odnosa, no kako sam autor kaže: „Ono što ga je tjeralo da juri za ženama nije, prema tome, bila žudnja za užitkom (užitak je dolazio kao dodatna premija), nego žudnja da se osvoji svijet (da se skalpelom otvori ispruženo tijelo svijeta)“. Ipak, spletom okolnosti zaljubljuje se i oženi Terezu, djevojku s kompliciranim djetinjstvom i posve drugačijim poimanjem svijeta. Ona, iako je napustila dom i majku, ostala je progonjena majčinim odgojem kojeg nikada nije prihvatila. Majka je hodala okolo gola, glasno se smijala i pričala o seksu, bila bestidna i radikalno podcjenjivala vrijednost tijela. Zato Tereza veliča tijelo, odvojeno od duše. Želi zaštititi stid kako bi sačuvala tajanstvenu vrijednost mladosti i ljepote:

„Sad možemo bolje shvatiti smisao tajnog Terezinog poroka, njenih čestih i dugih pogleda u zrcalo. Bila je to borba s majkom. Bila je to čežnja da ne bude tijelo kao što su ostala tijela, već da na površini vlastita lica vidi „vojsku duše koja je nagrnula iz potpalublja“. “. Zato smatram da su Terezu Tomaševa nevjerstva, koja nije ni u braku uspio odbaciti, još i više boljela, jer su je, kao i majka, uvjeravali u jednakost svih tijela, bez ikakve posebnosti i u apsolutnu zamjenjivost. To je rezultiralo mučnim snovima koje je prepričavala Tomašu; serija snova o napadima mačaka koje su predstavljale opasnost od drugih žena, serija snova o golim ženama koje marširaju uz bazen i pjevaju dok ih Tomaš strijelja (ideja o jednakosti i bezvrijednosti tijela koju su joj priuštili majka i on) i serija snova o smrti koja je beskrajno stanje poniženja. Kundera i sam, kao izvrstan analitičar kaže: „ U tim se snovima nije imalo što dešifrirati. Optužba protiv Tomaša bila je toliko jasna da je mogao samo šutjeti i spuštene glave milovati Terezu po ruci.“ Ipak, Tereza ga ne napušta, ona je od samoga početka bila svjesna s čime se mora nositi, i više od svega, ni trenutka ne sumnja u njegovu ljubav: „ Ja tu ništa ne mogu Tomaš. Ta ja sve razumijem. Znam da me voliš. Znam da tvoja nevjerstva nisu nikakva tragedija… Gledala je u njega s ljubavlju, ali se bojala noći koja dolazi, plašila se svojih snova. Njen život je bio prepolovljen, i te dvije polovine borile su se međusobno danju i noću.“ Rekla bi da su Terezu uz majku i Tomaša jednako vezivale spone ljubavi kako i mržnje. Željela je biti dobra kćer, učinila bi sve za majku te neprestano čekala od nje povrat te ljubavi, no istodobno je prezirala njene stavove o duši i tijelu te mrzila što je „produžetak tog bića“ dok u konačnici nije otišla. U tom je slučaju mržnja prevagnula te je Tereza imaginarnom destrukcijom i stvarnim odlaskom uništila prethodni objekt ljubavi. Otišla je da bi se spasila, da bi nekome bila nezamjenjiva i jedina, da bi usvojila bolju sliku sebe kroz tuđu ljubavnu idealizaciju. No s obzirom da ju je ljubav spojila s

nekim potpunom različitim od nje, uz silnu ljubav, još jednom je proživljavala silnu mržnju zbog onoga što ne može promijeniti. Tomaševa nezasitnost drugim tijelima, svakim je danom razbijala Terezinu sliku svemoćnosti njenog vlastitog i produbljivala njenu narcističnu povredu. Kraj romana ipak opisuje prihvaćanje, oprost i pomirenje te dvoje starih i umornih ljudi koji odlaze živjeti na selo. Reklo bi se da su oboje preosebujni za dosadan spokoj no ipak: „Ponovno se sjetila zeca kojeg je pritiskala uz obraz u svojoj dječjoj sobi. Što to znači pretvoriti se u zeca? To znači izgubiti svaku snagu. To znači da jedno od njih nije više snažnije od drugoga… Ponovno je proživljavala istu neobičnu tugu kao tada. Ta tuga je značila: stigli smo na posljednju postaju. Ta sreća je značila: zajedno smo. Tuga je bila forma, a sreća je bila sadržaj. Sreća je ispunjavala prostor tuge.“ (Kundera, 1985).

OSNOVE PSIHODINAMIKE

Psihodinamski pristup uključuje sve teorije u psihologiji i psihijatriji koje proučavaju ljudsko funkcioniranje kroz interakciju djelomično nesvjesnih nagona i sila unutar pojedinca. Pod psihodinamskim procesom podrazumijeva se kretanje misli, emocija, želja i fantazija, kao temeljnih elemenata psihičkog života, koji oblikuju ljudsko ponašanje, vode ga i mijenjaju. Freudova psihoanaliza je originalna psihodinamska teorija, ali danas se psihodinamski pristup temelji na svim teorijama koje su proizašle iz njegovih ideja. Freudovi su učenici (primjerice Jung, Adler, Erikson, …) njegov rad nastavili i dopunili, ali i mijenjali te su se neke teorije razvile u zasebne psihoterapijske tehnike, no svima su im zajednički temelj grupna analiza, psihoanalitička psihoterapija, kratka dinamska psihoterapija, psihodrama. itd. (Begić i sur., 2015). Prema Freudu (1915), nesvjesni dio uma je primarni izvor svog ljudskog ponašanja te ga opisuje kao santu leda, gdje je najvažniji dio sante/uma onaj koji nije vidljiv. Nesvjesno sadrži sve naše osjećaje, odluke i motive na koje su uvelike utjecala prošla iskustva te je njihov doživljaj uvjetovan fazom psihoseksualnog razvoja u kojemu se određen konflikt pojavio. Stoga je trenutačno ponašanje pojedinca deterministički uvjetovano nesvjesnim iskustvom. Na tom je temelju nastala psihoanaliza koja se kao terapijska mogućnost bazira na otkrivanju nesvjesnoga tehnikom slobodnih asocijacija. Prva od teorija koju je postavio Freud je topografska teorija te upravo ona govori o ustroju psihe u tri razine svjesnosti na kojima istodobno funkcioniramo (Begić i sur., 2015). Svjesno, koje je u Freudovoj metafori sam vrh ledene sante, sastoji se od onoga čega smo u određenom trenutku svjesni, odnosno onoga što se u realnosti zbiva. Primjer bi bila misao da želimo nekoga nazvati, pa stoga uzimamo telefon kako bi obavili poziv. Druga razina svijesti je predsvjesno, odnosno dio sjećanja koji trenutno nije aktivan ali ga u svakome

trenutku možemo iz predsvjesnoga dovesti u svjesno, prisjetiti se. Ovaj dio svijesti funkcionira kao mentalna čekaonica u kojoj misli čekaju da budu pozvane svijesti. Primjer bi bio telefonski broj kojeg nismo svjesni cijelo vrijeme, no u slučaju da nam zatreba kako bi obavili poziv iz prvog primjera, s lakoćom ćemo ga se sjetiti, te tad kad smo ga doveli u svjesno, utipkati u telefon. Konačno, nesvjesni, najbitniji dio uma (Freud, 1915), kojeg u normalnim okolnostima ne možemo prizvati u svijest, sastavljen je od različitih značajnih, ali moguće i uznemirujućih materijala, koji su preopasni za spoznaju. Nesvjesno ima svoj karakterističan način rada u obliku primarnog procesa mišljenja, putem slika. Takav način mišljenja vođen je željom da se svaka misao ili ideja mora zadovoljiti, bez obzira na logiku, moral, vremenska i prostorna ograničenja (Begić i sur., 2015). Činjenica da je nesvjesno, kao i snovi, izraženo slikovnim sadržajem, objašnjava važnost snova i njihovog tumačenja u psihoanalitičkoj psihoterapiji. Nesvjesni dio uma sadrži i biološki uvjetovane instinkte, genetski određene te prisutne od rođenja: Eros – instinkt života i Thanatos – instinkt smrti. Smatra se da Eros konstruira seksualni nagon (libido) i nagon za samoodržanje dok Thanatos uzrokuje agresivnost i nagon za smrću (Mitchell i Black, 2016). Nagon se definira kao psihološki konstrukt koji dovodi do stanja uzbuđenosti ili napetosti te potiče na mentalnu aktivnost, također genetski uvjetovanu, ali i moduliranu prijašnjim iskustvom, kojom će se uzbuđenje prekinuti, odnosno, doći će do gratifikacije (zadovoljenja). Freud je također uveo pojam katekse, psihičke energije koja je dio nagona, te je usmjerena na mentalnu reprezentaciju nekog objekta, osobe ili misli. Nagoni i njihova energija utječu na važnost objekta te na načine gratifikacije. Oni se mijenjaju kroz razvojne faze, osim u slučaju kada je kateksa toliko jaka da dovede do fenomena fiksacije. Freud također opisuje frustraciju uzrokovanu blokiranjem i nakupljanjem energije što onda zahtjeva

ispoljavanje kroz neke druge mehanizme, primjerice regresijom (vraćanje u neku raniju razvojnu fazu, gdje fiksacija već otprije postoji) (Begić i sur., 2015). Pojednostavljen, hipotetski primjer ovakvog oblika regresije, bila bi osoba koja je u ranoj dobi (oralna faza razvoja) prijevremeno odvojena od majčine dojke, te nakon traumatičnog iskustva u odrasloj dobi razvije poremećaj hranjenja (prekomjeran unos hrane na usta).

Sljedeća Freudova teorija naziva se strukturna teorija. Ona dijeli um na tri mentalne strukture, odnosno tri grupe mentalnih funkcija koje se nazivaju *id*, *ego* i *superego*. Kako topografska teorija govori o pojavi psihičkih simptoma kao rezultatu naviranja opasnih sadržaja nesvjesnog te da se zamjenski sadržaji onda ispoljavaju u obliku simptoma, strukturalna teorija ipak uzima u obzir da je nastali konflikt više od problema dopiranja sadržaja do svjesnog. Iz ovog razloga, više nije važno samo da pacijent postane svjestan svojih infantilnih konflikata već i da razumije vlastite mehanizme nošenja s anksioznošću. *Id* (ono) je primitivna i instinktivna struktura uma, uvijek nesvjestan te sadržava psihičke reprezentacije nagona. Sastavljen je od nasljeđenih (bioloških) komponenta ličnosti, prisutnih već od rođenja i odgovara direktno i odmah svojim nagonima. Ličnost novorođenog djeteta je tako u potpunosti obilježena *idom* i tek se kasnije razvijaju drugi dijelovi psihičkog aparata (Arlow i Brenner, 1964; Begić i sur., 2015). *Id* zadržava svoju infantilnu funkciju tokom cijelog života i ne mijenja se s iskustvom, već unutar nesvjesnog dijela uma nastavlja djelovati po principu užitka; svaki impuls mora biti zadovoljen odmah, bez obzira na realnost, logiku, posljedice te ako je zadovoljen, osjeća se zadovoljstvo dok u suprotnom osjeća nezadovoljstvo ili rastuću tenziju (Arlow i Brenner, 1964). *Ego* i *superego* se smatraju dijelovima *ida* koji se odrastanjem diferenciraju u zasebne entitete. Za formiranje *ega* važan je utjecaj vanjskoga svijeta, ponajviše identifikacija

s osobama u okolini te dojenčetov odnos prema vlastitom tijelu (Begić i sur., 2015). *Ego* (ja) djeluje po principima realnosti, stvarajući realistične, socijalno prihvatljive načine zadovoljenja *idovih* traženja, koristeći sekundarni proces mišljenja koji je racionalan, realističan i orijentiran prema rješavanju problema. U njemu su sadržane sve funkcije koje povezuju pojedinca s njegovom okolinom, poput mišljenja, percepcije, afekta, pamćenja i motoričke kontrole. *Superego* (nad ja) se nalazi s druge strane *ega*, kao suprotnost *idu*, i sadržava sve naše moralne i etičke kodekse te ideale. On kontrolira *idove* nagone stvarajući savjest te stremi osobnom savršenstvu. Tako je *ego* razapet između dvije krajnje suprotnosti, u sukobu koji ga ugrožava i koji se doživljava kao anksioznost (Arlow i Brenner, 1964; Begić i sur., 2015). Anksioznost nije nužno patološko stanje s obzirom da služi kao signal za preživljavanje *egu*. Kroz normalnu pobuđenost autonomnog sustava u ugrožavajućim okolnostima priprema osobu za borbu ili bijeg. Tek kada anksioznost postane prekomjerna ili neodgovarajuća za razinu opasnosti smatra se patološkom, a razlikujemo neurotsku i moralnu anksioznost. Prva je uzrokovana strahom od preplavljivanja impulsima iz *ida*, dok je druga posljedica osjećaja opasnosti koji dolazi iz internaliziranih društvenih normi pohranjenih u *superegu* (Begić i sur., 2015).

