

DEFINIRANJE FIZIČKIH I EMOCIONALNIH GRANICA U OBITELJSKOM SISTEMU

Sažetak

U svijetu koji nas okružuje svuda su uspostavljene vidljive i nevidljive granice i barijere. Granice između država, kultura, naroda, uspostavljene su na bazi političkih, nacionalnih, društvenih, ekonomskih, vojnih odnosa i karakteristika. Te granice mogu biti vidljive ili nevidljive, jasne ili nejasne, rigidne, difuzne, propusne ili nepropusne. Za prelazak iz jedne teritorije na drugu, preko granice koja te teritorije razdvaja, u zavisnosti od definicije granice, trebaju nam različiti dokumenti, potvrde, identifikacije...

Na istovjetan način definirane su i granice između ljudi. One mogu biti fizičke, emocionalne, socijalne, intelektualne, moralne itd. Prve granice s kojima se suočavamo i koje učimo su one koje se uspostavljaju u obiteljskom sistemu. U tom primarnom socijalnom, emocionalnom, intelektualnom, duhovnom, moralnom i fizičkom jezgru mi usvajamo i prve pojmove i predstave o granicama. Osobe koje najdirektnije određuju prirodu i vrstu granica su naši roditelji. Uz prve korake, riječi, razmjenu emocija i rađanje našeg socijalnog JA uče se i prve predstave o granicama. Priroda granica uvjetuje naknadna emocionalna, voljna, intelektualna i socijalna (po)rađanja i obratno, uspjeh prvih socijalnih, emocionalnih i fizičkih koraka uvjetuje prirodu granica. Naučeni koncept granica prenosimo dosljedno tokom našeg života na sve druge životne relacije, van primarnog sistema u kojem obitavamo – van obitelji u izvanobiteljske sisteme.

Ključni pojmovi: *emocionalne i fizičke granice, unutarobiteljske granice, vanobiteljske granice, obiteljski sistem.*

DEFINING PHYSICAL AND EMOTIONAL BOUNDARIES IN FAMILY SYSTEM

Summary

In a world that surrounds us, visible and invisible boundaries and barriers are set up everywhere. Boundaries between countries, cultures, nations, are based on political, national, social, economical, military relations and characteristics. Those borders can be visible or invisible, clear or vague, rigid, diffuse, permeable or impermeable. To cross from one territory to another, over the border that separates them, depending on definition of that border, we need different documents, verification, identifications...

Boundaries between people are defined in the same way. They can be physical, emotional, social, intellectual, moral, etc. First boundaries we face and of which we learn are ones set up in family system. In that primary social, emotional, intellectual, religious, moral and physical core we adopt first terms and ideas of boundaries. Persons who most directly determine nature and type of boundaries are our parents. With first steps, words, exchange of emotions and development of our "social I", we learn first time of boundaries. Nature of those boundaries determines later emotional, willing, intellectual, and social births and vice versa, success of first social, emotional and physical steps determines nature of boundaries. We pass on learnt boundaries concept consistently during our life on other relations, outside of primary system of living - in out-of-family systems.

Keywords: *emotional and physical boundaries, inside-of-family boundaries, out-of-family boundaries, family system.*

Vidljive i nevidljive barijere – fizičke i emocionalne granice

Cjelokupna priroda oko nas svjedoči istinu da sve u rasponu od mineralnog do svijeta ljudi ima svoje limite, oblike, tijela na temelju kojih komunicira sa okolinom. Naša tijela su fizičke granice putem kojih se određuju dometi, svrhe, ali prepoznaju prve granice – one fizičke. Krljušti kod riba, bodlje kaktusa, želatinozna masa meduze, su

fizičke granice putem kojih ove vrste komuniciraju sa okolinom, ali i okolina sa tom vrstom. Ljudi svojim izgledom, neverbalnim gestama, oblačenjem, dodirima i blizinom tijela nagovještavaju granice koje uspostavljaju sa okolinom. U svijetu ljudi prvi koraci i oslanjanje na druge, prve razmjene nježnosti, učenje toalet kulture, ali i oblačenje, neki su od najznačajnijih procesa putem kojih usvajamo pojam granica. Očekivanja koja roditelji imaju od svoje djece u emocionalnoj i intelektualnoj razmjeni imaju tu funkciju. Gdje naše osobno završava a drugo počinje jeste granica. Postupci podizanja djece koji su također kulturalno uvjetovani utiskuju se u našu svijest i prate nas kroz život razotkrivajući strukturu naše ličnosti i u području definiranja distance i bliskosti prema drugima.

Različite kulture na raznolike načine definiraju kod svojih pripadnika i koncept odnosa koji se nastavlja graditi do kraja života. Rano odvajanje u zasebnu postelju tek rođene djece u nekim kulturama kroz koncept ranog učenja nagovještava i definiranje socijalnih i emocionalnih zona koja karakteriziraju aktore odnosa u toj kulturi. Nasuprot takvim, u drugim kulturama insistira se na većoj socijalnoj i emocionalnoj koheziji, razvoju kolektivnog duha i podređivanju zajednici, pa se njezini pripadnici duže u prvim mjesecima i godinama života zadržavaju u roditeljskoj postelji (Keller, 2007).

Način na koji se ostvaruje kontakt, razmjenjuju nježnosti i vrlo rano uči na koga se možemo osloniti, koga oslovljavati sa „ti“ ili „vi“ u službi je usvajanja koncepta nevidljivih i vidljivih barijera. Kome otkrivamo emocionalna stanja, a kome ne, također je način putem kojeg definiramo barijere i granice. Način na koji se učimo toalet kulturi, preuzimanju brige za vlastitu čistoću ima istu funkciju. Postavka porodice/obitelji, raspored, način objedovanja uči nas kako uspostaviti granice između ljudi, generacija, distribucije moći, povjerenja... Insistiranje na pozitivnoj, negativnoj ili ometajućoj atribuciji dječijeg ponašanja također¹.

