

# Psihodinamika ljubavnih odnosa

---

**Puljek, Barbara**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2024**

*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://um.nsk.hr/um:nbn:hr:105:860447>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-10-05**



*Repository / Repozitorij:*

[Dr Med - University of Zagreb School of Medicine Digital Repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**MEDICINSKI FAKULTET**

**Barbara Puljek**

**Psihodinamika ljubavnih odnosa**

**DIPLOMSKI RAD**



**Zagreb, 2024.**

Ovaj diplomski rad izrađen je na Katedri za psihijatriju i psihološku medicinu KBC-a Zagreb, pod vodstvom prof. dr. sc. Darka Marčinka i predan je na ocjenu u akademskoj godini 2023./2024.

# SADRŽAJ

## SAŽETAK

## SUMMARY

1.	UVOD.....	1
2.	PSIHODINAMSKE TEORIJE.....	2
	2.1. Freudove psihoanalitičke teorije.....	2
	2.2. Teorija objektnih odnosa.....	10
	2.3. Teorija privrženosti.....	13
3.	ZALJUBLJENOST.....	15
	3.1. Zaljubljenost ili ljubav?.....	15
	3.2. Kapacitet za zaljubljenost.....	16
4.	LJUBAVNI ODNOS.....	17
	4.1. Erotska želja.....	17
	4.2. Nesvjesni objektni odnosi.....	18
	4.2.1. Stabilnost i odigravanje prošlosti.....	18
	4.2.2. Kapacitet za razdvojenost.....	19
	4.2.3. Triangulacije.....	20
	4.3. Superego.....	22
	4.4. Par u grupi.....	23
	4.5. Zreli ljubavni odnosi.....	24
	4.6. Trajna seksualna želja.....	25
5.	SRAM.....	27
6.	ZAVRŠETAK LJUBAVNOG ODNOSA.....	28
7.	PSIHOPATOLOGIJA I LJUBAV.....	29

6.3. Ples narcisa i borderline.....	31
6.4.Parafilije.....	33
8. Ljubav u suvremenom društvu.....	34
9. ZAKLJUČAK.....	35
ZAHVALE.....	36
LITERATURA.....	37
ŽIVOTOPIS.....	40

## SAŽETAK

Psihodinamika ljubavnih odnosa

Barbara Puljek

Ovaj pregledni rad bavi se problematikom ljubavnih odnosa iz perspektive psihodinamike. U prvom dijelu rada opisane su Freudove klasične teorije. Topografska koja dijeli psihički aparat na svjesno i nesvjesno te strukturna teorija koja mu pridodaje podjelu na *id*, *ego* i *superego*. Zatim prati dijete kroz ključne razvojne faze i značajne događaje. Za to vrijeme kontroverzni psihoseksualni razvoj djeteta pomiče granice shvaćanja seksualnosti. Teorija objektnih odnosa opisat će značaj ranih odnosa koji kroz unutrašnje reprezentacije postaju nazobilazna postaja u analizi kasnijih odnosa, dok je teorija privrženosti zanimajući se za odnos djeteta s majkom pokazala da postoji korelat s modelima privrženosti u ljubavnim odnosima odraslih. Tijekom odrastanja za vrijeme rane adolescencije čestim zaljubljuvanjem mlada osoba uči razliku između idealizacije i stvarnosti. Ulaskom u ljubavni odnos nastupa iznimno važno nesvjesno odigravanje koje je izvor dinamike para. U nizu nesvjesnih odigravanja par se suočava s edipalnim parom iz više perspektiva. Tu su u podlozi želje za identifikacijom s parom, za njegovim uništenjem, pobjedom nad rivalom ili pronalazak željenog ideala. Par izgrađuje vlastiti superego kao svojevrsnu obranu od vanjskih i unutarnjih prijetnji. Ovisno o zrelosti superega bit će vidljiv spektar aktivacija superega od poželjnih do patoloških. Niz karakteristika razlikuje zreli, stabilni odnos od nezrelih. Između ostalog zreli odnos ima kvalitete kao što su temeljno povjerenje, poniznost i zahvalnost za drugu osobu i njezinu ljubav, kapacitet za oprost i druge karakteristike opisane u radu. Patologija ljubavnih odnosa vezana je za poremećaje ličnosti u kojima se često nalaze problemi s objektnim odnosima, krivnjom, empatijom, te je odnos u konačnici nestabilniji i manje zadovoljavajući.

*Ključne riječi: ljubavni odnosi, psihodinamika, objektni odnosi, nesvjedni objektni odnosi*

## SUMMARY

### Psychodynamics of love relationships

Barbara Puljek

This review paper addresses the complexities of romantic relationships from a psychodynamic perspective. The first part of the paper describes Freud's classical theories: the topographical model, which divides the psychic apparatus into the conscious and the unconscious, and the structural theory, which adds the division into the id, ego, and superego. It then follows the child through key developmental stages and significant events, highlighting the controversial psychosexual development of the child, which challenges traditional understandings of sexuality. Object relations theory will explain the significance of internal events that form the foundation for future relationships, while attachment theory, focusing on the child's relationship with the mother, demonstrates a correlation with attachment patterns in adult romantic relationships.

During early adolescence, frequent infatuations teach young individuals the distinction between idealization and reality. Entering a romantic relationship involves critically important unconscious enactments that drive the couple's dynamics. In a series of unconscious reenactments, the couple confronts the Oedipal pair from multiple perspectives, including desires for identification with the pair, its destruction, victory over a rival, or the pursuit of an ideal. The couple constructs its own superego as a defense against external and internal threats. Depending on the maturity of the superego, the spectrum of superego activations will range from desirable to pathological.

Several characteristics distinguish a mature, stable relationship from immature ones. Among others, a mature relationship possesses qualities such as fundamental trust, humility, gratitude for the other person and their love, the capacity for forgiveness, and other traits described in the paper. The pathology of romantic relationships is linked to personality disorders, which often involve issues with object relations, guilt, empathy, and ultimately lead to more unstable and less satisfying relationships.

*Key words: love relationships, psychodynamics, object relations, unconscious object relations*

## 1. UVOD

Pauziramo li život u ovom trenutku i pitamo li se tko smo mi sad. Tko je čovjek u jednom trenutku, je li on dosadašnja svoja povijest. Svo njegovo vrijeme nošeno u istom mjestu (tijelu). Uzmemo li vrijeme kao varijablu i mjesto kao konstantu dobit ćemo prikaz jednog vremena. Običan kamen se oblikuje kroz vrijeme. Tako je i psiha utisak jednog vlastitog vremena.

Stoga je ideja ovog preglednog rada da krenemo s razvojem od početka. Izuzetno zanimljivu tematiku ljubavnog odnosa čini kompleksnim to što se radi o dvije jedinstvene osobe od kojih svaka ulazi u odnos s vlastitim pologom prošlosti te bi psihodinamski razvoj svake jedinice valjalo ispratiti do rođenja. Nadalje tu je veza između njih. Što i zašto spaja dvije jedinice u dijadu? Kakva je to buka nijeme nescijesnosti koja ih pokreće? Neki od odgovora na ta pitanja koji su dali istaknuti psihoanalitičari bit će prikazani u drugom dijelu ovog pregleda.

Iznimno dojmljiv svijet nescijesnog koji više poznaje nas nego mi njega potaknuo me je na izbor teme. Znano je da stihovi pjesnika intuitivno i suptilo obrađuju teme zanimljive psihodinamici. Jesenjin (1920) piše „Tko sam? Što sam? Ja sam samo sanjar... “Biti sanjar za Freuda označava prozor u potpuno novu dimenziju koju će opisati u svojim teorijama. Ideja je ovog preglednog rada iznijeti neke ključne razvojne faze djeteta koje će postaviti temelje za odnose odrasle dobi te preko zaljubljenosti, zrele ljubavi i završetka ljubavnog odnosa prikazati normalu i patologiju kroz prizmu psihodinamike. Naravno, psihodinamika ljubavnih odnosa puno je kompleksnija problematika od onoga što ovaj pregledni rad može ponuditi.



## 2. PSIHODINAMSKE TEORIJE

Psihodinamika proučava ponašanje tako da mu daje vlastito, subjektivno i simboličko značenje. Dok se psihoanaliza odnosi na rad Sigmunda Freuda psihodinamika je produkt promišljanja koje se nadovezalo na Freudov rad i kao takav širi pojam od same psihoanalize. Kao što proučava dinamičnu prirodu ljudske psihe tako se i sama psihodinamika prilagođava ovisno o suvremenim saznanjima. Kao svojevrsan predgovor klasičnim teorijama dat ću kratak uvid u novija sagledavanja ključnih pojmova za razumijevanje psihodinamike ljubavi, kao što su afekti i nagoni. Freud na afekte gleda isključivo kao sredstvo rasterećenja, danas se smatra da su oni kompleksne intrapsihičke strukture. Afekti su viđeni kao gradivni blokovi i signali nagona koji su hijerarhijski nadređeni. Nagoni su i širi pojam od afekata što se vidi u njihovoj ulozi u nesvjesnoj želji. Kao rezultat integracije pozitivnih afekata izgradit će se libido, a negativnih agresija (1).

### 2.1. FREUDOVE PSIHOANALITIČKE TEORIJE

MODEL NAGONA Počevši s ekonomskim modelom kao najranijom psihoanalitičkom teorijom koja se temeljila na transformaciji nagonске energije (libida) po zakonu o očuvanju energije Freud utvrđuje nekoliko ključnih pojmova koji će nastaviti dalje svoj povijesni put dok će ostatak ostati nerazrađen i prepustiti svoje mjesto novim teorijama. Tako ovdje valja istaknuti koncept kateksisa (engl. *cathexis*) koji označava zaposjedanje određenog objekta psihičkom energijom (2).

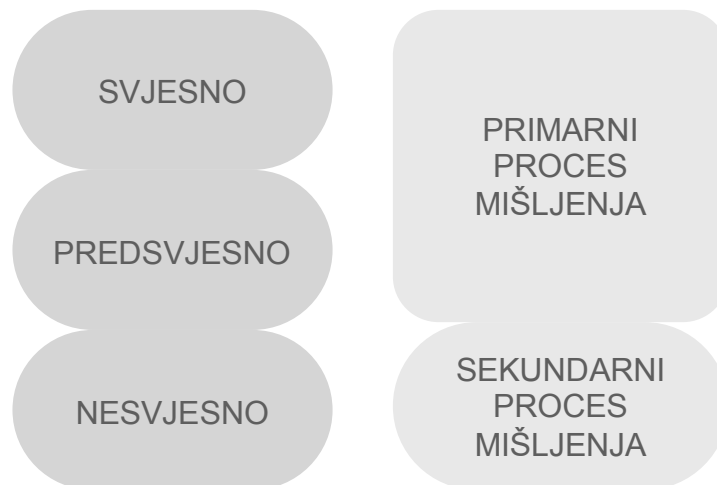
TOPOGRAFSKA TEORIJA sadrži dvostruku podjelu. Na Svjesno, Predsvjesno, Nesvjesno te na primarni i sekundarni proces mišljenja. Freud pretpostavlja postojanje primarnog procesa mišljenja kao načina izvornog funkcioniranja psihe. Karakterizira ga vladavina genetski određenih nagona; snaže pokretačke sile koja djeluje na principu stvaranja uzbuđenosti i napetosti do ispunjenja. To je načelo ugone. Kod odrasle osobe snovi i psihijatrijski simptomi će se pokazati kao izvrstan alat u istraživanju i pristupanju upravo tom dijelu psihe. Omaške, fantazije, šale i dosjetke direktan su pogleda u primarni proces mišljenja. Ono što bismo mogli zateći u tom kutku psihe strano je onome što poznajem. Naime u tom izvornom tipu duševnog funkcioniranja vladaju vlastiti zakoni, neka drugačija fizika. U tom stadiju psihički aparat ne djeluje onako kako je nama logično, moralno, ne poznaje vrijeme ni smisao, kao ni kauzalnost.

Primarni proces misli u slikama, a iskustvo snova pomaže nam zamisliti arhitekturu takvog ustroja psihe.

Opisani primarni proces poklapa se s Nesvjesnim. Predsvjesno je ono što ne zaokuplja svijest trenutno dakle nije svjesno u trenutku, ali za razliku od Nesvjesnog može ući u aktualno polje svijesti, dakle razlikuje se od njega (nsv) s obzirom na odnos sa svjesnim. Od Nesvjesnog je odvojeno cenzurom, koja je teže probojna od druge cenzure koja predsvjesno odvaja od svjesnog (3).

