
Strah i povjerenje u čovjeku

¹ Josip Bošnjaković

¹ Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku,
Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu
Hrvatsko katoličko sveučilište u Zagrebu

Sažetak

Strah i povjerenje nisu isključive nego uključujuće dimenzije ljudskog života. U širokom rasponu odnosa između povjerenja i straha većina ljudi tijekom svojeg života proživljava i jednu i drugu stvarnost. I strah i povjerenje imaju svoj pozitivan i negativan vid ovisno o situaciji, osobnom raspoloženju, kontekstu u kojemu se osoba kreće, životnom iskustvu itd. Također, to su dvije dinamične stvarnosti. Kada ih longitudinalno promatramo, uočavamo krivulje uspona i pada. Među različitim strahovima posebnu pažnju u radu posvećujemo socijalnom anksioznom poremećaju. Mnoštvo je čimbenika koji su povezani sa strahom i povjerenjem. Poznato je da roditelji i druge važne figure od samog djetinjstva utječu na razvoj djeteta i na njegovo povjerenje i strah, no u ovom ćemo se radu zaustaviti na odnosu oca prema sinu i kakve to posljedice ostavlja na razvoj sina te na njegovo povjerenje i strah.

Ključne riječi: strah, povjerenje, socijalna fobija, otac, sin, sigurnost

Datum primitka: 09.03.2016.

Datum prihvatanja: 12.10.2016.

Adresa za dopisivanje:

dr. sc. Josip Bošnjaković
Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku,
Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu
i Hrvatsko katoličko sveučilište u Zagrebu
E-pošta: jobosnjakovic@gmail.com

Uvod

Govoriti o strahu i povjerenju znači promišljati o temi koja u sebi uključuje i mnoštvo čimbenika koji su povezani s ovim dvjema stvarnostima u ljudskom životu. *Bojiti se* – sposobnost izricanja ovih riječi kompleksna je stvarnost. *Bojiti se* znači i da računam na druge u životu, da ih primjećujem. Osobe koje se nikoga i ničega ne boje opasne su za društvo. Dovoljno je spomenuti one osobe koje nemaju sposobnost uživanja u situaciju drugih osoba ni sposobnost empatije te su vrlo hladne prema sebi, drugima i svijetu¹, među kojima možemo izdvojiti osobe sa psihopatskim crtama ličnosti². Želimo prije svega naglasiti kako i bojati se jest jedna čovjeku, pa i drugim živim bićima, svojstvena emocija, emocija koja pomaže čovjeku živjeti u onom kontekstu u kojem živi, koja mu pomaže u procesu prilagodbe.

Bojati se znači primjećivati svijet oko sebe i uzimati ga u obzir. Znači također primijetiti i vlastite granice, odnosno svoju ograničenost i ovisnost o drugim osobama. Upravo je ta svijest da smo ovisni jedni o drugima izvorom povjerenja i straha, potiče nas imati povjerenja ili se bojati. Biti s drugima može biti sreća povjerenja ili nesreća straha, iako, naravno, ne bismo željeli svijet povjerenja i straha promatrati dijalektički, u smislu da bi jedno isključivalo drugo, nego da je često jedno povezano s drugim.

Klasični pristup povjerenju i strahu bio bi kada bismo uzeli u obzir temu privrženosti (Bowlby, Ainsworth) te na temelju toga razradili razvijanje straha i povjerenja, no smatramo kako je ova tema već dovoljno poznata i razrađena. Stoga biramo drugačiji pristup navedenoj temi. Svjesni smo da je gotovo nemoguće govoriti o strahu i povjerenju a ne promišljati o odnosu prema majci odnosno ocu ili o važnim osobama u životu jedne osobe.

U promišljanju dat ćemo prednost povjerenju, nakon čega ćemo uzeti u obzir određene vidove straha (socijalna fobija), a na poseban bismo se način htjeli osvrnuti na odnos otac – dijete, kada su u pitanju povjerenje i suočavanje sa strahom. Neupitan je odnos majke prema djetetu, no što je s ocem u jednom takvom odnosu? Na koji način i kako, preko kojih čimbenika, otac može utjecati na pitanje povjerenja i straha kod jednog čovjeka, napose kod sina? Kakva je uloga oca u odnosu prema sinu koji se boji i koji gradi povjerenje prema drugima? S obzirom na to da želimo na poseban način promišljati o ulozi oca prema sinu kada je u pitanju strah, naglašavamo da to i jest originalan pristup ovoj temi.

1. Lingvističko suočavanje sa strahom i povjerenjem

Kada govorimo o strahu i povjerenju smatramo važnim naglasiti kako je za osobu funkcionalnije, zdravije, bliže samoj njezinoj naravi upotrebljavati glagole nego imenice, te bismo odmah na početku željeli istaknuti glagol *bojati se*, te isto tako glagol *vjerovati nekom*.

Naime, kada govorimo *strah me je* upotrebljavamo imenicu strah. Imenica je u sebi statična i zatvorena. Imenicom označavamo točno određenu stvar, pojavu i na neki je način možemo omeđiti. Ima svoj početak i kraj ili

pak rubove koji je omeđuju (stolica, traktor, strah). Kada pak umjesto strah kažemo *bojati se*, tada stavljamo naglasak na glagol – *bojati se*. Glagol je u sebi otvoren, dinamičan, podložan promjenama i utjecaju, te osoba koja se boji može utjecati na vlastito psihofiziološko stanje. Stoga dovodimo u pitanje i sam naslov ovog rada – *Strah i povjerenje u čovjeku*. Gdje se to strah i povjerenje kriju u čovjeku? Možemo li označiti koji je to dio čovjeka u kojem prebiva strah ili povjerenje? Ovo su samo neka pitanja koja nam ukazuju na problematiku upotrebe govora kada je u pitanju psihološko stanje čovjeka. Na ovaj se način čovjek pasivizira kada upotrebljava imenice koje se odnose na emotivno stanje njegova bića. Naprotiv, upotrebom glagola moguće je preuzeti odgovornost za emotivna stanja koja jedna osoba proživljava³. Činjenica je da živimo u kulturi jezika u kojoj je uvriježeno u sličnim okolnostima upotrebljavati imenice, te time biva teže i promijeniti uobičajeni način govora, no nije nemoguće. U okolnostima u kojima se izrazito bojimo moguće je upravo tada upotrebljavati glagol *bojati se* te pokušati vidjeti što možemo učiniti kako bismo se manje bojali ili kako bismo nekome više vjerovali. Kada se bojimo ili kada nekome vjerujemo vježbamo se u preuzimanju odgovornosti za ono kako se osjećamo, te time nismo samo žrtve vanjskih okolnosti, nego i aktivni sudionici onoga što proživljavamo.

