

*Mihalj Szentmartoni*

## LJUBOMORA

### *Uvod*

Kao predmet mnogih drama, romana i šala, ljubomora spada među one životne pojave za koje smatramo da se — na zanimljiv način — uvijek događaju drugima. Do onog časa dok i sami ne postanemo žrtva tog tajanstvenog osjećaja. No onda čovjek više ne može objektivno, smireno razmišljati i analizirati to što se s njime i u njemu zbiva; nedostatak uvida u sebe spada u bitne oznake ljubomore. Možda je to jedan od razloga da o ljubomori nalazimo malo, gotovo ništa studija, čak ni u svjetskim stručnim časopisima. Onaj tko nije imao iskustvo ljubomore, ne usudi se pisati o njoj; onaj koji je proživljava, ne može pisati o njoj; a onaj koji ju je doživio i preživio, smatra pametnijim ne vraćati se na tu temu.

Ipak, treba govoriti i o ljubomori. Možda je do određene mjere demitizirati kako bismo se tako mogli pripremiti na budućnost koja među ostalim svojim prijetnjama stalno ima u rezervi i sablast ljubomore. Ovo predavanje temelji se u prvom redu na istraživanjima drugih, no uz to ću pokušati osvijetliti neke pojave i na temelju svoje skromne kliničke prakse u radu s bračnim parovima.

### 1. *Ljubomora — "sto je to?"*

Nije lako dati definiciju ljubomore, te jedinstvene emocije među osjećajima. Jer čini se da ni jedna emocija nije ravna ljubomori po broju i opsegu mogućih komponenata. Gdje bismo drugdje našli povrijeđenu

ljubav, gnjev, mržnju, tjeskobu; osjećaj da smo odbačeni, prezreni, ismijani; osjećaj neuspjeha, potištenosti, čak i srama?

Dakle, prva stvar koju uočavamo jest to da je ljubomora *složen osjećaj* (emocija). Ona uključuje ljubav, strah od gubitka te ljubavi, ljutnju zbog poremećene sigurnosti; zatim srdžbu, tjeskobu, mržnju, osjećaj poniženja, stid, patnju, sumnju. A to su samo neke od emocija uključenih u ljubomoru; njih najčešće prepoznajemo. Vjerojatno bismo mogli nabrojiti još neke elemente koji ovise o različitim vidicima situacije, već prema tome kako ih osoba percipira. Jer što je jedna situacija složenija, to se ona može raznovrsnije interpretirati i vrednovati. A ljubav između muškarca i žene, bez sumnje, jest najkompleksnija ljudska situacija uopće, kao što tvrdi i genijalni biblijski mislilac »Troje mi je nedokučivo, a četvrto ne razumijem: Put orlov po nebu, put zmijin po stijeni, put lađin posred mora i put muškarčev djevojci« (Izr 30, 18–9).

Osnovna karakteristika situacije u kojoj se emocija ljubomore pojavljuje jest percepcija da se naklonost voljene osobe okreće više prema nekom trećem nego prema nama. Stoga je postojanje *rivala* (stvarnog ili zamišljenog) nužni faktor u genezi ljubomore. To je taj glasoviti ulazak trećega u dijadičku vezu, što označava početak jednog dugotrajnog i mučnog procesa koji nazivamo ljubomorom. Na pojedine faze tog procesa vratit ćemo se kasnije. Zasad samo toliko da u ljubomori ima nešto dijaboličko. Optužba nevjere Izražava se uz veliko ogorčenje i uz želju da se druga osoba (partner) kazni, da mu se nanese bol. Primijeni se mučenje kojemu je svrha strmoglaviti partnera u najernju nesreću bez mogućnosti oprostjenja. Karakterističan je slučaj žene koja je 30 noći držala muža budna, bez obzira na to što je on preko dana radio, tražeći od njega »punu Ispovijed njegove nevjere«. Kad je jadan čovjek na kraju, samo da se oslobodi tog mučenja, hoteći joj udovoljiti, ispričovijedio neku neznatnu avanturu, ona je zahtijevala da uvijek Iznova priča to u najsitnije detalje. Na kraju se toliko zapetljao u vlastitu priču da je samo pogoršao svoje stanje.

No ljubomora nije samo složena osjećajna reakcija, već se čini da ona nije čak ni jedinstvena pojava. Možda bi bilo svrsishodnije govoriti o ljubomorama. Svakako treba razlikovati ljubomoru od ljubomore. U literaturi se spominju ove glavne vrste ljubomore: patološka (paranoidna), romantična, seksualna, racionalna, iracionalna, namjerna.