Primjerice neka znanja i sjećanja koja se trenutno ne koriste. Za razliku od nesvjesnog, predsvjesno i svjesno karakterizira sekundarni proces mišljenja. Pretpostavka njegovom nastanku je razvoj govora tako da se pojavljuje u verbalnom, kasnijem dobu u odnosu na primarni proces. Kako se java razlikuje od sna tako je sekundarni proces logičniji, racionalniji, organiziraniji. Tu vlada kauzalnost i logika (4).

Pitanje kojim su se bavili psihoanalitičari tada, ali i danas je način kretanja informacija po topografskim cjelinama uma. Freud koristi *gatekeeper* i *anteroom* analogije (2). U nastavku se nalazi slikovni prikaz topografskog modela, Slika 1.



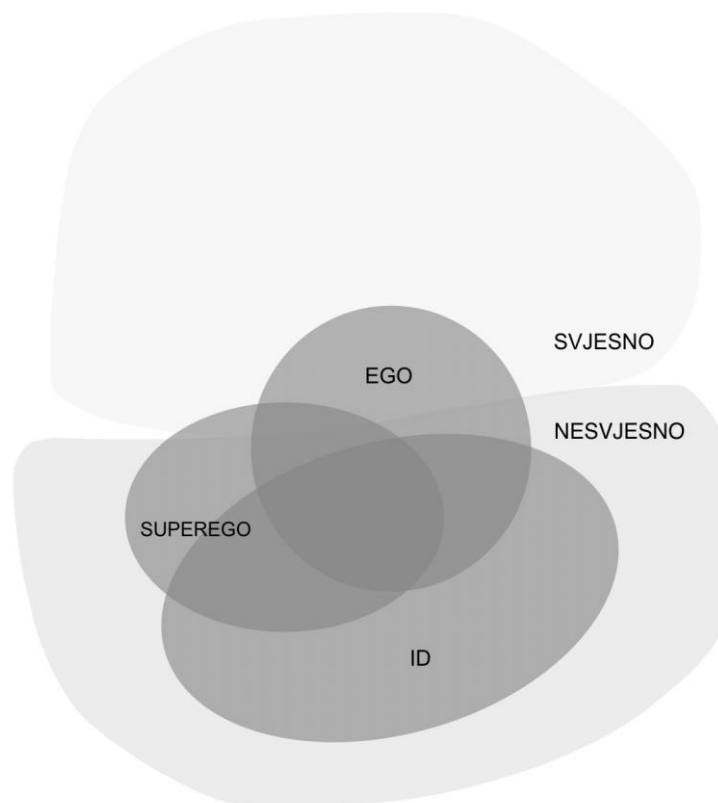
Slika 1. Freudova topografska teorija

STRUKTURNA TEORIJA dijeli psihički sustav na *Id* (Ono), *Ego* (Ja) i *Superego* (Nad-ja) kako je prikazano na Slici 2. Freud postulira da se dijete rađa s idom kao sjedištem bioloških nagona, prije svega libidnim i agresivnim nagonom (4).

*Id* koji se nalazi u nesvjesnom iz nagona crpi veliku energiju te tako čini glavnu pokretačku silu. Freud preuzima izraz *Ono* (*das Es*) od Groddecka koji 1923. godine kaže: „Mišljenja sam da čovjek biva življen nepoznatim. U njemu je neko Ono, nekakvo čudnovato Ono koje upravlja svime što čovjek čini i što se s njim zbiva. Rečenica 'ja živim' je samo uvjetno točna, ona izražava taj jedan mali i površni dio temeljne istine: 'čovjek živi Ono' “ (5).

Dakle prikriven u nesvjesnom i bogat nagonском energijom, *id* traži zadovoljenje svojih potreba u protivnom „napada“ tjeskobom i neugodom.

Postupno na temeljima bioloških potreba (nagonskih potreba tj. *ida*) uz poticaj iskustva svijeta stvara se *Ego* (Ja) posrednik je između stvarnosti svijeta, zahtijeva *Ida* i imperativa Superega. *Ego* zbog mehanizama obrane koji su većinom u nesvjesnom prelazi granice Predsvjeno-Svjesno i zapravo ae provlači kroz u sve stupnjeve svjesnosti. Kao obrambeni pol ličnosti omogućava odgađanje zadovoljenja nagonских potreba te tako uklapa *Id* u sliku realiteta. (2,4)



Slika 2. Freudov strukturalna teorija

Treća instancija, *Superego* odvaja se od Ja u procesu prerade Edipovog kompleksa. Takvo Nad-Ja nalazi svoj subjekt u Ja i kritički ga ograđuje. „U njega vidimo kako se jedan dio Ja suprotstavlja drugom, kritički ga vrednuje i takoreći uzima za objekt “. (6) U psihičkom svijetu obnaša kritičku funkciju i brani ostvarenje pa i osvještenje neprihvatljivih želja. Za razliku od Freuda koji veže *Superego* s razrješenjem Edipovog kompleksa mnogi autori smatraju da internalizacija zabrana i roditeljskih vrijednosti počinje ranije; već s oralnom fazom (M. Klein) ili analnom (Ferenczi) (3).

Freudova beba prolazi paralelno s razvojem Ega i Superega psihoseksualni razvoj. Pojam dječje seksualnosti nadilazi pojam genitalnosti i odnosi se na one aktivnosti koje tragaju za zadovoljstvom koje neki organ može pružiti (4).

Iako je spominjan takav koncept i ranije Freud se prvi posvetio istraživanju seksualnosti u najranijem djetinjstvu. Psihoseksualni razvoj odnosi se na slijed neoštro odijeljenih, čak isprepletenih razvojnih faza koje osoba prolazi i u svakoj se suočava s pripadajućim izazovima. Tijekom razvoja nagoni mijenjaju svoj cilj, objekt i intenzitet i kroz cijelo to vrijeme nastaju iz somatskih izvora i traže gratifikaciju putem objekta. Frustracija ili prevelika gratifikacija može dovesti do fiksacije u određenoj fazi (3,4).

1. Oralna faza (od rođenja do 18 mj.): U ovoj fazi, zadovoljstvo i istraživanje svijeta dolaze kroz usta te su sisanje, grizenje i gutanje su ključne aktivnosti. Zadatak pred kojim se dijete našlo je prijeći od infantilne ovisnosti prema autonomiji i samodostatnosti. Neuspjeh u ovoj fazi može dovesti do oralnih fiksacija kasnije u životu, poput pušenja ili prejedanja (2,7).

2. Analna faza (18-36 mj): Libidna energija pomiče se s oralnog na analno te zadovoljstvo proizlazi iz savladavanja kontrole sfinktera koje je sad pod vlastitom voljom djeteta. Paralelno s tim dijete uči hodati te kontrola sfinktera i hod postaju značajni dokazi neovisnosti. prekomjerna strogost ili popustljivost može dovesti do analnih osobina kao što su pretjerana urednost, organizacija i rigidnost u zadržavajućem obliku ili u isključivom obliku kao neorganiziranost i prkos. (4)

3. Falička faza (3-6 godina): Jedna od kontroverznijih faza u kojoj djeca postaju svjesna svojih genitalija i seksualnog identiteta. Razvijaju privlačnost prema roditelju suprotnog spola, tzv. Edipov kompleks. Rezolucija ovog konflikta je ključna za razvoj zdrave seksualne identifikacije.

4. Latentna faza (od 6 godina do puberteta): Libidna energija postaje potisnuta i sublimirana tj. usmjerava se prema školi, sportu, prijateljstvima i hobijima. Ovo je period socijalizacije i razvoja vještina potrebnih za uspješan život u društvu, s manje fokusiranja na seksualne interese.

5. Genitalna faza (od puberteta): Seksualna energija se ponovo aktivira s početkom puberteta, time i zanimanje za suprotan spol te razvoj seksualnog identiteta i autonomije. Normalan prolazak kroz ovu fazu nužan je za razvoj zdravih značajnih odnosa (7).

Edipov kompleks psihoanalitičari nazivaju kamenom temeljcem psihičkog razvoja (8). Prve teorije zasnovane su na modelu dječaka. Naime u genitalnoj fazi javljaju se ljubavni i neprijateljski osjećaji djeteta prema roditelju. U pozitivnom edipskom kompleksu ljubav je usmjerena na roditelja suprotnog spola, na željeni objekt, a ljubomorna mržnja na roditelja istog spola, rivala. Negativan oblik tog kompleksa ima suprotno usmjerenje želja. (3)

Već od početaka teorije Freud naglašava da se edipalna situacija razlikuje za dječake i djevojčice.

Tada temelji razliku na anatomskim razlikama spolova zbog kojih nastaju dvije vrste anksioznosti. Kod dječaka strah od kastracije, a kod djevojčica zavist za penisom. Takva razlika projicirala se na razvoj, duljinu i konačno rezoluciju edipalne situacije i razvoj superega. Drugi autori predlagali su da se za djevojčice takva situacija naziva drugim imenom primjerice Elektrina ili Perzefonina čiji su mitovi prikladniji od Edipovog. Edipalna situacija djevojčice traži od nje da održava vezu s majkom dok se istovremeno natječe s njom kao rivalom. U dobi od tri do šest godina djevojčica počinje doživljavati svoj primarni objekt, majku kao rivala za očevu pažnju. Ono što je tu drugačije od dječaka je o kome ovise i kome se okreću. Dječaku se „poklopilo“ da su mu primarni skrbnik i objekt edipalnih želja jedno te isto, dok svoje suparničke i ljutite osjećaje usmjerava na oca o kojem ne ovisi u tolikoj mjeri kao o majci. Nije smisao ovoga reći da je djevojčicama teže nego samo naglasiti različitost situacija. One dakle okrećući se prema ocu doživljavaju strah od gubitka sigurnosti koji majka pruža te dolaze u sukob oko odanosti pojedinom roditelju. Tako se malene djevojčice u tim trenutcima suočavaju sa separacijskim pitanjima intenzivnije nego dječaci. Nadalje, Chodorow\_(1978) tvrdi da dječacima u separaciji od majke pomaže identifikacija s objektom istog spola, ocem, ali takva nazovimo je neproblematična, laka separacija pomaže nastanku pretjerane potrebe za autonomijom. Djevojčicama je objekt separacije jednak objektu identifikacije (8).

Potpuno razjašnjenje edipskog kompleksa i njegovo nestajanje čak i iz nesvjesnog idealan je razvoj događaja. U tom slučaju *superego* preuzima njegovo naslijeđe. (4)

Iako prisutni u radovima Sigmunda Freuda, mehanizmi obrane dobivaju svoju zasluženu pažnju u djelima Anna Freud (1936) koja ih opisuje te kaže: „Da ne postoji intervencija ega ili vanjskih sila koje *ego* predstavlja, svaki instinkt poznavao bi samo jednu sudbinu — gratifikaciju.“ (9) .

Mehanizmi obrane nesvjesni su alati koje proizvodi *ego* ne bi li se zaštitio od opasnosti. Uzrok opasnosti zahtjevi su s jedne strane nagona u obliku neprihvatljivih misli, osjećaja, fantazija i realiteta s druge strane. Nastalu tjeskobu *ego* umanjuje pomoću automatskih, nesvjesnih mehanizama. Na taj način osigurava se distanca od realnih, ali neprihvatljivih unutarnjih i vanjskih događanja (4).

Takvi mehanizmi nužni su za mentalno zdravlje. Vaillant (2000) smatra da kako je IQ test pokazatelj inteligencije usporedivo je skala mehanizama obrane dobar pokazatelj mentalnog zdravlja. Djeluju kao svojevrsni regulatori, čuvari psihičke homeostaze koji alteriraju percepciju subjekta, objekta, misli i/ili osjećaja i tako umanjuju nagle promjene nastale u unutarnjem i vanjskom svijetu (10).

Razvoj obrambenih mehanizama ega paralelan je sa psihoseksualnim razvoj i sazrijevanjem psihičkog aparata.

Vaillantova podjela iz 2000. godine svrstava mehanizme obrane u četiri hijerarhijska stupnja po zrelosti (Tablica 1).

