

STRAH – PSIHIJATRIJSKA PERSPEKTIVA

»Ja« koje je voljeno osjeća se jakim, ono koje je napušteno osjeća se slabim i izloženim opasnosti. »Ja« koje je voljeno plaši se mogućnosti da bude napušteno.

O. Fenichel

Uvod

Naše izlaganje o strahu bit će u ovim okolnostima određeno i omeđeno našom pripadnošću psihijatrijskoj struci pa samim tim i reducirano u promišljanju, premda smo duboko svjesni koliko strah kao »univerzalni ljudski fenomen« nadilazi takav pristup.¹ Stalna i sveobuhvatna prijetnja vremena u kojemu živimo, stalna anticipacija lomova i katastrofa što nas kao pripadnike ljudskog roda čini nesigurnim, zabrinutim, tjeskobnim, a povremeno i ugroženim, koliko god bile društvena pojava i kojim god sve spoznajnim sustavima i redovima pripadala, duboko zadiru i u našu djelatnost već i samim tim što je u krajnjoj konzekvenciji pojedini čovjek taj koji ih nosi kao doživljaj, boji se i pati i katkada obraća za pomoć. Složeni su putovi kojima se opća egzistencijalna ljudska strepnja prelama kroz svjesno, a još i više nesvjesno pojedinca i uskovitlava osobne sukobe, dvojbe i napetosti. A vjerojatno su – ukoliko i postoje – još složeniji putovi koji bi nas oslobodili straha i patnje u vlastitu životu.²

S obzirom na složenost fenomena, nije iznenađujuće da nema općeprihvaćene definicije straha, što među ostalim odražava i mnogoslojnost i raznolikost shvaćanja o strahu, od najšire – filozofskih, teoloških, socioloških i drugih – pa do »uže stručnih« pristupa pojedinih psiholoških škola.³

Mogli bismo se složiti da je osjećanje straha posebno duševno stanje, afekt, koje je nelagodno i u sebi sadrži prijetnju, a posljedica je

¹ Pokušaj sintetičkog, iako dosta pojednostavljenog, pristupa fenomenu straha čitatelj može naći u hrvatskom prijevodu u knjizi: RAPHAEL LENNE, *Strah – analiza i terapija*, Popularna psihološka biblioteka, Zagreb 1983.

² Postoje mišljenja da od svih poznatih kultura samo grčka u jeku procvata nije poznavala strah, živeći u izmirenju s prirodom i bogovima i »u povjerenju prema kozmičkom redu«.

³ Izuzmemo li najnovije radove, iscrpan uvid u literaturu i različite koncepcije tog problema u medicinsko-psihologijskim okvirima može se naći u knjizi dr Ljubomira ERIĆA *Strah, anksioznosti i anksiozna stanja*, Beograd 1972.

unutrašnjeg ili vanjskog podražaja. Premda to osjećanje pripada prije svega normalnoj psihičkoj pojavnosti i može biti manje ili više korisno kao signal opasnosti u našem psihičkom, tjelesnom ili društvenom okruženju, istodobno je i jedno od najvažnijih pitanja psihopatologije ili kako je to Freud formulirao: strah je središnji problem psihičkih bolesti.

Nalazimo ga izražena u različitim stupnjevima i opsezima gotovo u svim psihičkim poremećajima i bolestima, pa i kada nije eksplicitan, slutimo ga u kakvoj obrani, simptomu ili ponašanju.

U psihijatriji je uobičajeno osjećaje straha pojmovno dijeliti na strah i anksioznost (njem. Angst, engl. anxiety, franc. angoisse). Strah bi predstavljao duševno stanje koje nastaje zbog realne i konkretne prijetnje opasnosti, dok je anksioznost mučan, više difuzan osjećaj bojazni, tjeskobe, strepnje od nečeg ugoržavajućeg ali nejasnog, skrivenog, amorfno.⁴ Ovu podjelu nije uvijek moguće dosljedno provesti pa u nekim jezicima i nije izražena.⁵ Ako stanje straha i (ili) anksioznosti preplavi osobu, govorimo o panici. Ta stanja imaju osim svoje psihološke reprezentacije i vrlo jasne tjelesne korelate, posebno u reakciji vegetativnog živčanog sustava (promjena motorike, npr. nemir, ukočenost, bijeg; uz vegetativne simptome, kao što su drhtanje, bljedilo lica, znojenje, ubrzan rad srca, suhoća u ustima, učestalo mokrenje, proljev, povišeni krvni pritisak i dr.).⁶

⁴ Prema ego-psihologiji, u anksioznosti je cijeli ego ispunjen strahom, a u strahu samo onaj vid ega koji se odnosi prema predmetu ili situaciji od koje se osoba plaši.

⁵ I naš jezik se koleba u potrazi za najprikladnijim izrazom kako bi se što preciznije preveo smisao te distinkcije, a da se istovremeno nasilno ne razdvoji ono što se prepliće u oba pojma. Rezultat je, međutim, često dvojbena pa tako i u našem tekstu. Riječ anksioznost inače najčešće prevodimo kao bojazan, zebnja, plašnja, strepnja, zabrinutost, tjeskoba, koja možda i najbolje odgovara stoga što se najčešće i susreću osobe s pomiješanim osjećajima anksioznosti i depresije. (Prema NUNBERGU; cit. prema Ivan NASTOVIĆ, *neurotski sindromi*, Dečje novine, Gornji Milanovac 1984.)

U radu »Angst als erlebtes Bedrohthein. Hinweis auf die Angst-Lehre des Jakob Boehme«, *Nervenarzt*, 55:349 – 357, 1984, W. von BAEYER u svom antropološko-fenomenološki orijentiranom pristupu psihopatologiji straha govori o ljudskoj anksioznosti – strahu (Angst-Furcht) ne kao o alternativnim pojmovima, već takvima u kojima je bitan naglasak. Pritom anksioznost prema današnjoj jezičnoj upotrebi znači i sveobuhvatne smisljeno motivirane i nesvjesno narasle doživljaje prijetnje, s naglaskom na tjelesna i duševna stanja. Strah, naprotiv, znači i upozorava više na racionalno utemeljene oblike, više upravljene na predmete nego povučene na ego, u smislu straha »pred čim«.

Istodobno, on naglašava da opća svjetska i egzistencijalna anksioznost nikada dosad nije dosegla takav stupanj konkretiziranja i živog predočavanja, sugerirajući kako je gotovo usvojila karakter straha (Furchtcharakter). Premda se empirijski ne da sigurno utvrditi, autor smatra da se to kreće u pravcu proboja anksioznog raspoloženja u području individualne psihologije odraslih ljudi, dok je kod djece i mladih više povezano s ovisničkim i disocijalnim oblicima ponašanja.

⁶ Upravo na principu djelovanja na te tjelesne senzacije povezane sa strahom i anksioznošću temelje se pojedine tehnike liječenja anksioznih stanja (primjerice, tehnika povratne sprege – biofeedback), a djelomice i tehnike relaksacije (primjerice, Jakobsonova progresivna mišićna relaksacija i Schultzov autogeni trening) te mnogi postupci desenzitacije u bihevioralnoj terapiji.

Ovisno o različitim pristupima, postoje i različite podjele straha, u koje ovdje nećemo pobliže ulaziti. Navest ćemo samo jednu posve deskriptivno-fenomenolojsku podjelu koja razlikuje a) *vitalni strah*, b) *realni strah*, c) *strah savjesti* i d) *egzistencijalni strah* – stoga što obuhvaća neke pojmove o kojima smo već raspravljali (primjerice o realnom strahu, koji je naš »odgovor« na opasnost iz vanjskog svijeta, odnosno odgovara pojmu »strah«) ili ćemo više raspravljati kasnije (o strahu savjesti i egzistencijalnom strahu). Vitalni strah označava pak ono stanje (jake) neugode koje se zna javiti prije pojave ugrožavajućih tjelesnih bolesti kao što je srčani infarkt ili plućna embolija.