Način na koji se *ego* odupire opasnosti ili neprihvatljivim nagonima ida, osjećajima ili motivima, nazivaju se mehanizmi obrane a opisala ih je Anna Freud. Ti su mehanizmi nesvjesni i djeluju automatski kako bi umanjili anksioznost. Funkcija psihičkog aparata je da nakon poremećaja uzrokovanog nekim vanjskih uzrokom, vrati ravnotežu. Gdje je granica za stvaranje uvjeta previsoke napetosti i izbacivanje iz ravnoteže, ovisi o konstitucijskim čimbenicima osobe kao i o svim njegovim ranijim iskustvima, ponajviše najranijim mehanizmima obrane koji mogu utjecati na

sposobnost trenutne obrane (Begić i sur., 2015). S obzirom da su nagoni urođeni pojedincu te sadržani u njegovom *idu*, a *superego* sadrži internalizirane stavove bližnjih i sveukupnog društva, sukob je individualan za svakoga te se narav naših obrambenih mehanizama razlikuje zavisno o tome kao i o načinu prolaženja kroz stadije psihoseksualnog razvitka.

Prvi obrambeni mehanizam koji je opisao S. Freud naziva se represija. Njega je smatrao glavnim mehanizmom koji leži u podlozi svih drugih mehanizama, dok svi drugi također sadrže određen dio represije. Anna Freud je njegov rad proširila i nadopunila s deset obrambenih mehanizama: represija, regresija, reaktivna formacija, izolacija, poništavanje, projekcija, introjekcija, okretanje protiv sebe, preokretanje i sublimacija (Baumeister i sur., 1998). U sljedećem tekstu opisati ću samo neke od najvažnijih.

Represija ili potiskivanje smatra se mehanizmom kojim *ego* čuva uznemirujuće ili ugrožavajuće misli u području nesvjesnoga. Na taj način *ego* postiže da pojedinac koji nije svjestan svojih želja prema njima ne može ni djelovati, te tako izbjegava kaznu od kršenja društvenih normi, ali i anksioznost i krivnju što ih uopće želi prekršiti (kazna *superega*) (Begić i sur., 2015). Prema Freudovoj originalnoj hipotezi, ovakva obrana će u konačnici producirati simptome s obzirom da će neželjeni sadržaji, iako skriveni, izazvati anksioznost. No, i sam Freud u kasnijim radovima navodi kako obrana ipak ima dvostruki efekt, jer neoporecivo pomaže u bijegu od nepodnošljivog distresa (Erdelyi, 1990). Sljedeći mehanizam obrane je pomak ili premještanje. Koncept se temelji na ideji da se impuls, najčešće agresivan, zbog frustracije nekim autoritetom, premjesti u bespomoćni objekt, koji posluži kao simbolična zamjena. Isti princip se primjenjuje i za druge impulse, primjerice seksualan nagon, koji u slučaju nedostupnosti originalnog objekta, nastoji biti

zadovoljen zamjenskim. Reaktivna formacija ili preobražaj u suprotno je preobražaj neprihvatljivog impulsa u suprotni kroz ponašanje na posve oprečan način. Tako je Freud (1998) dao primjer osobe koja izražava izrazito homofobno ponašanje kako bi se obranila od vlastitih homoseksualnih osjećaja te samu sebe uvjerila u što izraženiju heteroseksualnost. Na taj način *id* ostaje zadovoljen. Projekcija uključuje doživljavanje drugoga s osobinama koje pojedinac vjeruje da sam ne posjeduje, odnosno pripisivanje vlastitih osjećaja, misli i motiva drugome, ako su mu samom takvi neprihvatljivi. Poricanje se temelji na odbijanju prihvaćanja određenih činjenica ako one mogu naštetiti samopoštovanju ili su izrazito uznemirujuće. S obzirom na primitivnost i opasnost ignoriranja realnosti, ovakav koncept može uvelike naštetiti zdravlju pojedinca (Baumeister i sur., 1998). Sublimacija uključuje ekspresiju instinkta u obliku koji se ne može povezati sa svojih ishodišnim ciljem. Na taj se način postiže da se neprihvatljive želje, primjerice seksualan nagon, kanalizira kroz prihvatljiva ponašanja, primjerice umjetničko ili intelektualno ostvarivanje. Koncept je sličan premještanju, no sublimacija podrazumijeva premještanje neželjenog u konstruktivna ponašanja za razliku od pomaka kao obrane koji većinom vodi k destrukciji (Freud A., 1985) Racionalizacija je kognitivni proces kojim se činjenice izobličuju kako bi ih mogli percipirati kao manje zastrašujuće. Na svjesnom nivou, isto radimo smišljajući izlike, a katkad nam i one dođu toliko prirodno s obzirom da smo nesvjesno prelako spremni vjerovati u vlastite laži. Izolacija je proces stvaranja mentalne barijere između nekog neželjenog saznanja i drugih misli ili osjećaja. Takva zastrašujuća ideja dakle nije uklonjena, ali njen se učinak minimalizira kroz obustavu stvaranja asocijativnih veza te stoga neće često biti prizivana u svjesno i neće utjecati na druge sfere mentalne aktivnosti. Na posljetku, kao obrambeni mehanizam, prepoznajemo i regresiju koja je već spomenuta u tekstu. To je pomak

unatrag u smislu psihoseksualnog razvitka, u slučaju da je osoba suočena sa stresnim iskustvom, odnosno frustrirana izostajanjem zadovoljenja. Tako ponašanje odjednom postaje primitivnije i djetinjastije, vraćanjem u fazu razvoja gdje su gratifikacije bile osigurane. U tekstu nisu navedeni ni objašnjeni svi mehanizmi obrane s obzirom da nisu predmet rasprave ovog rada. U tablici 1. Prikazana je kategorizacija obrambenih mehanizama prema Vaillantu.

Tablica 1. Kategorizacija obrambenih mehanizama prema Vaillantu (Vaillant, 1994)

NARCISTIČNE OBRANE	**NEZRELE OBRANE**	**ZRELE ILI ZDRAVE OBRANE**	**NEUROTSKE OBRANE**
poricanje	„acting out“	altruizam	kontrola
primitivna idealizacija	somatizacija	anticipacija	premještanje
projekcija	hipohondrija	humor	disocijacija
projektivna identifikacija	pasivno agresivno ponašanje	sublimacija	eksternalizacija
cijepanje	introjekcija	supresija	represija
izvrtanje	regresija	asketizam	inhibicija
	shizoidne fantazije		intelektualizacija
	projekcija		izolacija
	identifikacija		racionalizacija
	blokiranje		reaktivna formacija
			seksualizacija

U konačnici, važnost prepoznavanja obrambenih mehanizama možemo sumirati kao nužan dijagnostički proces za razumijevanje pacijentovog distresa i njegove psihopatologije što će nam pomoći u planiranju daljnje terapije (Vaillant, 1994).

Kao što je već rečeno, narav naših obrambenih mehanizama ovisi o prolasku kroz stadije psihoseksualnog sazrijevanja, pa ću naposljetku, opisati te stadije (Begić i sur., 2015). Psihološki razvoj se od djetinjstva odvija kroz različite stadije koje nazivamo psihoseksualnima jer svaki predstavlja trenutnu fiksaciju libida na različit dio tijela (usta, anus, penis, klitoris, uretra). Kako se dijete psihički razvija tako drugi dio tijela postaje važan izvor potencijalne frustracije ili zadovoljstva. Freud (1905/1953) je smatrao kako je prvih 5 godina života krucijalno za oblikovanje odrasle ličnost, s obzirom da je to vrijeme formiranja *ega* i *superega*, koji će doživotno kontrolirati *id* da bi svi zajedno mogli preživjeti u socijalnom okruženju.
Svaka faza sadrži konflikt koji mora biti razriješen kako bi individua mogla preći na sljedeći razvojni stadij. Ako pojedincu u nekoj fazi potrebe nisu adekvatno zadovoljene, što dovodi do frustracije, ili ako su možda bile i predobro zadovoljene, pa pojedinac ne želi napustiti idealan psihološki stadij, osobi će biti otežan ili inhibiran prelazak u sljedeći psihološki stadij. U slučaju da postoji takva jaka psihička energija (kateksa) koja je ostala trajno „zarobljena“ u određenoj fazi razvoja, govorimo o fiksaciji (Joannidis, 2006). Fiksacija može biti normalna ili patološka, što ovisi i o drugim čimbenicima, no ona može uvjetovati ponašanje i u odrasloj dobi (Begić i sur., 2015). Oralna faza je prva u razvoju ličnosti. Traje od rođenja do 18. mjeseca života. Libido je centriran u djetetova usta kojima siše, jede i upoznaje okolinu te na taj način dobiva gratifikaciju. U odrasloj dobi se osobe s oralnim karakterom prepoznaju prema izrazitoj ovisnosti, kao i prema različitim oralnim

ponašanjima poput pušenja, griženja noktiju, … (Begić i sur., 2015) U sljedećoj fazi, koja traje do navršene 3. godine života, libido je fokusiran na anus te se zato naziva analna faza. Dijete stječe izrazito zadovoljstvo ili nezadovoljstvo defekacijom. U ovoj fazi dijete postaje svjesno svojih vlastitih mogućnosti kontroliranja sfinktera, ali i okoline koja može na različite načine reagirati prilikom privikavanja na obavljanje nužde u kahlicu. Prestrogo ili prerano učenje može izazvati razvoj analnog karaktera koji je rigidan i pretjerano organiziran dok pretjerano liberalan stav može dovesti do neorganiziranosti i buntovništva prema autoritetima. Uretralna faza se preklapa s analnom te služi sve većoj zainteresiranosti za dio tijela koji uskoro postaje glavni fokus libida. Falusna faza traje od 3. do 5. godine života te je obilježena otkrivanjem vlastitog spolnog identiteta i poistovjećivanjem s istospolnim roditeljem. Dijete postaje svjesno anatomskih razlika koje može rezultirati konfliktom u smislu Edipovog kompleksa (kod dječaka) ili Elektrinog kompleksa (kod djevojčica) (Begić i sur., 2015; Joannidis, 2006). Puno češće u literaturi srećemo samo pojam Edipovog kompleksa referirajući se na isti konflikt kod oba spola.

Kod dječaka, Edipov konflikt nastupa razvojem seksualnih želja, ili veće emocionalne naklonosti, prema majci. Istodobno i voli i mrzi oca te ga se želi riješiti kako bi u potpunosti posjedovao majku. Iz straha da će otac otkriti njegove namjere i kazniti ga oduzimanjem onoga čemu libido teži, a u ovoj fazi to je penis, razvija se kastracijska anksioznost ili strah. Razrješenje konflikta postiže se s vremenom, pojavom identifikacije s istospolnim roditeljem. Dijete preslikava roditeljevo ponašanje, usvaja stavove i vrijednosti te u konačnici usvaja rodnu ulogu (Joannidis, 2006). Za djevojčice je karakterističan razvoj emocionalne bliskosti s ocem. U trenutku kada shvate kako same nemaju penis, osjećaju se kastrirano te se razvija zavist prema penisu, a krivnju i mržnju za svoje stanje upućuju majci. U konačnici, i djevojčice

razriješe konflikt identifikacijom s majkom te usvajanjem ženske rodne uloge (Freud, 1998). Nakon 5. godine života pa sve do puberteta dijete se nalazi u fazi latencije. U to doba seksualni nagoni nisu u potpunosti zaustavljeni već su se pomoću represije ili reaktivne formacije prekanalizirali u sfere socijalizacije, učenja, bavljenja hobijima (Freud, 1905/1953). Zadnja faza psihoseksualnog razvitka naziva se (kasna) genitalna faza. Ona počinje oko 13. godine i prati psihičke i fizičke promjene vezane uz nastup puberteta. To je vrijeme obilježeno otkrivanjem seksualnog identiteta i aktivnim istraživanjem seksualnog ponašanja, emocionalnim osamostaljivanjem i odvajanjem od roditelja. U slučaju urednog prolaska kroz navedene razvojne faze, osobi u potpunosti sazrije psihički aparat. S obzirom da ni jedan stadij ipak nije u potpunosti napušten, ako osoba bude suočena s opterećenjem koje nadilazi granice njegovog ili njenog suočavanja, postoji mogućnost da regredira na prethodni stadij (Begić i sur., 2015). Iako su dosad nabrojane mnoge teorije koji nastoje objasniti ljudsko djelovanje, ni jedna sama za sebe nije sveobuhvatna (Baron i sur., 2010). Povodom toga, ukratko ću spomenuti još neke koncepte o kojima će i u daljnjem tekstu biti govora.