Tablica 1. Mehanizmi obrane po Valliantu (4)

Mehanizam obrane	Opis	Klasifikacija
1. stupanj		
Poricanje	Odbijanje prihvaćanja stvarnosti ili činjenica koje izazivaju tjeskobu	Psihotični mehanizam obrane

Iskrivljavanje realiteta	Iskrivljenje realiteta da bi se zadovoljile intrapsihičke potrebe	Psihotični mehanizam obrane
--------------------------	---	-----------------------------

Halucinatorna projekcija	Vanjski realitet iskrivljen halucinatornim fantazijama	Psihotični mehanizam obrane
--------------------------	--	-----------------------------

## 2. stupanj

Fantazije	Povlačenje u fantaziju radi rješavanja unutarnjih ili vanjskih konflikata	Nezreli mehanizam obrane
-----------	---	--------------------------

Projekcija	Pripisivanje vlastitih nepoželjnih misli ili osjećaja drugima	Nezreli mehanizam obrane
------------	---	--------------------------

Projektivna identifikacija	Oslobađanje dijelova selfa projekcijom u druge, gdje object postaje proganjajuć; opisuje ga Klein(1983)	Nezreli mehanizam obrane
----------------------------	---	--------------------------

Hipohondrijaza	Transformacija neprihvatljivih osjećaja prema drugima u negative osjećaje prema sebi	Nezreli mehanizam obrane
----------------	--	--------------------------

Pasivna agresija	Neizravno očitovana gresija prema drugom	Nezreli mehanizam obrane
------------------	--	--------------------------

Acting out	Ispražnjavanje nasvjesnih konflikata kroz akciju; nema svjesne spoznaje o izvornom konfliktu	Nezreli mehanizam obrane
------------	--	--------------------------

Idealizacija	Pridruživanje izrazito pozitivnih karakteristika osobama koje ih nemaju	Nezreli mehanizam obrane
--------------	---	--------------------------

## 3. stupanj

Premještanje	Premješranje osjećaja, težnji s jednog na drugi objekt	Neurotski mehanizam obrane
Disocijacija	Razdvajanje od stvarnosti i doživljavanje osjećaja odvojenosti	Neurotski mehanizam obrane
Izolacija	Odvajanje osjećaja od ideja ili događaja	Neurotski mehanizam obrane
Intelektualizacija	Korištenje razuma i logike za izbjegavanje emocionalnih stresa	Neurotski mehanizam obrane
Potiskivanje	Svjesno ili nesvjesno izbjegavanje sjećanja koja izazivaju tjeskobu	Neurotski mehanizam obrane
Reaktivna formacija	Pretvaranje nepoželjnih impulsa u suprotne	Neurotski mehanizam obrane
4. stupanj		
Identifikacija	Nesvjesno prihvaćanje kvaliteta druge osobe	Zdrav mehanizam obrane
Introjeksija	Identifikacija i internalizacija objekta i njegovih kvaliteta koje postaju dio subjekta	Zdrav mehanizam obrane
Humor	Pretjerano naglašavanje ideja i osjećaja tako da se omogući zadovoljstvo drugima	Zdrav mehanizam obrane
Anticipacija	Očekivanje i planiranje budućih neugodnih događaja	Zdrav mehanizam obrane
Altruizam	Pomažući drugima kako bi se zadovoljile vlastite unutarnje potrebe	Zdrav mehanizam obrane



Supresija	Svjesno zaboravljanje uznemirujućih misli	Zdrav mehanizam obrane
Sublimacija	Preusmjeravanje nepoželjnih impulsa u društveno prihvatljive aktivnosti	Zdrav mehanizam obrane

## 2.2. TEORIJA OBJEKTNIH ODNOSA

Iako se zapravo radi o više teorija nekoliko autora sve spadaju pod jedan naziv teorija objektnih odnosa. Radi se o teorijama koje istražuju bogatstvo unutarnjeg svijeta koji sadrži vlastite zaplete, fabule, likove. Taj svijet, većim dijelom u nesvjesnom sadrži odnose koji su prema ovim autorima nerijetko moćniji od odnosa vanjskog svijeta.

Raščlanjujući naziv objektni odnosi treba napomenuti da pridružena riječ objekt tu nipošto ne oduzima osobi kvalitetu subjekta, niti se koristi u pogrdnom smislu i u svrhu depersonalizacije (3).

Na riječ objekt treba gledati iz perspektive da dobro razgraničava subjekta od objekta pri čemu je subjekt self, a objekt ono izvan selfa koji subjekt onda percipira, kojeg se boji, želi ga, doživljava na neki način.

Pod pojmom odnosi spadaju realni, ali i oni internalizirani, unutarnji odnosi čiju iznimnu važnost u psihičkom životu naglašavaju autori ovih teorija (11).

Poznata je rečenica „Ne postoji takvo nešto kao što je beba... Beba sama po sebi ne može postojati, već je samo dio veze.“ (Donald Winnicott, 1896–1971. Winnicottu je toliko iznimno važan odnos majka djeteta da nepostojanje odnosa isključuje postojanje djeteta (12).

Za razliku od Freuda u Winnicottovoj teoriji superiornost nad nagonom ima potreba za odnosom.

Tvrđi kako djeteta prolazi faze od potpune ovisnosti o majci preko relativne ovisnosti do nezavisnosti. Najraniji period zahtijeva primarnu preokupaciju majke koja je potpuno posvećena djetetovim potrebama. Takav koncept nastavlja se i dalje u vidu „dovoljno dobre

majke“ koja zna prepoznati djetetove potrebe koje uključuju potrebu da bude viđeno, voljeno, vrednovano. Takva sveukupna majčinska njega naziva se podrškom (*holding*) djeteta. Osim toga naglašava važnost poštivanja unikatnog tj. istinskog selfa (engl. true self) djeteta i prilagođavanja majčinih postupaka prema takvim unikatnim potrebama koje se mijenjaju sukladno djetetovom razvoju. U suprotnom stvara se lažni self djeteta prema potrebama i očekivanjima roditelja.

Separacija je kao i prvotna koegzistencija (*infant-mother* sustav) važna djetetova potreba i upravo je kapacitet za uživanje u samoći temeljen na zadovoljenoj primarnoj ovisnosti o majci. Internalizirane reprezentacije one su koje čine samoću izdržljivom i zadovoljavajućom a njihovo nastajanje je omogućeno ako je djetetu ponuđeno dovoljno stabilnih vanjskih objekata koji se mogu internalizirati (11,13).

M.Klein prihvaća Freudovu ideju dualnih nagona. Eros i tanatos kao nagoni života i smrti omogućuju djetetu da voli i mrzi. Smatra da se njihova prisutnost od rođenja očituje u vrlo aktivnom, bogato te nesvjesnom fantazmatskom životu. Naime, zamisliti fantaziju (koju Klein piše kao phantasy) tj. sama primitivna imaginacija početci su mentalne aktivnosti djeteta. Tako u odsustvu majke (majčine dojke) dijete može zamisliti dojkicu i zadovoljstvo koje ona donosi. Za Kleinovu bebu odnos s majkom tj. objektni odnosi postaju važni puno ranije nego što to postulira Freud. Upravo taj odnos je ključan za razvoj unutrašnjeg svijeta djeteta što se kasnije odražava na gotovo sve aspekte čovjekova života, između ostalog ljubavne odnose.

Začetci ega po njezinom učenju postoje od rođenja, ali u krhkom, nezrelom, neintegriranom obliku. Naime i djetetovi nagoni traže svoj objekt, ali na početku su to, sukladno djetetovom razvoju tek perceptivne cjeline, dijelovi objekta (npr. majčina dojka), a jezik kojim se služe jezik je tih nesvjesnih fantazmi. Dualnost nagona uz rani obrambeni mehanizam cijepanja polarizira objekte na dobre i loše te snažno afektivno boja fantazme (4).

Prvih šest mjeseci života dijete prolazi kroz prvu fazu koju Klein naziva paranoidno-shizoidnom pozicijom. Za tu razvojnu fazu karakteristični su određeni mehanizmi obrane koji omogućavaju djetetu istraživanje vanjskog svijeta na način na koji je u tom trenutku sposobno i savršeno prihvatljivo za mladi ego. Izraženi su mehanizmi poput splittinga, projekcije, introjeksijske, projektivne identifikacije, onipotencije, poricanja i idealizacije. Dakle opterećen nagonima silama unutarnji svijet Kleinove bebe vrlo rano traži objekte, nagoni se vežu i investiraju. Na početku su to, sukladno djetetovom razvoju tek perceptivne cjeline, dijelovi objekta, cjelovitost objekta karakteristična je tek u idućoj fazi. Takve objekte kao i sam self dijete na početku strogo dijeli na dobro i loše, na zadovoljavajuće i frustrirajuće. Tako je majčina dojka kao perceptivna

cjelina u trenucima kada hrani dijete zadovoljavajuća. Tada je to dobra dojka, a kada je uskraćena, nepostojeća tada je to frustrirajuća, loša dojka. Takav rascjep (*splitting*) omogućuje obranu djeteta od nepodnošljive vlastite destruktivnosti koju još neintegriran *ego* ne može podnijeti. (Slijedeći rascjep dijete) Frustrirajućem objektu dijete projicira vlastite destruktivne impulse tako da objekt postaje zao i proganjajući. Projekcijom nepodnošljivih agresivnih impulsa prebacuje strah od unutarnje dezintegracije na paranoidni strah od proganjajućeg vanjskog objekta. Stvaraju se fantazije o proganjajućim objektima primjerice fantazije o lošoj, proždirućoj dojci i (osobnoj?) destrukciji tog frustrirajućeg objekta te se dijete nađe u situaciji nalik oblicima shizofrenije. Važnost destruktivnih fantazija je i u tome što dijete vjeruje da se destrukcija stvarno dogodila, da je ono samo uzrokovalo destrukciju lošeg objekta. Na to se nadovezuju onipotentne fantazije kojima „poništava“, popravlja uništeni objekt. Klein takav konflikt smatra izuzetno važnim za daljnji razvoj uma te proteže utjecaj do emocionalnog života odraslih, posebno oblikujući sposobnost za ljubav.

S druge strane dobri, zadovoljavajući objekti investirani libidnim impulsima introjiciraju se kao dobri unutarnji objekti (i preteče su onoga što kasnije poznamo kao ljubav). Ponovno projiciranje tih introjiciranih dobrih objekata na nove vanjske objekte čini ponavljajući proces koji stimulira izgrađivanje ega i integraciju selfa (4,14).

Nazivom paranoidno-shizoidna pozicija vrlo je lijepo opisan ustroj nezrele psihe. Na tu fazu nastavlja se depresivna pozicija koja se očituje zrelijim načinom funkcioniranja. Karakteristična je za idućih šest mjeseci života. Kako *ego* sazrijeva počinje biti sposoban integrirati objekt i self u cjelinu; pripisati mu i dobre i loše karakteristike. Shvatiti da je jedan te isti objekt izvor frustracije i mržnje, ali i ljubavi i dobrih iskustava veliki je korak za razvoj djeteta. Ono što proizlazi iz te realizacije su osjećaj krivnje i tuge, žaljenja zbog mržnje koju je osjećalo prema objektu koji zapravo i voli. Sintezom dobrih i loših strana sada cjelovitog objekta pojavljuje se i ambivalencija (4,14).

### 2.3. TEORIJA PRIVRŽENOSTI

Godine 1944. John Bowlby piše članak *Forty-Four Juvenile Thieves: Their Character and Home-Life* u kojem ga je zanimalo postoji li prekursor za delinkventnost. U spomenutom članku opisuje kako je zbilja došao do zaključka da postoji povezanost između ranog modela privrženosti, gdje se posebno ističe separacija, nedosljednost i grubi pristup majke (15).

Na tim je temeljima u godinama koje slijede izgradio teoriju privrženosti. Za razliku od Freudova stava da je osnova preživljenja vrste seksualni nagon, Bowlby prednost daje djetetovom urođenom nagonu za povezivanje s figurom privrženosti što je najčešće roditelj. Dakle privrženost nad ostalim nagonima. Tako novorođenčetova želja za majkom po Bowlbyju nije posljedica zadovoljenja njegovih potreba primjerice hranjenja, već je urođena potreba za objektom, za odonosom s drugim bez obzira zadovoljava li objekt potrebe ili ne (4).

Ono što se posebno ističe kao važno za temu ovog preglednog rada je signifikantan utjecaj modela privrženosti iz djetinjstva na model privrženosti kod ljubavnih veza odraslih. Osim toga to model privrženosti značajno utječe na kvalitetu života (16).