U *patološku ljubomoru* ne ulazimo. Obično se smješta među paranoidne simptome, a karakterizira je bolesno traganje za dokazima nevjere bračnog druga uz izraženo nijekanje i projiciranje kao obrambenih mehaniza-

1 Usp. D. KRECH i R. S. CRUTCHFIELD, *Elementi psihologije*. Naučna knjiga, Beograd 1969, str. 256.

- M. B. ARNOLD, *Emotion and Personality I*, Columbia University Press, New York 1960, str. 198.

\* Usp. V. ADAMS, »Amore e gelosia«. *Psicologia contemporanea*, 1981, n. 48, str. 39.

ma./ Prema Freudu, razlika između patološke i tzv. normalne ljubomore zapravo je samo u intenzitetu budući da i najnormalnija ljubomora uvijek ima u sebi određenu dozu iracionalnoga.

Poseban je slučaj *namjerna ljubomora*, kad jedan od partnera svjesno, namierno izaziva ljubomoru u drugom zbog određene koristi ili drugog razloga. Na taj oblik ljubomore vratit ćemo se tijekom rasprave.

Korisno je, dalje, razlikovati romantičnu ljubomoru od seksualne. *Romantična ljubomora* može se opisati kao kompleks misli, osjećaja i akcija uzrokovanih percepcijom opasnosti koja prijeti samopoštovanju (self-esteem) ili/i samoj vezi, kad te prijetnje nastaju na temelju stvarne ili moguće privlačnosti između partnera i (možda samo pretpostavljenog) rivala. Ne rad' se, dakle, o stvarnoj (seksualnoj) nevjeri nego o emocionalnoj naklonosti trećoj osobi. *Seksualna ljubomora* nastaje kad se sumnja u stvarnu nevjeru. Možemo odmah reći da su muškarci skloniji seksualnoj ljubomori, a žene romantičnoj, premda ta razlika nije previše značajna. Ta se razlika tumiči na temelju razlike u pristupu braku muškarca, odnosno žene: za muškarca su važniji seksualni motivi, a za ženu kvaliteta i trajnost bračne veze.\* Ovu pak priliku u pristupu potvrđuje i istraživanje Clifforda Admsa, bračnog, odnosno predbračnog savjetnika, koji je razgovarao s mnogim mladim zaručnicima. On je došao do zanimljivih podataka s obzirom na to što od braka očekuju mladići, a što djevojke:"

<i>Mladići</i>		<i>Djevojke</i>	
1. životni drug	400/0	1. ljubav	33»/o
2. seksualno zadovoljstvo	30»/o	2. sigurnost	27«/o
3. ljubav	15*/o	3. životni drug	20«/o
4. djeca	10»/o	4. djeca	11«/o
5. obiteljski dom	5«/o	5. seksualno zadovoljstvo	9»/o

Bit će korisno zaustaviti se načas na ovim podacima. Mladići uopće ne spominju sigurnost (koja izlazi iz veze), a velika je razlika među spolovima i što se tiče vrednovanja seksa i ljubavi. U kasnijem bračnom život.; može doći do neugodnog otkrića da nisu tražili istu stvar od braka. No ovi podaci govore nam nešto i o situaciji ljubomore. Za muškarca je rijažveća opasnost percepcija da ga žena više ne smatra adekvatnim seksualnim partnerom (što on zaključuje iz pojave rivala), dok je za ženu najveća opasnost percepcija gašenja ljubavi i nestajanja sigurnosti, zbog kojih je ona u prvom redu i stupila u brak. Zato se ona svim snagama bori da spasi tu vezu, tj. brak.

\* U-"f. A. M. FREEDMAN, H. I. KAPLAN i B. J. SADOCK, *Comprehensive Textbook: of Psychiatry*, Williams and Wilkins, Baltimore 1975, str. 487.

Usf. G. L. WHITE, »Jealousy and Partner's Perceived Motives for Attraction to a RiviU, *Social Psychology Quarterly*, 1981, 44, str. 24.

« *Ibid.*, str. 29.

• Navođeno prema O. S. ENGLISH and G. J. PEARSON, *Emotional Problems of Livirii*. George Allen and Unwin Ltd., London, 1973, str. 430.

