

## Razvoj in pojmovanje osebe v relacijsko družinski paradigmi

KATARINA KOMPAN ERZAR  
 Frančiškanski družinski inštitut  
 Prešernov trg 4  
 SI-1000 Ljubljana  
 lia-katarina.kompan@guest.arnes.si

### POVZETEK

*Pojem osebe v psihologiji dolgo ni mogel dobiti pravega mesta, saj ga ni bilo mogoče umestiti v razumevanje človeka kot posameznika, ki nastane tako, da se njegove vrojene dispozicije razvijejo po določenem programu, ki ga posameznik prinese s seboj. Psihologija se je dolgo lovila v nerešljivih napetostih med naravo in vzgojo, vrojenim in pridobljenim, kjer za pojem osebe kot presežne in predvsem radikalno dialoške dimenzije človeka ni bilo mesta. Relacijska paradigma pa je preko radikalnega razumevanja vzajemnosti in presežnosti, ki jo kaže dejanski psihični razvoj, omogočila preseganje teh dualizmov in odprtje novega področja znanstvenega raziskovanja, tj. raziskovanja relacijske matrice, ter tako dala slutiti globino in skrivnostnost ter presežnost človeške osebe.*

*Ključne besede: psihologija, oseba, narava, vzgoja, presežnost*

### ABSTRACT

#### DEVELOPMENT AND CONCEPTION OF PERSON IN RELATIONAL FAMILY PARADIGM

*In psychology, the concept of person for a long time lacked its right place, since it could not be set within the context of the understanding of human being as an individual. The latter comes about by developing its inborn dispositions according to a specific program. For a considerable period of time, psychology was under the siege of unsolvable tensions between nature and nurture, the inborn and acquired, and there was no room for a radical dialogical dimension of human being as such. However, through a radical understanding of mutuality and transcending, as evinced by the actual psychical development, relational paradigm enabled the transcending of such dualisms and the opening up of a new field of scientific research, i.e. the research on relational matrix, and by doing so provided us with an intuitive insight in the depth and mystery as well as transcendence of human being.*

*Key words: psychology, person, nature, nurture, transcendence*

Razvoj relacijsko družinskega pogleda na človeka temelji na novi relacijski znanstveni paradigmi, ki odpira prostor raziskovanja odnosov kot edinemu temelju, ki omogoča dostop do človeške narave (Kompan Erzar, v tisku). Odnos oziroma sistem odnosov vključuje vse ravni človeške zavesti, notranjepsihično, medosebno in sistemsko, prepletene in spojene med seboj. Temeljni mehanizem, ki spaja te ravni pa je mehanizem regulacije afekta, najglobljega znanosti dostopnega področja človekove psihične strukture, kjer se spaja organski ustroj z vzorci odnosov, ter celotnim spektrom človekovega bivanja. V našem prispevku bomo razgrnili razvojni vidik relacijsko družinske teorije, ki odpira dostop do raziskovanja temeljnih razsežnosti človekove osebe. Ta pogled temelji na teoriji navezanosti, sistemski teoriji in nevropsihologiji.

### **Razvoj in sistem**

Temeljna predpostavka razvojne relacijske teorije pa je, da "razvoj ni empirični koncept" (Bornstein, Lamb, 2005), ampak proces vzajemnih relacij med različnimi ravnmi delovanja od biološke preko intrapsihične do medosebne in sistemske ravni. Relacijska narava razvoja pomeni, da je vedno mogoča določena mera spremembe znotraj razvojnega sistema, da pa ni vsaka sprememba, ki jo opazimo že razvoj. Z drugimi besedami, ugotavlja Lerner (2002), da postane neka razlika tudi razvojna sprememba, se mora spremeniti celoten sistem, oziroma se mora nanjo odzvati celoten sistem. Poleg tega so take spremembe vedno sukcesivne, torej so vedno povezane in na določen način posledica prejšnjega stanja. Na primeru družinskega sistema to pomeni, da je tok razvoja in način razvoja posameznika odvisen od sistema, v katerem se odvija in da sistem hkrati s tem, ko sprejema posameznika, tudi kroji njegov način delovanja, dojemanja, čutenja, ter, kot dokazuje nevropsihologija (Siegel, 1999, Schore, 2003) tudi organski biološki ustroj. S tem pa se spreminja tudi sistem sam. In tako spremenjen sistem potem spet vpliva na nadaljnji razvoj. Posameznik je torej v stalnem vzajmno spreminjajočem se dinamičnem odnosu z drugimi. Tako se zunanje in notranje, narava in vzgoja, vrojeno in pridobljeno stalno prepletata, spreminjata drug drugega in medsebojno vplivata drug na drugega.