2. Imati povjerenja

Deutsch definira povjerenje na sljedeći način: „*pouzdanost da će (netko) prije naći ono što želi (u odnosu s drugima) nego ono čega se boji*“⁴. U ovoj su definiciji izražena dva pojma s kojima ćemo se pozabaviti u ovom promišljanju. Onaj koji ima povjerenja pouzdaje se da će kod drugih i od drugih naći ono što priželjkuje i što mu je potrebno, a ne ono što bi ga moglo na bilo koji način obezvrijediti, uplašiti, otuđiti od sebe i od drugih. Povjerenje je ono što približava, dok je strah ono što udaljava. Kada u nekoga ili u nešto imamo povjerenje, tada se tome približavamo i vraćamo tom iskustvu, dok kada se bojimo u načelu želimo izbjeći jednu takvu situaciju (engl. *attachment*). Povjerenje i strah najčešće su povezani sa živim bićima.

Povjerenje je *nužan začim* za sretnu i dobre međuljudske odnose⁵. Simpson primjećuje kako na teoretskoj i em-

pirijskoj pozadini postoji vrlo malo istraživanja i teorija koji govore o tome zašto je međuljudsko, relacijsko povjerenje tako važno, kako se razvija, održava te kako se obnavlja kada dođe do povrede. Vjerojatno je malo istraživanja zato što je ono kompleksna stvarnost, multidimenzionalni kompleks, te se tako teško može operacionalizirati, mjeriti i objašnjavati⁵.

Isti autor navodi kako su tijekom povijesti postojala dva koncepta međuljudskog (interpersonalnog) povjerenja. Prvi je koncept dispozicijski, to jest koncept fokusiran, usmjeren na osobu. Prema ovom pristupu povjerenje u sebi sadrži opća vjerovanja i naklonjenost prema tvrdnji da su drugi ljudi uistinu dostupni, suradljivi i spremni pomoći u eksperimentalnim igrama ili pak u svakodnevnom životu.

Početak 80-ih utvrđivanje pojma povjerenja i njegova mjerenja počinje se okretati prema specifičnom partneru ili odnosu, što predstavlja drugi koncept⁵. Prema ovoj interpersonalnoj perspektivi povjerenje je psihološko stanje ili usmjerenost osobe (povjerenika) k specifičnom partneru (povjereniku) s kojim je osoba u nekom međuovisnom odnosu (to znači da je povjereniku potrebna suradnja povjerenika kako dobio željeno dobro). U tom smislu povjerenje podrazumijeva tri međusobno povezana principa: osoba, specifičan partner (otac, majka, brat, sestra, djevojka, mladić, muž, žena, učitelj, prijatelj...) i konkretan cilj u određenoj situaciji⁵.

Nadalje se navodi da povjerenje uključuje i dva kognitivna procesa: osjećaj ranjivosti i očekivanje kako će se partner ponašati tijekom vremena, a na poseban način u neobičnim, novim situacijama (engl. *strange situations*). Zanimljivo je da u trenutcima ranjivosti osobe traže nekoga s kime će podijeliti ono što ih je ranilo, i zato je ta situacija traženja prikladne osobe od vrlo velikog značenja u izgradnji povjerenje prema drugima.

Povjerenje je veće u situacijama kada: a) svaki član vlastite ishode usmjerava prema onima koji su za *partnera* ili odnos najbolji; b) oba *partnera* vjeruju da će *partner* djelovati tako što će birati najbolje za odnos iako osobni interesi mogu opadati⁵. Možemo, s druge strane, buduću da u ovom članku promišljamo o povjerenju i o strahu, polako i razumijevati iz ove paradigme promišljanja i osjećaj straha.

Strah bi u tom smislu bio osjećaj u situaciji kada surađujemo s osobom koja gleda prije svega svoj interes i cilj, a ciljeve i interese druge osobe uopće ne uzima u obzir (naravno da ovo može imati od blagih do katastrofalnih scenarija). U takvim situacijama osoba se može osjećati iznevjerenom, buduću da je na temelju povjerenja oče-

kivala da će raditi zajedno na općem dobru. U ovom se radu nećemo posvetiti istini, no kao što je sol za hranu redoviti sastojak koji nam daje ugodan okus hrane, tako je istina redoviti sastojak povjerenja ako želimo u jednom odnosu povjerenja uživati. Imati povjerenje u nekoga bez istine slično je kao i blagovati hranu koja nije ukusna.

Simpson⁵ navodi četiri principa međuljudskog povjerenja:

1. Osobe će odlučiti kome će vjerovati promatrajući kako se partner ponaša i kako mijenja motivaciju u takozvanim dijagnostičkim situacijama povjerenja. To znači da u povjerljivim, neobičnim situacijama (engl. *strange situations*) partner odlučuje staviti na prvo mjesto ishode koji se tiču partnera ili odnosa, a ne vlastite interese.
2. Dijagnostičke situacije povjerenja često se prirodno i nenamjerno događaju tijekom plime i oseke svagdašnjice. Ovisno o okolnostima, osobe pak mogu ući u situacije, preoblikovati ih ili tom prilikom i stvoriti situacije u kojima mogu testirati je li njihovo povjerenje u partnera opravdano.
3. Individualne razlike u privrženosti, samopoštovanju ili samodiferenciranosti s vremenom povećavaju ili umanjuju povjerenje u međuljudskom odnosu. Ljudi koji imaju sigurnu privrženost, više samopoštovanja ili diferenciraniju svijest o samima sebi skloniji su pokazivati više povjerenja i povećavati ga tijekom vremena.
4. Ni razina ni tijek razvoja povjerenja ne može se u potpunosti razumjeti ako se ne uzima u obzir nakana i djelovanje obaju partnera koji su uključeni u odnos, na poseban način u dijagnostičkim situacijama povjerenja.

Promišljajući o ova četiri principa uvidamo kako se povjerenje odnosi na dvije strane koje, na poseban način u nekim specifičnim situacijama, djeluju tako da pouzdanje u drugu osobu može rasti ili opadati.

