

Strah je svuda prisutan. Svako od nas ga doživljava u određenim trenucima. Zvuk koraka koji nam se približavaju sleđa u mračnoj uličici, neočekivan odlazak u gradsku mrtvačnicu, pogled oči u oči sa velikim aligatorom u zoološkom vrtu i strmoglavci „pad“ na rolerkosteru mogu kod nas izazvati jezu od prestravljenosti. Tada ćemo kriknuti, vrisnuti ili se jednostavno paralisati od straha. Spremno prepoznamo njegovo mračno pristizanje u dubini svog stomaka i osećamo kako nam se kreće kroz krv.

Ali, da li razumemo stvarnu prirodu straha? Da li znamo koja je njegova svrha? Da li svi smatramo da je strah „normalan“ u određenim okolnostima? I kada strah postaje abnormalan ili bolestan? Da li strah treba po svaku cenu izbegavati ili se ova gorka emocija može preinačiti u svojevrsni slatki kulturološki užitek? Pitanja slična ovima ukazuju na to da je strah jednostavan i očigledan samo na površini. Kada se ispita pažljivo, ispostavlja se kao složen fenomen sa mnogo nijansi.

Strah

Websterov rečnik* definiše strah kao „neprijatnu, često snažnu emociju prouzrokovanu predviđanjem opasnosti ili svešću o njoj“ (Mish, 1998: 425). Mada izvor pretnje nije identifikovan, na osnovu tona je jasno da se opasnost koja se spominje nalazi u spoljašnjoj realnosti. Strah je, drugim rečima, disforična** reakcija na stvarni objekat (npr., na

* *Merriam Webster's Collegiate Dictionary* (10. izdanje), (Mish, 1998). – *Prim. prev.*

** Termin disforija/disforično odnosi se na emocionalno stanje sniženog raspoloženja, karakterističnog za anksiozna i depresivna stanja; nelagoda, nesrećnost, nemir; suprotno od euforije – prenaplašenog osećanja sreće i ushićenja. – *Prim. prev.*

divlju životinju, pijanog čoveka koji maše nožem), događaj (zemljotres, stampedo...) ili situaciju (npr., gledanje horor filma, gubitak kontrole nad automobilom na zaleđenom putu) koji se doživljavaju kao preteći. Stepen disforije u susretu sa opasnošću koja se približava promenljiv je, a u engleskom jeziku imenuju se četiri nivoa jačine straha: a) *bojazan* (eng. *apprehension*), koja se odnosi na blago iščekivanje loših događaja, b) *strava* (eng. *dread*), koja uverenje osobe da se suočava sa opasnošću stapa sa snažnim oklevanjem da se susretne sa zastrašujućim objektom ili situacijom, c) *panika* (eng. *panic*), koja označava preplavljujući osećaj uplašenosti, uparen sa uznemirenom hiperaktivnošću (npr. hodanje gore-dole, bežanje) i fiziološkom pobuđenošću (npr. ubrzan rad srca, teško disanje) i d) *užas* (eng. *terror*), koji označava ekstremni stepen preneraženosti, osećaj da će nastupiti potpuna propast, „katastrofičnu samoću“ (Grand, 2002) i psihomotornu paralisanost.

Činjenica da je strah sveprisutan u carstvu životinja ukazuje na to da je on „potrebna emocija“, to jest, da je važan za opstanak i funkcionisanje organizma. Kod svih živih bića, uključujući i ljude, emocija straha služi kao zaštitni uređaj koji ih upozorava da se približava nekakva opasnost i da treba preduzeti određene mere kako bi se ona izbegla. To bi mogla biti aktivna borba s „neprijateljem“ ili brzi beg od njega, što podrazumeva dobro poznatu reakciju na pretnje koja se zove „borba ili beg“.

Neki strahovi su široko rasprostranjeni u životinjskom carstvu i deluju „automatski“. Drugi su pak, rezultat epigenetičkog niza fantazija, koje su specifične za ljudska bića i koje se s razvojem odmotavaju. Među prvopomenutima su strah od glasnih zvukova, iznenadnih trzaja, gledanja s visine nadole, te životinja koje imaju očnjake, kandže, oštre zube i mogu da skaču ili da se pokreću velikom brzinom (Abraham, 1913a; Akhtar & Brown, 2005). Prisutni od rođenja i istrajni tokom celog života (čak i kada su u oslabljenim oblicima i na predsvesnom nivou), ovi strahovi svedoče o čovekovom suštinskom srodstvu sa životinjama, pošto je njihova funkcija samozaštitna i usmerena ka opstanku. Među drugopomenutim jesu razvojno stečeni strahovi od gubitka objekata ljubavi, gubitka same ljubavi i od kastracije (Freud, 1926d); strah od smrti se ovoj listi pridružuje nešto kasnije, tokom psihičkog razvoja. Ovi „automatski/urođeni“ i razvojno stečeni strahovi postoje kod oba

pola iako ima izvesnih dokaza (Horner, 1968; Miller, 1994; Symonds, 1985) da su, usled obrazaca socijalizacije i pounutrenih kulturoloških pristrasnosti, strah od samoće i strah od uspeha nešto češći kod žena.

Ovde treba napomenuti još nešto. Iskustvo straha ostvaruje se preko dve različite rute: kraćom, bržom i subkortikalnom rutom, koja ide direktno kroz amigdalnu, i dužom, sporijom i složenijom rutom koja podrazumeva učešće hipokampusa i korteksa (Damasio, 1999; Emanuel, 2004; Pally, 2000). Svaka ruta ima isti ishod: reakciju straha. Međutim, kod kraće rute nedostaje dobit u vidu informacija o kontekstu koje pruža duža ruta. Kao rezultat, kraća ruta proizvodi direktnu i jednostavnu reakciju straha koju duža ruta može ublažiti ili čak i potpuno inhibirati. Duboke implikacije ovoga za psihički razvoj i za terapijske intervencije najbolje su ilustrovane u eksperimentu „vizuelne litice“, koji su osmislili Gibson i Vok (1960).

U ovom eksperimentu stakleni pod u sobi obložen je odozdo do pola papirom sa šarom šahovske table. Usled toga, prva polovina poda ne izgleda ništa drugačije od običnih podova, ali na mestu gde se prilepljeni papir završava pod odjednom deluje preteće zbog opažanja dubine kroz providno staklo. Tačka na kojoj providno staklo počinje jeste „vizuelna litica“. Sada se dete koje je nedavno prohodalo postavi na papirom obloženi deo poda a njegova majka se zamoli da ga gleda sa suprotne strane sobe. Dete kreće ka njoj, ali se naglo zaustavlja kada naiđe na „vizuelnu liticu“. Ako majka ostane ravnodušna, dete se ne pokreće napred. Međutim, ako se majka osmehuje, širi ruke i glasom ohrabruje dete da dođe do nje, dete će puzati ili hodati preko providnog stakla. Majčina podrška puna ljubavi aktivira sistem hipokampus-korteks i on ublažava strah koji je pobudila ranije pomenuta putanja koju je pokrenula amigdala.

Iako je ovo zdrava posledica sredinskog podešavanja „automatskih/urođenih“ dečjih strahova, postoje takođe i štetni, pa čak i zlokobni međusobni uticaji ranjivosti u detinjstvu i poruka koje šalje osoba koja podiže dete. Deci je (više nego odraslima) potrebno društvo i:

... njihove potrebe za iskustvima afektivnog vezivanja i čak za trenucima bliskosti navodiće ih da roditeljima, koji im najčešće zadaju bol i razočaranje, budu kao senka, da ih traže i submisivno ih zaokupe. Njihova žudnja za istraživanjem i potvrđivanjem navodiće ih da idu za loptom ka opasnoj

ulici, da se popnu na nestabilan oslonac ili da guraju prste u utičnicu. To što vole čulno uživanje prilikom milovanja, ljubljenja i ljuljanja rezultiraće u učestvovanju u prekomerno seksualno uzbuđujućoj igri ili otvorenom zavođenju od starije dece i odraslih. Zadovoljstvo socijalnog kontakta stariju decu će izložiti podsticajima nasmejanog otmičara, a ista želja kombinovana sa pohlepom ostavlja odrasle izložene psihopatski strukturisanim ličnostima prodavaca i prevaranata. Stoga, roditelji pri vaspitavanju moraju aktivno ulagati trud da deci uliju osećaj za opasnost (Lichtenberg, 1991: 396–397).

Takav iznijansirani međusobni uticaj varijabli „nasleđe nasuprot sredini“ u nastajanju i podešavanju straha podupire epigenetičko odmotaвање strahova specifičnih za određene faze razvoja u detinjstvu. „Prirodnim“ strahovima od gladi i fizičke povrede data je specifična „ljudska“ boja preko potencijalne opasnosti od anaklitičke izdaje i gubitka tokom perioda odojčeta, kastracije i genitalnog sakaćenja tokom ranog detinjstva, te moralne anksioznosti (pounutrene posledice prethodećeg straha) tokom kasnijeg detinjstva i adolescencije (Freud, 1926d). Ipak, kasnije, tokom života odraslih, na psihičkom horizontu javlja se strah od smrti; višestruko određen i kulturološki promenljiv, ovaj strah kombinuje strahove od fizičke nemoći, odvajanja od objekata ljubavi i gubitka selfa (Akhtar, 2010; Chadwick, 1929; Freud, 1923b; Hoffman, Johnson, Foster & Wright, 2010; Natterson & Knudson, 1965; Zilboorg, 1943).

Anksioznost

Strah i anksioznost imaju neke zajedničke karakteristike. Oba bude osećaj da će se nešto loše desiti. Oba su neprijatna i nepoželjna iskustva. Oba mogu služiti kao alarmi i tako nas štititi od opasnosti. Međutim, u nekom drugom smislu ova dva iskustva su različita. Strah je odgovor na spoljašnju opasnost, anksioznost na opasnosti koje potiču iz unutrašnjeg sveta. Već 1895. godine Frojd je uočio vezu između „neprijatnosti“ (koje još nije bilo opisano kao anksioznost) i ranijih bolnih iskustava. Zapisao je:

Ako je u sećanju slika neprijateljskog objekta na bilo koji način iznova katektirana (npr. novim opažajima), aktivira se stanje koje nije bol, ali je slično bolu. Ono podrazumeva neprijatnost i sklonost pražnjenju koje odgovara iskustvu bola. Neprijatnost se oslobađa iz unutrašnjosti tela – iznova je izazvano – katektiranjem sećanja (1950a: 381).

Trideset godina kasnije, Frojd je objavio svoj glavni rad na temu problema anksioznosti i ponovo iskazao ovu tezu. Međutim, ovoga puta je katektiranje ranijih trauma i sećanja na njih povezo sa specifičnim afektom anksioznosti. Izjavio je:

Anksioznost nije novostvorena potiskivanjem; ona je reprodukovana kao afektivno stanje, u skladu sa već postojećom slikom u sećanju. Ako idemo dalje i istražujemo poreklo te anksioznosti – i afekata uopšte – napustićemo oblast čiste psihologije i ući u granično polje fiziologije. Afektivna stanja su postala sastavni deo uma kao talog iskonskih traumatskih iskustava i kada se desi slična situacija, ona oživljavaju kao simboli sećanja (1926d: 93).

