



Centar za terapiju i rehabilitaciju

ZBORNIK RADOVA
Vol.6
Rehabilitacija žrtava torture

Impresum

Zbornik radova

Knjiga 6.

Izdavač: *UG Vive Žene*

Za izdavača: *Jasna Zečević*

Urednica: *Mima Dahić*

Lektor: *mr. sc. Besmir Fidahić*

Recenzentica: *Prof. dr. med. sc. Esmina Avdibegović*

Grafička priprema: *Emir Delalić Žeko*

Štampa: *OFF- SET, Tuzla*

Tiraž: *500 primjeraka*

Tuzla, decembar 2014.

Sadržaj:	
<i>Predgovor</i>	5
<i>Tretman za žrtve porodičnog nasilja u „Sigurnoj kući“</i>	7
<i>Psihosocijalni rad u zajednici sa grupom žena povratnica primjenom tehnike rada sa traumom „Moja priča“</i>	31
<i>Naš izbor je ponovo biti zajedno</i>	51
<i>Nije bitno kako se zoveš, bitno je ko si: iskustva u radu sa meduetničkom grupom u Istočnoj Bosni</i>	79
<i>Potisnuta trauma prošlosti koja oblikuje sadašnjost</i>	113
<i>Emocionalna svjesnost tijela</i>	135
<i>Grupni terapijski rad sa osobama koje imaju iskustvo logora: obnavljanje veza između pojedinca i zajednice i pojedinca i porodice</i>	155
<i>Prevođenje za svjedočke na Sudu za ratne zločine u Hagu</i>	183



live žene

Zbornik radova VI
Rehabilitacija žrtava torture

PREDGOVOR

Udruženje građana (UG) „Vive Žene”, Centar za terapiju i rehabilitaciju, Tuzla, je 2014. godine obilježilo dvadeset godina rada. Zbornik radova, Knjiga VI, Rehabilitacija žrtava torture, čini dio edicije koju UG „Vive Žene” izdaju od 2009. godine gdje na jednom mjestu prikazuje rezime svojih ovogodišnjih radnih iskustava i metodologiju rada koju razvija od 1994. godine na polju individualnog izlječenja unutrašnjih povreda, izgradnje povjerenja i socijalne povezanosti u lokalnim zajednicama, i na makro nivou rekonstrukcije društva.

Autori članaka, stručni kadař UG „Vive Žene” i gost-saradnik, u šestom izdanju Zbornika nastavljaju sa tradicijom predstavljanja tema koje bi se, u kontekstu Bosne i Hercegovine (BiH) mogle protumačiti i kao osjetljive i kao zapostavljene. U ovom izdanju Zbornika predstavljamo iskustva u radu sa korisnicima usluga UG „Vive Žene” na polju tjelesne psihoterapije, psihodramskog terapijskog rada i radnog angažmana programa „Sigurne kuće“ koja djeluje u okviru našeg Udruženja. Pored toga, Zbornik sadrži četiri članka u kojima se govori o psihološkom suočavanju bivših zaraćenih strana u okvirima grupnog psihosocijalnog rada sa tematikom pomirenja, suživota i dijeljenja ličnih iskustava rata među pripadnicima udaljenih zajednica koji su na prvoj liniji zacjeljivanja zajedničkih BiH rana. Posljednji članak u ovom izdanju Zbornika govori o iskustvima tokom usmenog prevođenja uzimanja izjava i svjedočenja o ratnim zločinima pri Međunarodnom krivičnom sudu za bivšu Jugoslaviju i razbijanje neke od uvriježenih mitova o strahu od organa pravde.

Poželjela bih nam svima sretnu dvadesetu godišnjicu rada i iskoristila ovu priliku da se zahvalim svojim kolegicama i kolegama koji su učestvovali u izradi ovog i drugih Zbornika, kao i našim donatorima koji su omogućili da naša radna iskustva pretvorimo

u pisani materijal, koji će, nadamo se, pružiti nova saznanja o psihosocijalnom radu u BiH i pomoći svima na putu do konačnog i cjelokupnog ozdravljenja kao jednom od preduslova za stvaranje funkcionalnog društva.

*Jasna Zečević,
direktorica Vive Žene*



TRETMAN ZA ŽRTVE PORODIČNOG NASILJA U „SIGURNOJ KUĆI“

Elmir Ibralić, diplomirani pedagog-psiholog tarapeut

1. Uvod

Nasilje u porodici postoji vijekovima, ali se na njega tek odnedavno počelo gledati kao na problem šire zajednice i društva. Intenzivnije istraživanje posljedica porodičnog nasilja je započelo tek prije nekoliko decenija kada je društvo postalo svjesno negativnih uticaja nasilja u porodici na djecu. Razvojem svijesti o ljudskim pravima, pravima djece, žena i starijih u tokom posljednjih par decenija, srušeni su mnogobrojni mitovi o idealnoj porodici, kao što su mit o svetinji braka, o bezbrižnosti djetinjstva, o mirnoći starosti, itd.

Nekada sestrucni kadar iz polja mentalnog zdravlja kretao u pogrešnom smjeru po pitanju razumijevanja zlostavljane žene u porodici. Oni su indirektno okriviljavali žrtvu da je njen problem u tome što nije sposobna da ovлада sposobnostima rješavanja problema, što nema samopouzdanja, što je emocionalno ovisna ili što ima tradicionalne stavove po pitanju rodnih uloga. Žrtve su okriviljavane što ne žele da zaustave nasilje ili što su uopšte našle partnera koji ih zlostavlja.

Stručni kadar iz polja mentalnog zdravlja je tek u skorije vrijeme počeo da posmatra psihološke karakteristike žrtve kao posljedice nasilja, prije nego kao njegove uzročnike. To ne znači da će ponašanje, lična istorija ili okolnosti u kojima se žrtva nalazi ukazati da je neka žrtva ranjivija od druge i takvo stajalište nije korisno za istinsko razumijevanje nasilja u porodici. Naučili smo da ne trebamo da gledamo na sve žene kao na potencijalne nevine žrtve ili na sve muškarce kao na potencijalne agresivne zlostavljače.

Namjera ovog članka je da prikazom jednog slučaja približi problematiku nasilja u porodici u smislu razumijevanja onoga što se dešava sa žrvom kada prijavi nasilje i odluci da potraži pomoć

u Sigurnoj kući Centra za rehabilitaciju i terapiju „Vive Žene”. Članak će se baviti važnošću razumijevanja psihološkog tretmana koji se primjenjuje u Sigurnoj kući, te njegovim značajem u procesu psihičkog oporavka. Pokušat će se objasniti koje su to psihološke dileme sa kojima se žrtva nosi, te koji su naporci potrebni kako bi osoba izašla iz uloge žrtve i zgrabilo kormilo života u vlastite ruke. Bit će prikazan pristup „Vive Žene” u radu sa žrtvama porodičnog nasilja i istaknuti izazovi u radu, kao i neki od načina njihovog premošćivanja. Istaknut će se i značaj multidisciplinarnog pristupa koji već duže vrijeme primjenjujemo u našem radu sa žrtvama porodičnog nasilja.

2. Nasilje u porodici: teorijski okvir

Nasilje u porodici je bezvremenski prisutno u svim kulturama i klasama stanovništva. Ponekad primjećujemo da se na nasilje nad ženama i djecom (koje se takođe može dogoditi i muškarcima, kao i roditeljima) gleda kao na nešto što je normalno, prirodno ili neizbjegljivo. Istraživanja na temu nasilja u porodici u kojima se porede podaci o nasilju u porodici u različitim zemljama i kulturama pokazuju da su žene i djeca iz patrijarhalnih zemalja i kultura kojima su prisutne rodne nejednakosti mnogo podložniji riziku od nasilja. U ovakvim zemljama i kulturama se smatra da je muškarac glava porodice i da mu se ostali članovi porodice trebaju pokoravati. U takvim porodicama su uloge muškarca i žene, kao i generacijske uloge striktno podijeljene. U redno ravnopravnim društvima i društvima koja primjenjuju koncept rodne ravnopravnosti u svim sferama društva, nasilje nad ženama i djecom je sasvim neprihvatljivo. Međutim, to ne znači da nasilje u porodici nije prisutno u takvim društvima. Nasilje u porodici je vrlo karakteristično i prepoznatljivo zbog njegove česte skrivenosti, nepostojanja svjedoka, stalnog odvijanja nasilja iza zatvorenih vrata, povećane ekonomске zavisnosti žene o partneru i emocionalnom angažovanju žene da veza uspije. Sve ovo predstavlja poteškoće u borbi protiv nasilja.

Kod mnogih zlostavljenih žena, iskustvo nasilja u porodici

obično nije prvo iskustvo sa nasiljem sa kojim se suočavaju u životu. Sredina obično stavlja naglasak na „Zašto ga ne napusti?“ Međutim, odgovor na ovo pitanje nije jednostavan i može da se krije u primarnoj traumi iz vremena koje je prethodilo stupanju u brak sa navodnim zlostavljačem. Zbog toga tokom tretmana žene koja je žrtva nasilja u porodici treba istražiti istoriju zlostavljanja ili emocionalnog zanemarivanja od djetinjstva.

Pored posljedica nasilja u porodici, takođe postoje i drugi faktori koji utiču na nivo psihološke traume i koji žrtvama otežavaju da pronađu izlaz iz postojeće situacije. Neki od tih faktora su: slabi materijalni resursi i društvena podrška, slaba reakcija institucija koje trebaju da zaštite i podrže žrtvu, teška egzistencijalna situacija žrtve, manjinski položaj žrtve (ukoliko žrtva dolazi iz reda manjinskih grupa kao što su: Romi, miješani brakovi, žene iz ruralnih područja, žene sa posebnim potrebama, itd.), patrijarhalno odrastanje žrtve i njezina traumatska pozadina. Sve ovo ukazuje na neophodnost multidisciplinarnog pristupa kako bi se žrtvama ukazala jedinstvenai sveobuhvatna psihosocijalna pomoć, koja, osim direktnog rada sa žrtvom, podrazumijeva i ostvarivanje kontakata sa drugim institucijama koje igraju važnu ulogu u osnaživanju žrtve.

2.1. Posljedice porodičnog nasilja

Zlostavljanje uključuje mnogo više od pukog fizičkog nanošenja povreda. Ukoliko žrtva potraži pomoć, skoro nikada to ne učini nakon prvog nasilnog čina. Tome obično predstoji čitav proces tokom kojeg žrtva nije samo fizički maltretirana, nego i psihički oslabljena. Među neke oblike psihičkog zlostavljanja ubrajamo: izolaciju, zastrašivanje, verbalne uvrede i prijetnje, poricanje nasilja i okrivljavanje.

Osobe koje žive ili koje su živjele u nasilnoj vezi mogu pokazivati simptome posttraumatskog stresnog poremećaja (*PTSP*), prisilnih misli i izbjegavanja. Kao i kod drugih traumatiziranih osoba, i kod njih se mogu smjenjivati faze izbjegavanja, psihičke utrnulosti i pobuđenosti (hiper-pobuđenost, bijes i neprijateljstvo, problemi

sa spavanjem i koncentracijom, uznemirujuća sjećanja koja mogu biti lako pokrenuta, itd.). Pored već opisanih simptoma, žrtve mogu pokazivati i neke od sljedećih: stid ili sram zbog zlostavljanja, samookrivljavanje, bespomoćnost, mržnja prema zlostavljaču, paradoksalna zahvalnost (*Štokholmski sindrom*), gađenje, seksualne inhibicije i beznadežnost. Žrtve mogu biti i sekundarne žrtve sistema pravde, kao što su sudovi i policija, ili zdravstvenog sektora (*domovi zdravlja, centri za mentalno zdravlje*). Loši materijalni prihodi, proces razvoda ili gubitak posla takođe mogu postaviti žrtvu u ranjiv položaj.