Inspirirana Bowlbyjevom teorijom Mary Ainsworth na temelju testa nepoznatih situacija opisuje četiri modela privrženosti djeteta. Standardizirana testna situacija uključuje dva kratka odvajanja djeteta od majke i ponovo spajanje. Tijekom testa promatra se djetetovo ponašanje tijekom separacije i ponovnog susreta s majkom. U većini slučajeva (oko 2/3) dijete se radovalo povratku majke čak i ako za vrijeme kratkog odvajanja bilo uznemireno. Ne pokazuje ljutnju kad se majka vrati i nakon kratke utjehe u majčinoj blizini dijete se brzo vraća igri. Opisani način predstavlja sigurno dijete. Nesigurno dijete pristupa problemu u kojem se našlo i nastaloj tjeskobi na jedno od dva načina. Jedno od rješenja kojem malo dijete koristi za nošenjem s tjeskobnom situaciju je nesigurno izbjegavajuće ponašanje. Ono ignorira majčino napuštanje kao i njezinog povratka pri kojem se indiferentno nastavlja igrati s igračkama, a majku izbjegava. Drugi model je nesigurno ambivalentno ponašanje pri kojem je dijete uznemireno i reagira ljutitim priljublivanjem uz majku. Osim toga postoji dezorganizirani oblik koji se često povezuje uz traume i nasilje kod djece. Radi se o slomu funkcioniranja gdje dijete oscilira između više modela ponašanja (4).

Iako je i sam Bowlby smatrao da privrženost karakterizira ljude od kolijevke do groba on se njegov rad fokusirao se na djecu.

Hazan i Shaver (1987) dali su svoj doprinos na ovu temu proširivši rad Bowlbyja i Ainsworth iz područja dječje privrženosti na kontekst romantičnih veza odraslih. Pretpostavili su da upravo na temelju privrženih veza u djetinjstvu nastaje stil privrženosti kod odraslih. Slično kako su veze nastajale u djetinjstvu tako se nastavilo u romantičnim vezama samo prevedeno na jezik odraslih. U svom istraživačkom radu naišli su na približno jednaku raspodjelu stilova privrženosti u odrasloj populaciji kao što je pokazalo Ainsworthino istraživanje privrženosti kod djece. Tako se većina odraslih klasificirala kao sigurni model privrženosti, a manji broj kao nesiguran ili izbjegavajući. (16) Modeli privrženosti prema Fraley i Shaver preikazani su u Tablici 2.

Tablica 2. Modeli privrženosti prema Fraley i Shaver 2018 (17,18)

Hazan i Shaver tip privrženosti	Odgovarajući tip iz djetinjstva	Opis iz istraživanja Hazan i Shaver
Sigurna privrženost (engl. <i>secure</i> )	sigurno dijete	Lako se zbliziti se s drugima i osjećam se ugodno ovisno o njima i što oni ovise o meni. Ne brinem se često o tome da ću biti napušten ili da mi se netko previše približi. (18)
Ovisna privrženost (engl. <i>anxious-resistant</i> )	nesigurno ambivalentno	Smatram da se drugi nerado približavaju onoliko koliko bih ja želio. Često se brinem da me moj partner zapravo ne voli ili da neće ostati sa mnom. Želim se potpuno stopiti s drugom osobom, a to ponekad plaši ljude (18)
Izbjegavajuća privrženost (engl. <i>avoidant</i> )	nesigurno izbjegavajuće	Donekle mi je neugodno biti blizu drugih; Teško im potpuno vjerujem, teško dopuštam da ovisim o njima. Nervozna sam kad mi se netko previše približi, a često ljubavni partneri žele da budem intimniji nego što mi je ugodno. (18)

### 3. ZALJUBLJENOST

#### 3.1. ZALJUBLJENOST ILI LJUBAV?

„Ljubav je ugodan osjećaj koji subjekt osjeća prema objektu koji doživljava izuzetno vrijednim i smatra sastavnim dijelom svoga intimnog svijeta. Zaljubljenost je veoma intenzivan ugodan osjećaj, rezultat projekcije predodžbe o pravom partneru na drugu osobu i, u skladu s tim, precjenjivanja druge osobe.“ (19)

Riječ intimno vrlo se često koristi u krugovima ljubavi. Ona označava prema definiciji onoga koji je u dubini duše, koji se ne pokazuje javno, koji je vrlo blizak i u kojem se čovjek osjeća ugodno. Vrlo moćna riječ primjerena moćnoj emociji ljubavi.

Ljubav podrazumijeva internalizaciju voljenog objekta koji postoji kao stalna mentalna reprezentacija u najintimnijim dijelovima subjektivnog *ega* (ja) (20).

Za razliku od ljubavi koja je realnija, zaljubljenost iskrivljuje stvarnost. U vremenu zaljubljenosti događa se to da osoba vlastitu mentalnu reprezentaciju idealnog partnera projicira na objekt, vanjsku osobu koja u stvarnosti ne može biti idealna. Budući da se objekt smatra idealnim osjećaj prema njemu bit će veoma snažan čak do razvoja maksimalne ljubavi i preokupiranosti tom osobom. Zaljubljenost ide uz smanjenu mogućnost kritičke prosudbe drugih. Kakva je sudbina takvog stanja? Trebamo li težiti ostati u stanju vječne zaljubljenosti? Zaljubljenost divna takva kakva je neodrživa je u kontekstu normalne odrasle psihe. Naime težnje prema vječnoj zaljubljenosti infantilne su i narcističke težnje koje je moguće ostvariti jedino ako se osobu zapravo nikad istinski ne upozna. U tom slučaju idealizirana projekcija opstaje. U periodu puberteta i adolescencije takav je obrazac ponašanja poželjan budući da iskustveno suočava osobu s razlikama idealizacije i stvarnosti. Tako sazrijevanjem do odrasle dobi postaje sposobnija sagledati realnost partnera kojeg bira.

Razlikovna kvaliteta koju ljubav ima je osjećaj neugode u odsutnosti voljenog objekta koja se kod zaljubljenosti ne nalazi. Naime zaljubljenost teži zadovoljenju želje. Zadovoljenje se osjeća u prisutnosti objekta, ali kaka se želja zadovolji ili kada objekta nema izostaje i nelagoda. Za razliku od toga u ljubavi zadovoljenje želje ne gasi želju za odnosom.

Ljubav ne mora nužno biti prethodena zaljubljenosti, niti zaljubljenost mora nastaviti u ljubav (1,20). Ali kad se to dogodi dobar su par; ljubav i zaljubljenost.

### 3.2. KAPACITET ZA ZALJUBLJENOST

Mnoga patološka stanja ograničavaju sposobnost zaljublivanja. Psihodinamski se najčešće nailazi na neriješen edipalni konflikt i patološki narcizam. Ono što bi se u normalnim okolnostima psiha morala moći proraditi jest povezati idealizaciju i erotizam s mogućnošću za ostvarivanjem dubokog objektnog odnosa te tako osnovati (što bi činilo) temelje za nastanak ljubavnog odnosa. Na nesvjesnoj razini događa se rješavanje edipalnih zabrana na seksualnost (21).

U procesu idealizacije, ključne za zaljublivanje bitan je izgrađen ego ideal. Upravo dijelovi vlastitog ego ideala bit će projicirani na objekt. Usklađivanje projiciranih ideala obje osobe u vezi pozitivan je prognostički čimbenik za stabilan odnos.

Tako će kapacitet za spajanjem idealizacije s erotizmom utabati put prema potencijalnom razvoju dubljih objektnih odnosa. Kapacitet za zaljubljenost Kernberg (1976) naziva osnovnim stupom ljubavnog odnosa. Dicks (1967) je naveo čimbenike koji pridonose tome da zaljubljenost preraste u zrelu ljubav. To su emocionalna i seksualna usklađenost te usklađenost vrijednosnih sustava. Osjećaj zahvalnosti za primljenu ljubav te rezoniranje s interesima partnera i kao zadnji čimbenik temeljno povjerenje u partnera (1).

## 4. LJUBAVNI ODNOS

### 4.1. EROTSKA ŽELJA

Kernberg u svojim djelima raščlanjuje erotsku želju na nekoliko karakteristika.

Prvo izdvaja da erotsku želju čini težnja za ispunjenjem užitka gdje je taj užitak usmjeren na objekt tj. drugu osobu. Objekt može biti penetrirajući ili penetriran, što upravo prodire u srž erotske želje i poriva za dostizanjem jedinstva, fuzije, bliskosti na svakoj razini ljudskog bića. Postati jedno s drugim (objektom) zahtijeva odvažan i velik korak, zahtijeva brisanje granica između dvoje ljudi. Upravo bez tog povezivanja s objektom zadovoljstvo proizašlo samo od erogenih zona tijela gubi svoju potpunu gratificirajući kvalitetu.

Nakon toga kao drugu karakteristiku erotske želje izdvaja gratifikaciju zbog identifikacije s objektom koju raščlanjuje na dvije nadopunjujuće stavke. Prva je zadovoljstvo zbog zadovoljstva drugoga, preciznije rečeno identifikacija sa seksualnim uzbuđenjem drugoga. Drugi izvor satisfakcije ovdje predstavlja i identifikacija sa suprotnim spolom kojom se postaje oba spola u isto vrijeme. Tom se identifikacijom razbija prepreka koja inače postoji među spolovima. Tako seksualni čin postaje invazija u duboku psihu.

Treća stavka erotske želje podrazumijeva prelaženje (engl. *transgression*). Ono se između ostalog odnosi na prijelaz tj. prevladavanje zabrana vezanih za seksualnost. Takve zabrane potječu većim dijelom iz vremena edipskog konflikta, tako da se radi o zabrani protiv seksualnosti prema edipalnom objektu i agresije naspram edipalnog rivala.

Osim toga radi se o još jednom prijelazu, ovaj put o prijelazu objektivnih granica, prodiranju u objektov intimni psihički prostor. Takav korak zahtijeva određenu agresiju protiv objekta koja će svakako postojati zbog neizbježne ambivalencije, ali ukomponirana u ljubavni odnos nosi gratificirajući kvalitetu.

Brisanje granica, spajanje s objektom doprinosi osjećaju nadnaravnog, psihotičnog iskustva erotske želje (1,22).



## 4.2. NESVJESNI OBJEKTNI ODNOSI

Nesvjesno odigravanje (engl. *enactment*) predstavlja izuzetno zanimljivu i važnu komponentu emocionalne veze. Kompleksnost proizlazi iz toga što oba partnera u zajednički odnos unose već same po sebi složene vlastite psihičke konflikte iz osobne povijesti koje onda aktiviraju te usmjeravaju prema partneru (1).

Dakle dvije osobe svaka pojedinačno beskrajno složen svijet za sebe grade na zajedničkom temelju materijalima koji su pojedinačno do sad skupili kroz život. O međusobnoj kompatibilnosti tog materijala ovisit će stabilnost građevine koju sagrađe.

U sklopu nesvjesnih objektnih odnosa također se razmatra sveprisutna borba (pa tako i u ljubavi) između libida i agresije.

### 4.2.1. Stabilnost i odigravanje prošlosti

Emocionalna intimnost dolazi s neizbježnom ambivalencijom koju podržavaju inhibicije edipalne prirode kao nesvjesna krivnja i preedipalne kao sram. S obzirom na ugrozu kojom prijete spomenuti nesvjesni fenomeni pitanje je koji su faktori odgovorni za stvaranje i održavanje uspješnog ljubavnog odnosa? Psihoanaliza tom pitanju pristupa pronalaženjem koja se dubinska nesvjesna potreba ispunjava stupanjem u ljubavni odnos. Nesvjesno se javljaju dvije potrebe. Prva je identifikacija s majčinom i očevom figurom (edipalnim figurama) u seksualnom odnosu dok je druga agresivna sila usmjerena protiv para (22).

U aktualnom ljubavnom odnosu produbljivanjem emocionalne povezanosti javljaju se mehanizmi nesvjesnog – reparacija i ponavljanje. Reparacija je nesvjesna želja za popravkom problemskih objektnih odnosa prošlosti, dok ponovo proživljavanje (ponavljanje) omogućuje zadovoljenje nezadovoljenih agresivnih impulsa. Projektnom identifikacijom svaka strana odnosa pripisuje drugom karakteristike značajnog preedipalnog/edipalnog objekta. Među nesvjesnim psihičkim sadržajem pohranjene su prve poruke ljubavi koje je dijete u ranom razvoju primilo od roditelja. Kroz projektnu identifikaciju te se poruke razmjenjuju (1).