U istom radu Frojd je takođe opisao iskonske „situacije opasnosti“ koje izazivaju anksioznost. One uključuju pretnje od a) gubitka objekta ljubavi, b) gubitka ljubavi objekta ljubavi, c) kastracije i d) moralnog osuđivanja sebe samog. „Svaka situacija ili opasnost odgovara konkretnom periodu života ili konkretnoj razvojnoj fazi mentalnog aparata i izgleda da se njima može opravdati“ (1926d: 146). Neke „situacije opasnosti“ gube svoju moć podsećanja kako osoba sazreva, dok neke opstaju tako što prelaze u aktuelnije oblike. Ipak, neke druge (npr. napad *Nad-ja*) prate ljude tokom čitavog života. „Situacije opasnosti“ aktiviraju anksioznost i pokreću odbrane Ja. To je „signalna anksioznost“. Ona je u suprotnosti sa „automatskom anksioznošću“ koja nastaje usled toga što *Ja* bude preplavljeno unutrašnjim pretnjama. Osećaj kod anksioznosti da će se nešto loše desiti nastaje usled osećaja *Ja* da bi osoba mogla podleći nagonima *Onog*, što bi dovelo do fizičke povrede, neodobravanja od drugih ili oštre kritike sopstvene savesti. Međutim, pošto se dotični nagon gotovo uvek potiskuje, priroda opasnosti koja se oseća ostaje nejasna. Ovaj model za objašnjavanje, međutim, primenljiv je samo na ono što se uopšteno naziva „neurotičnom anksioznošću“. On ne obrađuje anksio-

znost koja po svoj prilici proizlazi iz infantilnog doba u kom koherentno *Ja*, a otuda i intencionalnost ispunjena željama, još ne funkcioniše. Kod takve anksioznosti ne javlja se prestravljenost od proboja nagona već od psihičkog „sloma“ (Winnicott, 1974). Različito nazivana kao „psihotična anksioznost“ (Klein, 1932), „nezamisliva anksioznost“ (Winnicott, 1962) i „poništavaljuća anksioznost“ (Hurvich, 2003), takva disforija pretili da potpuno dezorganizuje mentalno funkcionisanje. Na drugom mestu sam zabeležio glavne karakteristike ove anksioznosti.

... a) ona vodi poreklo iz ranog perioda odojčeta; b) ona, međutim, može biti ponovo aktivirana kasnijim anksioznostima specifičnim za određene faze; c) kombinacija prekomerne urođene agresije i teških traumatičnih iskustava dovodi do slabosti *Ja*, što zauzvrat povećava ranjivost za takvu anksioznost; d) može postojati u preverbalnim oblicima ili može razviti retrospektivan fantastičan sadržaj iz kasnijih razvojnih faza; e) generalno se povezuje sa sklonošću ka psihozi, ali takođe može ležati u osnovi nepsihotičnih stanja, naročito kod zavisnosti, psihosomatskih stanja i perverzija; f) ona aktivira odbrane koje su posebno otporne (Akhtar, 2009: 22).

Bez obzira na to da li je ona po prirodi „neurotična“ ili „psihotična“, intrapsihičko poreklo anksioznosti takođe sprečava njeno kontrolisanje fizičkim bežanjem, jer osoba može pobeći od straha ali ne i od anksioznosti. Strah i anksioznost su, dakle, i slični i različiti. Fenomenološka oblast je dodatno zbrkana činjenicom da su oni često istovremeno prisutni. Spoljašnje pretnje su često pogoršane unutrašnjom ranjivošću, a intrapsihičke pretnje se spremno mogu pospoljiti. Neke mešavine straha i anksioznosti su uobičajene, dok su neke čudne.

Fobija

Sam po sebi, strah je racionalna reakcija i stoga sa njim nema mnogo problema. Kada se podstakne anksioznošću u regresivnom pomućenju spoljašnje i unutrašnje realnosti, počinju da se javljaju poteškoće kliničkih razmera. Najpoznatija među ovim stanjima je fobija. Termin je izveden od grčke reči *phobos* (što znači strah, strava i panika), te fobija podrazumeva „vidljiv i trajan strah koji je preteran ili nerazuman, pro-

uzrokovan prisustvom ili očekivanjem konkretnog objekta ili situacije“ (*DSM-IV-TR*, 2000: 449). U stvari, i anksioznost (unutrašnja opasnost) i strah (spoljašnja opasnost) prisutni su istovremeno u sklopu fobije, iako su u svojim čistim oblicima i anksioznost i strah sasvim drugačiji (videti tabelu 1). Fobija se razlikuje od straha zato što nije proporcionalna realnoj situaciji. Zapravo, strah mora zadovoljiti sledeće kriterijume da bi bio okvalifikovan kao fobija: a) da nije karakterističan za određeni uzrast, b) da nije široko prihvaćen kao normalan unutar date kulture ili supkulture, c) da je primetno nesrazmeran mogućoj opasnosti od objekta ili situacije, d) da kao posledicu ima oštećenje psihosocijalnog funkcionisanja, e) trebalo bi da je povezan sa aktivnim izbegavanjem zastrašujuće draži i f) takvo izbegavanje trebalo bi da pruži simptomatsko olakšanje.

Tabela 1. Strah, anksioznost i fobija

Varijable	Strah	Anksioznost	Fobija
Izvor	Spoljašnji	Unutrašnji	Pospoljen
Rizik	Stvaran	Nepoznat	Zamišljen
Pretnja	Jasna	Nejasna	Jasna
Opasnost	Verovatna	Neuverljiva	Preterana
Izbegavanje	Pomaže	Uzaludno	Pomaže
Prevalenca/ rasprostranjenost	Univerzalna	Ograničena	Ograničena

Fobiju takođe treba razlikovati od paranoidnog straha utoliko što se kod fobije zastrašujućem objektu ne pripisuje motiv; izjava: „Ja se plašim golubova“ odražava fobiju, dok izjava: „Golubovi žele da me unište“ odražava paranoju. Prva izjava je rezultat pomeranja, a druga projekcije.

Fobije mogu imati mnoge vidove, kao što potvrđuje obilje specifičnih fobija sa grčkim prefiksima,¹ i postoje mnoge njihove klasifikacije. Iako

¹ Lista, za koju priznajem da je nepotpuna, uključuje: *ablutofobiju* (strah od pranja), *akrofobiju* (strah od visine), *agorafobiju* (strah od otvorenog prostora), *arahnofobiju* (strah od paukova), *batrahofobiju* (strah od žaba), *klaustrofobiju* (strah od zatvorenog prostora), *homofobiju* (strah od homoseksualaca), *islamofobiju* (strah od muslimana),

je nešto starija, klasifikacija koju je napravio britanski psihijatar Marks (1970) ne samo da je i danas važeća već je možda i najsmislenija. On fobije grupiše u sledeće kategorije.

- *Sindrom agorafobije* je najuobičajenija vrsta koja čini oko šezdeset procenata svih fobija. Agorafobični pacijenti strahuju ne samo od otvorenog prostora već i od odlaska u kupovinu, od gužvi, putovanja, pa čak i od zatvorenih prostora. Drugi neurotski simptomi, uključujući panične napade, vrtoglavicu, kompulzivne rituale i osećaj depersonalizacije, takođe su često prisutni. Žene čine većinu agorafobičnih osoba i većina njih razvije simptome nakon puberteta.
- *Fobija od životinja* čini najjasniju varijantu fobijâ, ali se u svojoj čistoj formi retko sreće u kliničkoj praksi. Simptom se obično razvija početka perioda latencije, to jest, između šeste i osme godine života. Ima slabu tendenciju da se „generalizuje“, napetost je mala u odsustvu fobičnog objekta.
- *Socijalna fobija* uključuje strah od govorenja u javnosti, crvenjenja, drhtanja, pisanja, jedenja, pijenja, povraćanja ili ispuštanja mokraćne/stolice u javnosti. Javlja se s podjednakom učestalošću među muškarcima i ženama i obično počinje nakon puberteta, dok vrhunac učestalosti dostiže u kasnim tinejdžerskim godinama.
- *Različite specifične fobije* započinju u bilo koje doba života i prilično dosledno istrajavaju. Fobične situacije variraju od slučaja do slučaja, ali uglavnom ostaju specifične za datu osobu. Zastrašujuće situacije uključuju putovanja, visinu, vetar, grmljavinu, mrak, mostove i velike vodene površine.

Od ove četiri vrste, psihoanaliza je najviše pažnje posvetila fobijama od životinja i različitim specifičnim fobijama. Počevši od Frojdove (1909b) široko poznate studije o malom Hansu, do brojnih kasnijih radova (npr. Campbell & Pile, 2011; Kulish, 1996; Lewin, 1952; Rangell, 1952; Sandler, 1989; Tyson, 1978; Wangh, 1959), psihoanalitičari su nastojali da dokuče šta je to što leži u korenu tako važne prevlasti užasa

fotofobiju (strah od svetlosti) i tako dalje. Lista, iskreno rečeno, može biti beskonačna; na jednoj internet stranici ima 350 stavki!

nad *Ja*. Frojd je pronašao da koren straha malog Hansa od toga da će ga ujesti konj leži u prestravljenosti od toga da će ga otac kastrirati; to je, zauzvrat, bila kazna ekvivalentna dečakovim incestuoznim žudnjama prema majci. Frojdovi rani sledbenici (Abraham, 1913a; Deutsch, 1933; Fenichel, 1945) zdušno su se složili sa ovim objašnjenjem i nadalje smatrali da sve fobije potiču iz kastracione anksioznosti. Međutim, kako je psihoanalitička teorija napredovala i pažnja se prebacila na promene preedipalnog razvoja, „situacija opasnosti“ (Freud, 1926d) od gubitka ljubavi postala je dominantna u objašnjenjima.² Centralnost kastracione anksioznosti dovedena je u pitanje i anksioznost u vezi s tim da će dobri unutrašnji objekti biti ugušeni unutrašnjom agresijom (u novijem objašnjenju hipoteze „gubitka ljubavi“) postala je jednako značajna, ako ne i značajnija sila koja podstiče stvaranje simptoma.

Bez obzira na njihov izvor, sve dok te anksioznosti ostaju potisnute, osoba jednostavno ne uspeva da vidi, čuje ili na drugi način obradi preteće unutrašnje (želje, nagoni) ili spoljašnje (okidači, iskušenja) draži. Ipak, potisnuti materijal i dalje traži izraz. Frojdovim jezikom rečeno: „Potisnut sadržaj vrši konstantan pritisak u pravcu svesnosti“ (Freud, 1915d: 151). Ova tendencija se pojačava u susretu sa reaktivnim pojačavanjem intenziteta nagona. Tako se mogu objasniti mnoge „jednostavne fobije“ (Fenichel, 1961).