Navedeno nasprotje med naravo in vzgojo torej odpade, nič, kar je vrojenega se ne more razviti izven sistema in tudi, ko posameznik razvije relativno stabilno osebnostno strukturo, ta kaže poteze sistema in je več kot le vsota posameznih odnosov (Thompson, Goodvin, 2005). Torej že same poteze, ki bi jih lahko označili kot vrojene, dobijo svoje prepoznavne značilnosti v odnosih znotraj sistema. Ko lahko opazimo neko stabilno potezo, ta ni taka, kot se je pokazala ob rojstvu, ugotavljata Bornstein in Lamb (2005) v svojem obširnem delu "Developmental science". Že temperament, ki naj bi bil najbolj stabilna vrojena značilnost, je šele po drugem letu otrokove starosti izoblikovan do te mere, da relativno jasno napoveduje otrokovo vedenje v kasnejših obdobjih, pri čemer je odrasel temperament izoblikovan šele po adolescenci (Newman et.al., 1997). Tudi o emocijah Daniel Siegel (1999) ugotavlja naslednje: "Kar je ironično in česar do sedaj nismo poznali je, da je v nasprotju z vsemi biologističnimi predpostavkami postalo jasno, da nevrološka znanost dokazuje naslednje: Interakcije z okoljem, posebej odnosi z drugimi ljudmi, direktno oblikujejo razvoj strukture in funkcije možganov. Nobene potrebe ni več, da bi izbirali kaj je pomembnejše, možgani ali zavest, biologija ali izkustvo, narava ali nega. Te delitve so zavajajoče pri tako kompleksnem in pomembnem fenomenu kot je razvijajoči se človeški um (mind).

Prav tako je tudi v primeru osnovnih mehanizmov odzivanja in iskanja stika s svetom pri novorojenčku. Vse senzorne sposobnosti se razvijajo v popolni soodvisnosti in vzajemnosti v odnosu z materjo. To gre celo tako daleč, da otroci, ki so odraščali stran

od sovjih staršev osnovne zaznavne mejnike dosežejo več mesecev ali celo leto dni kasneje, kot njihovi vrstniki, ki so odraščali doma (Bowlby, 1995). Pri tem pa je vseeno ali gledamo sposobnost sledenja predmetom z očmi, trajanje pozornosti, prepoznavanje specifičnih glasov, razvoja smehljanja, čebljanja, ...

Kaj ta odkritja pomenijo in zakaj so tako revolucionarna? Prav zato, ker radikalno razumljena vzajemnost pomeni, da je človeška oseba vedno skrivnostna in hkrati vedno povezana z drugimi na najgloblji način. V vsakem najmanjšem vzgibu se torej kaže struktura in dinamika sistema in vzajemnih odnosov, v katerih se je izoblikovala in razvila. V našem razvoju je torej zapisana zgodovina preteklih generacij in posamezni vzgibi tistih, na katere smo se lahko navezali, zaključuje Bowlby (1995).

Temeljna človeška vzajemna povezanost presega biološke danosti in omejitve družinskega sistema in v človeku ohranja potencial za razvoj, kljub temu, da je ta potencial dostikrat zapleten in prikrit z mehanizmi regulacije afektov, ki onemogočajo njegov razcvet (Gostečnik, v tisku).

