

IZGRADNJA OSOBNOSTI (separacija selfa od objekta)

Dragan Josić

Winnicott(1) je jedan od svojih najznačajnijih tekstova nazvao „Korištenje objekta“. U njemu se obrađuje tema o odvajanju selfa od objekta što je osnova za izgradnju osobnosti. O tome je on rekao: „U početku je bio objektni odnos, a na kraju je korištenje objekta, a između toga događa se *možda najvažnija stvar u ljudskom razvoju*, koja se od svih ranijih razvojnih situacija najteže ostvaruje, a koja će kasnije dovesti do olakšanja“.

U povoljnom dječjem razvoju subjektov Ego se identificira s Egom objekta, a kasnije i s njegovim Superegom i na taj način subjekt počinje izgrađivati strukturu. Da bi to bilo moguće najvažnije je da su se prije toga odvojili self subjekta od objekta. U povoljnom razvoju djeteta to odvajanje se završava oko 3. godine života. Dijete kod kojega se to dogodilo biti će emocionalno zrelije nego mnogobrojne odrasle osobe kod kojih se to nije dogodilo. Ono je postiglo osnovu za život vrijedan življenja tj. za život u pravim osjećajima. Takvo dijete je razvilo konstantnost objekta, bazično povjerenje, bolji osjećaj za realitet, počelo je razvijati sposobnost za simbolično mišljenje i može kreativnije pristupati činjenicama. Njegov self je već postigao dovoljnu odvojenost od objekta i to kao i sva druga njegova postignuća se u daljnjem razvoju još učvršćuju i sazrijevaju.

Kada dijete čiji razvoj nije bio povoljan dođe u odraslu dob možemo vidjeti kako se njegov self nije odvojio od objekta već je ostao s njim vezan u selfobjektnom odnosu, kako je taj odnos nazvao Kohut(2). To su ozbiljni životni nedostaci koji se mogu popraviti ili ukloniti u uspješnoj psihoterapiji ili psihoanalizi, što se događa u višegodišnjem procesu. Tijekom terapije pacijenti postižu različite stupnjeve odvojenosti selfa od objekta što znači i različite razine zrelosti, sve dok se u tom procesu ako se uspješno odvijao ne postigne konačno odvajanje selfa od objekta. Agresija u fantaziji je neophodna da bi se proces odvajanja selfa od objekta mogao događati. Konačno odvajanje selfa od objekta događa se pred kraj terapije koja je dobro napredovala.

Tijekom cijelog terapijskog procesa subjekt je povremeno upućivao agresiju analitičaru, kojemu to nije lako podnositi. Agresijom pogođeni analitičarev kontratransfer mogao bi imati potrebu da se brani interpretacijama, smatrajući da subjekt nema razloga za agresiju i da je ona nerealna. Takva analitičareva reakcija bi jako oštetila proces odvajanja selfa od objekta, koji se odvija u nekoliko faza, kako je opisao Winnicott, a koje će sada biti malo slobodnije prikazane:

- 1). Subjekt je od početka u objektnom odnosu (selfobjektnom).
- 2). Subjekt traga za objektom koji će mu omogućiti odvajanje njegovog selfa od objekta. U analizi taj objekt je analitičar, koji za subjekt istovremeno predstavlja transforni selfobjekt kao i transformirajući objekt Bollas(3).
- 3). Subjekt agresijom na analitičara u fantaziji razara selfobjektni odnos s njim, a to znači i njega kao dotadašnji unutarnji i vanjski selfobjekt.
- 4). Psihoanalitičar (a u povoljnom dječjem razvoju dovoljno dobra majka) *preživljava* vlastito razaranje od strane subjekta, bez vraćanja agresije, što je uvjet da se dogodi odvajanje selfa subjekta od objekta.
- 5). Nakon što se ovo dogodilo, subjekt je tek tada sposoban koristiti objekt za svoju dobrobit jer je postao odvojen od njega, a istovremeno i od svih drugih objekata budući da je izašao iz selfobjektnog odnosa.