U izvesnim slučajevima ima malo premeštanja; strah se obično oseća u situacijama u kojima bi jedna neinhibisana osoba doživela ili seksualnu ekscitaciju ili bes... Za takve slučajeve važi formula koja bi bila suviše uprošćena za komplikovane slučajeve: ono čega se jedna osoba boji, ona to nesvesno želi. Kod drugih, još prostijih fobija, situacija koja izaziva strah ne predstavlja iskušenje kojeg se osoba plaši; pre pretnja izaziva strah od iskušenja: kastracija ili gubitak ljubavi. Postoje fobije od noža ili makaza koje pokazuju da dodir ili, čak, gledanje tih predmeta izaziva strah od pomisli na moguću kastraciju (a u većini slučajeva i nesvesno iskušenje potisnute agresije). Izvesne osobe plaše se bogalja ili prizora nesrećnih slučajeva, što znači: „Ne želim da se podsećam na ono što se može dogoditi i meni“ (i tu

² Ovo je takođe uticalo na kasnije rekonstrukcije detinjstva malog Hansa (Joseph, 1990; Silverman, 1980), koje su više pažnje usmerile na njegov preedipalni razvoj.

se može javiti strah zato što takvi prizori mogu predstavljati iskušenja za potisnute agresivne želje) (1961: 157).*

Psihodinamika većine fobija je, međutim, mnogo komplikovanija. Ali pre nego što se posvetimo tim detaljima, treba napomenuti da postoje i mnogi neanalitički etiološki modeli fobija. Modelovanje, vikarijsko učenje** i opservaciono uslovljavanje alternativne su putanje kojima životinje stiču fobični potencijal (Cook & Mineka, 1987; Emde, 1984; Eysenck, 1965, 1976; Marks, 1987; Mineka, Davidson, Cook & Keir, 1984; Solyom, Beck, Solyom & Hugel, 1974; Wolpe & Rachman, 1960). U okviru ovog stanovišta ima izveštaja o fobijama što se javljaju kod deteta koje je videlo da se njegov roditelj plaši određene životinje (Solyom, Beck, Solyom & Hugel, 1974) ili, kao u eksperimentima Mineke, Dejvidsona, Kuka i Kira (1984), nakon što su rezus majmuni, odrasli u laboratoriji, videli majmune uhvaćene u divljini kako na zmiye reaguju strahom. U novije vreme teorija učenja je preispitana i proširena na osnovu bioloških istraživanja fobija od životinja (Bennett-Levy & Marteau, 1984; Davey, 1992; Davey, Forster & Mayhew, 1993; McNally & Steketee, 1985; Mineka, Davidson, Cook & Keir, 1984). Po ovom stanovištu, učenje je „biološki pripremljeno“, u smislu da postoje anatomski delovi mozga koji su unapred programirani da opažaju tačno određene, zastrašujuće životinjske pokrete, slično kao što nedominantan parijetalni režanj opaža lica. Iznenadni pokreti i brzina „odabrani“ su kao zastrašujući. Neki od ovih autora istakli su činjenicu da većina fobija od životinja uključuje bezopasne životinje (pauke, bubašvabe, crve, zmiye i pacove) a ne grabljivice (lavove, tigrove, ajkule); oni navode da su fobije od životinja u većoj meri povezane sa nečistoćom i gađenjem nego sa strahom. Zajedno, ova tri etiološka stanovišta – modelovanje, vika-

* Fenihel, Oto, *Psihoanalitička teorija neuroza*, prev. Jolanda Ganie, Medicinska knjiga, Beograd, Zagreb, 1961, str. 157. – *Prim. prev.*

** „Posredno“ učenje ili učenje preko posrednika. Termin „vikarijsko“ potiče iz teorije učenja po modelu, tj. opservacionog uslovljavanja, Alberta Bandure i podrazumeva učenje na osnovu potkrepljivanja modela, npr. ukoliko je model koji je posmatran nagrađen za neko ponašanje, postoji verovatnoća da će posmatrač usvojiti to ponašanje i obrnuto, ako je model kažnjen za ponašanje, posmatrač ga verovatno neće ispoljavati. – *Prim. prev.*

rijsko učenje i opservaciono uslovljavanje, uz razmatranje potencijalno naslednih odrednica straha i fobija (Delprato, 1980), mogli bi objasniti zašto su određene životinje ostale i „odabrani“ objekti fobija i mitološki simboli u gotovo svakoj kulturi.

Ako se vratimo na psihoanalitičko stanovište o fobijama, može se primetiti da je za složenost njihovih dinamika zaslužna činjenica da se pretnja ne može držati dovoljno van svesnosti samo potiskivanjem. Usled toga, na scenu stupaju pomeranje, simbolizam i regresija. Pomeranje, proces kojim se afekt ili stav nesvesno s jednog objekta premešta na neki prihvatljiviji zamenski objekat, dodaje se potom potiskivanju. Nisu *seksualne* situacije te koje zastrašuju već su to one *seksualizovane*. Difuzna anksioznost povezuje se sa konkretnim objektom ili situacijom. To olakšava život, jer konkretnost straha sada omogućava da se stvarima upravlja kroz aktivan proces izbegavanja. Prednost pomeranja je u tome što prvobitna uvredljiva ideja/afekt ne postaje svesna. Takođe, povezivanjem neprijateljskog vektora ambivalencije usmerenog prema svom ocu sa, na primer, strahom od konja, pomeranje će verovatno razrešiti konflikt ambivalencije. Takođe, kao što je istakao Frojd (1909b), pomeranje samo po sebi olakšava izbegavanje.

Objekti/situacije kojih se osoba plaši često predstavljaju izvanredno jedinstvenu i simboličku kristalizaciju svih važnih odrednica fobije, uključujući i dominantni nagon pretnje protiv koga fobija služi kao odbrana. Džons (1948) ističe ulogu simbolizma kod fobije, navodeći da postoji izvesna sklonost između pojedinca i slika koje on odabira za izražavanje svojih intrapsihičkih bojazni. Levin (Lewin, 1952) je proces kojim se ustanovljava specifična fobija upoređio sa radom sna, jer su oni slični po tome što su unapred determinisani, kao i po drugim paralelnim fenomenima, uključujući i tragove ranih iskustava. Iako se za razne fobije mogu navesti univerzalna simbolička značenja, ona ne važe uvek. Stoga je bolje ne pristupati pacijentovoj fobiji sa unapred smišljenim idejama o njenom značenju. Stvarno značenje svakog simbola za pojedinačnog pacijenta može se odrediti samo slušanjem njegovih asocijacija.

Izvesna doza regresije takođe je ključna kod svih fobija. Kognicija fobičara, u ograničenoj oblasti njegovog neurotičnog simptoma, iznenađujuće je slična detinjoj animističkoj percepciji sveta kao pretećeg i preplavljujućeg. Regresija je takođe očigledna u onoj meri u kojoj se...

... svi fobičari ponašaju kao deca čiji je strah utišan kad majka sedi pored njihovog kreveta i drži ih za ruku. Takav prohtev mera obezbeđenja tražen od roditeljskih substituta, naročito je jasno ispoljen kod agorafoba koji se osećaju zaštićeni u prisustvu svog pratioca... kod fobija gde je pratilac neophodan, veza s ovim poslednjim je od velike važnosti. On predstavlja ne samo roditelja za zaštitnika, već i nesvesno omrznutog roditelja; njegovo prisustvo služi za uklanjanje nesvesnih fantazama iz pacijentovog duha i za njihovo zamenjivanje stvarnošću. Posebno, činjenica da vidi kako ta osoba hoda kraj njega zdrava i čitava, dokazuje mu da je nije ubio. U takvim slučajevima, strahu da nešto može snaći pacijenta često je prethodio sličan strah za osobu koja će, kasnije, u izraženoj agorafobiji biti korišćena kao pratilac (Fenihel, 1961: 165–166).*

Agorafobija, čije je korene Frojd našao u potisnutoj fantaziji o prostituciji (1897, citirano u: Masson, 1985: 253), zapravo je češće posledica konflikata koji se tiču „optimalne distance“ (Akhtar, 1992b; Escoll, 1992; Mahler, Pine & Bergman, 1975). U svom ranom radu o „lokomotornoj anksioznosti“, Abraham (1913b) je zabeležio da neurotične inhibicije pokretljivosti proizlaze ne samo iz odbrana od prirodno snažnog zadovoljstva u pokretu i nesvesnih seksualnih bojazni već i iz poteškoća pri odvajanju od objekata ljubavi. Oni se plaše izlaska napolje ali su takođe nesrećni kada ostanu sami u kući. Govoreći o takvoj „topofobiji“, Abraham je rekao kako pacijente sa ovom bolešću:

... anksioznost sprečava da se oslobode sebe samih i objekata za koje je njihova ljubav bila fiksirana u detinjstvu, kao i u tome da pronađu put ka objektima koji pripadaju spoljašnjem svetu. Svaka putanja koja ih udaljava od začaranog kruga onih ljudi za koje su fiksirani, za njih je zatvorena (1913b: 241).

Nekoliko godina kasnije, Dojč (1929) je izjavila kako je uključenost partnera ključna odrednica bolesti agorafobije. Međutim, smatrala je da su fantazije o neprijateljstvu i kontroli često skrivene ispod svesno doživljene potrebe za libidinalnom afektivnom povezanošću. Nakon to-

* Fenihel, Oto, *Psihoanalitička teorija neuroza*, prev. Jolanda Ganie, Medicinska knjiga, Beograd, Zagreb, 1961, str. 165–166. – *Prim. prev.*

ga, Mitlman je primetio zatočenost agorafobičara u „ograničeni okvir“ (1957: 289), a Vajs (1964) je zabeležio da takvi pacijenti, što se više udaljavaju od svoje kuće, postaju sve anksiozniji. To ga je navelo da agorafobiju definiše kao reakciju anksioznosti na napuštanje fiksirane tačke podrške. U novije vreme Kohut (1980) je zaključio da je svesno opažena potreba agorafobičara za pratiocem koji ga ohrabruje ključ za ono što leži u psihičkoj dubini, naime, za stalnu potragu za majčinskim self-objektom.

Jasno, svi ovi autori smatraju agorafobiju bolešću distance. Moje objašnjenje sveprisutne, mada nesvesne fantazije o „psihičkoj uzici“ (Akhatar, 1992b) podržava takvu formulaciju. Izgleda da je pitanje koliko se osoba može udaljiti od svojih objekata, a da ne ugrozi jedinstvo svog selfa.³ Suprotno pitanje, koliko se osoba može približiti drugoj osobi, a da ne rizikuje svoju autonomiju, primenljivo je kod klaustrofobije. I baš kao i kod agorafobije, i kod klaustrofobije su anksioznosti koje se odnose na optimalnu distancu (od objekata ljubavi) isprepletane sa psihoseksualnim anksioznostima i drugim strahovima koji se tiču edipalnog konflikta. Levinova (Lewin, 1935) izjava da postoji takođe bliska veza između klaustrofobije i boravka u majčinoj utrobi, kao i da strah od toga da se bude živ sahranjen jeste preinačena želja za povratkom u matericu može se tumačiti i kao edipalna i preedipalna. Činjenica je da gotovo sva psihopatologija proizlazi iz oba izvora. Retko je to „ili-ili“. Fobični simptom nastaje iz različitih izvora i sadrži dodatke iz više različitih faza razvoja. Ova rečenica odnosi se na monosimptomatske fobije isto kao i na difuzni agorafobični sindrom. Ona je čak tačnija kada fobične brige prožimaju čitav karakter.

Fobični karakter

Odrednica „fobični karakter“, koju je uveo Fenihel, odnosi se na osobe „čija se reaktivna ponašanja ograničavaju na izbegavanje prvobitne

³ Dečji poremećaj poznat pod nazivom „školska fobija“ ima malo veze sa samom školom; takvom strahu najviše doprinosi anksioznost koja se javlja sa odvajanjem od roditelja (obično majke) i od poznatog kućnog okruženja.

