

ANXIETATEA DE SEPARARE ÎN CAZUL PACIENȚILOR ABUZAȚI

GIORGIANA MANOLACHE^[1]

Articolul de față analizează dinamica internă a pacienților care se găsesc în relații abuzive, focalizându-se pe maniera în care relațiile mature de iubire ajung să fie influențate negativ de carențele emoționale lăsate de primele relații de iubire, relațiile dintre părinți și copii. Pacienții cu istoric de abuz ajung adesea să rămână prinși în dinamici relaționale toxice, ca urmare a dependenței față de obiectul abuzator. Principala ipoteză în cazul acestei dinamici este aceea că separarea nu poate avea loc în lipsa unei dependențe sănătoase, care să confere suportul necesar desprinderii, aspect ce va fi analizat din perspectiva etapelor de dezvoltare și a felului în care dezvoltarea deficitară susține cercul vicios al relațiilor abuzive.

CUVINTE-CHEIE: simbioză, diferențiere, introiectare, integrare, doliu, clivaj, apărare morală, sine abuzat, sine încrezător, acting out.

Atunci când ne gândim la relații abuzive, întrebarea care pare să creeze cele mai multe dificultăți este „De ce se întoarce?”. Acest comportament,

¹ Giorgiana Manolache este psihoterapeut psihanalitic afiliat INSIGHT- Asociația pentru promovarea psihanalizei teoretice și clinice. Email: giorgianamanolache@gmail.com

aparent irațional, generează trăiri greu de tolerat atât în rândul persoanelor apropiate, membrilor familiei extinse, dar și în rândul specialiștilor, care în lipsa unei înțelegeri complexe a acestei dinamici pot pica pradă cercului vicios al abuzului. Întoarcerea la celălalt, atunci când acesta generează suferință, poate lua forma unei povești de iubire neînțelese de lumea exterioară, astfel victimele abuzurilor ajung să se izoleze, cufundate în sentimente de rușine, neputință și anxietate.

Scenariul întoarcerii victimei la agresor poate părea absurd, chiar și atunci când este privit în cheia neputinței copilului de a se separa de părintele care l-a neglijat sau abuzat. În urma experienței sale într-un orfelinat public, între anii 1927 și 1935 psihanalistul W.R.D Fairbairn a constatat cu uimire faptul că acei copii care erau aduși în centru, ca urmare a abuzurilor la care erau supuși în familiile de origine, erau extrem de atașați de părinții care îi maltratau. Această observație, aparent contraintuitivă, a servit ca punct de plecare în teoriile lui Fairbairn, conform cărora tulburarea emoțională poate fi motivul pentru care copiii abuzați sunt atât atașați de părinții abuzivi. Relațiile de iubire de la maturitate, contaminate de scenariul abuzului, pot fi explicate pornind de la teoriile lui Fairbairn, dacă sunt privite ca o formă de întoarcere acasă. În lipsa părintelui care să lezeze, persoanele care au crescut în medii toxice, vor tinde să găsească iar și iar scenarii în care iubirea și ura, plăcerea și durerea se contopesc ca o formă de limbaj straniu de iubire.

Psihoterapia pacienților abuzați presupune un drum lung și anevoios, care nu poate fi parcurs fără înțelegerea dinamicii interne a acestor pacienți, dinamică ce se va juca iar și iar în relația terapeutică în transfer, respectiv contratransfer. Astfel, adesea psihoterapeutul se poate confrunța cu neputința victimei sau furia agresorului. Înțelegerea mecanismelor complexe care sprijină atașamentul persoanelor abuzate față de agresori, poate face diferența dintre succesul terapeutic și eșec.

Dezvoltarea Eului - simbioza

Erich Fromm (1900-1980) a definit conceptul de simbioză astfel: „Simbioza, în acest sens psihologic, înseamnă uniunea unui eu individual cu un alt eu...în asemenea mod încât fiecare să-și piardă integritatea propriului eu și fiecare să devină complet dependent de celălalt.”(Fromm E., 1998, p. 138)

În acest stadiu al vieții, care durează în concepția lui Mahler (1998) până în luna a 5-a de viață, mama funcționează ca un Eu auxiliar pentru copil, până când bebelușul ajunge să își dezvolte propriul Eu. Prin urmare, rolul mamei este unul crucial în dezvoltarea Eului, astfel putem vorbi despre procesul de diferențiere atunci când simbioza din relația bebelușului cu mama a fost satisfăcătoare. „Cu cât simbioza, disponibilitatea emoțională a mamei, s-a apropiat mai mult de starea optimă, cu cât partenerul simbiotic al copilului a fost mai eficient în a-l ajuta să se desprindă treptat și lin din cercul simbiotic – adică fără solicitarea disproporționată a propriilor resurse - cu atât mai mult va fi dotat copilul pentru a-și separa și diferenția reprezentarea de sine de reprezentările, până acum împletite de sine-plus-obiect.” (Mahler M., 1998, p. 24) Astfel, dacă mama este capabilă să își ofere sprijinul emoțional copilului, dar în același timp să îi permită să își dezvolte propria sa individualitate, atunci copilul va fi mai capabil să se separe de mama sa și să devină un individ autonom și independent.

Conform teoriei lui Margaret Mahler (1975), faza simbiotică este caracterizată de o formă de interdependență inițială între mamă și bebeluș, cu o graniță fuzională primitivă între ei și un sentiment rudimentar al Sinelui independent al bebelușului. Pe măsură ce bebelușul crește, apare o dezvoltare graduală a conștientizării separării fizice de mamă. Autoarea subliniază faptul că interdependența din cadrul acestei legături, reprezintă influența care hrănește capacitatea în curs de dezvoltare de a înțelege realitatea, ceea ce

conduce către dezvoltarea ulterioară a Eului, care include rămășițele nevoii de gratificare și niveluri mai ridicate ale relațiilor de obiect.