Opisani proces omogućava dobar završetak analize i kada se on dobro odvija mi možemo čak i nekoliko godina prije kraja analize znati da će analiza uspješno završiti. Analitičar treba moći preživjeti svaku fazu pacijentovog agresivnog transfera tijekom analize. Nakon svake faze takve destrukcije, dolazi do nagrade u vidu subjektovog povećanog povjerenja i ljubavi prema analitičaru.

Ako bi u tijeku tog procesa analitičar umro ili ako bi na subjektovu agresiju imao obrambene ili osvetničke reakcije, bio bi jako ranjen subjektov razvojni put ka korištenju objekta. Ako se ovaj proces nije mogao dobro odvijati, takva analiza neće nikada moći biti završena, što je slučaj i kod graničnih i psihotičnih pacijenata.

Konačno odvajanje selfa od objekta događa se pred kraj terapije nakon ranijih mnogobrojnih pokušaja izlazaka iz selfobjektnog odnosa. Analitičar treba biti sposoban puštati da se taj proces odvija i pratiti ga

empatijom i kontejniranjem, a dobro bi bilo da ga i teorijski poznaje. Winnicott je rekao da se analitičar ne treba miješati u taj proces, jer bi subjekt to mogao doživjeti kao zabranu svoje destrukcije i zato je najbolje ne reagirati i pustiti vremenu da to riješi. U tom vremenu jako je važno da analitičar preživljava napade pacijentove agresije koji se događaju tijekom terapije. Subjekt se u ovom procesu sve više individualizira i kada se to dovoljno ostvari, on može nastaviti život odvojen od objekta (selfobjekta) i biti s njim u istom realitetu. Istovremeno svi drugi vanjski objekti prestaju biti doživljavani samo kao projekcija subjektivih selfobjektnih odnosa s roditeljima.

Novostvorenu kvalitetu odnosa u koji subjekt ulazi, Winnicott je nazvao *novi realitet* u kojem pacijent može osjećati ono što osjeća analitičar, a analitičar može osjećati ono što osjeća pacijent, oni su sada u istom realitetu i u ukrštenim identifikacijama. Analitičarevi osjećaji biti će sve jasniji pacijentu i on će sve više moći o njima voditi računa, na osnovi njegove povećane sposobnosti za empatiju.

Budući da se kod naših narcističnih pacijenata proces odvajanja selfa od objekta tijekom ranog razvoja nije ostvario, on se treba ostvariti tijekom terapije u odnosu s analitičarem, samo što će za to trebati mnogo više godina nego u djetinjstvu. Ako se taj proces ni u analizi ne ostvari onda takva terapija neće nikada biti uspješno završena.

Tijekom trajanja analize ima puno pokušaja da se odvoji self od objekta. Iako su svi oni bili nedovoljni ipak su donosili stanovite pomake i pripremali teren sve do završne faze analize kada je subjekt sazrio da se može dogoditi konačno odvajanje.

Evo *slikovite metafore* za taj proces: Zdravo mlado stablo koje raste simbolizira pacijenta u analizi koja napreduje. Oko stabla se nalaze prstenovi različitih promjera koji simboliziraju različite jačine selfobjektnog odnosa koje se protive odvajanju selfa od objekta. Rast stabla dovodi do prsnuća najužeg prstena. Jasno je da će i sljedeći prstenovi popucati daljnjim rastom stabla.

Analogno tome, rastom subjektivog zdravlja tijekom godina analize, subjekt će jačati, vršiti će agresiju i razarati selfobjektne odnose i tako sve više odvajati self od objekta. Agresija u subjektivoj nesvjesnoj fantaziji, ali i u realnom odnosu prema analitičaru javlja se radi terapijskog rasta subjekta (kao i stabla) i razarat će selfobjektne veze i odvajati self od objekta sve više i više.