2.1. Imati povjerenje znači gledati osobe koje imaju povjerenja jedna u drugu

Sve se više naglašava kako je za psihološko odrastanje djeteta vrlo važno da ono gleda kako roditelji ili pak one osobe s kojima odrasta jedne u druge imaju povjerenja, jedno drugom vjeruju. Ovo je *odskočna daska* i za djetetovo povjerenje⁶ prema drugima, svijetu, budućnosti, prema drugačijem (pod drugačijim podrazumijevamo kako mišljenje tako i osobe, kulturu, stavove).

Imati povjerenja jest proces koji se uči, te je u tom smislu moguće rasti ili padati na skali povjerenja. Naravno da prve godine života u tome imaju vrlo važnu ulogu, no budući da je čovjek živo biće koje je sposobno mijenjati se, moguće je i u odrasloj dobi učiti se nekom vjerovati. Kada dijete promatra kako se jedan roditelj odnosi prema drugom u trenutku neslaganja, to utječe na djetetov radni model međuljudskih odnosa^{7,5}. Kada roditelji rješavaju neslaganja svadajući se ili pak nastojeći kontrolirati drugu osobu, tada i dijete uči takav model odnosa te to također utječe na način na koji će dijete upravljati vlastitim osjećajima⁸. Ono može ispoljavati osjećaje poput ljutnje ili agresije ili se može povlačiti u sebe te se početi bojati ili osjećati depresivnim. Roditeljska toplina, podrška i osjećajnost pokazali su se kao prvi faktori u zdravlju djeteta te se povezuju s kvalitetom bračnog odnosa djetetovih roditelja⁸. Prema Engfer⁹, kvaliteta bračnog odnosa utječe i na odnos roditelja prema djetetu. Bračni parovi koji se često neprijateljski odnose jedni prema drugima vrlo će vjerojatno negativno odgovarati i prema djeci te time poticati ozračje straha i malog povjerenja.

U različitim istraživanjima, koja citiraju Peleg-Popko i Reuven⁸, pokazalo se kako je tjeskobnost djeteta na poseban način povezana s dvije dimenzije obitelji – kohezija i prilagodba, pri čemu se pod kohezijom podrazumijeva emotivna povezanost među članovima obitelji, a pod prilagodbom sposobnost obitelji kao sustava da mijenja izvor snage obitelji, uloge u odnosima u obitelji kao odgovor na okolnosti, ali i zahtjeve razvoja. Prevelika ili preniska kohezija, kao i prenaplašeno ili gotovo nikakvo prilagođavanje, pozitivno su povezani s osjećajem straha kod djeteta. Srednje pak vrijednosti kohezije i prilagodbe negativno su povezane s osjećajem straha i tjeskobe kod djeteta.

Na koji će način dijete odrastati možemo promatrati kroz perspektivu odnosa oca prema djetetu ili pak majke prema djetetu, no vrlo je važno uzeti u obzir kakav je odnos bračnih partnera, supružnika međusobno. Gledati vlastite roditelje kako se suočavaju s dijagnostičkim situacijama povjerenja također pomaže djetetu rasti na bazi tog povjerenja ili pak povlačiti se u nišu straha.

2.2. Snaga empatije obnavlja povjerenje

Biti empatični s nekim tko nam je drag jest lakši proces nego biti empatični s osobom s kojom smo zbog različitih razloga u nekom sukobu. Kada smo u sukobu ili u situaciji međusobnog nepovjerenja, tada je teže staviti

se u cipele „neprijateljske“ osobe, budući da može biti da smo i sami ranjeni. Ako uzmemo u obzir recipročne odnose, tada je pitanje vlastite slobode i distanciranosti hoćemo li odlučiti napustiti *vlastitu ranu* kako bismo osluškivali drugu osobu. Kada pak promatramo odnose u obiteljima, tada je za očekivati da će roditelji biti oni koji će u dijagnostičkim situacijama povjerenja izaći u susret djetetu i pokušati se uživjeti u njegovu situaciju, jer imaju razvijenije kognitivne mape, širi spektar promišljanja, kao i alternativnih odgovora na problematične situacije.

Razumijevanje druge osobe vrlo je usko povezano s povjerenjem, odnosno sa strahom. One osobe koje doživljavaju razumijevanje od bliskih osoba imaju mogućnost izraziti same sebe, promišljati o svojem vlastitom iskustvu uz pomoć odraslih osoba koje će ih u tome voditi, te tako stječu povjerenje u druge i sigurne su da im drugi žele dobro. Iskustvo da nam drugi žele dobro suprotno je iskustvu da nam drugi žele zlo, što je često i razlog straha, odnosno nepovjerenja. Stoga osoba ima potrebu sresti nekoga tko ima u nju povjerenja i tko je bezuvjetno prihvaća. Na temelju ovog iskustva tada ni osobi nije problem zaći u pore vlastita bića, one pore kojih se bojala. Pokazati empatiju znači nekoga uhvatiti za ruku i šetati ulicama straha vlastite osobnosti, ili pak iznijeti na sunce *zamrznute predjele vlastitog bića*, zamrznute u trenutcima proživljenog straha.

3. Bojati se – nemati povjerenja

Nakon što smo promišljali o povjerenju kao prvom izboru, nastaviti ćemo promišljati o strahu, odnosno situaciji ili stanju, još bolje rečeno procesu, kada se osoba boji. U samom uvodu istaknuli smo kako je i strah pozitivna emocija koja nam pomaže u svakodnevnom životu kako bismo se uspješno suočavali i prilagođavali okolnostima u kojima živimo i u kojima se krećemo. Također smo kratko napomenuli da strah ne isključuje povjerenje ni povjerenje strah. U jednom odnosu između dviju osoba, gdje postoji nekakav cilj za koji se bore, vjerojatno će osoba osjećati i da ima povjerenja, ali u isto vrijeme moguće je da će se i bojati. Na temelju proživljenih situacija moguće je pak stvarati osjećaj sigurnosti suradnje s novim osobama. Strah i povjerenje mogu vrlo dobro ići zajedno.

Nemoguće je u ovom radu osvijetliti sve oblike mogućeg straha, no osvrnut ćemo se na opće strahove s kojima se djeca susreću, te ćemo na poseban način obratiti pažnju na socijalni anksiozni poremećaj (socijalna fobija F40.10), izbjegavanje situacija, imajući pak u vidu, kako smo i naglasili, da je strah direktno povezan s povjerenjem.

