

 [instagram.com/harmonija_knjige](https://www.instagram.com/harmonija_knjige)
 [facebook.com/harmonija_knjige](https://www.facebook.com/harmonija_knjige)
www.harmonijaknjige.rs

NASLOV ORIGINALA:
Catherine Gildiner
Good Morning, Monster

Copyright © 2019 by Catherine Gildiner.
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.
This edition published by arrangement with Penguin Canada, a division of Penguin
Random House Canada Limited.
Za izdanje na srpskom jeziku © Publik praktikum 2025

ZA IZDAVAČA:
Marko Sabovljević

UREDNIK:
Marina Sabovljević

PREVOD:
Milica Simić

LEKTURA I KOREKTURA:
Lidija Cenić

DIZAJN KORICE:
Siniša Subotić

ŠTAMPA:
Alpha print, Zemun

TIRAŽ:
1.000

IZDAVAČ:
Publik praktikum, imprint Harmonija
Dobrovoljačka 10/I, Zemun
office@publikpraktikum.rs
011/4202 544; 011/4202 545

GODINA IZDANJA:
2025

Sva prava su zadržana. Nijedan deo ove knjige ne
sme se kopirati ni prenositi u bilo kom obliku ili bilo
kojim sredstvima, elektronskim ili mehaničkim, uk-
ljučujući foto-kopiranje, snimanje ili bilo koji sistem
za skladištenje i pretraživanje informacija, bez pi-
smenog odobrenja izdavača.

DR KETRIN GILDINER

SKRIVENE TRAUME

HARMON**IA**

Posvećeno petoro heroja u ovoj knjizi

SADRŽAJ

Napomena autorke 9

LORA 11

PITER 79

DENI 129

ALANA 197

MADLIN 269

Epilog 343

Zahvalnice 347

NAPOMENA AUTORKE

Želela bih da zahvalim pacijentima koje opisujem u ovoj knjizi. Petoro pacijenata koje sam ovde predstavila imali su veoma različito društveno poreklo, dolazili iz različitih kultura i, što je najvažnije, imali su veoma različite temperamente. Lora i Madlin, koje su poticale sa suprotnih krajeva ekonomskog spektra, bile su veoma odlučne žene. Deni je impresionirao svojom stoičkom prirodom, Piter opraštanjem, a Alana izdržljivošću. Svaki od njih je imao herojske osobine za kojima sam čeznula. Od njih sam naučila neverovatno mnogo o različitim strategijama suočavanja i često koristim te lekcije. Svako od njih je moju psihu promenio nabolje.

Nema veće velikodušnosti od toga da podelite svoju životnu priču sa drugima i neizmerno sam zahvalna ovim pacijentima. Potrudila sam se da sačuvam njihovu anonimnost. Bilo je od ključne važnosti da ne budu prepoznatljivi.

Ovo nije knjiga za stručnjake već za širu javnost. Premda sam želela da knjiga bude inspirativna, takođe sam želela da bude sredstvo za učenje. Rekonstruisala sam naše razgovore na osnovu svojih beležaka sa seansi sa svakim od pacijenata. Ipak, da bih jasno razgraničila psihološke istine koje sam želela da ilustrujem i da bih zakamuflirala identitet pacijenta, neke ljude sam načinila mešavinom više njih uključivanjem određenih pojedinosti iz nekih mojih drugih slučajeva onda kad sam smatrala da ću tako jasnije preneti svoju psihološku poentu. Svaki prikaz slučaja uobličen je u odgovarajući narativ, tako da su neki detalji naglašeni, dok su drugi izostavljeni radi jasnoće.

SKRIVENE TRAUME

Zahvaljujem im svima što su podelili svoje bitke sa mnom i sa drugima. Uverena sam da je Piter, muzičar, govorio u ime svih kad je rekao: „Ako deljenje moje priče pomogne makar jednoj osobi koja pati, onda je vredelo.”

Sa zahvalnošću,
Ketrin Gildiner

LORA

Moje srce nije dom za kukavice.

D. ANTOANET FOJ

OKRUŽENA SEOSKIM IDIOTIMA

ONOG DANA KAD SAM otvorila svoju privatnu praksu kao psiholog, sedela sam samodopadno u svojoj kancelariji. Osnažena znanjem koje sam stekla i pronalazeći utehu u pravilima koja sam naučila, radovala sam se što ću imati pacijente koje ću moći da „izlečim“.

Bila sam u zabludi.

Srećom, tada nisam imala pojma koliko klinička psihologija može biti haotična jer u suprotnom bih možda odlučila da se bavim istraživanjem, što je oblast u kojoj bih imala kontrolu nad svojim subjektima i svim varijablama. Umesto toga, morala sam da naučim kako da budem fleksibilna dok su svake nedelje pristizale nove informacije. Tog prvog dana nisam imala pojma da psihoterapija nije psiholog koji rešava probleme već dvoje ljudi koji iz nedelje u nedelju pokušavaju da dođu do neke vrste psihološke istine oko koje bi se mogli složiti.

