

Primljeno: ožujak 2009.

**Prikaz knjige: Gordana Buljan Flander (ured.) –
"JE LI MOGUĆE DA JE TO LJUBAV?"
Priručnik o nasilju u vezama mladih
Grad Zagreb, Poliklinika za zaštitu djece grada
Zagreba, 2009.**

U izdanju Grada Zagreba i Poliklinike za zaštitu djece grada Zagreba, doc. dr. sc. Gordana Buljan Flander, prof. psihologije (urednica), Marija Bačan, dr. med. spec. psihijatrica, Kristina Škovrlj, prof. defektologije, Nikolina Škrlec, dipl. socijalna radnica, objavile su 2009. godine u Zagrebu Priručnik o nasilju u vezama mladih pod naslovom "*Je li moguće da je to ljubav?*", u opsegu od 32 stranice mekog uveza.

U prvom izdanju ovog Priručnika, naklade 3 000 komada, obrađena je iznimno aktualna, a često potiskivana tema, *nasilje u vezama mladih*. Priručnik je obogaćen nizom modernističkih fotografija u obradi Manuele Lovrenčić te mnogim izrekama i mudrostima poznatih pisaca, znanstvenika i filozofa. Strukturu Priručnika čini nekoliko međusobno nadopunjavajućih poglavlja.

Iz **Uvoda** – nasilje u vezama mladih manifestira se kao ponašanje između dvoje ljudi s ciljem kontrole, moći i zastrašivanja. Istraživanja pokazuju kako nasilje nakon prvog incidenta postaje sve češće i intenzivnije, a zlostavljana osoba gubi kontrolu nad životom i postaje sve više ovisna o partneru te izolirana od ostalih. Različiti su oblici moći i kontrole koje nasilna osoba može koristiti, a neka se ponašanja često ne prepoznaju kao nasilje. Kada govorimo o nasilju u vezama mladih možemo govoriti o tjelesnom, emocionalnom/psihičkom, spolnom i ekonomskom nasilju. *Tjelesno nasilje* odnosi se na različite oblike tjelesnog zlostavljanja, a uključuje šamaranje, guranje, udaranje rukama, nogama i predmetima, čupanje kose, ugrize, opekotine, te rezultira nanošenjem tjelesnih ozljeda. *Emocionalno/psihičko nasilje* odnosi se na zadirkivanje, verbalne i emocionalne prijetnje, izolaciju prijatelja i obitelji, nazivanje različitim pogrđnim imenima, kontroliranjem nečijeg odijevanja, ponašanja, kretanja i govorenje uvredljivih riječi. *Spolno nasilje* uključuje spolno uznemiravanje, dobacivanje, te bilo koji oblik spolne i tjelesne aktivnosti bez pristanka druge osobe (ljubljenje, dodirivanje, prisiljavanje na spolni odnos). *Ekonomsko nasilje* odnosi se na uzimanje novca, sprječavanje partnera/ice da nađe posao, kupovanje stvari i prigovaranje kasnije zbog toga.

U Republici Hrvatskoj su provedena istraživanja o učestalosti nasilničkog ponašanja u vezama mladih. U istraživanju koje je proveo Centar za edukaciju, savjetovanje i istraživanje – CESI, tijekom 2006. godine 2/3 ispitanih mladih osoba izjavilo je da se osoba s kojom su u vezi prema njima ponašala nasilno. Pritom su najčešća ponašanja kojima se nastoji kontrolirati i dominirati drugom osobom, a manje su prisutni spolno nasilje i tjelesna agresija.

Rezultati istraživanja u Engleskoj pokazuju da između 25 i 40% djevojaka doživljava zlostavljanje partnera, a najviše sukoba u adolescentskim vezama događa se zbog prisile na spolni odnos. Iz podataka američkog Ureda za statistiku vidljivo je da jedan od deset adolescenata i adolescentica doživi neki oblik tjelesnog nasilja u vezi, više od 70% adolescentica trudnica ili majki tuku njihovi partneri, većina silovanih žrtava ima između 16 i 24 godine, od ukupnog broja svih oblika doživljenog spolnog nasilja u vezama adolescenata 85% počinila je žrtvi poznata osoba. Važno je istaknuti da, unatoč činjenici da su osobe u emocionalnoj vezi, nijedan partner ne mora udovoljiti zahtjevima i potrebama drugog, ako to udovoljavanje u određenom trenutku nije i njegova želja.