Nekoliko istraživanja^{10,11} pokazuje kako je prisutnost osjećaja straha i tjeskobe među djecom i adolescentima uobičajena. Prema teorijama ljudskog razvoja, djeca proživljavaju slične modele straha tijekom djetinjstva i adolescencije, no tipovi straha mijenjaju se od jedne do druge faze razvoja. Uobičajeno je da djeca do dvije godine proživljavaju konkretne i neposredne strahove. To može biti npr. strah od nepoznate osobe. Važno je primijetiti da će dijete koje su susretne sa strancem u svojoj okolini pogledom tražiti vlastitu majku, oca ili neku drugu važnu osobu te će preko te osobe stjecati povjerenje prema novoj osobi ili se pak udaljavati.

Djeca do pete godine boje se zamišljenih likova, malih životinja, kao i mraka. Kod djece nije funkcionalno podržavati neke bojazni, kao što je npr. da ispod kreveta može biti nekakav zmaj. Kada bi otac ili majka ili pak neka druga važna osoba rekla djetetu *Idemo zajedno pogledati ispod kreveta ima li koga*, tada bi tim postupkom kod djeteta podržavali iracionalni strah. Razboritiji pristup djetetu u takvoj situaciji bio bi kada bismo djetetu rekli kako je nemoguće da ispod kreveta u kući bude nekakav zmaj, jer zmajevi ne postoje i zmajevi ne dolaze u kuću ispod dječjeg kreveta. S početkom školovanja počinju socijalni strahovi. Kasnije, tijekom adolescencije, najčešći strahovi povezani su s nesrećama, prirodnim nezgodama, kao i sa socijalnim situacijama. Dječji strahovi odraz su njihova razumijevanja svijeta i smještenosti u njemu. Kako djeca odrastaju, jača se njihova svijest o njima samima te kognitivne sposobnosti omogućuju zreliju procjenu i razumijevanje njihove okoline, pa se tako smanjuje i broj i učestalost strahova. Neki su strahovi temeljni i biološke naravi, dok su strahovi koji se razvijaju tijekom godina (počevši od četvrte godine) više specifični, raznolikiji, kontekstualni, uključuju magično mišljenje te su vjerojatnije povezani s iskustvenim, a ne biološkim čimbenicima⁸. U istraživanjima se također pokazalo da se kod one djece čiji ih roditelji nastoje previše zaštititi više razvija socijalna fobija⁸.

3.1. Funkcionalni strah

Govoriti o strahu kao jednoj od osnovnih čovjekovih emocija znači ujedno istaknuti kako postoji funkcionalan strah koji čovjeku pruža mogućnost sigurnog odra-

stanja u okolini u kojoj živi te ugrožavajući strah koji se može očitovati na razne načine, a utječe na slobodu čovjekova odrastanja u miru, sigurnosti, zaštiti i ljubavi. Ako osoba uspije pronaći ravnotežu između zdravog povjerenja i funkcionalnog straha, tada možemo reći da će se uspjeti nositi s izazovima života.

Strah je često normalna reakcija na nenormalne životne uvjete koje osoba percipira kao određenu opasnost koja se najčešće može izbjeći, što pak pomaže osobi da se i dalje osjeća slobodnom. Ako ne postoji mogućnost bijega od izvora straha, tada dolazimo do kompleksnijih psihičkih procesa kod osobe. Suočiti se sa strahom može biti veliki dobitak za osobu, za obitelj, za društvo. No da bismo se suočili s izvorom straha potrebno je imati povjerenja u sebe i u druge, u životne ciljeve, kao i raspolagati određenim znanjem. Pod znanjem ne podrazumijevamo samo intelektualno znanje nego i emotivno i društveno znanje, emotivnu inteligenciju¹².

Ako polazimo od definicije da je emocija reakcija subjekta na podražaj koji je ocijenio kao važan, a koja visceralno, motorički, motivacijski i mentalno priprema subjekta za adaptivnu aktivnost¹³, tada i strah možemo promatrati u tom vidu. Milivojević promišlja o emocijama kao reakcijama koje nas pripremaju za adaptivnu aktivnost. Tako i strah ima svoju adaptivnu karakteristiku, to jest pomaže nam da u određenoj situaciji odgovorimo na najbolji mogući način.

Milivojević¹³ nadalje piše: „*Zabluda da emocije inhibiraju mišljenje je vrlo raširena, tako da pacijente iznova i iznova moramo učiti da se može istovremeno misliti i osjećati, jer strah od prestanka mišljenja znači strah od gubitka kontrole i jedan je od osnovnih razloga zbog kojih ljudi pokušavaju ugušiti svoju osjećajnost.*“ Milivojević tvrdi da u situacijama kada se osobe boje zapravo svoju pažnju koncentriraju na ono što će im omogućiti najbolju adaptaciju, no to ne znači da osobe u tim situacijama ne razmišljaju.

Strah je emocija u kojoj se susrećemo s ugrožavajućom i nepromjenjivom situacijom, ali koju je moguće izbjeći. U ovom smislu možemo nabrojiti cijeli niz takvih situacija koje su ugrožavajuće i nepromjenjive, ali ipak ih je moguće izbjeći. To su npr. teško nevrijeme popraćeno tučom i ledom – možemo se skloniti; osoba koja je u alkoholiziranom stanju vrlo agresivna – možemo se od te osobe udaljiti; oštar pas na putu prema bolnici – možemo izabrati drugi put kojim ćemo ići itd.

Tjelesne su reakcije specifične za strah ubrzano kucanje srca, povišen tlak, bol u očima, nestabilnost i podrhtavanje, znojenje dlanova i tabana, proširene zjenice, zamrzavanje (engl. *freezing*). Ove reakcije pripremaju

tijelo za suočavanje s mogućom opasnošću, stoga i tjelesne promjene imaju svoju ulogu prilagođavanja novonastaloj situaciji¹³. Društvene su reakcije na strah bijeg, nepovjerenje, sumnjičavost, povlačenje, smanjena inicijativa, besperspektivnost, sužen spektar mogućih alternativa u reakciji, napad itd. U tom je smislu strah reakcija kada osoba procijeni da je druga strana moćnija i stoga napušta situaciju u kojoj je ugrožena te pronalazi mjesto gdje se osjeća sigurnije. Kada se osoba skloni i pobjegne na sigurno, dolazi do nove adaptacije te osjećaj straha prestaje¹³.