Niko me o ovome nije više naučio od Lore Vilks, moje prve pacijentkinje. Kod mene je došla po preporuci svog lekara opšte prakse, koji mi je u svojoj snimljenoj poruci rekao: „Ona će vam objasniti sve detalje.“ Ne znam ko je bio više uplašen, Lora ili ja. Tek sam se transformisala iz studentkinje u farmerkama i majici u profesionalca u svilenjoj bluzi i dizajnerskom odelu s naramenicama koje su bile obavezan modni detalj osamdesetih godina. Sedela sam za svojim ogromnim stolom od mahagonija izgledajući kao mešavina Ane Frojd i Džoan Kroford. Srećom, kosa mi je prerano posedela, već u

mojim dvadesetim, i to je davalo preko potrebnu ozbiljnost mom izgledu.

Lora je bila visoka jedva metar i po, s telom u obliku peščanog sata, ogromnim bademastim očima i toliko punim usnama da bih trideset godina kasnije posumnjala da su u pitanju injekcije botoksa. Imala je gustu plavu kosu sa izvučenim pramenovima koja joj je padala do ramena, a njena koža poput porcelana bila je u oštrom kontrastu s njenim tamnim očima. Savršena šminka, sa jarkocrvenim karminom, isticala je crte lica. Izgledala je šik u cipelama s visokim potpeticama, po meri šivenoj svilenoj bluzi i crnoj uskoj suknji.

Rekla mi je da ima 26 godina, da je neudata i da radi u velikoj brokerskoj kompaniji. Počela je kao sekretarica, ali je unapređena u odeljenje za ljudske resurse.

Kad sam je upitala kako mogu da joj pomognem, Lora je dugo sedela i gledala kroz prozor. Čekala sam da mi kaže u čemu je problem. Nastavila sam da čekam dok je vladala takozvana terapijska tišina – neprijatna tišina koja bi trebalo da služi tome da izvuče istinu iz pacijenta. Na kraju je rekla: „Imam herpes.”

Upitala sam je: „Herpes zoster ili herpes simpleks?”

„Onaj koji se dobija kad ste totalno prljavi.”

„Onaj koji se prenosi seksualnim putem”, prevela sam.

Kad sam je upitala da li je njen seksualni partner znao da ima herpes, Lora je odgovorila da joj je Ed, momak s kojim se zabavljala dve godine, rekao da nije znao. Međutim, u njegovom ormariću za lekove pronašla je bočicu s pilulama koje je prepoznala kao iste koje su njoj prepisane. Kad sam nastavila da je ispitujem o ovome, ponašala se kao da je to normalno i da ne može mnogo da uradi povodom toga. Rekla je: „Ed je takav. Već sam mu svašta rekla. Šta bih još mogla da uradim?”

Ova blazirana reakcija sugerisala je da je Lora navikla na sebično i dvolično ponašanje drugih. Kako je rekla, njen lekar joj je savetovao da dođe kod mene jer ni najjači lek nije uspevao da ograniči konstantna izbijanja herpesa i smatrao je da joj je potrebna psihijatrijska pomoć. Međutim, Lora je bila jasna u tome da ne želi da bude na terapiji već samo da izleči herpes.

Objasnila sam joj da je kod nekih ljudi stres glavni okidač za napade latentnog virusa. Rekla je: „Znam šta znači reč *stres*, ali ne znam tačno kakav je to osećaj. Mislim da ga ja nemam. Samo idem dalje, okružena seoskim idiotima.” Lora mi je rekla da nema toga što joj mnogo smeta u životu mada je priznala da ju je herpes uzdrmao kao ništa drugo.

Najpre sam pokušala da je umirim tako što sam rekla da svaka šesta osoba starosti od 14 do 49 godina ima herpes. Njen odgovor je bio: „Pa šta? Svi smo u istoj prljavoj kaljuzi.” Promenivši temu, rekla sam joj da shvatam zašto je uznemirena. Izdao ju je čovek koji je tvrdio da je voli. Uz to, bila je u bolovima – u stvari, jedva da je mogla da sedi. Najgori deo je bila sramota: uvek će svakom s kim bi želela da spava morati da govori da ima herpes i da je prenosilac.

Lora se složila, ali najgori aspekt za nju je bio što se, mada je učinila sve što je mogla da bi se izdigla iznad svoje porodične situacije, sada valjala u blatu, baš kao oni uvek. „To je poput živog peska”, rekla je. „Bez obzira na to koliko se trudim da se izvučem iz blata, stalno me uvlači u sebe. Znam to dobro – gotovo sam umrla pokušavajući.”