### **Razvoj in regulacija afekta**

Razvoj lahko razumemo kot transformacijo zunanje regulacije v notranjo. Tako kot na začetku zunanji svet regulira otrokova notranja stanja, od toplote, lakote, žeje, bolečine, do imunskega sistema, ter obvladovanja drugih oblik stresa, predvsem medosebnega, to je odsotnosti matere, prihodov in odhodov, tako bo posameznik kasneje reguliral svoje notranje afekte in se branil pred stresom. Najhujši vir stresa so seveda odnosi, medosebni stres, torej prekinitev stika je glavni in kot kažejo nevrološke raziskave, tudi smrtno nevarni vir stresa, ki povzroča motnje v delovanju možgan. Te motnje se na možganih kažejo kot prave lezije, torej mehanske poškodbe. Afekt v relacijsko družinski paradigmi razumemo, kot temelj vzajemnosti, vzdušje, občutje oziroma organski temelj vsakega interpersonalnega stika, ki omogoča človeku, da ohranja povezanost z drugimi. Je nezaveden in globoko zapisan v organski ustroj naših možgan. Na tem temeljnem vzajemnem afektu potem stoji celotna psihična struktura mišljenja, čutenja in vedenja in se odraža v vsakem najmanjšem vzgibu medosebne dinamike. "Temeljni afekt lahko potem preko afektivnih psihičnih konstruktov prepoznamo v mišljenju, vedenju in čutenju posameznikov. Predvsem pa iz vzdušja, ki ga kreira določen odnos. Zato je afekt vedno tudi sistemski, kar pomeni, da preveva celotno družino, ne da bi družina to vedela!" (Gostečnik, 2004)

Afekti imajo vedno telesne korenine, kar pomeni, da so vedno povezani tudi s telesnimi občutki, boleznimi in tvorijo osnovno dinamiko mehanizma navezanosti, torej nezavednih mehanizmov ohranjanja občutka pripadnosti, varnosti oziroma vsidranosti v mrežo medčloveških odnosov (Siegel, 1999). Prav ta interpersonalnost oziroma sposobnost biti povezan, pripadati je temelj človeškosti in je najmočnejši preživetveni impulz, ki ga človek pozna (Bowlby, 1995). Na podlagi tega zlahka razumemo vztrajnost najbolj bolečih oblik odnosov, zlorab in zanemarjanja, ki so razdiralni, nevarni in včasih naravnost zastrašujoči. In prav vzajemni afekt omogoča posamezniku, da vedno znova vzpostavlja odnose, ki so nerazdružljivi, ker vključujejo in temeljijo na mehanizmi navezanosti. Zato je prav relacijska travma, oziroma attachment injury najmočnejši atraktor družinskih sistemov (Bradeley, 2000). Na sistemski ravni se bo relacijski stres, oziroma travma kazala kot zablokiranost sistema, oziroma nezmožnost razvoja temeljnega sočutja in učinkovitega starševstva do otrok na določeni razvojni stopnji.

Kvaliteta zgodnje navezanosti vpliva na socialne odnose kasneje v življenju. Torej stopnja zasvojitvene aktivnosti (količina opioidnih snovi v možganih) v materi in v njenem otroku ne vpliva samo na otrokovo vedenje v otroštvu ampak vpliva tudi na način,

kako bo posameznik kasneje v življenju navezoval in iskal oporo v odraslih odnosih.

Starši, ki zlorablajo otroka torej ne kažejo samo manj igre in sproščenosti v odnosu do otroka ampak v otroku vzbujajo dolgotrajna travmatična stanja negativnega afekta. Ker je navezanost pri teh mamah šibka, nudijo zelo malo opore in zaščite pred drugimi potencialnimi zlorabljevalci otroka, kot naprimer pred očetom. Taki starši so nedostopni in se neprimerno odzivajo na otrokove izraze emocij in stresa, ali pa ga celo zavračajo in kažejo minimalno ali nepredvidljivo udeležnost pri različnih procesih regulacije emocij pri otroku. Namesto, da bi otroku pomagali stres preblikovati, v njem vzbudijo ekstremno raven stimulacije in arousala, ki je premočen v primeru zlorabe in preneke v primeru zanemarjanja. Ker pa hkrati ne nudijo nobene možnosti za interaktivno reparacijo tega stanja, v otroku povzročijo dolgotrajna stanja negativnega afekta (Schore, 2003). Ta stanja pa so povezana s hudimi spremembami biokemične zgradbe mladih možgan še posebej v povezavi z razvojem otrokove sposobnosti soočanja in predelave stresa. Iz tega lahko sklepamo, da je travma, ki prihaja od staršev kvalitativno in kvantitativno bolj patogena kot katerikoli drug zunanji vpliv, ali fizični stres.

Sistem regulacije stresa, ki integrira telo in razum je rezultat razvoja avtonomnega in limbičnega krogotoka. Dozorevanje teh dveh krogotokov pa je odvisno od izkušenj v obdobju kritičnega zorenja možgan in so torej občutljivi na relacijske travme.