Posljedice porodičnog nasilja su velike i mogu uticati na mnoge aspekte života žrtve, uzrokujući velike gubitke kao što su gubitak partnera, snova o sretnom braku, doma ukoliko mora potražiti pomoć, djeceukoliko nije u prilici da ih povede sa sobom, poslaukoliko ima šefa koji ne može da toleriše neefikasnost na radnom mjestu, kontakata sa porodicom i prijateljima i, na kraju, gubitak vjere i nade u humanost i život uopšte. Zlostavljanje može uticati i na kapacitete žrtve za građenje i stupanje u nove i zdravije odnose sa partnerima. U nekim slučajevima, žrtva više nije u mogućnosti da vjeruje svojim partnerima, a u drugim postaje nekritična prema svim partnerima koji se prema njoj u početku odnose sa pažnjom. Potonje može biti jedan od razloga zašto neke žrtve stalno biraju nasilne partnere.

Sve žrtve imaju dugu istoriju eksperimentisanja sa različitim načinima otpora prema nasilju. Nakon neuspjeha svih mogućnosti da zaustave nasilje (angažovanje policije, bježanje od kuće, prijetnje razvodom, suprotstavljanje) i po nastavljanju zlostavljanja, žrtve postanu apsolutno bespomoćne u odnosu na partnera i gube kontrolu nad vlastitim životom. Ovo nazivamo „naučena bespomoćnost“. Nasilje ostavlja posljedice i na sliku žrtve o samoj sebi, kao i njen sistem uvjerenja prema drugima i svijetu u kojem živi. Pomagači trebaju biti veoma pažljivi u odnosu prema žrtvi kako ne bi pali u zamku okrivljavanja ili patologiziranja njenog stanja. Veoma je važno da se svakoj žrtvi pristupi individualizirano i da se prihvati da svaka žrtva ima vlastitu priču. Čak i ukoliko ne pokazuje simptome PTSP-a u mjeri koja se smatra značajnom, ne mora značiti da žrtva ne pati od drugih značajnih psihičkih tegoba.

2.2. Tretman žrtava nasilja u porodici

Današnji principi tretiranja zlostavljenih žena potiču iz duge istorije borbe protiv nasilja koju su započele ženske grupe osnovane u mnogim zemljama i preuzeostručni kadar iz srodnih polja nauke. To su sljedeći principi:

- prihvatanje i vrednovanje žrtve nasilja u porodici i njenog iskustva bez prosuđivanja,
- hitno pružanje saradnje i podrške ženi žrtvi nasilja,
- insistiranje na sigurnosti žrtve nasilja,
- spremnost na slušanje traumatske priče,
- pretpostavka da je posttraumatski stres odgovor na traumatske događaje,
- pristupanje psihoedukaciju o nasilju i zlostavljanju u lječidbene svrhe,
- mehanizmi i strategije preživljavanja se smatraju za snage, a ne dio patologije žrtve,
- preživjeli koji prođu kroz traumu kao način samoizlječenja ponekad zloupotrebljavaju opojne supstance,
- prorada traume može dovesti do pozitivnih promjena,
- društveni angažman i samorazotkrivanje žrtve podstiče proces izlječenja,
- procesuiranje traume je dugotrajan proces,
- traumatizacija i viktimizacija rezultiraju pojavom nenadoknadivih gubitaka,
- poštovanje samoodređenja žrtve bez obzira na mišljenje pomagača,
- briga o sebi je neophodna za sve pomagače koji rade sa žrtvama porodičnog nasilja.

Navedene principe je moguće postići samo uskom saradnjom stručnog kadra različitih disciplina. Kako bi tretman bio učinkovit, intervencije stručnog kadra moraju biti sinhronizovane i uskladene sa potrebama svake žrtve, ali i hitne, efektivne i dostupne. Sve ovo govori o potrebi za multidisciplinarnim pristupom koji bi svakoj žrtvi omogućio individualizirani tretman na jednom mjestu.

2.2.1. Multidisciplinarni pristup u radu sa žrtvama porodičnog nasilja

Potreba za multidisciplinarnim pristupom je nastala pedesetih godina prošlog vijeka kada su se institucije koje su se bavile unapređenjem mentalnog zdravlja željele približiti ljudima u zajednici. Razvoju multidisciplinarnog pristupa su doprinijeli efikasniji tretmani u bolnicama, kao i unapređenje socio-ekonomске i političke situacije u svijetu. Opšti ciljevi ove deinstitucionalizacije medicinskih usluga su se sastojali u spriječavanju neodgovarajućih prijema u bolnicama za mentalno zdravlje, otpuštanje iz bolnica svih onih pacijenata koji su adekvatno pripremljeni za ovakvu vrstu tretmana, kao i uspostavljanje i održavanje podrške svim ljudima kojima je takva pomoć potrebna.

Šta podrazumijevamo pod terminom „multidisciplinarni timski rad“? Na prvi pogled, očigledno je da to znači da „praktičari različitih profesija rade zajedno“. Međutim, ovaj pojam ima nekoliko definicija. Prema Junor, Hole & Gillis (1994) multidisciplinarni timski rad predstavlja „maksimizaciju kliničkog učinka“. Ovdje se ne radi o stvaranju multidisciplinarnog timskog rada kada, kao magijom, stručnjaci iz različitih područja mentalnog zdravlja odjednom počnu da rade zajedno, nego je potrebno da takvi timovi dijele iste ciljeve i poštuju iste vrijednosti, razumiju i poštuju kompetencije drugih članova tima, uče iz iskustva drugih i njihovih disciplina, i poštuju njihova različita gledišta o određenim pitanjima koja se odnose na slučaj na kojem rade. Individualni članovi tima mogu imati potrebu da revidiraju ili preispitaju neke tvrdnje kolega stručnjaka sa stanovišta stručnog znanja i autoriteta kako bi оформili efikasne multidisciplinarne timove koji mogu pružiti najbolju moguću podršku za individualne korisnike usluge.

Multidisciplinarni timovi su korisni, kako za korisnike usluga, tako i za članove tima koji rade zajedno, u smislu kontinuirane njege, mogućnosti za sveobuhvatni pogled na potrebe korisnika, dostupnost različitih vještina, kao i međusobnu podršku i edukaciju.

2.3. Ciljevi intervencija: kako pomoći žrtvama porodičnog nasilja

Sigurnost žrtve je na prvom mjestu tokom cjelokupnog procesa rada. Najprije je važno osigurati bezbjedno mjesto kako bi se žrtve zaštitile od daljeg izlaganja nasilju. Ovdje se prije svega misli na ohrabrivanje žrtve da pronađe adekvatnu zaštitu od nasilja kao što je sigurna kuća ili neki drugi alternativni boravak kao, naprimjer, kod rodbine ili prijatelja. Ukoliko žrtva nije u stanju preuzeti ovakav korak, onda je potrebno raditi na izradi plana vlastite sigurnosti žrtve u slučaju da se nasilje ponovi. U nekim slučajevima, zaštita i pravljenje sigurnijeg okruženja su dovoljni, međutim, mnogim drugim žrtvama je potrebno pružiti obuhvatniji tretman kako bi izašle iz kruga nasilja. U tom slučaju, neki od mogućih ciljeva u tretmanu bi bili sljedeći:

- 1. Pomoći žrtvi da se skloni i zaštiti od nasilja,*
- 2. Osnažiti žrtvu da povrati kontrolu i moć nad vlastitim životom, i*
- 3. Pomoći žrtvi da se izlijeći od posljedica zlostavljanja.*

U radu sa žrtvama porodičnog nasilja je važno znati da je njihov kapacitet za osjećaj straha narušen. One ponekad osjećaju pre malo ili previše straha i stoga nisu u mogućnosti da brinu o sebi i svojoj sigurnosti. Ukoliko je, na primjer, žena žrtva odlučila i dalje ostati u vezi sa počiniteljem nasilja, imamo dobar razlog da počnemo raditi na uspostavljanju sigurnosti. U tom smjeru, potrebno je uspostaviti individualan plan sigurnosti žrtve. Žrtve koje su bile zlostavljane u djetinjstvu, žrtve seksualnog, porodičnog ili nasilja tokom rata, mogu imati probleme sa sposobnošću da se zaštite. Neke žrtve mogu biti toliko preplašene da se boje da napuste kuću videći opasnost na svakom koraku, dok neke žive u poricanju i razvijaju lažnu hrabrost i pasivno prihvatanje njihove situacije.

2.4. Osnaživanje

Lične snage i resursi predstavljaju važne faktore u određivanju kako će se žrtve nositi sa nasiljem i zlostavljanjem koje proživljavaju. Kako bi pronašla rješenje problema i nastavila sa životom, potrebno je da žrtva izgradi samopouzdanje i stekne nove vještine. Takođe joj je potrebno samopouzdanje u pokušajima da se zaštitи i izbjegne nasilje u budućnosti. Postoje različiti načini socijalne i psihološke podrške žrtvama da pronađu vlastite resurse i nastave sa daljim životom. Neke od tih vrsta pomoći su sljedeće:

- **Edukacijski, radni i ekonomski resursi:** nedostatak novca ili načina da ga stekne čini žrtvu ranjivom, bez obzira na to da li će ostati da živi sa partnerom-zlostavljačem ili će se skloniti u neku od sigurnih kuća. Neke žrtve u ovakvim situacijama razmišljaju kako je jedan od izlaza iz ove situacije da uđu u novu partnersku vezu.
- **Društvena podrška:** društvena izolacija je jedna od taktika zlostavljača kako bi držao žrtvu pod kontrolom. Postojanje grupe za podršku i stvaranje novih prijateljstava može biti krucijalno u procesu oporavka.
- **Psihoedukacija:** mnoge žene-žrtve vjeruju da je žena odgovornija za funkcionisanje veze nego muškarac, da je žena bez partnera nekako manje vrijedna ili da je to znak da je na neki način podbacila. Sa druge strane, žena-žrtva može misliti da je loš otac njene djece bolji nego nikakav. Grupni rad i psihoedukacija na temu rodnih uloga mogu biti veoma korisni u ovoj fazi rada sa žrtvama.
- **Donošenje odluka:** mnoge žrtve traže pomoć u odlučivanju da li da napuste zlostavljača ili da ostanu u vezi sa njim. Pomagači mogu pomoći klijentu da napravi informisanu odluku. Klijentu se pomaže da napravi vlastitu odluku iz pozicije osnaživanja i znajući da može da raspolaže sa više opcija. Ove opcije mogu uključiti i ostale odluke, uključujući zaposlenje, brigu o djeci i domaćinstvu. Pomagač mora biti svjestan da ovaj proces

može trajati sedmicama, mjesecima, pa čak i godinama, i da ga karakterišu periodi uspona i padova.