Kad sam je zamolila da mi priča o svojoj porodici, rekla je da neće da ulazi u „svu tu kaljugu”. Lora mi je objasnila da je praktična osoba i da želi da smanji stres, ma šta da je to, kako bi bolni herpes mogla da stavi pod kontrolu. Planirala je da dođe na ovu jednu seansu, da joj dam neke pilule i „izlečim je od stresa”. Ukazala sam joj na to da je stres ili anksioznost ponekad lako eliminisati, ali da ponekad može biti izuzetno otporan i objasnila da ćemo morati da imamo nekoliko seansi kako bi naučila šta je stres i kako ga doživljava, kao i da bi otkrila njegov izvor i onda pronašla način da ga ublaži. Moguće je, rekla sam joj, da se njen imuni sistem toliko bori protiv stresa da mu više ništa ne preostaje za borbu protiv virusa herpesa.

„Ne mogu da verujem da moram ovo da radim. Osećam se kao da sam došla da mi izvade zub, a greškom mi je ceo mozak izvađen zajedno s njim.” Lora je delovala zgroženo, ali je konačno kapitulirala. „U redu, rezervišite mi još jednu seansu.”

Teško je lečiti pacijenta koji nije psihološki orijentisan. Lora je samo želela da izleči herpes i po njenom mišljenju

terapija je bila način za postizanje tog cilja. Nije želela da govori o svojoj porodičnoj istoriji jer nije imala pojma koliko će se to pokazati relevantnim.

Postojale su dve stvari koje nisam očekivala tog prvog dana terapije. Prvo, kako je moguće da ova žena ne zna šta je stres? Drugo, pročitala sam na stotine prikaza slučajeva, odgledala mnoštvo snimaka terapijskih seansi, pohađala na desetine velikih skupova i ni u jednom od tih slučajeva pacijent nije odbio da ispriča porodičnu istoriju. Čak i kad sam radila noćne smene u psihijatrijskim bolnicama – gde su u zadnja odeljenja smeštali psihološki izgubljene duše – nikad nisam čula da se iko tome usprotivio. Čak i ako bi rekli, kao jedna pacijentkinja, da je iz Nazareta i da su joj roditelji Marija i Josif, ipak je dala istoriju svoje porodice. A sada je moj prvi pacijent to odbio! Shvatila sam da ću morati da nastavim prihvatajući Lorin čudan način i njenim tempom ili će prestati da dolazi. Sećam se da sam unela u svoj notes *Moj prvi zadatak je da dovedem Loru do toga da se angažuje.*

Frojd je stvorio koncept koji se naziva *transfer* – osećanja koja pacijent razvija prema terapeutu – za koji je rekao da predstavlja kamen temeljac terapije. Kontratransfer je ono što terapeut oseća prema pacijentu. Tokom decenija rada u privatnoj praksi otkrila sam da ako se terapeutu pacijent zaista ne dopada i ako ne navija svim srcem za njega, on to oseća i terapija propada. Postoji hemijska veza između pacijenta i terapeuta koju niko od nas ne može svojevolejno stvoriti. Možda se drugi terapeuti neće složiti sa ovim, ali mislim da se oni zavaravaju.

Imala sam sreće jer sam se odmah povezala s Lorom. Njen odlučni korak, odsečni način govora i praktično ponašanje podsećali su me na mene. Uprkos radnoj nedelji od 64 sata, uveče je išla na fakultet završavajući polako kurs za kursom. Sa 26 godina kretala se ka diplomu iz trgovine.

Na našu drugu seansu Lora je došla noseći četiri knjige o stresu; bile su prepune žutih samolepljivih papirića s beleškama.

Donela je i veliku tablu na kojoj je nacrtala složeni grafikon u različitim bojama. Na vrhu je napisala: „Stres?????” Ispod se nalazilo nekoliko kolona, prva je bila obojena crvenom bojom i nosila naziv „Seronje s kojima se nosim”. Brojne „seronje” su bili navedeni u potkategorijama. Jedan od njih je bio njen šef Klejton; drugi je bio njen dečko Ed, a treći je bio njen otac.

Sada kad je pročitala knjige o stresu, kako je rekla, pokušavala je da pronađe uzrok stresa u svom životu. Cele nedelje je radila na ovom spisku. Kad sam prokomentarisala da na njemu nema nijedne žene, Lora je pažljivo pogledala grafikon i rekla: „Zanimljivo. To je tačno. Ne znam nijednu ženu koja je seronja. Pretpostavljam da ako i sretnem neku, jednostavno je izbegavam ili ne dopuštam da mi se zavuče pod kožu.” Rekla sam joj da je vreme da se pozabavimo definisanjem toga šta za nju znači reč *stres* i zamolila za primer šta je kvalifikovalo ove muškarce da se nađu na njenom spisku. „To su ljudi koji ne poštuju nikakva pravila i ne pada im na pamet da se potrudu da stvari funkcionišu”, rekla je.

Objasnila sam Lori da bih želela da konstruišemo istoriju njenog života sve do danas, pogotovu zato što se njen otac nalazi na spisku. Kad je to čula, zakolotala je očima. Insistirala sam na pitanju koje je njeno najživlje sećanje na oca. Odmah je rekla da je to bilo kad je pala s tobogana sa četiri godine i posekla nogu na oštri komad metala. Otac ju je nežno podigao i odneo u bolnicu da joj zašiju ranu. Dok su sedeli u čekaonici, zagrlio ju je i rekao: „To je moja devojka. Ponosan sam na nju. Ona se nikad ne žali i jaka je kao konj.”