Kroz ove atribucije i etiketiranja dječijeg ponašanja roditelji nastavljaju davati svojoj djeci imena. „Nadijevajte djeci lijepa imena“ jeste jednom od religijskih normi, ali se davanjem imena i prezimena ne završava imenovanje djece. Putem atribucije dječijeg ponašanja nadijevanje imena se nastavlja, a ta imena na nekom suptilnom duhovnom nivou nastavljaju etiketirati i imenovati jednu osobu.

¹ Detaljnije opise atribucije dječijeg ponašanja vidjeti u: Alić, A. (2012). *Struktura i dinamika obiteljske kulture*. Sarajevo: Dobra knjiga i CNS.

Kako? Ukoliko roditelji dječije ponašanje karakteriziraju nazivima „bezobrazniče-bezobraznice“, „banditu“, „lopove“, „nestaško“, oni nesvjesno nastavljaju djeci davati imena i definirati njihov identitet. Ta imena vrlo često znaju oblikovati dječije poimanje sebe i dalekosežno odrediti ponašanje jedne osobe. Dijete nesposobno da se oslobodi, pogotovo negativnih stigmi, na kraju će naći izlaz u reverznoj zabrani, pa će reći „e sad ću vam baš pokazati kako sam nestašan!“. Nošenje bremena nedovoljnosti, bezobraznosti (bez-obraza) sa tako definiranim pred-imenima najdirektnije utječe i na definiranje granica prema sebi, unutar obitelji, u vanobiteljskim relacijama. Zbog toga su ljudi skloni u svakodnevnim relacijama za one koji su bez-obraza i konstatovati kako „nemaju granica“. Granice nemaju ni oni koji neumjereno grabe, zgrću, gomilaju ne samo materijalna bogatstva, već i stvari kojima se mjere društveni prestiž, karijera, ugled, stavljaju socijalno poželjna lica, priželjkuju potvrdu, milovanja, zagrljaje, unutarnji smiraj nalaze, ne u vlastitim sposobnostima i postignućima, već isključivo u priznanjima koja dolaze iz vana, iz socijalnog miljea u kojem se kreću.

Znamo da se pojedinim osobama ne smije povjeriti novac jer će ga pronevjeriti, ali isto tako znamo da se nekima ne smiju povjeriti tajne, jer ih ne znaju čuvati. S nekim ljudima nismo sigurni, ne smijemo im se previše tjelesno približiti, niti odavati intimne stvari, naprosto, jer znamo da nisu naučeni uspostaviti adekvatnu granicu i distancu. Takvi ljudi zloupotrebljavaju blizinu jer nemaju usvojen koncept granica.

Na eksplicitnom nivou, ponašanjem, oblačenjem ali i preferiranjem vrijednosti ljudi također govore o tome kako su definirali granice. Odjećom na simboličkom nivou komuniciramo sa okolinom: tijesno – elegantno/široko, šareno – jednobožno, veselo – zatvoreno... samo su neki od polova između kojih osobe izborom odjeće govore o tome kakve granice žele uspostaviti.

Nesmotreni upadi u tuđu intimu, postavljanje pitanja koja nas se ne tiču o drugim osobama (posebno o stvarima o kojima te osobe ne žele razgovarati) jeste govor o granicama. Prevažodno granicama uspostavljenim na osobnom iskustvu učenja granica u obitelji orijentacije. Kroz proces uvođenja u kulturu (enkulturacija) učimo o tijelu, upoznajemo vlastito tijelo i spoznajemo granice tijela; kroz socijalizaciju učimo kako i u koje svrhe koristiti tijelo. Isto je i sa učenjem jezika, kontrole emocija, mišljenjem... Tako se formira naš

subjektivitet u objektivnom tjelesnom, emocionalnom, kognitivnom, moralnom, voljnom biću. Obitelj sa svojim specifičnim granicama definiranim unutar sebe, ali i prema vanjskim sistemima predstavlja predvorje kulture i društva. U tom predvorju, sukladno tome kako su u obitelji definirane granice, mi učimo kako definirati i sve relacije prema ostatku svijeta.

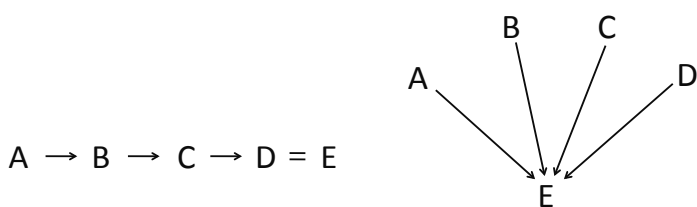
Isprepletenost odnosa u obiteljskom sistemu

Sa stanovišta funkcionalizma, za čovjekovo funkcioniranje neophodna je prilagodba za participiranje u društvu, dok je za strukturalni dio važno postojanje stabilnog sistema odnosa, pri čemu su i stabilnost, ali i sposobnost prilagodbe, neophodne funkcije obitelji. Polazeći od pretpostavke da je svaka osoba dio društvenog sistema te da je za razumijevanje pojedinca i obitelji od posebnog značaja razumijevanje društvenog i obiteljskog sistema, struktura, funkcija i procesa, pobornici strukturalnog modela izučavanja i tretmana obitelji akcenat stavljaju radije na kontekstualni, nego na individualni aspekt obiteljskog funkcioniranja. U strukturalnom smislu, zdravlje, kompetentost i poziciju pojedinca uvjetuju ključne odrednice obitelji u njezinoj cjelovitosti, hijerarhijskog organizaciji i međuzavisnosti obiteljskih subsistema. Temeljeći svoje stavove na istraživanju i terapijskom radu s velikim brojem različitih tipova obitelji, Salvador Minuchin i saradnici su ustanovili kako se brojni psihosomatski poremećaji zapaženi kod pojedinaca mogu pripisati istovjetnim psihosomatskim procesima začetim u samim obiteljima (Goldenberg & Goldenberg, 2008). Prikupljajući podatke o djeci koja su patila od dijabetesa, astme i anoreksije, Minuchina su nalazi redovno upućivali na zaključak da je lokus patologije nužno preusmjeriti na izučavanje obiteljskog konteksta. U obiteljima za koje je zapazio da imaju zajednička obilježja prenaplašene emocionalne vezanosti, s nejasno definiranim granicama subsistema u kojem je onemogućen razvoj autonomije, redovno su se pojavljivale brojne somatizacije članova uzrokovane bolešću obiteljskog sistema. Za obitelji koje Minuchin označava kao psihosomatske, utvrđeno je da su se roditelji ponašali prezaštitnički, ometajući na taj način proces razvoja autonomnog djelovanja i sputavajući želju mlađe generacije za bilo kakvim vanobiteljskim aktivnostima. U velikom broju slučajeva, ranjiva djeca su zauzvrat razvijala mehanizme putem kojih