Iz poglavlja **Uzroci nasilja** – govoreći o uzrocima nasilja u vezama mladih, ne možemo izdvojiti jedan, jer svaka osoba i svaki odnos su jedinstveni. O uzrocima možemo govoriti samo ako poznamo oba partnera i njihov odnos. Dobro poznavanje dinamike, uzroka i posljedica nasilja preduvjet je svrhovitoj intervenciji i kvalitetnoj prevenciji nasilja općenito i nasilja u vezama adolescenata. Važno je istaknuti nužnost povezanosti i suradnje svih institucija sustava.

Psihološka teorija koja nam najbolje objašnjava nasilje u obitelji, ali i u vezama mladih, teorija je privrženosti prema kojoj se uspostavljanje novih odnosa gradi na ranim obiteljskim iskustvima intimnosti. Prvo iskustvo intimnosti djeteta doživljava s primarnim skrbnikom koji je najčešće roditelj. Između roditelja i djeteta stvara se privrženost – poseban tip socijalne veze koja se formira tijekom prve godine života, a uz socijalnu komponentu uključuje i emocionalnu povezanost. Razvoj različitih oblika privrženosti ovisi o načinu na koji se odvija interakcija između djeteta i roditelja. Najčešći oblik privrženosti je *sigurni tip privrženosti* (razvija ga oko 2/3 djece): kada je primarni srodnik emocionalno dostupan djetetovim razvojnim i emocionalnim potrebama, djeteta može istraživati okolinu jer ima skrbnika kao sigurnu bazu u koju se uvijek može vratiti. Ako skrbnik nije primjereno odgovarao na djetetove signale i potrebe razvija se drugi tip privrženosti koji nazivamo *nesigurni tip privrženosti*. Može se manifestirati na dva načina: kao anksiozni i izbjegavajući. *Anksiozni tip privrženosti* vidljiv je kada se djeteta ne može odvojiti od skrbnika i nema sigurnost koja mu omogućuje udaljavanje od njega, što je potrebno za istraživanje okoline. *Izbjegavajući tip privrženosti* opažamo kada djeteta zbog takvog iskustva s primarnim skrbnikom i ne očekuje da će skrbnik odgovoriti na njegove signale blizinom, pažnjom i ljubavlju. Postoji i *dezorganizirani tip privrženosti* koji se razvija kada djeteta, s jedne strane, dobiva primjerene reakcije skrbnika, a s druge strane, ima i iskustva neadekvatnih odgovora koji uključuju i okrutno kažnjavanje i zlostavljanje.

Privrženost nije samo veza između skrbnika i djeteta, nego i specifičan tip veze koju će djeteta stvarati tijekom života. Obrasci privrženosti razvijeni u prvim godinama mogu se djelomično mijenjati tijekom života, ali većina osoba zadržava taj rani oblik privrženih ponašanja. Privrženost ponašanja tijekom života najintenzivnije se aktiviraju u stanjima

stresa i u situacijama uspostavljanja, održavanja i prekidanja emocionalnih veza. Djeca koja su razvila siguran tip privrženosti u odrasloj dobi imaju sigurnost da će, zatreba li, imati osobu koja će biti uz njih. Znaju i osjećaju da su vrijedni ljubavi drugih ljudi. To im omogućuje razvijanje osobnosti i samopoštovanja, te imaju sigurnost izraziti vlastito mišljenje. Osobe koje su u prvim godinama života razvile nesiguran tip privrženosti nemaju tu sigurnost. Moguće su tjeskobne, ovisne o važnim osobama iz njihovog života ili izbjegavaju uspostavljanje veza, pa je njihovo ponašanje nepredvidivo. Osobe koje su tijekom djetinjstva imale zadovoljavajuće emocionalne odnose i razvile sigurnu privrženost najčešće će i na svoju djecu prenijeti iskustvo sigurne privrženosti. Oni s nesigurnom privrženosti najvjerojatnije će i na svoje potomke prenijeti svoju nesigurnost (u oko 70 do 80% slučajeva).

Iz poglavlja **Samopoštovanje** – samopoštovanje se razvija tijekom odrastanja i u interakciji s drugim osobama. Najvažnije se razvijaju u ranoj dobi i utječe na sva područja života. To je najvažnija osobina za uspjeh odnosa. Imati samopoštovanje znači imati dobro mišljenje o vlastitom karakteru i osobnosti, što ima važnu ulogu u napretku i uspjehu u životu svakog čovjeka. I dok neki mladić ili djevojka svojim ponašanjem promatrača navode na pomisao da su samopouzđani i sigurni, katkad takvo ponašanje može biti samo nadomjestak za nedostatak ljubavi prema sebi. Primjerice, osoba koja je najglasnija u društvu i koja ima stalnu potrebu da bude okružena ljudima i u središtu zbivanja, možda na taj način pokazuje nedostatak samopouzdanja. Uglavnom je tada njezin nesvjesni doživljaj sebe negativan, a svjesni više-manje ravnodušan.