## 2. *Subjektivni korelati ljubomore*

Intenzitet ljubomore često se čini nerazmjeran situaciji — znamo da često i ne postoji stvaran rival — pa nam to opažanje daje naslutiti da ljubomorna reakcija ne ovisi samo o vanjskim, objektivnim faktorima, nego njezin intenzitet i kvaliteta vjerojatno ovise o nekim nutarnjim, *subjektivnim faktorima*. Nas će u ovom razmišljanju o ljubomori uglavnom i zanimati ti faktori. Nameće nam se mnogo pitanja. Tko je skloniji ljubomori: muškarac ili žena (stručnije rečeno: kakva je uloga varijable spola)? Reagiraju li jednako? (Možemo odmah odgovoriti negativno jer, prema rezultatima jednog ispitivanja Iz godine 1976., od 143 ubojstva učinjenih iz ljubomore samo 20% učinile su žene! No jasno je da ubojstvo nije najkarakterističniji način ljubomorne reakcije.) Stoga je možda najvažnije pitanje: Postoje li urođene (ili stečene) karakteristike ličnosti koje na neki način predisponiraju osobu na ljubomoru? Postoje li crte ličnosti koje bi mogle služiti kao pretkazatelji (prediktori) za ljubomoru? Ako postoje, poznavanje tih crta i karakteristika ličnosti bilo bi neprocjenjivo važno za pravu na brak kao prevencija, no isto tako pružilo bi korisna uporišta i za kasniju terapiju.

Američki psiholog Gregory L. White ispitivao je upravo mnogo ovakvih crta ličnosti — korelata ljubomore — pitajući se u kakvoj su one vezi s ljubomorom. Ispitivao je slijedeće varijable i njihovu prediktivnu vrijednost: mišljenje o sebi (self-esteem), ovisni osjećaj vlastite vrijednosti, percipiranu ovisnost partnera, isključivost veze, osjećaj za ulogu partnera, romantičnost, tradicionalno shvaćanje seksualne uloge, redosljed rođenja i stupanj veze.\* Postavio je slijedeća predviđanja:

1. Globalna pozitivna slika o sebi (self-esteem) u negativnoj je korelaciji s ljubomorom. Drugim riječima, osoba s visokim osjećajem vlastite vrijednosti manje će se osjećati ugroženom ako joj se pričinii da je partnera privukao rival, jer će rjeđe tu partnerovu privlačnost trećoj osobi interpretirati kao vlastito odbačenje.

2. Ako netko dobiva osjećaj vlastite vrijednosti isključivo od veze, tj. od relacije s partnerom (to se zove ovisni osjećaj vrijednosti), svaka percipirana partnerova simpatija prema trećoj osobi interpretira se kao devalvacija i odbačenje sebe, pa će takva osoba reagirati jakom ljubomorom budući da se osjeća ugroženom u vlastitoj vrijednosti.

3. Zanimljiv korelat jest percipirana ovisnost partnera. Ako osoba smatra da je veza relativno više grafitikantna za partnera od bilo koje alternativne veze, bit će manje zabrinuta zbog pojave rivala.

4. U vezi s ekskluzivnošću (isključivošću) postavljena je slijedeća hipoteza: Ako osoba smatra da ima potpuno pravo na partnera, onda je ljubomorna reakcija snažnija.

\* G. L. WHITE. ..Some Correlates of Romantic Jealousy/«, *Journal of Personality*, 1981. 49, str. 130-1.

5. Neadekvatnost za ulogu partnera: Ako osoba sebe smatra (nesvjesno osjeća) neadekvatnom za ulogu partnera, uzrok poremećaja prije će vidjeti u sebi nego u partneru pa će reagirati jakom ljubomorom.

6. Romantičnost: Tradicionalno kulturno shvaćanje uključivalo je u ljubav ljubomoru shvaćajući je kao znak velike i isključive ljubavi prema partneru. Predviđa se da će ovakvi romantičari lakše biti izloženi ljubomori od neromantičara.