Dezvoltarea sănătoasă presupune o diminuare a dependenței în favoarea separării și individuării, dar în cazul mamelor care nu pot tolera separarea, există o formă de seducție care împiedică evoluția firească către separare/individuale. Există, de asemenea, situații în care dezvoltarea senzorio-motorie precoce ar putea să genereze o separare fizică prematură, astfel încât, unele mame să nu fie pregătite. În astfel de situații, mamele ar putea inhiba separarea.

La polul opus, mamele care sprijină explorarea, oferind astfel un suport pentru independență, ar putea inhiba procesul de separare/individuale îndepărtându-se din proximitatea copilului, atunci când acesta din urmă nu este pregătit.

Prin urmare, succesul procesului de separare/individuale se sprijină atât pe un echilibru între distanțare și apropiere cât și pe sincronizare în aceste etape. Dintre consecințele eșecului în sincronizare, Mahler (1968) a postulat perturbarea capacității copilului de a manageria dependența în relații.

Winnicott (1965) postulează importanța pe care obținerea independenței o are în procesul formării structurii psihice, subliniind deopotrivă importanța capacității mamei de a oferi un mediu de susținere în acest proces.

Fairbairn (1943) subliniază rolul pe care îl are în dezvoltarea psihopatologiei dependența emoțională exagerată, specifică copilăriei, care se menține și în viața adultă. În cursul dezvoltării normale, dependența față de părinți scade treptat, iar persoana ajunge la o independență relativă în procesul de maturizare. Acest proces de emancipare emoțională nu este întotdeauna un drum liniar, deoarece există întotdeauna un conflict între dorința de a renunța la starea de dependență infantilă și dorința de a se agăța de aceasta, ca urmare a avantajelor pe care le conferă. În cazul unor condiții nefavorabile,

acest conflict poate lua proporții mărite și poate duce la reacții exagerate și anxietate semnificativă. Perpetuarea unei atitudini de dependență infantilă în sfera emoțională este cea mai semnificativă consecință a acestui conflict.

Felul unei mame de a răspunde, de a reține și de a metaboliza experiența emoțională a copilului ei, are consecințe profunde asupra sănătății generale a acestuia, reglării afective, consolidării Eului corporal și relațiilor de obiect în curs de dezvoltare, precum și asupra modului în care structurile simbolice/capacitatea lui de a simboliza evoluează în cele din urmă. Experiența întregimii corporale și a plăcerii sunt esențiale pentru conștientizarea timpurie a sugarului privind sinele somatic ca entitate — o condiție de bază pentru simțul de a fi viu în propriul corp. Când o mamă nu poate îndeplini această reglementare fundamentală, capacitatea sugarului de a modula confortabil excitația și alte stări afective s-ar putea să nu se dezvolte corespunzător. O posibilă urmare poate fi dezvoltarea fragmentată sau selectivă a Eului, în care clivajul sinelui și al obiectului interferează cu dezvoltarea Eului corporal și creează dificultăți în capacitatea de simbolizare.

Dezvoltarea Eului - diferențierea

Procesul de diferențiere are o dublă semnificație. Într-o primă etapă, diferențierea se referă la capacitatea de a se percepe pe sine ca fiind o persoană distinctă. La naștere, bebelușul și mama sunt complet nediferențiați, prin urmare bebelușul trebuie să ajungă să se perceapă pe sine ca fiind o persoană distinctă de mama sa. Cel de-al doilea sens al diferențierii face referire la capacitatea de a face distincția între diferite stări afective. Maniera în care mama va reuși să audă și să satisfacă nevoile primare ale bebelușului va servi ca un preambul pentru toate relațiile ce vor urma, începând cu relația cu propria persoană.

„Acordajul mamei la nevoile cauzatoare de suferință ale bebelușului este cel care transformă tensiunea amenințătoare și insuportabilă în satisfacție și mulțumire. Calmul mamei și reacțiile potrivite la supărarea bebelușului învață treptat bebelușul că există surse de tensiune separate, și cel mai important, că poate avea încredere în ceilalți și se poate baza pe ei pentru a-i alina suferința.” (Celani D.P., 1994/2014, p. 64-65).

Astfel, atunci când mama interpretează corect nevoile copilului și le satisface, aceasta le și numește pentru bebeluș, care va reuși treptat să diferențieze diferite stări afective și, pornind de la interacțiunea pozitivă dintre cei doi, bebelușul va ajunge să perceapă mediul înconjurător ca fiind un loc sigur, în care nevoile sale sunt auzite și satisfăcute.

Rolul mamei în procesul de diferențiere este unul fundamental. Din nefericire, mamele care nu au avut relații sănătoase, satisfăcătoare cu proprii părinți, vor apela la copii pentru a umple acel gol. Astfel, copilul se naște având scopul de a-i oferi mamei iubirea și liniștea pe care nu le-a cunoscut în propria copilărie. Pentru o astfel de mamă procesul normal de separare al copilului poate să fie resimțit ca o amenințare, ca un afront. „Dacă micuțul se dezvoltă și se separă, atunci sentimentul valorii personale al acestor mame se poate năruși. Aceasta este o situație periculoasă pentru copilașul neștiutor, deoarece străduința sa naturală pentru autonomie și separare se află în opoziție cu ceea ce mama își dorește, iar el nu poate suporta această situație.” (Celani D.P., 2014 p. 75)

Prin urmare copilul rămâne prizonierul nevoilor nesatisfăcute ale mamei. O astfel de situație implică două tipuri de efecte negative asupra dezvoltării copilului. Într-o primă fază, copilul este forțat să renunțe la nevoia firească de autonomie, de explorare, fiind în egală măsură forțat să refuleze și adevărul conform căruia mama este cea care are nevoie ca el să rămână dependent.