U vezi s uzrokom straha također nema jedinstvenog mišljenja, čak ni na razini redukcionističkih, biologističkih ili pak akademskih psiholojskih predložaka. Govori se o urođenom strahu (animalnom), zatim o prvom i paradigmatičkom stresnom događaju – rođenju – kada smo preplavljeni snažnim tjelesnim ekscitacijama ugrožavajućeg karaktera, pa sve do suprotnih gledišta da se rađamo bez straha i da se tek kasnije učenjem i potkrepljivanjem stvara veza ugrožavajućih predmeta, osoba ili situacija s našim odgovorom u obliku straha, odnosno stvara se iskustvo anticipiranja patnje. Ovo posljednje moglo bi biti korisno za razumijevanje realnog straha⁷, ali nedostavno za objašnjenje drugih pojavnih oblika straha odnosno anksioznosti. Priklanjamo se mišljenju kako nijedan postojeći »psihijatrijski« odgovor na pitanja o strahu ne pruža razrješenje značenja te antropolojske činjenice, upozoravajući nas samo djelomično na to što strah jest i otkud se javlja. Točno je ipak da »specijalna iskustva psihijatrije i psihoterapije s problemom suicida i tanatofobičkih neuroza pružaju bogata znanja«⁸, na prilično visokom stupnju integracije, a anksioznost u razvoju i dinamici ličnosti ima svoje stalno, prepoznatljivo i nezaobilazno mjesto i funkciju, pa tako i psihopatološke otklone.

Neke teorijske osnove o strahu i anksioznosti

Razumijevanje straha i anksioznosti potražiti ćemo prije svega u osnovama psihoanalitičke teorije, ego-psihologiji, teoriji objektivnih od-

⁷ Zanimljivo je i pitanje o »anatomiji straha«: u kojim bi djelovima ili dijelu mozga bio smješten »centar« za strah? Pravog odgovora nema, ali se zna da su važne strukture moždanog stabla i tzv. limbički sustav te kora velikog mozga, napose frontalni i temporalni režnjevi. Pitanje je koliko se taj fenomen i može svesti na kakvu anatomski omeđenu strukturu. Iskustva leukotomije, u kojoj se presijeca veza čeonog dijela mozga s moždanim stablom, pokazuju da osobe gube osjećaj straha, premda zadržavaju iskustvo o tome da su neke situacije ugrožavajuće pa ih mogu izbjegavati (staviti ruku na vrelu peć i sl.).

⁸ W. von BAEYER u navedenom članku kaže: »Što je anksioznost kao doživljen i življen način postojanja vanjskih i unutarnjih prijetnji, u svojoj biti, ne možemo iskusiti ni putem najegzaktnijih statističkih procjena, a ni psihoanalitičkom metodologijom..., ma koliko svemu tome imali zahvaliti zbog detaljnih znanja i korisnih empirijskih približavanja.« Ističući kako su u posljednjem desetljeću smrt i umiranje i s njima povezane anksioznosti i strahovanja privukli povećanu pažnju autora s područja medicine, teologije, psihologije i drugih, citira knjigu psihijatra J. E. MEYERA *Strah i svjesnost o smrti u sadašnjosti*, 2. izd., 1982. O tome problemu još će biti riječi, a ovdje valja još dodati kako, kao i mnogi drugi, autor smatra da je nezaobilazan filozofsko-teološki razgovor o strahu.

nosa i teoriji separacije-individuacije, koje sve zajedno čine temelj suvremenoj psihodinamskoj psihoterapijskoj praksi.⁹

Prema Freudovoj psihodinamskoj teoriji, ličnost funkcionira u tri sustava, kvalitete ili razine (tipografija ličnosti): *svjesno, predsvjesno i nesvjesno* (nesvjesnom se daje središnje značenje), i na tri instancije: *id, ego i superego* (struktura ličnosti).

Id je potpuno u nesvjesnom, biološki je i nasljedan, sjedište instiktivnih poriva, nagona (njem. die Triebe, engl. drives). Spremište je psihičke energije koja teži rasterećenju na neorganiziran način, prema principu ugone (das Lustprinzip) bez uvažavanja realnosti, tj. izražava se težnjom za neodgovornim zadovoljenjem libidnih i (ili) agresivnih pulzija kao psihičkih reprezentacija poriva. Ovdje valja odmah istaći da današnji smisao termina instinktni poriv, nagon, pulzija uvijek postulira dvojnost poriva, tj. naglašava se važnost agresije u razvoju i funkcioniranju ličnosti jednako kao i libida (pri prvobitnu oblikovanju svoje teorije Freud se koristio terminom *libido*, dok agresivni poriv nije bio eksplicitan). Smatra se da se približno poslije šest mjeseci života zbiva fuzija obaju poriva (ako je razvoj optimalan) pod prevlašću libida kao čuvara života, ali još i u kasnijem razvoju i u toku cjelokupnog postojanja individue može doći i dolazi do različitih stupnjeva ponovnog razdvajanja, pri čemu će agresija na neposredniji način biti generator anksioznosti iz ida, čak i onda kada ne predstavlja samo reakciju na uskratu (frustraciju) libidnog zadovoljenja.¹⁰

⁹ Brojne su i druge teorije ličnosti koje se više ili manje (pa i nimalo) bave strahom. Vidi A. FULGOSI, *Psihologija ličnosti – teorije i istraživanja*, Školska knjiga, Zagreb 1981.

¹⁰ Taj vidik Freudove »hedonističke psihologije« kritiziran je na više načina, ali i rabljen i zlorabljivan tijekom slojevitog i mnogostranog asimiliranja, razračunavanja (često žestokog) ili pak samo referiranja u najširem smislu te riječi. Umjesto sa željom, agresijom i s njima povezanim nesvjesnim fantazijama i anksioznošću, izjednačavalo se katkada sa središnjim mjestom psihoanalize, dok je u užim stručnim psihoterapijskim krugovima pitanje već otprije pokušavano da se riješi koncepcijom objektnih odnosa. W. R. FAIRBAIRN u knjizi *Psihoanalitičke studije ličnosti* (hrvatski prijevod u biblioteci »Psiha«, Naprijed, Zagreb 1982) kaže: »Krajnji je cilj libida objekt« (str. 35).

Iako će o objektu i objektnom odnosu biti više riječi kasnije, kažimo ovdie da se u psihoanalitičkom značenju tog termina ne radi o objektu u psihologijskom smislu percipirajuće i »objektivne« realnosti. Pojam je veoma složen, kreće se od vanjskog objekta do unutarnje predodžbe tog objekta, tj. o slikama (imago) koje nastavljaju, popunjavaju i izgrađuju unutarnji psihički svijet putem fantazijske preobrazbe vanjskog. Isprva, majka ili njezin supstitut je objekt u sklopu primitivnog objektnog odnosa koji služi opstanku.

O. FENICHEL, u knjizi *Psihoanalitička teorija neuroza*, (Medicinska knjiga, Beograd – Zagreb 1961), na str. 27 piše: »Prvi znaci predodžbe o objektu javljaju se u stanju gladi. Kad se pojave jasniji znaci kasnijih funkcija ega, dojenče 'shvaća' da vanjski svijet treba nešto učiniti da bi se smanjili stimulansi, što stvara prvu težnju k objektima. Taj primarni odnos prema objektu postoji samo dok je objekt odsutan. S njegovom pojavom težnja nestaje i dolazi san«. I dalje: »Činjenica da su vanjski objekti stvorili željeno stanje relaksacije zadovoljenjom, dovela je do komplikacije da se pojavi težnja k objektima« (str. 29).