- **Nošenje sa emocijama:** čak i bez ulaska u pravi terapeutski proces izlječenja od traume, moguće je da se sa žrtvom radi na „nošenju sa emocijama“, podnošenju vlastitog straha i bijesa, borbe sa depresijom, brigom o sebi, smanjenju stresa i opuštanju. Ovo se može raditi kroz individualno savjetovanje, ali i u grupama, gdje se žrtve mogu međusobno podržavati tokom teških perioda pri čemu dobijaju priliku da imaju „publiku“ tokom pravljenja malih koraka naprijed i dijeljenja malih uspjeha.
- **Društvene aktivnosti:** neke se žrtve osjećaju osnaženo kada su dio neke društvene aktivnosti protiv nasilja ili kada aktivno učestvuju u procesu samorazotkrivanja, kao na primjer pisanjem članaka ili pravljenjem prezentacija.

Sveukupni cilj osnaživanja se sastoji od vraćanja samopouzdanja žrtvi u smislu da postane sposobna da sama donosi odluke i sama oblikuje vlastiti život. Takva žrtva će riješiti svoju odgovornost za nasilje tamo gdje pripada i prestat će kriviti samu sebe. Istovremeno će prihvatići više lične odgovornosti za oblikovanje svog života. Pod ovim podrazumijevamo pravljenje malih realističnih koraka jer bi preveliki koraci i neuspjeh žrtvu mogli ponovo vratiti u nezdravo osjećanje nemoći i bespomoćnosti.

3. Kratak opis tretmana u „Sigurnoj kući“ Centra „Vive Žene“

Sigurna kuća pruža fizičku zaštitu i omogućava ženi da prestane podnosititi nasilje, odnosno, da izade iz nasilnog odnosa, ali pruža i emotivnu sigurnost tako što omogućava da žena shvati svoju situaciju i donese odluku za sebe. Žene se u sigurnim kućama oporavljaju, razmjenjuju iskustva sa drugim ženama, tako izlaze iz izolacije i stiču samopoštovanje koje im je potrebno radi izlaska iz nasilja. Rad u sigurnoj kući koja djeluje u sklopu Centra za terapiju

i rehabilitaciju „Vive Žene“ se bazira na multidisciplinarnom pristupu. Po dolasku klijentice u Sigurnu kuću organizuje se psihosocijalni tretman koji odgovara njenim potrebama. Stručni kadar različitih profila preduzima sve neophodne mjere kako bi se klijentici pružila sveobuhvatna pomoć. Ovaj multidisciplinarni tim čine socijalni radnici, psiholozi, psihoterapeuti, pedagozi, pravnik, doktor i medicinska sestra koji procjenjuju stanje i potrebe žrtve, te na osnovu zatečenog stanja prave individualni plan tretmana za svaku klijenticu posebno. Planiraju se i specifične intervencije koje imaju cilj da osnaže žrtvu, nudeći joj onu vrstu pomoći koja je u tom momentu za nju najznačajnija. Plan individualnog tretmana uglavnom pravi „mali tim“ kojeg sačinjava stručni kadar koji je direktno uključen u tretman klijentice. Jedan član malog tima je uvijek voditelj slučaja koji je odgovoran za koordinaciju osoba koje su uključene u slučaj praćenjem i procjenjivanjem plana tretmana. Standardni tretman obuhvata socijalno i pravno savjetovanje, zatim individualni i grupni psihosocijalni tretman, tjelesnu i okupacionu terapiju, te medicinsku brigu i praćenje. Osnovni ciljevi tretmana su psaho-emotivna stabilizacija, podizanje svijesti klijentica o nasilju u porodici i njihovim pravima, te razvijanje novih sposobnosti i ovladavanje vještinama koje će im omogućiti da se efikasnije nose sa izazovima koje pred njih stavlja aktuelna situacija. Svrha tretmana je da se klijentice osjećaju dovoljno sigurno i da im se osigura dovoljno vremena kako bi uz stručnu pomoć pronašle izlaz iz trenutne situacije. U zavisnosti od potreba konkretnog slučaja, paralelno sa procesom tretmana se pristupa uspostavljanju saradnje sa policijom, centrima za socijalni rad, zdravstvenim ustanovama, sudom i tužilaštvom, te drugim relevantnim institucijama koje bi mogle biti od pomoći. Saradnja sa institucijama od značaja je uređena zajedničkim Protokolom o postupanju u slučaju nasilja u porodici.¹ To znači da svaka institucija preuzima svoj dio odgovornosti i postupa po jasnim uputama i smjernicama koje su određene ovim Protokolom. Ukoliko je u interesu klijentice, takođe je moguće ostvarivanje komunikacije sa porodicom, prijateljima i poznanicima žrtve. Po uspostavljanju psaho-emotivne stabilizacije i po napuštanju Sigurne kuće, radi učvršćivanja efekata pozitivne

¹ http://www.vivezene.ba/download/protokol_intervencija.pdf

promjene, kao i otvaranja novih pitanja i dilema koje pred nju donosi aktuelna životna situacija, klijentica može da nastavi individualni tretman ambulantno. Praćenje klijentica nakon izlaska iz Sigurne kuće takođe predstavlja jedan od važnih dijelova tretmana. Ovaj proces nazivamo „briga poslije“. Briga poslije podrazumijeva kućne posjete kako bi se napravila procjena aktuelnog stanja bivše žrtve i postupilo u najboljem interesu klijentice na osnovu realno zatečene situacije i informacija o uslovima i kvalitetu života.

4. Studija slučaja: Alma

Alma ima 31 godinu. U braku je deset godina sa mužem sa kojim ima jedno dijete. Završila je srednju školu i nezaposlena je. Potiče iz radničke, patrijarhalne porodice gdje je glavnu riječ uvijek vodio autoritarni otac koji je u potpunosti dominirao nad njenom majkom. Zbog dominantnog oca, njena majka se, uslijed straha, nikada nije uspjela izvući iz uloge žrtve, te je, naučena na bespomoćnost, prihvatala situaciju onakvom kakva jeste. Almin muž je imao sličan stav kao i njen otac smatrajući da žena treba biti posvećena porodici i kući i da nije potrebno da radi. Međutim, Alma je povrh svega željela da ima svoju slobodu i mogućnost da radi i privreduje. Kako je vrijeme u braku proticalo, muževljev pritisak je sve više rastao. Prvi fizički napad se desio dok je Alma bila trudna. Međutim, nakon muževljevog izvinjenja i kajanja, Alma odlučuje da mu oprosti i pruži još jednu šansu. Međutim, nakon početne faze sladunjavog odnosa među supružnicima, mukotrpne svađe su nastavljene. Alma ne želi odustati od svojih potreba za slobodom i uspostavljanjem radnog angažmana dok muž postaje sve represivniji nastojeći je spriječiti u tome. Drugi jači fizički napad se desio nakon osam godina braka kada je Alma zbog povreda bila hospitalizirana. Alma od roditelja dobija poruku da treba da se strpi, da se nezgode u braku dešavaju, ali da je brak nešto što treba održati iznad svega. Almin muž od suda dobija zabranu uznemiravanja i situacija se ponovo umirila. Međutim, zbog posljedica nasilnih odnosa Alma počinje da uzima lijekove za smirenje. Tenzije ponovo rastu i muž ponovo fizički nasrće na nju. Alma odlučuje da ga napusti i odlazi od kuće. Ukrzo potom saznaće za „Sigurnu kuću“ Centra „Vive Žene“ i odlučuje potražiti profesionalnu pomoć.

4.1. Opis tretmana

Nakon prve neprospavane noći u Sigurnoj kući, Alma se žali na psihičke smetnje u vidu noćnih mora, osjećaja derealizacije, šoka i izgubljenosti. U snovima joj se pojavljuju nepoznata lica koja žele da joj naude. Osjeća djelovanje iscrpljenosti i bezvoljnog. Istovremeno osjeća skoro panični strah zbog takvog stanja, zabrinuta je za sebe i svoje zdravlje. U glavi joj se javljaju misli: „Šta mi se to dešava?“, „Da li sam normalna?“, „Da li ovo znači da ću poludjeti?“, „Hoću li moći izdržati?“ i slično.

Svi Almini početni simptomi su ukazivali na psihofizičku iscrpljenost zbog posljedica nasilja. Osjećala je veliki umor, malakslost, bespomoćnost i strah. Bila je u šoku, nije mogla da vjeruje šta joj se dešava. Zbog izraženih simptoma šoka i akutne krize, pored standardnog tretmana, Alma odmah ulazi i u individualni terapijski tretman. Ima potrebu za samokontrolom i teško podnosi vlastitu slabost koju doživljava kao nešto strašno što joj se nikako ne bi smjelo dešavati.

Prvi korak u psihološkom tretmanu se sastoji od krizne intervencije i informativnog razgovora o događaju. Klijentici se pruža prva psihološka pomoć u vidu smirivanja situacije kako bi se kroz psihodukaciju na adekvatan način upoznala sa činjenicom da su njeni simptomi uobičajeni i prolazni i da predstavljaju normalnu reakciju na trenutnu situaciju, te da nisu znak „ludila“. Nakon krizne intervencije Alma odmah počinje da se osjeća bolje jer zna da je njen stanje normalno, da su njeni simptomi prolazni i da neće „poludjeti“. Važno je istaknuti da po sklanjanju žene u sigurnu kuću i njenom shvatanju da je na sigurnom mjestu, žena može da osjeti čitav niz simptoma kao što su ekstremni umor, depresija i pasivnost. Takođe može patiti od napada straha i ljutnje, bilo na svoju djecu ili na druge klijentice. Kod Alme su se smjenjivali periodi depresije, napada straha i ljutnje koja je ponekad bila usmjerena i na druge klijentice. Do ovog momenta, kod Alme je uglavnom bila prisutna nemoć i pasivnost, pa je ispoljavanje ljutnje predstavljalo pravi momenat kako bi se iskoristila u terapijske svrhe. U razgovoru o Alminoj ljutnji, dolazimo do uvida da je za vlastite ciljeve koristila

prkos i bunt kao mehanizam preživljavanja u borbi sa mužem. Kada bi osjetila da joj neko drugi želi nešto nametnuti, osjećala bi se napadnuto, imala bi potrebu da se brani i iz nje bi počeo da isijava prkos.

Takvu „borbu“ je nastavila i u Sigurnoj kući, ali sa drugim klijenticama. Osjetljiva je na bilo kakvu vrstu ograničenja, kritika, pa čak i na dobromjerne poruke upućene od strane drugih. U radu sa terapeutom, Alma lagano biva suočena sa svojim ponašanjem i počinje da uviđa da koristi iste mehanizme preživljavanja koje je koristila i tokom svađa sa mužem. Uz podršku terapeuta, postepeno biva konfrontirana sa održivošću ovakvih mehanizama s obzirom na njihovu korisnost i razmatraju se novi načini reagovanja koji bi u tim i sličnim situacijama bili adekvatniji. U momentu kada stekne uvid u svoje ponašanje, Alma pokazuje potrebu za ispravljanjem svojih grešaka. Iako je i dalje krajnje oprezna u kontaktima, polako počinje da preispituje svoje reakcije prema drugim klijenticama i počinje razmišljati da ljutnja i prkos predstavljaju posljedice života u nasilnim vezama, a ne realne prijetnje od strane drugih.