O altă consecință a dificultății de diferențiere se poate observa în incapacitatea mamei de a trasa limite în educația copilului, fapt ce conduce la dificultatea copilului de a tolera frustrarea și la o incapacitate de autoreglare. În astfel de situații, mamele resimt furia copilului ca o durere copleșitoare. Acest aspect presupune o graniță nedefinită la nivelul Eului între cei doi, iar atunci când copilul ajunge la grădiniță sau în diferite situații de interacțiune socială, va avea dificultăți în a integra normele impuse de instituția de învățământ și în interacțiunea cu ceilalți copii. Adesea astfel de mame, seductive, ar putea încerca să obțină cooperarea sau chiar aprecierea copilului prin diferite forme de răsfăț, cum ar fi cadouri sau dulciuri.

Eșecul în diferențiere poate fi privit ca fiind una dintre sursele care alimentează întoarcerea în relațiile abuzive. Fairbairn (1943) a explicat acest fenomen, pe care l-a numit „întoarcerea la obiectul rău”, pornind de la speranța copilului că va primi afecțiunea mult dorită. Astfel, a părăsi părintele presupune a renunța la acea speranță.

Dezvoltarea Eului - introiecția

„Amintirile pozitive reprezintă combustibilul care îi permite copilului să se separe fizic și emoțional de obiectele sale și, în perioada adultă, îi oferă individului un sentiment de încredere și putere” (Celani D. P., 2014 p.79)

Prin urmare, amintirile pozitive despre felul în care copilul a fost iubit și îngrijit îi conferă un sentiment de siguranță, de încredere, atunci când se pregătește să se desprindă pentru a explora lumea și noi relații, atât în copilărie cât și la maturitate. La polul opus, dacă amintirile despre maniera în care a fost iubit și îngrijit sunt dominate de frustrare și abandon, nevoia sănătoasă de desprindere și explorare va fi întâmpinată de anxietate. Diferențierea și introiecția sunt procese ce se dezvoltă în paralel, ambele cu rol

semnificativ în dezvoltarea Eului. Capacitatea copilului de a se separa de mama sa este într-o strânsă legătură cu calitatea relației dintre cei doi, altfel spus, cu amintirile pozitive despre relația cu mama sa, care vor fi grupate în interiorul copilului sub aspectul mamei bune.

„În starea de libertate inconștientă, obiectul primar este mai degrabă ca un ecran alb; este orice avem nevoie sau ne dorim în acel moment – un spațiu deschis și util pentru obiectivarea dorințelor, amintirilor, nevoilor, reflecțiilor, planurilor și teoriilor de moment, tipice vieții de zi cu zi. Obiectul primar se sprijină pe experiența infantilă a sânelui bun, care, fiind prezent și satisfăcător, servește ca bază pentru imaginarea liberă a sinelui și a celui-lalt.”(Bollas C., 2013, p.16)

Prin urmare, în lipsa prezenței fizice a mamei, amintirile pozitive despre aceasta, sentimentul de siguranță din acea relație, vor fi extinse în toate celelalte relații și nu în ultimul rând în relația cu propria persoană. De exemplu, tehnicile de liniștire, mângâiere, susținere, folosite de părinte sau de un îngrijitor în copilăria mică vor oferi mai departe adultului capacitate de a se autoliniști în situații critice.

Adulții care nu au cunoscut iubirea în familiile de origine, caută în partenerii de cuplu înlocuitori ai părinților care nu au satisfăcut nevoile primare. Aceștia, în încercarea de a îmblânzi acel sentiment de abandon, ajung adesea în relații nepotrivite, nesatisfăcătoare sau chiar abuzive.

Lipsa introiecțiilor pozitive generează nu numai teama de abandon, dar și limitează posibilitatea individului de a întâlni un altul cu care să clădească o relația autentică, satisfăcătoare, de iubire, deoarece o astfel de posibilitate se află dincolo de câmpul experiențelor sale arhaice și acest aspect presupune o călătorie pentru care nu există încă o hartă.

Dezvoltarea Eului - integrarea

Integrarea este cel de-al treilea proces de dezvoltare, proces ce își face apariția atunci când procesul de diferențiere s-a încheiat și are o dublă semnificație, referindu-se atât la imaginea obiectelor externe cât și la sine.

Într-o primă etapă, bebelușul o percepe pe mama iubitoare, care îi satisface nevoile, ca fiind distinctă de mama care frustrează, drept urmare, imaginea mamei cuprinde atât reprezentarea obiectului parțial bun cât și a obiectului parțial rău. În această etapă, integrarea reprezintă recunoașterea faptului că mama bună și mama rea sunt aceeași persoană, care în unele momente gratifică și în altele frustrează.

În cea de-a doua etapă, atunci când procesul de integrare este îndreptat către sine, se referă la abilitatea de accepta emoții și comportamente opozante. În ceea ce privește integrarea imaginilor opozante ale obiectului matern, acest aspect este posibil, deoarece multitudinea aspectelor pozitive ale relației mama-bebeluș face ca puținele momente în care mama nu a oferit gratificarea pe care copilul o aștepta să nu fie atât de înfricoșătoare. „Cantitatea de amintiri frustrante trebuie să fie mult mai mică decât cantitatea de amintiri referitoare la iubire, astfel încât integrarea să se realizeze cu succes.”(Celani D. P., 2014, p.92)

Prin urmare, mama bună conferă suportul necesar supraviețuirii aspectelor mai puțin plăcute din relația cu mama rea. Acum, Eul copilului, care este mai structurat, poate tolera bucata de relație în care mama frustrează sau trasează limite.

La polul opus, dacă relația cu mama a fost una preponderent frustrantă, o relație în care copilul a cunoscut neglijare, abandon, abuz, aspectele pozitive ale relației cu mama nu sunt suficiente pentru ca integrarea să aibă

loc, deoarece realitatea copleșitoare a unei mame care lezează este mai mult decât psihicul unui copil poate tolera.