Agresija, a nekad umjesto nje i autoagresija može sudjelovati u istom procesu. Autoagresija putem projektivne identifikacije djeluje na analitičara kao i agresija. Da li će se kod određenog subjekta javiti agresija ili autoagresija koje daju energiju za raskidanje selfobjektne veze, izgleda da ovisi o tome da li u subjektovom narcizmu dominira grandiozni self, kada je izrazitija agresija, ili dominira idealizirana roditeljska slika, kada je izrazitija autoagresija.

Agresiju na roditelje, kao vanjske idealizirane selfobjekte i na analitičara kao na njihovu transfernu projekciju, subjekt izražava povremenim manje ili više grubim optužbama i napadima na njih zbog bolnih doživljavanja iz djetinjstva. To će voditi ka raskidanju selfobjektnog odnosa s vanjskim i unutarnjim lošim objektom, a to dovodi do jačanja odnosa s dobrim objektom.

Ako loš arhajski selfobjekt nije među živima, on je jako živ u subjektovim nesvjesnim osjećajima iz djetinjstva. Tijekom analize kroz agresiju prema mrtvom selfobjektu prvi put se događa separacija od njega i prvi put u životu subjekt agresijom rastvara u ranom djetinjstvu stvorenu staru selfobjektnu vezu s njim.

Tek u kasnijim fazama analize jačina ove agresije će se smanjivati i pacijent će postajati zdraviji i biti će sposoban za oprost.

Autoagresija djeluje isto kao i agresija, dajući energiju za raskid subjektive selfobjektne veze. Ona putem projektivne identifikacije djeluje na analitičara jednakom snagom kao i agresija i također pogađa njegov kontratransfer, što on treba preživljavati. Pacijentova agresija izražavana putem autoagresije, svojom energijom nakon mnogih ponavljanja razarat će selfobjektnu vezu s njim kao i s lošim unutarnjim objektom.

Po mom kliničkom iskustvu autoagresija se tijekom psihoanalize ispoljava u dvije forme:

a). Autoagresija putem pogoršanja somatskog stanja, koja će dovesti do javljanja jakih psihosomatskih reakcija pa čak psihosomatske bolesti:

Kao klinički primjer spomenuo bih hipertireozu, koja je kod subjekta nastala neposredno nakon sukoba s majkom u jednom od

pokušaja odvajanja selfa od majčinog selfobjekta. Projektivnom identifikacijom na analitičara, putem nastale psihosomatske bolesti pacijent je upućivao njemu agresiju, koju on treba preživjeti bez vraćanja obrambenim interpretacijama, izazivanjem krivnje u njemu ili povlačenjem od njega.

b). Autoagresija putem iznenadnog velikog emocionalnog pogoršanja:

U fazi odvajanja od selfobjekta, javljaju se klinička pogoršanja s jakim emocionalnim proživljavanjem straha, napetosti, zbunjenosti, izgubljenosti u kojima subjekt često kaže kako ne zna što se to s njim događa, čak i da se ovako loše nije nikada osjećao. Mogu se javljati i simptomi zbog kojih je nekada i došao na terapiju. Autoagresija psihičkim pogoršanjem projektivnom identifikacijom vrši agresiju na analitičara indirektno ga optužujući. To je isto kušnja za analitičarev kontratransfer i on agresiju, kao i obje forme autoagresije treba podnositi, a što je najvažnije analitičar treba *preživjeti* napade na sebe. On neće vraćati agresiju pacijentu niti braniti svoj često uzdrmani kontratransfer.

Klinički primjeri

Pacijent srednje životne dobi liječi se psihoanalizom. U primjeru ćemo vidjeti njegovih pet pokušaja koji pokazuju postupnost kako se odvaja njegov self od selfa objekta. Iz tih pokušaja možemo vidjeti da je još daleko konačno odvajanje selfa od objekta, ali da je taj proces započet i da se dobro odvija.