Smatra se također da agresija od početka postoji neovisna, slobodna, identična s pokretom¹¹ i da funkcionira u dva temeljna vidika: konstruktivnom, kojim se u toku razvoja — a i kasnije, jer čovjek psihički nikada nije »dovršen« i stalno posjeduje spremnost za stvaranje zrelijih, ali i aktiviranje »starih« psihičkih konfiguracija — razgrađuju psihičke organizacije ranijih faza i stvaraju na složen način nove; i destruktivnom, neprijateljskom vidiku, s težnjom za uništenjem. Spajanjem s libidom i aktivnošću ega agresija se u svom razvoju neutralizira i mijenja svoj prvobitni biološki, nagonski značaj, ali će na tom putu u mnogim više ili manje patogenim okolnostima stvoriti egu motiv straha.

Ego je instancija ličnosti koja pretežno funkcionira na svjesnoj i predsvjesnoj, ali i na nesvjesnoj razini, a u nekom je smislu »izvršni organ« ličnosti, omogućavajući zadovoljenje pulzija iz ida, u skladu sa zahtjevima realnosti (kasnije i moralnim dopuštanjem superega). Ego bi, prema prvobitnoj koncepciji, bio najovisnija instancija ličnosti, pod utjecajem »triju snažnih gospodara«: realnosti, ida i superega. Novija istraživanja funkcije ega, koncipirana u sklopu ego-psihologije¹², upozoravaju na znatnu samostalnost ega u odnosu na spomenute »gospodare«, na njegovu urođenu sposobnost da unapređuje rast i razvoj ličnosti i izvan područja sukoba. Ipak, kako smo već prije rekli — u vezi s anksioznošću čije je sjedište uvijek u egu — ono što u nesvjesnom idu stvara potrebu zadovoljenja dovest će ego u konfliktno stanje, stvoriti motiv straha. Ego se pritom može udružiti s idom u želji za zadovoljenjem i sukobit će se sa suprotstavljenim zahtjevima vanjske okoline ili unutarnje zabrane iz superega, ili će pak razviti konflikt s idom oko neprihvatljivog kvantitativnog porasta pulzijske aktivnosti.¹³

Superego funkcionira pretežno u nesvjesnom i predsvjesnom, a unutarnji je predstavnik društva sa svim zakonitostima i sustavima vrijednosti introjiciranim u procesu socijalizacije, prije svega moralnog kodeksa roditelja i drugih važnih osoba iz odgojnog procesa.¹⁴ Funkcioniranje superega doživljavamo kao našu savjest (internalizirane zabrane i zadaci u najširem smislu) i kao naša stremljenja (prema idealu ega koji je izlučen unutar superega, a predstavlja poželjne i rano internalizirane

¹¹ Vidi članak: M. BECK-DVORŽAK, »Anksioznost, agresija i depresija u dječjoj psihoterapiji«, *Psihoterapija* 11:19—24, 1981.

¹² Začetnik je ego-psihologije H. Hartmann, s poznatim djelom *Ego Psychology and the Problem of Adaptation*, New York, International Universities Press 1958.

¹³ Te tipove konflikta razradila je A. FREUD u knjizi *Normality and Pathology in Childhood*, International Universities Press 1965.

¹⁴ U svom posljednjem, nedovršenom djelu, *Abriss der Psychoanalyse* (Imago Publishing Co., Ltd, London 1948) Freud 1938. govori o tome kako superego, nasljednik edipskog kompleksa, u njegovoj nužnoj likvidaciji, svojom presudjućom ulogom često biva teži od pravih roditelja. Njegova ekscesivna krutost ne stvara se prema slici realnog modela, već se u tome kako nadzire ego, daje mu red, upravlja i prijeti kaznom, zrcali intenzitet obrambene borbe, agresije potegnute protiv tendencija edipskog kompleksa. Kada se u razvoju u približno petoj godini počinje odbacivati jedna frakcija vanjskog svijeta, time što se putem identifikacije objekt integrirao u ego i postao dijelom unutarnjeg svijeta, superego nastavlja s ulogom vanjskog svijeta, što osjećamo kao savjest. Pritom integrira ne

osobine roditeljskih figura). Ta stremljenja, porijeklom od idealiziranih predodžbi o roditeljima¹⁵, u obliku ideala ega stvaraju sa superegom par, koji funkcionira i kao regulator osjećaja samopoštovanja, čije je narušavanje također u bliskom odnosu s afektima napetosti i anksioznosti.

Dinamika anksioznosti najkoherentnije je prikazana u tzv. drugoj Freudovoj teoriji anksioznosti, koja pruža mogućnost integracije s ranije sponteumim postfrojdovskim psihodinamskim konceptima. Ova teorija pretpostavlja sposobnost ega da razvije signalni strah u slučaju prijetnje opasnosti iz kojega god izvora ona dolazila, tj. da se putem principa ugone, prema kojemu svaka napetost teži rasterećenju na najniži mogući stupanj, zbog prijetnje od preplavljenosti ega pulzijama ida, javlja ublažena anksioznost kao signal egu da mobilizira obrane, bez kojih bi strah postao traumatski (što se događa u slučajevima tzv. traumatskih neuroza i u nekim psihotičnim dezintegracijama ega). Signalni strah je pojava normalne intrapsihičke dinamike¹⁶ i istodobno je karakterističan za psihoneuroze, dok kod stanja s izrazitijim poremećajem rano razvoja, s formiranjem vrlo fragilnog i nedovoljno integriranog ega, može biti nedovoljno djelotvoran, a u nekim će okolnostima i izostati (kao i u slučajevima pojave realnog straha »pred čim«, u slučaju izrazito stresnih vanjskih okolnosti, ali i tada je vjerojatno da osoba koja panikom reagira na te okolnosti nema dovoljno dobro razvijenu funkciju signalnog straha). Ego za obranu ima sve svoje funkcije, njihove svjesne i nesvjesne vidike, sve identifikacije, kapacitet za mišljenje, za samopoštovanje i ljubav. Usto, sve postoji u dinamici obrane od anksioznosti, pa i specifični sustav obrana kojima se ego primarno koristi pri

samo osobne kvalitete roditelja, već i zahtjeve socijalne okoline, njihove sklonosti, karakter i tradiciju. Tako se, misli Freud, odvija ponavljanje vrlo starih filogenetskih događaja i ujedinjuju se utjecaji sadašnjosti i prošlosti. Vanjski svijet u kojem se individua nalazi predstavlja moć sadašnjosti, id, organsku prošlost, a superego, kao »iznova došavši«, predstavlja figure prošlosti civilizacije, koje će dijete obavezno ponovno proživjeti u kratkom vijeku svojega djetinstva.

¹⁵ Što se tiče pojma *imago* i njegova odnosa s pojmom objekta, koji se u psihoanalitičkim tekstovima isprepliću ili pak razlučuju na izrazito složen način, te bi odvojeno i sukcesivno prikazivanje uzrokovalo nedopustiva pojednostavljenja, za ovu ćemo priliku napomenuti kako je izraz *imago* u mnogo bližem odnosu s pojmom nesvjesne fantazijske aktivnosti, koja prema Freudu postoji od prvih početaka života čovjeka, a priskrbuje zadovoljenje unutarnjih potreba u stadiju kada se još ne podrazumijeva psihička reprezentacija objekta, odnosno kada dojenje još ne proživljava intrapsihičko razdvajanje između subjekta i objekta. »Smjerenje fantazma je prema majci, potom prema ocu, i dijete će introjicirati materinski i očinski imago identificirajući se s njima. Radi se o nesvjesnom procesu kojim subjekt teži nadoknaditi svoju želju, a također ponovo vratiti onaj dio ljubavi prema sebi koji je investirao u vanjski svijet. Tom procesu idealizacije materinskog i očinskog imaga psihoanalitičari daju ime *imago*.« Razvojem afektivne ambivalencije, stvara se i imago loše majke (djelovanjem agresivnih pulzija), a generacijskim konfliktom i dva suprotstavljena imaga oca, oca zaštitnika i oca osvetnika. (Vidi u: »La psychoanalyse«, *Encyclopédie Du Monde Actuel*, ed. Ch. — H. Favrod, Le Livre de Poche, Paris 1975, str. 122 i 123.)