Tokom Alminog boravka u Sigurnoj kući često su se smjenjivali periodi poboljšanja i klonulosti. Ovakvo smjenjivanje je zavisilo od trenutne situacije kod kuće sa njenim sinom zbog kojeg je brinula, ali i usljud održavanja telefonskih kontakata sa svojim mužem. Iako po dolasku u Sigurnu kuću klijentice često održavaju telefonske kontakte sa svojim muževima, mnoge se ustručavaju da to priznaju i nastoje to sakriti. Zbog toga se obično uznemire, postanu još nesigurnije u ono šta žele i, na kraju, ponovo se vraćaju u bespomoćnost. Alma takođe održava kontakt sa mužem, ali o tome otvoreno razgovara sa terapeutom. To postaje sljedeća važna tema tokom tretmana, a terapijske intervencije se kreću u smjeru psihosocijalne edukacije o značenju telefonskih razgovora i o različitim mehanizmima koje počinjatelji nasilja koriste kako bi kontrolisali žrtvu dok je u Sigurnoj kući. Ona shvaća da ograničavanjem telefonskih poziva može uticati na svoj strah i na trenutni kvalitet života, odlučuje ograničiti intenzitet i dužinu razgovora, te prekida vezu kada se razgovor pretvoriti u pokušaj kontrole.

U međuvremenu, Centar za socijalni rad uspostavlja kontakt sa mužem s ciljem uređenja odnosa oko viđanja djeteta. Na žalost, česta je pojava iskorištavanja djece među supružnicima tokom nasilja u porodici. Djeca često postanu medij preko kojeg se supružnici bore da postignu moć i kontrolu nad onim drugim. Dolaskom djeteta, Almin tretman se usložnjava jer dijete pokazuje neposlušnost, često je prkosno, uplašeno i zbunjeno i nije mu jasno šta se dešava sa majkom. Ovakva situacija dodatno opterećuje majku tako što je vraća u bespomoćnost. Zbog nedostatka podrške primarne porodice, Alma je čitavo vrijeme prinudena da se oslanja na pomagače koji rade s njom, kao i na određene klijentice sa kojima uspijeva ostvariti pozitivne, ali ne uvijek i stabilne odnose. Almini odnosi sa sinom su takođe prolazili kroz faze poboljšanja i pogoršanja što je razumljivo s obzirom na promjenu sredine, ograničen prostor i mogućnosti za igru i rad u Sigurnoj kući.

Partnerski razgovori između žrtve i počinitelja, koliko god se ponekad činili teški, mogu imati i pozitivnih efekata. Nakon što je počela da se osjeća bolje, Alma odlučuje da se suoči sa mužem kako bi procijenila njegove namjere što bi joj pomoglo pri donošenju ispravne odluke. Razgovori sa mužem su imali cilj da jedno drugom kažu šta osjećaju i misle o njihovim odnosima i da istraže postoje li šanse da rade na problemima kroz partnersku terapiju. Ovi razgovori su igrali ključnu ulogu po pitanju Almine ambivalentnosti o tome da li da se vrati ili da napusti vezu. Nakon suočavanja, klijentici postaje jasnije šta može da očekuje od povratka u vezu i to ubrzava njen proces donošenja odluke. Sada je već počinjala da razmišlja o izazovima samostalnog života što je predstavljalo uvod u proces žalovanja, odnosno opruštanja od jednog dijela njenog života, ali i pripremanje za početak nove epohe u njenom životu.

Teme žalovanja su bile prisutne i na grupnim seansama. Počele su da isplivavaju Almine teme o nasilju iz djetinjstva i načinu koji se nosila sa njima. Sjećanja na loše događaje iz prošlosti predstavljaju veliki teret za nju, ali Alma pokušava da olakša taj teret tako što iz svog iskustva izvlači svoju pouku. Donosi odluku da više nikada neće dozvoliti sebi da je neko udari, da nad njom vlada, da je kontroliše.

To je postalo njen novi moto koji je počeo da je gura naprijed. U stvarnom životu, Alma voli druženje sa prijateljicama, izlaska u grad, voli da se lijepo oblači i našminka. Na terapijskoj grupi, razgovorom sa drugim klijenticama u jednu ruku nadoknađuje svoju potrebu za druženjem koje joj je ranije bilo ograničeno. Na grupi se osjeća ponovo živom, pred „publikom“ priča o onome što voli i u čemu uživa i lagano vraća samopouzdanje. Uspijeva podijeliti i svoj strah, osjećaj krivnje i tuge povodom svoje situacije. Obzirom na nedostatak podrške iz njene okoline, u Sigurnoj kući počinje graditi nove odnose sa klijenticama. Partnerski razgovori uspijevaju ubrzati proces donošenja odluke. Oni djeluju motivirajuće jer shvata da je jedini način da izađe iz kruga nasiljakada sama učini konkretnе korake u cilju svog osamostaljivanja. Iako i dalje osjeća krivicu pri spominjanju riječi „razvod“, ipak je sigurnija da treba pokušati živjeti sama bez obzira na to da li će se razvesti ili ne. To joj daje neku sigurnost i umanjuje osjećaj krivnje i straha od moguće osude zajednice. Ubrzo se angažuje oko pronalaskazaposlenja i odlazi na intervjuje. Uvezuje se sa drugom klijenticom i dogovaraju se da jedna drugoj budu podrška za prvo vrijeme dok se ne snađu. Nakon tri mjeseca, Alma odlučuje da napusti Sigurnu kuću. U međuvremenu, pronalazi posao i smještaj i sve uspijeva realizirati u veoma kratkom periodu.

5. Diskusija

Većina žrtava nasilja odlučuje da potraži pomoć tek kada iscrpe sve svoje resurse i snage koje ulažu kako bi sačuvale vezu u kojoj su žrtve nasilja. Tek u momentu kada shvate da su učinile sve i da im je život i dalje u opasnosti, priznaju da više ne mogu same i da trebaju potražiti stručnu pomoć. Međutim, do tada su štete od posljedica nasilja obično velike, kako za žrtvu, tako i za ostale članove porodice. Alma je podnosila nasilje sve do momenta kada je uvidjela da ni ignorisanje ni suprotstavljanje muževljevim posesivnim reakcijama ne daju rezultate. Pored toga, osjećala je jače posljedice nasilja na psihičku stabilnost, pa je njen strah od tih posljedica poslužio kao okidač za radikalne promjene u cilju samopomoći.

Po dolasku u sigurnu kuću većina klijentica brine za sebe i svoju budućnost. Ukoliko nisu uspjele sa sobom povesti djecu, briga postaje još veća: „Da li su djeca na sigurnom?“, „Da li su gladna i adekvatno zbrinuta?“, „Da li će se znati snaći bez mene?“, itd. Za većinu njih, dolazak u sigurnu kuću često označava dodatni stres zbog promjene sredine koja nalaže potrebu za prilagođavanjem. Neke su izrevoltirane dolaskom jer to doživljavaju kao svojevrsnu kaznu zbog onoga što se dogodilo. Često misle kako im je nanesena nepravda što su one izmještene, a počinilac nasilja ostao da nesmetano živi i uživa u svim blagodetima svog i njihovog doma. U ovakvim slučajevima je potreban protok vremena kako bi shvatile da su dolaskom u sigurnu kuću privremeno sklonjene iz svog doma prevashodno zbog vlastite sigurnosti i da će ostati dok ne prođe kriza ili dok same ne odluče da su spremne da napuste sigurnu kuću kako bi nastavile dalje. Alma je pokazivala ljutnju zbog napuštanja kuće u kojoj su zajedno živjeli ona i muž. Ona doživljava Sigurnu kuću kao spas, ali je istovremeno ljuta zbog nepravde koja joj je nanesena time što je bila prinuđena da napusti svoju kuću krivicom drugoga i to najviše iz razloga što je u taj dom ulagala svoju ljubav, vrijeme i novac.

U početku tretmana, Alma, kao i većina drugih klijentica, pokazuje ambivalentnost i nesigurnost u pogledu donošenja odluka što predstavlja normalan proces kroz koji prolaze skoro sve žrtve. Njezina nesigurnost se konstantno ispreplitala sa fazama krize u početku tretmana, pa su terapijske intervencije na to posebno i bile usmjerenе.

U početku tretmana kod žrtava porodičnog nasilja je najprisutniji osjećaj stida zbog onoga što se desilo. Zbog toga se javlja i potreba za izbjegavanjem diskusije o ovim temama. Ukoliko osoba prijavljuje nasilje po prvi put, te ukoliko je svoje probleme inače naučila rješavati sama, stid je veći. Obično prijavu nasilja doživljavaju kao lični neuspjeh, kao nešto što se moglo sprječiti, a nije se u tome uspjelo. Zbog toga se javlja osjećaj ličnog neuspjeha, krivnje, tuge, ali i straha od mogućih posljedica prijavljivanja nasilja. Kad žena odluči da se smjesti u sigurnu kuću, vrlo je važno da uspije pronaći neki smisao ovog novog momenta u njenom životu. Nakon što je upotrijebila sve svoje snage i resurse kako bi preživjela, vrlo je moguće da se počne osjećati depresivno kada izade iz prethodne

krizne situacije. Dosada i bespomoćnost mogu predstavljati veliku prepreku za oporavak. Kako bi se to prevazišlo, poželjne su neke korisne aktivnosti u borbi protiv praznine i besmisla (*radna terapija, bavljenje ručnim radovima, učestvovanje u raznim vrstama sekcija i terapijskim grupama*). Po dolasku u Sigurnu kuću Almi su pomogle svakodnevne obaveze i kućni red koji su joj dali početnu strukturu i podsjetili da život ide dalje. Pošto su doživjele slično iskustvo, kao izvor podrške su poslužile i druge klijentice. Alma se posebno vezala za jednu klijenticu njenih godina. To joj nudi početnu sigurnost u nepoznatom miljeu koji treba tek upoznati i kome se treba pokušati prilagoditi.

Kada se prvi puta razgovara sa žrtvom, zbog izraženog osjećaja stida i krivnje, vrlo je važno imati na umu da se pristupi sa razumijevanjem i da se oda priznanje povodom snage i hrabrosti koju je imala kako bi potražila pomoć. Ovo je ujedno i najvažniji momenat u tretmanu jer se stvara i radni savez koji je jedan od presudnih faktora koji će uticati na dalji ishod tretmana. Paralelno sa pružanjem empatije i razumijevanja, vrlo značajna je i psihoedukacija koja se prožima tokom čitavog tretmana. Ukoliko terapeut na samom početku pokaže stručnost u odnosu na problem koji žrtva prikazuje, to već pozitivno utiče na povjerenje. Žrtva odmah osjeća rasterećenje i počinje misliti kako ipak nije pogriješila što je odlučila da svoj problem podijeli sa drugima. Zbog izraženog osjećaja panike i ambivalentnosti, psihoedukacija je na Almu djelovala dosta ohrabrujuće, baš iz razloga što joj je ona bila ta koja je davala odgovore na brojna pitanja koje je sebi često postavljala a na koje nije imala odgovor. Izgledalo je kao da je u tim diskusijama pronalazila trenutne odgovore za svoje stanje, što joj je opet nudilo minimalnu utjehu i osjećaj sigurnosti i minimalne kontrole.

Kako bi se što bolje nosila sa svojim simptomima, najprije je potrebno da se žrtva obrazuje o povezanosti takvih simptoma sa određenim dogadjajima u njenom životu i o načinima na koje može sama da utiče na njihovo smanjivanje. U tom pravcu se obavljaju vježbe opuštanja, kao što su tehnike disanja, progresivno opuštanje mišića, tehnike postizanja pune svjesnosti, zatim različite vrste tjelovježbi koje pomažu u regulaciji akumuliranog stresa i napetosti. Na taj način se žrtva ohrabruje da korak po korak uspostavi kontrolu nad svojim tijelom i emocijama i postigne određeni stepen stabilnosti.