željene situacije“ (1961: 415).^{*} Oni koji imaju snažne inhibicije seksualnosti i agresivnosti takođe pokazuju istu sliku opšte bojazni i društvenog povlačenja. Razrađujući Fenihelovu ideju, Makinon i Mikls su naglasili da je monosimptomatska fobija uobičajenija nego što je egodistonijaska i da predstavlja korišćenje plašljivog izbegavanja kao karakterne odbrane, dodajući da takva osoba „konstantno sebe zamišlja u situacijama opasnosti dok nastavlja putem najveće sigurnosti“ (1971: 49). U novije vreme, Stoun je prepoznao „fobično-anksiozni“ tip ličnosti koji pokazuje ekstreme u vidu „plašljivosti i izbegavanja najbezopasnijih objekata i situacija“ (1980: 332). Mada liče na šizoidne osobe po svom usko ograničenom životnom stilu, ljudi s fobičnim karakterom razlikuju se od njih u značajnim stvarima. Oni nisu „stidljivi“ i čudni kao šizoidne osobe. Oni izbegavaju situacije (i fizičke objekte) a ne ljude. Njihovo izbegavanje određenih situacija (npr. odlaska u zabavni park, gledanja pornografskog filma, odlaska u novi restoran) može stvoriti lažnu sliku da im je neprijatno sa ljudima uopšte. Činjenica je da, izvan situacija kojih se plaše, oni mogu imati saosećajnu i smislenu afektivnu razmenu s drugima. Fobični karakter nije povezan sa „difuzijom identiteta“ (Akhtar, 1984; Kernberg, 1975), niti sa širokim oslanjanjem na mehanizme cepanja. Stoga, on ne predstavlja graničnu organizaciju ličnosti (Kernberg, 1967), on je organizovan na višem nivou, sa strahovima koji proizlaze iz pospoljavanja i simboličkog opredmećivanja unutrašnjih konflikata osobe. Njegovi strahovi su zamišljeni. Kukavičluk, nasuprot tome, uključuje uzmicanje pred mogućim, ako ne i stvarnim pretnjama. U srcu fobičnog karaktera leži simbolika, dok je u temelju kukavičluka anksioznost povezana s gubitkom objekta.

Kukavičluk

Kao naviknuta reakcija na pretnju i opasnost, kukavičluk jeste, bar na površini, odgovor na strah od stvarne povrede. On podrazumeva „hendikepiranje volje“ (Menaker, 1979: 93), osoba podleže strahu i po-

^{*} Fenihel, Oto, *Psihoanalitička teorija neuroza*, prev. Jolanda Ganie, Medicinska knjiga, Beograd, Zagreb, 1961, str. 415. – *Prim. prev.*

vlači se iz „borbe“.⁴ Kukavičluk može biti očigledan u fizičkoj, intelektualnoj i moralnoj oblasti. Fizički kukavičluk podrazumeva prekomerni strah od povrede i posledično sputavanje istraživačke i razigrane motoričke aktivnosti, osoba izbegava fizičke/sportske aktivnosti, vožnje u zabavnom parku i bilo kakvu mogućnost za fizički sukob. Intelektualni kukavičluk dovodi do sputavanja mentalne aktivnosti, osoba ne može da razmišlja „izvan okvira“ i uplaši se ukoliko joj na pamet padnu novi uvidi. Moralni kukavičluk se ispoljava kao nesposobnost održavanja etičkih standarda i govorenja istine u teškim okolnostima; osoba laže, najednom kao da ostaje bez reči i prihvata „tišinu saučesnika“ (Akhtar, 2016).

Kukavica na konfrontaciju reaguje ekstremnom anksioznošću. To se, jednim delom, dešava usled „automatske anksioznosti“ (Freud, 1926d), spontane reakcije bespomoćne prestravljenosti pri suočavanju sa teškom traumatskom situacijom. Jednim delom to se takođe dešava i zbog toga što kukavica projektuje sopstvenu ljutnju. Pošto nije u stanju da svoju ozlojeđenost izrazi direktno, kukavica svom suparniku pripisuje zle namere i preplaši se. Usled toga, on odlaže „raspravu“, lažno se slaže sa svojim protivnikom ili, još gore, u stvarnosti beži iz situacije. Prepoznavanje sopstvene bojažljivosti tu osobu ispunjava stidom i samogađenjem, a ta osećanja se često utapaju u alkoholu ili prepokrivaju narcisističkom fantazijom kako je osoba namerno iskonstruisala svoj poraz. Jučerašnji beskičmeni borac tako sebe transformiše u arogantnog darivaoca pobeđe drugima.

Ali kukavičluk ne čini samo narcisistička dinamika. Osnova kukavičluka formira se posredstvom „preosetljive“ psihe (Rosenfeld, 1971), koja predstavlja posledicu slabog majčinog „sadržavanja“ ranih infantilnih anksioznosti (Bick, 1968). Osoba koja je kukavica sklona je afektivnom preplavlivanju pri susretu sa narcisističkom pretnjom; sledi povlačenje

⁴ Izgleda da postoji neobično preklapanje između kukavičluka i odlaganja obaveza (prokrastinacije). Bisvas-Diner uočava da je nezavršavanje zadatka koji osoba preduzima povezano sa nekom vrstom „malog kukavičluka“ (2012: 7), po mišljenju mnogih ljudi.

* Majka štiti dete od anksioznosti (ili drugih ugrožavajućih sadržaja) koje ono oseća tako što ih „sadržava/zadržava u sebi“ i „nosi“ umesto deteta (eng. *contain*). Ponekad to isto čini psihoterapeut u okviru psihoterapijskog procesa. – *Prim. prev.*

od direktnog suočavanja sa njom. Manjkava identifikacija s roditeljem istog pola takođe doprinosi takvoj psihičkoj ranjivosti. Najvažniji etiološki faktor kod kukavičluka, međutim, jeste kondenzacija anksioznosti u vezi s telesnim sakaćenjem (uključujući, naravno, kastracionu anksioznost) i prestravljenosti od separacije i samoće. Kao „oknofil“ (Balint, 1968) *par excellence*, kukavica se čvrsto drži svojih objekata i spremna je da žrtvuje dostojanstvo na oltaru povezanosti. Svaki kukavičluk je, u suštini, strah od toga da se osoba neće dopasti drugima i da će biti sama. Melcer beleži:

Tamo gde je zavisnost od dobrih unutrašnjih objekata postala neizvodljiva usled štetnih masturbatornih napada i gde zavisnost od dobrog spoljašnjeg objekta nije dostupna ili nije priznata, nastupa adiktivni odnos sa lošim delom selfa – potčinjavanje tiraniji. Iluziju o bezbednosti širi sveznajući destruktivni deo. (...) Tamo gde u psihičkoj strukturi postoji snažan strah od gubitka zavisnog odnosa sa tiraninom, u njegovoj srži će se naći problem užasnutosti, kao sila koja stoji iza straha i potčinjavanja (Meltzer, 1973: 78).

Melcerova ideja ima implikacije na tehniku u radu sa osobama koje su zarobljene u odnosima s narcisističko-sadističkim partnerima. Međutim, pre nego što o tome budemo govorili, važno je da se vratimo neki korak unazad i razmotrimo mnoštvo načina na koje se strah eksploatiše, koristi, promovise i kako u njemu uživaju socijalne institucije koje je stvorio čovek.

Kulturološka digresija

Iako je strah sveprisutan u ljudskoj egzistenciji, on ima duboku i složenu vezu sa kulturom. Ta veza je po prirodi često dijalektička. Strah može poremetiti dremež kulture i pokrenuti adaptivne i maladaptivne reakcije. Kulturalni narativi mogu pridodati bogate detalje postojećim

* Termin se odnosi na „lepljivu“ osobu, koja se čvrsto, zavisno drži za precenjeni objekat (drugu osobu) i ne pokušava da bude samostalna, osobu koja „guši“. – *Prim. prev.*

strahovima, stvoriti nove strahove i ponuditi bogatu ikonografiju i za jedne i za druge. Sve ovo postaje očigledno u oblastima zabrinutosti za regionalna pitanja, predrasuda, politike, književnosti, pa čak i zabave. Na to ćemo se osvrnuti u pasusima koji slede.

Neki strahovi (npr. od gledanja s velike visine nadole, životinja koje se brzo kreću) toliko su rasprostranjeni širom zemaljske kugle, da izgleda kao da ne zavise od kulturoloških uticaja. Kao i „univerzalni snovi“ (Freud, 1900a),⁵ takvi „univerzalni strahovi“ kombinuju filogenetsku predispoziciju, evolutivne prednosti i nagomilana iskustva iz ranog detinjstva. Drugi strahovi su idiosinkratički, javljaju se samo kod nekih ljudi, a ponekad su ograničeni na određene oblasti i vremenske periode. Strah od duhova i zlih sila, na primer, uveliko je nestao iz modernizovanih društava, mada opstaje u manje obrazovanim, manje industrijalizovanim, seoskim i subruralnim zajednicama u svetu. Strahovi od zemljotresa, poplava i tornada generalno su ograničeni na oblasti u kojima postoji verovatnoća da se takve katastrofe dese. Slično, fobije od životinja vezane su za određene oblasti, teško je zamislivo da se neko ko živi u Saudijskoj Arabiji plaši polarnih medveda.

Fenomenologija „kulturološki određenih psihijatrijskih sindroma“ (Guarnaccia & Rogler, 1999; Meth, 1974; Yap, 1969) obiluje zapažanjima koja podržavaju ovaj način razmišljanja. Ljudi koji žive u određenoj oblasti ne biraju životinje koje naseljavaju taj prostor samo kao fobične objekte, one takođe mogu postati prikladni objekti na koje se projektuju osobine hrabrosti i kukavičluka. U nestandardnom engleskom jeziku, na primer, kukavica se naziva osobom koja ima „pileće srce“ ili jednostavno „piletom“, dok se u španskom koristi reč *gallina* (kokoška). U arapskom, hrabar čovek naziva se *assag* (lav), a na urdu jeziku *sher-dil* (onaj ko ima lavovsko srce); nasuprot tome, kukavica se naziva *buz-dil* (onaj sa kozjim srcem). Sve ovo pokazuje da su ne samo objekti strahovanja, već i metafore hrabrosti i kukavičluka često određeni geografskim prostorom.

⁵ Prema Frojdu (1900), sledeći snovi su toliko široko rasprostranjeni, da se mogu smatrati „univerzalnim“: a) snovi o letenju, b) padanju, c) o tome da nas neko juri, d) da smo neadekvatno obučeni ili goli u javnosti, e) o smrti voljene osobe, f) poteškoćama na ispitu ili testu, g) ispadanju zuba.

Strah igra važnu ulogu i u predrasudama. „Nementalizovana* ksenofobija“ (Akhtar, 2007c), koja rezultira u nezainteresovanoj ravnodušnosti prema osobama koje su drugačije i njihovom izbegavanju, ovde je samo vrh dobro poznatog nam brega. Nepopustljiva potreba za pospoljavanjem agresije i primena paranoje kao „psihičkog vitamina za ugroženi identitet i moćnog analgetika za ublažavanje bola koji nastaje usled iskrenog samoposmatranja“ (Akhtar, 2007c: 17) rezultiraju u kreiranju zastrašujućih spoljašnjih figura. Pošto su manjine često „pogodni rezervoari za projekciju“ (Volkan, 1988), ljudi mogu smatrati da svakakvi užasi i opasnosti dolaze od njih. Crnci, homoseksualci i muslimani su česte mete neprijateljske projekcije i stoga predmeti strahovanja, a to se, zauzvrat, koristi kao racionalizacija za diskriminaciju i predrasude. Hipnotišući govori mržnje harizmatičnih, ali paranoidnih vođa potpiruju umišljene opasnosti koje drugi nameće, kao i okrutne i nasilne činove kažnjavanja. Nije čudo što su strah i politika često međusobno isprepletani.