3.2. Bojati se – sakriti se – izbjegavati – socijalna fobija

Do sada smo govorili o tome što znači bojati se ili pak imati povjerenja, no osim što se bojimo, kao ljudska bića koja su fleksibilna i otvorena imamo i mogućnost suočavanja sa situacijama, napose s onim situacijama gdje osjećamo da se bojimo. Suočavanje je aktivnost koja je u suprotnosti s izbjegavanjem, što je karakteristično za strah. Naglasili smo kako postoji funkcionalni i nefunkcionalni strah. Jedan od nefunkcionalnih strahova jest i socijalni anksiozni poremećaj, odnosno socijalna fobija, izbjegavanje različitih društvenih situacija^{14,15,16}, a razlikuje se od straha po tome što je anksioznost anticipacija buduće opasnosti¹⁷, iako smo svjesni da postoji veliki komorbiditet među različitim vrstama straha. Prema priručniku DSM-5, *kod socijalne fobije osoba je ustrašena ili anksiozna zbog socijalnih interakcija i situacija ili izbjegava socijalne interakcije i situacije koje uključuju mogućnost izloženosti procjenjivanju. Tu su uključene socijalne interakcije kao što su susreti s nepoznatim ljudima, situacije u kojima osoba može biti promatrana dok jede ili pije, kao i situacije u kojima osoba nešto izlaže ili izvršava pred drugima. Kognitivno je zamišljanje da drugi negativno evaluiraju osobu, da je zburnjena, posramljena, odbačena ili će naljutiti druge*¹⁷.

Problem postaje veći kada se počinjemo bojati da ćemo se bojati, to jest kada se osjećamo anksiozno. Tada je moguće da to postane određeni začarani krug koji nas ne oslobađa, nego se osjećamo zarobljenima. Budući da smo u ovom radu na poseban način govorili o povjerenju koje se stječe i gradi u međuljudskim odnosima, želimo nešto progovoriti i o socijalnom strahu, fobiji, odnosno izbjegavanju određenih osoba i situacija. Socijalna fobija češće je prisutna kod adolescenata i mlađih odraslih, što je također u sklopu našeg promišljanja vrlo važno.

Budući da je čovjek biće koje je okrenuto prema drugima te se kroz suživot s drugima obogaćuje, smatramo kako je socijalni anksiozni poremećaj, fobija, izbjegavanje, zapreka za psihološki, društveni, duhovni rast osobe. Ako je zapreka, tada se pitamo na koji je način moguće suočiti se s ovom zaprekom, preskočiti je ili pak ukloniti s puta. Određene su zapreke i moguće prilike za naučiti nešto novo u životu jedne osobe.

Za uspješno suočavanje sa socijalnim strahom potrebno je *imati odnos s jednom osobom* koja za ugroženu osobu predstavlja sigurnu bazu te je osim toga *potrebno imati i određeni smisao, cilj u životu*¹⁸. Sigurna baza jest odskočna daska za plivanje u svijetu, dok je smisao pak određeno uže koje nam pomaže kako bismo se penjali prema vrhu postavljenih ciljeva. Jedno s drugim vrlo je usko povezano. Na koji način to ostvarivati u životu također ovisi o tome jesmo li pred sobom imali modele koji su nam pokazali kako je to moguće ostvarivati.

Istraživanja pokazuju^{14,15,16} kako na poseban način važnu ulogu u tome imaju majke. No kao što smo vidjeli i iz drugih istraživanja^{8,19,20}, gotovo je od presudne važnosti kako se supružnici međusobno odnose. Hoće li se dijete bojati i izbjegavati određenu društvenu situaciju ovisi o tome kakav je stav majke, oca ili neke druge važne osobe prema toj situaciji, kao i prema djetetu koje je pozvano izaći ususret onome što za njega predstavlja određeni izazov pred kojim se osjeća nemoćno ili pak uplašeno. Po naravi stvari, ono što izbjegavamo predstavlja za čovjeka određeni izvor nemira, koji može jedno vrijeme izbjegavati. Važno je ipak napomenuti kako ne postoji uzročna povezanost povećane stope zlostavljanja u djetinjstvu ili drugih psihosocijalnih nepovoljnih okolnosti s ranim početkom i razvojem socijalnoga anksioznog poremećaja. Ipak, zlostavljanje u djetinjstvu i druge nepovoljne prilike i okolnosti rizični su čimbenici za socijalni anksiozni poremećaj¹⁷.

Izbjegavanje je birana (ne)aktivnost pri kojoj osoba ne čini ništa (što bi moglo biti ponašanje, mišljenje, osjećanje) kako bi izbjegla određenu vrstu nelagode. Misli, osjećaji, sjećanja, fantazije, međuljudski odnosi, fizički doživljaji te ostali unutarnji i vanjski događaji i situacije mogu se izbjegavati²¹. Emocije, osjećaji, fantazije i impulsi koji stvaraju konflikte dinamički se potiskuju putem podsvijesti, što potiče široki spektar obrambenih mehanizama kako bi se izbjeglo određeno iskustvo. Nažalost, to može prouzrokovati znatne intrapsihičke napetosti, što se onda očituje u raznim simptomima. Gledajući iz psihanalitičke perspektive, put prema psihološkom zdravlju uključuje postupnu integraciju tih iskustava te smanjenje izbjegavanja, kao i intrapsihičkog konflikta²¹.

Kognitivno-bihevioralni pristupi pomažu čovjeku postupno se desenzibilizirati prema situacijama, osobama ili mjestima koja su izvor straha te se suočavati s njima¹⁸. Ovo je također tim uspješnije kada osoba ima povjerenje u one osobe od kojih traži pomoć. Opće je poznato kako je i proces psihoterapije na početku velikim dijelom uvjetovan time je li osoba stekla povjerenje u psihoterapeuta²². Izbjegavanje dakle, kao dugoročni model suočavanja sa situacijama, ne pomaže nam u rješavanju problema, nego i podržava sam problem. Djeca s izraženom bihevioralnom inhibicijom osjetljiva su na utjecaje okoline, kao što je učenje po modelu od socijalno anksioznih roditelja¹⁷.

Prvi korak u suočavanju jest izgraditi povjerenje prema jednoj osobi. Vrlo se često pokazuje da nije problematičan problem s kojim se susrećemo, nego način na koji se susrećemo, percipiramo i na koji ga način želimo riješiti. Kada osoba osjeti da u nekoga može imati povjerenja, tada se i otvara drugim osobama, a kada se počinje otvarati, tada je to znak da želi raditi na sebi te da je spremna na promjenu.