Integrarea obiectului matern sprijină dezvoltarea capacității copilului de a tolera momente de frustrare. Acest aspect este posibil deoarece multitudinea aspectelor gratificante, din relația mama – copil, diminuează nevoia disperată de gratificare imediată, deoarece copilul a învățat deja că gratificarea va veni.

Copilul care nu are acest rezervor de amintiri pozitive, poartă în interiorul său un sentiment de gol, fapt ce îl determină să se agațe cu disperare de orice moment sau orice aspect care îi pot oferi o formă de liniștire. Această nevoie poate fi satisfăcută, la maturitate, printr-o serie de dependențe, cum ar fi alcoolismul sau dependența de droguri, deoarece ambele sunt încercări disperate de a umple un gol și, în egală măsură, dovada faptului că individul a pierdut speranța că va putea găsi o formă satisfăcătoare de împreună în relația cu un altul.

„Atunci când părintele se comportă într-o manieră iubitoare, responsabilă și gratificantă, copilul se percepe pe sine ca fiind bun, iubit, important și dorit. Din contră, atunci când mama frustrează nevoile copilului, copilul se percepe rău, fără valoare, urât și neimportant.” (Celani D. P., 2014, p.98)

În concluzie, integrarea la nivelul sinelui s-a produs atunci când imaginea pe care copilul o are despre propria persoană rămâne constantă, indiferent de situațiile în care se găsește.

Mecanisme ce susțin întoarcerea la agresor - apărarea morală

„Soluția pentru incertitudinea pe care o descoperă copilul abuzat sau neglijat este să își găsească un motiv plauzibil pentru pedepsele pe care le suportă.” (Celani D. P., 2014, p. 164)

Copiii abuzați, neglijați din punct de vedere emoțional, rămân atașați de părinți deoarece nu au dobândit resursele necesare pentru procesul natural de separare și orice amenințare la adresa dependenței va trebui să fie înlăturată.

Singura soluție a copiilor crescuți în familii abuzive este să dezvolte mecanisme de apărare, astfel încât să nu devină prea anxioși cu privire la realitatea în care trebuie să trăiască.

Una dintre modalitățile prin care copilul reușește să păstreze această formă de dependență este să se convingă de faptul că el este sursa comportamentelor negative ale părinților, scopul fiind păstrarea unei imagini bune a părintelui și obținerea iluziei de predictibilitate a comportamentelor parentale. Altfel, copilul va trebui să se confrunte cu o anxietate copleșitoare și lipsa oricărei forme de control.

Lucrând între anii 1927 și 1935 într-un orfelinat, psihanalistul scoțian W.R.D. Fairbairn a putut observa reacțiile violente pe care le aveau copiii care erau scoși din familii în care erau abuzați. Acesta a putut observa un sentiment comun de rușine în rândul acestor copii, care se străduiau să explice abuzurile survenite în familiile de origine, prin însușirea unor eșecuri morale cum ar fi: rezultatele slabe la școală, murdărie sau minciună.

Pentru specialiștii în domeniul sănătății care au întâlnit de-a lungul practicii victime ale abuzurilor domestice, aceste raționalizări nu sunt deloc surprinzătoare sau străine. Adesea, acești pacienți își apără partenerii, însușindu-și o serie de comportamente negative sau defecte cum ar fi: nu gătesc bine, nu conduc bine, nu fac curat bine, nu aduc suficienți bani în casă etc.

„Indivizii care se autoblamează sunt dispuși să recunoască la maturitate tot felul de eșecuri reale sau imaginare: se condamnă pentru că nu au fost destul de iubitori, altruști sau sclipitor de inteligenți pentru a atrage partenerul potrivit. Mulți pacienți care recurg la acest tip de mecanism defensiv

se prezintă pe sine ca «soi rău»— se consideră vlăstarele nereușite ale unor părinți sănătoși, sacrificându-și imaginea «bună» despre propria persoană pentru a-și păstra fantasmemele despre părinții iubitori și atenți.” (Celani D. P., 2016, p.73)

Prin urmare, autoblamarea este o strategie defensivă folosită de anumiți indivizi pentru a-și asuma responsabilitatea pentru eșecuri reale sau imaginare, în detrimentul imaginii de sine. Acești indivizi se autoblamează pentru a-și proteja imaginea idealizantă despre părinții lor sau pentru a evita criticile și respingerea din partea celor din jur. Totuși, această apărare poate deveni dăunătoare pe termen lung, deoarece poate submina respectul de sine și poate duce la neexaminarea responsabilității celorlalți pentru eșecuri. Acest tip de comportament este similar cu cel al unui gardian de închisoare, care eliberează criminalii și închide nevinovații. Fantasma care operează în astfel de situații, este legată de control și posibilitatea de reparație, ca urmare a unui sentiment copleșitor de neputință.

Mecanisme ce susțin întoarcerea la agresor - clivajul

„Absența celuilalt declanșează percepția dureroasă a prezenței celuilalt ca non-Eu. (...) Într-un asemenea caz, când un individ simte că separarea de o persoană înseamnă la nivel inconștient o amenințare pentru integritatea propriului Eu, înseamnă că între Eu și obiect continuă să existe o legătură de atașament foarte specială, caracterizată în viziunea mea, printre altele, de persistența unor părți ale Eului insuficient diferențiate de părțile obiectului. Și atunci angoasa apare deoarece separarea este trăită nu numai ca o pierdere a obiectului, ci și ca o pierdere a unei părți a Eului ca atare, care ca să spunem așa, pleacă cu obiectul pentru a continua să fie una cu acesta.” (Quinodoz J. M., 2017, p.54)

Lipsa granițelor dintre Eu și obiect, atrage - în situații de separare, nu numai o pierdere a obiectului, ci și o pierdere a unei părți a Eului. Acest tip de atașament este numit atașament ambivalent sau anxios și poate apărea ca urmare a unui stil parental inconsistent în furnizarea de afecțiune și siguranță emoțională.