Monarhije i totalitarni režimi su obično skloni stvaranju „kulture straha“ kod svojih građana. Termin „terorizam“, koji se danas koristi najviše da označi političko nasilje malih grupa, zapravo je potekao u kontekstu zastrašivanja od same države. Prvi put upotrebljen 1795. godine, „terorizam“ je označavao „vladavinu terora“ državnika Francuske revolucije Maksimilijana Robespjera (1785–1794). Robespjer je branio svoju strahovladu, čeličnu kontrolu i terorisanje masa tvrdeći da je Revolucija sprovela despotizam slobode protiv tiranije. On, međutim, nije bio izuzetak. Novije vreme je posvedočilo Hitlerov Holokaust, gulage i čistke Josifa Staljina, kao i polja smrti Pola Pota. Podmitljiva vlada zaista može biti izvor velikog straha.

Nažalost, čak i demokratske nacije mogu regredirati i izazivati drhtanje kod ljudi koji izražavaju svoje mišljenje ili, još gore, mogu ih potpuno učutkati. Takozvano „vanredno stanje“ koje je proglasila premijerka Indije Indira Gandhi (1917–1984), pre nego što je ubijena, kao i neovlašćeno prisluškivanje i „vanredna izručenja“ koje je CIA sprovodi-

* Mentalizacija podrazumeva sposobnost razumevanja sopstvenih i tuđih mentalnih stanja i ponašanja koja iz njih proizlaze. Do ove vrste razumevanja može se doći npr. zamišljanjem i uživljanjem u tuđe mentalno stanje. – *Prim. prev.*

** Tzv. *extraordinary rendition* – postupak Cije u kom se uhvaćena osoba, osumnjičena da je umešana u terorističke radnje, radi ispitivanja prebacuje u neku drugu državu, u kojoj je poznato da se krše zakoni i ljudska prava. – *Prim. prev.*

la nakon napada 11. septembra, u vreme kada je Džordž V. Buš bio predsednik SAD nisu bili manje teroristički za građane u ovim zemljama.⁶ Unutar same psihoanalize bilo je istaknutih pojedinaca i organizacija koje su ulivale „kulturu straha“. To se prostire od Frojdrovog autoritarnog suzbijanja neslaganja (Rudnytsky, 2012) do prožimajućeg osećaja u ovoj oblasti da je otvoreno izražavanje stanovišta u kom se podržava Palestina rizično, ako ne i ravno profesionalnom samoubistvu. Nije potrebno posebno naglasiti da je napredak jedne organizacije, kada takva prestravljenost prožima njeno tkivo, ozbiljno ugrožen.

Izazivanje i potpirivanje strahova u velikim grupama omiljena je strategija političkih vođa sa narcisističkim i paranoidnim sklonostima (Volkan, 1997). Hitlerova objava da su Jevreji pretnja za evropsku ekonomiju, zatrovano podsećanje Srba od Slobodana Miloševića da su neki od njihovih sugrađana u stvari Turci, te konstantno izazivanje osećaja smrtne opasnosti od strane Arapa među izraelskim stanovništvom, i obrnuto, neki su od istaknutih primera izazivanja straha kao taktike za jačanje svog političkog uticaja. Strah onda postaje taktika potčinjavanja, oduzimanja prava glasa, pa čak i genocida nad omraženim drugima.

Dramatično drugačija interakcija između straha i kulture javlja se kada promišljeno odmeren i estetički pročišćen strah formira osnovu književnosti. Usmena tradicija pričanja strašnih priča datira još od antike, a pisani žanr romana protkanog strahom neprestano se produkuje već vekovima. U suštini, takve sage mogu se svrstati u dve kategorije, jedna podrazumeva natprirodni užas (npr., priče o duhovima, zagrobnom životu, satanističke zavere, napade vanzemaljaca i zombija), a druga zlo koje leži u samom ljudskom srcu (npr., priče o ubistvima, sadomazohistički napeti trileri). Čitanje takvih romana i kratkih priča uskomeša psihički užas, a to je često praćeno osećajem bespomoćnosti (što je rezultat identifikacije sa protagonistom koji je u ulozi žrtve). Takođe se javlja osećaj uronjenosti u događaje, a opet se sve doživljava i

⁶ Sistem znakova za uzbunu, obeležen različitim bojama, osmislio je Sekretarijat unutrašnje bezbednosti SAD 2003. godine, s namerom da javnost kontinuirano informiše o potencijalnim pretnjama terorističkih napada. Istovremeno, možemo se pitati u kojoj meri je prebacivanje sa crvenog alarma (za najvišu opasnost), preko narandžastog (za visoku) do žutog (za povišenu) itd., korišćeno da bi se ljudi držali u strahu i stoga oklevali da dovode u pitanje činjenicu da vlada nadgleda njihov privatni život.

kao čudnovato. Frojdova diskusija o *Unheimlich*, ili o „jezovitom”, jasno kaže da ono svoj užas izvodi ne iz nečeg spolja stranog ili nepoznatog već, naprotiv, iz nečega neobično poznatog, što pobeđuje naš trud da se odvojimo od njega. Postoji izvestan kvalitet nečega što je „sudbinsko i neizbežno“ (Freud, 1919h: 237) i nametnuto čoveku. Frojd nastavlja tvrdnjom:

Efekat jezovitog često je lako proizvesti kada je razlika između imaginacije i realnosti izbrisana, kao i kada se nešto što smo do sada smatrali izmišljenim pred nama pokaže u stvarnosti, ili kada simbol potpuno preuzme funkcije onoga što simbolizuje, i tako dalje. Ovaj faktor je taj koji daje nemali doprinos efektu jezovitog, koji se vezuje za magijsku praksu (1919h: 244).

Pisci zastrašujućih romana, od Klare Rivs (1729–1807) i En Redklif (1764–1823), preko Edgara Alana Poa (1809–1849) i Brama Stokera (1847–1912), do En Rajs (rođene 1941) i Stivena Kinga (rođenog 1947. godine) vešto pobuđuju čudno reagovanje tako što opkoračuju granicu između stvarnog i nestvarnog u zapletu i u detaljima likova. Oni uspevu u rušenju granice između uma i materije, ovozemaljskog i stranog, prirodnog i đavolskog.

Međutim, nekim osobama ugroženost u vidu štampanog materijala nije dovoljna. Njima su potrebne slike i zvučni efekti kako bi doživeli strah. Na scenu stupaju horor filmovi. Kao žanr koji se pojavio gotovo od početka komercijalnog bioskopa (oko 1910. godine), horor filmovi koriste mnoge opšteprisutne ljudske sklonosti, čak i ako su one uglavnom progane iz svesti. Među njima su potreba za uzbuđenjem, traženje novina, zadovoljstvo usled navale adrenalina, kontrafobičan pritisak da se ovlada strahom, kao i vikarijsko (posredno) zadovoljenje potisnutih perverzних fantazija i nagona za opiranjem društvenim normama (Goldstein, 1998).⁷ Naročito privlačni mladićima, takvi filmovi postaju fascinirajuća tema razgovora i „lepak“ za uspostavljanje veza sa vršnjacima. Mora se, međutim, dodati da horor filmovi nisu jednoobrazni i da postoje mnogi podžanrovi. Oni uključuju teme koje se odnose na:

⁷ Vožnje u zabavnim parkovima, naročito rolerkosteri, sa svojim naglim i ostrim padovima i skretanjima, takođe zadovoljavaju neke od ovih nagona.

- đavolsko dete, npr. *Isterivač đavola* (1973) i *Predskazanje* (1976),
- napade vanzemaljaca, npr. *Rat svetova* (1953) i *Gospodari lutaka* (1994),
- opasne životinje, npr. *Ptice* (1963) i *Ajkula* (1975),
- krvavo nasilje, npr. *Teksaski masakr motornom testerom* (1974) i *Paklena pomorandža* (1971),
- perverznu i psihotičnu surovost, npr. *Psiho* (1960) i *Isijavanje* (1980).

Zajednički element u svim takvim filmovima je pobuđivanje straha, često do uznemirujućeg i skoro traumatizujućeg nivoa.⁸ Oni pružaju susret sa „jezovitim“ (Freud, 1919h) remećenjem rutine i pretvaranjem onog što je dobro poznato u bizarno i nepredvidljivo. Mada bezrazložno nasilje kao što je klanje može kod filmofila izazvati izvesnu izmučenu radost, istinski ih plaši zapravo bespomoćno iščekivanje. Veliki majstor straha, Alfred Hičkok (1899–1980), prepoznao je to i izjavio: „Nema uzbuđenja u prasku već samo u njegovom iščekivanju“. Hičkok je znao da, iako je strah neprijatan, igranje sa strahom, ukoliko se to čini na umetnički način, može dovesti do zadovoljstva.

Natrag na kliničku oblast

Pošto sam govorio o diferencijalnim dijagnozama u oblasti straha (npr. strah, anksioznost, fobija, kukavičluk), sada želim da komentarišem upravljanje strahom i fenomenima povezanim sa njim u kliničkoj situaciji.⁹ Nema pogovora da takav rad podrazumeva mnogo predostrožnosti kad je reč o kontratransferu i da može biti zahtevan za analitičarev ego. Zaista, sve intervencije u takvom radu od analitičara zahtevaju

⁸ Činjenica je da se neki ljudi zaista traumatizuju gledajući horor filmove. Relativno široko rasprostranjena traumatizacija nakon izlaska filma *Ajkula* bila je uočljiva tako što je veliki broj ljudi izbegavao kupanje u moru.

⁹ Moja zapažanja su ograničena na rad sa odraslima. Pošto nemam iskustva u radu s decom, ne osećam se lagodno da komentarišem promene kliničke prakse u toj oblasti.

strpljenje, taktičnost i trpeljivost (pored, naravno, njegove veštine interpretacije), a kategorizacija takvih intervencija ovde je navedena ponajpre radi didaktičkog pojednostavljenja. Pošto je to rečeno, tri glavna zadatka u radu s onima koje muči strah i onima koji su u stanju da izazivaju strah kod analitičara jesu: a) opažanje straha, procenjivanje opasnosti i postavljanje granica, b) trpljenje i sadržavanje pacijentovog straha, te c) upravljanje sopstvenim strahom i učenje iz toga. To što sam odabrao ove tri oblasti na koje se treba usredsrediti ni u kom slučaju ne znači da treba odbaciti uobičajeni interpretativni i rekonstruktivni rad koji čini osnovni sadržaj svake psihoanalize. Analiza odbrana i otpora, konfrontacija sa odbačenim predsvesnim sadržajem, povezivanje derivata i pomoć u dešifrovanju onoga što čini osnovu simboličkih i pomerenih oblika straha jesu „osnovna delatnost“ psihoanalitičkog rada. Takav rad je neophodan bez obzira na to da li su strahovi pacijenta neurotični, paranoidni ili samoponištavajući. Tri oblasti koje sam odabrao da obradim jesu dodatne, a ne zamena za uobičajeni psihoanalitički rad.

Opazanje straha, procenjivanje opasnosti i postavljanje granica

Pošto većina analitičara i psihoanalitički orijentisanih terapeuta procenjuje da li njihovi pacijenti imaju „dovoljno pouzdan karakter“ (Freud, 1905a: 263) i prihvataju na tretman samo one osobe koje nisu sociopate, i nisu sklone ubistvu ili samoubistvu, procenjivanje koliko je pacijent opasan obično nije u njihovom repertoaru briga. I pored toga mogu nastati, a zaista i nastaju, situacije kada analitičar mora da odluči je li bezbedno nastaviti rad na uobičajen način. Sledeća Hoferova izjava odnosi se upravo na ovaj kontekst.