Nadalje, često se može dogoditi da su osobe u sjećanju, u implicitnoj memoriji²³, smrznule određeno neugodno iskustvo straha, te to iskustvo utječe i na sadašnju percepciju osobe kada se nađe u novim i sličnim situacijama. Vratiti se na to iskustvo jest također moguće, no i ovdje ističemo da je za to potrebna pomoć osobe koja će nas u tome pratiti i biti sigurna baza u istraživanju našega straha. Postoje razne tehnike uz pomoć kojih je moguće odrediti ovo iskustvo, no to nam nije ovdje cilj istraživati i produbljivati.

Budući da ćemo u idućem odlomku progovoriti o odnosu očeva prema djeci, želimo tek napomenuti kako osim oca i majke, kao dvije različite figure u odgoju djeteta, i obitelj kao sustav ima svoj utjecaj na rast djeteta. U tom smislu važno je spomenuti princip iz *gestalt* psihologije kako je *cjelina mnogo više od zbroja njezinih dijelova*^{24,25}. Stoga uzimamo u obzir kako majka ima svoj utjecaj na rast djeteta, kao i otac, no odnos roditelja međusobno, kao i njihov odnos prema djeci, donosi nove elemente u sustavu obitelji, o čemu pak nam nije namjera ovdje dublje promišljati.

4. Očevi – povjerenje i strah

Starije su osobe one kojima se može lakše vjerovati (njem. *glaubwürdig*), dok su mladi ljudi oni koji imaju povjerenja u druge i u svijet (njem. *gutgläubiger*), načelno govoreći²⁶. Starija osoba priča velikim dijelom iz svojeg iskustva te se na njega načelno može osloniti jer usklađuje govor s vlastitim ponašanjem. Svojim slušanjem mlađih i govorom otvara nove alternative ponašanja. Mlada je osoba povjerljivija jer još nije dovoljno naučila razlikovati što je istina, a što nije. Često je napose dijete naivno te s velikom otvorenošću je spremno poslušati starije ako prije toga nije povrijeđeno u vlastitom povjerenju. Otac je nužno onaj koji je u odnosu na svoje dijete stariji, te ćemo također u toj perspektivi promišljati i o ovom vrlo važnom, dinamičnom, plodnom odnosu.

Otac je često prva osoba preko koje dijete ulazi u dodir s vanjskim svijetom²⁷ te upravo on može pomoći djetetu u uspješnom suočavanju s društvenim situacijama, pa tako i sa socijalnim strahovima.

U znanstvenim istraživanjima i člancima o povjerenju i strahu često možemo naći odnos majke prema djetetu²⁸, no podatke o odnosu oca prema djeci naći ćemo rjeđe. Čini se kako roditelj istog spola i roda ima važnu ulogu i utjecaj u odgoju djeteta, to jest otac na sina, a majka na kćer, te da njegova odsutnost ostavlja duboku, bolnu ranu na osobi, na poseban način kada je riječ o odnosu oca i sina.

Stoga ovaj dio promišljanja posvećujemo upravo tom odnosu, odnosu oca i sina, da bismo poslije istaknuli važnost poželjnog iščekivanja budućnosti, a ne plašljivog udaljavanja od situacija koje su pred nama.

Za našu je kulturu specifično da su očevi, muškarci, načelno oni koji su jaki, snažni, osobe koje ne pokazuju emocije, oni koji bi trebali biti hrabri, no onda se događa da upravo da sinovi odrasli uz takve očeve teže napuštaju roditeljski dom, teže se osamostaljuju, teže preuzimaju određene rizike u vlastitom životu, teže se suočavaju sa socijalnim strahovima. Žene sa socijalnim anksioznim poremećajem proživljavaju velik broj socijalnih strahova i komorbiditeta depresivnog, bipolarnog i anksioznog poremećaja, dok će se muškarci vjerojatnije više bojati ljubavnih sastanaka, imat će prisutan strah od poremećaj s prkošenjem i suprotstavljanjem ili poremećaj opihodjenja te uzimanje alkohola i nedopuštenih droga radi olakšanja simptoma ovog poremećaja¹⁷.

Sigurno da na pouzdanje, samopouzdanje, povjerenje, a i strah kod osobe, na poseban način kod sina, velikim dijelom utječe i otac, u tome što može ohrabrivati, potvrđivati i podupirati vlastito dijete, sina, na putu kojim polazi i ide. Stoga možemo primijetiti kod mnogih mladih muškaraca da traže povjerenje, odobravanje i poštovanje kod trenera, svećenika, učitelja, ujaka ili stričeva, pjevača, u raznim klubovima, ne bi li u njima našli oca koji će ih potvrditi, uvesti u svijet odraslih²⁶.

Nažalost, događa se da velik dio očeva često nije tu za svoju djecu, za svoje sinove, zbog rata, ovisnosti o alkoholu, dugih putovanja, posla koji na sebe preuzima ili zbog razvoda braka, te tako onda niti ne uspijeva prenijeti na djecu ono što ni sami nisu doživjeli, budući da se nije stvorio *most povjerenja*.

Na ljubav majke reagiramo instinktivno budući da nas je ona nosila, hranila, imajući na pameti da ovdje govorimo o redovitom i dobrom odnosu, iako znamo da nisu svi odnosi majke i djeteta takvi. No kada je u pitanju otac, on je taj koji nas ne mora voljeti, predstavlja vanjski čimbenik; otac je netko tko nije direktno uključen u odnos²⁶. Otac je taj koji se odlučuje ljubiti nas i voljeti, stoga i njegova ljubav na nas djeluje drugačije. Njegova ljubav nije automatska. Mnoge su kulture promatrala i Boga kao Majku, no onda se sa židovstvom počinje Boga promatrati kao Oca, Oca koji je izabrao ljubiti izraelski narod [„Nije vas Jahve odabrao i prihvatio zato što biste vi bili brojniji od svih naroda – vi ste zapravo najmanji – nego zato što vas Jahve ljubi i drži zakletvu kojom se zakleo vašim ocima. Stoga vas je Jahve izveo jakom rukom i oslobodio vas iz kuće ropstva, ispod vlasti faraona, kralja egipatskoga“ (Pnz 7, 7–8)]. U ovome je i prednost i nedostatak očeve i očinske ljubavi. U Bibliji se kroz više slika (Post 27; Post 37; Lk 2; Lk 15) prikazuje kako ljubav oca prema sinu, koja je čin i slobodne volje, može imati različite posljedice na odnos oca i sina, ali i na cijelu obitelj. Upravo ova sloboda sa sobom donosi i moguće rizike, što je u Starom zavjetu očito ponajviše u blagoslovu Izaka nad njegovim sinom Jakovom (Post 27). U Novom se zavjetu pak sloboda očeve ljubavi otkriva u prispodobi o milosrdnom ocu, koji dopušta sinu otići od kuće, ali se isto tako slobodno vratiti, u čemu se otkriva ljepota ljubavi prema sinu (Lk 15, 11–32). Očinska ljubav utemeljena je dakle na svjesnijoj odluci, ljubiti vlastito potomstvo, te je više povezana s vanjskim svijetom²⁹.