su na različite načine „donosili odluku“ (istina, nesvjesnu) da zaštite svoju obitelj. Takva vrsta „zaštite“, a zapravo transakcije, najčešća je tamo gdje su narušeni odnosi između roditelja, ali i ostalih obiteljskih sustistema. U situacijama kada je zbog nerazvijenih mehanizama nošenja sa stresom obitelj bila pod neizdrživim pritiskom, pojava bolesti kao da je imala za cilj da deaktivira potencijalnu imploziju, te skrene pažnju s bazičnih obiteljskih problema fokusirajući se isključivo na potrebe jednog njezinog člana (u većini slučajeva predisponiranosti za bolesti su postojale, ali se ne bi aktivirale da obitelj nije iskusila krizu koju nije u stanju riješiti)². Na ovaj način se odlaže rješavanje problema obiteljske disfunkcionalnosti, donosi odluka da se privremeno odlože i sukobi te pažnja preusmjeri na onog člana koji je u stanju najveće ugroženosti.

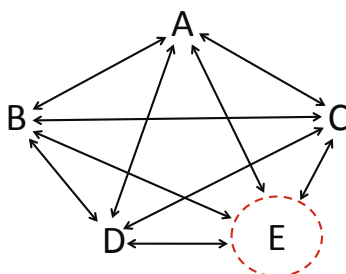
Polazeći od strukture, unutar ovog modela uvode se pojmovi operativnih pravila i rituala, generičkih i idiosinkrazijskih pravila, transakcijskih ponašanja putem kojih se regulira ponašanje pojedinaca i sistema u cjelini, razumijevanje utjecaja formiranja i funkcioniranja sistema i sustistema, granica između sustistema i sistema, dijada, triangulacija, koalicija te hijerarhije obiteljskih odnosa. Cijeli niz pojmova koji su predloženi unutar strukturalnog modela dalekosežno je utjecao na razvoj cjelovitog pogleda na obitelj te postao nezaobilaznim repertoarom pojmova u sistemskoj teoriji obitelji. Najznačajnija ideja koja će se razvijati tokom druge polovine dvadesetog stoljeća jest udaljavanje od tradicionalnog, linearnog razumijevanja uzročnosti i efekata obiteljske konstelacije. Linearno gledanje na sistem utjecaja, uzroka i posljedica ponašanja članova obitelji slijedilo je logiku po kojoj osoba (ili događaj) A uzrokuje ponašanje osobe B, koja utječe na osobu C, a ova na osobu D, što za posljedicu ima događaj E (slika 1.). Logika $A+B+C+D=E$ opisivala je takozvani „efekat bilijarskih kugli“, prema kojem se shema utjecaj – posljedica tumačila posrednim prenosom stanja s jednog na drugu osobu.

² Pogledati opširnije opise obiteljskih situacija u sjajnoj knjizi: Elkaim, M. (2002). *Ako me voliš, nemoj me voleti*. Novi Sad: Prometej.



Slika 1.

Slika 2.



Slika 3.

Shema 1. Linearna uzročnost (slika 1.), višestruka uzročnost (slika 2.) i sistemsko razumijevanje obiteljskih stanja i odnosa (slika 3.) (adaptirano prema: Friedman, 2011, str. 16)

Istraživači su prvobitno postavku sistemske teorije gradili na modelu višestruke uzročnosti, što je značilo odmicanje od linarnog razumijevanja odnosa. Prema ovom modelu (slika 2.) nezavisni utjecaj više osoba ili događaja istovremeno učestvuje ili utječe na efekat E. Premda su na ovom stupnju razumijevanja obitelji događaji i osobe promatrani još uvijek kao nezavisni, ali ipak kao dijelovi sistema, uviđanje međusobne povezanosti među njima doprinijet će razvoju nove ideje: *dijelovi sistema ne funkcioniraju samo na temelju svoje „prirode“, već s obzirom na njihovu poziciju u mreži odnosa* (Friedman, 2011). Fenomen obiteljske emocionalne jedinice koji se razvio na temelju brojnih istraživanja i terapijskih tretmana pojedinaca i obitelji bit će Bowenovu osnovna ideja za definiranje koncepta obitelji kao emocionalnog sistema (Kerr i Bowen, 1988). Uvođenje novih, međusobno povezanih i zavisnih varijabli omogućit će da se o obitelji kao sistemu govori u kontekstu individualnih i obiteljskih ciklusa, individualnih pozicija članova, emocionalne atmosfere koja utječe na sve članove te tumačenja individualnog i

zajedničkog stanja u međuzavisnim relacijama. To je, u najkraćem, značilo da se sve više pažnje u analizi obitelji treba poklanjati:

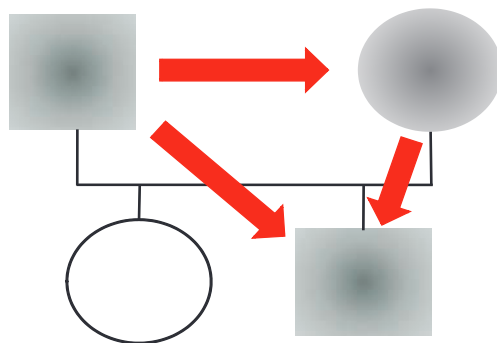
- ukupnoj obiteljskoj atmosferi koja na različite načine i u različitim kontekstima, simultano uvjetuje stanje članova sistema i sistema u cjelini;
- emocionalnom polju u kojem se realizira odnos majka – dijete koje ne samo da je važno za razumijevanje samog odnosa, već samo po sebi postaje važnim područjem istraživanja;
- izdvojenoj relaciji majka – dijete koja će imati različite karakteristike s obzirom na funkciju oca, ne samo u pogledu toga kako otac ostvaruje relaciju prema majci i djetetu, te njima oboma, već kako očevo prisustvo u nuklearnoj obitelji kao cjelini utječe na funkcioniranje i definiranje emocionalnog polja;
- čak se i trauma treba izdići iznad pojednostavljenog modela linearne uzročnosti, budući da trauma koju je doživio jedan član višestruko utječe na sistem, jednako kao što trauma koju doživljava cijeli sistem ne ostavlja bez utjecaja nijednog člana unutar sistema. Pored toga, pozicija svakog člana unutar sistema nije ista, pa neće ni svi članovi biti izloženi istom nivou stresa. I pored toga što će razumijevanje pozicije svakog člana biti jednako važno za razumijevanje unutarobiteljske dinamike, ta se pozicija opet neće moći shvatiti bez analize cijelog sistema (Friedman, 2011).

Obitelj se, tako, poima kao struktura operativnih pravila i rituala putem kojih se regulira funkcioniranje sistema. Uspostavljanje pravila, izricanje dozvola i zabrana te cijeli niz eksplicitnih i implicitnih rituala utkani su u svaki postupak i način na koji se reguliraju odnosi i ponašanja. Primjer svakodnevnih i rutinskih interakcija u kojima dijete neće poslušati majku kada mu kaže da pospremi svoju sobu, ali će zato poslušati oca, dovoljan je za objašnjenje nekih bazičnih značenja obiteljskih pravila. U ovom primjeru vidljiv je koncept obiteljske hijerarhije, nejednakog doživljaja i pozicije roditelja, nestabilnosti roditeljskog subsistema i emocionalnih polja te mogućeg nastajanja koalicija između članova obiteljskog sistema. Dimenzije kontrole i emocionalnosti nisu ujednačeno raspoređene između roditelja, što za posljedicu može imati i neizbalansiranost ukupne emocionalnosti i kontrole na nivou cijelog sistema. Važno je podsjetiti: neizbalansiranost ili disfunkcionalnost jednog člana potencijalno izaziva disfunkcionalnost i neizbalansiranost cijelog sistema. U podjeli uloga, ko, šta, kada, kako i gdje treba da radi u

kući, ugrađena je armatura obiteljske strukture. Kako struktura traži balans, adaptibilnost i fleksibilnost, tako će i priroda sistema biti dobrim dijelom određena strukturom operativnih pravila i podjelom uloga. Dijada, kao najmanja mjera socijalne interakcije, uspostavljena između dva člana obitelji, najosjetljivija je unutar roditeljskih relacija. Djeca već od faze promatrajuće dijade uviđaju djelotvornost roditeljskog ponašanja, kako između roditelja i djeteta tako i između samih roditelja. Strukturalni model veliku pažnju poklanja dijadi roditeljskih odnosa, budući da od funkcionalnosti ove dijade zavise i svi drugi odnosi.

Granice emocionalnih odnosa u obiteljskom sistemu

Iz prethodnih primjera imali smo priliku vidjeti da obitelj funkcionira kao sistem. Kao i u slučaju individue, za obitelj se može ustvrditi kako predstavlja neponovljivu i univerzalnu emocionalnu jedinicu. Prema Bowenu, *emocionalni sistem nuklearne obitelji* ispunjen je pravilom da sve što se tiče jednog člana ima utjecaj i na sve ostale članove obitelji te da se članovi obitelji fuzioniraju u zajedničke relacije, gradeći svojevrsno, obiteljsko „JA“ (Kerr i Bowen, 1988). U prirodi i životinjskom svijetu je poznato da se stanje jednog člana krda, čopora ili jata prenosi na ostale članove. Tako se i stanja anksioznosti ili sreće prenose s jednog člana na druge unutar obitelji. Poznato je da anksioznost može biti akutna i hronična. Akutna se pojavljuje kod ljudi svakodnevno, pod utjecajem dnevnog ritma života. Tako se, naprimjer, usljed vožnje do posla, stresa kojeg proizvodi rad i borba za socio-ekonomski status, kretanja u socijalnim mrežama profesionalnih i intimnih odnosa, može u svakom čovjeku taložiti određena količina anksioznosti. Nasuprot akutnoj, hronična anksioznost se taloži tokom života, procesom programiranja koji se odvija tokom odgoja, enkulturacije, imprintinga. Za hroničnu anksioznost zaslužni mogu biti i obitelj, ali i širi društveni i kulturalni kontekst. Nosimo je kao naviku, ispoljavamo automatski proizvedeći vrlo često brige i o onim stvarima koje se još uvijek nisu ni desile. Za mnoga stanja anksioznosti neophodni su okidači iz makro, mezo i mikro sistema – što je okidača više, to je anksioznost veća. Brojni primjeri nesvjesnog prenosa anksioznosti s jednog člana obitelji na drugog uzrokom su nestabilnosti cjelokupnog obiteljskog sistema.