Analitičareva neutralnost u odnosu na konflikt može se obustaviti u situacijama za koje on smatra da su: a) hitne za pacijenta, npr. suicidalnost, psihoza, stanje toksiciranosti itd., b) hitne za nekoga ko je potencijalno ranjiv pred destruktivnošću pacijenta, npr. njegova deca, te c) hitne za analitičara, u smislu fizičke ili psihološke ugroženosti (Hoffer, 1985: 786).

U takvim okolnostima analitičar može osetiti strah i racionalnu zabrinutost za sopstvenu bezbednost, bezbednost drugih ili samog pacijenta. To se može desiti tokom trajanja tretmana a ponekad i pri prvom susretu pacijenta i analitičara.¹⁰

Klinička vinjeta: 1

Sara Grin, četrdesetpetogodišnja bibliotekarka zakazala je seansu sa mnom na nagovor svoje sestre. Delovala je preplavljena bolom zbog raskida romantične veze. Pošto je veći deo svog života živela sama, ovo okasnelo vezivanje doživljavala je kao duboko značajno. Čovek sa kojim je bila u vezi bio je oženjen. Iznenada ju je ostavio govoreći kako više ne može da vara svoju ženu. Sara je bila uništena. Slomljenog srca, došla je kod mene.

Prvi sat konsultacija započeli smo na uobičajen način, razgovorom o podacima iz njene istorije. Međutim, nakon dvadeset minuta seanse izjavila je da je odlučila da puca sebi u glavu pištoljem koje je kupila ranije toga dana. Alarmiran ozbiljnošću njenog tona, predložio sam da istog trenutka preduzmemo korake da se pištolj ukloni iz njenog stana, da prikupim neke dodatne informacije o nivou njene depresije, te da razmotrimo bolničko lečenje kao početak našeg rada. Pacijentkinja je na moj predlog reagovala odsečno i, ne dopuštajući mi da stupim u kontakt sa njenom sestrom koja bi mogla da skloni pištolj, ustala je i krenula iz kancelarije. U tom trenutku sam joj rekao: „Vidite, svako dobije život koji vredi oko deset sveća, a u vama se osam već ugasilo. Vetar jako duva i da biste sačuvali preostale dve sveće došli ste ovde i stavili ih u moje srce. Sad, pošto ste mene pozvali u pomoć sa tom svrhom, moja je dužnost da te dve sveće štitim od vetra. Kad se oluja smiri, vratiću ih vama da biste mogli da njima ponovo upalite i preostalih osam.“ Pacijentkinja je briznula u plač i pošto je malo razmislila,

¹⁰ Prve tri, od pet kliničkih vinjeta datih u ovom poglavlju navedene su i na drugom mestu (Akhtar, 2013b), s nešto drugačijeg stanovišta. Neke vinjete u drugim poglavljima takođe su objavljivane ranije. A sva imena data pacijentima u ovim izveštajima izmišljena su.

dala mi je dozvolu da pozovem njenu sestru, koja je nakon toga sklonila pištolj iz stana pacijentkinje i navela je da sledećih nekoliko dana ostane u njenoj kući.

Ovakva mešavina postavljanja granica, merâ podrške, intervencijâ u okruženju pacijenta i interpretativnog pristupa mogu naginjati u korist jedne ili neke druge komponente, s obzirom na ozbiljnost i/ili hitnost pretnje nasiljem (sebi ili drugima). Uopšteno govoreći, u psihoanalitičkoj praksi trijumfuju mere podrške i interpretiranja, dok na psihijatrijskim klinikama (naročito u okruženju Odeljenja za hitne slučajeve) postavljanje granica, hospitalizacija i lekovi mogu biti neophodni kako bi se kontrolisala agresija pacijenta i strah koji je izazvala kod drugih.¹¹ Kernbergove (1984) smernice za upravljanje mržnjom kod pacijenata koji su ozbiljni granični slučajevi pružaju mogućnosti za obezbeđivanje sigurnosti strogim postavljanjem granica. Zastrašujući ispadi besa kod takvih pacijenata moraju se obraditi ne samo „držanjem“ i „sadržavanjem“ već i eksplicitnim informisanjem pacijenta o tome šta on ili ona sme, a šta ne sme da radi u kliničkom okruženju.

Klinička vinjeta: 2

Bob Dolinski, mladić sa graničnim poremećajem ličnosti, koji je dvaput nedeljno dolazio na psihoterapiju, eksplodirao je u besu kad nisam pristao na njegove zahteve da mu dam lekove protiv bolova. Zastrašujućim tonom zapretio je da će mi izvaditi oči i smrskati ih nogom. Pošto me je alarmirala njegova poplava emocija i ubrzano raspa-

¹¹ Procena rizika od nasilja postaje istinski važna mera u takvom radu. Za detalje o ovome videti: Otto (2000) i Gellerman & Suddath (2005).

* Eng. *holding* podrazumeva, s jedne strane, da roditelji čvrsto drže dete u naručju dajući mu tako i bukvalni i mentalni doživljaj da ima čvrst oslonac na kome može da raste i razvija se, a s druge strane u psihoterapiji podrazumeva da terapeut pruža emocionalno bezbedno i empatično okruženje i da je u stanju da „drži“ pacijentove bolne sadržaje, tj. izade na kraj sa njima, omogućujući time pacijentu da ih iznosi i prorađuje. – *Prim. prev.*

danje kontakta s realnošću, neumoljivo sam mu rekao da se ne pomera iz svoje stolice. Dodao sam još da ću, ako me samo pipne, prekinuti terapiju i nikad ga više neću primiti. Rekao sam da mu treba neko ko može da ga mirno sluša a ne neko ko ga se boji i da bih ga se ja bojao ako bi on makar samo jednom sledio svoj nagon da me povredi. Pošto sam primetio da se smiruje, dodao sam i kako je ideja da on može da mi izvadi oči podjednako i nerealistična i intrigantna. Ne bi to mogao da uradi, ne bih mu dozvolio. I zašto je uopšte pomislio na oči? Da li to možda ima neke veze sa sećanjem na njegovu majku koja ga gleda prezrivo? Intervencije ovog tipa su ga smirile i uskoro je seansa napredovala u smeru veće obostrane povezanosti.

Slično tehničkim intervencijama u navedenoj vinjeti, moj stav tokom ove zastrašujuće epizode s bliskim rizikom od fizičkog nasilja uključivao je čvrsto postavljanje granica, zajedno s komentarima za poboljšavanje testiranja realnosti. Pored toga, ja sam pokušao i da povežem sadržaj njegove pretnje sa izvesnim sećanjima o kojima mi je govorio tokom ranije faze našeg rada. I dok su ovde takvi aktivni napori bili neophodni, u slučajevima gde je pretnja suptilna i spora osoba može zadržati relativnu neutralnost i, samo time što će izdržati strah koji pacijent izaziva, pripremiti tle za uobičajeni rad na interpretaciji.

Trpljenje i sadržavanje pacijentovog straha

Među zadacima analitičara ističe se „držanje“ (*holding*) i „sadržavanje“ (*containing*) strahova koje pacijent može da oseti i verbalizuje, kao i strahova koje nije u stanju da iskaže. Raspoznajući takve „beta elemente“ (Bion, 1967a) sanjarenjem, rezoniranjem s pacijentovom projektivnom identifikacijom i empatijom vođenim „probnim identifikacijama“ (Fliess, 1942) s pacijentom, analitičar oseća pacijentove strahove, ali ne žuri da sa njih skine masku. Umesto toga, on dopušta da sam bude skladište takvih afekata, čekajući da proces analize odbrana i iz toga proistekao rast *Ja* pacijenta dozvoli verbalizovanje dotad odbacivanih anksioznosti. Rečeno jezikom savremene relacione psihoanalize, strah

je intersubjektivni odgovor koji, kao i bilo koja druga kontratransferna reakcija, analitičaru pomaže da razume sebe, svog pacijenta i prirodu njihove interakcije. Osim toga, pošto i pacijent i analitičar treba da se osećaju sigurno, malo uzajamne regulacije je važno za dijadu prilikom „uspostavljanja i podešavanja ravnoteže između opasnosti i sigurnosti u njihovom analitičkom radu“ (Kafka, 1998: 102).

U većini kontinuiranih analiza proces je takav. Međutim, postoje okolnosti kada fragmenti pacijentove psihe kojih se on plaši probijaju kroz racionalni um njegovog *Ja* i dovode do stanja „emocionalne poplave“ (Volkan, 1976). U takvim okolnostima, kapacitet analitičara za sadržavanje dobija veći značaj; taj kapacitet potom priprema teren za interpretativnu dekonstrukciju onoga što se upravo desilo.

Klinička vinjeta: 3

Rebeka Koen, dvadesetšestogodišnja ćerka čoveka koji je preživeo Holokaust, bila je kod mene na analizi. Tok ranog tretmana bio je ispunjen fantazijama, prepunih anksioznosti, o iskustvima njenog oca u nacističkom koncentracionom logoru. Stravična scenarija etničke mržnje i nasilja okupirala su Rebeku i to se spremno proširilo na transfer. Plašila me se i mrzela me, smatrala me je muslimanom ili Arapinom koji mrzi Jevreje i sumnjala da sam podržavao Palestince u nasilju protiv Izraela. Projekcije njenog ličnog transgeneracijskog posttraumatskog cepanja selfa na naciste i Jevreje konstantno su bile aktivne u njenoj povezanosti sa mnom. Jedan dan sam bio omražen i surovo napadan. Drugog dana me se veoma plašila.

Tokom jedne seanse dok je govorila o Holokaustu, Rebeka je odjednom skočila s kauča i otrčala u ugao prostorije koji je bio najdalji od mene, drhteći i očigledno potresena nečim što je upravo doživela iznutra. Stajala je tamo i plakala. Čutao sam. Onda je našla kutiju s maramicama na obližnjem stolu, obrisala lice i delovala je malo smirenije. Nisam ništa rekao i strpljivo sam čekao da se stvari odmotaju. Rebeka je skočila, sela na moj radni sto i pitala me da li znam šta se dogodilo. Odmahnuo sam glavom i rekao da ne znam. Onda mi je otkrila kako je osetila da ću izvaditi nož i izbosti je dok je na kauču i zato je morala da

pobegne od mene. Dok je ovo pričala, primetio sam da je postala mnogo smirenija. I dalje sam ćutao. Nastavila je rekavši: „Znate, nikada nisam videla vašu kancelariju iz ovog ugla. Deluje tako neobično... Znate li kako izgleda... Deluje tako mirno. Sve je netaknuto, tiho. Izgleda kao omot korica krimi bestselera. I znate šta, ponekad kada pročitate celu knjigu, otkrijete da su svi tragovi već prikazani na fotografiji na koricama knjige. Da, vaša kancelarija s ove strane izgleda baš kao takva jedna fotografija, sa svim tragovima nedirnutim.“ Sada sam progovorio i rekao: „I, pretpostavljam da bih ja bio leš u ovoj sceni ubistva.“ Rebe-ka se osmehnula, protegla ruke i, uperivši svoje sklopljene šake prema meni, ispustila zvuk kojim je nagovestila da puca u mene iz pištolja. Odgovorio sam: „Znate šta, malo pre ste mislili da ću ja vas ubiti, a sada kada ste se malo udaljili iz te pozicije, našli ste se na poziciji gde vi ubijate mene. Vidite, i ovo ubistvo i ubica su delovi vašeg selfa i, zarad rada koji smo zajedno preduzeli, nadam se da ćemo zadržati oba ova gledišta i videti kako su povezana jedno s drugim, odakle su potekla i kojoj svrsi služe.“ Rebe-ka je sišla sa stola, došla do kauča i legla. Seansa se nastavila na „uobičajen“ način.