7. Redosljed rođenja: Predviđa se da će jedinci i prvorođeni biti više ljubomorni od ostale djece.

8. Stupanj veze: Predviđa se da će zaljubljeni ili mladi bračni drugovi biti više ljubomorni od onih koji su već mnogo godina u braku budući da se ovi osjećaju sigurniji za svoju vezu.<sup>^</sup>

9. Ovom nizu korelata dodali bismo još dob. Goffi smatra da ona ima određenu ulogu u ljubomori. Suprotno od Whiteovih predviđanja, on misli da se ljubomora češće pojavljuje poslije 40. pa do 50. god. Svoju pretpostavku tumači ovako: faktor dob dovodi još više u krizu osjećaj nesigurnosti za vlastitu vrijednost, pa optužba upućena drugom služi kao obrana od priznavanja vlastitih deficita (npr. smanjenje fizičke privlačnosti, psihičke svježine); zahtijeva se naime nepromijenjena slika o sebi, kao i prije. Na taj način, tj. optužbom partnera, žena želi sakriti da je manje privlačna nego prije, a muškarac da je seksualno manje potentan. Odgovornost za te deficite prebacuje se na partnera.<sup>^</sup>"

Rezultate možemo podijeliti u dvije skupine: korelati koji vrijede za muškarca, i korelati koji vrijede za ženu. Time smo odmah ustvrdili da seks ima određenu ulogu, tj. da spolovi ne reagiraju na isti način.

1. *Muškarci.* Pronađeno je, u skladu s predviđanjem, da je ljubomora uistinu u negativnoj korelaciji s osjećajem vlastite vrijednosti. Muškarci nesigurni u vlastitu vrijednost boje se da će biti percipirani kao seksualno inkompetentni. Iz toga logički slijedi drugi rezultat da je ljubomora u pozitivnoj korelaciji s ovisnim osjećajem vrijednosti i s ekskluzivnošću odnosa, te s osjećajem neadekvatnosti za ulogu partnera. Romantičnost, ovisnost o vezi i percipirana ovisnost partnera nisu se pokazali valjanim prediktorima.

U vezi s *ovisnim osjećajem vrijednosti* smatram korisnim napraviti malu digresiju. Koestenbaum u prvom redu, ali i Rogers, upozoravaju na opasnost koja prijeti svakom braku u kojem muž i žena žive svoj identitet isključivo na temelju dijadičke veze, tj. u odnosu jedno prema drugom: muškarac vidi sebe samo kao muža, žena samo kao suprugu. U takvim brakovima gotovo nužno dolazi do krize u određenom razdoblju života, koje se može prilično točno odrediti. To je obično poslije četrdesete. Tu se ne radi o seksualnoj krizi, nego prije svega o egzistencijalnoj: osoba shva-

» *ihid.*, str. 132.

ća da je dosad nijekala svoju bit, svoju individualnost, svoju jedinstvenost."

U braku svaki partner mora postati i ostati odvojena ličnost. Brak je susret dviju odraslih, u svojoj individualnosti jedinstvenih osoba. Možda zvuči paradoksalno, ali je činjenica da je zdravija bračna zajednica, jedinstvo, što se bračni drugovi više osjećaju kao individue.<sup>1</sup> To, uostalom, nije novo otkriće. Već je R. Tagore prekrasno rekao: Voljena kaže svojem drugu: »Oslobodi me začaranosti i vrati mi hrabrost da ti još jedanput ponudim svoje slobodno srce.«

Do krize dolazi onda kad jedan od partnera osjeća ovaj zov svoje individualnosti i kuša je svjesno živjeti, a drugi partner to ne shvaća nego u lome vidi avanturizam, težnju za »izletom« izvan braka i sL, pa će sve takve pokušaje interpretirati kao ohlađenje odnosa, kao pojavu trećeg; stoga će reagirati ljubomorom.

2. *Žene.* Osjećaj neadekvatnosti za ulogu partnera i isključivost u pozitivnoj su korelaciji s ljubomorom. To po sebi nije zanimljiv podatak, slaze se s očekivanjima i s pučkim shvaćanjem. Zanimljiv je, međutim, podatak da, suprotno od muškarca, osjećaj vlastite vrijednosti nema veliku ulogu u ljubomori žene.<sup>2</sup> Iskreno govoreći, za ovaj podatak ne nalazim zadovoljavajuće tumačenje. Jedino plauzibilno tumačenje čini se ono — a to smo već prije spomenuli — naime, da su muškarci više seksualno orijentirani, <sup>3</sup> žene \nse orijentirane na brak. Ali što dalje? . . .