Ovladavanje vještinama regulisanja napetosti ne znači da žrtva više neće osjećati anksioznost, depresiju, bijes i ostale nezdrave emocije, nego da će povećati vlastite kapacitete da se bolje nosi sa njima. Isto tako, linija oporavka nije uvijek linearno progresivna, nego zavisi od mnogobrojnih faktora (podrška bližnjih, strah, lični resursi, ovisnost o partneru), tako da se može desiti da se u poodmakloj fazi rada pomagači mogu pitati da li uopšte ima napretka ili je sve što smo mislili da je klijentica postigla do tada palo u vodu. Sve su to normalne faze koje zavise najviše od same žrtve i mehanizama preživljavanja koje je do tada razvila, a ne nužno od pomagača. Jedan od izazova u radu sa Almom je upravo bio i kako se nositi sa čestim promjenama raspoloženja koje su uglavnom bile posljedica uticaja faktora sredine, kao što su uticaj muža i roditelja da se vrati, problematično ponašanje djeteta, ekonomski zavisnost i psihička iscrpljenost. Zbog toga se često činilo da tretman nije isao u linearu progresivnom smjeru, nego da se sastojao od uspona kada su faktori sredine bili zadovoljavajući, odnosno padova, kada je sredina bila prezahhtjevna ili nastupala sa pretjeranim kritikama.

Veliki izazov za klijentice, ali i stručni kadar, je taj što se ponekad i Sigurna kuća doživjava kao konstantno bojno polje ili izvor tekućih konflikata među klijenticama koji su često posljedica života u nasilnim odnosima od ranije. Iz tog razloga, tretman u Sigurnoj kući je osjetljiv posao gdje je često potrebno raditi na aktuelnim dešavanjima među klijenticama, kao što su loša komunikacija iz koje često nastane nerazumijevanje, a ponekad i svađe. Vrlo je jasno da konflikte treba posmatrati kao dio procesa prilagodavanja na novu okolinu i da oni često mogu da predstavljaju dobru osnovu za načinjanje osjetljivih tema na terapijskoj grupi. Međutim, često ovakvi događaji oduzimaju dosta vremena i energije, komplikuju tretman, a ponekad žrtve osjećaju da zbog tih konflikata ne napreduju, odnosno da se osjećaju gore. Jedan od načina na koji se može nositi sa ovim problemom jeste da ukoliko se ima osjećaj da je otvaranje osjetljivih tema, kao što su konflikti, tokom rada terapijske grupe kontraproduktivno, na njima se može raditi individualno. Time se šalje poruka da uvažavamo žrtvu i njena osjećanja i da nam je namjera da uz našu podršku tokom individualnog rada žrtva proradi ona osjećanja koja trenutno nije u stanju podijeliti sa grupom. Ali, uvijek je dobro, nakon što se klijentica osjeti bolje, da se vrati u

grupu i razgovara o konfliktu u momentu kada osjeti da to može. Na taj način se žrtva indirektno ohrabruje da se može suočiti sa svojim strahovima i da je taj strah podnošljiv.

Zbog života u nasilnoj vezi, naročito ukoliko je žrtva imala iskustvo nasilja, seksualnog zlostavljanja i zanemarivanja u prošlosti, često može doći do promjene stavova koje je osoba imala o sebi, drugima i o svijetu u kojem živi. Zbog kontinuiranog stresa, nesigurnih i nasilnih odnosa, žrtve vremenom izgrade mehanizme koji im pomažu da bolje podnose ili izbjegavaju situacije opasne po život, tj. izbjegavaju fizičku i psihičku patnju i bol. Kada postojeći mehanizmi preživljavanja izgube svoju snagu ili funkciju tokom intenzivnog i ponovljenog nasilja, žrtva ih odbacuje i odlučuje se za drastična rješenja, kao što je npr. potraživanje utočišta u sigurnoj kući. Međutim, čim žrtve osjete poboljšanje i izadu iz krize, često nastavljaju koristiti već naučene mehanizme preživljavanja koji obično ne odgovaraju ili nisu efikasni u novoj, neprijetećoj sredini. Upravo se iz tih razloga neke klijentice odluče vratiti partneru nakon prolaska krize, jer nisu spremne da naprave promjenu, odnosno, taj zahtjevni preokret u svom životu, koji, pored vlastite odluke, iziskuje i ispunjenje niza drugih uslova. Zahvaljujući svojoj otpornosti koje je dijelom stekla, a dijelom naučila tokom odrastanja u nasilnom okruženju, Alma uspijeva iskoristiti te resurse. Ona nalazi dovoljno kapaciteta da sagleda vlastite mehanizme odbrane i usmjeri ih da rade za nju, a ne protiv nje. Bezuslovno prihvatanje i strpljenje pomagača joj nudi bezbjedan prostor u kojem, zbog odsustva kritike i osude u bilo kojem smislu, žrtva stiče uvid da je prihvaćena takva kakva jeste, a da odbrambeni stav gubi svoju primarnu funkciju samozaštite.

Ponekad, kada se žrtva psihički ustabilii i kada počne da razmišlja o povratku kući i partneru, ukoliko se procijeni da je na to spremna, nije zgoreg da se razmisli o partnerskoj terapiji. To se desilo i u Alminom slučaju. Oboje su željeli razgovarati kako bi vidjeli mogu li iznaći neko rješenje za problem koji imaju. Međutim, partnerski razgovori se nikako ne bi trebali raditi dok se ne procijeni psihoh-emotivna stabilnost žrtve. Kada i ako dođe do nje, saradnja sa počiniteljima nasilja u porodici uvijek predstavlja izazov za pomagače. Razgovor ponekad inicira počinilac, a često i sama žrtva. Na osnovu žrtvinih iskustava o tome kako se počinilac nasilja ponaša van kuće,

oblika nasilja koje primjenjuje, eventualnog posjedovanja oružja, itd., najprije se procjenjuje potencijalna opasnost od počinitelja. Sa žrtvom se razgovara o svrsi susreta, o njenim očekivanjima i namjerama. Ukoliko žrtva izrazi potrebu da se suoči sa počiniteljem radi se na njenoj psihološkoj pripremi za razgovor. Prije samog suočavanja, kako bi sigurnost žrtve bila na najvišem nivou, potrebno je da se počinilac upozori sa pravilima ponašanja tokom razgovora, kao i o tome da razgovor mogu prekinuti terapeut ili žena u bilo kojem trenutku ukoliko on povisi glas, počne sa optuživanjem, vrijeđanjem ili bilo kojom vrstom kontrolisanja. Naša iskustva kada je u pitanju saradnja sa počiniteljima su pokazala različite ishode ovih razgovora. Najčešće, počinitelji žele da vrate žrtvu kući. Žele da im bude oprošteno i da počnu živjeti nekim drugačijim životom, zasnovanim na njegovim obećanjima da više neće biti nasilan. Ovo je uvijek osjetljiv trenutak za žrtve, naročito ukoliko do suočavanja dođe kratko nakon prijema žrtve u Sigurnu kuću, jer se time povećava rizik od retraumatizacije. Time se žrtva oslabljuje, gubi povjerenje u pomagače, ujedno gubeći nadu i za svoju budućnost. Kada se žrtva nalazi u krizi, ona nije u stanju da procijeni kolika je muž realna prijetnja njoj i njenom psihičkom integritetu. U tim momentima ona treba pomoćnika koji će da je vodi umjesto nje, nekog ko će u tom dijelu njenog boravka u Sigurnoj kući preuzeti trenutnu odgovornost za nju. Počinitelji nasilja su rijetko spremni da prihvate punu moralnu i krivičnu odgovornost za počinjeno djelo i da poduzmu konkretnе korake u savladavanju vlastitih nasilnih impulsa. Iako Zakon o zaštiti od nasilja u porodici („*Službene novine Federacije BiH*“, broj 20/13, 13. mart 2013. god.) predviđa pet vrsta zaštitnih mjera za počinitelje, najrjedje se izriče mjera obaveznog psihosocijalnog tretmana koja se u susjednoj Hrvatskoj često primjenjuje i koja ima izuzetne efekte na prevenciju i sprečavanje recidiva.

6. Zaključak

Tretman u sigurnoj kući je složen proces jer dolaskom žrtve problemi ne nestaju nego se tek tada intenziviraju. Nakon prolaska krize, kod žrtava se mogu pojaviti različite emocije i potrebe u odnosu na njihov problem. To znači da nemaju sve žrtve iste potrebe i da nisu sve na isti način spremne da izađu iz nasilja. Najčešće su usmjerene na pitanje egzistencije i trajanja boravka u smislu da li će im biti obezbijeden dalji smještaj, posao, zaštita od partnera, itd. Neke žrtve razmišljaju na način da je kriza prošla i vrijeme koje provode u Sigurnoj kući koriste za mali predah očekujući momenat kada će moći da izađu i da se vrate partneru. Međutim, postoje i one koje su već davno zaključile da život koji su vodile više nema nikakvog smisla i da pred njima стоји izvanredna prilika da preduzmu konkretnе korake za rješavanje svog problema.

Oporavak žene u Sigurnoj kući najviše zavisi od njenih faktora otpornosti. Puno je faktora koji doprinose poboljšanju, odnosno pogoršanju situacije. Najprije su to unutarnji resursi i naučeni mehanizmi koje je žrtva izgradila do tada. Ekonomski zavisnost je takođe jedan od ključnih faktora zbog kojih žrtva odluči da se vrati partneru. Jedan od najvećih gubitaka žrtve dok se nalazi u nasilnim odnosima jeste gubitak osoba od povjerenja (roditelja, porodice i prijatelja) koji bi joj mogli biti od pomoći. Zabranjivanje i ograničavanje odnosa sa drugima jedan je od čestih oblika psihičkog zlostavljanja kojem počinitelji pribjegavaju kako bi izolirali i kontrolisali žrtvu. U ovakvim situacijama napuštanje nasilnog partnera postaje još teže, jer se gubitkom odnosa sa drugima umanjuje mogućnost bezbjednog izlaska iz veze.

U Alminom slučaju, najznačajnije faktore oporavka su činili njena otpornost, odnosno njena hrabrost i upornost da se odupre vanjskim pritiscima. To su isti oni mehanizmi i strategije koji su je održavali dok je bila sa partnerom, ali ih je sada samo okrenula u svoju korist. Drugim riječima, dok je živjela sa partnerom živjela je u ubjedjenju da mora da se žrtvuje za brak. Sada je samo promijenila životni cilj, usvojila nova uvjerenja o sebi i životu, dok su njeni kapaciteti za borbu ostali isti. Pošto je, kako je ranije navedeno, i njena majka

prolazila kroz sličnu situaciju iz koje nije znala da se izbavi, ono što fascinira u ovom slučaju jeste hrabrost i upornost osobe da se izvuče iz čeljusti generacijskog nasilja uprkos svim preprekama koje pred nju stavlja društvo, a ponekad, nažalost, i sistem.