¹⁶ Prema Fenichelu, *nav. djelo*, svaki čovjek neprekidno osjeća male »signale savjesti« koji reguliraju ponašanje i određuju ono što se naziva raspoloženjem.

anticipaciji opasnosti, a koje je razradila Anna Freud.¹⁷ Među njima su opće poznate obrane kao što su potiskivanje, regresija, projekcija, sublimacija i identifikacija, koja nije samo obrana već i vidik razvojnog psihičkog procesa. (Slično se i sublimacija u psihoanalitičkoj literaturi ne razmatra samo kao obrana već kao najoptimalniji ishod nesvjesne instinktno-dinamičke.)

Važno je još ukratko objasniti što se u psihoanalitičkoj terminologiji podrazumijeva pod »situacijama opasnosti«, čije anticipiranje mobilizira ego a stvara signalni strah. U toku čovjekova psihološkog razvoja pretpostavlja se postojanje četiriju tipova takvih situacija, koje su potom temelj ostalim čovjekovim iskustvima povezanim s doživljavanjem straha i patnje. Prva je strah od »gubitka objekta« (u psihodinamskom smislu te riječi — vidi bilješku 10), koji se tipično javlja u okolnostima separacije ili prijetnje separacijom (pritom je separacija — odvajanje — najčešće fizička ali je moguće da bude i samo psihička; primjerice, u odnosu djeteta i izrazito depresivne majke koja, povučena u sebe, kao da za dijete psihički »ne postoji«). Dijete je za takve doživljaje najranjivije od rođenja do približno šesnaestog mjeseca života, pa i cijele druge godine, kada je u toku, ali se još dovoljno stabilno ne uspostavlja, tzv. konstantnost objekta (sposobnost djeteta da zamišlja majku — objekt — i doživljava kao dio vlastite psihičke strukture i u okolnostima njezina realnog odsustva). Katkada se kaže da je riječ o gubitku voljenog objekta, premda je tu na mjestu opaska kako je u razdoblju najranijeg djetinjstva teško govoriti o tako »kompleksnom osjećaju kao što je ljubav«.

Druga opasnost se karakteristično javlja u drugoj i trećoj godini života, kada je za dijete najveći izvor straha prijetnja »gubitka ljubavi objekta« u okolnostima kada je osoba — izvor zadovoljstva i sigurnosti — fizički ili u predodžbi djeteta, prisutna, ali zbog bilo kojih oblika neusklađenosti, posebice ako jačaju agresivne pulzije (u tome razdoblju kod djeteta je dominantan zamah motoričkog razvoja koji je na složen način povezan s agresijom, a tu su još neki razvojni zadaci, npr. postizanje čistoće, potiču se prkos, nezadovoljstvo, pa i bijes, a time i pojačavanje agresivnih fantazija prema objektu), djetetu prijeti smanjenje ljubavi i uvažavanja.

Daljnja tipična opasnost u središtu je psihičke dinamike od treće do pete godine života, a predstavlja strah od gubitka penisa za dječaka i strah od kakve tjelesne povrede za djevojčicu, tzv. kastracijski strah, koji je u vezi sa masturbacijskim fantazijama i radnjama i sa složenim osjećajima djeteta prema suprotnospolnom roditelju (tzv. edipski kompleks u psihoanalitičkoj terminologiji i poimanju unutar obiteljskih biološki određenih i civilizacijski uvjetovanih odnosa). Kasnije, sve životne okolnosti u kojima se asocira stvarna ili simbolička tjelesna povreda mogu aktivirati kastracijski strah ako edipski konflikt nije zadovoljavajuće riješen (odustajanjem od instinktnih zahtjeva prema roditelju suprotna spola i identifikacijom u svom najjednostavnijem obliku sa istospolnim roditeljem). Prema nekim eksperimentalnim istraživanjima snova, utvrđeno je da u normalnoj populaciji kod muškaraca ima znat-

¹⁷ Konceptiju mehanizama obrane razradila je A. FREUD 1936; vidi u: *Das Ich und die Abwehrmechanismen*, Kindler Verlag, München.

no više kastracijskih elemenata nego u snovima žena. Valja ipak naglasiti da se izrazi kastracija, kastrativna prijetnja i kastracijski strah rabe u širem smislu (dosljedno, psihoanalitički stav i smrtnu prijetnju simbolički izjednačava s kastracijom, a također i prijetnju ludila), pa se tim izrazima označava gotovo svaka prijetnja kojom superego kažnjava ego. Tu postoji veza s posljednjom opasnošću koja se izražava pojavom osjećaja krivnje, neodobravanja i kazne od strane superega, što je od pete ili šeste godine nadalje, na sve višim razvojnim stupnjevima, temelj čovjekovoj savjesti i strahu od nje, sa svim složenim odnosima koje u općoj ljudskoj egzistenciji savjest potiče, oblikuje, održava i preuređuje.

Na današnjem stupnju psihodinamske teorije kao psihologije ličnosti i kao psihoterapijske tehnike bitno je u vezi s izvoristom i dinamičkom anksioznosti stalno imati na umu kvalitetu i razinu pristignutog objektivnog odnosa koji se kao temelj oblikuje u prvoj i sljedeće dvije do tri godine života, a kasnije se dograđuje, učvršćuje ali i dinamički prelazi u smislu sve viših razina pounutarnjenja (internalizacija) ako dobra iskustva s objektom prevladavaju nad lošima i tako postaju pouzdani vidik vlastite psihičke grade, na temelju kapaciteta za ljubav i strukturnog osiguranja protiv patološke anksioznosti kao trajnog ili povremenog izvora patnje.¹⁸ U tim okvirima nezaobilazna je koncepcija britanske psihoanalitičarke M. Klein (začetnice tzv. klajnijanske škole, s čime u vezi postoje mnoga oprečna stajališta, ali se čini da su ovdje spomenute koncepcije postale trajno vrijedan prinos razumijevanju tzv. progonsvene anksioznosti, kao najarhaičnijeg modela anksioznosti, i u njezinu širem, antropolozijskom, i u psihopatolozijskom značenju) o shizo-paranoidnoj i depresivnoj poziciji unutar prvih šest mjeseci života, a koju je u svoju terapiju objektivnih odnosa uključio W. R. Fairbairn, škotski psihoanalitičar (vidi bilješku 10). U prvoj, paranoidnoj poziciji, negdje u trećem mjesecu života, loša iskustva od objekta koji osim zadovoljenja (hrana, njega, toplina) pruža djetetu i doživljaj frustracije, uskrate, što je također nužno i neminovno iskustvo dojenčeta, projiciraju se, »izbacuju« izvan sfere doživljaja sebe i tako se poništavaju u fantaziji kao sastavni dio vlastita iskustva. U drugoj depresivnoj poziciji, približno u šestom mjesecu života, loša se kao i dobra iskustva doživljavaju kao da su smještene u istom objektu unutar sfere doživljaja sebe, s pojavom »fiziološke« depresije i anksioznosti zbog fantazija o mogućem uništenju ob-