Možda nešto svjetla na ovaj tajanstveni podatak baca psihički mehanizam upotrebe ekskluzivnosti za obranu vlastitog imidža. Osobe koje osjećaju da imaju mali potencijal suprotstavljanja opasnostima što prijete vlastitom ja ili samoj vezi upotrebljavaju ekskluzivnost kao obrambenu strategiju: »Ja imam apsolutno pravo na tebe i nitko više!« Žena, koja je <sup>4</sup> tše orijentirana na brak kao entitet, nego na partnerstvo, vjerojatno će se tome uteći kao kompenzaciji za nepotpun osjećaj vlastite vrijednosti. (Interpretacija ne zadovoljava ni mene.)

U čemu je vrijednost ovih spoznaja o subjektivnim korelatima ljubomore? Dva su momenta zanimljiva:

1. Ove spoznaje osvjetljuju nam novo lice ljubomore. Ona se, naime, može tretirati kao posebna vrsta pristupa onim situacijama u kojima se čovjek osjeća ugroženim. Pa kao kod svih sličnih strategija, možemo i ovdje razlikovati *primarnu procjenu* potencijala za psihičku izloženost (primarnu procjenu psihičke ranjivosti) i *sekundarnu procjenu* sredstava da se prijetnja i opasnost odstrane, reduciraju, otklone. Primjenjujući to na ljubomoru, nameće se zaključak da uistinu postoje karakteristike ličnosti; koje određuju kvalitetu i jačinu ljubomorne reakcije. Svi ovi korelati,

<sup>1</sup> L-p. P. KOESTENBAUM, *The New Image of the Person*, Greenwood Press, London 1975, str. 192.

<sup>2</sup> Lsp, C. R. ROGERS, *Partners: il matrimonio e le SHC alternative*. Astrolabio, Roma 1974. str. 188. i dalje.

<sup>3</sup> G. L. WHITE, «Some Correlates of Romantic Jealousy, *cit.*, *mj.*, str. 135.

koje smo promotрили, spadaju, naime, u primarnu procjenu veličine ugroženosti. Nešto grublje, ali zato shvatljivije, izrekao je istu misao Bentham: »Ljubomora je mana malih duhova, povjerenje vrlin.i velikih duhova.«

2. Druga primjena ovih istraživanja ulazi u podmčje terapije, o čemu ćemo kasnije kušati reći nekoliko riječi. Zasad samo toliko da se iz ovih razmišljanja nameće indirektna terapija romantične ljubomore: treba ^-sanirati« one crte ličnosti koje su u visokoj korelaciji s ljubomorom. A tih crta ima podosta. Već citirani Goffi ustanovljuje, na primjer, još slijedeće premorbidne crte ličnosti u potencijalnom ljubomorniku: kod žena; pretjeranu savjesnost, rigidnost u moralnim stavovima, hladne i suzdržljive društvene odnose. Njezina vjernost mužu rada se iz dužnosti a ne iz ljubavi. Iste karakteristike vrijede za muškarca, s dodatkom da je uglavnom indiferentan prema bračnoj vjernosti.\* Tome se još može dodati veći stupanj tjeskobe i veća sklonost depresiji.\*\*\*

### 3. *Funkcija ljubomore*

Svaka ljudska pojava ima nekog smisla — čak i neurotski simptomi, kako nas je naučio Freud. Ljubomora je jedna od tako čestih pojava u životu općenito, u braku napose, da se ne može mimoći pitanje: Kakvog li smisla ona zapravo ima? Je li ljubomora u biti nešto negativno, nešto čega ne bi trebalo biti, ili može imati i određenu pozitivnu poruku? Je li ona nužnost koja se neminovno pojavljuje u određenom času zajedničkog života dvoje ljudi. Ili bi se ona uz malo dobre volje mogla spriječiti i i^korigeniti?

Ne bi se moglo reći da je ljubomora u sebi pozitivn: pojava. Dobro primjećuje Oxenstein: »Ljubomorna osoba provodi život u traženju tajne koja će joj uništiti sreću kad je otkrije.« No kad je već tu. ljubomora kao simptom, sigurno. Ima neku poruku koju bi valjalo poslušati, jer je lako moguće da se daljnje postojanje dijadičke veze ugrožava. U tom smislu možemo govoriti i o pozitivnoj ulozi ljubomore. Koje su, dakle, te moguće poruke (uloga) ljubomore?