Apărarea prin intermediul clivajului joacă un rol important în menținerea relațiilor abuzive, deoarece duce la incapacitatea partenerilor de a se percepe în întregimea potențialului lor, ca având atât calități cât și defecte, ca aducând atât bucurie cât și suferință.

„O stare a Eului este o uniune formată din trei părți care conține: 1. un obiect, 2. o emoție de legătură și 3. un sentiment reciproc de sine al copilului. Clivajul împarte Eul copilului în două stări separate ale Eului, fiecare conținând câte un sentiment de sine și câte o imagine a obiectului. Emoția care face legătura dintre sinele și obiectul uneia dintre stările Eului este opusă emoției din cealaltă stare a Eului.”(Celani D. P., 2014, p. 170)

O astfel de împărțire a Eului și a obiectului este întodeauna făcută în termeni de bun sau rău. Astfel, atunci când părintele este perceput ca fiind bun, oferind iubire, relația este una pozitivă și copilul se percepe pe sine ca fiind bun și valoros. La polul opus, atunci când părintele devine rău, relația este încărcată de ostilitate și furie iar copilul se percepe pe sine ca fiind obraznic, rău, lipsit de importanță. Prin urmare, atunci când vorbim despre clivaj, una dintre aceste stări ale Eului este dominantă, cealaltă fiind refulată.

„Atașamentul față de obiectele rele este astfel alimentat de ambele fațete ale mecanismului defensiv de clivaj. În cadrul acestui atașament față de părinții inadecvați, „iubirea”, sau mai corect latura „dictată de nevoie” acesteia, este locul manifestărilor, mai puternice sau mai slabe, ale sinelui optimist, în timp ce din sinele rănit se revarsă furia și dorința de răzbunare. Fiecare sine rănit este unic, deoarece experiența diferită, de la o persoană

la alta, a insatisfacției sau abuzurilor din copilărie trezește amintiri ale mâniei și disperării de intensități variabile. Copilul știe că nu își poate înlocui părinții, oricât de rejectivi ar fi față de el, cu alții mai buni: de aceea, sinele său rănit refuză separarea. Această focalizare cu o înaltă încărcătură emoțională asupra părintelui nu se schimbă în momentul în care copilul ajunge la maturitate.”(Celani D. P., 2016, p.54)

Astfel, pentru a conserva dependența, imaginea mamei va rămâne cea a unei mame bune, celelalte aspecte fiind refulate și putându-se manifesta în situații mai puțin amenințătoare, cum ar fi, de exemplu, relația cu profesorii sau relația terapeutică. Un copil care nu are suficiente introiecții pozitive, are nevoie de acea relație de dependență pentru a putea supraviețui.

Unul dintre cele mai importante aspecte de menționat, în ceea ce privește apărarea prin intermediul clivajului, este faptul că cele două imagini parțiale ale obiectului, care sunt în relații cu cele două imagini parțiale ale sinelui, sunt constant separate. Acest aspect funcționează ca o ancoră în menținerea relației, deoarece mama bună nu poate avea nicio influență asupra mamei rele, așa cum sinele bun nu poate înlănzii sinele rău.

Sinele abuzat și sinele încrezător

Copilul neglijat sau abuzat nu a primit suficient de multe momente de gratificare, iubire, susținere, pentru a dezvolta un sentiment sănătos de a fi bun și valoros. Astfel, ceea ce dezvoltă în relația cu părintele este un sentiment dominant de rău. Celani (1994) numește acest sentiment de sine, sinele abuzat, în timp ce Fairbarin (1943) l-a numit inițial ``.

„Sinele abuzat este dominat de amărăciune, cinism, ură autodistructivă și, în mod paradoxal, de un respect pentru însușirile specifice respingerii din partea mamei sau tatălui.”(Celani D. P., 2014, p. 177) Prin urmare, si-

nele abuzat este acea parte a sinelui care se activează în momentele de abuz sau deprivare emoțională, ca o metodă de a conserva imaginea pozitivă a părintelui.

O astfel de defensă se instalează în raport cu un comportament extrem al părinților, un comportament adesea copleșitor pentru psihicul unui copil.

„Părinții sănătoși își țin furia sub control și, de aceea, se comportă ca ei înșiși. Copilul unor părinți sănătoși poate vedea aproape întodeauna iubirea din spatele furiei. Părinții primitivi, pe de altă parte, pot fi atât de absorbiți de furie, încât pot părea persoane total diferite – aceasta încurajând și întărind procesul de clivaj.”(Celani D. P., 2014, p. 186)

Prin urmare, în astfel de situații extreme, copilul este incapabil să mai vadă iubirea sau bunătatea părintelui, acesta din urmă transformându-se în cu totul o altă persoană, o persoană amenințătoare.

O stare a Eului cuprinde trei componente: un obiect, o emoție de legătură și un sentiment reciproc de sine. Atunci când sinele abuzat este cel dominant, sentimentul dominant de sine este cel de neîncredere și lipsă de valoare. Adesea, pacienții care trăiesc în relații abuzive, nu au în plan conștient posibilitatea unei altfel de relații. Această funcționare este adesea corelată cu apărarea morală. Astfel, sentimentul de rușine contribuie la întărirea legăturii dintre victimă și abuzator, iar rezultatul acestor mecanisme poate adesea suna astfel: „M-a lovit/jignit pentru că nu sunt în stare de nimic.”

Atunci când lumea internă a victimelor este condusă de amintirile legate de momentele de abuz, acestea adesea se angajează într-o serie de auto atacuri, care se pot întinde pe un paletar larg, de la injurii la adresa propriei persoane, la comportamente autodistructive. În spatele acestor comportamente stau valuri de ură și furie. Comportamentele autodistructive, cum ar putea fi băutul excesiv sau drogurile, pot fi o metodă de a înneca durerea care rezultă din imaginea negativă pe care aceste persoane o au despre sine.