¹⁸ Francuski psihoanalitičar D. LAGACHE u svojoj knjizi *La Folle du Logis. La psychanalyse comme science exacte*, Oeuvres VI, 1964 – 1968. Bibliothegue de psychanalyse, Presses Universitaires de France, Paris 1986, u kojoj se, među ostalim, bavi i odnosom između svjesne i nesvjesne fantazije, na str. 21 kaže: »To je nadasve slučaj i s anksioznosti, za koju su fenomenolozi govorili da je 'strah ni od čega' (Karl Jaspers); dospjelo bi se tako do neke vrste fenomenološke nakaze, znanja o 'intenciji' koja ne bi bila svjesnost o nekoj stvari«; pravo rekavši, psihoanalitičko istraživanje isto kao i fenomenolozijska eksploracija, ograničiviši se na to da anksioznost ponovno smjesti u svoj življeni kontekst, pokazuju kako egzistira jedna fantazmatika anksioznosti i kako bi se s tog naslova anksioznost mogla poimati kao afektivni ekvivalent fantazma gubitka objekta i identifikacija, komadanja osobnog svijeta i vlastitog tijela, i kako joj psihoanalitičko istraživanje to redovito može pridati kao značenje. Tako nas studija odnosa između afekta i fantazije vodi do odnosa između fantazije i objekta.

jekta kao cjeline, nakon uništenja njegovih loših vidova u prethodnoj poziciji. Drugim riječima, dijete sada loša iskustva osjeća kao »opasni« dio sebe, koji sadržava agresivni, ugrožavajući, anksiozni element. Te rane psihologijske paradigme progonstvene anksioznosti i depresije nalazimo kasnije aktivirane u tzv. graničnim strukturama ličnosti, u stjecanju za njih nepovoljnih psiholoških okolnosti, a posebice u užasavajućim strahovima tipa »propasti svijeta« i razgradnje vlastite osobnosti shizofrenih bolesnika, najčešće u početnim psihotičnim slomovima. Te rane aspekte stvaranja objektivnog odnosa dopunjuje i pojam »prijelaznog objekta« britanskog psihoanalitičara i pedijatra D. R. Winnicotta, kao i pojam »dovoljno dobrog majčinstva«, koje dopušta da se djetetovo dobro osjećanje zrcali iz majčina pogleda, stava, »holdinga«, emocionalnog prihvatanja. To je djetetu bedem protiv ugrožavajućih doživljaja u »stranom« svijetu, što čini i temelj uspostavljanju prijelaznog objekta simboliziranog kakvom mekom igračkom, pokrivačem i sličnim, što tješi dijete u odsutnosti majke, sadržavajući elemente majke kao dijela vanjskoga svijeta i njezine unutarnje slike kao dijela »sebstva« djeteta. Smatra se da takvi »tranzitorni fenomeni« u širem smislu čine osnovu za kasniji kulturni život čovjeka u onome njegovu vidiku koji je ovisan o afektivnim stanjima, pa tako i s otpornošću ili pak podložnosti razvijanju straha. Važno je još u tom kontekstu afektivnog razvoja ličnosti ukazati i na Bionov (engleski psihoanalitičar) par pojmova »container – contained« (sadržavajući – sadržani), koji pretpostavlja materinski kapacitet za »sadržavanje« kao jedan od temelja čovjekovoj sigurnosti i sposobnosti za obranu od dezintegrirajućih strahova (djetetovih loših iskustava, koje majka prima u sebe i tako oslobađa dijete, rečeno vrlo pojednostavljeno).

Teorija separacije – individuacije američke psihoanalitičarke M. Mahler bitan je sastavni dio suvremene psihodinamske teorije, a bavi se jednim od najvažnijih razvojnih vidika psihološkog života – stvaranjem čovjekove psihičke autonomije separacijskim procesima iz prvobitne »svemoćne« simbioze s primarnim objektom. Budući da ti separacijski (individuacijski) procesi i u najpovoljnijim okolnostima sadrže elemente anksioznosti (već smo govorili o pojmu separacijskog straha, koji je jedan od osnovnih ljudskih strahova), u slučaju manje povoljnog odvijanja oni brzo postaju poticaj za pojavu jakih pa i nepodnošljivih anksioznosti. Empatijski stav majke podupire manje bolno, postupno odvajanje, ublaženo, odmjeravano u skladu s djetetovim prirodnim kapacitetima da se odvoji, koji su uvijek i individualno određeni. Osobito je važno da majka može dobro emocionalno prihvatiti i djetetov »odlazak« (podupiran razvojem motorike i konstruktivnog vidika agresije) i ponovo približavanje u mnogostрукim varijacijama, kako bi obnovilo »libidno punjenje« i potom dalje slijedilo svoj razvoj, bez opasnosti da će biti (nesvjesno) odbačeno i prepušteno agresivnoj vlastitoj fantazijskoj aktivnosti zbog nesvjesnog doživljavanja ugroženosti od lošeg objekta, koji prijete odbacivanjem i preranim isključivanjem iz još djelomično potrebne simbiotske zaštite. Obratno, predugo zadržavanje u simbiozi čini dijete izrazito osjetljivim na kasnije zahtjeve za samostalnošću pa ga tako izlaže anksioznosti zbog odvajanja na koje psihološki nije bilo spremno. Samo uzgred, iako ne zbog manje važnosti, spomenimo separirajuću ulogu

oca u tim procesima, odnosno spoznaju da je dobro i usklađeno roditeljstvo bitan element u rastu i razvoju čovjeka. Valja još istaknuti da su separacijski strahovi pod različitim konceptijskim pristupima potvrđivani u neposrednim istraživanjima rane razvojne dobi, a uvijek iznova pronalazeni u psihoterapijama djece, adolescenata i odraslih osoba, u vrlo različitim odnosima s ostalim stanjima anksioznosti, kako ih razumijemo iz postavki psihodinamske teorije.¹⁹

Strah savjesti

Sada bismo se još posebno osvrnuli na specifični pojavni oblik straha od superega, na strah savjesti, koji se često izražava mučnim osjećajem krivnje. (Strah je u ovom slučaju na složen način preobražen u osjećaj krivnje.) Strah savjesnih osoba psihodinamski se svodi na strah od »kazne superega« odnosno od »gubitka ljubavi superega«. Nije riječ o strahu od realne kazne već o strahu od mogućnosti kazne koja je u nama, introjicirana. Zabranjena želja može se sakriti od vanjskih autoriteta, ali ne i od superega (kao i zabranjena mržnja, »zla namjera«, agresija vezana uz unutarne reprezentacije autoriteta). Razrješavanje ove »moralne anksioznosti« ide od agresije do identifikacije s autoritetom ili specifičnog oblika »udruživanja« s njim u psihičkom smislu, što znači da prevladavaju libidne investicije (ljubavi) u dinamici odnosa s unutaršnjim autoritetom i prihvaćanja Zakona kao osobnog opredjeljenja. Podsjetimo se ovdje još jednom da izvorna strogost superega ne reproducira strogost realnih roditelja, već odražava djetetovu agresiju prema objektu zbog doživljenih uskrata na putu pribavljanja zadovoljenja. Vezano za strah od kazne je i iskustvo stjecanja oprosta kaznom što dovodi do znatnog rasterećenja tjeskobe, a kod mazohističkih struktura može se javiti čak specifičan osjećaj zadovoljstva.²⁰ U odnosu prema drugim ljudima pojavljuje se određeni opseg »socijalnog straha«, jer su nam postupci trajno izloženi provjeri i kritici drugih ljudi. Općenito se može reći da će osoba to manje upravljati svoje ponašanje prema očekivnjima iz socijalne okoline što je potpunije introjiciran strah od superega, i to u njegovom manje krutom obliku; većina »normalnih« odraslih osoba koje se upravljaju prema idealu ega nema tako snažnu potrebu za naklonošću i

¹⁹ Ovak prikaz – skica osnovne strukture, dinamike i funkcioniranja ličnosti predstavlja »opća mjesta« suvremenih sastavnica psihodinamske teorije i sažeti su i pojednostavljeni iskaz onoga što psihoterapeut pokušava razumjeti i za čim traga u susretu s osobom koja pokazuje anksioznosti. Čitatelja upućujemo na još neka temeljna djela o tim pitanjima, osim već navedenih, kao i na dostupne prijevode na našem jeziku: Ch. BRENNER, *An Elementary Textbook of Psychoanalysis*, International Universities Press, Inc., New York 1955; M. S. MAHLER, *On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation*, International Universities Press, New York 1968; D. W. WINNICOTT, *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*, International Universities Press, New York 1965. U biblioteci »psiha« (Naprijed, Zagreb), vidi knjige: G. i R. BLANCK, *Ego-psihologija*, 1985; M. KLEIN, *Zavist i zahvalnost*, 1983; D. W. WINNICOTT, *Dijete, obitelj i vanjski svijet*, 1980.