Lora je tog dana dobila snažnu poruku koju nikada nije zaboravila: izjavu ljubavi i naklonosti koja je zavisila od toga da li će biti jaka ili će se žaliti. Kad sam joj ukazala da je to dvosekli mač koji joj visi nad glavom, Lora je rekla: „Svako je voljen zbog nečega.” Jasno je bilo da joj je pojam bezuslovne ljubavi – ideja da će te roditelji voleti bez obzira na ono šta uradiš – bio potpuno nepoznat.

Kad sam je upitala za njenu majku, Lora je samo rekla da je umrla kad je imala osam godina. A onda kad sam je upitala kakva je bila, Lora je rekla samo dve reči, za koje sam mislila

da su pomalo neobične: „Distancirana” i „Italijanka”. Nije mogla da pronađe nijedno sećanje na nju. Nakon što sam je malo podstakla, rekla je samo da joj je majka kad je imala četiri godine poklonila za Božić dečji šporet i da se nasmešila kad je otpakovala poklon.

Nije bila sigurna kako je majka umrla. U stvari, morala sam da zatražim od nje da mi to detaljno objasni. „Tog jutra je bila dobro. Onda smo moj mlađi brat, sestra i ja došli iz škole i nije bilo ručka, što je bilo neuobičajeno. Otvorila sam vrata spavaće sobe mojih roditelja i ona je spavala. Protresla sam je i prevrnula se. Još uvek mogu da vidim tragove na njenom licu od prekrivača od grubog platna. Rekla sam bratu i sestri da se vrate u školu, a onda sam pozvala 911.”

Policija je pronašla njenog oca i dovezla ga kući policijskim kolima. „Pokrili su lice moje majke ćebetom na kojem je bilo odštampano *Vlasništvo Opšte istočne bolnice Toronto*. Nemam pojma zašto sam se sada toga setila”, rekla je. „Onda su je ti ljudi odneli na nosilima niz stepenice i telo moje majke je nestalo.”

„Zar nije bilo bdenja ili sahrane?”

„Mislim da nije. Otac je izašao, a onda je pao mrak, prošlo je vreme večere, a nije bilo spremljene hrane.” Lora je tada zaključila da je njen posao da pripremi večeru i da obavesti mlađeg brata i sestru da im je majka umrla. Kad je to rekla svojoj šestogodišnjoj sestri, ona je zaplakala, ali njen petogodišnji brat nije reagovao sem što je pitao da li će Lora sada biti njihova majka.

Porodica njene majke nije došla na sahranu niti je ikada pomagala unucima. „Moja majka nije govorila o tome, ali sam ja iz tatinih podrugljivih komentara zaključila da su je se odrekli”, objasnila je Lora. Rekla je da su oni bili „pravi Italijani – znate, oni što tumaraju Malom Italijom u crnim odelima oplakujući nekoga najveći deo svog života. Moja majka je bila jedina devojčica u porodici sa pet dečaka i nakon što je napunila deset godina, nije smela da izlazi iz kuće. Morala je da ostaje u kući da kuva i čisti. Mogla je samo da ide u kupovinu sa svojom majkom, ali nikada nije smela da izađe

sama. Jedan od braće je morao svakog dana da je prati dok su pešice išli do škole". Ipak, uprkos strogom vaspitanju, Lorina majka je uspela da zatrudni kad je imala šesnaest godina. Njen otac, Kanađanin škotskog porekla, bio je, po mišljenju italijanske porodice njene majke, mladi huligan s kojim je zatrudnela kad je imao sedamnaest godina. Njena braća su ga pretukla i rekla da će ga ubiti ako se ne oženi njome. Posle venčanja niko od njene porodice je više nije video. Lora je rođena pet meseci posle venčanja, njena sestra 20 meseci kasnije, a brat je stigao godinu dana nakon toga. Kad sam pitala Loru da li je ikad otišla u Malu Italiju da poseti babu i dedu, rekla je da je nisu zanimali.

Upitala sam se da li je Lorina majka bila klinički depresivna i zbog toga emocionalno nedostupna. Ko ne bi bio depresivan, ako ne i traumatizovan da je imao previše zaštićeno detinjstvo kojim su dominirali nasilni muškarci, a zatim se udao za muškarca koji nije želeo da se oženi njom, koji je i sam bio neadekvatan, verovatno emocionalno i fizički nasilan, i koji ju je prezirao i ignorisao. Roditelji su je se odrekli i nikada joj nisu oprostili što ih je osramotila. Nije imala nikog drugog kome bi mogla da se okrene. Kad sam ispitala Loru o smrti njene majke, sumnjajući da je izvršila samoubistvo, rekla je da nema pojma šta se dogodilo. Koliko je ona znala, nije rađena obdukcija.