Celani (2016) subliniază importanța înțelegerii intensității emoțiilor legate de amintirile îngropate în sinele abuzat, acestea reflectând reacțiile inițiale la evenimentele familiale dureroase. Deoarece aceste reacții pot rămâne neschimbate de-a lungul timpului, emoții puternice pot fi declanșate atunci când aceste amintiri sunt aduse la suprafață. Este important de recunoscut faptul că furia și setea de răzbunare a sinelui rănit sunt nerealiste și pot fi asociate exclusiv cu momentul și locul în care evenimentul a avut loc pentru prima dată. În timpul confruntării cu indiferența sau abuzul, reacția emoțională a fost puternică deoarece persoanele în cauză s-au simțit vulnerabile și neajutorate, percepând amenințarea asupra vieții. Amintirile din trecut sunt reale, dar emoțiile lor sunt adecvate doar momentului și locului în care acestea au avut loc pentru prima dată.

Un alt indicator important al sinelui abuzat poate fi hipersensibilitatea la critică, fie ea reală sau fantasmată. Pacienții cu o astfel de funcționare ar putea adesea să se străduiască să atingă nivelul perfecțiunii în diferite domenii ale vieții, o casă perfect aranjată, mese atent gătite, o preocupare excesivă pentru aspectul fizic, dorința excesivă de a performa la locul de muncă.

Un alt aspect important al sinelui abuzat este tendința de a-i învinovăți pe ceilalți, acest aspect este deopotrivă periculos deoarece furia consolidează atașamentul față de obiectul rău, iar setea de răzbunare și furia dintr-o relație pot fi privite ca o formă de împreună în negativ. Prin urmare, eliberarea de furie presupune și eliberarea din cercul vicios al relațiilor abuzive, reparația fiind mai degrabă facilitată de înțelegerea propriei dinamici interne și prin interiorizarea unei noi relații de obiect, prin intermediul relației terapeutice.

Sinele abuzat este locul în care sunt stocate toate amintirile despre abuzuri, amintiri folositoare pentru un proces terapeutic, proces care are ca scop primar ruperea cercului vicios iar un astfel de proces nu poate începe decât prin identificare sursei originare. Desigur, sinele abuzat, fiind încărcat

cu suferință, cinism, ură de sine, niciun pacient nu își dorește să rămână blocat în acea parte din interiorul său, iar această dorință mobilizează apariția sinelui încrezător.

Sinele încrezător face referire la imaginea trunchiată, pozitivă, pe care individul o are asupra abuzatorului său. Adesea pacienții abuzați păstrează la suprafață aspectele pozitive ale relației, ca un efort inconștient de a menține relația. Această imagine pozitivă a partenerului sau a părintelui abuziv își are originea în speranța că în cele din urmă iubirea și aprecierea mult așteptate vor sosi. Prin urmare, postulatul inițial de Fairbairn (1943) sub denumirea de Eu libidinal, sinele încrezător, așa cum a fost redenumit de către Celani (1994) stă la baza întoarcerii victimei la agresor, prin refularea amintirilor legate de abuz.

Fairbairn (1943) a postulat, de asemenea, existența unui obiect incitant, obiect în raport cu care se naște această parte din copil, aspect ce întreține, la maturitate, lanțul vicios al relațiilor abuzive. „Aspectul incitant al părintelui își are originile în promisiunile pe care le face părintele legate de îngrijire, de gratificare și de iubire față de copil. Părintele angajează această promisiune față de copil prin simpla sa poziție de părinte.”(Celani D. P., 2014, p.191-192)

În egală măsură, un părinte care nu a oferit nicio formă de gratificare nu poate deveni un obiect incitant prin prisma faptului că nu a existat o promisiune de gratificare.

Un copil care nu are și introiecții pozitive despre părinte sau despre un îngrijitor nu ar putea supraviețui. Prin urmare, putem presupune că în fiecare adult abuzat există și amintiri ale unor momente de gratificare, iubire, îngrijire sau alint. Astfel de amintiri conferă speranța că într-o zi ar putea exista mai multe astfel de momente.

La maturitatea, atunci când sinele încrezător este dominant, partenerul abuziv devine o persoană incitantă care ar putea oferi iubire. Clivajul este mecanismul de apărare care permite această permutare.

Persoanele care au fost deprivat încă din copilăria mică de o relație satisfăcătoare de iubire, poartă în interiorul lor un gol. Atunci când sinele abuzat este cel dominant și amintirile abuzurilor există în plan conștient, teama de abandon devine copleșitoare deoarece individul nu cunoaște o altă formă de relație. Prin urmare, conștientizarea abuzurilor, ar putea naște gânduri legate de separare, gânduri care pot fi întâmpinate de o anxietate copleșitoare. Astfel, acea parte deprimată din sine va fi refulată și sinele încrezător își va face apariția, ca o modalitate de a amuți teama de abandon și de a menține relația, singura pe care individul o cunoaște.

Pentru a înțelege metodele de întărire a sinelui încrezător, trebuie luat în considerare faptul că, așa cum un copil se întoarce iar și iar acasă, într-un cămin în care este abuzat și individul ajuns la maturitate revine acasă, în același mediu încărcat cu ostilitate. Prin urmare, păstrând în minte momentele pozitive din relație, întoarcerea la agresor să fie mai degrabă încărcată de speranță, decât de o anxietate copleșitoare. Așa cum copilul abuzat sau neglijat nu are/nu cunoaște un alt cămin în care să trăiască, multe dintre victimele abuzurilor domestice sunt izolate sau se izolează, prin intermediul apărării morale (rușinea), de familie sau prieteni, evitând o confruntare violentă cu realitatea.