1). U početku analize bio je vrlo dominantan pacijentov osjećaj krivnje, kao i njegov strah od idealiziranog transfernog selfobjekta njegove supruge, što se vidi u sljedećem primjeru:

Narcistična majka (njegova supruga) ispituje i tlači sina koji je odličan đak zahtijevajući da mora još s njom učiti i ponavljati gradivo. Želi ga držati u svojoj dominaciji i ostati za njega idealizirana. Sin pokušava zatražiti spas od oca i kaže mu: „vidi tata, ja sve znam, a mama me još tjera da to ponavljam“. Ocu (pacijentu iz našeg primjera) sada je već jasno da majka želi mučiti sina, upravljati s njim i držati ga čvrsto u svojoj vlasti. Ranije ne bi to ni primjećivao, jer je smatrao da majka najbolje zna s djetetom jer je ona majka. On bi želio pomoći sinu, ali se ne usuđuje, pred ženom kao lošim objektom stati na njegovu stranu. On kaže sinu: “Nije ti teško još jednom to mami ponoviti, jer si sam rekao da sve već znaš pa se poslije možeš ići na miru igrati“.

Nakon što je tu situaciju u seansi rekao, dodao je: „Znam da sam ga izdao, žao mi je zbog toga, ali se ne usudim suprotstaviti ženi“.

2). Nakon oko godinu dana od tog događaja, pacijent odlazi sinovoj učiteljici u školu na informacije. Saznaje kako su se učiteljica i njegova supruga dogovorile „stisnuti“ maloga, kako bi on bio u razredu bolji od neke djevojčice koja je najbolja. On se usuđuje suprotstaviti učiteljici i kaže: “Zar vi hoćete da on zamrzi žene, da ih se boji i da postane homoseksualac?”. Učiteljica je iznenađena, ali se izvlači iz te situacije izgovarajući se na njegovu suprugu koja je to od nje tražila. Pacijent u seansi komentira da se takvu rečenicu ne bi usudio reći svojoj supruzi jer je ona za njega još jako opasna, ali se usudio reći sinovoj učiteljici.

3). Sljedeće ljeto na plaži, mogao se sa sinom i drugom djecom igrati u moru. On je kao strašni lik iz crtića i pojesti će koga god od njih uhvati. Djeca su bila razdragana i sretna u toj igri i on je uživao. Supruga i njena obitelj gledali su ga ne vjerujući što on to kao odrasli čovjek sebi dozvoljava. Takvoga ga nikada nisu vidjeli. Kada su išli navečer u grad, djeca su njega htjela držati za ruku i od njega su tražila da im kupi sladoled. To mu je bilo drago. Odrasli iz društva su ga htjeli posramiti i govorili mu da su to znaci starosti i da je podjetinjio. On se branio kako je djeci to bilo lijepo i nije se posramio svoga ponašanja, nego se sljedećih dana nastavio tako igrati. Doživio je bojkot „odraslih“, a supruga je rekla: “Kako me možeš toliko sramotiti“.

4). Budući da se stalno ponavljala situacija sa školskim učenjem i majčinim mučenjem sina, sin je opet zatražio zaštitu od oca. Sada je pacijent uspio reći da će on sam sa sinom nastaviti učiti i otišao je s njim u drugu sobu. Ostatak dana supruga ga nije ni pogledala. Tek navečer je rekla kako ne može vjerovati što je on uradio, jer je to grozno i upropastit će sina. Rekla je kako je jako loše za dijete kada roditelji nisu pred njim istoga stava. On se branio, kako je sin od njega tražio pomoć i da mu je zato morao pomoći. U analizi je rekao da vjeruje kako će se jednoga dana i direktno suprotstaviti ženi, ali sada bi imao jak osjećaj straha kada bi to učinio.