Teorija privrženosti, koju je oformio J. Bowlby, podrazumijeva biološku potrebu djeteta za povezivanjem kako bi uopće preživjelo, no fokusira se i na intrinzične bihevioralne aspekte i ulogu povezivanja kako bi ostvarilo stanje psihičkog zdravlja. Tako bi nedostupnost objekta koji pružaju osjećaj sigurnosti i zaštite rezultiralo narušenom kvalitetom odnosa koja se prenosi i na odraslu dob (Begić i sur., 2015; Baron i sur., 2010). Veliko značenje unutar psihodinamskih principa je i teorija objektnih odnosa koju je konceptualizirala M. Klein. Objekti predstavljaju mentalne reprezentacije trenutnih i prošlih veza te osjećaja vezanih uz njih. Ona govori o važnosti objekta koji imaju značenje izvan nagonskog konteksta, a mogu biti

realistični ili sadržavati fantazijsku dimenziju. Dakle, razvoj odnosa s nekim vanjskim, stvarnim objektom (osobom) ostavlja mentalne tragove u obliku unutarnjih slika, reprezentacija ili osjećaja. Objektni odnosi polaze od faze bez objekta, kroz fazu djelomičnih objekta, da bi u konačnici oko 3. godine života došlo do konstantnosti objekta. Tada dijete u sebi sadrži pouzdanu i dobru sliku majke, koju može dozvati sjećanjem. Ona među ostalim, uvodi i pojmove depresivne i paranoidno-shizoidne pozicije (Begić i sur., 2015; Baron i sur., 2010). Razvojem teorije o objektnim odnosima, psihoanaliza je krenula prema sve većem razumijevanju interakcije između pacijenta i terapeuta kao reprezentacije njihovih unutarnjih objektnih odnosa. Fokus terapije je tako postala interakcija i odnos terapeut-pacijent više nego razumijevanje interakcija između unutarnjih sila pacijenta (Baron i sur., 2010). Dva su važna fenomena u takvom odnosu te se oni koriste u terapiji: transfer i kontratransfer. Transfer je pojam koji opisuje prijenos pacijentovih osjećaja, nagona, stavova i obrana na terapeuta, iako oni ne pripadaju njemu samome već označuju ponavljanje odnosa ili reakcija koje su doživljene kao značajne s drugim osobama u prošlosti. Ponovnim odigravanjem prošlosti, pacijent može ući u terapijsku situaciju u kojoj će pomoću sjećanja i novih uvida, rekonstruirati odnose i situacije te razriješiti konflikte. Kontratransfer je nesvjesna reakcija psihoanalitičara na pacijentov transfer kojom prenese na pacijenta svoje osjećaje i doživljaj, originalno usmjerene prema njemu važnim osobama. On nije smetnja terapiji, no treba biti prepoznat i nadziran te korisno upotrebljavan (Begić i sur., 2015). U analitičkoj terapiji princip je da terapeut prvo uspostavi vezu između odraslog dijela sebe i odraslog dijela pacijenta kako bi istražio načine na koje bi ta veza bila izmijenjena pacijentovim djetinjim dijelom. Time dobije uvid u veze sa značajnim osobama iz prošlosti, i pritom treba imati ta poistovjećivanja u svom svjesnom dijelu (Baron i sur., 2010). Freud, kao otac i

utemeljitelj psihoanalize, oslanjao se na pretpostavke da su psihološki problemi ukorijenjeni u nesvjesnom dijelu uma te da su simptomi uzrokovani skrivenim, uznemirujućim sadržajima. Najčešće problemi proizlaze iz nerazriješenih konflikta u razvojnim stadijima ili potisnutih trauma, te je terapijom pokušavao dovesti konflikt u svjesno. Terapija je u tom vidu dugotrajna te zahtijeva visoku motivaciju pacijenta, a korištene metode uključuju tehniku slobodne asocijacije, interpretacije zajedno s analizom snova, razvoj transferne neuroze i slično (Joannidis, 2006).

Psihoanalitička terapija nastala je iz psihoanalitičke teorije i prakse i vrlo je bliska samoj psihoanalizi, no unosi više čimbenika realnosti i nešto blaža očekivanja ishoda (Begić i sur., 2015). U samoj terapiji pojedinac se suočava sa svojim nesvjesnim potrebama, a njegovi se emocionalni odnosi interpretiraju kao i u psihoanalizi. Obje metode koriste transfer kao metodu razumijevanja intrapsihičkih zbivanja, iako u psihoanalitičkoj terapiji nešto manje nego u samoj psihoanalizi. Zajedničko im je i izbjegavanje konkretnih sugestija ili poduzimanje akcija (Begić i sur., 2015; Joannidis, 2006). Većina pacijenata prema terapeutu razvije pozitivan transferni odnos koji je ponavljanje odnosa s roditeljem. Cilj je suočiti pacijenta s patološkim aspektima njegova mentalnog funkcioniranja i nesvjesnim konfliktima, po završetku čega bi nakon više godina motiviranog rada, pacijenta trebalo dovesti do strukturalnih promjena ličnosti, uklanjanja simptoma te usvajanja zrelijih mehanizama obrane i obrazaca ponašanja (Begić i sur., 2015).

OD ZDRAVOG DO PATOLOŠKOG NARCIZMA; RAZLIKE IZMEĐU GRANDIOZNOG I VULNERABILNOG NARCIZMA

„Ne zanima me što ti misliš, osim ako se radi o meni.“,

Kurt Cobain

Prema DSM-5, da bi poremećaj ličnosti bio dijagnosticiran, mora postojati model unutarnjeg doživljavanja i dugotrajan obrazac ponašanja koji izrazito odstupa od standardnih društvenih normi. S obzirom da počinje u adolescenciji ili ranoj odrasloj dobi te da je nefleksibilan, s vremenom dovodi do poremećaja u svakodnevnom funkcioniranju na barem dva od navedenih segmenata života: kognitivnom (percepcija sebe i okoline), afektivnom (emocionalni odgovor), međuljudskim odnosima ili kontroli nagona. Narcistični poremećaj spada u B skupinu poremećaja ličnosti. Glavne osobine poremećaja očituju se potrebom za neprestanim divljenjem i pozornošću okoline, manjkom empatije i emocionalnom hladnoćom, grandioznim osjećajem vlastite važnosti i vjerovanje u vlastitu iznimnost, fantazije o uspjehu i sklonost aroganciji i iskorištavanju drugih, bez razumijevanja da se međuljudski odnosi temelje na reciprocitetu (Begić i sur., 2015). Naziv narcizam potječe iz poznatoga starogrčkog mita, a kroz povijest psihoanaličke literature upotrjebljavao se na najmanje četiri načina (Bilić i sur., 2013):

1. kao opis seksualne perverzije u kojoj vlastito tijelo služi seksualnom zadovoljenju, no ta je upotreba posve napuštena;
2. naziv razvojnog stadija u konceptu primarnog narcizma gdje novorođenče primarno investira libido u sebe (autoerotizam), prije no što započne s investicijama u druge objekte;

3. koncept narcističnog odnošenja prema drugima, gdje ne postoje zreli odnosi s drugima s obzirom da nema percepcije drugoga kao zasebnog objekta;
4. naziv za samopoštovanje.

Freud je koncept narcizma postavio unutar nagonske teorije objašnjavajući ga kao „libidnu investiciju ega“. Prvotno ga je opisao kao libidnu komponentu instinkta samoodržanja, a zatim je nadodao, proučavajući shizofrene pacijente, da narcizam može nastati nakon povlačenja libidne investicije iz vanjskih objekata i usmjeravanja iste na vlastiti *ego*. Razgraničio je i pojmove primarnog i sekundarnog narcizma pri čemu u primarnom postoji originalna libidna investicija u *ego*, koja se djelomično prenosi na druge objekte, no i dalje nastavlja egzistirati u manjoj količini. Sekundarni narcizam označava povlačenjem libidne investicije s drugih natrag na sebe. Smatrao je da u stanju zaljubljenosti postoji najveća investicija libida u objekt pri čemu vrlo malo ostane investirano u *ego* što dovede do stanja demarginalizacije vlastite ličnosti. Jedna od njegovih teorija je i pojam narcističnog tipa voljenja koje označava pojačanje primarnog narcizma u smislu veće potrebe da budu voljeni nego da vole. Stoga češće i privlače osobe koje, suprotno njima, imaju veću potrebu za objektnom ljubavi nego za vlastitim narcizmom. S obzirom da Freudove teorije nisu u potpunosti konzistentne s kliničkim iskustvom, te ne podupiru opažanja da i nesretno zaljubljeni ljudi, koji vole unatoč tome što sami nisu voljeni, osjete jednako uzvišen osjećaj unutarnjeg rasta, Kohut je ponudio novi koncept. U sklopu njegove self psihologije, Kohut opisuje kako se primarni narcizam razgraničava na narcistični self i na idealiziranu roditeljsku sliku, dok manji dio trajno ostane u ličnosti pojedinca. Tijekom razvojnog ciklusa djeteta, zbog neizostavnog razočarenja i deidealizacije roditelja, proporcionalno raste *ego* i formira se *superego*, kako bi mogli sami kontrolirati nagone *ida*. Zdrav ustroj psihičkog aparata je dakle ovisan o kontroli narcističnog

selfa te o okolini (roditeljima) koji podržavaju primaran oblik narcizma, ali postupno postavljaju sve više granice. Kernberg je ponudio još jednu teoriju koja se od Kohutove razlikuje najviše prema pogledu na podrijetlo grandioznog selfa; Kohut tvrdi da se radi o poremećaju nastalom u razvoju prilikom pretvorbe infantilnog narcizma u zdravi odrasli, dok Kernberg smatra da je to posve nova i različita patološka struktura nastala zbog fiksacije u trenutku diferencijacije selfa od drugih osoba. Naglašava se važnost patoloških internaliziranih objektnih odnosa te prisutnost kronične zavisti prema osobama za koje im se čini da imaju nešto što im samima nedostaje (uspjeh, ljepota, socijalna prihvaćenost, …). Iz tog razloga koriste obrane u vidu omalovažavanja, omnipotentne kontrole i narcistično povlačenje (Bilić i sur., 2013). U konceptu narcizma razlikujemo zdravi i patološki oblik a uz to patološki dijelimo i na grandiozni i vulnerabilni narcizam. Zdravi narcizam pritom opisuje stanje samopoštovanja koje nije nastalo kao rezultat obrane, pridonosi dobrom osjećanju u vezi sebe te ambicioznosti i težnji k realnim ciljevima. Iako svi imaju normalne narcistične potrebe i motive, kod patoloških oblika pojavljuje se problem ako se nađu suočeni s prijetnjom ili razočarani vlastitom slikom. S obzirom da smo svakodnevno suočeni s takvim izazovima, kod pacijenata s narcističnim poremećajem ličnosti postoji velik deficit sposobnosti suočavanja s uobičajenim situacijama (Pincus i Lukowitsky, 2010). Grandiozni (otvoreni) narcizam povezuje se s visokim samopoštovanjem, bahatošću i jakom potrebom za obožavanjem i divljenjem od strane drugih. Također, razlikuju se od vulnerabilnih narcisa prema većoj neovisnosti i individualnosti što se objašnjava visokim fokusom na sebe i sniženim fokusom na ostale. Vulnerabilni (fragilni) narcizam vezan je uz preosjetljivost, fragilno samopoštovanje sa čestim oscilacijama između osjećaja superiornosti i inferiornosti, osjećaj srama te izbjegavajuće ponašanje. Radi boljeg razumijevanja veze između

narcizma i romantičnih odnosa provedeno je istraživanje (Rohmann i sur., 2012) o anksioznosti i izbjegavanju odnosa te o ljubavnim stilovima. Ispitivali su 6 ljubavnih stilova;

1. Eros – ljubav temeljena primarno na privlačnosti između partnera
2. Ludus – seksualne avanture, „igranje igra“, spletke i manipulacije
3. Pragma – manje emocija, a više praktičnih prednosti partnerstva
4. Storge – ljubav temeljena na prijateljstvu, povjerenju i zajedničkim interesima
5. Mania – idealizacija i osjećaj posjedovanja partnera što vodi izrazitoj ljubomori i ovisnosti o partneru
6. Agape – altruistična ljubav temeljena na spremnosti za žrtvovanje sebe radi partnera.