Samopoštovanje ipak ne znači da ćemo stalno biti sretni i nedernuti tuđim ponašanjem. Biti sposobni u potpunosti prihvatiti svoje osjećaje, otvoriti im se i izraziti ih na konstruktivan način, znak je istinskog samopoštovanja. Imati dovoljno povjerenja u sebe i u partnera da se možemo otvoriti i prepustiti u odnosu, zdrav je oblik vezanosti. No, što neka osoba manje cijeni sebe, to će više odgovornosti za svoje osjećaje i svoju sreću pripisivati izvanjskim uvjetima i ponašanju drugih ljudi. Kao rezultat može okrivljavati druge, žaliti se, biti nesposobna za uvid u tuđe osjećaje i potrebe. U ekstremnim slučajevima može se manifestirati i emocionalno ucjenjivanje bliske osobe. Nedostatak samopoštovanja u pravilu usporava promjene, čini osobu nesamostalnom, sugestibilnom, često dogmatičnom i orijentiranom na formu, a ne na sadržaj. Osoba koja na dubokoj razini ne cijeni sebe prije će cijiniti tuđe mišljenje nego svoje. U pravilu će sabotirati sve promjene koje bi vodile povećanju svoje sreće, a dio toga je i kvaliteta partnerskih odnosa.

Iz poglavlja **Znakovi nasilja u vezi** – mlade osobe mogu u vezi biti izložene nazivanju različitim pogrđnim imenima, ljubomornim ispadima, opravdanju nasilnog ponašanja, čestom provjeravanju i kontroliranju aktivnosti. Uz to, adolescenti mogu kontrolirati i mijenjati svoje ponašanje kako ne bi izazvali bijes partnera, odustaju od sebi važnih stvari (npr. izlazaka, druženja s prijateljima), te postaju izolirani i usmjereni na partnera. Takva "zaštita", opravdavanje partnera može ići do te mjere da za vidljive fizičke ozljede i povrede osoba daje neuvjerljiva obrazloženja. Znaci nasilja u vezi mogu biti i okolini vidljive promjene kod osobe, kao što je pad školskog uspjeha, uočljive promjene fizičkog izgleda, povlačenje u sebe i sl. Katkad ponašanje i geste osobe s kojom su u emocionalnom odnosu adolescenti smatraju privrženosti i strastvenom ljubavlju, a to zapravo mogu biti znakovi ljubomore, posesivnosti i kontrole.

Kvalitetna veza razumijeva uzajamne odnose pune poštovanja, povjerenja, uvažavanja, podrške, iskrenosti, prihvaćanje različitosti i skrbi, a sve to oslobađa naše unutarnje mogućnosti. To znači poštovati osobnost i granice partnera, ne nanositi mu emocionalnu i fizičku bol. Biti dobar partner ne znači nužno odreći se sebe, ali sigurno znači prilagoditi se i mijenjati. Parovi koji su dulje u vezi, sazrijevanjem i učenjem jedan od drugoga zajedno rastu i stvaraju intimnu zajednicu. Poznavanje sebe i partnera, zajedničko ulaganje u zajednicu, omogućuje da svatko za sebe uspijeva izgraditi vlastiti svijet koji ne remeti zajednicu nego doprinosi kvalitetnom odnosu i kvalitetnom zajedničkom životu.

Iz poglavlja **Najčešći razlozi ostajanja mladih u nasilnoj vezi** – ponekad mladim ljudima imponira i čini određeni užitak ako osjećaju da ih njihov "partner" treba, vezan je uz njih i patio bi ako se rastanu. No, upravo su to znakovi da ih partner voli na nezreo ("dječji"), a ne odrastao način i vidi u njima zamjenu za neku važnu osobu iz prošlosti, a ne njih kao stvarna, jedinstvena ljudska bića. Tada ni njegova ljubav ne pripada istinski njima. Neki od mogućih razloga za ostajanje u nasilnoj vezi su želja za pomoći partneru da promijeni svoje ponašanje, ideja da ne može živjeti bez partnera ili sam, sram da se ne dozna za nasilje u vezi, okrivljavanje sebe i vjerovanje da je nasilje zaslužno. Razlozi mogu biti i strah za vlastitu sigurnost, te nedovoljna socijalna podrška. Katkad se može činiti da veza zapravo nije loša, da se nasilje više neće ponoviti ili da će prestati nakon sklapanja braka ili rođenja djeteta.