Konačno, stabilnost se postiže u međusobnom nadopunjavanju nesvjesnih problematičnih objektnih odnosa iz prošlosti. Kernberg 2011 opisuje da se parovi u svojim intimnim interakcijama ponašaju na sebi svojstven ludi način. Kroz male scenarije drugačije od svakodnevice par odigrava nesvjesne scene uglavnom ponavljane u prošlosti (22).

#### 4.2.2. Kapacitet za razdvojenost

Holtzman i Kulish (2000) pitanju separacije pripisuju izniman značaj za razvoj psihe. Razdvajanje započinje separacijom selfa od objekta tijekom ranog djetinjstva, zatim se uspostavlja objektova konstantnost, ostvaruje rodni identitet i razvija osjećaj tjelesne autonomije (7).

Nadalje, kada je riječ o kapacitetu za razdvojenost taj koncept u svom eseju *La nuit, le jour* opisuju Braunschweig i Fain (1971, 1975). Kapacitet za razdvojenost se počinje razvijati u djetinjstvu kada majka postaje nedostupna djetetu zbog povratka muškarcu u ulozi seksualnog partnera. Poželjno, gotovo idealno bi bio da majka može bez problema prelaziti iz jedne uloge u drugu. Od nježne, privržene majke u seksualnu partnericu. Dijete postaje na nekoj razini svjesno takvih alteracija te kako se na nesvjesnoj razini identificira s majkom tako se identificira s obje njezine uloge. Iako su majčina razdvajanja rani izvor frustracije za dijete to također potiče i razvoj kapaciteta za razdvojenost kod malog djeteta (21).

Kapacitet utječe na sposobnost osobe da tolerira, podnosi i integrira iskustva razdvojenosti što omogućava zrelu emocionalnu povezanost s drugom osobom uz istovremeno održavanje autonomije, selfa. Balans između bliskosti, intimnosti i individualnosti bez ugroze i anksioznosti.

Kernberg (2011) opisuje kapacitet za razdvojenost u kontekstu odraslog heteroseksualnog para. Muškarac tako teži za separacijom od žene nakon intimnog odnosa. Taj potez je težnja za autonomijom, njezina potvrda. Potreba za autonomijom se pak objašnjava kao normalna narcistična reakcija na majčino povlačenje u djetinjstvu. Često je, gotovo pa klišeji da se zbog tog smatra da muškarci imaju manji kapacitet od žena za ostvarivanje odnosa tj. zadovoljenje ovisnih potreba.

Kapacitet za razdvojenost kod žena aktivira se u odnosu sa djecom što ostavlja muškarca a osjećajem napuštenosti te po još jednom kulturološkom klišeju stvara se inkompatibilnost eroticizma žene i majčinskih uloga.

Ono što jest svojstveno muškarcima je da imaju veći kapacitet za razdvajanje emocionalnog, nježnog od erotskog (kako u realnosti tako i u fantaziji). U literaturi je opisan termin „madona-prostitutka“ disocijacija o kojem Freud (1925) piše: „Tamo gdje takav muškarac voli nema želje (strasti bolje?), tamo gdje je želja ne mogu voljeti.“ Fenomen je produkt muške psihe koji ograničava žensku seksualnost razdvajanjem žena u dvije kategorije. One koje voli ne može pojmiti kao seksualno privlačne, samo žene koje ne voli mogu probuditi seksualno uzbuđenje u takvom muškarcu (23).

Radi se naime o obrani protiv starih nesvjesnih zabranjenih želja prema majci. Osim toga i temeljni preedipalni konflikti prema majci, vezani za separaciju javljaju ponovo u odnosu sa ženom i sukobljavaju se sa sposobnošću za predanost u odnosa. S druge strane žene se ne nađu u takvom problemu nemogućnosti duboke predanosti zbog razlike u preedipalnim i edipalnim odnosima dječaka i djevojčice. Djevojčice su preusmjeravanjem svoje pažnje s majke na oca već „proradile“ situaciju dubokog ovisnog odnosa s muškarcem. Njihov problem naime proizlazi iz nesvjesno inhibirane seksualnosti iz odnosa s majkom. One moraju ponovo istražiti i pronaći svoju seksualnost (22).

Problemi iz preedipalnih odnosa, teškoće pri separaciji od majke kod odraslih žena mogu se manifestirati kao nemogućnost pronalaska seksualne gratifikacije ili čak nemogućnost stupanja u brak (7).

Stoga sa svrhom stvaranja kvalitetne ljubavne veze obje strane trebaju razumjeti drugog i raditi na vlastitom problemskom zadatku. Muškarci na postizanju duboke predanosti, žene na ponovnom pronalasku i prihvaćanju vlastite seksualnosti (seksualno osobađanje) (22).

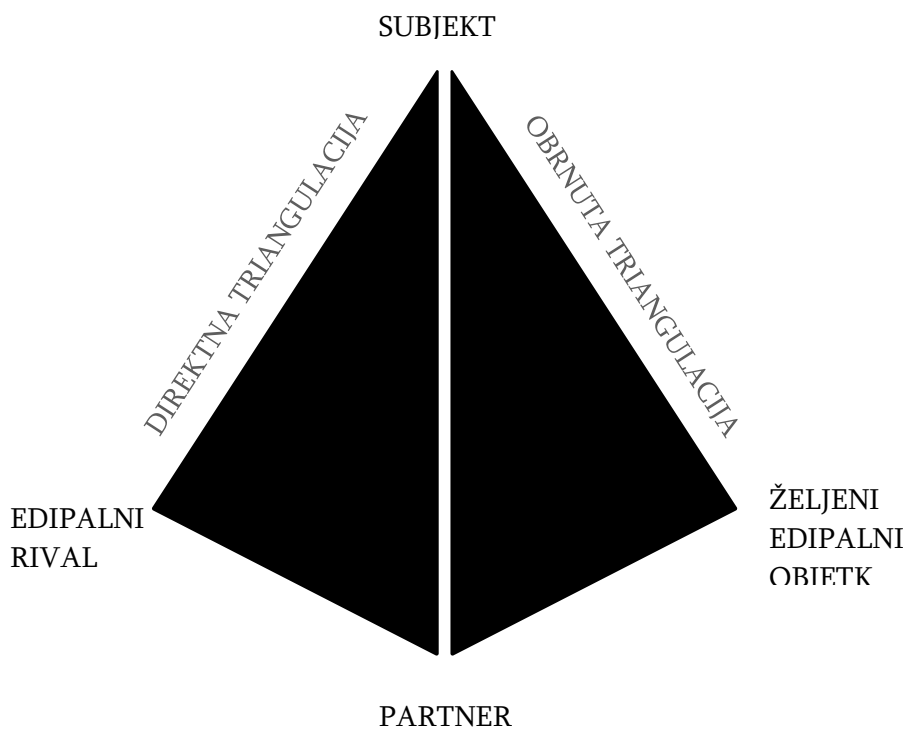
#### 4.2.3. Triangulacije

Triangulacije su nesvjesni scenariji, fantazije o trećoj osobi koje su vrlo često prisutne, kako u normalnim tako i u patološkim vezama. Njihov utjecaj s jedne strane može biti iznimno destruktivan ili pak u najboljem slučaju može ojačati stabilnost i intimnost odnosa.

Fantazije su potaknute nerazjašnjenim ambivalencijama edipalne situacije, slično kao u već opisanim nesvjesnim objektnim odnosima. Kernberg (1988) uvodi pojmove direktna i obrnuta triangulacija gdje je direktna triangulacija nesvjesna fantazija o trećoj osobi koja predstavlja idealiziranog rivala. Osobu koja bi bolje zadovoljila potrebe njihova partnera. Zbog toga se može javiti nesigurnost, strah i ljubomora, a pri razvijenoj narcističnoj psihopatologiji i zavist s destruktivnim potencijalom. Rival je preslika edipalnog rivala pohranjenog u nesvjesnom.

Obrnuta triangulacija odnosi se na takoreći osvetničku fantaziju. U tom scenariju uključuje se treća osoba koja je idealizirani, bolji predstavnik suprotnog spola (željeni edipalni objekt u podlozi). Subjekt se tada nalazi između dvije osobe suprotnog spola koje mu se udvaraju tj. u kompetitivnom su odnosu, nadasve drugačije od situacije u kojem je sam u kompetitivnom odnosu s rivalom. Iz konteksta triangulacija moglo bi se reći da je u jednom ljubavnom odnosu šestero osoba (1,22). Slika 3.

Kako je već do sada naglašeno u zdravom ljubavnom odnosu postoje uz libido i agresivni impulsi. Jednu od forma agresivnosti prema voljenom objektu kroz triangulacije Kernberg (1991) objašnjava potrebom da se i u stvarnom životu nađe treća osoba, da se nesvjesna fantazija preslika u realitet. Smatra da je većini bračnih nevjera upravo to uzrok, želja za trećom osobom koja je reprezentacija nesvjesnog ideala ili rivala (22).



Slika 3. Triangulacije

### 4.3. SUPEREGO

Uz libido i agresiju kao pokretačke sile važnu ulogu u ljubavnom odnosu nosi i *superego*.

U nizu radova o ljubavi Kernberg 1993. godine izdaje tekst o konstruktivnim i destruktivnim funkcijama superega gdje posebno izdvaja i entitet *superego para* (engl. *couple's superego*).

Kakav će utjecaj na vezu imat taj novostvoreni *superego* sistem ovisi o stupnju zrelosti superega svakog partnera pojedinačno pa posljedično i zrelosti onoga što zajedno izgrade.

Budući da se govorimo o *superegu*, tu se uvijek nalaze određene inhibicije edipskog konflikta koje, u nezrelom, primitivnom superegu su prenaplašenje te ugrožavaju kapacitet za seksualnu, zrelu ljubav. Dakle primitivni *superego* može ugroziti kapacitet za zrelu, seksualnu ljubav zabranama protiv genitalnih impulsa te integracije seksualnih i nježnih osjećaja.

Zreli *superego* karakterizira transformacija primitivnih zabrana i krivnje u brigu za sebe i partnera. Djeluje za dobrobit veze, služi joj kao svojevrsan štit prema unutarnjim i vanjskim agresijama. Čuva objektivne odnose para, promiče ljubav i predanost (1).

Ono kako zreli *superego* djeluje za dobrobit veze može se opisati na nekoliko razina.

Za početak funkcija se superega vidi u kapacitetu oba partnera za brigu, osjećaj odgovornosti prema drugom, ali i prema vezi. Briga za vlastitu ljubavnu vezu očituje se u nastojanju da se ista zaštiti od neizbježne agresija koja proizlazi iz normalno prisutne ambivalencije u odnosima.

Na drugoj razini aktivacije superega projiciraju se potisnuti dijelovi infantilnog superega na partnera. Projekcija stvara preduvjete za osjetljivost na kritiku koju upućuje projicirajući partner. Ima li kritizirani partner zreli *superego* lako će se othrvati napadima (kritikama) i stabilnost veze će ostati netaknuta. Međutim, teža patologija superega dovest će do projektivne identifikacije te će obrana protiv kritičizma i osjećaja krivnje bit će otežana što će poljuljati ravnotežu i stabilnost odnosa. Dakle par se međusobno "dobacuje" vlastitim potisnutim infantilnim *superegom* tako da se projekcije u drugoga i s druge strane obrana protiv primljenih projekcija paralelno se odvija i ciklički ponavlja. Uz zreli *superego* par će takav proces prevladati na optimalan način i stvoriti harmoniju.

Suptilnija treća razina aktivacije funkcija superega također je iznimno značajna za par.

Par stvara zajednički ego ideal na temelju kojega se određuju sistem vrijednosti i granica, željenje vrijednosti kojima par teži željene vrijednosti ego ideala i zabranjeni, neželjeni impulsi superega. Takav zajednički vrijednosti sustav, ego ideal kojem teži par tijekom vremena modificira se i regulira. Na taj način par stvara sliku života kojem teži, para kakav želi postati. Osim toga postavlja si i ulogu u i prema društvu, odlučuje koliko integracije, koliko autonomije od okoline im zajednički odgovara. Takav zajednički sustav vrijednosti pomaže rješavanju konflikata. Primjerice tijekom konflikta neočekivana, suptilna gesta ljubavi, kajanja, oprosta i drugi suptilni znaci pažnje proizlaze iz ove razine aktivacije funkcija superega i služe zadržavanju agresije u postavljenim granicama. Na ovoj se razini također prihvaćaju vlastite i tuđe mane i nedostatci (22,24).