Na kratko povedano bi to pomenilo, da se moramo pri razumevanju nevropsihološkega razvoja soočiti s tem, da so možgani plastični do te mere, da njihova organska struktura direktno odraža zgodovino osebe. Ker zgodnja zloraba negativno vpliva na razvoj možgan teh otrok, ima to trajne posledice. Vedno več dokazov obstaja, da travma v zgodnjem življenju poškoduje razvoj sposobnosti ohranjanja medčloveških odnosov, soočanja s stresom in regulacijo emocij (Schore, 2003).

V kontekstu relacijskih travm starši najprej disregulirajo otroka, potem pa še zamrznejo vse reparativne funkcije in pustijo otroka za dolgo obdobje v stanju izredne izoliranosti, ki močno presega otrokove nezrele sposobnosti za soočanje s stresom. Ko otrok ni v homeostatičnem ravnotežju ali je emocionalno disreguliran (pod stresom), je na milost in nemilost prepuščen tem stanjem. Dokler ta stanja ne postanejo kontrolirana, mora otrok posvetiti vse svoje regulativne sposobnosti za prepoznavanje teh stanj. Med tem ko poskuša prepoznati ta stres, ne more početi nič drugega. To z drugimi besedami pomeni, da otrok, ki je korničjo izpostavljen relacijski travmi zamudi vse priložnosti za socioemocionalno učenje v kritičnem obdobju zorenja možgan. Na ta način postane nesposoben ali omejeno sposoben za vzpostavljanje in vzdrževanje socialnih stikov (Schore, 2003).

Nediferencirana raven razvoja kaže relativno rigidno in hkrati nestabilen način organizacije, ki ne prepozna očitnih sprememb, ki prihajajo od zunaj ali od znotraj.

Van der Kolk in Fislser (1994) ugotavljata, da je nabolj dolgoročna posledica zgodnje travme in zanemarjanja izguba sposobnosti za regulacijo intenzivnih čutenj.

### **Razvoj in navezanost**

Navezanost je vrojen sistem v možganih, ki se ob starših razvije na določen način in vpliva in organizira motivacijske, čustvene in spominske procese (Siegel, 1999). Glede na način, kakšen prostor s svojo odzivnostjo in sočutjem otroku odprejo starši, se bo pokazalo, kaj in kako do kolikšne mere se bo razvijal otrok, ter kako se bo oblikovala osnova njegovega spomina, kaj si bo zapomnil in kako globoko, kaj se bo utrdilo in kaj ne, kaj bo lahko še kdaj priklical in kaj ne. Vzajemni odnos regulacije odzivnosti med otrokom in starši je torej pravi vstop v svet. Ko se otrok fizično rodi se hkrati z njim rodi tudi njegova mati (in oče) (Winnicott, 1971). Mati oblikuje otrokovo telo, otrok preoblikuje njeno dušo. In iz srečanja med otrokom in materjo, med otrokom in starši se rojeva

nov prostor, v katerem se lahko zrcali najgloblja skrivnostnost in presežnost človeške osebe. Zato vsak otrok prinaša staršem možnost, da presežejo svoje dotedanje odnose in dogradijo ter preko svoje predanosti otroku ter odprtosti za njegov razvoj razvijejo vse tiste plati svojega medosebnega odnosa, ki do tedaj niso bile v polnosti ovrednotene.

Izkustvo odnosa je torej izkustvo "rojenosti po telesu drugega", po njegovi konkretni realnosti, lastnostih, napakah, značilnostih, konkretni psihični strukturi. Kakor se večja konkretnost zavedanja lastne odnosnosti in hrepenenja po varni navezanosti in pripadnosti, se večja tudi zavedanje, da ta trenutna konkretna psihična struktura ni vse, da je ta struktura in okus odnosa, ki je prišel po tej strukturi, samo ključ za razumevanje skrivnostnosti in neskončnosti možnih razodetij odnosa, ki so dana vsakemu izmed nas v vsakem konkretnem odnosu posebej. In prav to izkustvo je povzeto v Božični Hvalnici Efrema Sirskega.

"Sin Najvišjega je prišel in prebival v meni in jaz sem postala njegova mati. Kakor sem ga jaz rodila - njegovo drugo rojstvo - tako me je tudi on drugič rodil. Nadel si je obleko svoje matere, njeno telo, jaz pa sem oblekla njegovo slavo."