I dalje se u seansama stalno radilo na pitanju odvajanja selfa od objekta, ali nije bilo nikakvog pritiska od strane analitičara da se to odvajanje ubrza. Analitičar je imao razumijevanje za jačinu selfobjektnog odnosa i puštao da se polako uz oscilacije pacijentovih osjećaja (regresije i progresije) nastavi započeti proces odvajanja selfa od objekta.

5). U zadnjoj seansi pred ljetnu dužu pauzu pacijent donosi san: Igra se košarkaška utakmica. On sjedi na klupi uz teren i promatra. U jednom momentu njegova supruga baca loptu u koš. Lopta dugo kruži po obroču koša i na kraju ne uđe u koš nego padne sa strane. Zatim se događa napad protivničke ekipe u kojoj jedan spretni napadač baca loptu u koš. Njegova lopta također kruži po obroču i ne zna se gdje će završiti, ali na kraju ona ulazi u koš.

Pacijentovi osjećaji u snu nisu izraženi, on je samo promatrač i registrira što se događa, a na sceni sna su njegova supruga i analitičar. Pacijent još ne smije aktivno u svom liku igrati utakmicu protiv svoje supruge koja je previše opasna.

Njegov osjećaj da se u snu suprotstavi selfobjektu supruge se sakrio iza analitičara koji je skupa s njegovim zdravim dijelom projiciran u lik igrača koji daje koš protiv njegove supruge i nju smije pobijediti. Za pacijenta bi direktni napad na selfobjektni odnos u kojem bi on sam smio pobijediti suprugu bio još uvijek preopasan. Može se jasno naslutiti da će kroz nekoliko godina nastavka terapije doći i do takve pobjede i raskidanja jake selfobjektne veze sa suprugom.

Kontratransfer: U vremenu u kojem su se u analizi događali navedeni primjeri pacijentove borbe za odvajanje njegovog selfa od

objekta, bilo je puno primjera **agresije na analitičara** ili na analitički seting:

Bile su to pacijentove duge šutnje, mrzovoljnost i pasivnost, njegov depresivan izraz lica, zakašnjenja na seanse i česti izostanci zbog poslovne zauzetosti. Izostao bi i kada je morao odlaziti na putovanja koja je supruga režirala i zahtijevala da ide i on mada se njemu nije putovalo. Pokušavao je nalaziti opravdanja da ne putuje, ali je uvijek popustio supruginom navaljivanju.

U zadnje vrijeme mogao ja direktnije izraziti agresiju na analitičara rekavši da nije želio doći na neku seansu ili da je njegov izostanak bio direktna osveta analitičaru zbog neke situacije iz prethodne seanse. Nekoliko puta je rekao da nije imao nikakav važan sastanak zbog kojeg je izostao sa seanse kako je kazao ranije, nego jednostavno nije htio doći jer se na terapiji ne bi ništa bitno dogodilo.

Često sam jasno mogao osjetiti ubod mnogih njegovih agresivnih riječi ili neverbalnih poruka. Ono što je meni bilo najvažnije je to što sam osjećao da je agresija koju je upućivao meni bila iskrena i što je to mogao reći ili pokazati. Upravo to davalo mi je terapijskog strpljenja, a istovremeno i osjećaj nade, znajući da je ta agresija u službi dugotrajnog procesa odvajanja selfa od objekta tj. od njegovih selfobjekata, uključujući i mene kao transferni selfobjekt.

Mogao sam bez većeg kontratransfernog napora prihvaćati povremena ispoljavanja njegove agresije prema meni i u kontratransfernim osjećajima pronaći ravnotežu u sebi i osjećati se dovoljno dobro.

Primjer s pacijenticom prikazuje njen ulazak u zdravlje, ili u novi realitet, kako je to Winnicott rekao ili napuštanje selfobjektnih odnosa

Definitivno odvajanje subjektovog selfa od objekta ne događa se u jednom momentu već kao što smo vidjeli u jednom periodu pred kraj terapije. Načini odvajanja selfa od objekta vrlo su različiti kod različitih subjekata. Kod nekoga se događaju više naglo, kod nekoga postupnije,

ali taj proces uvijek nosi u suštini iste osobine koje su karakteristične za sve više ojačani pravi self i za razvijenu osobnost.