Iz poglavlja **Kako razgovarati s mladom osobom o nasilju u vezi** – mlada osoba koja ostaje u vezi u kojoj postoji nasilje teško prihvaća savjete, jer ionako zna da njezina veza nije dobra, a ne može je prekinuti. Jedino što joj preostaje kad joj netko od odraslih počne davati savjete su otpor i nekritična obrana partnera. Stoga je pred odraslima koji imaju podatak da je adolescent u vezi u kojoj trpi ili čini nasilje težak zadatak. Mladu osobu treba upozoriti na mane njezina izbora, a istodobno očekivati da će svoj gnjev iskaliti na odraslome, bilo da je on roditelj, učitelj ili stručnjak za mentalno zdravlje. Prijateljstva s vršnjacima u tom razdoblju postaju iznimno važna. Tijekom adolescencije vršnjaci utječu na ponašanje adolescenata, možda čak i više nego sami roditelji. Mladi će otvorenije razgovarati s vršnjacima o osjećajima. Prijatelji daju emocionalnu podršku, pružaju savjete i informacije, a sve to pogoduje i razvoju samopoštovanja.

Iz poglavlja **Stručna pomoć?** – psihoterapijsko liječenje mladih nije uvijek lako provesti, ponajprije zbog značajki ove dobi. Karakteristike adolescentne dobi su nestabilnost i nagle promjene raspoloženja. Odnos prema drugim ljudima varira od idealizacije, pa do potpunog odbacivanja. Ako imamo u vidu teškoće u psihoterapijskom radu mladih i u partnerskoj terapiji, jasno je da je jako teško provoditi psihoterapiju adolescentnog para u kojem postoji nasilje. Korisnije je sa svakim članom posebno početi razgovor podržavanja. Na taj način može se dobiti niz podataka koji će ukazivati na snage i mogućnosti koje mlada osoba ima i rasvijetliti eventualno postojanje psihopatologije. Tek kad se uspostavi povjerenje, može se početi s proradom iskustava i započeti pravi psihoterapijski rad. Ciljevi su korektivno emocionalno iskustvo i usvajanje novih obrazaca ponašanja, što bi trebalo dovesti do jačanja samopoštovanja, s tim i gubitak potrebe ostajanja u vezi u kojoj su ponižavani na bilo koji način. Osoba koja pokazuje manifestno više agresivnog ponašanja u vezi, psihoterapijskim postupkom kroz korektivno emocionalno iskustvo

jača samopoštovanje, pa postupno blijedi potreba za dokazivanjem na način da je jača i da može provoditi nasilje.

Iz poglavlja **Što kaže zakon?** – svaki oblik nasilja je kažnjiv, bez obzira na to govorimo li o psihičkom, tjelesnom ili spolnom, a sukladno težini i vrsti djela, zakonodavac je predvidio mjere i kazne. Kazna sama po sebi ne uključuje samo kažnjavanje, već ona omogućava i osigurava postojanje granica, učenje onoga što je dopušteno, a što nije. Kazna ne dopušta negativne aspekte funkcioniranja i omogućuje prepoznavanje loših obrazaca ponašanja, što daje mogućnost razvijanju novih prihvatljivih obrazaca ponašanja i primjerenijeg funkcioniranja u društvu.

Iz poglavlja **Gdje potražiti pomoć?** – autorice navode da je potrebno napraviti plan sigurnosti i potražiti pomoć, npr. razgovarati s osobama od povjerenja: s nekim od prijatelja, nastavnikom, roditeljem, stručnim suradnikom u školi, obiteljskim liječnikom, nekom drugom odraslom osobom od povjerenja u okolini, a može se i izravno obratiti policiji, centru za socijalnu skrb, Hrabrom telefonu, Plavom telefonu, SOS telefonu za žene i djecu, Poliklinici za zaštitu djece grada Zagreba i sl.

Iz poglavlja **Umjesto zaključka** – autorice navode sljedeći citat Ericha Fromma: "Ljubav pomaže čovjeku da prevlada osjećaj usamljenosti, a ipak mu dopušta da bude svoj. U ljubavi se tako zbiva paradoks – dva bića postaju jedno, a ipak ostaju dvoje."

Priručnik je iznimno kvalitetan. Namijenjen je izravno mladima, stručnjacima s područja mentalnog zdravlja, djelatnicima prosvjete i policije, jer na vrlo pristupačan i dinamičan način daje prikaz nastanka, razvoja i suzbijanja nasilja u vezama mladih. Preporučljiv je i svim odraslim osobama koje već imaju ostvarenu partnersku vezu i ulogu roditelja kako bi na vrijeme svoju djecu podučili zdravijim partnerskim odnosima, a možda i djelovali na korekciju vlastitih.

Prikaz pripremila: Daša POREDOŠ LAVOR*

* mr. sc. Daša Poredoš Lavor, dipl. socijalna radnica, stalna sudska vještakinja za društvene znanosti: problemi obitelji, djece, mladeži i odraslih.