Neverovatno, ali tokom četiri godine terapije Lorino jedino sećanje na majku bilo je kad je od nje dobila dečji šporret. Tokom tog perioda zadavala sam joj slobodne asocijacije, preporučila da vodi dnevnik o svojoj majci, išla je da poseti njen grob – i sve je i dalje ostalo potpuno prazno.

Na sledećoj seansi vratile smo se na njenog oca. Bio je prodavac automobila, rekla mi je, ali je izgubio taj posao kad je bila mala. Uvek je imao problema sa alkoholom, kockom i „nesporazumima". Uprkos tome što je bio zgodan, plavih očiju i plave kose, prilično pametan i harizmatičan, ubrzano je tonuo.

Godinu dana nakon što joj je majka umrla, otac je porodicu preselio u Bobkejdžen, oblast severoistočno od Toronta.

Lora je mislila da je to učinio da bi izbegao neke ljude u Torontu koji su ga proganjali, ali nije bila sigurna. Da bi zaradio novac, nabavio je kamion za prodaju brze hrane ljudima koji su leti dolazili u svoje vikendice. Njeni sestra i brat igrali bi se na parkingu, dok bi Lora otvarala gazirana pića i posluživala hranu. Otac joj je rekao da je ona njegova „desna ruka“. Živeli su u maloj kolibi izvan grada u vlasništvu porodice koja je imala nekoliko takvih skromnih koliba razbacanih na izolovanim mestima u šumi na svom imanju.

U septembru, kad je Lora imala devet godina, troje dece je krenulo u školu. Posao sa brзом hranom je presušio kad su se vikendaši vratili svojim kućama. Kupili su malu grejalicu za jednosobnu kolibu i nagurali bi se oko nje kako bi se zagrejali. Lora se setila da su se jednom na njihovim vratima pojavila dva čoveka koja su tražila novac za kamion za hranu, ali da se njen otac sakrio u kupatilo. Lorin posao je bio da ih se reši.

Jednog dana krajem novembra njen otac je rekao da ide u grad da kupi cigarete. Nikada se nije vratio. Deca nisu imala hranu i imala su samo po dva kompleta odeće. Dok mi je ovo pričala, Lora nije pokazivala ni strah, ni bes, niti bilo koje drugo osećanje.

Nije želela da ikome kaže da ih je otac napustio iz straha da će biti smešteni u hraniteljske porodice, pa su nastavili da se drže svoje rutine. Ove kolibe duboko u šumi pored jezera bile su u vlasništvu porodice koja je imala troje dece. Njihova majka Glenda bila je ljubazna prema Lori kad god se igrala s njihovom ćerkom Ketii. Otac Ron bio je tih i ljubazan čovek koji je često vodio Lorinog šestogodišnjeg brata Krejga na pecanje zajedno sa svojim sinom.

Trejsi, Lorina mlađa sestra, „cvilela je sve vreme“, rekla je Lora s mnogo ljutnje u glasu. Trejsi je želela da ode u Glendinu i Ronovu kuću da kaže da je neko odveo njihovog oca i da pita mogu li da žive s njima.

Za razliku od svog mlađeg brata i sestre, Lora je znala da ih je otac napustio. „Bio je sateran u ćošak, dugovao je novac i ko zna šta sve još“, rekla je. Kad su deca bila nemirna kad im

je majka umrla, otac im je jednom zapretio da će ih ostaviti i da će biti odvedeni u sirotište, i Lora je shvatila da to nije bila prazna pretnja. Sve što je znala jeste da je njen posao da se postara da stvari funkcionišu. Kad sam je upitala kako se osećala zbog toga što je bila napuštena, Lora me je pogledala kao da sam melodramatična. Rekla je: „Nismo bili zaista *napušteni*. Moj tata je znao da sam ja tu i da vodim računa o svemu.”

„Imali ste devet godina, bili ste bez novca i sami u šumi. Kako biste vi to nazvali?“, upitala sam.

„Pretpostavljam da tehnički gledano to jeste bilo napuštanje, ali moj tata je morao da ode iz Bobkejdžena. On nije želio da nas ostavi, ali nije imao izbora.”

U tom trenutku sam shvatila koliko je Lora bila vezana za svog oca i koliko se brižljivo branila od bilo kakvog osećanja gubitka. Vezivanje je univerzalna sklonost i životinja i ljudi – a to znači da teže bliskosti s roditeljem i žele da se osećaju bezbedno kad je on prisutan. Lora se nije sećala da je imala bilo kakva „osećanja” u to vreme; sve što je imala bili su „planovi”. Drugim rečima, dopustila je svom instinktu za preživljavanje da preuzme kontrolu. Uostalom, imala je dvoje male dece koje je morala da hrani i oblači tokom kanadske zime u divljini. Lora se i dalje rugala mojim stalnim pitanjima o njenim osećanjima, ukazujući više puta na to da su osećanja luksuz za ljude koji žive udobnim životom i ne moraju da, kako je rekla, „koriste mozak”.