Kod majke je ljubav automatska, instinktivna, dok je kod oca ljubav više slobodna od instinkta. I zato i ova kva ljubav preobražava čovjeka jer nije nužna, nije suovisna. Ova ljubav nailazi i na veći test povjerenja, pa onda i mogućeg straha. No ako se odnos između oca i

sina uspije izgraditi, tada je to za dijete, sina, čvrsti most za odnos s društvom, s vanjskim, društvenim svijetom. Graditi mostove znači prevladati određene prepreke, udaljenosti, dubine i opasnosti. Graditi most znači suočavati se s izazovima i s povjerenjem ići prema drugoj strani mosta. Onaj tko se boji neće graditi most, dok će osoba koja ima povjerenja ići na drugu stranu.

Kao što smo bili napisali, povjerenje je veće u situacijama kada: a) svaki član vlastite ishode usmjerava prema onima koji su za *partnera* ili odnos najbolji; b) oba *partnera* vjeruju da će *partner* djelovati tako što će birati najbolje za odnos iako osobni interesi mogu opadati⁵. U ovom smislu promišljamo i kada govorimo o odnosu oca prema sinu. Sigurno je kako povjerenje raste onda kada otac usmjerava svoja djelovanja, promišljanja i planove koji će donijeti dobro njegovu potomstvu, konkretno sinu, a ne kako bi ostvario vlastite ciljeve. Stoga će i dijete kada počinje surađivati s ocem, ako primjećuje da je otac usmjeren na njegovo dobro, lakše uspostavljati odnose i s drugim ljudima u društvu, znat će graditi mostove povjerenja.

Nakon što smo promišljali na koji je način moguće suočavati se sa situacijama, konfrontirati se, ostaje nam pitanje gledamo li u budućnost s povjerenjem, željno očekujući što će se dogoditi, ili pod utjecajem događanja i medija strahujemo što će se dogoditi. Upravo je otac onaj na čijim krilima hrabrosti sin može graditi svoj identitet u krhkom i likvidnom svijetu te željno iščekivati budućnost, ohrabren očevim riječima³⁰. Deutsch⁴, kao što smo već vidjeli, definira povjerenje na sljedeći način: „pouzdanost da će (netko) prije naći ono što želi (u odnosu s drugima) nego ono čega se boji“.

Željati ili se bojati budućnosti? Želja je vrlo usko povezana s povjerenjem, jer kada u nekog ili u nešto imamo povjerenje, tada se tomu želimo i približiti, želimo biti dio onoga što želimo. S druge strane pak, kada se nekoga ili nečega bojimo, tada to ne priželjkujemo, nego izbjegavamo. Možemo priželjkivati približiti se vrhu jedne planine onda kada smo pogledom i nakanom usmjereni prema vrhu i kada nas netko u tome prati. Bojimo se ići prema vrhu planine onda kada se pogledom zastavljamo na lijevoj ili desnoj strani provalije. Presudno je u tim trenucima ono na što smo usmjereni. Kuda nas usmjeravaju oni što odgajaju naš pogled? Slikovito govoreći, u takvim nam je trenucima potreban netko tko će nam prstom ukazati kuda nam je ići.

Istraživanja pokazuju da ona su djeca čiji su se očevi pozitivno i na osjetljiv način uključili u igru s njima odgovornija, suradljivija i samopouzdanija^{31,32}. A kada je

netko samopouzdan, tada zna kuda i kako želi ići. Osim toga, ista su djeca sposobnija kontrolirati agresivnost te upravljati intenzivnim osjećajima te također imaju veće društvene sposobnosti³³. Temeljeći se na navedenim istraživanjima te navedenim mislima, zaključujemo kako otac ima vrlo važnu ulogu u tome hoće li se dijete bojati ili će željeti ići prema budućnosti, imati povjerenja u ono što ga još na putu čeka.

Naravno, ono što također proizvodi strah, odnosno što potiče da se dijete boji, jest također kada roditelji žele ostvariti svoje planove s djecom, a ne puštaju djecu da sama biraju što je za njih važno i što žele. Na koji je način moguće pomoći roditeljima odgajati djecu tako da usmjeravaju dijete da ono samo bira, a ne da se djetetu nameću već gotova rješenja, ili pak da ih se potiče ostvarivati roditeljske planove s njima? Preduvjet za to jest osjećaj zadovoljstva i osmišljenost vlastitog života koji nije isključivo i apsolutno povezan s time kakav život djeca žele živjeti i u čemu se ostvarivati.

Zaključak

Vjerovati nekome ili se bojati jest svakidašnje iskustvo osobe na putu osobnog i društvenog razvoja. Prednost dajemo povjerenju jer ono omogućuje usklađen i zdrav psihološki, društveni i duševni rast. Realnost nam života pak ukazuje da se prosječan čovjek u svojem životu susreće s različitim situacijama na koje reagira strahom. Strah postaje prepreka ako paralizira čovjeka u njegovu prilagođavanju svijetu u kojem živi, no s druge strane i funkcionalni signal koji pojedincu ukazuje na moguće opasnosti koje je potrebno izbjeći ili se s njima suočavati. Nakon što smo iznijeli promišljanja o strahu i povjerenju, očito je dakle kako je važna uloga ne samo majke u odnosu prema djeci i njihovu suočavanju sa strahom i u razvijanju povjerenja nego i uloga oca. Stoga jasno proizlazi važnost formiranja očeva u odnosu prema djeci, gdje aktivno preuzimajući odgovornost za potomstvo daju siguran oslonac kako obitelji tako i djeci, a time otvaraju i put povjerenja prema drugima i drugačijima. U daljnjim istraživanjima bi bilo korisno predložiti jasne smjernice i promišljanja o transferu koji se događa između oca i djece, jer povećana svijest o vlastitim unutarnjim, intrapersonalnim procesima pomaže ocu u odnosu prema interpersonalnim kontaktima. Smatramo kako je tema koju

smo obradili važna za današnje društvo koje postavlja različite izazove i pitanja kada se govori o izgradnji osobnog i društvenog identiteta. Obradili smo teme straha i povjerenja, no i druge teme, kao što je sloboda i krivnja, sram i prihvaćanje, utječu na cjelokupni psihički, duhovni i društveni rast djece, što ostaje kao prostor za moguća daljnja istraživanja.