Dosadašnja radna iskustva nas uče da je potrebno svakoj žrtvi pristupiti sa dubokim poštovanjem i uvažavanjem svega kroz šta je prošla kako bi na kraju došla do stanja u kojem traži pomoć za sebe. U radu sa žrtvama porodičnog nasilja najvažniji je odnos između pomagača i žrtve koji treba biti autentičan i podržavajući, bez osuđivanja, poštujući svaku njenu odluku, čak i kada se mi, kao pomagači, ponekad ne slažemo sa njom. Takođe, ne treba zaboraviti da je svaka žrtva koja potraži pomoć sama po sebi već jaka, jer, u protivnom, ne bi bila tu gdje jeste. Tretman je bitan kako bi žrtva bila suočena sa svojim ponašanjem i posljedicama njenog ponašanja po nju samu. Preusmjeravanjem vlastitih resursa u svoju korist, žrtvi će se otvoriti novi vidici i tek onda može da shvati da ne mora da živi u nasilju, da skoro uvijek ima izbor i da zavreduje život bez bola i patnje.

U slučaju koji smo predstavili je jasno da je multidisciplinarni pristup bio od presudnog značaja za oporavak i vraćanje žrtve u normalan život. Postupanje u kriznoj intervenciji, grupni terapijski tretman, saradnja sa policijom i centrom za socijalni radu smislu intervencija su zajedno doprinijelo da se žrtvi pomogne da se, osnažena, sama počne brinuti za sebe.

7. Literatura

- *Barić Željka (2012), „Duga” za partnere, Grad Zagreb, Dom za djecu i odrasle - žrtve obiteljskog nasilja “Duga - Zagreb”*
- *Mental Health Commission (2006), „Multidisciplinary Team Working: From Theory to Practice,” elaborat, Mental Health Commission, Dublin, Ireland*
- *Prof. dr. sc. Marina Ajduković, Doc. dr. sc. Gordana Pavleković(2004), „Nasilje nad ženom u obitelji,” drugo ažurirano izdanje, Društvo za psihološku pomoć, Zagreb*
- *Group of authors (2005.), „Work for Care: Sexual and Domestic Violence During and After War; A Trainer’s Manual,” Admira Foundation, Utrecht, Nederland*

live žene



PSIHOSOCIJALNI RAD U ZAJEDNICI SA GRUPOM ŽENA POVRATNICA PRIMJENOM TEHNIKE RADA SA TRAUMOM „MOJA PRIČA“

mr. med. sc. Azra Arnautović, grupni analitičar

1. Uvod

U kontekstu socio-političkog konflikta, trauma je postala složena i dugoročna. Traumatska iskustva koja pojedinci i grupe godinama nose sa sobom uticu na njihovu sadašnjost i drže njihove pozitivne resurse zarobljene kao u kavezu. Strah, bespomoćnost, trauma i nedovršeno žalovanje predstavljaju faktore procesa sticanja nemoći koji dovodi do osjećaja totalne bespomoćnosti. Stoga, oporavakosoba koje su pretrpjeli gubitak zavisi od sticanja nivoa kontrole nad životom, te je neophodno da ga uporedo prate smanjenje socijalne i političke nepravde.

Osnaživanje je proces poboljšanja dobrobiti ljudi koji su pod uticajem konflikta. Riječ „snaga“ u osnaživanju ima nekoliko značenja: snaga iznutra i snaga u zajedništvu. Snaga iznutra predstavlja prihvatanje samog sebe što dolazi iz razumijevanja svoje prošlosti i trenutne situacije, svojih potreba i prirode svojih odnosa. Snaga iznutra je takođe vezana sa stavovima koje imamo o stvarima koje nas okružuju i koje možemo da mijenjamo. Snaga u zajedništvu je blisko povezana sa snagom iznutra, jer predstavlja iskustvo koje su drugi stekli u sličnim situacijama spoznavši da su promjene moguće.

Ne postoji univerzalni model osnaživanja. Postojeći modeli osnaživanja se prilagođavaju situacijama u kojima se sprovode, kontekstu zajednice i njenih pojedinaca. Tako su pokazala i iskustva u radu sa grupom žena „Lolići“ koja predstavlja jednu od nekoliko grupa sa kojima je Centar za rehabilitaciju i terapiju „Vive Žene“ radio na području opštine Bratunac. Naime, na samom početku rada

sa ovim grupama se pristupilo sasvim drugačijem planu rada na osnaživanju. Dotadašnje iskustvo i fleksibilnost u radu Centra „Vive Žene“, omogućile su da se u psihosocijalnom radu sa pomenutom grupom primjeni tehnika rada sa traumom „Moja priča“, kako je opisano u nastavku ovog članka.

2. Teoretska razmatranja

Teorijska razmatranja problematike koja se raspravlja u ovom članku uključuju žalovanje, psihosocijalni pristup i narativnu psihoterapiju.

2.1. Žalovanje

Ovo je proces koji nastaje kod gubitka određenog objekta ili osobe iz našeg života. To je emocija tuge koja redovno nastaje kada izgubimo nešto ili nekoga do čega nam je stalo. Što je veći gubitak, emocija postaje intenzivnija. No, preplavljenost osjećanjima nakon gubitkabiliske osobepredstavlja posebnu kategoriju tuge koju nazivamo žalovanje.

Smrt je nepovratan proces, koji se dešava svima. Na vlastitu ili tuđu smrt se može lagano pripremati. Stariji ljudi često pričaju o smrti, kako bi ona prestala biti tabu tema. No, koliko se god pripremili za smrt, gubitak voljenih ili najbližih ipak preplavljuje osjećajima gubitka ili tuge. Osobe najčešće ne znaju da se nose sa tim jakim emocijama ili ne mogu da se sa njima nose na adekvatan način, posebno kada smrt nastupi iznenada, nasilno, masovno i kada je propraćena prijetnjama po život pojedinca i onih koji ga okružuju, kao što se dešava tokom ratnih prilika širom svijeta.

Pojedinci se sa smrću nose na različite načine koje pokazuju zavisno od svoje strukture ličnosti. Međutim, postoje neka pravila u procesu žalovanja. Teoretičari kažu da tzv. normalno ili uobičajeno žalovanje ima nekoliko faza i da je potrebno proći svaku fazu kako bi se zaključio proces žalovanja. Vrijedi napomenuti da ne moramo prolaziti kroz faze žalovanja samo kod smrti neke bliske osobe, nego i kod drugih gubitaka, kao što su prekid veze, razvod, preseljenje,

prisilno napuštanja doma, rat i sl. Među faze žalovanja ubrajamo sljedeće:

Prva faza: negiranje

U ovoj fazi dolazi do negiranja događaja tj. gubitka ili smrti bliske osobe. U početku je osoba koja ima gubitak još uvijek u šoku i ne prihvata činjenicu da je došlo do gubitka. Taj gubitak je prestrašan i prevelik, pa njihov emocionalni i intelektualni kapaciteti nisu u mogućnosti da ga prihvate. Ova faza, u prosjeku, traje dosta kratko i kreće se između nekoliko sati do nekoliko dana.

Druga faza: ljutnja

Ljutnja je emocija koja se javlja kada nam se na putu do nečega ili nekoga što jako želimo pojavi prepreka. Kod gubitka važne osobe, u pojedincu se javlja ljutnja jer ne može da se pomiri sa stvarnim stanjem odnosno slikom stvari koja vlada u stvarnosti gdje ne može da bude zajedno sa osobom koja je umrla. Vrlo često se desi da osobe koje su izgubile nekoga prolaze kroz proces ljutnje na osobu koja ih je napustila. U nekim slučajevima se desi pomaknuta ljutnja, tj. pošto je pravi objekt ljutnje izgubljen dolazi do prebacivanja ljutnje na nekoga ili nešto u blizini. Tako osoba koja ima gubitak počne da se ljuti na prijatelje, rodbinu, susjede, osobe odgovorne za gubitak, svijet i život u cjelini. Ova faza ljutnje je preporučljiva kako bi se očistili od loših emocija koje neminovno prate ovakve situacije. Sa psihološke tačke gledišta, lakše je biti ljut, nego tužan. Ljutnja je faza koja traje duže od negiranja i kreće se između nekoliko dana do nekoliko sedmica.

Treća faza: tugovanje

Kada osoba shvati da je gubitak nepovratan ulazi u stanje i emociju tuge. Ova emocija može trajati dugo, a, ponekad, i zauvijek. Činjenica je da vrijeme može ublažiti neke rane i da može smanjiti tugu, no vrlo često se desi da tuga zbog gubitka nekih osoba zauvijek ostaje, posebno u situacijama kada roditelj izgubi svoje dijete. Iako se smatra da se ovdje radi o dva istovjetna osjećanja, treba napomenuti da je tuga zbog izgubljene osobe osjećaj koji može da traje čitav život, dok je tugovanje samo proces kroz koji

osoba može da prolazi u periodu od nekoliko mjeseci dok, naizgled, ne povrati pređašnji način života. No, ova faza može predstavljati i ograničenje i „kočnicu“ u životima ljudi. U ovoj fazi se ne napreduje i ne nastavlja sa životom, nego se ostaje u onom istom trenutku gubitka koji je i doveo do procesa žalovanja.

Četvrta faza: restrukturiranje situacije

U zadnjoj fazi tugovanja dolazi do prestrukturiranja života pojedinca u skladu sa gubitkom koji ga je zadesio. Osoba koja je doživjela gubitak se navikava na situaciju i nastavlja sa životom bez drage osobe. U ovoj fazi, osoba može iskusiti niz složenih osjećaja koji se kreću u rasponu od olakšanja do krivnje. Osobe koje su doživjele gubitak smatraju da je navikavanje na život bez onoga koga nema teško, ali, istovremeno, dolaze u situaciju gdje uviđaju da život ide dalje. Ovdje se često pojavljuje i osjećaj krivnje koja je najbolje sažeta u dilemama kao što su: „Zašto se smijem nečemu kada sam iskusio tako veliki gubitak?“ ili „Zašto uživam u nekim stvarima kada nekoga koga volim više nema?“ Međutim, ulazak u ovu fazu predstavlja izlječenje i prihvatanje nastale situacije.

Žalovanje, dakle, ima četiri zadatka: prihvatanje stvarnosti gubitka, suočavanje i priznavanje bola zbog gubitka, prilagođavanje okruženju u kojem nedostaje izgubljena osoba i, na kraju, emocionalno premještanje izgubljene osobe i nastavljanje sa životom.

U svim gore navedenim fazama, od negacije do tugovanja, se može desiti da se osoba zaustavi i da ne nastavi da „obrađuje“ svoju tugu prema pravilima tugovanja. To je loše, jer je cilj žalovanja u stizanju do posljednje faze: nastavak života bez izgubljene osobe. Kada tugovanje poprimi razmjere koje nisu socijalno prihvatljive (nezainteresovanost za okolinu, potpuna nebriga za svoje zdravlje, prestanak obavljanja higijenskih navika) dobro je potražiti stručnu pomoć. Priroda emocija je vrlo složena, posebno u ovakvim situacijama kada se osobe sa gubitkom osjećaju izuzetno usamljene, ostavljene i napuštene od strane osobe koju su izgubile.