Ovaj klinički razgovor odslikava brojne intervencije, uključujući interpretaciju cepanja i projekтивne identifikacije. Međutim, ovde želim da naglasim kako je moj neuznemiren i neintruzivan stav olakšao odmotavanje kliničkog sadržaja. Moje verbalne intervencije bile su važne, ali su one bile moguće samo zato što je taj sadržaj postao dostupan usled toga što sam ja smireno „zadržavao“ njen užas.

Upravljanje sopstvenim strahom i učenje iz njega

Tokom svog kliničkog rada psihoanalitičar doživljava ogroman niz emocija, a strah zauzima istaknutu ulogu na toj listi. Poland (citirano u: Mathias, 2008) je opisao četiri različita načina kako strah kod analitičara nastaje: a) izaziva ga pacijent, b) stvara se u samom analitičaru, c) tiče se analitičkog procesa i d) nastaje usled uobičajenih realnih okolnosti ljudskog života. Pošto smatram da se ove kategorije preklapaju, ja ana-

litičarev strah delim na a) strah od pacijenta, b) strah od toga da će odigravati svoje sadržaje i grešiti, c) strah da će analiza biti neuspešna i d) strah da će praviti neuobičajene intervencije. Priznajući da se te stvari ne mogu precizno klasifikovati i da jedna klasifikacija može razjasniti neke stvari, ali zbrkati neke druge, u narednom tekstu pratiću svoju šemu.

Prvi je analitičarev strah od pacijenta. Ovo je najupadljivije u radu s paranoidnim ili graničnim osobama, naročito ako one redovno imaju ispade besa (videti kliničku vinjetu 2). Oni koji su hronično na ivici da počine samoubistvo takođe mogu izazivati strah kod analitičara. U takvim okolnostima strah od potencijalne sudske tužbe ili štete profesionalnom ugledu može postati prilično snažan. Ove brige mogu biti racionalne reakcije na pacijentovu samodestruktivnost, a mogu se i pojačati projekcijom analitičareve lične nesvesne mržnje prema pacijentu (Maltsberger & Buie, 1974). Ponekad je analitičar uspešan u trpljenju takvih strahova tokom dugih perioda i nastavlja da radi sa pacijentom tako što „drži“ i interpretira njegove sadržaje. Njegova odluka da ne postavlja ograničenja već da dozvoli da se proces odmota zasnovana je na osećaju da je pacijentu potrebno da on trpi svoj strah i da će taj zahtev transfera biti moguće razrešiti u okviru interpretacije. A onda se nešto dogodi, i čitava se konstrukcija raspadne.

Klinička vinjeta: 4

Kako je tretman tekao, Sara Grin (pacijentkinja opisana u kliničkoj vinjeti 1) ispričala mi je detalje svojih dugoročnih suicidalnih želja i svoj konstantni osećaj dok je odrastala da je njena majka mrzi i da želi da je ona mrtva. Pričala je i o grubim kritikama koje joj je majka upućivala; stalno je Saru nazivala „čudovištem“ i „zlom“. Ne iznenađuje što je Sara bila prestravljena od svoje majke i što od nje nije tražila da joj posveti mnogo vremena i pažnje.

* Eng. *acting out*. Termin se odnosi na impulsivno, eksplozivno i nekontrolisano izbacivanje svojih unutrašnjih sadržaja, najčešće potisnutih i mentalno neprorađenih emocija ili fantazija, koji se time obrađuju u spoljašnjoj sredini, na dramatičan način i donose olakšanje od psihičke napetosti. – *Prim. prev.*

Kada su se ovi detalji odmotali, Sara je ukrala revolver iz kuće svoje sestre. Spavala je sa napunjenim pištoljem u ruci. Bio sam prestravljen, ali sam ipak osećao da ovog puta ne treba da insistiram na tome da se odmah otarasi oružja. Imao sam nejasan osećaj da je strah koji doživljavam posledica projektivne identifikacije s njenim preplašenim dečjim selfom, kao i direktna posledica njenih fantazija u kojima traži osvetu. Drugim rečima, usled efekta njene projekcije, ja sam postao „uplašena mala Sara“, dok je ona preuzela ulogu svoje zastrašujuće majke. A u isto vreme, ona se iz jadne male Sare pretvorila u Saru koja zastrašuje, dok sam ja – kao majka, morao da budem mučen zbog onoga što sam joj uradio kao detetu.

Sama činjenica što sam mogao da osmislim odigravanje i mentalno verbalizujem ono što se najverovatnije dešavalo, govorila mi je da je tu bilo nečega što se moglo sadržavati i, na kraju, intepretirati. Rizik je (za nju) bio visok, a strah (u meni) očigledan, ali smo iz seanse u seansu razgovarali o onome što potencijalno leži u osnovi toga što se dešava – o osećanjima, negde u dubini naših srca, da nismo morali prekinuti odigravanje postavljanjem granica u ponašanju i da joj je bilo potrebno da ja trpim tu anksioznost. Osećali smo da je sve što se dešavalo bilo „kobajagi“, u „modu pretvaranja“ (Fonagy & Target, 1997).

Onda me je jednog popodneva Sara pozvala i rekla da ponovo oseća da zaista želi da se ubije. Imao sam drugog pacijenta u čekaonici i pitao je da li može da mi garantuje da neće uraditi ništa impulsivno i samodestruktivno u sledećih sat vremena. Obećala je i dogovorili smo se da ću je pozvati čim pacijent kojeg je trebalo da primim ode. Međutim, kada sam je pozvao, telefon je zvonio i zvonio, a Sara se nije javljala. Bio sam prestravljen i mislio sam da se ubila. Tresući se od straha i proklinjući sebe što sam se neopravdano junačio i bio avanturista u svom kliničkom radu, pozvao sam njenu sestru koja je odmah krenula u Sarin stan. Narednih trideset minuta bilo je najdužih trideset minuta u mom životu. Onda me je njena sestra pozvala i rekla da je našla Saru kako čvrsto spava, da je sve u redu i pod kontrolom. Sara je uzela vezu i neizmerno se izvinjavala za to što se dogodilo. Prihvatio sam izvinjenje, ali osećajući da je pređena izvesna granica (i da sam od majke koja je sadržavala postajao majka koja ignoriše i destruktivna je), insistirao sam da sestra ne samo uzme pištolj već i da ga se odmah reši, tako da

Sara više nikad ne može da ga uzme. Ova intervencija i potonji razgovor o tome u kliničkom okruženju utrli su put produbljivanju našeg terapijskog rada.

Drugi je strah analitičara od sopstvenih nagona za odigravanjem. Ako je analitičar pod velikim ličnim stresom (npr. ako je u žalosti, razvodi se, ozbiljno je bolestan), verovatno će se kod njega javiti strah od odigravanja sadržaja sa svojim pacijentima, pri čemu bi pacijente koristio da umanjí svoju usamljenost i dâ oduška seksualnim ili agresivnim afektima (čak i ako bi to bilo u blagoj formi i sa suzdržavanjem od cilja), čemu vredi posvetiti pažnju. U takvim okolnostima mora se razmišljati o konsultovanju kolege od poverenja ili o povratku na sopstvenu terapiju. Ipak, ima i drugih slučajeva kada analitičar funkcioniše optimalno, pa opet razvije strah da će uraditi nešto neobično ili čudno sa svojim pacijentom. To je pitanje kontratransfera i uzdržanosti, zajedno sa samoposmatranjem, često otkriva prirodu transfera koji vrši takav pritisak na analitičara. Evo kliničkog primera jednog takvog događaja.

Klinička vinjeta: 5

Melani Rajt, mlada žena koja podseća na dečaka, zatražila je tretman zbog osećanja anksioznosti i izvesne napetosti u braku. Uspaničila se kada je njen muž otpušten sa posla i, mada je mogao ubrzo da nađe unosan posao, ona je i dalje bila anksiozna; zapravo, plašila se da će postati siromašni. Ona i muž su se često svađali zbog tog njenog straha i trvenje među njima je raslo.

Međutim, ono što je na mene ostavilo najveći utisak kada sam je prvi put video nije bila ova nepotrebna anksioznost već činjenica da je ona – mlada žena u srednjim dvadesetim godinama, izgledala kao dečak – tinejdžer. Napravivši mentalnu „belešku“ o tome, nastavio sam da prikupljam njene biografske podatke. Ispostavilo se da su se njeni roditelji razveli kada je imala šest godina i da ju je odgajila nežna, ali vredna i profesionalno zauzeta majka. Druge dve važne činjenice bile su da je razvod ubrzala objava njenog oca da je homoseksualac i da je

mala Melani morala da odraste s vrlo teškim starijim bratom koji ju je stalno povređivao, ponekad i fizički. Izgledalo je kao da su se različiti faktori ujedinili i ugrozili njenu ženstvenost. Činjenica da je bila udata već tri godine i da je izgledalo da voli svog muža nekako se nije uklapala.

Pošto smo počeli analizu, primetio sam da doživljavam nešto što nikad ranije nisam osetio tokom kliničkog rada. Dok je Melani govorila, ponekad oklevajući, a ponekad slobodno, o ovom ili onom problemu, osetio sam neobičnu nelagodu u grudima i gornjem delu stomaka. Bilo je kao da me je neko golicao vrlo jako (pojavila su mi se neka sećanja iz detinjstva u kojima je bio i moj stariji brat). Stalno sam želeo da promenim položaj u stolici, kao da hoću da izbegnem njegovo golicanje. Zajedno sa takvom fizičkom nelagodom osetio sam i nagon da je prekidam tako što ću reći nešto besmisleno i potpuno nepovezano s onim o čemu je govorila. Ako je, na primer, govorila o razvodu svojih roditelja, imao sam želju da je pitam da li zna koji je glavni grad Ajove i da li razmišlja o svojim finansijama u budućnosti ili sam, pak, imao poriv da joj govorim o složenosti Urdu poezije.

Iako sam zauzdavao takve porive, ti doživljaji su svejedno bili uznemirujući. Uporno sam se pitao o čemu se tu radi. Kako bi na nju uticalo ako bih izrekao misli koje su mi prolazile kroz glavu? Svakako, bila bi šokirana. Mogla bi da me doživi kao bizarnog, ako ne i potpuno ludog.

Nekoliko nedelja obuzdavanja ovakvih poriva, čekanja, dopuštanja da se sadržaj dalje razvija i sprovođenja postepene analize odbrana dovelo je do toga da ona otkrije da njen otac nije postao samo homoseksualac već i prilično „lud“: okrećio je plafone dnevne sobe i trpezarije u ljubičasto, počeo je da poziva svoje ljubavnike homoseksualce kod njih u kuću i da upražnjava seksualne odnose pred Melani i njenim bratom (kada je majka bila na poslu). Nekoliko puta je pozvao decu da se njemu i njegovom ljubavniku pridruže u krevetu, dok su imali odnos. Kako je ovaj sadržaj isplivao, praćen velikim bolom i plakanjem, primetio sam iznenadno smanjivanje svojih poriva da „se ponašam ludo“!