²⁰ Nije rijetkost u kazneno-popravnim domovima susresti ljude (koji nisu psihopatske osobe) koji vrlo uvjerljivo iznose osjećaj olakšanja koji je nastupio izricanjem kazne i odlaskom u zatvor.

odobravanjem okoline, već više za potvrdom u onom pogledu koji se slaže s vlastitim stavovima. Čvrst, siguran, dosljedan i što je moguće manje ambivalentan odgoj, s postavljanjem granica djetetovim prekomjernim agresivnim (ali i libidnim) potrebama, osigurat će optimalne uvjete razvoju odgovorne osobe, bez prekomjernog samosumnjičenja, prisilnih kopkanja i istraživanja po vlastitoj savjesti, koja više upozoravaju na nesvjesne agresivne porive i obranu od njih nego na toleranciju i brigu u odnosu s drugim ljudima u svom socijalnom okruženju.

Egzistencijalni strah

Premda nema neposrednog uporišta u psihodinamskoj teoriji, a neki mu i odriču postojanje, dotaći ćemo se egzistencijalnog straha, jer bi ga bilo teško negirati u okolnostima opažanim i u psihijatrijskim okvirima – kada su u samom postojanju prekoračene granice sigurnosti, a ne mogu se dokučiti drugi izvori do same činjenice »bačenosti u svijet«.²¹ Separacijski strah i strah od smrti kao njegova kulminacija, prema egzistencijalističkom konceptu, mogu se promatrati pod dvostrukim vidikom: kao imanentni životu i transcendentni u odnosu na život. Prvi, kao odraz opće prolaznosti, nerazdvojan je od aspekta postojanja, dok u odnosu na život transcendentna, »potpuna smrt«, u smislu J. E. Meyera, nije predstavljiva, ali može biti predmetom »jedne misleće, vjerujuće, pa i bojeće se egzistencijalne pozicije«.²² Strah od smrti imati će različitu di-

²¹ Prema Heideggeru, spoznaja tog »dogadaja« izvori je straha koji uz krivnju postaje temelj ljudskog bivstovanja. To se dovodi u vezu, prema filozofiji egzistencije, s nasiljem novovjekog čovjeka nad bitkom, zbog njegove subjektivističke, antropologističke i nihilističke orijentacije, čime ostaje »bez zavičaja«, »stranac u tuđini«. Poznato je da se Heidegger ograđivao od egzistencijalizma, kao i od nekih fenomenoloških pristupa svojoj filozofskoj misli, a ispitivanje egzistencije u vremenitosti, tj. pitanje o ljudskom postojanju (Dasein), služi kao primjereni pristup pitanju samom bitku. Otuda, iako se u tome smislu češće citira, Heideggerove postavke u manjoj su mjeri mogle dovesti do operacionalizacije nekih terapijskih tehnika egzistencijalno humanističke orijentacije, s naglaskom na aktualnom događaju (ovdje i sada).

U znatno bližu vezu s psihijatrijskim modelom mišljenja može se dovesti Kierkegaardova analiza specifične ljudske činjenice »egzistencije« – sa svim uvažavanjem razlika između filozofskog shvaćanja i medicinske struke – i smisao izraza, prema kojemu »apstraktno ne egzistira«, a »subjektivnost je istina«.

Misli se da je Kierkegaardova pobuna protiv despotnog autoriteta oca dovela do iznimno dubokog poniranja u vlastitu dušu, nalazeći pritom »strah, stid i očajanje«.

²² W. von BAEYER u nav. članku Meyerovoj tezi o nepredstavljivosti vlastite smrti suprotstavlja Gebattelovu tezu o postojanju komunikacije s pravcem smrti u sklopu postojanja (Dasein), i to u obliku neodređenog straha u kome se iznutra opaža i svoje poznavanje ne-postojanja. Unutar psihopatologije to se opaža u obliku teških kriza i ustrašnih snova, koji se pokušavaju predujmiti putem prisilnih rituala ili ovisničkih načela ponašanja. Autor se slaže s Gebattelom: iako je transcendentan životu, pojam smrti ostaje racionalno nedohvatna tajna, pomisljiva jedino u vjerovanju u uskrснуće; od zrelog čovjeka očekuje da se postavi u okviru svojega poziva, egzistencijalno se na taj način ponašajući naspram svoje transcendentne smrti. Prema Meyerovu mišljenju, danas na mjestu straha od smrti stoji strah od umiranja.

Poznato je također prvobitno Freudovo stajalište da smrt nema reprezentacije u nesvjesnom. U svojoj kasnoj djelomičnoj reformulaciji teorije pretposta-

menziju, ovisno o individualnom i kolektivnom iskustvu i sustavu vjeronjavanja. (Vrlo religiozan čovjek vjeroravno neće imati strah od smrti, ali će možda imati strah od pakla.) Strah od smrti mogao bi se svesti na drugu egzistencijalnu kategoriju straha od ništa (Jaspers), a dalje pak na strah od zaborava, što tjera čovjeka da nešto ostavi iza sebe. Prema Jerotičevu mišljenju, uprvo strahovi od ništa i od zaborava mogu poslužiti kao »moćni podsticaji na individuaciju i stvaranje«. ²³

Klinička praksa

U kliničkoj praksi sa strahom i anksioznošću susrećemo se u brojnim psihičkim poremećajima i bolestima. ²⁴

Tako u početku endogenog (shizofrenog) procesa neke osobito senzibilne i inteligentne osobe mogu sa strahom zamijetiti neka neobična događanja u vlastitu psihičkom životu, prve znakove buduće bolesti koju je Bleuler tako ispravno nazvao shizofrenija (grčki shizein znači cijepati): doživljaj cijepanja psihičkog integriteta i osobnosti što izaziva strah od gubitka razuma. (Prije se vjerovalo da oni koji iskazuju strah od ludila nikada neće poludjeti i da je to fobički neurotski strah, no u nekim slučajevima takva predviđanja odražavaju sposobnost iznijansirane introspekcije pa se i ostvare.) Poslije, kada se shizofrenija već jasno formira kao bolest, javljaju se strahovi psihotičnog karaktera (među kojima je karakterističan jak strah što prati fantazam »propasti svijeta«, potom strah od utjecaja drugih ljudi, aparata, natprirodnih sila, od krađe misli, trovanja i dr.), ali se strahovi mogu i »razriješiti« stvaranjem obrane ega u vidu autističnog svijeta, s iracionalnom intrapsihičkom »obnovom« izgubljenih objekata, što može biti i smisao sumanutih doživljavanja.

Depresivni bolesnici ne moraju manifestno izražavati strah, ali gotovo u pravilu imaju jak osjećaj krivnje (prije smo spomenuli preobrazbu straha u krivnju), koja može tako prožimati osobu da potpuno potisne strah od smrti, koja se čak priželjkuje kao jedino i konačno »izbavljenje« od patnje.