Mogla sam da se povežem sa onim što je Lora rekla o planovima nasuprot osećanjima. Kad sam doživela preokret sudbine u svom životu, nisam imala vremena da ispitam svoja osećanja. Imala sam vremena samo da glumim. Odrasla sam u dobrostojećoj porodici, ali kad sam bila mlađa tinejdžerka, moj beskrajno razumni otac, koji je imao sopstveni biznis, počeo je da se ponaša kao mentalni bolesnik. Otkriveno je da ima neoperabilni tumor na mozgu. Kad sam pozvala njegovog računovođu, otkrila sam da je moj otac izgubio sav novac. Morala sam da idem u školu i radim dva posla da

bih izdržavala porodicu. Iskreno rečeno, ni ja se nisam, kao ni Lora, sećala da sam tada imala bilo kakva osećanja. Um mi je bio u potpunosti zaokupljen onim što je trebalo učiniti da bi se sastavio kraj s krajem.

Na početku Lorine terapije pridružila sam se grupi za vršnjačku superviziju – grupi psihologa koji se okupljaju da bi razgovarali o svojim slučajevima i pokušavaju da daju jedni drugima savete – i bila sam iznenađena što je većina njih smatrala da nemam dovoljno pristupa Lorinim osećanjima i da sam „kupila” njene odbrambene mehanizme. Shvatila sam da moram da istražim sopstveni um kako bih bila sigurna da moja reakcija na traumu ne utiče na moj rad s Lorom. Sa druge strane, moje kolege su možda bile u pravu, ali želela sam da ih pitam jesu li se ikada suočili sa „zidom” kad bi bez dvadesetčetvorosatne koncentracije na svoje okolnosti mogli da dožive ozbiljnu štetu. Ništa ne dovodi do tolike koncentrisanosti uma kao potreba za preživljavanjem.

Ipak, ne može se poreći da je nedostatak pristupa Lorinim osećanjima otežavao terapiju. Brzo sam shvatila da moj prvi zadatak nije da tumačim njena osećanja već da im pristupim, a onda ću ih tumačiti.

Kad sam tog prvog meseca unosila svoje prve beleške, sumirala sam to na sledeći način: *Imam klijentkinju koja ne želi da se uključi u terapiju, ne seća se jasno svoje majke koju je imala do svoje osme godine, što je nezabeleženo u stručnoj literaturi; ne zna šta je stres, ali želi da ga se reši, i nije imala pristup svojim osećanjima kad je bila napuštena. Čeka me mnogo posla.*

Dok je Lora nastavljala da opisuje svoje iskustvenje, bilo je jasno da je sačuvala bistru glavu. Shvatila je da će većina kobilica biti prazna tokom zime, tako da su se ona i njeni brat i sestra preselili u jednu od najudaljenijih, koja verovatno neće biti otvorena sve do proleća. Sa sobom su poneli grejalicu. Znala je da moraju da se pridržavaju svoje rutine ili će biti otkriveni. I tako su svakog dana hodali putem gotovo kilometar i po da bi ušli u školski autobus. Lora bi pričala o svom

ocu govoreći da je u kolibi, a i svom bratu i sestri je rekla da rade isto to.

„Dakle, ostavljeni ste da živite sami u kolibi u šumi kad ste imali devet, sedam i šest godina”, rekla sam. „Ako tražite stresne događaje, ovo bi moglo da se nađe na spisku.”

„Kao prvo, završeno je, i drugo, ja i dalje stojim na nogama”, rekla je Lora. „Devet godina i nije toliko malo.”

„Koliko je sve to trajalo?”

„Šest ili sedam meseci.”

Na kraju seanse sumirala sam svoj pogled na situaciju. „Bili ste hrabri. Čini se kao da vam je život bio težak i ponekad zastrašujući. Bili ste napušteni, sami u šumi i odgovorni za dvoje male dece, a i sami ste bili premladi da biste im bili roditelj.” Zatim sam dodala: „Ovo sve liči na priču o Ivici i Marici, samo nema mrvica hleba.”

Sedela je ćuteći ceo minut pre nego što je odgovorila. Za gotovo pet godina terapije, to je bila jedna od retkih prilika kad su joj se oči napunile suzama mada su to bile suze od besa. „Zašto govorite *takve* stvari?”, zahtevala je da zna.

Kad sam odgovorila da tako izražavam svoje saosećanje s njom, ona me je prekorila. „To se govori ljudima kad neko umre. Slušajte, doktorko, ako ikada treba ponovo da dođem ovde, ne želim da to radite ili odlazim. Zadržite svoju empatiju ili šta god da je za sebe.”

„Zašto?”, pitala sam je, istinski zbunjena.

„Kad god počnete da govorite o osećanjima, vidim da se otvaraju vrata koja vode u sobu punu čudovišta i ja nikada neću ući u nju”, rekla je odlučno. „Moram da nastavim da idem napred. Ako ikada počnem da se valjam u tom blatu, udaviću se. A i to ne može stvari da učini boljim.”