#### a) Fenomenološka analiza ljubomore

Značenje ljubomore ipak ćemo najbolje razumjeti na temelju fenomenološke analize ljubavi. U stanju zaljubljenosti čovjek otkriva nešto što za njega vrijedi više nego bilo što na svijetu: otkrivamo da volimo nekoga u njegovoj individualnosti, u posebnosti njegova bića. Ako je ljubav uzajamna, tj. ako čovjek nalazi odgovor u drugom biću, on postaje svjestan da ono što jest, bilo to kako siromašno u usporedbi s drugima, ima vrijed-

\* T. GOFFI, 0 e, str. 123-4.

Usp. M. E. JAREMKO and R. LINDSEY, „Stress-coping Abilities of Individuals High and Low Jealousy“, *Psychological Reports*, 1979, 44, 547 i dalje.

nost. Ima zato što joj to daje ljubljena osoba. Nitko od nas ne umišlja da je najljepši ili najinteligentniji. Nijedna naša krepost ne čini nas boljim od drugih. Po svim kriterijima vrijednosti sve ono što jesmo još je uvijek siromašna stvar. Ipak volimo i cijenimo sebe jer osjećamo da u našoj dubini ima jedna jedinstvena, neponovljiva vrijednost. U stanju zaljubljenosti (u ljubavi) upravo se ta jedinstvenost priznaje. Jer osoba koja nas voli, voli tu našu posebnost, jedinstvenost. To je ono što nas čini sretnim.

Ljubomora je prekid tog procesa.

Ljubomoran je onaj koji otkriva — ili s razlogom, ili bez njega, u ovom času ro nije važno — da ljubljena osoba u nekom trećem nalazi ono što je dosad nalazila u njemu. Ljubomora se pojavljuje kao otkriće da je osoba koju volimo fascinirana nečim čega mi nemamo, a netko treći to ima. Nikad se ne postaje ljubomoran zbog neke stvari ili zbog životinje ili zbog profesije; ljubomoran se postaje samo zbog osobe koja u našim očima posjeduje nešto što ostavlja neodoljiv dojam na onoga koga volimo. (Vjerojatno otud izražena težnja u ljubomori da se uništi rival.)

Ljubomora je, dalje, otkriće da voljena osoba u ostvarenju svojih želja ovisi o nečemu što netko treći posjeduje, a ne mi, netko treći raspolaže s nečim što za voljenu osobu ima vrijednost. U tom smislu ljubomora se očituje i kao slabost voljene osobe, slabost s obzirom na stvari koje ne bi trebalo da imaju vrijednost za nju, a ipak je imaju. (Vjerojatno otud prilično prema partneru.) Na primjer voli automobil i očarana je šoferima. Ja koji to nisam, koji sam upravo preko njezine zaljubljenosti otkrio da bit' vozač nije vrednota (i ne može biti vrednota, kad ja to nisam), sad nam izmislila izmislila tu hijerarhiju vrednota. Jer ovakva težnja prema jednoj vrijednosti koje ja nemam uništava moju vrijednost. (Vjerojatno otud osjećaj izdaje u ljubomori.)

Kad osoba postane svjesna (počinje percipirati) ove prijetnje onome što je dosad smatrala najvećom, neponovljivom i jedinstvenom vrijednošću, počinje taj kompleksni proces što ga nazivamo ljubomorom. Mora se dijeliti od ljubljene osobe, tj. mora se suočiti sa strašnim iskustvom gubitka ljubavnog objekta (objekta ljubavi), a to je identično sa psihičkim samoubojstvom. Jasno je da se psiha bori protiv te dezintegracije. Prva reakcija vjerojatno će biti depresija. (Bit' depresije, prema psihoanalitičkoj teoriji, jest upravo gubitak objekta ljubavi.) Daljnji tok ljubomore događa se u tri faze. Najprije će čovjek svim mogućim sredstvima kušati nanovo osvojiti partnera obećavajući promjene koje god vrste. Ali kad shvati da partner to ne želi, ljubomora ulazi u drugu fazu: razračunavanje s prošlošću pomoću mržnje. No to je nesposobna, jalova mržnja, ta prošlost ne može se nikad više izbrisati, ona živi kao dio nas. Kad se to shvati, sve dosud gubi vrijednost i smisao. Život i rast kao da stanuje: treća faza može se označiti kao pertifikacija, okamenjenje. Sadržaj tog stanja čini jedan jedini sentiment: nostalgija za izgubljenom stvarnošću.®



što je ovdje poruka ljubomore? Dubinska, gotovo bismo rekli, egzistencijalna poruka ljubomore jest to da se nešto poremetilo u jezgri ljubavnog odnosa. Time se krug zatvara, ali na račun ljubavi: nikako stoga ne stoji da je ljubomora znak velike ljubavi. Naprotiv: tamo gdje je ljubomora, ljubav je već načeta.