Mnoga psihotična stanja koja nisu duševne bolesti u užem smislu riječi često su praćena vrlo izraženim strahom. Tako bolesnici u delirium tremensu (psihička komplikacija zbog alkoholizma) mogu imati strah zbog vidnih i taktilnih halucinacija ugrožavajućeg sadržaja. Isto tako, osobe u patološki opitom stanju mogu halucinantno doživljavati okolinu, imati osjećaj životne ugroženosti, na koju u »samoobrani« reagiraju veoma agresivno, što može uzrokovati teške krivične delikte, a

vio je postojanje instinkta smrti koji život vuče u neorgansko stanje. M. Klein, prihvaćajući postojanje pulzija smrti, usklađuje taj stav sa svojim analitičkim istraživanjima djece i psihotičnih osoba, koja su je upozoravala na to da u nesvjesnom postoji strah od poništenja života, u čemu vidi i primarni uzrok anksioznosti.

²³ Vidi niz poticajnih refleksija u: V. JEROTIĆ, *Neuroza kao izazov*, Medicinska knjiga, Beograd—Zagreb 1984.

²⁴ U našoj kulturi i danas ono čime se psihijatrija bavi izaziva iracionalni strah od ludila, gubitka razuma, odnosno gubitka kontrole nad mislima i postupcima, što uz mnoge predrasude uvjetuje pretežno negativan stav društva prema duševnoj bolesti, duševnom bolesniku pa i prema psihijatriji.

što je predmet sudskopsihijatrijske prakse.²⁵ I u ostalim stanjima pomućene ili sužene svijesti (npr. zbog posljedica raznih intoksikacija gljivama, lijekovima, zbog febrilnih stanja ili droge) mogu se očitovati strah i tjeskoba promjenljivog intenziteta.

Prije spomenutim teorijskim razmatranjima najčešće se koristimo u kliničkoj praksi pri razumijevanju neuroza, psihičkih poremećaja bez organskog uzroka, od kojih pati približno 15% populacije. Razlikuje se više oblika neuroze u kojima je strah prisutan u različitom intenzitetu: od potpuno potisnutog i »konvertiranog« u neurotski, histerični simptom, kao što je to slučaj u »klasičnoj« konverzivnoj neurozi ili histeriji, pa do onih oblika neuroze kad su strah i tjeskoba osnovni simptomi (anksiozna neuroza, fobije). U spomenutoj konverzivnoj neurozi određeni emocionalni kompleks »pretvorio« se u neki tjelesni simptom. U tom simptomu, koji simbolično može značiti »ispunjenje« nesvjesne želje iz ida, i istovremeno kaznu zbog želje (kljenut ruke, teškoća ili nemogućnost hoda ili govora, teškoće pri gutanju, disanju i drugo) »utopio« se i strah koji je pratio spomenuti kompleks, tako da su te osobe upravo i uočljive prema tome što su »gotovo sretne« (la belle indifference) jer su — laicima se tako čini — teško bolesne. U hipohondrijskom obliku neuroze dominira strah i uvjerenost u ozbiljno organsko oboljenje, a u neurasteniji, u kojoj su jače izraženi simptomi vegetativnog živčanog sustava, javlja se difuzna anksioznost. Kod prisilne ili opsesivno-kompulzivne neuroze karakteristične su prisilne misli ili radnje koje bolesnik mora — često beskrajno — ponavljati (bez shvatljiva razloga) ili mu se pak neke misli ili ideje opsesivno nameću. Simptomi imaju simoblično značenje i njihovo ispunjenje štiti bolesnika od nečeg nepoznatog ali opasnog, ugrožavajućeg i kažnjivog, pa ako se ne bi učinile neke prisilne

²⁵ Sudska (forenzička) psihijatrija susreće se s fenomenom straha u vise aspektata. Strah koji prati neugodna psihotična doživljavanja, pa i sam ima »psihotičnu kvalitetu«, može toliko preplaviti ego da osoba zbog tog straha učini krivično djelo u stanju u kojemu »nije mogla shvatiti značenje svog djela ili nije mogla upravljati svojim postupcima« (stanje neuračunljivosti). Procjena kvalitete i intenziteta straha te njegova utjecaja na ponašanje u takvim slučajevima stvar je forenzičkog psihijatra. Osim što strah može biti pokretač krivičnog djela, on može biti uzrok nečinjenju (neobavljanju) neke radnje, što može imati vrlo nepovoljne posljedice za bolesnika i njegovu okolinu. Zbog straha pojedinac može činiti i određene pravne radnje (davanje otkaza, sklapanje kojekakvih ugovora i slično) koji su suprotni njegovim interesima. Sve to može biti (i često je) predmet sudskopsihijatrijskog vještačenja. U forenzičkoj psihijatriji (i pravu) o strahu se posebno govori kada se raspravlja o neimovinskoj šteti. Psihijatrijsko vještačenje kvalitete, intenziteta i trajanja straha (npr. posljedica prometnog udesa, ozljede na radu, kod fizičkog sukoba i sl.) iznimno je komplicirano. Ovdje se o tome ne može govoriti čak ni općenito, pa samo napominjemo da je uobičajeno govoriti o tzv. primarnom (onaj strah koji nastaje odmah, u samoj situaciji ugroženosti) i sekundarnom strahu. Intenzitet i trajanje straha ovise o brojnim okolnostima, a posebno treba da se naglasi značenje strukture ličnosti oštećenoga. Uobičajno je u forenzičkoj praksi primarni strah stupnjevati (jakog, srednje jakog i slabog intenziteta), a sekundarni strah i njegove posljedice opisivati. (Zainteresiranog čitatelja upućujemo da se o tome detaljnije raspravlja u: B. KAPAMADŽIJA, »Psihijatrijsko vještačenje neimovinske štete«, i M. BRKIĆ, »Medicinsko vještačenje u sudskoj praksi«, oba rada u *Medicinska vještačenja u sudskoj praksi*, Zagreb 1976.)

radnje, javlja se vrlo intenzivna anksioznost (porijeklom od krutog i kažnjavajućeg superega — savjesti) koja osobu sili na »besmislenu« akciju. Depresivnu neurozu prati i određeni — katkad vrlo visok — stupanj anksioznosti, pa se u kliničkoj praksi obično i susrećemo, posebice kod reaktivnih stanja uzrokovanih nekim stresnim događajem, sa složenim anksiozno-depresivnim sindromom.

Strah i tjeskoba su, kako je spomenuto, dominantni simptomi u anksioznoj neurozi (neurozi straha) i u fobijama.

U anksioznoj neurozi anksioznost nije povezana s određenim sadržajem (porijeklo neuroze je i inače u nesvjesnom), već se radi o »slobodnolebdećem strahu«, spremnom da se poveže s bilo kojom predodžbom, objektom ili situacijom. Javlja se i »strah od straha« i stvara zatvoreni krug. Anksiozna neuroza u naše je vrijeme u porastu*, o čemu izvještavaju i evropski, ali posebno američki autori, nalazeći zapravo »stahje opće anksioznosti«, iz čega se mogu razviti ili neke specifične fobije ili pak panični napadi.