Efrem Sirski, Božične Hvalnice 16, 22

Izkustvo odnosa, ki je tako globok in zavezujoč, kot je odnos med materjo in otrokom, a hkrati ni odnos med materjo in otrokom, ki je biološka danost, in vendar na koncu ni v njem nič več biološkega, je torej prostor osebe. Ko dve samostojni odrasli osebi med seboj odpreta prostor razvoja, torej prostor, ki ga zaznamuje povezanost, dostojanstvo, prepoznavnost, sočutje in zaupanje (Thompson, Goodvin, 2005).

Podoba matere z otrokom je podoba, ob kateri vsak izmed nas razume, kaj je navezanost in pripadnost. Stik med materjo in otrokom je izvor otrokovega življenja in to globoko v sebi zaznava vsak izmed nas. Hkrati pa je to podoba, ki v nas vzbudi tudi največjo bolečino in strah pred odnosi. Kaj torej pomeni vzeti odnos med otrokom in materjo kot podobo odnosov? Najprej se pred nami zariše čisto konkreten odnos med konkretno materjo in konkretnim otrokom in vzbudi globina hrepenenja po pripadnosti in povezanosti. Toda prav to globino preverjamo, iščemo in dajemo na razpolago v drugih odnosih. Živeti podobo med materjo in otrokom kot podobo odnosov pomeni globino in intenzivnost afekta med materjo in otrokom prinesiti v odnos dveh samostojnih odraslih oseb, ki se ne zlivata in ki sta odgovorni za svoje čutenje in vedenje. Ne gre samo za dejanski odnos mati-otrok, ampak za to, da je prav v tej najbolj biološki podlagi odnosa in naravni danosti odnosa največja past. Nobenega dvoma ni, da je biološkost tega odnosa zapisana v sam način čustvovanja, dojetanja in mišljenja, zato je to podoba, ki jo razume vsak. Podoba matere in otroka je podoba, ki zareže v globino in jakost intimnosti, vzajemnosti, pristnih odnosov, vendar nima niti oblike niti smeri. Želja po tem, da bi se lahko v odnosih oddahnili, da bi se pri sebi čutili doma, želja po varnosti in po sprejetosti je najsplošnejša človeška želja, ki je vedno prisotna, navzven pa se izraža v konkretnih odnosih, v kateri se je človek znašel. In tu se tudi preverja, tako da dobi svojo obliko in smer. Mehanizem navezanosti določa kako bo posameznik uresničeval to temeljno potrebo po varnosti in pripadnosti, katere podobe ga bodo pritegnile in jih bo razumel kot varne, in katere ne (Siegel, 1999). Saj bo iskal podobe, ki bodo ustrezale temeljnemu afektu sistema v katerem se je ta mehanizem izoblikoval.

### **Razvoj in vzajemni afekt**

Vzajemnost je zadnji domet do katerega lahko pride psihološka znanost. In prav pri vzajemnosti se začneja relacijska znanstvena paradigma.

Z rojstvom otroka v odnos med partnerjema vstopi njuna nezavedna vzajemnost na povsem zunanji in nepredvidljiv način. Čustva, ki jih doživljata ob otroku in drug ob

drugem, vzburljajo odnos in razbijejo utečeno dinamiko odnosa med partnerjema. V njuno harmoničnost se vrine nekaj novega, česar nihče od njiju ne pozna in da bi ohranila ravnotežje, morata tega tretjega vključiti v svoj odnos. Tretji so čustva, ki ju prej med njima ni bilo videti; ne gre torej samo za fizičnega otroka, ampak predvsem za sprejemanje drug drugega v tako drugačnih čustvenih vlogah, kot sta vlogi očeta in matere (Kompane Erzar, 2001). Ob rojstvu otroka se v očetu in materi vzbudijo čutenja, ki sta jih sama doživljala ob svojih starših.