Rezultati su pokazali kako je vulnerabilni narcizam pozitivno povezan s anksioznošću zbog izraženog straha od mogućeg odbacivanja i nesigurnosti. Što se tiče ljubavnih stilova, pokazalo se da se grandiozni narcizam češće očituje ljubavnim stilom Ludusom, što odgovara hipotezama da narcistične ličnosti češće smišljaju ljubavne spletke i manipuliraju. Vulnerabilni narcizam je s druge strane često povezan s Maniom što je u korelaciji s anksioznošću u interpersonalnim odnosima, visoki su udjeli i stilova Ludusa i Pragme, a neočekivano se pokazalo da je i Agape zastupljen. S druge strane, između ova dva patološka oblika narcizma ipak postoje brojne sličnosti te se većinom preklapaju. U konačnici, zajednička im je nesposobnost i smanjen kapacitet za dublji i dugotrajniji ljubavni odnos (Bilić i sur., 2013). Odnosi koje razvijaju narcistične ličnosti vrlo rijetko imaju dubinu iz razloga što im nedostaje interesa za partnera, zbog čega ih uzimaju zdravo za gotovo te im je vrlo često dosadno u tuđoj prisutnosti. Najveća im je briga često samo „tko će

dobiti više od drugoga“ (Kernberg, 2011). Anksioznost proizlazi iz činjenice da je voljeni objekt istodobno potreban i izvan naše kontrole. Ti željeni objekti postaju loši u trenutku kada dolazi do saznanja da ako bi bili posjedovani, manjka ne bi bilo, pa je stoga potreba za njima shvaćena negativno, kao vlastita nesposobnost. Mržnja se veže na objekt koji je i dobar i potreban, ali nije dio selfa, što budi osjećaje bespomoćnosti i ovisnosti o drugome. Također, budi se i osjećaj ljubomore jer objekt posjeduje ono što sami nemamo, a potrebno nam je. No više je načina kako se nositi s mržnjom i anksioznošću vezanima uz osjećaj potrebe; prihvaćanje kroz normalan proces žalovanja te odbijanje kroz obrambenu fantaziju posjedovanja ili postajanja objektom potrebe, što je narcistično rješenje problema. Istodobno dolazi do identifikacije s idealnim kvalitetama objekta i projekcijom vlastite vulnerabilnosti u drugoga te se postiže osjećaj samodostatnosti (Mann, 2013). Stoga, narcistično ponašanje i doživljaji mogu se objasniti intrapsihičkim procesom represije negativnih aspekta selfa i izobličavanjem vanjskih informacija kako bi se postigle fantazije moći i superiornosti (Pincus i Lukowitsky, 2010). Vulnerabilnost koja zahtjeva ovakve obrane proizlazi još od najranijeg djetinjstva kad je mogao nastupiti distres koji je stvorio osjećaj neadekvatnosti i bespomoćnosti. U Edipovskoj fazi može nastupiti Edipski sram, što je pojam kojim se opisuje strah zbog vlastite destruktivnosti tokom borbe za privrženost roditelja, odnosno rivalstva s drugim sve do identifikacije. Zastoj u toj fazi može dovesti do trajno usvojene negativne slike sebe te će svaki negativni afekt i kasnije biti tumačen devaluacijom selfa (Bilić i sur., 2013). U razvoju mržnje, sam narcizam ima veliku ulogu s obzirom narcistične povrede mogu probuditi agresiju i neprijateljstvo. Narcistična mržnja može se tumačiti kao obrana od nepodnošljivog gubitka, napuštanja i gubitka odnosa s drugima. Grandioznost rezultira stvaranjem brojnih veza, obilježenih mržnjom, tako da istinske zapravo ne

postoje. Gubitak veza doživljavaju kao diskontinuitet vlastitog postojanja, ili prema Winnicottovim pojmovima, nemaju kapaciteta za samoću. Dakle povezani su sa svijetom kroz mržnju za koju se pretpostavlja da potječe iz mržnje prema doživljaju majke. Moguće da je majka bila frustrirajuća, nedostupna ili projektivno identificirala svoju nesvjesnu mržnju u dijete što je dovelo do djetetove ogorčenosti i fiksacije u analnu fazu gdje su sve razlike netolerabilne. Mržnja postaje sredstvo kontrole majke i molbe za grafikaciju, pruža izbjegavanje bolnih osjećaja napuštanja i separacije. Jedna od definicija narcizma tako može biti i poremećaj prekomjerne mržnje (Mann, 2013).



Slika 2. Shematski prikaz narcističnog rješenje frustracije

PSIHODINAMIKA LJUBAVNIH ODNOSA

„Tvoj zadatak nije tražiti ljubav, nego pronaći i ukloniti sve barijere u sebi koje si postavio da je spriječiš.“, Jelaluddin Rumi

Svrha ljubavnog odnosa uključuje tjelesno zadovoljstvo i socijalnu validaciju, služi kao sredstvo olakšanja dosade, oporavak od problema koji su prethodili vezi te kako bi *ego* dobio gratifikaciju, a mnogo puta i da bi popunio eventualne nedostatke individue. Stoga se možemo složiti kako je proces ljubavnog povezivanja vrlo zahtjevan i kompleksan te možemo naći različite potpunije ili nepotpunije oblike. Tako razlikujemo tjelesnu ljubav kao formu odnosa u kojemu postoji opsesija i požuda prema drugome, no nema želje da se upozna subjektivni self drugoga već samo seksualni self. Takav odnos obično završava kad se upotpuni osjećaj posjedovanja i kompletnog tjelesnog poznavanja. Ljubavno vezivanje označava drugačiji oblik odnosa u kojemu par polako i progresivno razvija dubok i povjerljiv odnos temeljen na prijateljstvu, zajedničkim interesima i međusobnoj odanosti. Može ili ne mora biti u obliku intenzivne seksualne veze te može kao takvo postojati od početka ili biti krajnji produkt intenzivne strastvene ljubavi. Samozadovoljna ili tašta ljubav je veza koja se razvija bilo radi stjecanja financijske stabilnosti, društvenog napredovanja ili radi egoističnih potreba. Obično nema puno veze s ljubavlju no služi zadovoljavanju trenutačnih potreba. Najkompletniji oblik od svih veza je ipak obostrana strastvena veza. Ona je uzvišen oblik interpersonalnih odnosa, transformativan (mijenja osjećaje, percepciju i osjećaj sebstva) i transcendentan (nadilazi iskustvenu spoznaju). Transformacija velikim dijelom proizlazi iz opsesije drugim. Ljubavnik postaje dio svakog iskustva ili sna što označuje nastup psihičke promjene u vidu novih vrijednosti, ciljeva, percepcije selfa. Self raste u odnosu koji

osigurava recipročno upoznavanje pa tako svi pojedinčevi atributi odjednom postaju opaženi i važni partneru što dovodi do osjećaja vlastite važnosti. Naš dojam i svijest o vlastitoj vrijednosti počiva na interakciji s drugima koji su nam značajni te kroz imaginarnu sliku o sebi koju očekujemo da drugi vide (Person, 2007). Stendhal (1947), jedan od značajnijih teoretičara ljubavi, opisao je ljubav kao čin imaginacije. Inicijalno postoji divljenje nekoj kvaliteti mogućeg ljubavnika te se traže znakovi zajedničkih motiva i želja. Ako drugi pokaže da postoji mogućnost zajedništva, stvori se nada i započne prvi proces kristalizacije. Ljubavnik se vidi u drugačijem svijetlu od onoga kako ga vide drugi; on je idealan i bez mana. No da bi se kristalizacija upotpunila, mora postojati i tračak sumnje u istinitost njegovih vjerovanja. Tako nastupa „slatka muka“; je li ljubavnik savršen ili nije, voli li ga ili ne voli. Idealan ishod je nastup obostrane ljubavi.

Za ljubavnike, početak nove veze pruža osjećaj koji kao da nikada nisu doživjeli, bez obzira na sva prethodna iskustva. Taj osjećaj unikatnosti i posebnosti novog odnosa sama je srž zaljubljivanja. Ipak, katkad imaju osjećaj kao da oduvijek poznaju svog partnera, osjećaj da je ovo novo iskustvo ispravno i da je dio slagalice koji im je oduvijek nedostajao. Psihoanalitičke teorije idu u prilog ovim tvrdnjama. Freud je smatrao kako su sve odrasle veze obnavljanje davno proživljenih odnosa sa primarnim skrbnikom (obično majkom) i kasnije s Edipskim roditeljem. Stvaranje odrasle ljubavne veze je tako potraga za izgubljenim dijelom nakon separacije, a kapacitet za ljubav je odraz razrješenja prijašnjih iskustva. Bez obzira na to što time ljubavi pripisujemo regresivnost, ona je itekako progresivna s obzirom da vodi sazrijevanju i mijenjanju selfa.

Ljubavni ciklus započinje već u prvim mjesecima života, i svi odnosi koji se od tada pa do nastanka zrele ljubavi razvijaju, sadržavaju komponentu idealizacije.

Najranija idealizacija bi prema nekim autorima bila projekcija djetetove omnipotencije u majku koja time postaje svemogući izvršitelj svih njegovih/njenih želja. Kapacitet za ljubav se razvija iz takve idealizacije, jer kroz identifikaciju s dobrom majkom (ili imaginarnom slikom onoga što smatraju dobrom majkom) postiže se želja za aktivnom ulogom u ljubavi i da uz dobivanje gratifikacije od ljubavnika, i njemu uzvratimo istom mjerom. No, idealizacija se ne odvija u svim životnim fazama jednako jer je povezana s različitim traženjima. U ranijim stadijima obično se radi ili o traženju zajedništva i jedinstvene unije, ili o identifikaciji s osobom čije su nam osobine poželjne, dok se u odraslom odnosu te želje preklapaju. Rano djetinjstvo obilježeno je djetetovim idealizacijom istospolnog roditelja, imitira ga, divi mu se, obožava ga te želi biti s njim i gratificiran od njega. Istodobno javlja se i težnja prema Edipovskom roditelju, čiju pažnju želi monopolizirati i uvjeriti ga da će biti i bolji od istospolnog roditelja. S vremenom, dijete premješta idealizaciju s roditelja na druge objekte iz okoline koji će biti obožavani. U doba latencije, neposredno nakon razrješenja Edipovskog konflikta, kod djece se često javljaju fantazije o posvojenju ili o superiornijim roditeljima koji ih čekaju na nekom boljem mjestu. To je produkt razbijanja iluzije o svemoćnosti roditelja te refleksija vremena kad su ih idealizirali. Sve u svemu, ono što je zajedničko i ovim ranim obiteljskim romansama i zreloj ljubavi jest objekt koji nas voli (hrani) i koji mora biti idealiziran kako bi potvrdio našu vrijednost, da bi zadovoljio sve naše potrebe (uključujući narcistične) te da bi kroz identifikaciju s njim i naše samopoštovanje poraslo. Od najranije dobi, naš željeni (pravi) identitet ostvaruje se združivanjem s objektom naših želja (Person, 2007). Destruktivne fantazije usmjerene prema razočaravajućim objektima koji možda neće ispuniti sve njihove zahtjeve, dovode do straha da će im se isti osvetiti. Isto se događa u slučaju destruktivnih misli prema ne-Edipskom roditelju koji im smeta na

putu ujedinjenja sa željenim. Najpoznatiji primjer takvog kastracijskog straha dao je Freud (1909) u svojem prikazu slučaja o Malome Hansu. Ako preslikamo ovakve ljubavne i idealizirajuće, te s druge strane destruktivne i bijesom prožete misli na zrele veze, jasno je kako velika ljubav može prijeći u veliku mržnju.