#### 4.4. PAR U GRUPI

Par i grupa međusobno su u vlastitom suodnosu u kojem trebaju jedni druge, a istovremeno su jedni drugom ugroza. Većoj grupi ljudi par predstavlja prijetnju, ali i ideal, ispunjenje fantazija svakog pojedinca grupe. Članovi grupe, svak pojedinačno nastoji osloboditi se anonimnosti u grupi i naći vlastiti privatni, zabranjen simbolični edipalni par. Istovremeno grupa zavidi pojedincima koji uspiju u tome te strahuje za vlastiti uspjeh u istom naumu. Preedipalna zavist aktivirana u grupi stvara želju za uništenjem para. Isto tako postojanje edipalnog rivalstva iz grupe upravo bode par u srž vlastite agresije, ambivalencije, koja je opisivana u prethodnim podnaslovima primjerice u kontekstu triangulacija. S druge strane par treba grupu, okoristi se njome kao sredstvom za raspršenje agresije koja bi u protivnom mogla uništiti par u vlastitoj izolaciji. Unutar grupe tj. zajednice postoje zajednički moral izražen zakonima koji reguliraju seksualnost određivanjem granica koje sprječavaju da pod utjecajem primitivne agresije dođe do regresivne polimorfne perverzne seksualnosti.

To stvara nerazrješivu kontradikciju između javnog i privatnog morala, radi se o kontradikciji između težnje para za privatnom seksualnom slobodom i javnog ograničavanja seksualnosti konvencionalnim društvenim normama. Braunschweig i Fain (1971) primjećuju da se grupa protiv takvog sustava buni što se vidi primjerice u fenomenu dječaćkih skupina koji o seksu u grupi razgovaraju slobodno, ali s podrugljivom i uglavnom analnom terminologijom, u adolescenciji i potpuno lišeno emocionalne vrijednosti. dok djevojke romantiziraju degenitalizirane muškarce.

Kernberg smatra da postoji ravnoteža u dinamici između potrebe grupe za uništavanjem, zaštitom i kontrolom nad parom te želje para za postizanjem seksualne slobode i nadilaženjem konvencionalnih ograničenja (koja u ekstremu može biti i destruirajuća). Takva dinamika vidi se u povijesnim oscilacijama između "puritanskih" perioda kada je ljubav lišena erotizma i liberalnih perioda s emocionalnom degradacijom (22).

#### 4.5. ZRELA LJUBAV

Sa željom da se olakša dijagnostika patoloških stanja sa smanjenim kapacitetom za ljubavni odnos Kernberg (2012) definira teorijski okvir što spada u zreli, zdravi ljubavni odnos.

Interes za život drugoga što uključuje njegov emocionalni život, iskustva, težnje obogaćuje vlastiti život i dodaje dubinu zajedništvu. Sreća koja dolazi sa zadovoljstvom i uspjehom drugog temelj je za daljnji rast ljubavnog odnosa. U procesu identifikacije s voljenom osobom vrijednosti i težnje drugog postaju i vlastite. To je nešto što se u narcističkom poremećaju ličnosti vrlo teško nalazi, odnos je tu više transakcijske prirode. Kod narcisoidne patologije izostaje kapacitet za interes o partneru, o njegovom unutarnjem životu. Naprotiv, bogatstvo unutarnjeg života drugog budi ne budi znatiželju i sreću u narcisu već zavist.

Temeljno povjerenje predstavlja recipročnu slobodu za otvaranjem sebe drugome uključujući slabosti, mane, potrebe, vlastite unutarnje sukobe bez straha da će to negativno utjecati na ljubav onoga kome se otvara. Biti sposoban za takvo povjerenje sugerira postojanje pozitivnih introjekcija nastalih od važnih osoba koje su pružale ljubav djetetu u ranim danima, a sada odraslom daju unutarnju sigurnost. Na povjerenje može utjecati edipalno uvjetovanja krivnja (25).

Poniznost i uz to vezana zahvalnost karakterizira zrele odnose. Zahvalnost za postojanje druge osobe, za zadovoljenje ovisnih potreba, ali osim toga postoji i prihvaćanje onoga što donosi budućnost. Poniznost se smatra drugom stranom ravnoteže koju čini sa seksualnom strasti te je ključna za stabilnost veze. Poniznost je potrebna radi prihvaćanja potreba partnera. Tako osim za stabilnost doprinosi i zajedništvu u odnosu. Da bi poniznost bila optimalna nužno

je realistično viđenje sebe, primjerice ako je samopouzdanje nisko uz mazohističke tendencije takva poniznost nije optimalna već se radi o ponižavanju koje nije karakteristika zrelog odnosa.

Kapacitet za autentično opraštanje izuzetno je važno u održavanju dugotrajnog odnosa. Neminovno je postojanje konfliktnih situacija i povremene prevage agresije nad ljubavi, a obostrani kapacitet za oprost je odgovor koji se nameće. Valja napomenuti da se ovdje ne podrazumijeva slijepo negiranje agresije doživljene u vezi niti mazohističke submisije kao manje zrelog oblika ponašanja. Uz sami oprost veže se i komunikacija o povrijeđenosti jedne strane. Suptilna je, ali esencijalna kvaliteta komunikacije moći napraviti to bez da se krivi drugoga (1).

Dicks (1967) o tome piše da tendencija da se stvori osjećaj krivnje kod drugoga može biti prebacivanje vlastitog superega na partnera ili nesvjesni vlastiti osjećaj krivnje oko potencijala da emocionalna veza bude sretna.

Kapacitet za autentičan oprost konačno potiče od uspješne depresivne pozicije iz ranog razvoja; priznanje i u konačnici prihvaćanje vlastitog agresivnog potencijala te povjerenje u mogućnost popravka traumatiziranog odnosa. Dakle ne isključuje postojanje ljutnje i bijesa, ali otvara mogućnost da će ljubav ostati neoštećena time.

Zajednički ego ideal par gradi kroz vrijeme te ono postaje osnova za daljnji razvoj. Štiti granice veze i omogućuje njezin opstanak u nepovoljnim situacijama (Kernberg 1995). Ljubavna veza postaje zajednički životni projekt koji infiltrira svakodnevicu. Zajednički život neminovno je ispunjen konfliktima, agresijom, nesuglasicama što daje komponentu opasnosti ali i uzbudljivosti. U zreloj ljubavi lakše se nalazi rješenje problemskih situacija. Način na koji partneri potvrđuju svoje sudjelovanje u zajedničkom životnom projektu može biti verbalna ekspresija ljubavi u svakodnevnoj komunikaciji. Izražavanje ljubavi u svakodnevnoj komunikaciji protuteža je kapacitetu za razdvojenosti koji tek skupa stvaraju stabilnu strukturu (25).

Zrela ovisnost bliska je osjećaju zahvalnosti za primljenu ljubav. Očituje se sposobnošću da se postane subjekt partnerove brige i pri tome ne osjeća inferiorno, posramljeno, bez krivnje i srama, da se aktivno nudi pomoć partneru uz spremnost tražiti isto. Primjerice u stanjima bolesti i straha dopustiti drugome da voli i brine se. Ovisne potrebe mogu biti svakodnevne sitnice ili pomoć oko velikih životnih odluka. U narcističnim poremećajima takvo što doživjelo bi se kao poniženje (1).



#### 4.5.1. Trajna seksualna želja

Jedan dio psihoanalitičara zastupa mišljenje da seksualna želja i erotska strast opadaju s vremenom u korist produbljenja emocionalne veze. Druga skupina psihoanalitičara pa tako i Kernberg smatraju da su strast i seksualna želja dugovječni te da je seksualna komponenta veze fundamentalna za održavanje dugotrajne veze. Kernberg tu vidi plodno tlo za rad psihoterapije na nesvjesnim konfliktima koji kompromitiraju seksualnost (1).

Ono što može kočiti seksualnost primarne su i sekundarne seksualne inhibicije. Primarne su teže i vezane su za poremećaje ličnosti i teže patologije. Nastaju zbog pretjerane izloženosti agresivnim iskustvima u najranijem djetinjstvu. Sekundarne inhibicije produkt su nesvjesne krivnje nastale u infantilnom razdoblju kada je seksualnost bila zabranjena i rezervirana za roditelje i odrasle.

Postoje brojni slučajevi kada odličan seksualni život najednom nestane nakon braka. Razlog tome je osjećaj krivnje zbog zadovoljavajućeg seksualnog odnosa koji nesvjesno podsjeća na odnos roditelja. H.B.Lewis (1971) definira razliku između srama i krivnje gdje je sram direktno vezan sa selfom kao fokusom evaluacije, dok krivnja nije vezana za self, već s učinjenim, postupkom, radnjom. Self se negativno procjenjuje u vezi s nečim, ali sam po sebi nije fokus evaluacije (26).

Agresivna komponenta seksualnosti, koja nužno postoji kao i u ostalim kompleksnim funkcijama može biti korisna i štetna. Korisna je u tom smislu što može začiniti seksualni život. Kernberg to naziva posebnim začinom. Štetna agresija može doći do razine sadističkih poriva pri težnji zadovoljstvu. Iako sadistička, mazohistička, ekshibicionistička i voajerska obilježja postoje kao potpuna normala u ranom djetinjstvu kasnije je očekivano da se integriraju u genitalnu, zrelu seksualnost i ostaju samo kao faktor u seksualnim fantazijama i igri. Kernberg savjetuje raditi na seksualnom oslobađanju, oslobađanju u vlastitoj psihičkoj realnosti, slobodnoj od konvencionalnosti. Postizanje seksualne slobodne značilo bi izgraditi vlastiti integritet uz istovremeno poštivanje integriteta drugog (1,27).

## 5. SRAM

Nastavljajući se na prethodni tekst u kojem je bilo riječi o inhibicijama nastavljam detaljnije o sramu.

Zapadna kultura prožeta narcističnim modelima ponašanja pogođena je rastom sramom. Krivnja je karakteristična na kulture s izraženim internaliziranim moralom kao u vrijeme Sokrata. Sram se naziva „master emocijom“ (Scheff i Retzinger, 1997) koja se katkad zna stajati u pozadini onoga što paradoksalno izgleda kao naglašena besramnost. Često se opisuje kao kulturološki fenomen pa postoje termin. Suvremena zapadna kultura producira ličnosti čija anksioznost proizlazi iz prijetećeg ili realnog osjećaja poniženja, a ne iz konflikta moralne sfere. Sram nastaje iz konflikta ega s ego idealom koji predstavlja internalizirane vrijednosti tj. Idealizirani objekt. Kada ciljevi ego ideala nisu ispunjeni javlja se sram kao narcistični odgovor. Sram je nastao u predverbalnom, preedipalnom razdoblju i vezan je kompletni self, dok je krivnja nastala kasnije u edipalnom razvojnom stadiju te je fokalna, vezana za postupke. Sram je dakle stariji i superiorniji i B. Williams (1993) kaže da sram bolje razumije krivnju nego obrnuto. Prevladavanju loše slike selfa djetetu ključnu ulogu ima odnos s majkom (roditeljem). Postoje tri razine srama; svjesna, vidljiva kao afekt, predsvjesna, kao signal i skrivena nesvjesna. (28)

Veza između srama i seksualnosti jedna je od najranijih proučavanih tema u psihoanalizi.

Lichtenberg se bavio ulogom srama u razdjeljivanju senzualnog i seksualnog. Iako se radi o gotovo istim događajima kontekst može nešto učiniti nevinom, prihvatljivom senzualnošću a drugo neprihvatljivo, opasno, uzbuđujuća seksualnost. Napetost koja se javlja kod seksualnosti produkt je istovremene želje i zabrane. U svojoj knjizi navodi primjer dojenje. Dijete koje doji dijeli senzualno iskustvo s majkom, ali odrastanjem djeteta taj čin gubi senzualne kvalitete i zbog prelaska granice srama postaje neprihvatljivo. Lichtenberg smatra da je sram vidljiv kod predverbalne i verbalne djece. On se očituje kada je ponašanje koje potiče senzualno iskustvo djeteta (dodirivanje, sisanje dekica, igračkica) prekinuto od strane roditelja. Djeca tada često pokazuju ljutnju ili suptilnije znakove srama i tuge kao posturalna promjena, spuštanje očiju ili odvratanje pogleda (29),

## 6. ZAVRŠETAK LJUBAVNOG ODNOSA

Zrela ljubav sastoji se i od toga da ako voljena osoba ne može uzvratiti ljubavlju treba prihvatiti gubitak, poštivati slobodu partnera i započeti proces žalovanja. Prihvatiti kraj spada i u odgovornost prema samom sebi, isto kao i očekivati recipročnu predanost i ljubav u razdoblju dok ljubavna veza traje. Tome slijedi razdoblje propitivanja i analiziranja događaja u vezi bez prebacivanja krivnja drugome uz otvoren razgovor o eventualnim povredama i lošim postupcima. U zreлом odnosu takva su pitanja želja i na korist objema stranama.