2.2. *Psihosocijalni pristup*

U ovom pristupu se identificira nosilac patnje uzrokovane ratom i ratnim razaranjima, bilo kod pojedinaca ili socijalnih grupa (porodice i zajednice) uporedo. To znači da podršku treba pružiti ne samo pojedincima, već i socijalnim grupama (*Weine, 2000*). Zatim, ovaj pristup naglašava da su i psihološki i socijalni faktori odgovorni i za patnju i za prevenciju i lijeчење patnje, te da ti faktori djeluju uzajamno (*Machel, 2000*). Premda je kompatibilan sa čistim psihološkim metodom, drugi aspekt koji se često povezuje sa „psihosocijalnim pristupom“ je prebacivanje cilja intervencije sa direktnog oslobađanja od simptoma na jačanje individualnih mehanizama suočavanja, sa jedne, i na prevenciju, sa druge strane. Ovaj aspekt psihosocijalnog pristupa obuhvaćen je u većini programa koji se sprovode u regiji. Grupno savjetovanje i pružanje podrške je postalo veoma popularno u regiji, ne samo zato što je ekonomičnije od individualne terapije, već i zato što se ovi modeli intervencije bave ne samo intrapsihičkim, već i interpersonalnim funkcioniranjem, a, u nekim slučajevima, čak prave i direktan kontakt sa osobama iz socijalne mreže klijenata. Ovo su karakteristike koje čine popularne elemente grupne intervencije psihosocijalnog pristupa. Prema tome, psihosocijalni pristup također podrazumijeva i pokušaj da se potencijalnim korisnicima pristupi van standardnog okvira rada po principu klijent-terapeut. Budući da mogu obuhvatiti ne samo učenike, nego i njihove roditelje, programi na nivou škola predstavljaju dobar primjer pristupa potrebama šire zajednice.

Psihosocijalna pomoć, psihosocijalne intervencije i pomagači su pojmovi koji su se u našoj državi pojavili nakon rata. Psihosocijalna pomoć je proces psihičkog i socijalnog osnaživanja svakog pojedinca (djeteta i odrasle osobe), njegove porodice i socijalnog okruženja, kako bi u sebi i svojoj neposrednoj okolini pronašao ili stekao snage i načine za uspješno suočavanje sa stresom i prevladavanje krize, pristupio postupnoj izgradnji normalnog, psihički zdravog i punovrijednog načina života, bez štetnih posljedica po sebe ili druge (*Ajduković, 1997*).

Žganec (1995) pod pojmom psihosocijalni rad podrazumijeva rad sa socijalnim odnosima koji su važni za psihičku dobrobit čovjeka i njegov lični razvoj i stavlja naglasak na klijenta u njegovom socijalnom okruženju kako bi se razumjelo multidisciplinarno usmjeravanje na konkretnu životnu situaciju osobe u krizi.

Metodologija psihosocijalnog rada „Vive Žene“ nastoji da integriše tri polja intervencija: individualno izlječenje unutrašnjih povreda, izgradnja povjerenja i socijalne povezanosti u lokalnoj zajednici, i makro nivo rekonstrukcije društva. Rad i intervencije su prilagođeni kontekstu zajednice, pa se klijentima pomaže da se osposobe za nošenje i rješavanje svakodnevnih problema.

Trauma ne izjednačava simptome koji se mogu pojaviti nakon određenog dešavanja. Naprotiv, trauma se može shvatiti kao dugoročna osjetljivost koja se razvija u bliskoj vezi sa socio-političkim procesima koji je stvaraju (Cipurković M. A., 2013). Preživjeli traumatskih iskustava ili katastrofe često žive sa strahom, izbjegavanjem, apatijom, osjećajem stida i krivice.

U radu sa traumatiziranim se treba pažljivo doticati njihove traume. Traumatska iskustva ne bi smjela ostati neispričana, jer vremenom utiču na psihološko i somatsko zdravlje. U psihoterapijskom, psihosocijalnom i svakom drugom radu sa ljudima riječi, rečenice i intervencije predstavljaju alate rada na promjenama koje smo postavili kao ciljeve.

2.3. Narativna psihoterapija

Australijski socijalni radnik Michael White i njegov kolega sa Novog Zelanda David Epston su razvili ovu metodu sedamdesetih i osamdesetih godina prošlog vijeka, da bi se devedesetih godina prošlog vijeka njihov pristup rasprostranio u Sjevernoj Americi. Narativna psihoterapija predstavlja postmoderni terapijski pristup koji se bazira na pretpostavci da su problemi sa kojima se osobe suočavaju proizvedeni u političkom i kulturnom kontekstu u kojem se te osobe nalaze. Prema Epstonu i Whiteu, svaka osoba samostalno piše svoje životne priče kombinujući različite „narative“

koji su dostupni u njenoj okolini. Ovi narativi su često puni problema i poteškoća i ponekad postaju dio identiteta onoga koji ih priča. Naime, takva osoba postaje dio narativa zato što su utkani u društveni kontekst u kojem se nalaze bez svjesnog pristajanja na njih.

Psihoterapeuti zainteresovani za narativni pristup sa klijentima rade na dekonstruisanju priča koje vladaju životima klijenata. Drugim riječima, oni teže tome da se narativi ispričaju od početka do kraja, da dode do razumijevanja doživljenog, i da se, zatim, uz pomoć starih, stvore drugačiji, pristupačniji i fleksibilniji narativi. Narativni terapeut je zainteresovan za sve narrative koji oblikuju živote njegovog klijenta, njihove zaplete, putanje, teme koje se ponavljaju, životne stilove koje ove priče diktiraju, njihove mogućnosti i ograničenja. Narativni terapeuti se usmjeravaju na ulogu narativa u životima svojih klijenata i rade na eksternaliziranju problema o kojima se piše i priča. Eksternalizacija takođe omogućava pronalaženje jedinstvenih ishoda, tj. situacija u kojima osoba uspjeva da prevaziđe problem sa kojim se suočava. Sa jedne strane, identifikovanje ovakvih „rupa“ u narrativima označava početak njihovog mijenjanja, pa se, zajedničkim radom, prave novi i jedinstveni ishodi narativa koji klijentima omogućuju da na novi način nastupe rješavanju problema sa kojima se suočavaju.

Ciljevi narativne terapije obuhvataju osvjećivanje priča koje utiču na život pojedinca i na stvaranje pogodnijih i korisnijih narrativa kroz odnos sa terapeutom. U narativnoj psihoterapiji njeguje se egalitarian odnos između klijenta i terapeuta koji umnogome podsjeća na terapijski odnos koji je prisutan u drugim postmodernim terapijama. Uloga terapeuta je da pomogne klijentu da otkrije priče koje karakterišu njegov život i da, zatim, traga za jedinstvenim ishodima i načinima za ponovnim pričanjem priče. Uprkos prikazima uspješnih slučajeva, mnogo kritičari danas zamjeraju narativnim terapeutima na nepostojanju statističkih studija koje pokazuju efikasnost ovog terapijskog modaliteta.

3. O psihosocijalnoj grupi žena povratnica

Rad sa psihosocijalnom grupom koja je tema ovog članka je započeo početkom maja 2013. godine. Pripreme za grupu su trajale od početka 2013. godine. Naime, na inicijativu nekoliko žena povratnica je još 2012. godine napravljen spisak zainteresovanih koje su željele da imaju svoju grupu. Zbog nedostatka radnog kadra koji je bio raspoređen na drugim aktivnostima nisu postojali kapaciteti za započinjanje ranijeg rada. Pripreme za osnivanje ove grupe su se odvijale tako što je svaka članica koje je bila na spisku zainteresovanih posjećena u njenoj kući gdje je obavljen prijemni intervju. Intervju je sadržavao pitanja koja su se odnosila na motivaciju za grupu, probleme sa kojima se žene povratnice suočavaju, njihove simptome i opšte podatke zainteresovane polaznice. Obavljeno je ukupno 20 kućnih posjeta. Sve posjećene zainteresovane klijentice su povratnice. Neke od njih imaju potpune porodice, neke još uvijek tragaju za članovima porodice, neke su pronašle i sahranile posmrtnе ostatke svojih muževa, dok su od nekih od njih sinovi pobijeni.

Problemi članica grupe mogu se posmatrati na više nivoa, i to:

Individualni nivo: rat, kao traumatsko iskustvo, iskustvo logora, gubitak bliskih članova porodice (sinovi, muževi), neobrazovanost, nezaposlenost, izolovanost, gubitak povjerenja, gubitak identiteta, nisko samopoštovanje i samopouzdanje, nepotpune porodice i davanje prednosti muškoj preživjeloj djeci.

Grupni nivo: nepostojanje tolerantnosti, nerazumijevanje, nepotpune porodice, nedostatak komunikacije, još uvijek snažna patrijarhalna porodica.

Društveni nivo: siromaštvo, nepovoljno političko okruženje, neprihvatanje od strane lokalne opštine, nebriga opštinskih i kantonalnih institucija za ovu kategoriju stanovništva, pravno nestabilna država, neprihvatljivo školstvo.

Planirano je da se ovoj psihosocijalnoj grupi pristupi sa elementima psihoterapijske, edukativne i druge podrške. Grupa je planirana

kao poloutvorena do zatvorena, čine je dvadeset članica rođenih u razdoblju između 1951. i 1984. godine. Niko od članica grupe nije zaposlen, niti neki od njihovih muževa. Novac koji imaju dobivaju isključivo zahvaljujući radu u poljoprivredi ili stočarstvu. Sve članice grupe su povratnice koje se suočavaju sa velikim teškoćama u povratničkom životu. I pored toga što su se vratili u svoja domicilna područja prije otprilike desetak godina, problemi koje imaju su slični onima koji inače prate sva povratnička mjesta, i to: školstvo, zdravstvo, infrastruktura i nepovjerenje koje imaju u bližu i širu zajednicu, te državu Bosnu i Hercegovinu (BiH). Još uvijek imaju strah od mogućeg prognanstva. Žele da svojim radom steknu materijalna dobra i svojim aktivnostima vrate prijeratni duh zajednici gdje žive.

Odgovori na pitanja iz upitnika su pokazali visoku mogućnost da članice pate od posttraumatskog stresnog poremećaja (*PTSP*), ali i da, uglavnom, dobro funkcionišu. Motivaciju za grupu nalaze u potrebi za druženjem, učenjem i kontaktom sa mogućim donatorima koji bi im pomogli sa daljim plasiranjem njihovih proizvoda, povećanjem i unaprjeđivanjem proizvodnje kako bi bolje živjele.

Postavljeni su sljedeći ciljevi rada:

- rad na samospoznaji: razvijanje znanja i vještina važnih za bolje razumijevanje samih sebe, drugih ljudi i zajednice u kojoj žive,
- stručna pomoć i podrška: rješavanje ličnih i socijalnih problema radi uspješnijeg suočavanja sa životnim poteškoćama,
- razvijanje i uspostavljanje izgubljenog međusobnog i povjerenja u lokalnoj zajednici i šire,
- rad na prorađivanju traumatskog iskustva: ukoliko inicijativa dođe od samih polaznica ili ukoliko potrebe razvoja grupe tako diktiraju (što se i ostvarilo), i
- povezivanje sa drugim grupama i udruženjima koja rade na teritoriji njihove opštine, a ukoliko se stvore uslovi, i šire.

Sesije su se održavale u ritmu od tri sedmice za redom nakon

čega bi, iz tehničkih razloga organizacije aktivnosti „Vive Žene”, uslijedila pauza. Tematske sesije su trajale između 90 i 120 minuta. Prema početnom dogovoru, nakon prvih sat vremena rada se pravila petominutna pauza za pušenje. U radu su korištene sve dosadašnje tehnike rada: pružanje podrške, edukacija i radionice.