Odrastanje donosi deidealizaciju roditelja i na račun toga sniženje samopouzdanja. Tada počinje divljenje različitim uzorima koji su projekcije njihovih *ego* ideala kojega žele dostići. Oni su dio psihičkog aparata koji stremi savršenstvu i služi kao moralni kompas. Zaljubljivanje u ovoj preadolescentnoj fazi obično je u osobe istoga spola s obzirom da je cilj idealizacije samo identifikacija s novim objektom (Person, 2007). Drugim riječima, zaljubljujemo se u osobe koje želimo sami postati.

Ulaskom u adolescentnu fazu, počinju se izražavati derivati Edipovske žudnje te se težnja da „budeš kao drugi“ zamjenjuje željom da „budeš s drugim“. S obzirom da hormonske promjene uvjetuju i buđenje seksualnosti i self svoj razvoj nastavlja kroz komplementarne odnose. Veze prestaju biti isključivo identifikacijske i počinje se razvijati objektna ljubav. S obzirom da je i u Edipovskoj fazi ljubavna želja spram jednog roditelja potaknuta željom da se postane kao drugi, i u odrasloj dobi vidimo refleksije takvih odnosa. Tako su često objekti požude žene najboljeg prijatelja ili supružnici neke osobe kojoj se divimo. Identifikacija ostaje trajno u pozadini naše objektne ljubavi jer se bar u manjoj mjeri identificiramo i internaliziramo karakteristike partnera. Simpatije su važna vježba za razvijanje pravih veza jer pružaju zaštitu od odbacivanja ili povrede s obzirom da su temeljene na imaginaciji koja može pružiti magična razrješenja nastalih teškoća. Korijenje vidimo u Edipovskim fantazijama gdje je dijete odvojeno od roditelja incestnom i vremenskom barijerom koju fantazija može nadići. Stoga možemo reći kako su sve djetinje i adolescentne veze za dob prikladne epizode imaginarne ljubavne veze. Zrela ljubav ipak traži zamjenu

imaginarnih zadovoljstva opipljivima. Za dostizanje intimnosti, privrženosti i seksualnosti, moramo svoje osjećaje staviti na vidjelo i poduzeti korake k ostvarenju svojih ciljeva (Person, 2007). Jedna od odlika zrelih veza je postojanje temeljnog povjerenja. Pojedinac mora biti spreman na iskazivanje svojih slabosti, unutarnjih konflikta te biti u mogućnosti zatražiti pomoć, s povjerenjem da će drugi razumjeti i tolerirati svu njegovu ranjivost bez negativnih afekata. Kapacitet za takvo povjerenje leži na introjekciji privržene majke, čak i kad Edipovska krivnja otežava osjećaj sigurne privrženosti (Kernberg, 2011). Prve zrele veze karakterizirane su ponovno prizvanim i prerađenim dječjim žudnjama koje su sada usmjerene novom objektu koji bar potencijalno pruža bolju šansu za gratifikaciju težnje za zajedništvom. Ljubavna veza, kakvu je u konačnici cilj postići, odlikuje zajednički ego ideal. Svijest i prihvaćanje neizbježnih konflikata, agresije i razmirica u svakodnevnom životu, seksualnim iskustvima, sustavu vrijednosti, ali i stvaranje kompromisa, ono je što čini život u paru jednako opasnim kako i uzbudljivim (Person, 2007; Kernberg, 2011). Da bi pojedinac mogao uživati u čarima obostrane strastvene veze, mora uspješno proći kroz sve prethodne faze ljubavnog ciklusa. U djetinjstvu mora prihvatiti negativne osobine majke (primarnog skrbnika) da bi i u ljubavi mogao prihvatiti cjelokupnu sliku voljenog. Ako zbog silne srdžbe zbog nezadovoljenih potreba dođe do nagle deidealizacije, i kasnije ljubavne veze biti će iznimno kratke. Oni što pak nikada ne prekinu idealizaciju svoj Edipovskog roditelja, imati će previsoke zahtjeve pri biranju partnera. No, pojedinac ne bi trebao biti svjestan veze između svojih dječjih žudnji i onih koje doživi u zrelijim vezama jer svaki ljubavni početak mora biti posve nov i unikatan proces. Konekcije s prošlosti skrivene su negdje u podsvijesti i samim time daju ljubavi misteriozne note. Na posljetku, svrha ljubavi je obnavljanje izgubljene omnipotencije, posjedovanje voljenog i dostizanje Edipovske pobjede. Zajedništvo s

voljenim prepravlja stare greške, razočaranja i nezadovoljene želje čime ublažava ranjeni narcizam (Person, 2007).

PSIHODINAMIKA MRŽNJE

"Ako nekog mrzimo, onda u njegovom liku mrzimo nešto što je usađeno u nama samima. Ono što nije u nama samima, to nas ne uzbuđuje."

(Demian), Hermann Hesse

Osobu koju volimo obično promatramo kao najbolju i najuspješniju, želimo joj sve najbolje i da uspije sa svime. Osobu koju pak mrzimo, želimo uništiti, da pati i da nestane. Bez obzira na te oprečnosti, i ljubav i mržnja su svejedno vrlo često usmjerene prema istoj osobi. Stoga je Freudova ideja jasna; suprotnost ljubavi je ravnodušnost, apsolutna nezainteresiranost za taj objekt, dok je mržnja, kao i ljubav, tijesno vezana za najbliskije i najintimnije odnose (Mann, 2013). Najočitiji razlog usmjerenosti ljubavi i mržnje spram iste osobe bila bi neuzvraćena ljubav. Činjenica da netko koga voliš ne voli tebe, velik je udarac na vlastito samopoštovanje. Za one s narcističnijim pogledima, to je znak neke temeljne mane druge osobe, a s tim otkrićem, rastu i negativni osjećaji (Person, 2007). No i u slučajevima kad je ljubav recipročna, mržnja se može ponovo pojaviti kao posljedica izlaganja osjećaja. Ranjivost koju pokazujemo može biti zastrašujuća s obzirom da otvaramo putove kojima možemo biti povrijeđeni. Tako otvaranje može biti istodobno silno olakšavajuće, ali zbog rizika koji ulažemo, i prožeto mržnjom. Za psihoanalitičare, najvažniji razlog za koegzistirajuću mržnju u ljubavnom odnosu su preuveličane razlike između nas i drugih, kako bi očuvali osjećaj vlastite individualnosti i autonomije unutar fuzije s objektom ljubavi. Koncept fenomena ljubavi sastoji se od ideje da projekcija *ego* ideala u objekt ljubavi može dovesti do fantazije o magičnom sjedinjenju s izrazito poželjnim objektom koji predstavlja idealiziranu verziju onoga što sam pojedinac želi postići. Ipak paradoks ovakve fantazije (kao i same ljubavi)

jest da iako je takvo sjedinjenje s drugim težnja već pri samom ulaženju u odnos, ono istodobno predstavlja prijetnju identitetu kao zasebne jedinke. Zato da bi se pojedinac nosio s anksioznošću zamagljenja i gubljenja granica vlastitog selfa, mora potražiti i preuveličati razlike između sebe i drugoga i tako očuvati zasebnost. Kad u konačnici, neizbježno, partner pokaže da ipak ne može dostići tu idealiziranu verziju *ego* ideala koji mu je pripisan zaljubljivanjem, gubi se iluzija savršenog zrcaljenja te se javlja narcistična povreda. Nesvjesno, svaka uočena razlika doživljava se kao kritika koja dovodi do osjećaja ljubomore, defenzivne devaluacije te zamjeranja. U gotovo svakoj vezi, bilo ljubavnoj, prijateljstvu ili odnosu između roditelja i djece, postoje osjećaji averzije i neprijateljstva koji uspijevaju biti skriveni od svjesnog putem represije. U tome uviđamo narcizam ili samoljublje koje štiti individualnost i samostalnost pojedinca (Gabbard, 1993). No, ne kaže se uzalud da moraš prvo voljeti sebe kako bi mogao ikoga drugoga.

Ako svi zreli odnosi imaju svoje preteče u ranijim razvojnim stadijima, onda i percepcija različitosti potječe iz ranijih razvojnih iskustva. Ambivalencija koja je povezana s razrješenjem Edipovskog konflikta odlučujuća je za miješanje svih budućih ljubavnih odnosa s primjesama mržnje. Odustajanje od fantazije da će posjedovati Edipovskog roditelja uključuje i odricanje od idealizirane verzije sebe kao partnera idealnoj verziji roditelja. Razočaranje i ogorčenost prati pomirenje s činjenicom da takva veza nikada neće postojati. To je doba obilježeno i gorkom istinom da dijete ne može imati sve te mora prihvatiti da ne može imati i muška i ženska obilježja. Da bi dječak prigrlio vlastitu muškost, mora uveličati razlike između sebe i majke kako bi se deidentificirao s njome. Zavist i mržnja prema njoj poslužit će za prihvaćanje da ne može imati njene natalitetne sposobnosti. Tek nastupom Edipovske faze, počinje se uviđati kako se granice spola ne mogu nadići. To stvara

nove probleme, kao primjerice mogućnost da djevojčica svjesna svoje mržnje prema majci, koja joj otežava dostupnost nužnoj emocionalnoj potpori, može premjestiti prezir i mržnju povezanu s razočaranjem u majku kategorički na sve muškarce. Sve ove razvojne tenzije služe istom cilju; kao narcistična potreba za definiranjem i čuvanjem individualnosti (Gabbard, 1993).

Mržnja je, na posljetku, neodvojiva od normalnog razvoja. Prema Blumu (1997), ona u svom blagom obliku nije patološka već je nužna kao motivirajuća sila. Za razvoj objektnih odnosa, dijete od najranije dobi mora iskusiti sigurnu mržnju prema majci (primarnom skrbniku). M. Klein uvela je koncept depresivne i paranoidno-shizoidne pozicije, pri čemu pozicija predstavlja stanje *ega* i njegove obrane, objektne odnose i tip anksioznosti specifičan za fazu. Paranoidno-shizoidna pozicija, koja je normalna za novorođenče, karakterizirana je postojanjem lošeg objekta koji djeluje proganjajuće. Najvažniji objekt novorođenčetu je majčina dojka koja je hrani, koja je potrebna i voljena, no istodobno i loša u slučaju odsutnosti te izrazito frustrirajuća. Zbog nesposobnosti integracije, svijet novorođenčeta je tako preplavljen parcijalnim objektima koji su ili dobri ili užasno loši. Između 3. i 6. mjeseca dijete ulazi u depresivnu poziciju u kojoj započinje uspostavljanje ambivalentnog odnosa sa cjelovitim objektom. Tada dojenče počinje osjećati i krivnju zbog izmjeničnih razdoblja kada želi uništiti objekt pa kasnije reparirati odnos. Razlika ovih pozicija je izražena ponajviše strahom koji se u prvom slučaju odnosi na strah od uništenja selfa od strane lošeg objekta dok u depresivnoj poziciji prevladava strah da će *ego* uništiti voljeni objekt. Infantilni oblik ljubavi koji se razvija iz normalne paranoidno-shizoidne pozicije je nužno narcistični u smislu da novorođenče traži vezu s idealnom dojkom te stvara iluziju posjedovanja dojke, ignorirajući odvojenost od nje. Dokazi odvojenosti dojke od selfa doživljavaju se kao izdaja te su bolno frustrirajući.

Idealni objekt na kraju mora biti odbačen te se polako prelazi u depresivnu poziciju kako bi se omogućila realističnija percepcija sebe i objekta te razvoj zrele objektne ljubavi. Problem se javlja u slučaju previsokog stupnja omnipotencije u ovim narcističnim objektnim odnosima, gdje se kao obrana od pretjerane mržnje zbog ovisnosti o drugome (dojci) počinju upotrebljavati narcistične obrane. Tad se javlja patološka paranoidno-shizoidna pozicija, odnosno rigidna narcistična organizacija ličnosti koja funkcionira kao bijeg od boli uzrokovane odvajanjem i ovisnošću. Takve ličnosti se identificiraju s idealnim objektom koji nije ovisan i može ispuniti sve potrebe te tako postaju superiorni, dok svrha objekta ljubavi postaje primanje projekcije neželjenih, odbačenih dijelova selfa te se kroz prividnu brigu za objekt uočava percepcija njega kao slabijeg, inferiornijeg. U normalnom razvoju, prelazak u depresivnu poziciju obilježen je odbacivanjem infantilne fantazije i oplakivanjem tog gubitka. Nastaje konflikt između ljubavi i mržnje, doživljavaju se istodobno i usmjerene su k istom objektu te bude osjećaje krivnje i kajanja što se mrzi objekt potrebe i ljubavi. Ako se ovi osjećaji mogu uskladiti bez zastoja u narcističnoj poziciji, ako objekt i ljubav prema objektu prežive usprkos mržnji prema njemu, nastupa olakšanje i zahvalnost koji su nužni za zrelu objektnu ljubav. Možemo zaključiti da ljubav zahtjeva nešto ambivalentne mržnje, ali treba prepoznati kako je u pozitivnim odnosima ljubav ipak dominantnija, a mržnja, bez obzira što je prisutna, neće potrajati zauvijek (Mann, 2013).