Dintre metodele de consolidare a sinelui încrezător, Celani (1994) menționează utilizarea unui obiect tranzițional. Termenul de obiect tranzițional a fost introdus de Winnicott (1953) „pentru a desemna un obiect material care are valoare electivă pentru sugar și pentru copilul mic, în special în momentul adormirii (de exemplu un colț de cuvertură, un servetel pe care îl sugă).” Așa cum sugerează și termenul de tranzițional, scopul acestui

fenomen este acela de a facilita tranziția de la o formă arhaică de relație, cu mama, la o relație de obiect.

Prin urmare, obiectul tranzițional este un obiect material, care este folosit cu scopul de liniștire și care adesea, într-un concret, ar putea avea mirosul mamei, urme de uzură și mâncare, toate fiind indiciile unor amintiri pozitive, la care sunt asociate sentimente de confort, familiaritate, siguranță. Adesea, atunci când sunt confrunțați cu prima separare de părinți, cum ar fi mersul la creșă, copiii mici ar putea lua cu ei păturica preferată, ursulețul cu care dorm sau chiar o suzetă.

Pentru copiii neglijăți sau abuzați, obiectele tranziționale sunt de o reală valoare deoarece le permit acestora din urmă, să păstreze cu sfințenie rămășițele relației pozitive cu părinții și întăresc astfel, prin intermediul fantasmelor și a încrederii nerealiste, speranțele unei relații gratificante, întărind sinele încrezător.

În cazul indivizilor ajunși la maturitate, se întâmplă adesea ca aceștia să se agațe de obiecte materiale, ca o formă de a menține relația de dependență cu părinții care odinioară i-au abuzat. Astfel de obiecte materiale, pot include de la obiecte de vestimentație până la imobile. Versurile unui cunoscut cântec din folclorul românesc, evidențiază această tendință: „Îi pacat, nu-i drept, nu este bine/ Să vinzi casa care te-a-ncălzit./Casa parintească nu se vinde,/Nu se vinde tot ce este sfânt,/ Încă vin copiii s-o colinde.../Nu stiu că părinții nu mai sunt.” (Casa părintească - Grigore Vieru) Adultul care a cunoscut în copilărie o relație satisfăcătoare de iubire cu părinții, un cămin în care a dominat sentimentul de siguranță, care are suficiente introiecții pozitive, va avea capacitatea de a face doliu, de a se confrunța cu firescul din procesul natural de îmbătrânire și moarte.

Terapia pacienților abuzați

Principalul obiectiv al terapiei pacienților abuzați este reprezentat de consolidarea Eului pacienților, aspect facilitat de introiectarea relației terapeutice, fără de care diferențierea de obiectul rău nu este posibilă deoarece nu există suportul creat de amintirile pozitive din relația cu părinții. Într-o primă etapă, terapia pacienților abuzați se concentrează pe crearea unui mediu susținător care să asigure menținerea structurii Eului în momentul separării de agresor. O astfel de abordare este posibilă doar în situațiile în care pacientul nu se află într-un pericol iminent, pericol care ar necesita o abordare mai directivă, inclusiv posibilitatea mutării pacientului într-un adăpost pentru victimele abuzurilor.

Fairbairn (1943) consideră că terapeutul ar trebui să devină pentru pacient un obiect neobișnuit de bun, astfel încât toate nevoile pacientului de dependență, nevoi frustrate de obiectele sale originare, să se poată manifesta în relația terapeutică. Se întâmplă adesea ca, la puțin timp după începerea terapiei, pacienții să resimtă că primesc mai multă atenție, grijă, suport decât au primit în toți anii copilăriei. Acest aspect în sine ar putea fi motorul din spatele rezistențelor pacienților, prin simplu fapt că este un limbaj necunoscut lor. Nivelul crescut al rezistențelor acestor pacienți poate genera adesea trăiri contratransferențiale greu de tolerat, astfel pot apărea pe alocuri *acting-uri* în contratransfer.

Una dintre posibilele erori terapeutice în lucrul cu pacienții abuzați ar putea fi un nivel crescut de seductivitate din partea unui terapeut care are la rândul său un rezervor de nevoi simbiotice nesatisfăcute din propria copilărie. Terapeutul ar putea avea dificultăți în implementarea și menținerea cadrului, de exemplu: apeluri telefonice, anularea ședințelor, neplata ședințelor. Cadrul terapeutic poate asigura un nivel de predictibilitate și încredere, necesar atât

în consolidarea unui alianțe terapeutice, cât și din perspectiva experienței reparatorii, căci de cele mai multe ori pacienții abuzați nu au avut parte în copilărie de stabilitate și predictibilitate în familiile de proveniență.

Procesul terapeutic al pacienților abuzați poate fi privit, din unele puncte de vedere, ca o cursă cu obstacole. Unul dintre aceste obstacole fiind reprezentat de neîncrederea pacientului în intențiile terapeutului. Sursa acestei neîncredere își are rădăcina în sinele abuzat al pacientului, care îl determină pe acesta din urmă să privească toate relațiile ca având un potențial distructiv. Într-o primă etapă, pacientul ar putea testa răbdare și bunele intenții ale terapeutului prin diferite atacuri la adresa cadrului. În astfel de situații, o viziune clară asupra dinamicii interne a pacientului și atenția la contratransfer ar putea face diferența dintre o reacție (*acting*) și o interpretare care să îi ofere pacientului o înțelegere asupra dinamicii sale interne, dar și încrederea necesară procesului terapeutic. Pacienții cu istoric de abuz caută adesea motive care să justifice neîncredere în suportul oferit.

O altă formă de testare a cadrului, întâlnită în mod particular în rândul pacienților cu istoric de abuz sexual, poate fi reprezentată de încercarea de a seduce terapeutul, ca o manieră de a-l corupe pe acesta și de a-și confirma suspiciunile de neîncredere.

Ședințele în care amintirile legate de abuzuri nu sunt refulate, pot fi urmate de ședințe în care sinele încrezător este cel dominant, astfel terapia pacienților abuzați poate părea pe alocuri o luptă cu morile de vânt, trăirea contratransferențială dominantă în aceste momente fiind neputința, o neputință care în multe dintre situațiile de *acting* în contratransfer pare să ceară tribut.