M. B. Arnold u svojoj klasičnoj knjizi o osjećajima (*Emotion and Personality*) naznačuje još jednu pozitivnu ulogu ljubomore. Ljubomorni muž, može na primjer, spoznati da je svoju ženu dosad smatrao nečim što je samo po sebi razumljivo, a što je ona vjerojatno doživljavala kao napuštenost, nebrigu s njegove strane, pa stoga traži nježnost izvan braka. On tad o njoj opet može razmišljati u kategorijama prvih susreta, kad ju je trebalo osvajati, zavrijediti; i odjednom je pronalazi isto onako privlačnom kao nekad. Time njegova ljubav pi-ema njoj može oživjeti i o:1 joj opet može pružati sve one nježnosti kao nekad.

Kod ove točke uveo bih u raspravu jedan zanimljivi oblik ljubomore: tzv. namjernu ljubomoru.

#### b) Namjerna ljubomora

Posebna je vrsta namjerna ljubomora, tj. kad se upotrebljava kao sredstvo protiv partnera, ili da bi se dobila neka korist. Osoba se namjerno ponaša tako da u partneru izazove ljubomoru: okreće se za drugim ženama, opširno priča o svojim prijateljicama i si. A sve to čini samo u prisutnosti svojega bračnog druga. White je ustanovio da su žene tome sklonije od muškaraca. Pitanje je bilo: »Jeste li ikad poduzeli nešto da učinite partnera ljubomornim? Što i zašto?« Analiza odgovora pokazala je da postoji pet načina (metoda) koji se najčešće upotrebljavaju u svrhu namjerne ljubomore

— preuveličavanje privlačnosti treće osobe	SO <sup>^</sup> /o
— koketiranje	ZS <sup>^</sup> /o
— Izlaženje s trećom osobom	24%
— uspostavljanje veze s trećom osobom	14%
— pričanje o nekoj staroj ljubavi	11%

A što tjera ljude da upotrebljavaju ljubomoru u tu svrhu? Što re motiva tiče, oni su slijedeći:

- korist, dobit »Htio sam da mi posveti više pažnje.«
- osiguranje: »Osjećao sam se tužan i htio sam joj dati na znanje da mi je potrebno više pažnje, da sam joj važan.«
- provjera veze: »Da vidim da li joj je još stalo do mene.«
- osveta: »Zbog bijesa što izlazi s drugima.«
- kazna: »Svađali smo se prije toga.«

M. B. ARNOLD, o. c, str. 198.

\*8 Usp. V. ADAMS, o. c, str. 43-4

I ovdje se pokazuju neke razlike među spolovima. Među ženama, 55% bilo je motivirano nadom da će iz takvog postupka imati neposrednu korist, dok je među muškarcima takvih bilo samo 15%. Čak 40% svih slučajeva upotrebljavala je namjernu ljubomoru da bi *provjerila stanje veze*. Prilično loša svjedodžba braka, kad se moraju upotrebljavati ovakve mjere za kontrolu! Jer radi se zapravo o kontroli nad partnerom. Radi se o određenom ultimatumu: Ili ćeš se više brinuti za mene, kao što se ja brinem za tebe, ili te napuštam.'^

U istom smjeru razmišlja i Goffi. Ljubomorna osoba smatra brak *unilateralnom obligacijom* (drugi je dužan da me voli! — neobično shvaćanje ljubavi!). Zbog želje za dominacijom ne dopušta partneru da održava normalne društvene kontakte, osobito s drugim spolom. Na taj način zapravo pokazuje nesigurnost s obzirom na vlastitu vrijednost i potrebu da se od svakog pa i potencijalnog rivala brani zatvaranjem svih društvenih veza. Ta se obrana pojačava tako da se omalovažava nušljenje partnera uz nametanje vlastitih teza.-"

Ovdje ljubomora otkriva do koje se mjere jedna međuljudska veza može živjeti samo zbog toga da se dominira nad drugim.

#### 4. Terapija

Ima li lijeka ljubomori? Nisam našao zadovoljavajući terapijski pristup ljubomori. Taj će pristup, očito, ovisiti o shvaćanju ljubomore te o tipu ljubomore. (Patološka se ljubomora ubraja u kategoriju paranoidnih poremećaja, pa se liječi unutar te kategorije.) Ovo što slijedi bit će samo natuknice. Razlog za to reći ću na kraju.