Mržnji, kao jednome polu infantilne ambivalencije, pridonose i opasnost od gubitka objekta i njegove ljubavi, gubitka selfa i identiteta, analna i genitalna agresivnost, Edipovsko rivalstvo, strah od kastracije kao i svijest o odvojenosti od idealnog objekta te bespomoćnost. Mržnju mogu neverbalno izraziti već mala djeca plakanjem ili vrištanjem. Kapacitet za moduliranje mržnje ovisi o roditeljskim primjerima zdravog

funkcioniranja. Ipak i ekspresija mržnje je nužna kako se ne bi usmjerila prema sebi ili vodila u somatizaciju. Kako je već rečeno, sigurna mržnja usmjerena skrbniku, poslužit će razvoju individualizacije i dobrim objektnim odnosima, kao i usmjeravanju organizacije ega. Mržnja može poslužiti i kao obrana od negativnih osjećaja poput tugovanja, krivnje ili tuge. Može pomoći osobi da podnese ono nepodnošljivo, primjerice razvijanjem planova za osvetu. U slučajevima iznimne opasnosti ili borbe za život, *superego* može biti nadjačan i granice mu se mogu pomaknuti, dovodeći do dominacije mržnje i bijesa koja će pomoći u preživljavanju. Nadalje, mržnja koja se katkad vidi kod paranoidnih, narcističnih ili antisocijalnih ličnosti ili teških ovisnosti, dio je stabilne veze s nestabilnim objektima te zamjenjuje libidne objektne odnose. Na primjeru ovisnosti o drogi možemo uvidjeti skrivenu mržnju usmjerenu prema selfu i razočaravajućem narcističnom objektu. Mržnja s druge strane može biti i erotizirana ili sjedinjena s ljubavlju. Ljubavni oblik mržnje može predstavljati pokušaj čuvanja odnosa ili adaptaciju na vezu obilježenu iskorištavanjem i zanemarivanjem (Blum, 1997). Možemo reći da je mržnja mehanizam samozaštite, defenzivna mjera koja je dio životnog instinkta, Erosa. Iako su mržnja i destruktivnost vrlo slične, ne možemo automatski zaključiti da su to operacije instinkta smrti. Thanatos je nagon za oslobađanjem od svih veza, želja za smrću subjekta kako bi se prekinuo odnos s objektom. Stoga mržnja može uključivati želju za smrću, ali je i dalje oblik odnosa sa objektom, dio Erosa. Iako granično postavljena definicija, mogli bismo reći da je mržnja destruktivni, perverzni oblik ljubavi (Mann, 2013).

ŽALOVANJE

Proces žalovanja već je spomenut u drugim poglavljima, no radi njegove važnosti u ranom razvoju psihičkog aparata, kao i u svim kasnijim životnim fazama u kojima se mora oplakati neki oblik gubitka bliske osobe, razmotriti ćemo još neke komponente tog složenog procesa. Normalno žalovanje je trajan proces koji vodi strukturalnim psihičkim promjenama te se manifestira tipičnim, svjesnim doživljajima i ponašanjima (Kernberg, 2012). Kernberg zagovara stajalište da proces žalovanja nema jednostavno kraj (pri prelasku u depresivnu poziciju (Klein, 1940)) već prerasta u trajan aspekt psihičke strukture. Freud (1917/1957) je uvidio kako se proces žalovanja završava kroz nesvjesnu identifikaciju s izgubljenim objektom. Klein (1940) je predložila kako će primjereno razriješen prelazak u depresivnu poziciju biti ponovno proživljen u svakom novom slučaju normalnog žalovanja. Kernberg (2012), dakle, podržava obje teorije, no nadodaje kako realnost gubitka objekta uvjetuje nove procese unutar ponovno doživljene depresivne pozicije. Identifikacija s objektom podrazumijeva modifikaciju reprezentacije selfa pod utjecajem reprezentacije tog objekta. Nakon gubitka voljene osobe, pojedinac nema više mogućnost opraštanja i popravka tog odnosa što predstavlja bolan, ali i kreativan aspekt žalovanja. Oporavak je dakle moguć samo kroz usvajanje želja, ambicija i nadahnuća koja je imala izgubljena osoba, ugradnjom u *superego* pojedinca koji žaluje. Tako se u njegovom *superegu*, na određen način, čuva veza s izgubljenom jedinkom. Krivnja koja se javlja uz žalovanje, iako nije njegov nužni dio, vezana je uz ambivalentnu ljubav i nesvjesnu agresiju prema izgubljenome te može voditi devaluaciji selfa. Ona može biti i neurotska krivnja, no obično je vezana uz žaljenje za agresivnim ponašanjem kroz postupke, zanemarivanje ili napuštanje objekta. To stvara

imperativ za ispravak tih bivših postupaka koji su učinili stvarnu ili imaginarnu štetu, no vodi i osobnoj promjeni, konstruktivnim postupcima kako bi u novom odnosu bili bolji. Za neke ipak, primjerice narcistične ličnosti, žalovanje može biti usmjereno na sebe uz krivljenje osobe koja ih je napustila, što ne vodi popravku vlastitog selfa. Objektivne manifestacije žalovanja uključuju trajnu dozu tuge, povremeno intenziviranu sjećanjem na izgubljenoga ili povlačenje u sebe. To ne ograničava pojedinčev kapacitet za nove libidne investicije. Porastom moralnih vrijednosti i etičkih obećanja usvojenih u *superego*, raste i želja za svrhom te obogaćivanjem psihičkog života, popravljanjem onoga što smatra da je nekada bilo krivo. Kernberg tako predlaže da normalno žalovanje povećava kapacitet za ljubav. Tvrdnja podupire tradicionalnu pretpostavku da se libidna energija povlači s objekta, ali ostaje u osnovi jednaka te postaje slobodna za usmjeravanje prema novome objektu. Negiranje nestanka voljenog te uvjerenje kako ta osoba i dalje postoji u nekom virtualnom, imaginarnom svijetu u kojemu će se jedinke ponovo ujediniti (što podržavaju religijska uvjerenja), uvjetuje potrebu za terapeutskim odnosom u kojemu će terapeut služiti kao odlagalište tih ideja i s kojim će biti moguće podijeliti slike prošlosti uz voljenu osobu. Na kraju, možemo zaključiti kako su za žalovanje ključne identifikacija, koja uključuje modifikaciju reprezentacije selfa i čuvanje internaliziranog objektnog odnosa te reaktivacija infantilne depresivne pozicije koja potiče specifične mehanizme novog strukturalnog razvoja. Neprerađeno žalovanje događaja iz prošlosti može dovesti do psihičkih smetnji i poremećaja u kasnijim životnim situacijama te se čak prenijeti na sljedeće generacije (Marčinko i Rudan, 2018).

SRAM

„Za razliku od krivnje koja je osjećaj da činiš nešto pogrešno, sram je osjećaj da jesi nešto pogrešno.“ , Marilyn J. Sorensen

Borba s libidnim i agresivnim instinktima smatra se krivcem za negativne osjećaje s kojima čovjek živi. Sram, kao jedan od tih neugodnih osjećaja, posljedica je poremećene emocionalne komunikacije te također odraz društvene situacije u kojoj smo se zatekli. Njegovu ćemo pojavu objasniti u okviru ovog rada s obzirom da izrazit sram može uzrokovati pojavu dubljih negativnih emocija poput bijesa i mržnje. Pojava srama kao afekta ovisi o socijalnoj interakciji i društvenim normama te će se pojaviti u slučaju odstupanja od istih. Sram se tako može doživljavati kao organizator društva. On se ne mora pojavljivati samo u slučajevima psihopatologije već kao važan psihološki regulator ukazuje na zdravlje. Besramnost, koja uključuje izostanak srama u situacijama u kojima bi bio prihvatljiv, češće ukazuje na problem selfa. Tumačenje razvoja srama kroz poremećaj u interpersonalnom odnosu između majke i djeteta može se definirati lošim majčinim odgovorom na emocionalno traženje djeteta; majka može poslati emocionalno ispravnu poruku što će uvjetovati njegov osjećaj važnosti i sigurnosti ili će zbog vlastitih emocionalnih deficita poslati neispravnu poruku zbog koje će dijete razviti osjećaj nelagode i emocionalne usamljenosti, što je osnova srama. Neranjen self sadržava opservirajući *ego* koji ga objektivno promatra te je osoba svjesna same sebe i svojih objektivnih karakteristika, dok će narcistički ranjive osobe teže podnositi sram koji će iskrivljavati percepciju okoline i često neobjektivno opažati aspekte selfa. Besramnost, kao i opaženo smanjenje srama na razini današnjeg društva, upućuju na regresiju pojedinca te sveukupnog društva. Ta regresija vodi dezinhibiciji i puštanju libidne ili agresivne

nagonske komponente da se rasterete. Ipak, s obzirom da sram donekle ograničava osobnu slobodu, njegov manjak ne mora nužno biti shvaćen negativno. Ako osoba identificira svoj *ego* s *ego* idealom koji i nije uključen u društveni *ego* ideal te posjeduje visoko samopoštovanje i otpornost na kritičke procjene okoline, tada možda možemo na to prelaženje granica društvenih normi gledati kao primjer donošenja novih spoznaja od iznimno vrijedne osobe koja je iznad vlastite kulture (Marčinko i Rudan, 2018). U konačnici, razmotrit ćemo ulogu srama u razlikovanju senzualnosti i seksualnosti koju je predložio Lichtenberg (2011). On naime predlaže kako se senzualnost (čulnost) očituje već od rođenja kroz brojne ugodne tjelesne osjetilnosti koje imaju ulogu u stvaranju privrženosti primarnim skrbnicima. Skrbnici neka od tih ugodnih tjelesnih iskustva prihvaćaju, dok druga radi kulturološkog sistema vrijednosti odbacuju, te zabranom takvih ponašanja potiču razvoj osjećaja srama, neugode, krivnje i poniženja. Aktivnosti koje bude te negativne osjećaje naziva seksualnima. Seksualnost na taj način postaje konfliktna, razapeta između potrebe za ugodnim i opuštajućim aktivnostima te inhibicijske snage srama. Ako skrbnici dozvole za godine prihvatljive načine seksualnog izražaja, vjerojatnije je da će dijete razviti oblike seksualnog ponašanja koji neće uzurpirati self i odnose s drugima dok će teška inhibicija podržavati kompromitirane oblike seksualnih ponašanja, često u formi perverzija. U terapiji neprimjerenog srama, koji može imati brojne posljedice, prvi cilj je stvaranje kapaciteta za normalno funkcioniranje i pod utjecajem srama. On mora postati doživljaj koji je moguće svjesno prihvatiti i tolerirati. U slučaju besramnosti, terapijom nastojimo obnoviti kapacitet za doživljavanje srama kako bismo zaštitili self koji je besramnošću nezaštićen. Uz pomoć terapeuta, pacijent bi trebao moći usvojiti sposobnost testiranja realiteta putem opservirajućeg *ega* (Marčinko i Rudan, 2018).