Legat de dinamica relației de cuplu, sensul pe care reușim să îl dăm, în multe dintre aceste terapii este refulat de către pacienți de la o ședință la alta

iar în locul trăirilor negative la adresa partenereului/partenerei pot apărea noi și noi simptome, ca o modalitate inconștientă de a menține relația.

Interpretările materialelor extratransferențiale pot crea o punte de tranziție, permițându-le pacienților să își gestioneze experiența de la o distanță emoțională resimțită ca fiind optimă, ca mai apoi să devină din ce în ce mai capabili să își recunoască propriile stări subiective și mai capabili să perceapă terapeutul ca fiind o persoană distinctă.

Vacanțele terapeutice pot fi adesea prilej pentru noi simptome, ca o manieră de a proteja terapeutul de o serie de trăiri negative, atunci când acesta din urmă devine obiectul rău. Pe măsură ce terapia avansează, pacienții reușesc să verbalizeze trăirile pe care vacanța terapeutică le evocă.

Acest aspect ilustrează maniera în care pacientul a introiectat gradual procesul terapeutic, ca experiență pozitivă, fapt ce îi permite să îl perceapă pe terapeut ca fiind o persoană distinctă, față de care ar putea avea trăiri, căreia îi poate simți lipsa, fără ca acest aspect să presupună o amenințare la integritatea Eului.

De asemenea, procesul de diferențiere crescândă îi permite pacientului să aibă o imagine din ce în ce mai constantă și completă asupra obiectului, care este deopotrivă, de data aceasta, obiectul incitant (prin sprijinul pe care îl oferă) cât și obiectul rău.

În ceea ce privește materialul genetic, interpretările oferite au rolul de a evidenția maniera în care aceștia s-au simțit răspunzători pentru situațiile din familia de origine, în multe cazuri pentru abuzurile la care au fost supuși sau pentru situațiile în care au fost martorii certurilor violente dintre părinți, cu scopul de a creiona un tablou ceva mai realist. Devenind conștienți de sentimentul disproporționat de vinovăție din relațiile cu părinții, se întâmplă adesea ca acești pacienți să poată privi într-o manieră mai realistă dinamica relației de cuplu.

În astfel de travalii terapeutice simt adesea în contratransfer valuri de neputință, în unele circumstanțe furie, acelea fiind momentele în care neputința devine coplesitoare și, ca urmare a unor posibile identificări proiective, chestionez munca pe care o fac în relație cu pacienții. Înțelegerea contratransferului m-a ajutat să conțin diferite atacuri la cadrul terapeutic și a ajutat pacienții să mențină relația terapeutică, în ciuda momentelor de anxietate. Am ajuns să înțeleg, din experiența clinică de această dată, faptul că principalul instrument în munca din cabinet se găsește în dinamica transfer – contratransfer, așa cum am înțeles și faptul că neputința pe care acești pacienți o aduc în cabinet este motivul din spatele confuziilor generale cu privire la aceștia, inclusiv felul în care sunt percepuți de societate.

Terapia pacienților abuzați poate fi adesea o provocare din prisma rezistențelor pe care acești pacienți le au în a se separa de tipare relaționale disfuncționale, pentru a lăsa spațiul necesar unei noi relații autentice și satisfăcătoare cu un altul, în cazul acesta terapeutul. Terapeutul care își însoțește pacienții într-o astfel de călătorie, va fi confruntat cu o experiență complexă, ce se poate întinde de la propriile nevoi simbiotice nesatisfăcute și de la zona sadismului neintegrat, până la dificultăți oedipiene nerezolvate încă. Prin urmare, pe cât sunt de greu de gestionat astfel de travalii, pe atât călătoria cu fiecare pacient în parte va îmbogăți experiența internă a terapeutului, returnându-i acestuia părți din sine, pierdute în procesul de dezvoltare sau oferite tribut propriilor obiecte interne.

BIBLIOGRAFIE

- Blackman, J. (2012), *101 apărări*, Editura Trei, București.
Bollas, C. (2013), *Isteria*, Editura Trei, București.

- Bowlby, J. (2011), *O bază de siguranță*, Editura Trei, București.
- Celani, D. P. (2014), *Iluzia iubirii*, Editura Trei, București.
- Celani, D.P. (2016), *Plecarea de acasă*, Editura Trei, București.
- Fairbairn, W.R.D. (1952), *Psychoanalytical Studies of the Personality*,
Routledge and Kegan Paul, Londra.
- Freud, S. (2005), *Studii despre isterie (Opere, vol. 12)*, Editura Trei, București
- Freud, S., (2010), *Dincolo de principiul plăcerii în Opere esențiale*, vol. 3.
Editura Trei, București.
- Fromm, E. (1998), *Frica de libertate*, Editura Teora/Universitas, București.
- Kanwal, G. și Akhtar, S. (2021) *Intimitatea*, Editura Trei, București.
- Magler, M. (1998), *Symbiose and Individuation*, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart.
- Mertens, W. (2018), *Introducere în terapia psihanalitică*, Editura Trei,
București
- Miller, A. (2022), *Corpul nu minte niciodată*, Editura Herald, București.
- Quinodoz, J.M. (2021), *Îmblânzirea singurătății*, Editura Trei, București.
- Ruppert, F. (2015), *Simbioză și autonomie*, Editura Trei, București.
- Ruppert, F. (2021), *Iubire, dorință și traumă*, Editura Trei, București.
- Silverstein, M.L. (2019), *Tulburări ale Sinelui*, Editura Trei, București.
- Welldon, E. V. (2018), *Mother, Madonna Whore*, Routledge, Londra.
- Winnicott, D. (1986), *Home is Where We Start From*, Norton, New York.