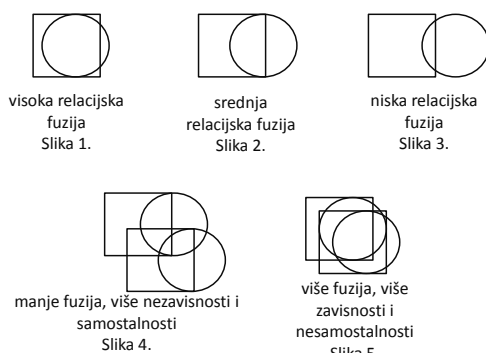
Shema 2. Emocionalni sistem nuklearne obitelji – prenos anksioznosti

Na prethodnoj shemi prikazan je jedan primjer takvog djelovanja. Ukoliko otac dođe kući s nerazriješenim konfliktima s posla, opterećen egzistencijalnim ili poslovnim problemima, anksioznost će prenijeti najčešće na suprugu. U slučaju kada supruga i majka nije u stanju preraditi, apsorbirati ili preusmjeriti anksioznost koja je sada prešla na nju, negativna energija će se u najvećem broju slučajeva na različite načine proslijediti ka djeci. Budući da su djeca nedužna, ali i ponajmanje spremna da se nose s problemima koje ni odrasli nisu u stanju razriješiti, sav teret anksioznosti će se akumulirati u dječijem potencijalnom socijalno nepoželjnom ponašanju. Roditelji će reagirati tek kada iz djeteta progovori agresivnost, neposluh ili neka druga vrsta pobune, začeta zapravo još s prvim unosom anksioznosti iz vanjskog svijeta u obitelj. Koliko je samo obiteljskih sistema u kojima su njeni članovi potpuno nesvjesni da žive nasilje i izlažu jedni druge nasilju? Kontaminaciji obiteljskog sistema potmulim nasiljem i anksioznostima ponajviše pogoduju savremena dinamika i organizacija, koje su karakterizirane životom u prenapućenim gradovima i agresivnim i rigidnim arhitektonskim čudovištima (soliterima i zgradama) u kojima su se čovjek i priroda potpuno udaljili i život učinili robotiziranim i beživotnim. U svakodnevnom nesvjesnom prenosu anksioznosti skriveni su procesi emocionalnog i mentalnog programiranja pojedinaca i u polju definiranja granica prema drugima. Izvorišta stalnih opasnosti, nepovjerenja ili kontinuiranog povrjeđivanja kod većine osoba imaju za posljedicu ili neumjereno nepovjerenje, ili pretjeranu otvorenost i

okrenutost, obično ka vanjskim krugovima u kojima se traži utočište od roditeljskog povređivanja.

Optimalno obiteljsko funkcioniranje proporcionalno raste sa sposobnošću obiteljskog sistema da obezbijedi uvjete za diferencijaciju individualnog selfa od obiteljske ego mase (Kerr i Bowen, 1988). Potvrdom autentičnih vrijednosti svakog člana povećava se poboljšano individualno kognitivno funkcioniranje i smanjenje frustracija. Nasuprot tome, utapanje u amorfnu obiteljsku masu, u kojoj se cijeni samo vrijednost cjeline, ali ne i individualnih specifičnih vrijednosti, uvod je u brojne disfunkcije pojedinaca i sistema. Poremećaji u odnosima mogu eskalirati pojačanim omalovažavanjem, potcjenjivanjem i degradacijom pojedinačnih članova ukoliko pokušaju uspostaviti autentičan vrijednosni odnos. To je sljedeći primjer neadekvatnog učenja definiranja granica.

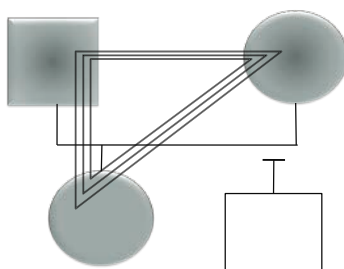
Stanje obitelji kao socijalnog miljea odražava se na kvalitet procesa socijalizacije, a slika obitelji kao autentičnog socijalnog središta prenosi se na socijalnu percepciju u cjelini. Obiteljsko zajedništvo ostvaruje se putem emocionalnih fuzija koje mogu biti labave, optimalne i isprepletene. Murray Bowen izdvaja kategoriju nedovoljno zrelih roditelja, s niskim stupnjem diferenciranosti selfa te izraženim nadfunkcionalnim i neadekvatnim reciprocitetom funkcionalnosti, kao roditelje koji su skloni izabrati jedno od djece na koju fokusiraju svu pažnju. Ovakvu pojavu Bowen označava **procesom obiteljske projekcije**. Na dijete koje je, bez obzira na spol ili redoslijed rađanja, izabrano da bude u centru pažnje, prenose svoj vlastiti nivo diferencijacije i nezrelosti. Dijete koje je uvučeno u ovaj proces imat će najniži nivo diferencijacije, autonomije, najviše će biti zavisno, naprosto „usisano“ unutar emocionalnih gabarita definiranih od strane samih roditelja i najteže će se odvojiti od roditeljskog doma. Posebno su opasne po vlastiti doživljaj djeteta one situacije u kojima roditelji u brojnim kombinacijama i relacijama kontinuirano ističu jedno dijete, drugom-im prebacuju „zašto se ne ugledaš na tvoju sestru – brata...?“, jedni druge iscrpljuju u usporedbama, kritikama i slično. Preferiranje jednog djeteta može biti uvjetovano i spolom, pa se ženska djeca u slučaju dugo očekivanog muškog djeteta mogu osjećati nedovoljno vrijednim ili zapostavljenim. Emocionalne relacije između članova sistema se mogu razvijati u rasponu od visoke do vrlo niske relacijske fuzije i mogu imati nekoliko različitih kombinacija unutar različitih relacija.