OSVETA

„Nemoguće je patiti bez da natjeraš nekoga da plati za to; svako žaljenje već sadržava osvetu. ", Friedrich Nietzsche

Pomisao i planovi o osveti proizlaze iz ljutnje, te su poticani jednako vanjskim traumatičnim događajem kao i unutarnjom ranjivošću pojedinca. Osvetoljubljivi postupci i ponašanja djeluju destruktivno i na osobu kojoj se želimo osvetiti, kao i na nas same. Čim osvetnički plan stupi na djelo, postajemo osoba koja možda nismo ni planirali biti; postajemo osvetnik. Ono što nas goni na osvetu nije nužno ni stvarni napad, katkad to može biti samo vlastito tumačenje nečijih riječi ili djela koji nas navode na osjećaj poniženosti ili inferiornosti. Stoga, ako je nečije samopoštovanje već oštećeno u ranom životu, vulnerabilniji je za nove povrede te će stupanj osvetoljubljivosti shodno tome možda biti veći (Bohm i Kaplan, 2011). Psihička trauma, koju uzrokuje jedan ili ponovljeni traumatski događaji, izaziva bespomoćnost, strah, anksioznost, ali i ljutnju kod pojedinca koji onda mora naći način za povrat kontrole nad vlastitim životom. Stoga osvetničke fantazije mogu biti razumijevane kao primitivna obrambena strategija. Što se tiče ekstremnih trauma (tjelesno i seksualno iskorištavanje, ratovi, genocidi, …), sjećanja katkad ostaju u drugačijem obliku te se ne mogu verbalizirati, a pokreću ih zvukovi, bljeskovi ili drugo što „tijelo zapamti“. Prema Leuzinger-Bohleber (2010), takve traume mogu ostati epigenetski upisane u ljudski genom te se prenijeti i na sljedeće generacije.

Kao obrana od stvarnosti u kojoj smo preživjela žrtva, može poslužiti identifikacija s agresorom ili s osobom koju smo izgubili, što je najčešći slučaj u depresiji. Opiranje žalovanju najčešći je razlog dugotrajnog oporavka nakon traume, a može biti iskazano planiranjem osvetničkih činova (Herman, 1992). Osim same traume, važan

je i učinak pobuđenih osjećaja koji će dalje motivirati ili obuzdati osvetničke nakane. Kernberg (2012) je opisao kako mržnja proizlazi iz bijesa, primitivnog afekta na kojem je agresivni nagon temeljen. Da bi se pojedinac oslobodio od osjećaja mržnje, kojeg nije uvijek lako podnijeti, poduzima mjere obrane i to najčešće u obliku osvetničkih fantazija. Ekstremni oblici mržnje mogu dovesti do ubojstva, radikalnog odbacivanja ili simboličkog uništavanja. Ako pojedinac usmjerava mržnju prema sebi i samoubojstvo može biti rezultat. Na kraju ćemo sumirati razvoj osvetničkih nakana kroz model osvetničke spirale:

1. Poticaj je napad na osobu koji može biti objektivan ili subjektivno tako shvaćen te je uz vanjski događaj i vulnerabilnost pojedinca važna;
2. Napad vodi u traumu;
3. Trauma uvjetuje snažne osjećaje poput bijesa i mržnje;
4. Ovisno o kapacitetu za nošenje s tako snažnim osjećajima, nastupit će ili destruktivni ili konstruktivni ishodi.

Na kraju ćemo zaključiti kako osveta može biti način nošenja sa strahom, sramom, gubitkom, ljutnjom ili mržnjom. Može biti interpretirana i kao način projiciranja, odnosno odbacivanja od sebe i predaje drugome, onih osjećaja kojih se želimo osloboditi (Bohm i Kaplan, 2011).

ULOGA OPROSTA

„Ljubav je čin beskrajnog opraštanja, nježan pogled koji postaje navika.“,

Peter Ustinov

Ako smo do sada zaključili kako u svim nezrelim, ali i zrelim objektnim odnosima, pa tako i u romantičnim vezama, postoji i ljubav i mržnja, onda bismo trebali raspraviti i kako se nakon privremenog prevladavanja agresije u ljubavi može nastaviti dalje; kako oprostiti i tražiti oprost. Zdravi kapacitet za oprost ne podrazumijeva negiranje agresije ili stvaranje nerealnih fantazija idealizacije agresivnog ili odsutnog objekta kroz mazohističko podčinjavanje već stvarno povjerenje u drugoga te uzajamno razumijevanje koje će nadići konflikt. Zato povjerenje u drugoga zahtjeva recipročnost i obostrani trud za ponovno dostizanje intimnosti i održavanje veze. Obilježje zrelog odnosa je mogućnost ekspresije osjećaja povrijeđenosti bez izazivanja krivnje u drugome, s time da katkad treba dati do znanja drugome koliko bijesa trenutačno postoji, ali i da on neće utjecati na temelje ljubavi. Kapacitet za opraštanje ovisi ponajviše o uspjehu ulaza u depresivnu poziciju u kojoj istodobno postoje dva pola ambivalencije, te će uz opravdanu sigurnost u popravak traumatiziranog odnosa, ljubav izdominirati nad mržnjom (Kernberg, 2011). Dinamika procesa opraštanja ovisi o interpersonalnoj naravi oprosta pri čemu opraštanje možemo definirati kao smanjenje neprijateljskih osjećaja i rastuću srdačnost prema onome koji je posredno ili neposredno izazvao srdžbu. Model oprosta osim oprosta drugima uključuje još i oprost samome sebi, ako postoji prekršaj prema drugima i oprost vezan uz situaciju koji uključuje prihvaćanje životnih događaja nad kojima pojedinac sam nema kontrolu. Proces žalovanja označava oplakivanje gubitka, bilo da se radilo o gubitku infantilne fantazije idealne dojke, gubitku samopoštovanja,

snage, određenih prava i povlastica u određenim životnim fazama, uvijek treba biti prihvaćen i odrađen. Proces oprosta tako će biti omogućen tek ako se žalovanje uspješno odvilo. Opraštanje možemo podijeliti na četiri faze (Marčinko i Rudan, 2018):

1. Povrijeđenost: treba priznati svoju povrijeđenost i razumjeti svoje osjećaje, oni su uvijek osobni i ono što nanosi povredu je individualno;
2. Mržnja: ona je prirodni odgovor na duboku i nezasluženu bol;
3. Iscjeljivanje sebe: opraštajući drugome pomoći ćemo sebi, uvidom u nove istine i shvaćanjem da drugi nisu savršeni i griješe;
4. Sabiranje: postepeno shvaćamo da se intenzitet patnje smanjuje i da ispred sebe imamo novi početak.

Dinamika oslobađanja od nezaslužene patnje i liječenje osobne povrede sastoji se od faze konfrontacije, žalovanja, opraštanja i u konačnici, pomirenja. U okviru tih faza treba se prijeći put sastavljen od pet koraka kako bi se konflikt proradio:

1. Konfrontacija s konfliktom, svim njegovim stranama, mogućnostima i mogućim viđenjima kako bi stekli uvid u kompleksnost;
2. Proces žalovanja u kojemu se razvija razumijevanje za sadržaje koji su posredno ili neposredno doveli do povrede;
3. Prorada novih saznanja stečenih razmatranjem kompleksnosti i raznovrsnih sadržaja;
4. Odbijanje mogućnosti osvete te prihvaćanje oprosta kao boljeg rješenja;
5. Ostvarenje uvjeta za pomirbu sa samim sobom i drugima te obnova kapaciteta za povjerenje.



Slika 3. Prema Urlić I. (Urlić, 2004)

Osim koncepta M. Klein, trebali bi navesti još dva koja su pridonijela razumijevanju opraštanja. Jedna je Winicottova teorija o preživljavanju majke koja kao dovoljno dobra majka dopušta da bude iskorištavana od svog nemilosrdnog i kanibalističkog djeteta. Njegov bijes proizlazi iz njenih neizbježnih propusta, no ona ga svejedno uspijeva preživjeti te u konačnici dijete samo počinje uviđati majčin oprost kroz koji uči kako ga prihvatiti. Identifikacijom s njom razvija se kapacitet za sva buduća opraštanja. Sljedeća je Mahlerova teorija o majčinoj elastičnosti za vrijeme djetetovih kontradiktornih zahtjeva za bliskošću/distancom, zaštitom/slobodom, intimnošću/autonomijom. Njeno modeliranje agresije dopušta djetetu da uvidi kako ga ona niti guši niti napušta te internalizira realističniji pogled na nju. Tako nastaje konstantnost objekata, uz konstantnost selfa, što omogućava prihvaćanje i opraštanje agresije uzrokovane frustracijama (Akhtar, 2002).

Na kraju, opraštati znači prihvatiti i prijeći preko propusta iz prošlosti te nastaviti vezu usprkos osjećaju izdaje. Opraštanjem drugima, kao i sebi, stvara se sigurna kultura oprosta u kojoj je rizik prihvaćen kao nužan za ostvarivanje vlastitog potencijala.

Pravo opraštanje tako uključuje zaboravljanje, puštanje i nastavljanje dalje. Ono većinom nosi više koristi osobi koja oprašta nego onome kojemu je oprošteno (Caldwell i Dixon, 2010). Volkan je u predgovoru dijela Osveta: O dinamici zastrašujućeg nagona i njegovom kroćenju (Bohm i Kaplan, 2011) opisao socijalne dimenzije mržnje i potrebu za iscjeljivanjem velikih populacija, odnosno oprostom na nacionalnoj razini. On kaže kako traumatizirane žrtve katkad počine djela motivirana osvetom te da na te činove, naravno, utječu nesvjesne fantazije, obrane te konflikti, no uloga vanjskog traumatičnog događa ne može biti zanemarena. Kroz primjere nacističko-židovskog sukoba, konflikte u Africi, Srednjem Istoku, Indiji, Južnoj Americi, raspad Sovjetskog Saveza i Jugoslavije te ratova u Iraku i Afganistanu, nameće se pitanje zajedničke traume, njenih posljedica te transgeneracijskog prijenosa. Takvi vanjski događaji koji oblikuju realnost, uz sama psihička ustrojenja pojedinaca, dovode do regresije velikih grupa ljudi, povećane eksternalizacije i projekcija koje dovode do loših prosudbi te povećane narcistične investicije u identitet velike grupe, što u konačnici vodi i k ubijanju u to ime. Psihoanalitičari više ne oklijevaju istraživati traumatične vanjske događaje uzrokovane etničkom, nacionalnom, vjerskom ili političkom ideologijom koja uzrokuje osvetoljubljive nagone te nastoje pronaći načine za stvaranje protuteže osveti, kroz oprost i finalno pomirenje.

Priču o oprostu bih zaključila s pričom o Buddhi:

Čovjek je prišao Buddhi dok je on sjedio zatvorenih očiju meditirajući. Između suza i jecaja, čovjek je izjavio kako je njegov sin veoma bolestan i da su lokalni iscjelitelji digli ruke od djeteta. Dječak je bio na samrti pa je čovjek molio Buddhu za božansko interveniranje. Plakao je, jadikovao, dodirivao Buddhina stopala. Buddha je, međutim, sjedio nepokretno i nije otvarao oči, niti bilo što odgovarao. Čovjek je

otišao da bi se već sljedećeg dana vratio bijesan. Njegov sin je umro, a on je Buddhu, zbog njegove neaktivnosti, smatrao odgovornim za to. Uzvikivao je prostote, proklinjao Buddhu, i još uvijek ne dobivajući vidljiv odgovor, s gađenjem ga pljunuo i otišao. Prošlo je dosta vremena i došao je dan, nekoliko godina kasnije, kada se čovjek ponovo vratio, pun kajanja. Rekao je kako je, tijekom vremena, postepeno shvatio da je Buddha, ostajući nijem, njemu prenosio dvije važne poruke; da on ne može učiniti mnogo ako su oni koji poznaju fizičke bolesti odustali, i da ne postoje riječi koje mogu pružiti utjehu čovjeku čiji je sin na samrti. Čovjeka je mučila krivnja zbog toga što ga je pljunuo te je preklinjao za oproštaj. Tada je Buddha konačno otvorio oči i progovorio:,,Pljunuo si u rijeku i voda je otekla. Čovjek koji sam bio tada nestao je vremenom. Sada sam drugačiji. Ti nisi pljunuo mene i zato ja nemam moć da ti oprostim. Ali rastužuje me to što, iako si naučio mnoge stvari, i dalje stojiš na istom mjestu na obali rijeke. Obuzet si trenutkom koji je odavno prošao. Nisam ja, već ti i samo ti – taj koji te može osloboditi ovog ropstva!”.