U primjeru pacijentica osjeća sigurnost u sebe i u svoje nove osjećaje. Time zrači cijela njena osoba: vidi se siguran načina držanja, siguran tona glasa i siguran mirni pogled, čega nekada nije bilo. Analitičar osjeti da sve to nije isto kao prije i osjeti da pred sobom ima osobu koja je dobila svoju osobnost, za koju je siguran da se s njom može dobro razumjeti i kako je Winnicott rekao da se s njom nalazi u istom realitetu.

Klinički primjer: Upravo ovih dana u zadnjih nekoliko seansi spomenuta pacijentica koja je 12 godina u analizi ulazi u svoje zdravlje ili u novi realitet. Uspjela je dovoljno smanjiti jačinu lošeg selfobjektnog odnosa s majkom, ali i smanjiti jačinu dobrog transfernog odnosa s analitičarem. Sada sebe doživljava kao osobu koja se osjeća puno zrelija, samostalija i odraslija. Govori kako je godinama, sve do nedavno, od majke tražila da joj šalje novac premda ga je sama dovoljno zarađivala. Majka je na to uvijek pristajala. Sada pacijentica kaže kako joj ne pada na pamet da bi od majke tražila novac.

Zatim spominje iskustvo sa starim prijateljicama koje ponekada sretno: „Sasvim mi je drugačiji osjećaj u kontaktu s njima: Ja sve znam o njima jednako kao i prije, ali mi je osjećaj prema njima drugačiji. Drugačije ih doživljavam, ne znam kako to da pojasnim. U sebi se pitam da li one osjećaju tu moju promjenu? Neću ih to pitati, jer vidim da sam ja njima kao i prije, ali ja osjećam da ima razlike u onome prije i ovome sada. Možda je glavna razlika što me sada nije briga što će one misliti o meni“.

„Moju šeficu na poslu drugačije osjećam. Prije sam se uživala u njene napore priče. Znam da sam sudjelovala u njima i slušala je, a sada vidim da pretjeruje, da se uzbuđuje tamo gdje nema potrebe. Do nedavno su i mene njene priče jako uzbuđivale, ja sam s njom brinula, patila i proživljavala njene životne situacije. A sada ja to sve isto slušam, ali na mene to ne djeluje, udaljena sam od toga, samo se čudim kako sam za nju ja ona ista od prije i kako ona ne primjećuje da ja nisam kao prije. Vidim je kako ona pretjeruje, kako ne vidi njen odnos s ljubavnikom, a znam da sam i ja do nedavno sve osjećala onako kako je ona govorila“.

„I vas drugačije vidim. Dragi ste mi, cijenim vas, ali mi niste više onako veliki. Ne osjećam da su mi vaše riječi jednako važne kao

nekada. Sada znam da vi više znate od mene jer je to vaš posao, ali i ja dovoljno znam, nekako smo više jednaki, tako se osjećam“.

„S mojim mužem sam se dogovorila da idemo na umjetnu oplodnju. Sada osjećam da sam sposobna biti majka, ne treba mi to nitko reći. Osjećam da ću biti dobra majka, u to sam sigurna i to me ispunjava zadovoljstvom i radošću. Ja sam se uzemljila.“.

Literatura:

Winnicott : Le langage de Winnicott, Edition Popesco, Paris 1996

H. Kohut: Analiza sebstva, Naprijed Zagreb, 1990.

Mahler M. : Psychose infantil, Bibliotheque Payot Paris, 1982.

Fairbairn R.: Psihoanalitičke studije ličnosti, Naprijed Zagreb, 1982.

Bollas C. : The Transformational Object. Int. J. Psycho-Anal., 1979.