Če tu uvedemo pojem vzajemnega afekta kot najglobljšega notranjega občutja, na katerem temeljijo vsi čustveni vzorci odnosov in načini miselnega dojetja sveta, bomo razumeli, da v tem trenutku vzajemni afekt, ki ju povezuje v njunem odnosu, še ni bil naslovljen. Ob otroku se bosta starša soočila s svojo tesnobo in se je lotila reševati tako, kot sta se naučila v svojem otroštvu. Če si toliko zaupata, da kljub spontanemu vzgibom ali predsodkom, ki jih imata drug do drugega, lahko predata svojo stisko drug drugemu, bosta ob otroku rasla, vedno bolj spoznavala sebe ob drugem in iskala besede za njuno nezavedno vzajemnost, drugače pa bo rasel razkol med njima. Povedano drugače, otrok bo v iskanju svojih potreb varen, ker bo lahko izražal tudi tiste potrebe, ki bodo v starših vzbudile njuno nezavedno vzajemnost. Prav moč čustev, ki jih vzbudi otrok in starša že po njuni strukturi razdvajajo, so najlepša in edinstvena možnost, da najdeta besede za svojo vzajemnost v globini in presežeta čustveno dinamiko, ki jo je vneslo rojstvo otroka, vzajemnost onstran otroka, vzajemnost tam, kjer je še nikoli v nobenem odnosu nista našla.

Če starša ob otroku začneta iskati globlje temelje svoje vzajemnosti in s tem globlji vpogled v samega sebe, bo otrok lahko usmerjen v odnose z zunanjim svetom, globina vzajemnosti med staršema pa mu bo odprla področje vere v celovitost in iskanje te polnosti. To z drugimi besedami pomeni samo, da starša, ki med sabo lahko predelata več težjih čustev, lahko predelata tudi težka čustva, ki jih doživlja otrok ob vstopu v svet. Že od rojstva je otrok usmerjen k temu, da išče odnose, ki bi dali varnost in pomen njemu samemu in drugim (Kompan Erzar, 2001). V najzgodnejšem obdobju se tako otrok iz odnosa staršev do sebe že nauči, kdo je on sam in kakšen je svet, v katerega se je rodil. Problem vzgoje je torej v prvi vrsti problem odgovornosti za lastna čutenja in odgovornosti za odpiranje novih razsežnosti odnosa med možem in ženo, ki temelji na globoki vzajemnosti, zvestobi in sprejemanju drugega v njegovem čutenju (Gostečnik, 2004).

Iz povedanega lahko zaključimo, da je vzajemni afekt tisto najgloblje nezavedno občutje, ki omogoča odnos na medosebni ravni. Odkritje oziroma ubesedenje te vzajemnosti je mogoče le ob tretjem. Najlepši primer oziroma kar izvira te dinamike je družina, v kateri zakonca med seboj čustveno ubesedujeta in spremljata razvoj svojega otroka. Zdaj se lahko vprašamo, kako se kaže vzajemnost na notranjepsihični ravni, kaj so njeni pogoji na notranjepsihični ravni in kaj jo omogoča.

Relacijskost človeške psihe se, kot smo že opisali, na zanimiv način pojavlja v nevroloških raziskavah (Schore, 2003). Toda tudi tu, kjer raziskave ugotavljajo pogojenost razvoja možganskih struktur za regulacijo emocij od intenzivne nebesedne čustvene interakcije, ta relacijskost ne pomeni nič manj kot nezavedne vzajemnosti oziroma vzajemnega afekta. Nevropsihologija ugotavlja, da otroku omogoča preživetje prav neverjetna odzivnost in čustvena občutljivost na čustvene dražljaje iz okolja. Prav odnosi v tem obdobju najmočneje zaznamujejo posameznikovo psihično strukturo, saj neposredno vplivajo na stopnjo nevrološkega razvoja možganskih struktur, ki omogočajo regulacijo emocij. Zato je temeljna struktura dojetja sveta emocij in odnosov z drugimi prav struktura družine, kakor se je vtisnila v nevrološki sistem otrokovega mehanizma regulacij emocij in prevajanja emocionalnih impulzov v simbolične signale. Pri otroku, pri katerem je ta funkcija slabo razvita, bodo kasnejši odnosi "procesirani" ali pretirano emo-

cionalno, ali pa pretirano simbolno. Med njegovimi mislimi in čustvi ne bo prave povezave: ali bo odrezan od čustev, ali pa bo zablokiran v mislih. Svet možnih odnosov bo zanj zato zelo ozek, omejen na spekter emocij, ki jih je sposoben obvladati, in na zalogo možnih odgovorov na emocije, ki si jo je nabral ob specifičnem načinu regulacije emocij.