Završetak ljubavne veze može biti zbog gubitka voljene osobe uslijed smrti ili prekid zbog napuštanja i separacije. Psihodinamska objašnjenja žaljenja najčešće se vežu uz smrt voljene osobe, ali žaljenje je itekako prisutno u mnogobrojnim drugim situacijama.

Proces žalovanje koji se odvija normalnim tijekom u konačnici će povećati kapacitet za novu ljubav. Ono je trajan proces koji ostavlja strukturalne promjene na psihi. (25)

Brojni se psihoanalitičari slažu oko toga da se svojevrsan obrazac žalovanja razvija u najranijim godinama. Suočen s prvim velikim gubitkom djeteta počinje procese separacije te daje temelje za kasniji kapacitet suočavanja s gubitkom (30).

Proces žalovanja nakon prekida treba omogućiti samorefleksiju i separaciju, bez samoevaluacije. Narcističnu patologiju karakterizira odsutnost žalovanja i poricanje krivnje uz obrambenu projekciju tih nepodnošljivih emocija. Proces žaljenja kod borderline ličnosti često je popraćen intenzivnim bijesom zbog napuštanja (1).

I u jednoj jedinoj ljubavnoj vezi mogli bismo naći više veza. Budući da nakon većih kriza praktički dolazi do završetka dotadašnje veze i nakon rezolucije započinje novi odnos. U idealnom slučaju nova veza bila bi jača i zrelija (25).

## 7. PSIHOPATOLOGIJA I LJUBAV

Poznato je da su veze osoba s poremećajem ličnosti nestabilnije i manje zadovoljavajuće (31).

Analiza ljubavnih odnosa analiza je ličnosti smatra Kernberg. Stoga je za pretpostaviti da ćemo među patološkim organizacijama ličnosti naići na patološke karakteristike ljubavnih odnosa. Kada gledamo stupanj organizacije ličnosti postoji sedam zasebnih varijabli funkcioniranja koje treba razmotriti. To su kognitivne sposobnosti, afekti, self-objekt odnosi, interpersonalni odnosi, mehanizmi obrane, *superego* i primarna dinamika. Kapacitet za zaljubljenosti i održavanje stabilne ljubavne veze je limitiraniji što je patologija veća. Uz emocionalnu zrelost i normalnu seksualnu funkciju, uz kapacitet za zaljubljenost i ostvarenje veze trebalo bi biti moguće razviti dalje seksualno uzbuđenje, seksualan odnos koji kulminira orgazmom.

Neurotska organizacija ličnosti pokazuje najblaže seksualne patologije koje se očituju kao zabrane na seksualnost zbog neriješene edipalne situacije. Problemi se očituju u sklopu seksualnih inhibicija češće izraženih kod žena kao smanjen kapacitet za postizanje seksualnog uzbuđenja i orgazma (gratifikacije). Kod muškaraca s neurotskom organizacijom ličnosti nailazi se na smetnje potencije. Kod oba spola može se naći da disocijaciju kapaciteta za seksualnim užitkom s osobom s kojom nemaju emocionalnu vezu. Primjer toga je fenomen „madona-prostitutka” disocijacija kod muškaraca. Žene s depresivno-mazohističkom karakteristikama ličnosti često seksualnu gratifikaciju mogu postići u mazohističkim odnosima. (1)

Radi se o nesvjesnom osjećaju krivnje koji takvi pacijenti imaju, a vezan je za inhibicije infantilnih genitalnih želja uz relativno malo konflikta vezanog za pregenitalnu agresiju, prisutno kod težih poremećaja ličnost.

Narcistična psihopatologija očituje se kao patološki, grandiozan self uz probleme u sferi objektnih odnosa. Bez obzira na to prisutna je visoka funkcionalnost u socijalnim krugovima. Takva organizacija ličnosti neće imati problema s kapacitetom za sam seksualni odnos, naprotiv često stupaju u brojne, ali površne seksualne veze. Tamo gdje nastaje problem je održavanje stabilnog, dugotrajnog, značajnog odnosa (25).

Brzo i često zaljubljuvanje u novog idealiziranog partnera i isto tako brzi pad seksualnog interesa i devaluacija (psihološko umanjenje) partnera. Svrha devaluacije i poniženja partnera pokušaj je održavanja vlastitog krhkog samopouzdanja. Intenzivna želja za partnerom postaje vrlo brzo dosada. Seksualna dosada, kao i dosada općenito karakteristična je upravo za narcističku psihopatologiju što proizlazi iz emocionalne površnosti i osjetljivosti (1).

Ono što će dalje praviti probleme u postojanju stabilnog ljubavnog odnosa manjak je empatije i višak preedipalne zavisti.

Stil visoke razine granične organizacije ličnosti često je polimorfni perverzni infantilni tip seksualnosti. Kaotičnost, kontradiktornost primjećuje se u svim segmentima života. Pa i sama ličnost je bez integriranog koncepta selfa i drugih što je poznato kao sindrom difuzije identiteta. Ljubavni život ispunjen je intenzivnim i nestabilnim često mnogobrojnim odnosima uz seksualnu slobodu s karakteristikama sadomazohizma, fetišizma, voajerizma i ekshibicionizma te kaotičnim biseksualnim interesima. Za razliku od parafilija ne radi se o neizostavnom uključivanju nekog od navedenih pojmova, već je to kaotična kombinacija. Temeljni mehanizam obrane je rascjep (engl. *splitting*) ili drugi primitivni oblici (25).

Niska razina granične organizacije ličnosti nalazi se kod težih oblika narcističnog i graničnog poremećaja, sadomazohizma težeg stupnja te paranoidnih i shizotipnih poremećaja ličnosti. Kao i kod visoke razine granične organizacije prisutan je sindrom difuzije identiteta i splitting kao glavni mehanizam obrane.

U ljubavnom odnosu postoje brojne prepreke. Teške seksualne inhibicije onemogućavaju razvoj potpune ljubavne veze. Naime traume i agresivna iskustva iz ranog djetinjstva onemogućila su razvoj kapaciteta za zdravu seksualnost te se ona u odrasloj dobi potpuno inhibira jer se izjednačila s traumom. Oštećen je kapacitet za zaljubljuvanje uz nepostojanu spoznaju o seksualnom interesu, uzbuđenu i nedostatak bilo kakvog odgovora tijela na seksualnu stimulaciju (1).

Agresivni antisocijalni spektar najekstremniji je slučaj poremećaja ličnosti. Karakterizira ga potpuni nedostatak empatije, osjećaja krivnje, brige za drugog. Naprotiv, ponašanje prema drugome ispunjeno je nasiljem, sadizmom i nesublimiranom agresijom. Seksualno ponašanje je predatorsko s povredom intime čak i života drugoga. Potpuni nedostatak kapaciteta za bilo kakve odnose (25).

## 7.1. Ples narcisa i borderlina

Borderline/narcis par opisuje se često kao ples (Lachkar 1984, 1985) zbog dinamike u intrapsihičkoj i interpersonalnoj sferi. U središtu njihova odnosa dvoboj je između svemoći i vulnerabilnosti. Tu se isprepliću primitivni mehanizmi obrane s krivnjom i sramom, zavisti i ljubomorom, svemoći i ovisnosti. Ples je to nerazriješenih tenzija i konflikta. Narcis se vrti oko vlastite posebnosti, perfekcionizma, fantazija o vlastitoj veličini, a s druge strane oko povlačenja, krivnje i poricanja. Borderline funkcioniraju na primitivnijoj razini regresije i njihov ples je osveta, manipulacija i viktimizacije uz splitting, projekcije i projektivne identifikacije.

Što potiče narcisa i borderlinea da se povežu u ljubavni odnos?

Za narcisa je veza s borderlineom pozivnica koju ne može odbiti budući da je granični odustao od toga da sam stekne savršenstvo i treba nekoga na koga će projicirati ulogu lidera. (Grotstein 1991) Par se slaže u tome da je borderline ništa, a narcis sve. Oni trebaju jedni drugoga da međusobno odigravaju dramu drugoga. Povezani su na regresivnom (primitivnom) nivou uz pomoć nesvjesnih, nerazriješenih infantilnih konflikata. Posegnemo li za sjećanjima iz ranog djetinjstva obje patologije ličnosti imat će određen stupanj manjkavosti u odnosu s majkom. Naime narcisu je bliži opis uskraćivanja (engl. deprivation) majke, dok vrlo slično, ali i značajno različito borderlineovo djetinjstvo bolje opisuje oskudica (engl. *privation*). Bit je u tome da se narcisu uskraćuje nešto što jest doživio što je iskustvo simbiotske faze, biti jedno s majom, dok borderline nikad nije ni iskusio takvu vezu s majkom. Borderline je često posljedica napuštanja, alkoholizma i ovisnosti kod roditelja. Spas borderline nalaze u stvaranju drame koja mu daje privid živosti i ublažava depresiju zbog napuštanja. Drama uključuje osvetu, viktimizaciju, somatizaciju. Narcizam može biti potaknut rođenjem brata/sestre, majčinom nemogućnošću za tolerancijom djetetove odvojenosti? Grandiozan self tako nastaje na vulnerabilnom selfu koji se našao u deficitu majčine pažnje tijekom formativnih godina. Narcis pokušava vratiti (potvrditi) svoju posebnost, grandioznost, a borderline potvrditi svoje postojanje uopće. Bion (1907) naziva takav odnos parazitska veza.

Lachkar (1991) kaže da postoji paradoks da granična osoba nikad nije dovoljno zahtjevna, a narcis nikada nije dovoljno narcisoidan da oboje zadovolje svoje prave potrebe.

Postoje sličnosti u načinu na koji oba poremećaja ličnosti pristupaju vlastitim potrebama. Doživljavaju se kao bizarni strani objekti, gotovo slučajno nađeni u psihi te postoje značajne teškoće u jasnom, zdravom izražavanju potreba. Glavna razlika je u tome što narcisi osjećaju krivnju vezanu za potrebe, a borderline sram. Za borderline potrebe su kao toksični elementi, loše unutarnje sile koje često zamijene za agresiju. Progoniteljski *superego* ima ulogu internalizirane majke koja govori: „Ne pitaj; ne trebaj, traži ništa.” Borderline se zato služe drugim kanalima za izražavanje potreba. To su primitivni modeli izigravanja žrtve, suicidalnost i u obliku psihosomatskih bolesti. Također ne izražavaju direktno svoje potrebe ali očekuju da će osoba ako ih voli znati koje su njegove potrebe, magičnim razmišljanjem. Narcisov *superego* je oštar i kažnjavajući, potrebe su podređene moćnom superegu koji je neumoljiv i restriktivan. „Ne pitaj nikog za pomoć; to je ispod tebe, ti si iznad svih.” Biti ranjiv izjednačava se sa slabošću i nesavršenstvom koje je neprihvatljivo. Kao zaštita od ovisnosti o drugom narcisu će poslužiti svemoćne fantazije i manične obrane. U vezi narcis ima priliku projicirati svoje neželjene ovisne potrebe na graničnu ličnost što mu daje prilike da superiorno gleda na graničnog partnera kako se se koprca i postaje sve potrebitiji. Povlačenjem i zanemarivanjem još ga više gura u zahtijevajuće i destruktivno ponašanje. Granični poremećaj ličnosti će se pokušat izvući iz toga često viktimizacijom.

Lachkar smatra da je u narcisoidnom poremećaju ličnosti dominantan mehanizam obrane introjeksija, dok borderline poremećaj ličnosti većinski koristi projekciju. Dok je zaljubljen narcis internalizira objekt ljubavi. Idealizira ga, ali kada idealizirani objekt razočara (što će se neminovno dogoditi), ljubav će se preoblikovat u mržnju prema sebi i samoprogon (Lachkar, 1983). Granični poremećaj ličnosti koristi projekciju i splitting u svrhu odstranjenja neprijateljskog unutarnjeg objekta.