Dok sam klimala glavom, dodala je: „Pre nego što danas odem, morate mi obećati da to više nikada nećete uraditi jer u suprotnom neću moći da se vratim.”

„Dakle, ono što govorite jeste da nikada ne želite nikakvu ljubaznost, empatiju ili saosećanje od mene?”

„Tako je. Kad budem želela saosećanje, dobiću ga od *Holmark* čestitki, i to u dozi koju mogu da podnesem.”

Nemojte zaboraviti, Lora je bila moj prvi pacijent. Nisam želela da pravim pogodbu prihvatajući patološke potrebe svog klijenta, ali videla sam da misli ozbiljno kad govori o napuštanju terapije. I najmanji delić mog saosećanja bio je previše za nju – to ju je užasavalo i moglo bi dovesti do prekida terapije.

Da nisam bila nova u ovom poslu, objasnila bih joj ovo onako kako sam osećala. Mogle bismo, kao što bi to predložio Fric Perls, osnivač geštalt terapije, da se pozabavimo onim što je on nazvao „ovde i sada”. Perls je verovao da je dinamika koja se uspostavlja tokom seanse između terapeuta i pacijenta ista ona koju pacijent uspostavlja između sebe i ostatka sveta. Mogla sam da kažem: „Lora, tražite od mene da se ponašam kao roditelj koga ste imali, čovek koga nije zanimala vaša patnja. Navikli ste da niko ne odgovara na vašu tugu, ali ja ne želim da prihvatim tu ulogu. Trenutno osećam da se nalazim u škripcu.”

Međutim, umesto toga sam rekla: „Pristajem i poštovaću vašu želju pošto ste očigledno veoma odlučni u tome i želim da vam bude prijatno kako bismo mogle da radimo zajedno. Međutim, ne pristajem da to bude tako sve vreme trajanja naše terapije.”

Sledeće nedelje Lora je ponovo došla naoružana knjigama i identifikovala svoje radno mesto kao uzrok stresa. „Imam mnogo posla, ali moj šef Klejton dolazi kasno i onda odlazi na ručak u dva sata sa sekretaricom s kojom je u vezi”, objasnila je. „Ide kući u pet, tako da ja dolazim ranije i odlazim satima posle njega.”

„Jeste li ikada razgovarali s Klejtonom o ovome?”

„*Naravno!* Čak i vičem na njega, ali njega baš briga.”

„Dakle, preuzimate na sebe previše posla.”

„Zaista nemam izbora. Moram da radim i njegov i svoj posao.”

„Osećaj da se nema izbora je stresan”, zaključila sam.

Provele smo mnogo vremena razmatrajući kako da se nosi s Klejtonom. Nije se činilo da se duboko u sebi Lora menja.

Nije zapravo ni mogla da zamisli da se promeni. Kao što je njen dečko Ed rekao: „Klejton je sebi lepo sredio život. Zašto bi išta menjao?”

„To je zanimljivo, budući da dolazi od Eda”, rekla sam.

„Zašto?”, upitala je Lora.

„Pa i Ed prebacuje stvari na vas. Dok vas Klejton zatrpava poslom, Ed vas je zatrpao herpesom. Ostavio vas je da se sami nosite s tim. Kad ste se naljutili na njega, on je negirao da je znao da ima virus, a kad ste ga uhvatili u laži našavši lekove protiv herpesa, pronašao je slab izgovor da je mislio da to nije zarazno. Morali biste da budete s neke druge planete da u to poverujete ili da se nalazite u stanju dubokog poricanja da biste to pomislili.”

„Edu je bar bilo žao. Poslao mi je dva tuceta ruža na posao, a na kartici je pisalo: *Zato što te volim.*”

Je li mislila da joj je time nadoknadio herpes? Ono što sam rekla bilo je: „Zar Ed ne radi kao zastupnik *Jaguara*? Rekli ste mi da kad god neka žena dođe da isproba kola, on joj sutradan pošalje ruže. To nije toliko teško učiniti.”

„Pokušavate li da me naljutite?”

Uveravala sam je da mi nije bila namera da je naljutim. Rekla sam joj da sam se samo pitala kako se ona oseća kad je Edovo ponašanje u pitanju.

„A šta je trebalo da uradim? Da mu nikada ne oprostim?”

Ukazala sam joj na to da je naš razgovor počeo onim što je Ed, koji je pomalo neodgovoran, rekao o Klejtonu, koji je takođe neodgovoran. Želela sam da Lora vidi ironiju Edove opaske da Klejton ne mora da se menja zato što ona radi sav posao. Lora je okrenula ruke sa dlanovima nagore, pokazujući da ne shvata poentu. Konačno, upitala sam je ko obavlja sav posao u vezi sa Edom. Kad je priznala da je to ona, začuvala sam. Na kraju me je pitala na koje drvo lajem.