Če otrok v prvih dveh letih svojega življenja pogrša materin odzivni obraz, se frontolimbicne povezave v desni hemisferi, ki so ključne za mehanizem regulacije emocij, ne bodo razvile in otrok bo za vedno oropan mehanizmov regulacije emocij, zaradi česar bo kasneje lahko prišlo do patologije v njegovem čustvenem življenju, ki jo bo mogoče omiliti samo z dolgotrajnim in intenzivnim terapevtskim delom. Kasneje prevzamejo vlogo regulatorja emocij besede, govor, torej levohemisferni procesi, vendar je zaradi nerazvitih povezav v desni hemisferi tudi levohemisferni proces dosti manj učinkovit (Siegel, 1999).

Na podlagi nevropsiholoških dognanj lahko ugotovimo, da je najpomembnejša funkcija odnosov prav odzivnost, ki jo pogojuje posameznikova sposobnost, da je pozoren na drugega in hkrati toliko sproščen, da ne blokira svojih čustvenih vzgibov. Čustvena odzivnost nam je biološko dana, le da je pri vsakem izmed nas oblikovana skozi konkretnost odnosov, v katerih smo dobili svojo psihično strukturo. Zato je tako težko preseči te spontane odzive, ki se vzbujajo v nas v odnosih z drugimi. Naša odzivnost namreč ni naša, saj se je njena organska podlaga izoblikovala ob konkretni materi in očetu. Tisto, kar se nam zdi najbolj biološko in pravi kriterij pristnosti, je torej najbolj konkretno pogojeno z našo zgodovino. Zato preseganje teh mehanizmov ni mogoče, če ne tako, da sproti nastaja tudi nov kriterij pristnosti, nov za vsak odnos posebej. To pa zahteva novo notranje izkustvo gotovosti, ki presega posamezne vzgibe, posamezne misli in čustva ter se lahko odraža samo na naših odnosih z drugimi. Novo se začneja takrat, ko začnejo ti odnosi zrealiti drugačno podobo, kot smo je vajeni. Podobno je z materinstvom: materinstvo je materi biološko dana, toda zaradi specifične psihične strukturiranosti ti vzgibi v njej lahko vzbujajo odpor do otroka, strah, tesnobo; lahko da materinstva ne bo mogla živeti, če ne bo živela hkrati v odnosu, v katerem bo za te njene vzgibe, ki bi jo sicer vodili v zavračanje otroka, ob možu, ob odraslem ob sebi sproti iskala nov pomen. Negativni vzgibi lahko tako postanejo signali, da mati sama takrat potrebuje določen tip čustvene varnosti, ki ji ga lahko nudi samo odrasli ob njej, da ji ne bo treba zavrniti otroka. Če mati in oče v svojem odnosu odpreta prostor vzajemnosti v strahu in bolečini, bosta ta čustva obdržala in predelala med seboj, sicer jih bo moral predelati otrok. Tako velja, da je sposobnost odnosov dana vsakemu izmed nas, konkretna strukturiranost čutenja, strah in zablokiranost čutenja pa je tista, ki po eni strani uniči sposobnost biti pozoren na drugega, po drugi strani pa onemogoči prepoznavanje lastnih čustvenih in miselnih vzgibov, kar povzroča hkratno brezbriznost in neobčutljivost za drugega ter nesposobnost predelati čustvene vzgibe, iz česar se rojevajo brutalne in neartikulirane reakcije, ki jih človek ne more več obvladati.

Ob tem se lahko spomnimo na opise razdiralnega učinka, ki ga ima poniževanje otroka v dobi njegovega vstopanja v svet (Schore, 2003). Občutje sramu, na katerega se odrasli odzove s posmehovanjem, otroka tako globoko rani, da podivja. Odsotnost sposobnosti regulacije emocij namreč v tem kontekstu pomeni, da mora otrok ves čas blokirati kakršenkoli emocionalni odziv, ker je ta povezan z grozo neobvladljive ranljivosti in sramu in grozo, da njegova čustva niso normalna. Posledica tega je, da se otrok zares začne nenormalno vesti. Namesto odgovornosti za lastno čutenje razvije posameznik obupen strah pred čustvovanjem in hkrati postaja njegovo čustvovanje zaradi pretirane kontrole in potlačevanja zares neobvladljivo. Emocije in regulacija emocij so namreč subtilni mehanizmi, ki so odvisni od odzivnosti oziroma neodzivnosti matere na otrokovo prebujajočo se čustveno barvitost, ki je za mater zelo zahtevna.