Shema 3. Modeli relacijskih fuzija prema Bowenu (adaptirano prema: Gilbert, 2006)

U slučaju visoke relacijske fuzije emocionalne veze su maksimalno isprepletene, čineći jednu osobu pretjerano zavisnom o drugoj i rezultirajući niskom diferencijacijom selfa (slika 1.). Niska fuzija ne obezbjeđuje dovoljan nivo emocionalne energije koja se investira u odnos, zbog čega je veza isuviše labava i nepovezana te može uzrokovati haotičnu formu uspostavljanja prava, obaveza, rituala i podjela uloga (slika 3.). Optimalna fuzija podrazumijeva izbalansiranu emocionalnu vezanost u kojoj osobe istovremeno osjećaju međusobnu privlačnost, povezanost i posvećenost, pri čemu se ne osporava pravo i jednih i drugih za neophodan nivo autonomije, ali i viši nivo diferencijacije selfa (slika 2.). Način uspostavljanja fuzija unutar jedne dijade (posebno roditelja) može se preslikati na dosljedno uspostavljanje i ostalih obiteljskih emocionalnih veza. Tako je ustanovljeno da obitelji u kojima su uspostavljeni optimalni nivoi fuzije imaju i optimalnu strukturu, koja nije rigidna, ali ni haotična (slika 4. i 5.).

Visoko izražena emocionalna relacija između roditelja može se prenijeti i na djecu kao članove sistema. Insistirajući na modelu socijalizacije i obiteljske strukture u kojoj se nastoje ostvariti viši nivo kohezije, roditelji mogu uspostaviti prezaštitnički odnos koji rezultira ne samo prenatravanom emocionalnom vezanošću, već i „pristankom“ djeteta na nesamostalnost, nezavisnost i nesposobnost autonomnog djelovanja. Ovakav tip emocionalne relacije otežava naknadno odvajanje od obitelji orijentacije i uspostavljanje nezavisnog i optimalnog sistema obitelji prokreacije.



Shema 4. Emocionalni sistem nuklearne obitelji – emocionalna fuzija i prekid

Ukoliko obitelj ima više djece, moguće su i takve konstelacije u kojima će drugo dijete odbiti emocionalno se fuzionirati, što se može označiti suprotnim i reverznim ponašanjem. Proces obiteljske projekcije i fokusiranja na jedno dijete također ne mora nužno uzrokovati udaljavanje drugog ili ostale djece. Ukoliko se to ipak desi, tada proces separacije, udaljavanja, izolacije, povlačenja, negiranja važnosti obitelji orijentacije otvara prostor za **emocionalni prekid** („**cut-off**“) djeteta koje ne pristaje na emocionalnu fuziju. Ovo se obično ostvaruje kombinacijom emocionalne izolacije i fizičkog distanciranja, zbog čega osobe koje izlaz iz pretjerane kohezije i emocionalne fuzije nalaze u statusu prekida, traže način na koji će ranije napustiti roditeljski dom – bježanjem od kuće, odlaskom na studije u drugo mjesto, preranom udajom/ženidbom ili na neki drugi način. Emocionalni ili fizički cutoff (prekid) često se prenosi na profesionalni i poslovni plan, ali i na specifično funkcioniranje u obitelji prokreacije. Nisu rijetki slučajevi dugogodišnjih sudskih sporova između najbližih članova familije, a koji ne predstavljaju borbu za parcelu i imovinu, već su zapravo nesvjesna rasprava o emocionalnoj zaostavštini.

Od kvalitete emocionalne vezanosti između članova pojedinačno, ali i cijelih obiteljskih sustava, ovise vrste unutarobiteljskih granica, kao i zaštitnih barijera koje obavijaju obitelj. Postavka roditeljske dijade umnogome uvjetuje i na koji način će unutar obitelji biti uspostavljeni sustavi. Tako se obitelj kao cjeloviti sistem može raslojavati na sustave po različitim kriterijima: sustav roditelja, sustav djece (sa subsustavima

muške ili ženske djece), generacijske, spolne itd. Subsistemi su zasnovani na različitim interpersonalnim potrebama, ali su i definirani različitim kvalitetima granica.

Svako definiranje granica između subsistema predviđa i nivo propusnosti u odnosu na ostale subsisteme. Najpropusnija je **difuzna granica**, što podrazumijeva neumjerenu i nekritičnu otvorenost prema svim relacijama i utjecajima. Takva vrsta neumjerene otvorenosti posebno je izražena kod članova obitelji koji iskazuju nesposobnost za autonomno djelovanje, otežavajući njihovu adaptaciju za vanobiteljske sisteme. **Rigidna ili nefleksibilna granica** potpuno je zatvorena za bilo kakve utjecaje, dok je najoptimalnije definirana propusnost **jasne granice**. Istovjetne tri vrste zaštitnih membrana jedna obitelj može uspostaviti i prema vansjkom svijetu, nastojeći tako zaštititi obiteljski sistem od vanjskih utjecaja.



Shema 5. Primjeri obiteljskih subsistema s različito definiranim granicama

Na prethodnoj shemi opisan je jedan hipotetički model obiteljskog sistema sa subsistemima tri generacije: djeda i nane/bake, roditelja i djece koji se raslojavaju na subsustiseme kćeri i sinova. Subsistem pripadnika najstarije generacije označen je simbolom difuzne granice, subsistem roditelja jasno definirane granice, subsistem djece jasnom, dok se subsustisem kćerki i sinova raslojava na jasnu i rigidnu granicu. Iščitavanje simbola omogućava nam da *rigidno uspostavljenu granicu* tumačimo kao odnos obilježen distancom, insistiranjem na generacijskim i hijerarhijskim različitostima te spremnošću da se održava veza, briga o drugom i zadovoljavanje potreba, ali s vrlo niskim nivoom emocionalnog investiranja. U slučaju mlađe generacije, ona može označavati pobunu i ustajanje protiv pretjerane emocionalnosti ili uspostavljene strukture rituala, pravila, dozvola i zabrana. *Jasna granica* koju su