„Opraštate Edu što stalno kasni, sumnjate da vas vara i što vas je zarazio herpesom”, objasnila sam. Posle dugog ćutanja pitala sam je zašto ne očekuje pristojno i odraslo ponašanje od muškaraca.

„On bar kaže da mu je žao. To je više nego što je moj tata ikad učinio.”

Zatim je pogledala kroz prozor i rekla: „U stvari, on i nije bio tako loš otac. Zadržao nas je nakon što nam je majka umrla. Mnogi muškarci bi pozvali socijalnu službu.”

„Pa on vas je ostavio na severu da se smrznete u maloj kolibi.”

„Rekla sam vam da smo se snašli.” Rekla je ovo prezirnim glasom kao da se nepotrebno bavim detaljima. Koristila je psihološku tehniku koja se zove preoblikovanje: uzimala je neki koncept i preimenovala ga kako bi promenila njegovo značenje. Lora je tako preoblikovala ono što sam ja smatrala zanemarivanjem i nazvala moju zabrinutost „previše zaštitničkom”.

„Kad ste prvi put došli kod mene, pričali ste o ‘seronjama u svom životu’. Možemo li to sada malo da konkretizujemo?” Lora je delovala zbunjeno, pa sam precizirala pitanje: „Da li je seronja, kako vi koristite taj izraz, neko ko sve uzima od vas, a ništa ne čini zauzvrat? Neko ko zadovoljava samo svoje potrebe?”

„Svako se brine samo za sebe; to je bilo jedno od pravila mog tate.”

„On je tako normalizovao svoje ponašanje. Koliko očeva ode da kupi cigarete i više se nikad ne vrati?”

„Sigurno postoje takvi očevi. Zbog toga postoje sirotišta. Kako bi inače hiljade dece završilo u Dečjoj pomoći? Roditelji ih ostavljaju, eto kako!”

„Koliko ljudi ima šefove koji se izvlače i zadržavaju posao zato što njihovi pomoćnici rade prekovremeno da bi ih pokrivali?”, upitala sam je.

„Pa dobro, kad bih previše pritisnula Klejtona, mogao bi da me otpusti.”

„Koliko ljudi njihov dečko laže u vezi s nečim tako ozbiljnim kao što je herpes?”

„Verovatno isto onoliko koliko je onih koji bespotrebno troše novac na psihijatre.”

Dok se Lora ljutito spremala da ode, odmahivala je glavom teško dišući i rekla: „Izvinite zbog mog ponašanja, ali ne mogu da verujem da moram da prolazim kroz ovo beskorisno stanje.” Zatim je dodala da je sem „nekoliko propusta”

njen tata bio prisutan u njenom životu. U stvari – kako je odlučno istakla – ona ga je često viđala i razgovarala s njim.

Lora je i daje bila nevoljna pacijentkinja koja se branila od terapije, a ja sam i dalje bila terapeut početnik koji je previše udarao pokušavajući da probije njenu odbranu. Počela sam da uviđam da uopšte nije važno znam li ja šta nije u redu s klijentom. Pravo umeće terapeuta jeste da navede klijenta da on to sâm vidi. Ako previše žurite, klijent će se zatvoriti. Lori je bio potreban čitav život da bi izgradila svoje odbrambene mehanizme i biće potrebno vreme da se oni uklone, sloj po sloj.

Uz to, imala sam sopstveni psihološki problem: trebalo je da budem strpljiva kao terapeut, ali u meni je bila zakopana ličnost tipa A. Postoje dva tipa ličnosti: tip A i tip B. Dok je tip B opušten i nije takmičarski nastrojen, tip A karakteriše ambicioznost, agresivnost i potreba za kontrolom (ovo je široka generalizacija i mnogi ljudi su negde između A i B). Tip A se u najvećoj mogućoj meri bori za nešto, i ta ambicija može da se ispolji u vidu stresa; i zaista, ove osobine se često povezuju sa bolestima povezanim sa stresom. Tako je, na primer, Lorin stres pogoršavao njena izbijanja herpesa.

Mnogi socijalni psiholozi veruju da je tip karaktera duboko učvršćen i umrežen u mozgu, što znači da se dete rađa sa određenim sklonostima koje se ne menjaju kako ono raste. Nema sumnje da redosled rođenja u okviru porodice, roditelji i socijalne varijable mogu ublažiti karakteristike bilo koji tip da jeste, ali ne u velikoj meri. Drugim rečima, jednom tip A, uvek tip A. I Lora i ja smo tip A. Ono što je dobro jeste da mi radimo naporno i obavljamo stvari; ono što je loše jeste to što nam nedostaju strpljenje i empatija. Skloni smo tome da gazimo preko drugih dok se krećemo ka svojim ciljevima. Morala sam zbog svega ovoga da pazim da ne uđem s Lorom u suočavanje tipično za tip A. Ako sam želela da budem dobar terapeut, morala sam da naučim kako da ublažim te svoje crte karaktera. Strpljenje je osobina koja nedostaje ličnosti tipa A, i za mene je bilo od ključne važnosti da ga steknem.