AFEKTI KAO PRIMARNI MOTIVACIJSKI SISTEM

Na samome kraju rada posvećenog ljubavi i mržnji, navest ću činjenice o nerazdvojivosti ljubavi i agresije koje sam pronašla u istoimenoj knjizi (Kernberg, 2012). Freudova dvojna nagonska teorija temeljena je na pretpostavci da su afekti i reprezentacije klinički vidljive ekspresije nagona. Freud je u kasnijim radovi napravio razliku između nagona i instinkta, pri čemu instinkte vezuje uz trenutačnu potrebu za zadovoljenjem, primjerice borba, bijeg, hranjenje i seksualnost, dok su nagoni, kao nesvjesna motivacija, ipak podložni modifikaciji, odgađanju ili razvoju. Naposljetku, Freud (1923/1961) je povezao nagone i afekte na način da je objasnio kako su afekti, posebice anksioznost, posljedice pražnjenja nagonskih tenzija. Razvojem neurobiologije i razradom Freudovih ideja, opisan je kompleksan sustav afektivnih komponenta koje uključuju subjektivno iskustvo užitka i boli, psihomotorne i neurovegetativne obrasce i kognitivni doživljaj reprezentacije sebe i drugih. Također, istražila se neurobiološka podloga doživljavanja afekta; na primjeru borderline pacijenata uočena je hiperaktivacija amigdale uz pretjeranu aktivaciju agresivnog afekta i inhibiciju kognitivnog doživljavanja tog afekta, nakon pokazivanja negativno obojenih sadržaja. To bi značilo kako postoji biološka podloga instinktivnog djelovanja pod utjecajem vanjskih okidača (Kernberg, 2012). Kernberg predlaže kako su afekti instinktivne, urođene komponente psihičkog aparata, organizirani u službu dva cjelovita nagona, upravljaju intrapsihičkim motivacijskim sistemom i integrirani su u vezu selfa i objekta te svih dijadnih i trijadnih odnosa. Pri tome, svi pozitivni i nagrađujući afekti su dio libida, a negativni nagona za agresiju. Također predlaže kako je agresivni nagon povezan s nesvjesnom potrebom za uništenjem, induciranjem patnje i kontrolom loših vanjskih i unutarnjih objekata te se tek u patološkim slučajevima direktne usmjerenosti prema selfu može nazivati nagonom

smrti. U slučaju dominacije negativnih afekta organiziranih kao agresija prema selfu, razvijaju se klinički sindromi poput prisilnog ponavljanja, sado-mazohizma, negativne terapeutske reakcije te suicida kod depresivnih i nedepresivnih poremećaja ličnosti. U tim je sindromima samo-destruktivnost prevladavajući motivacijski sistem. No ipak ne možemo reći da je teška agresija usmjerena selfu primarna sklonost, već organizirani motivacijski sustav koji ne nastaje samo nakon traume, iako njome može biti stimuliran. I naposljetku, nesvjesna funkcija samo-destruktivnosti nije samo uništiti self nego i druge značajne objekte, bilo radi krivnje, osvete, zavisti ili pobjede. Postoje dokazi o genetski i konstitucijski uvjetovanoj predispoziciji za dominantnost negativnih afekta te njihovu neadekvatnu kognitivnu konceptualizaciju, što utječe na internalizaciju ranih objektnih odnosa. Uz to, nesigurna privrženost i traumatična iskustva u djetinjstvu, također će podržati teške poremećaje ličnosti sa samo-destruktivnim nastojanjima (Paris, 2009). Afekti, kao primaran motivacijski sistem, dijele internalizirane objektne veze s obzirom na zadovoljavajuća ili frustrirajuća iskustva, na dobre i loše, no oni se mogu međusobno transformirati. Internalizacija odnosa obilježenih ili ljubavlju ili mržnjom postaju stabilne intrapsihičke strukture, organizatori ponašanja i doživljavanja kroz različite razvojne stadije. Zaljubljivanje i održavanje stabilnih ljubavnih veza koje su odraz zrelosti objektnih odnosa, značajno je otežano ako postoji poremećaj ličnosti. Kod neurotski oblikovanih ličnosti, kapacitet za ljubav nije toliko narušen no često postoji seksualna inhibicija kao posljedica nerazriješenog Edipovog kompleksa, nesvjesne krivnje i represije infantilnih genitalnih impulsa (Kernberg, 2012). Za narcistične ličnosti, kapacitet za stabilne ljubavne odnose izrazito je narušen. Oni pokazuju ponavljajuće obrasce idealizacije i devaluacije partnera koji s vremenom dosadi te je psihodinamsko tumačenje takvog ponašanja objašnjeno obranom od preedipovske zavisti uz analnu

regresiju nakon Edipovog konflikta, intenzivnom zavišću i rivalstvom sa seksualnim partnerom te smanjenim kapacitetom za investiciju u objekt (Chasseguet-Smirgel, 1984). Pacijenti s graničnim poremećajem ličnosti pokazuju raznovrsne oblike perverzne infantilne seksualnosti (kaotične sadističke, mazohističke, voajerističke, ekshibicionističke, fetišističke te biseksualne značajke). Prevladavaju primitivne obrane te nestabilni objektni odnosi. Psihodinamski, vidimo dominaciju preedipske agresije uz Edipov konflikt, cijepanje i druge nezrele obrambene mehanizme u vidu čega možemo promatrati i pojavu mržnje prema seksualnom objektu. U spektru agresivnih antisocijalnih poremećaja ličnosti koji uključuju nemotiviranu i pretjeranu agresiju bez osjećaja krivnje, zabrinutosti ili empatije, seksualni susreti služe napadu na tuđu intimnost, fizičko zdravlje, a katkad i život. Kapacitet za ljubav i investicija u odnose s drugima katkad potpuno izostaje (Kernberg, 2012). Današnja kultura, čak i u slučajevima nepatološki organiziranih ličnosti, utječe na interpersonalne odnose i na sve lošije nošenje s problemskim situacijama. Ishod ljubavnih veza, uz čitavu osobnu i obiteljsku povijest, ovisi i o temperamentima pojedinaca, njihovom kapacitetu za toleranciju i oprost (Person, 2007). Psihoterapija koja se koristi u liječenju narušenih odnosa prema selfu i drugima, povezana je s kognitivnom i emocionalnom fleksibilnosti. Ona uključuje prilagodbu i mijenjanje vlastitog kognitivnog stila, razmišljanja i ponašanja. Fleksibilnost utječe i na bolju regulaciju autonomnog sustava što pokazuje kako su biološki i psihološki faktori usko vezani (Marčinko i Rudan, 2018). Zaključiti ćemo da su psihološki i biološki aspekti čovjeka neodvojivi i da se rađamo s ljubavlju i mržnjom te ih životnim iskustvima oblikujemo i mijenjamo na bezbrojne načine. Pravilnom modulacijom psihičkog aparata, prihvatiti ćemo oba osjećaja i nositi se s njima, razumijevajući da su nam potrebni za ispunjen život.

ZAHVALE

Zahvaljujem se mentoru prof. dr. sc. Darku Marčinku na savjetima i pristupačnosti tijekom odabira teme i pisanja ovog diplomskog rada.

Zahvaljujem se i svim svojim bližnjima, koji su krajnji korisnici moje ljubavi i mržnje, pa tako i nadahnuće za ovu temu, za strpljenje, ljubav i podršku koju su mi pružili za vrijeme izrade diplomskog rada kao i tijekom cijelog studija medicine.

LITERATURA

1. Akhtar, S. Forgiveness: Origins, dynamics, psychopathology, and technical relevance. The Psychoanalytic Quarterly 2002; 71.2: 175-212.
2. Arlow, J. A., and Brenner, C. Psychoanalytic concepts and the structural theory. Oxford, England: International Universities Press, 1964.
3. Baron, D., Bateman, A., and Pedder, J. Introduction to psychotherapy: An outline of psychodynamic principles and practice. Routledge, 2010.
4. Baumeister, R. F., Dale, K., and Sommer, K. L. Freudian defense mechanisms and empirical findings in modern social psychology: Reaction formation, projection, displacement, undoing, isolation, sublimation, and denial. Journal of Personality, 1998; 66(6),1081-1124.
5. Begić D, Jukić V, Medved V. (ur). Psihijatrija. Zagreb: Medicinska naklada, 2015.
6. Marčinko D., Rudan V. (ur). Narcistični poremećaj ličnosti i njegova dijagnostička opravdanost–doprinos međunarodnoj raspravi. Zagreb: Medicinska naklada, 2013.
7. Blum H P. Clinical and developmental dimensions of hate. Journal of the American Psychoanalytic Association 1997;45(2):359-375.
8. Caldwell, C., Dixon, R D. Love, forgiveness, and trust: Critical values of the modern leader. Journal of Business Ethics 2010; 93(1), 91-101.
9. Chasseguet-Smirgel, J. Creativity and perversion. Free Association Books, 1984.
10. Erdelyi, M H. Repression, reconstruction, and defense: History and integration of the psychoanalytic and experimental frameworks. Repression and dissociation: Implications for personality theory, psychopathology, and health, 1990; 1-31.
11. Freud S. Mourning and melancholia (1917[1915]), in The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Vol 14. Translated and edited by Strachey J. London, Hogarth Press, 1957, pp 237–260
12. Freud, A. The analysis of defense: The ego and the mechanisms of defense revisited. International Universities PressInc, 1985.
13. Freud, S. Analysis of a phobia in a five-year-old boy. Standard edition,1909;10(3).
14. Freud, S. Appendix C to The Unconscious. Standard Edition,14,1915;159-215.
15. Freud, S. Three essays on the theory of sexuality (1905). Standard edition,7, 1953;125-245.
16. Freud, S. Some Psychical Consequences of the Anatomical Distinction between the Sexes (1925). The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, 19, 1998.
17. Gabbard, G O. On hate in love relationships: The narcissism of minor differences revisited. The Psychoanalytic Quarterly, 1993; 62(2), 229-238.

18. Joannidis, C. Psychoanalysis and psychoanalytic psychotherapy. Psychoanalytic Psychotherapy,2006;20(1), 30-39.
19. Kaplan, S., Böhm, T. Revenge: On the Dynamics of a Frightening Urge and its Taming. Karnac Books, 2011.
20. Kernberg, O F. The inseparable nature of love and aggression. Washington, DC: American Psychiatric Pub., 2012.
21. Kernberg, O F. Limitations to the capacity to love. The International Journal of Psychoanalysis, 2011;92(6), 1501-1515.
22. Klein, M. Mourning and its relation to manic-depressive states. The international journal of psycho-analysis, 1940; 21, 125.
23. Kundera, M.The Unbearable Lightness of Being. New York: Harper and Row, Colophon Books, 1985.
24. Lichtenberg, J D. Sensuality and sexuality across the divide of shame (Vol. 25). Taylor & Francis., 2011.
25. Mann, D. (Ed.) Love and hate: psychoanalytic perspectives. Routledge, 2013.
26. Marčinko D, Rudan V, i suradnici. Nelagoda u kulturi 21.stoljeća-psihodinamska rasprava. Medicinska naklada, 2018.
27. Mitchell, S A., Black, M J. Freud and beyond: A history of modern psychoanalytic thought. Hachette UK., 2016.
28. Paris, J. Childhood adversities and borderline personality disorder. Unpublished manuscript, 2009.
29. Person, E S. Dreams of love and fateful encounters: The power of romantic passion. American Psychiatric Pub., 2007.
30. Stendhal. On Love. Translated by H. B. V. under the direction of C. K. Scott Moncrieff. New York: Liveright, 1947.
31. Urlić, I. Trauma and reparation, mourning and forgiveness: The healing potential of the group. Group Analysis, 2004; 37(4), 453-471.
32. Vaillant, G E. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. Journal of abnormal psychology, 1994; 103(1), 44.
33. Zeki, S., Romaya, J P. Neural correlates of hate. PloS one, 2008;3(10), e3556.

ŽIVOTOPIS

OSOBNI PODACI

Lucija Šenjug

08.09.1993.

3. Malešnica 1. Odvojak br.2, 10 000 Zagreb

+385914885628

lucija.senjug@gmail.com

ŠKOLOVANJE I EDUKACIJA

Ožujak, 2017 Prezenter postera na 9. Kongresu nastavnika Obiteljske medicine

Veljača, 2017 Participacija na simpoziju “Mladi i mentalno zdravlje; Slušam te”

Rujan, 2017 Participacija na 9. Zadar School of Neurosonology and Stroke Management and 5th International Training Course of the ESNCH

2012-danas Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

2008-2012 Prirodoslovna škola Vladimira Preloga, prirodoslovna gimnazija