*Hibbard* predlaže *racionalnu terapiju*. Njegovo je polazište da postoje dvije vrste ljubomore: racionalna i iracionalna. Iracionalnu ljubomoru treba promijeniti u racionalnu i onda može uslijediti korektura.-'

*Cobb* smatra mogućom i *behavioralnu terapiju* kad se radi o bolesnoj ljubomori, koja se, po njemu, jedva razlikuje po svom dinamizmu od opsesivno-kompulzivne neuroze.^-

I *dubinska psihoterapija* može biti indikativna za neke vrste patološke ljubomore. Na to skreće pažnju *Docherty* koji opisuje tri slučaja u kojima je kod ljubomornih muževa pronađeno da su bili svjedoci majčine

•» *Ibid.*, str. 44.

-> Usp. T. GOFFI, *o. c.*, str. 125.

R. W. HIBBARD, »A Rational Approach to Treating Jealousy\*. *Rational Living*, 1975, 10, str. 25-27.

»- J. P. COBB and I. M. MARKS, »Morbid Jealousy Featuring as Obsessive-Compulsive Neurosis: Treatment by Behavioural Psychotherapy«, *British Journal of Psychiatry*, 1979, 134, str. 301-305.

nevier"iisti u ranom djetinjstvu. Korijen ljubomore ovdje vjerojatno treba traži I i u tom ranom traumatičnom iskustvu.-\*

*Fvancis* ustanovljuje da kod svih vrsta ljubomore postoji (prethodi?) smanjena komunikacija među partnerima. To sugerira *indirektnu psihoterapiju*; povećanjem sposobnosti komunikacije pretpostavlja se da se smanjuje ljubomora.-\*

Osobno smatram da je najprikladnija *kognitivna terapija*. Prema kognitivnom pristupu osjećajima, svaka emocija ima jednu kognitivnu jezgru, primarnu evaluaciju situacije (koja može biti i kriva!), koja prethodi i određuje osjećajnu reakciju. U ljubomori ovaj spoznajni moment jest procjena da partner poklanja rivalu ono što pripada njemu. Trebalo bi ljubomornoj osobi dokazati da to nije istina — ako je to moguće dokazati u stanju ljubomore! Jer tragedija je to da se dosad nije čulo da je netko otišao psihologu ili psihijatru i rekao : »Znate, doktore, ja sam ljubomorani, izliječite me.« Svi ljubomorni šalju svog partnera na liječenje!

#### *Zaključak*

Ono što je dosad rečeno, sigurno, ni izdaleka nije sve što se o ljubomori može kazati. No vjerujem da se i na temelju ovog materijala u nama pomalo razbija jedna predrasuda: pri ulasku glasovitog »trećeg« u dijadičku \ 'czu najčešće je upravo taj »treći« najmanje kriv. »Krivca« treba tražiti u sebi: glavni »krivac« jest ljubomorna osoba. Ona pada na ispitu osnovnog povjerenja. Ona je u osnovi egoorijentirana: nije toliko zabrinuta za partnera, koliko za sebe. Dopuštam da se o ovoj tvrdnji može raspravljati. Ipak, kao na svjedoka za nju možemo se pozivati na poznatog njujorškog neofrojdovca Theodora Isaaca Rubina koji tvrdi da se »ljubomora rada iz osjećaja da osoba ima malo toga pružiti partneru«. Isto tako glasoviti psihoanalitičar Otto Fenichel smatra da se ljubomorna osoba mora dublje zagledati u sebe budući da se uvijek radi o »nesvjesnoj težnji prcm,-i nevjeri koja se onda projicira u partnera«.

2.eiimo li na kraju sažeti kao neku poruku ljubomore, možda bismo mogli ovako reći: Ništa se u međuljudskim odnosima ne može / ne smije uzeti kao datost. Brak je ne samo radost, nego i zadatak — i to do kraja..

I. P. DOCHERTY and J. ELLIS, »A New Concept and EindiR in Morbid Jealousv<., .Ur.rrican Journal of Psychiatry, 1976, 133, srr. 679-683.  
" j. L. FRANCIS, "Toward the Management of Heterosexual Jealousy«, Journal oi 3/i3rn,!ef and Family Counseling, 1977, 3, 61-69.