uspostavili roditelji podrazumijeva balans između kontrole i emocija, prava i obaveza, nivoa zadovoljavanja potreba i optimalnog uplitanja u privatnost drugih, na temelju čega se ostvaruje najoptimalnija autonomija i nezavisnost. Ovako uspostavljene granice omogućavaju da osjećamo prisnost i vezanost i kada smo udaljeni jedni od drugih, ali istovremeno i da budemo dovoljno nezavisni i autonomni da možemo funkcionirati i adaptirati se u vanobiteljskim krugovima. *Difuzna granica* se uspostavlja tamo gdje su nejasno definirane uloge, hijerarhija te se potencijalno nastoji neumjereno ulaziti u privatnost drugih. Ovako definirani subsistemi mogu trpiti česte inverzije uloga na relaciji roditelj – dijete, pa se u slučaju navedenog hipotetičkog modela najstarija generacija može poistovjećivati s pozicijom djeteta, očekujući zauzvrat od svoje djece i unuka da u pojedinim situacijama zauzmu poziciju roditelja.

U disfunkcionalnim obiteljima česte su pojave različitih formi koalicija u kojima se dva ili više članova obitelji udružuju protiv treće, četvrte ili drugih subsistema. Koalicije mogu imati različite forme:

- stabilne su nefleksibilne unutarobiteljske zajednice u kojima okrenutost protiv jednog ili drugih članova obitelji ima trajni karakter te je obilježje svakodnevnog i dugoročnog obiteljskog (ne)funkcioniranja;
- izbjegavajuće koalicije su one u kojima se na trećeg člana prebacuje krivnja zbog različitih oblika disfunkcionalnosti (unos stresa u sistem, nesposobnost, nesnalažljivost da se riješe problemi vitalni za funkcioniranje zajednice i slično) (Minuchin i saradnici, 1978; prema Goldenberg & Goldenberg, 2008).

U slučajevima različitih stilova ponašanja među roditeljima moguće je formiranje specifičnih odnosa unutar dijada, kao i razvoj nekoliko posebnih odnosa (Janković, 2004). Neki od takvih odnosa u obiteljskom sistemu mogu biti označeni kao **simetrični** ili natjecateljski, u kojem se odvija borba partnera za poziciju dominantnog. Iscrpljivanje oko nadmoći tokom vremena može uvući u odnos trećeg člana kako bi se tenzija reducirala, što za posljedicu često ima veću zasićenost tim odnosom prema drugim nego prema samom partneru. Pretjerana zavisnost o drugom i izražena potreba za emocionalnom razmjenom vrlo često zna uvjetovati ovakav odnos, a da sami partneri ili nisu toga svjesni ili to ne žele priznati. **Komplementarni odnos** se zasniva na nejednakosti u dijadi, pri

čemu emocionalni kapital kojeg jedan partner posjeduje ili nudi, drugi uopće nema (hladnoća jednog i pretjerana toplina drugog roditelja ili partnera). Ovakav odnos također može biti povod za traženje redukcije tenzije u uključivanju treće, ili formiranjem zasebnih koalicija i sustava. **Recipročan odnos** podrazumijeva optimalno funkcioniranje partnera, pri čemu partneri ili nisu skloni nadfunkcionalnim statusima, ne iscrpljuju se oko pozicije nadmoći ili uspješno mijenjaju pozicije raspoređujući obaveze, ali i transakcijska stanja. Iz ovako definiranih odnosa proističu i raznolike obiteljske koalicije između kojih se uspostavljaju difuzne, rigidne i jasne granice. Izloženost nekom od različitih odnosa u obitelji utječe na ponašanje u kasnijim fazama života. Pažljivom promatraču i dobrom poznavaoцу utjecaja granica na razvoj pojedinaca, ta saznanja mogu poslužiti i za razumijevanje ponašanja osoba u doba odraslosti.

Intervencije u polju uspostavljenih granica

Neuralgične tačke transmisije opisuju i brojne narodne izreke poput: „kakav otac, takav sin“, ili „iver ne pada daleko od klade“. Razumijevajući takve izreke iz ugla sistemske teorije, složiti ćemo se da značenja takvih izjava premašuju nasljedni faktor te ukazuju na sistemski utjecaj okruženja koji se, jednom naučen, može i generacijama nesvjesno prenositi. Slično je i s kulturalnim programiranjem software-a u pogledu odnosa prema spolovima, sistemu socijalne podrške bliskih i dalekih članova obitelji u stanjima neke potrebe (socijalna osjetljivost kada neko treba pomoć), načinima građenja socijalnih veza u obitelji, odnosu prema obiteljskim tajnama ili granicama moguće zloupotrebe u relacijama nadređeni – podređeni (kao što su relacije; šef – uposlenik; profesor – studentica, roditelj – dijete itd.). Sklonost nepotizmu, korupciji, seksualnim ucjenama, seksualnim zloupotrebama, mobingu i slično, neki su od najilustrativnijih primjera kršenja granica, odnosno, nesposobnosti da se osoba vlada sukladno socijalno i emocionalno propisanim i očekivanim granicama³.

Danas poznajemo niz postupaka putem kojih se može obiteljima pomoći da redefiniraju i poboljšaju proces uspostavljanja granica.

³ Zbog toga smo se na početku teksta i prisjetili svakodnevnih konstatacija: “Ovaj čovjek baš nema granica!”

Neki od primjera obiteljske terapije zasnovane na strukturalnom pristupu podrazumijevaju analizu i interveniranje u području interakcije, raspodjele moći, prirode formiranja koalicija, pozadine i načina definiranja granica sistema i subsistema te specifičnih ciljeva prema kojima je usmjerena obitelj. Terapijske tehnike mogu biti usmjerene ka promjeni **komunikacije** i intervencijama u području definiranja obiteljske **strukture**. Komunikacijska dimenzija zahtijeva analizu atribucije dječijeg ponašanja, najfrekventnijih iskaza, načina na koji se ostvaruju dozvole, zabrane te ispunjavaju svakodnevni rituali.