Pošto je kontratransferna napetost stavljena pod kontrolu, mogao sam bolje da razmišljam o tome što se dogodilo između pacijentkinje i

mene. Moja „pretpostavka“ (C. Brenner, 1976) bila je da je pacijentkinja bila šokirana perverznom ponašanjem svog oca i da je pounutrla taj traumatični scenario objektnih odnosa. On je, međutim, ostao „nepretrađen“ i trebalo je da bude prebačen u mene, kao Bionovi (1962) beta elementi, kako bih ih ja „sadržao“ i obradio. Ona ga je mogla povratiti u sećanje jedino ukoliko bi se njen kapacitet za podnošenje traume i „mentalizaciju“ (Fonagy & Target, 1997) uvećao. U međuvremenu, ja sam morao da istrpim štetno iskustvo u kojem sam se smenjivao kao žrtva (npr. moje osećanje da sam nemilosrdno golican) i kao počinitelj psihičkog nasilja (npr. moja želja da je šokiram izgovaranjem besmislica).

Treći strah koji analitičar doživljava jeste strah od neuspeha analize. Iako izuzeci postoje, ovaj strah generalno odražava to da pacijent nije bio zaista pogodan za analizu (npr. previše je konkretan, previše paranoidan, previše usamljen) i da je prihvaćen na tretman usled pogrešne procene ili iz pogrešnih razloga (npr. analitičareve potrebe za novcem, pacijentove zavodljivosti). Generalno, ovo postaje očigledno preko konkretosti u razmišljanju, nepopustljive nesposobnosti ili odbijanja pacijenta da slobodno asocira i/ili njegovog/njenog siromašnog afektivnog života. Drugačiji scenario se razvija s pacijentima koji preplavljaju kliničku situaciju svojom „militantnom beznadežnošću“ (Poland, citirano u: Jordan, 2002: 989). Iz seanse u seansu oni se žale kako im je život uzaludan, kako im analitičar ne pomaže i kako su sigurni da će analiza biti neuspešna. Mogu samo deklarativno izjavljivati kako prepoznaju da je analitičar posvećen i da daje sve od sebe, ali i dalje nastavljaju da odbacuju sve njegove intervencije. Zaposednuti nekom vrstom „demonške sile“, o kojoj je Frojd (1920g: 35) govorio u svom objašnjenju nagona smrti, takvi pacijenti mnogo pate dok istovremeno dovode i do toga da analitičar pati. Predviđajući njihovo samoubistvo (koje deluje kao da će se desiti svakog dana), analitičar oseća strah koji ledi kosti pri pomisli na propadanje njegovog profesionalnog ugleda i ličnog blagostanja. Čjuzdova takođe pominje strah koji nastaje usled osećanja potpune analitičarske bespomoćnosti i priznaje da su je proganjala sećanja na neuspele analize koje su kod nje „izazivale strah, ne od ovih pacijenata već u smislu ograničene vrednosti onoga što radimo“ (Chused, citirano u: Jordan, 2002: 992). Još jedna situacija u kojoj se javlja strah od neuspešne analize dešava se kada pacijent ima upornu fantaziju tipa „jednog dana...“

(Akhtar, 1996). Pacijent se uporno nada, odražavajući stanje patološkog optimizma, da će se njegova žarka želja (npr. da pokojni roditelj ponovo oživi, da analitičar stupi u brak s pacijentom) „jednog dana“ ostvariti. I, pošto je radio na interpretaciji tokom veoma dugog perioda, analitičar počinje da oseća prestravljenost da se pacijent neće odreći ove nade i da će se analiza ili nastaviti unedogled ili se naglo okončati; u svakom slučaju, bila bi neuspešna. U takvim situacijama preporučljivo je da se konsultuje sa kolegom ili supervizorom. A možda će biti neophodno i da se psihoanaliza preinači u psihoterapiju (videti: Akhtar, 2009: 57–58).

Na kraju, analitičar (naročito početnik) plaši se da će sprovesti ono što bi se, u nedostatku boljeg izraza, moglo nazvati „neuobičajenim intervencijama“ (Akhtar, 2012). Ovde postoji strah od stava koji bi mogli imati supervizori, mentori i analitički heroji koji su pounutreni u analitičarevo *Nad-ja*, pre nego u njegov „radni self“ (Bolognini, 2011). Pokretački nalog postaje pitanje „Šta će oni reći?“ umesto da to budu zahtevi onoga što je realnost konkretnog kliničkog trenutka. Jasno je da je ovo mutna oblast i da je neiskusni analitičar sigurniji ako greši u smeru većeg opreza, ali strah da će se ponašati na „neuobičajen“ način mora se pre ili kasnije ostaviti po strani ukoliko će raditi sa „slobodno lebdećom spremnošću za reagovanje“ (Sandler & Sandler, 1998) i autentičnim učestvovanjem. U uređenom izdanju (Akhtar, 2011b) prikupio sam devet takozvanih neuobičajenih intervencija, uključujući: a) pravljenje posebnih novčanih dogovora, b) sprovođenje tretmana izvan kancelarije, c) menjanje učestalosti, dužine i vremena seansi, d) odbijanje da se sluša o određenim vrstama sadržaja, e) davanje saveta, f) interpretiranje u vidu akcije, g) pričanje o sebi, h) dodirivanje pacijenta i i) davanje pacijentu poklona i sitnica za uspomenu. Ovo izdanje takođe objašnjava razloge za korišćenje ovih intervencija i protiv toga, te čitalac može imati koristi od čitanja tog materijala.

Zaključne napomene

U ovom poglavlju sam opisao strah, kategorisao ga na osnovu jačine i našao njegovo razvojno poreklo. Opisao sam sličnosti i razlike između straha i anksioznosti pokazavši kako su oni istovremeno prisutni u

stanju fobije. Nakon toga sam napravio kratak pohod u oblast kulture i pokušao da prikažem kako se neprijatna emocija straha može pretvoriti u uzbuđenje koje pružaju horor filmovi, gotička literatura i igre u kojima se traži uzbuđenje, dok, sa negativne strane, ona može formirati deo nacionalnih i rasnih predrasuda i političkog ugnjetavanja. Vrativši se na kliničku oblast, razmatrao sam prisustvo straha u matrici transfera i kontratransfera i skicirao strategije za rešavanje problema koji iz toga proističu.

Pre nego što zaključim, međutim, deluje kao jedino ispravno da prokomentarišem i psihička stanja koja deluju kao suprotna strahu. Postoje tri takva stanja: a) neustrašivost, b) kontrafobija i c) hrabrost. Neustrašivost ima dve varijante. Primarna neustrašivost postoji kod odojčadi i mlađe dece koja nisu svesna opasnosti koje ih okružuju; ona mogu stavljati u usta potencijalno otrovne stvari i gurati prste u utičnice. Pošto se nekoliko puta povrede i pošto ih roditelji iznova poučavaju, takav „nedostatak straha“ postepeno se smanjuje. Sekundarna neustrašivost viđa se kod kriminalaca – operativaca, koji su nisko u kriminalnoj hijerarhiji; oni izvode bezočna i rizična dela pod zaštitom moćnog gazde i osećaju da im se ništa ne može, i neće, desiti.

Stanje kontrafobije odnosi se na taj nesvesni stav *Ja* koji osobu podstiče da preduzima upravo one aktivnosti koje u njoj pobuđuju strah i anksioznost, pa čak da u njima i uživa. Međutim, takvo ponašanje je rigidno i ima kvalitet preterivanja. Prema Fenihelu (1961: 379):*

Opsesivni način traženja nekada zastrašujućih situacija pokazuje nam da je strah uvek latentan. Bolesnik neograničeno teži da ponovi uslove koji su mu u detinjstvu dopustili da postepeno upravlja svojim strepnjama, aktivno ponavljajući ekscitirajuće situacije. To kontrafobično zadovoljstvo je ponavljanje dečjeg „funkcionalnog“ zadovoljstva: „sada više nemam čega da se bojim“ (Silberer, 1909). Upravo, kao i kod dece, kvalitet dobijenog zadovoljstva otkriva da osoba nije potpuno ubeđena u svoje moći i da pre nego što se upusti u bilo kakvu aktivnost prolazi kroz period ustrašenog očekivanja i, najzad, uživa kad ga prevaziđe.

* Fenihel, Oto, *Psihoanalitička teorija neuroza*, prev. Jolanda Ganie, Medicinska knjiga, Beograd, Zagreb, 1961, str. 379. – *Prim. prev.*

Uobičajeni primer kontrafobičnog stava je socijalno i motoričko rizično ponašanje adolescenata (npr. brza vožnja, eksperimentisanje s drogama, prkošenje društvenim pravilima pristojnosti, suprotstavljanje direktoru u srednjoj školi). Još jedna ilustracija je to što se neki imigranti iznenadujuće brzo asimiluju u kulturu domaćina (Akhtar, 1999a). Oni „magično“ usvajaju nove lokalne običaje kako bi sebe odvrtili od socijalne anksioznosti koju osećaju zbog toga što su „drugačiji“. Može se dati još primera. Osoba koja preporuku da se podvrgne ozbiljnoj operaciji prihvata istog trenutka najverovatnije pokazuje kontrafobični stav. Groteskna mladolikost nekih narcisa koji stare (Kernberg, 1980) i „smeh pod vešalima“ kod nekih terminalno bolesnih osoba takođe prikrivaju odbrambeno izbegavanje da se priđe opasnostima. U svim ovim situacijama sumnjiva je odsutnost očekivanog straha. Činjenica je da strah postoji, ali nije aktivan usled snažnih samouveravanja osobe u suprotno.

Na kraju, tu je hrabrost. Teško da je sinonim za neustrašivost, hrabrost podrazumeva da osoba zna da njen stav (fizički, intelektualni ili moralni) i njene akcije mogu imati nepovoljne posledice: finansijski gubitak, društvenu izolaciju, lični podsmeh, fizičku kaznu itd. Pa ipak, ona se priprema da se suoči sa njihovom nastupajućom najezdom. Tek tada, ona se može suočiti sa destrukcijom i smrću, a da ne izda smislenu srž svog postojanja. Džon Vejn, filmski glumac koji je bio oličenje odvažnosti u svojim ulogama, našalio se da „Hrabrost znači biti nasmrtno uplašen, a ipak jahati“ (preuzeto sa *www.Thinkexist.com*). General Vilijem T. Šerman (po kom je tenk „Šerman“ dobio ime) izjavio je da je hrabrost „savršena osetljivost za meru opasnosti i mentalna volja da se ona izdrži“ (citirano u: Kidder, 2006: 9).

Hrabar čovek veliku težinu pridaje sopstvenim mislima i opažanjima. Njemu nije potrebna saglasnost drugih i ne zavisi od tuđeg odobravanja. On može ostati nezavisan čak i kada se drugi ne slažu s njim ili mu se suprotstavljaju. Hrabrost za njega postaje „izuzetno stanje svesti koje dozvoljava i proizvodi izvanredne oblike ponašanja“ (Coles, 1965: 85).

U suštini, hrabrost je posebna vrsta reakcije na strah, kao što su to kontrafobija i kukavičluk. A činjenica je da smo svi mi u stanju da na strah reagujemo na sva tri načina. Koji će prevladati, kada i sa kojim

posledicama, to na kraju oblikuje naše prilagođavanje na unutrašnju i spoljašnju stvarnost, naš sveukupni karakter i smer u kome se naš život kreće.