U plesu projekcije i identifikacije i dvosmjernog procesa dualne projektivne identifikacije događa se da se jedan partner pokušava riješiti neželjenog sadržaja kojeg ne može tolerirati. Narcis pobuđuje sram u borderlineu jer ima potrebe, a granični pobuđuje krivnju u narcisu jer nije savršen. Kada se narcis povuče borderline osjeća krivnju i tako u krug. Dualna projektivna identifikacija je kada se oba partnera identificiraju s negativnom projekcijom drugog.

Još jedan krug nastaje kad se narcis povuče fizički i emocionalno te u konačnici izolirati. Takav potez za borderlinea partnera je zastrašujući i ponižavajući. (Lachkar 2004)

Par tvori komplementarnu dijadu u kojoj se svaki poistovjećuje s odbačenim emocionalnim iskustvima prikazanim kod drugoga (32).

V točka najslabija je emocionalna točka, epicentar emocionalne osjetljivosti, a produkt je rane traume (V od engl. *vulnerable*) Kada je takva točka pobuđena gubi se sposobnost racionalnog promišljanja i percepcije

Kao odgovor na pitanje zašto b/n par ostaje u tako kaotičnom odnosu poslužit će Grotsteinov (1987) zaključak da je bolja i bol nego potpuna praznina (33).

## 7.2. Parafilije

Danas, nakon pomutnje koju je stvorila Freudova teza o seksualnosti u prepubertetskoj dobi i kada je psihoseksualni razvoj dobio svoju suvremenu varijantu, je prihvaćeno mišljenje da većina seksualnih problema vuče svije korijenje iz psihoseksualnog razvoja djeteta. Iako je seksualno ponašanje šaroliko postoji granica atipičnih seksualnih preferencija koje ulaze u domenu patologije (34).

Parafilije drugim nazivom perverzije seksualne su fantazije ili aktivnosti koncentrirane na jedan tip polimorfno perverzne infantilne seksualnosti. Kod normalne seksualnosti naziru se polimorfno perverzne komponente u sklopu fantazija i igre te mogu pridodati uzbuđenju i intimnosti. Manifestacije infantilne seksualnosti su uglavnom potpuno inhibirane zbog rane funkcije superega (25).

U slučaju da *superego* ne obavi svoju ulogu potiskivanja u odrasloj dobi nastupit će simptomi perverzija u sklopu voajerizma, ekshibicionizam, sadomazohizma ili fetišizma kao jedna od komponenti polimorfno perverzne infantilne seksualnosti (1).

Postoje tri razine patologije parafilija.

### 1. Neurotska razina:

- visoka razina, najblaža patologija
- nesvjesne agresivne fantazije u obliku disociranog psihološkog sadržaja
- očuvan kapacitet za duboke objektivne i ljubavne odnose
- odlična prognoza psihoterapije

### 2. Narcistična razina:

- ciklus idealizacija-devaluacija objekta ljubavi
- nesposobnost održavanja ljubavnih odnosa
- održavanje isključivo seksualnih odnosa u koji je ukomponirana perverzija
- rascjep između ljubavne i perverzne veze
- psihoterapijski pristup razrješenju

### 3. Teži poremećaji ličnosti:

- kaotični objektivni odnosi
- nesposobnost održavanja ljubavnih odnosa



- perverzni simptomi nestrukturirani
- multiple infantilne seksualne perverzije
- terapijski uspjeh ovisi o kvaliteti objektnih odnosa, superegu i izraženosti agresivnih impulsa (28).

## **8. LJUBAV U SUVREMENOM DRUŠTVU**

Završno pitanje na koje će se osvrnuti ovaj pregled je može li manjak ljubavi pridonijeti razvoju psihopatologije? Naime, Lasch je već 1979. godine dijagnosticirao suvremeno zapadno društvo kao narcističku kulturu. Ono što često suvremena kultura nudi malom djetetu je neempatično i ljubavljivo manjkavo okruženje. Umjesto ljubavi dijete dobije zamjenu, supstituciju za ljubav koja je podređena roditeljevim psihološkim potrebama. U takvim uvjetima inhibirana je djetetova spontanost i njegove vlastite potrebe ostanu neprepoznate i suprimirane te na kraju ono odustane od otkrivanja autentičnog sebe. U nedostatku pokušaja i pogreške, shvaćanja i upoznavanja sebe dijete ne može pronaći vlastite i tuđe granice i razbiti iluziju infantilne onipotencije. Osim toga, manjak ljubavi i empatije koju bi dijete internaliziralo kombiniran je s prepuštenošću perfekcionizmu i nezadovoljstvu. Tako je načinjeno vrlo plodno tlo za razvoj lažnog selfa i grandioznog selfa i budućeg naraštaja ličnosti s različitim razinama patologije. Društvo lišeno sposobnosti za ljubav i empatiju prema sebi i drugom (35).

## ZAKLJUČAK

„Što je vrijeme? Ako me nitko ne pita, znam, ali, ako me pitaju da Pokušam objasniti, onda ne znam što je vrijeme.” sv. Augustin

Tako je i s ljubavlju. Ona je vlastiti doživljaj svakoj pojedinca, produkt njegova bića. Jedna od najkompleksnijih ljudskih emocija izvor je razdiruće boli do ekstatične sreće. Ljubavni odnos kompleksna je i živahna tvorevina koja nikako ne sadrži isključivo ljubav.

Za istinsku ljubav nužna je sinteza libidnih i agresivnih ciljeva (Freud 1953).

Njezin put počinje od najranijeg djetinjstva kada se stvaraju začetci kapaciteta za ljubavni odnos. Ličnost se oblikuje polagano prolazeći razvojne faze da bi kao produkt u odrasloj dobi ponudila drugome svoju osobnu varijantu ljubavi i očekivanja. Ljubavni odnos tema je koja je sveprisutna, ima značajnu ulogu u životu pojedinca i društva.

Važnost razumijevanja ljubavnih odnosa pruža priliku za prepoznavanje i rješavanje problema unutar odnosa kroz psihoterapiju te tako poboljšanje opće kvalitete života pojedinca.

Suvremeni terapeuti dolaze u dodir s novim problemima te se razvijaju novi terapijski pristupi usredotočeni na specifične potrebe modernih veza gdje se ističe utjecaj tehnologije, digitalne veze i drugi izazovi.

Za kraj bih voljela napomenut da iako se ovaj rad koncentrirao uglavnom na heteroseksualne odnose, u literaturi su isto tako opisivane i druge prirode odnosa koji će u budućnosti biti istraživani sve više, ali to bi prelazilo granice ovog rada.

## ZAHVALE

Voljela bih zahvaliti prvenstveno svojim roditeljima.

Zahvalila bih se i predivnim prijateljima s kojima sam se našla na ovom putu.

I jedno posebno hvala za M i T

## LITERATURA

1. Marčinko D. Psihodinamika ljubavi i mržnje. Zagreb: Medicinska naklada, 2019.
2. Millon T, Lerner MJ, editors. Handbook of Psychology Volume 5: Personality and Social Psychology. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc., 2003.
3. Laplanche J, Pontalis JB. Rječnik psihoanalize. Zagreb: Naprijed, 1992.
4. Gregurek R. Psihološka medicina. Zagreb: Medicinska naklada, 2011.
5. Groddeck G. Das Buch vom Es. Vienna: Internationaler Psychoanalytischer Verlag, 1923.
6. Freud S. Trauer und Melancholie. In: Gesammelte Werke, Band X. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag, 1917.
7. Lantz SE, Ray S, editors. Freud Developmental Theory. In: The Handbook of Psychoanalytic Theory and Practice. New York: Basic Books, 1999.
8. Holtzman D, Kulish N. The feminization of the female oedipal complex, Part I: A reconsideration of the significance of separation issues. J Am Psychoanal Assoc. 2000.
9. Freud A. The Ego and the Mechanisms of Defense. London: Hogarth Press, 1936.
10. Vaillant GE. Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. Am Psychol. 2000.
11. Berzoff J, Flanagan LM, Hertz P, editors. Inside Out and Outside In: Psychodynamic Clinical Theory and Psychopathology in Contemporary Multicultural Contexts. 5th ed. Lanham, MD: Rowman & Littlefield, 2016.
12. Letourneau N. "No such thing as a baby" in the year of the nurse and midwife. Can J Nurs Res. 2020;52(2):71-3.

13. Winnicott DW. The theory of the parent-infant relationship. *Int J Psychoanal.* 1960.
14. Skočić Hanžek M. Važnost teorije objektnih odnosa M. Klein za razumijevanje procesa u grupnoj psihoterapiji osoba s iskustvom psihoze. *Psychiatr Danub.* 2020;32(Suppl 2).
15. Cassidy J, Jones JD, Shaver PR. Contributions of attachment theory and research: A framework for future research, translation, and policy. *Dev Psychopathol.* 2013;25(4 Pt 2).
16. Moore S, Leung C. Young people's romantic attachment styles and their associations with well-being. *J Adolesc.* 2002.
17. Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *J Pers Soc Psychol.* 1987.
18. Gilhath O, Karantzas GC, Fraley RC. *Adult Attachment: A Concise Introduction to Theory and Research.* 1st ed. London: Academic Press, 2023.
19. Milivojević Z. *Emocije – Psihoterapija i razumijevanje emocija.* Zagreb: Mozaik knjiga; 2010.
20. Milivojević Z. *Formule ljubavi.* Novi Sad: Psihopolis, 1995.
21. Kernberg OF. Aggression and love in the relationship of the couple. *J Am Psychoanal Assoc.* 1991.
22. Kernberg OF. The sexual couple: A psychoanalytic exploration. *Psychoanal Rev.* 2011.
23. Brownlee B. The Psychology of the Madonna Whore Complex. *Modern Intimacy.* 2022 Aug 11.
24. Kernberg OF. The couple's constructive and destructive superego functions. *J Am Psychoanal Assoc.* 1993.

25. Kernberg OF. The Inseparable Nature of Love and Aggression: Clinical and Theoretical Perspectives. Arlington, VA: American Psychiatric Association Publishing, 2012.
26. Levine JA, Levine AB. The psychodynamics of shame and guilt in Great Expectations. J Am Psychoanal Assoc. 2011.
27. Kernberg OF. Love relations of the heterosexual couple. In: Pollack R, editor. Love and Its Obstacles. New York, NY: Columbia University Press, 2007.
28. Marčinko D, Aurer Z I sur. Stres u kliničkoj medicini – biologijski, psihodinamski i socijalni faktori. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu Medicinski fakultet, 2021.
29. Lichtenberg J. Sensuality and Sexuality Across the Divide of Shame. 1st ed. New York: Routledge, 2008.
30. Gibbons R. The mourning process and its importance in mental illness: A psychoanalytic understanding of psychiatric diagnosis and classification. B J Psych Advances. 2024.
31. South SC, Thomas KM. Personality disorders and romantic relationships: Introduction to the special section. J Pers Disord. 2019.
32. Finell JS. Sadomasochism and complementarity in the interaction of the narcissistic and borderline personality type. J Am Psychoanal Assoc. 1998.
33. Lachkar J. The Narcissistic/Borderline Couple: New Approaches to Marital Therapy. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, 2003.
34. Dragu A, Delcea C. Psychodynamic formulations of paraphilias. J Sexol. 2020;4(1):58-61.
35. Bilić V, Eterović M, Marčinko D. Psychodynamic aspects of love: A narrative review. Psychiatr Danub. 2022.

## ŽIVOTOPIS

Rođena sam u Splitu 23. svibnja 1997. godine. U istom gradu pohađala sam Osnovnu školu Spinut nakon koje upisujem III. gimnaziju Split. Srednju školu završavam u generaciji maturanata 2015./2016. Za vrijeme osnovne i srednje škole bavila sam se raznim izvannastavnim aktivnostima. U HNK Split pohađala sam baletnu školu, a u Glazbenoj školi Josipa Hatzea svirala sam violončelo. U Zagreb dolazim 2016. godine kad upisujem Arhitektonski fakultet kojeg napuštam 2018. godine da bi se prebacila na Medicinski fakultet u Zagrebu tijekom kojeg sam se u Centru za likovni odgoj grada Zagreba na Rokovom perivoju bavila kiparstvom.