Literatura

1. Haller R. *Die Narzissmusfalle: Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis*. Salzburg: Ecowin; 2013.
2. Blair RJR, Mitchell DGV, Peschardt KS, Colledge E, Leonard RA, Shine JH, Murray LK, Perrett DI. Reduced sensitivity to others' fearful expressions in psychopathic individuals. *Personality and Individual Differences*. 2004;37:1111–1122.
3. Bandler R, Grinder J. *La Struttura della Magia*, Astrolabio. Roma: Astrolabio; 1981.
4. Deutsch M. *The resolution of conflict*. New Heaven: CT Yale University Press; 1973.
5. Simpson JA. Psychological Foundations of Trust. *Current Directions in Psychological Science*. 2007;16(5):264–268.
6. Hüther G, Hauser U. *Jedes Kind ist hoch begabt, Die angeborenen Talente unserer Kinder und was wir aus ihnen machen*. München: Knaus; 2012.
7. Bowlby J. *Attachment and loss (Vol. II) Separation anxiety and anger*. New York: Basic Books; 1973.
8. Peleg-Popko O, Reuven D. Marital Quality, Family Patterns, and Children's Fears and Social Anxiety. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 2001;23(4):466.
9. Engfer A. The interrelatedness of marriage and the mother-child relation, Hinde R. A. – Stevenson-Hinde J. (ur.). *Relationship within families*. Oxford: Clarendon Press; 1988:104–118.
10. Elbedour S, Shulman S, Kedem P. Children's fears: Cultural and developmental perspectives. *Behavior Research & Therapy*, 1997;35:491–496.
11. King NJ, Ollendick TH. Children's anxiety and phobic disorders in school settings: Classification, assessment and intervention issues. *Review of Educational Research*. 1989;59:431–470.
12. Goleman D. *Emocionalna inteligencija*. Zagreb: Mozaik knjiga; 2012.
13. Milivojević Z. *Emocije*. Zagreb: Mozaik knjiga; 2010:23.
14. Bögels SM, van Dongen L, Muris P. Family Influences on Dysfunctional Thinking in Anxious Children. *Infant and Child Development*. 2003;12(3):244.

15. Cobham VE, Dadds MR, Spence SH. The role of parental anxiety in the treatment of childhood anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1998;66:893–905.
16. Chorpita BF, Albano AM, Barlow DH. Cognitive processing in children: relation to anxiety and family influences. *Journal of Clinical Child Psychology*. 1996;25:170–176.
17. American Psychiatric Association-APA, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition*. Arlington: APP; 2013:189.
18. Frankl V. *Logoterapia, Medicina dell'anima*. Milano: Giubaudi; 2001; Kohlrieser G. *Care to Dare*. San Francisco: Jossey-Bass; 2012.
19. Mathews A, Mogg KM, Eysenck MW. Implicit and explicit memory bias in anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*. 1989;98:236–240.
20. Muris P, Merckelbach H. Perceived parental rearing behaviour and anxiety disorders symptoms in normal children. *Personality and Individual Differences*. 1998;25:1199–1206.
21. Widdowson M. Avoidance, Vicious Cycles, and Experiential Disconfirmation of Script: Two New Theoretical Concepts and One Mechanism of Change in the Psychotherapy of Depression and Anxiety. *Transactional Analysis Journal*. 2014; 44(3).
22. De Nitto C. *L'arte della psicoterapia*. Roma: LAS; 2006:200.
23. Siegel D. *La mente relazionale, Neurobiologia dell'esperienza interpersonale*. Milano: Raffaello Cortina; 2001:29.
24. Petz B. *Uvod u psihologiju. Psihologija za nepshologe*. Jastrebarsko: Naklada Slap; 2010:112–121.
25. Rathus SA. *Temelji psihologije*. Jastrebarsko: Naklada Slap; 2000:12–13.
26. Rohr R. *Vom wilden Mann zum weisen Mann*. München: Claudius; 2013:168.
27. Webster L, Low J, Siller C, Hackett RK. Understanding the contribution of father's warmth on his child's social skills. *Fathering*. 2013;11(1):92.
28. Conley TD, Moors CA, Ziegler A. Trust and Satisfaction in Adult Child-Mother (And Other) relationships. *Basic and Applied Social Psychology*. 2011;33:239–254.
29. Paquette D. Theorizing the father-child relationship: Mechanisms and developmental outcomes. *Human Development*. 2004;47:193–219.
30. Bauman Z. *Modus vivendi, Inferno e utopia del mondo liquido*. Roma-Bari:Laterza; 2007.
31. Recalcati M. *Cosa resta del padre? La paternità nell'epoca ipermoderna*. Milano: Raffaello Cortina; 2011.
32. Risé C. *Il padre l'assente inaccettabile*. Roma: San Paolo; 2003.
33. Webster L, Low J, Siller C, Hackett RK. Understanding the contribution of father's warmth on his child's social skills. *Fathering*. 2013;11(1):106.

FEAR AND TRUST IN MAN

¹ Josip Bošnjaković

¹ Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Catholic
Faculty of Theology in Đakovo
Catholic University of Croatia

Abstract

Fear and trust are not exclusive but inclusive dimensions of human life. Most people throughout their lives live through both realities in the wide range of relationships between trust and fear. Both fear and trust have a positive and negative aspect, depending on the situation, personal mood, the context in which a person exists, life experience, and so on. Also, these are two dynamic realities that, when looked at longitudinally, then we see the curves rise and fall. Among various fears, in this work we pay special attention to social anxiety disorder. There are many factors that are associated with fear and confidence. It is well known that since childhood, parents and other significant figures, influence the development of the child, its trust and fear. In our work we will focus on the relationship between the father and son, and what consequences it has on the development of the son, and on his feelings of trust and fear.

Keywords: fear, confidence, social phobia, father, son, security