U neurozi straha osoba silno želi pronaći neki organski razlog za svoju tjeskobu, pa ako bi se takav »našao« (i vezao lebdeći strah), javilo bi se kratkotrajnije poboljšanje. Zbog toga, a i zbog straha od psihijatrijskog, ti bolesnici češće traže pomoć liječnika somatske medicine nego psihijata. Tako u Engleskoj tek svaki četvrti bolesnik zatraži pomoć psihijatra. (Ta stanja valja razlikovati od »akutnih reakcija straha« na stvarnu i ugrožavajuću opasnost.) U stanjima kada anksioznost preplavi osobu koja ostane bez obrane, govorimo o paniči. Najčešći je strah od smrti, vezan za kakvu srčanu senzaciju. Bez obzira što objektivno ne postoji životna ugroženost, treba vjerovati da je bolesnik subjektivno u tom trenutku doista »između života i smrti«. Ti su bolesnici vrlo česti posjetioci ambulante hitne pomoći ili kardiološke ambulante, u grčevitoj potrebi da ih se spasi i zaštiti, što se kakvim lijekom i može postići, ali na kratko, do sljedećeg ataka.

Fobije

Posebno zanimanje u sklopu naše teme privlače neurotski poremećaji koje zovemo fobije.²⁶ Osnovni simptom je strah koji se u fobiji upravo ekstremno izražava, ali vrlo selektivno za svakog bolesnika, isključivo u susretu s »izvorom« njegova straha. Strah se od neurotskog konflikta oslobađa premještanjem i vezivanjem za simptom, odnosno fobičnu situaciju, koju bolesnik potom može izbjegavati i tako čuvati ego od preplavljenosti strahom. Ono čega se fobična osoba boji nesvjesna su nagonska stremljenja koja superego odbacuje, predstavljena simbolično u opasnoj vanjskoj situaciji. Najčešće su to strahovi od određene okolnosti, predmeta ili životinja. U literaturi se može naći oko 200 različitih fobija, imenovanih prema grčkom nazivlju. Prema Nastoviću, najčešće su ove fobije:

a) fobije od otvorena prostora — osoba ne smije iz kuće sama, a

* U tekstu je već bilo riječi o »proboju« anksioznosti u današnje vrijeme.

²⁶ Phobos, sin boga rata Aresa i boginje ljubavi i ljepote Afrodite, utjelovljenje je straha, a s bratom Dejmonom prati oca u svim ratovima, čini se i dan-danas...

- fobija nestaje kad takvu osobu prati bilo tko, čak i malo dijete pa katkad i pas;
- b) fobije od zatvorena prostora (najčešće kino, kazalište, dizalo i drugo);
 - c) fobije od predmeta simboličnog karaktera (noževi, škare, šiljasti predmeti — sve što bi moglo »kastriirati«);
 - d) fobije od životinja.²⁷

Prema psihodinamskoj teoriji, o fobijama bi se radilo samo onda kada neurotski konflikt nađe razrješenje u fobiji kao neurotskom simptomu, a mnogi strahovi koje također zovemo fobijama zapravo su, dinamski gledano, sasvim druge prirode, obično preuzeti od roditelja ili drugih osoba ili je pak riječ o kakvoj drugoj ugroženosti izvan neurotskog konflikta, što ne znači da nesvjesni strah u takvoj fobičnoj pojavi nema možda još i dublji i arhaičniji temelj nego što je to u neurotskih fobija (npr. strah od raka, side i dr.). Fobije katkad mogu osobu učiniti pravim socijalnim invalidom

Još neke napomene i zaključak

Posebno bi zbog učestalosti trebalo spomenuti strah od škole i ispita. Strah od škole češći je u početku školovanja (prvi razred osnovne škole) i tada se temelji na strahu od odvajanja, tj. na strahu od stranih okolnosti i osoba koje se doživljavaju ugrožavajućima. Kod starije djece i adolescencata taj strah može prijeći u strah od ispita. Psihodinamski gledano, kod straha od ispita riječ je o slabom samopoštovanju i neurotičnom strahu od autoriteta. Strah od ispita i inače je uvijek prisutan, bez obzira na dob, jer se čovjek stavlja u testnu situaciju, na koju se u našoj kulturi gleda kao na posebno vrijedan »događaj«. Prema jednom istraživanju, nađeno je da 92,7% studenata ima strah od ispita, od kojih svaki peti-šesti (18,6%) takvog intenziteta da ga to sprečava u normalnu školovanju.²⁸

Konačno, valja spomenuti i tzv. jatrogeno uvjetovane strahove, koje u pacijentu može izazvati liječnik svojom zabrinutošću, davanjem velikog značenja nekom nalazu, njegovom pogrešnom interpretacijom ili

²⁷ Upravo analizom ponašanja petogodišnjeg dječaka Hansa, koji se bojao ugriza konja, Freud je i spoznao da se dječak zapravo boji kazne od »brkatog oca« (kastriacijski strah), što je simbolično pretvorio u strah od ugriza konja. Poslije su i mnogi drugi analitičari mogli naći sličnu simboliku između straha od nekih životinja i straha od oca. Katkada se, međutim, unatoč »hiperintelektualnoj akrobatici« ne može naći zadovoljavajuće rješenje. Kad je riječ o razumijevanju straha od životinja, treba da spomenemo još jednog dječaka, jedanaestogodišnjeg Alberta, koji je ušao u povijest bihevioralnog eksperimenta. Naime Watson i Raynor su 1920. godine eksperimentirali s Albertom tako što su mu, dok se bezbrižno igrao s psima, kunićima, i bijelim štakorima, svakiput kad bi dodirnuo bijelog štakora, puštali neugodnu buku koja je plašila dječaka. Poslije nekoliko takvih pokušaja dječak se počeo plašiti štakora i kad nije čuo buku. Taj strah je u punom intenzitetu prenio i na kunića, a nešto manje na psa. Takvo uvjetovanje ne nalazi se u neurotičnim fobijama, čiji je nastanak vrlo složen, kako je djelomice prikazano.

²⁸ Lj. ERIĆ, *Strah od ispita*, Medicinska knjiga, Beograd—Zagreb, 1977.

kakvim neodmjerenim izrazom, primjerice »Gdje ste bili dosada?« i slično.

Premda smo strahu pristupili više s psihijatrijskog aspekta, sigurno je da određeni stupanj tjeskobe prati svakog bolesnika, o čemu bi svaki liječnik morao voditi računa. Ako je riječ o neurotskom strahu, terapija izbora bit će svakako jedan od oblika psihoterapije, pri čemu se bolesnika i njegov strah promatra u kontekstu svih ostalih znakova, poremećaja ili bolesti. (Ako je riječ o izoliranom strahu, smatra se da su uspješne različite bihevioralne tehnike.) U mnogim slučajevima bit će korisna i kratkotrajna primjena psihofarmaka (obično iz skupine benzodiazepina), pri čemu treba biti oprezan jer gotovo svi ti lijekovi prije ili kasnije izazivaju ovisnost. Bez obzira koji ćemo pristup i terapijsku tehniku odabrati, uspješnost liječenja, osim što ovisi o naravi straha i anksioznosti, bit će razmjerna i našem zanimanju, razumijevanju i empatiji koju pokazujemo prema osobi koja se plaši, odnosno o našem terapijskom kapacitetu za zadržavanje (straha), ali i o mogućnosti (koja je uvjetovana mnogim činiteljima) anksiozne osobe da primi razumijevanje i brigu kao dobro iskustvo koje će je prožeti i pomoći joj da prevlada razarajući doživljaj unutarne ugroženosti.

FEAR — PSYCHIATRIC PERSPECTIVES

Summary

The authors discuss fear from the theoretical and clinical aspects of psychiatry. In an attempt to understand the phenomenon of pathological fear, contemporary theories and experience are taken into account, differentiating such fear from that having a basis in reality. Anxiety signals are discussed which stimulate the ego to mobilize defense in dangerous situations. The significance of fear arising from the super ego (from the conscience) is discussed separately. An elaboration is presented on real and existential fear.

Fear as a source of suffering is examined in the clinical context, with particular attention to disorders and psychiatric disturbances in which fear is the dominant symptom (especially in anxiety and phobic neuroses). Several therapeutic approaches are mentioned.