S obzirom na komunikaciju, granice se redefiniraju promjenom pogrešnih kvalifikacija i atribucija dječije nespretnosti, nepažljivosti itd... te su usmjerene ka *promjeni definiranja problema*. Tako roditeljima koji su prilikom pada djeteta skloni više pažnje posvetiti isprljanoj ili pocijepanoj odjeći treba skrenuti pažnju na potrebu fokusiranja na djetetov bol i strah prouzročen padom. Uporedo s tim, u takvim situacijama se redefinira koncept posramljivanja i kritikovanja grešaka počinjenih u javnosti, kako posramljivanje u javnosti ne bi imalo za posljedicu razvoj koncepta srama, krivice, pogrešne interpretacije vlastite odgovornosti, sigurnosti i opasnosti te granica slobode.

Fokusiranje na hipoteze najčešće je tamo gdje se bježanje, slabije postignuće u školi i drugi problemi pripisuju djetetu smatajući ga pogrešno izoliranim članom koji nema nikakve veze s funkcioniranjem sistema. Tek se uvidom u načine ostvarivanja komunikacije i prirode strukture mogu ukazati stvarni razlozi koji su doveli do ovakvih manifestacija, kao u slučaju projekcije, fuzije, prekida, triangulacija i statusa subsistema i sistema u cjelini.

Četiri situacije triangulacije o kojima su govorili Bowen i Kerr mogu poslužiti za objašnjenje interveniranja u polju *redefiniranja osjećaja između članova jedne obitelji*. Naprimjer, stabilni par koji se suoči s destabilizacijom nakon pojave treće osobe (u slučaju ciklusa obitelji s novorođenčecom), svoju zbunjenost novom situacijom treba sagledati putem identificiranja emocionalnih stanja, a potom redefinirati i preusmjeriti osjećanja nakon identifikacija stvarnih razloga.

Promjene obiteljske strukture podrazumijevaju definiranje ili uspostavljanje već postojećih, ali i nedovršenih granica između subsistema (Janković, 2004; Friedman, 2011). Takvi primjeri

su najčešći u obiteljima u kojima se djeca uvlače u roditeljske sukobe zbog njihove nespremnosti da se nose sa svojim ulogama. Prebacivanja tipa: „kad bi tvoj otac bar jednom uradio ovo kako treba“, ili „kada bi vaša majka pokazala malo više osjećaja za kuću i naše potrebe...“ najslikovitiji su primjeri neophodnosti interveniranja u polju strukture.

Nesložni i nedosljedni roditelji, u strukturalnom smislu, djecu uče neadekvatnom uspostavljanju granica. Spoznaja da se sve može ostvariti priklanjanjem, služenjem, udovoljavanjem, umiljavanjem jednom roditelju, jeste jednim od najčešćih problema koji ugrožava učenje o granicama. Strukturna intervencija u ovakvim odnosima prevashodno je usmjerena na optimiziranje roditeljske i supružničke dijade.

Djelovanja s ciljem mijenjanja odnosa usmjerena su ka reduciranju ili otklanjanju nekonstruktivnih i nepovoljnih odnosa. U slučajevima neodgovornosti jednog roditelja (napuštanje doma, razvod nakon kojeg jedan roditelj odbija komunicirati s bivšim partnerom i djecom, sklonost jednog roditelja alkoholizmu i slično), najstariji sin ili kćerka mogu izdati sebi nalog da kompenziraju i preuzmu odgovornost i ulogu koju je trebao nositi nedostajući roditelj. S obzirom na to da su djeca još uvijek nedovoljno zrela i kompetentna da se nose sa zahtjevima roditeljske uloge (a izostali su i dobri modeli), preuzimanje uloge drugog može ostaviti trajne posljedice na funkcionalnost individue. Takve primjere moguće je naći i u onim obiteljima u kojima bolest ili psihička nesposobnost jednog roditelja da se ponaša optimalno funkcionalno ima za posljedicu djetetovo preuzimanje uloge roditelja, ali na način da se roditelj i obitelj kao sistem zaštite.

Ukoliko roditelji ne pružaju model socijalno odgovorne i osjetljive osobe, djeca će uviđati kako hedonizam, odavanje užitku ili nebriga za potrebe drugih jesu cilj kojem treba težiti. Primjeri olako ostvarenog imetka, serviranje i aranžiranje okoline, kupovina skupih tehnoloških pomagala (kultura nadmetanja mobitelima i kompjuterima), kupovina skupih automobila popraćena porukama „ne smije tebi niko ništa“ i slično ilustrativni su i aktuelni primjeri kako se interveniranjem u polju životnog stila mogu očekivati promjene navika i ponašanja djece.

Literatura

- Alić, A. (2012). *Struktura i dinamika obiteljske kulture*. Sarajevo: Dobra knjiga i CNS.
- Elkaim, M. (2002). *Ako me voliš, nemoj me voleti*. Novi Sad: Prometej.
- Friedman, E.H. (2011). *Generation to Generation*. New York: The Guilford Press.
- Gilbert, R.M. (2006). *The Eight Concepts of Bowen Theory*. Leading Systems Press.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2008). *Family Therapy*. Brooks/Cole, CENGAGE Learning.
- Janković, J. (2004). *Pristupanje obitelji*. Zagreb: Alinea.
- Katherine A. (2000). *Boundaries – Where You End and I Begin*. New York: A Fireside Book.
- Keller, H. (2007). *Cultures of Infancy*. London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Kerr, M.E., Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: WW Norton & Company, Inc.
- Nietzel, M., Bernstein, A., Milich, R. (2002). *Uvod u kliničku psihologiju*. Zagreb: Naklada slap.
- Nikolić, S, i suradnici (1996). *Osnove obiteljske terapije*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Richardson, R.W. (2011). *Family Ties That Bind*. Bellingham: International Self-Counsel Press.