Ko govorimo o materinstvu z vidika vzajemnega afekta, lahko mirno rečemo, da se to materinstvo razvija v odnosu med možem in ženo (Kompan Erzar, 2001).

Kako naj mati zares posluša in sliši svojega otroka, če med njima ni besednega stika? Samo preko svojih čutenj in intuicije oziroma vzajemnega afekta, ki v tem času dobiva svoj prostor in besede v partnerskem odnosu (Siegel, 1999). Materine besede, če naj ne bodo prazne, morajo izhajati iz globine vzajemnega afekta. Besede torej lahko prihajajo samo iz neke intime: njenih staršev, njenega partnerskega odnosa z možem. Šele tak, globinski materin govor, je ključnega pomena za razvoj otrokovega govora. Mati sliši otrokove še neizgovorjene besede in jih izgovori. In otrok med prvim in drugim letom, torej v času zgodnjega raziskovalnega obdobja in prvih besed, bo hitro razumel, ali ga mati sliši ali ne. Ta vzajemnost prinese tisto blagodejno vero, da obstaja pot naprej: odpre se nova globina, nova skrivnost, kjer ni vse že tako znano in suhoparno.

Odnosi torej niso dani v naprej. Ljudje smo pripravljene na odnose, narejeni smo po odnosu in za odnose, vendar se odnos lahko živi samo tam, kjer se dva po svoji psihični strukturi ujmeta in soočita s svojo nesposobnostjo biti v odnosu, se pravi tam, kjer drug drugega dojemata kot objekt in kjer jima po naravi stik ni dan.

Oblika in smer vzajemnosti nastajata šele med dvema samostojnima odraslima osebam, ki pa imata na voljo samo izkustvo nekdanjega vzajemnega afekta, ki nezavedno oblikuje konkretne poteze njunega odnosa. Zato je za razumevanje prave narave odnosov in njihove globine prava podoba-pojem samo tista, ki nas neposredno nagovarja v naši konkretnosti in v sebi nosi potencial, da pokaže na presežnost odnosa. V nas vzbudi izkustvo vzajemnega afekta, torej odpre hrepenenje po stiku, kamor se lahko naseli konkretna bolečina, in to izkustvo naveže na novo situacijo. Povedano preprosto, v odnosih toliko časa ponavljamo stare vzorce, dokler se v nekem odnosu ne pokaže nov obraz (Gostečnik, 2004). In prav ta nov obraz je obraz osebe, ki ga je psihologija tako dolog pogrešala.

## Literatura

- Bornstein, Lamb, (2005), *Developmental science*, Laurence Erlbaum, NY.
- Bowlby, J. (1995), *Attachment*, Basic Books, NY.
- Bradley, S. (2000), *Affect regulation and the development of psychopathology*, Guilford, NY.
- Cvetek, R. (2004), *Predelava disfunkcionalno shranjenih stresnih izkušenj ter metoda desenzitizacije in ponovne predelave z ožesnim gibanjem*. Neobjavljena doktorska disertacija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Erzar, T. (1999), *Izgubljeno sočutje*. *Filozofski vestnik*, 20(3).
- Erzar, T. (2002), *Slovo od Freuda*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana.
- Gostečnik, C. (2004), *Relacijska družinska terapija*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana.
- Gostečnik, C. (v tisku), *Pishoanaliza in religija*
- Kompan Erzar, K. (2001), *Odkritje odnosa*, Brat Frančišek in Frančiškanski družinski inštitut, Ljubljana.
- Kompan Erzar, K. (v tisku), *I remember checking on my mother if she was still breathing: how relationships maintains, regulates and resolve the traumatic experience*.
- Lerner (2002), *Concepts and theories of human development*, Laurence Erlbaum, NY.
- Newman et. al., (1997) *Antecedents of adult interpersonal functioning: Effects of individual differences in age 3 temperament*. *Developmental psychology*, 33, 206-217.
- Schore, A. (2003), *Affect dysregulation and disorders of the self*, Norton, NY.
- Siegel, D. (1999), *The developing mind*, Guilford, NY.
- Thompson, Goodvin (2005), *The individual child*, v: Bornstein, Lamb (ur.) *Developmental science*, Laurence Erlbaum, NY.
- Van der Kolk, (1994), *Childhood abuse and neglect and loss of self-regulation*. *Bulletin of Menerger clinic*, 58.
- Winnicott, D. (1971), *Playing and reality*, Norton, NY.