Tehnika rada „Moja priča“ je imala za cilj proradu traume. Teme koje su članice donosile na grupe su se sastojale od njihovih ličnih problema, nezadovoljstva svojim mjestom i ulogom u društvu, aktuelna politička dešavanja koja su uticala na psihomotivno stanje cijele zajednice, a time i članica u grupi, kao i pojava straha od ponovnog rata i nacionalne netrpeljivosti. Istupi pojedinih zvaničnih lidera Republike Srpske su unijeli strah u grupu, tako da su članice imale osjećaj da će ponovo doći do rata i da će postati meta ubijanja. Borba roditelja za uvođenje nacionalne grupe predmeta u Osnovnoj školi „Konjević Polje“ je takođe uticala na grupnu dinamiku i pojavu određenih strahova, nesigurnosti i nemoći. Bez obzira koja bi tema bila aktuelna, događaji iz rata i traume koje još uvijek nose, u ovoj sekvenci bi izbijali na površinu.

4. „Moja priča“: citati

U ovom dijelu članka predstavljamo neke dijelove „Moje priče“ koje su pisale članice grupe. Sve ove priče su diskutovane nakon njihove prezentacije.

Citat 1. „Moja priča ima tužan početak, a još tužniji kraj. Svaka priča je tužna na svoj način, ali meni je moja najtužnija... Kada se zaratilo bila sam samo djevojčica od deset godina, ali ipak svega se sjećam. Imala sam oca, majku, braću i sestre. Zbog tog okrutnog rata, izgubila sam prvo brata i majku. Poslije pada Srebrenice izgubila sam oca i druga dva brata. Prvo se moja majka razboljela. Nismo imali uslova za liječenje, nije bilo doktora ni lijekova. Ipak su je smjestili u ratnu bolnicu. Kasnije su nam javili da se preselila. Obično se za onog koji umre kaže da je preselio, ali mi to nismo mogli nikako da prihvatimo jer smo znali ko umre da ga više nema i nikada neće biti na ovome svijetu, samo u našim srcima i mislima gdje ostaje zauvijek.“

Citat 2. „Poslije petnaest dana vraćam se u svoju kuću sa djecom i drugi dan me granata ranjava kada sam išla da drva ponesem, jer sam za vojsku pekla hljeb i pitu. Nose me na merdevinama u bolnicu u Hrnčiće da me liječe. Nisam mogla biti sa ranjenicima, nego je muž morao naći neku kuću da bih bila sa bebom koju sam rodila prije dvadesetak dana. Nisam bila pokretna mjesec dana. Zaova mi je pomagala oko djece i bebe. Bilo je jako teško. Nisam imala snage da se pomaknem...“

Citat 3. „Početak rata sam dočekala sa mužem i dva maloljetna sina. Kao i svako, tako sam i ja nespremnodočekala rat i strahote koje sa sobom nosi, odnosno nisam bila svjesna šta to sve skupa znači. Morali smo napustiti kuću i izbjegći u obližnju šumu, gdje je bio težak život... Ko to nije doživio ne može mu se opisati riječima. To su bili jako teški dani. Tokom cijelog dana temperatura ispod nule, hrane nema, narod izgladnio i izmučen.“

Citat 4. „Kada smo došli u Potočare bili smo kao u logoru. Strahoviti prizori na sve strane. Odmah prvog dana počeli su muškarce odvoditi i ubijati. Duboko u noći su se čuli jauci i povici: „Ubij me, ne pati me više“. Nisam mogla zaspati, što od brige za mužem i sinom, to od brige za sebe i mladeg sina, jer smo bili konstantno ponižavani i prijetilo nam se da se živi nećemo izvući. Došao je red da idemo na kamion. Odvojili su me i od mladeg sina. Izgubila sam svijest. Kasnije su mi pričali da su me prskali vodom da dođem svijesti. Nekoliko dana iza toga kada sam bila u Kladnju pojavio se taj moj sin koji se pukom srećom uspio izvući, a drugi sin i muž nisu nikada.“

Citat 5. „U tom periodu sam imala punih deset godina i vrlo dobro se sjećam šta se sve dešavalo sa mnom i mojim bližnjima. 1992. godine opkolili su tenkovima naše selo, pa smo morali svi da bježimo tokom noći u šumu. Spavali smo u iskopanim bunkerima koje su za nas djecu iskopali roditelji. Rušili su naše kuće i pljenili svu imovinu... Nisam imala snage da pišem još mnogo toga što sam proživjela u ratu“.

Citat 6. „Ostavljaš dom, kuću i sve što si imao, samo moliš dragog Allaha da svi skupa preživimo. Polazim iz kuće u 11 noću, dolazimo do Kravice. Tu ostavljaju muškarce, a djeca i žene idu dalje put Srebrenice. Meni moj čojk veli: „R. evo ti S. Ponesi, ako bude pucanja čuvaj sebe i ovo dvoje velike djece. Ne mogu ti drugo pomoći...“

Citat 7. „Poslije svega što nam se dogodilo od početka rata desila se i jedna lijepa stvar. Majka se porodila i dobila sam još jednog brata. Dala mu je ime svog poginulog brata. 1996. godine selimo se u Tinju, u neku kuću koja nije imala ni prozore ni vrata, a kamoli krov. Krenula sam u školu. Nisam mogla da se naviknem na tu sredinu. Došla je nena iz Mađarske iz izbjeglištva i pronalazi kuću na Kiseljaku i tada sam napustila Tinju i živjela sa nemom. Tu sam završila osnovnu školu. Dvije godine srednje škole sam takođe živjela sa nemom u Tuzli, a onda sam se morala vratiti u Zvornik, a moji roditelji u Bratunac. U Zvorniku sam bila kod rođaka. Nakon završene škole vratila sam se roditeljima u Bratunac, zaposlila se i radila pet mjeseci. Išla sam i na kurs engleskog jezika, informatike i kurs za frizera. Zatim sam upoznala svog muža i udala se. Imam dvoje djece“.

Citat 8. „Rodom sam iz Glogove, opština Bratunac. Tu sam živjela sa majkom, ocem i tri moja brata. Živjeli smo lijepo i bili smo sretni. Otac je radio u firmi, majka je bila domaćica, a ja i moja tri brata smo išli u školu. I sve je bilo tako lijepo dok nije počelo da se puca i mi smo morali da bježimo iz naše kuće. Svaki dan smo plakale i pogledale da nam se neko od naše porodice javi da je živ. Smještene smo u Lukavac i tada su nam javili da su moja dva mlađa brata živa, ali da oca i starijeg brata nema. Nakon 26 dana došao je i najstariji brat. Ali otac, na žalost, nije prešao. Svima nam je bilo žao, ali meni je bilo najteže. Nikad ta tuga i bol za mojim ocem nije prošla. Izgubila sam još mnoga članova moje familije u ovom prokletom ratu i saosjećam sa svakim ko je izgubio nekoga bližnjeg svog“.

Citat 9. „Ja se ne sjećam rata, ali se sjećam ratnih posljedica. Kada se zaratilo imala sam tri godine. Otac je bio ranjen. Dugo je bio u bolnici. Majka se morala boriti za nas. Krenuli smo u školu. Majka je

krpila odjeću, skupljala pribor za školu. Komšije su nam pomagale. Bilo je teško ali smo nekako preživjeli. Udalala sam se i rodila dvoje djece i sad sam tek pronašla svoj mir“.

Citat 10. „Moja priča je ovakva: ja nisam bila ni rođena kada je bio rat u Srebrenici. Rodila sam se poslije toga tj. 19. 8. 1996. god. i bila nestošna kao i sva druga djeca. Otac mi je radio u Austriji i uvijek mi je donosio igračke. Živjela sam sa nenom. Poslije završene osnovne škole željela sam da upišem “frizersku”, ali me nisu primili jer je bilo previše učenika. Upisali su me u “hemijsku”, ali se to meni nije sviđalo. Poslije nekog vremena sam upoznala svog muža i udala se 31.12.2012. godine. Sretna sam“.

Citat 11. „Ko je poginuo nek se javi - znali smo se šaliti kad nam je najteže bilo. A bilo je posebno teško kada se nije imalo hrane i kada su počeli bacati hranu iz aviona. Dosta je ljudi tada izginulo život kad bi “paleta” pala. Mi smo uvijek pokušavali nekako da sebi olakšamo. A bilo je baš teško. Puno suza i bola. Ali čovjek sve izdrži. I sada kad počnu da se svađaju, ja odmah to prekidam“.

Citat 12. „Na početku rata rodila sam djevojčicu. Nakon petnaest dana izgubila sam muža. To je jako bolno ostati sa troje male djece još u ratu. Poslije muževe smrti mi je poginula majka. Nisam joj ni na dženazu mogla otići jer smo bili u četničkom okruženju. Bilo je preteško ali sam se morala boriti za svoju djecu“.

Citat 13. „Rat mi je uništio cijelu porodicu. Mi žene smo išle preko šume do Srebrenice i odatle kasnije do Živinica. Rat mi je donio samo tugu i bol. Sada imam jednog unuka od kćerke i njega gledam kao svoje oči. Živim za njega“.

Citat 14. „Živim sa mužem i dva sina. U ratu sam izgubila roditelje i braću. Imam samo sestruru. I moj muž je takođe izgubio oca i tri brata. U ratu je bio dječak od 13 godina. I ranjen je tokom rata kada je bio dječak. Jedva je preživio. Zbog posljedica rata ima noćne more, ustaje u snu, skače po kući, izlazi kroz prozor, a ja u tom trenutku budem uplašena da može nauditi meni i djeci. Pokušavam mu pomoći ali nisam jaka jer on u tom trenutku ima neku nadljudsku snagu. Ni sam sebe ne može da prepozna. Jako se bojim“.

5. Diskusija

Pišući o sebi i onome što su preživjeli i klijenti, ali i terapeuti dobivaju jednu novu dimenziju o preživljenom. Centar za terapiju i rehabilitaciju „Vive Žene”, Tuzla, je počeo primjenjivati ovu tehniku na samom početku rada sa traumatiziranim osobama. Tehnika rada „Moja priča“ je uglavnom obradivana sa klijentima koji su dolazili u individualnu terapiju. Iskustva u ovom radu su pokazala da su klijenti sa kojima se radilo po principima ove tehnike u prvi mah govorili „Joj, kako će ja to, pa ne znam, šta da pišem“ i slično, ali da su nakon napisane priče bili zadovoljni i iznosili svoja pozitivna iskustva. Bili su iznenađeni emocijama koje bi se pojavljivale dok su pisali, sjećanjima koja bi im se javljala o nekim situacijama kojih se u svakodnevnom životu više nisu sjećali. Oni koji su uspjeli napisati „[Svoju] priču“ su bili zadovoljni jer su dobili novu energiju u pogledu na sebe i na psihoterapijski proces u kojem su učestvovali. Dakle, u radu sa tim klijentima smo primjenjivali neke druge tehnike individualne psihoterapije koje su za njih bile prihvatljive. Međutim, dolazilo je i do obrnute situacije: pišući svoje priče neki klijenti su o sebi uspjeli izreći ono što verbalno nisu mogli, što je u daljem terapijskom tretmanu pomoglo u razrješavanju tzv. unutrašnjih čvorova kod tih pojedinaca.

Tehnika rada „Moja priča“ je imala za cilj da pojedinačno omogući svakoj članici grupe proradu traumatskog iskustva koje nosi iz rata. Naime, tokom intervjuja i prvi sesija je uočeno da svaka članica ima teška traumatska iskustva iz rata, kao što su gubitak djece, muževa, braće i drugih bliskih članova porodice. Svaka članica je željela da ispriča šta joj se dogodilo i kako se osjećala u tom smislu. Brojnost članica u grupi i njihova potreba da ispričaju šta im se desilo, kako su se osjećale i kako su preživjele te teške ratne trenutke prevazilazila je okvire vremena predviđenog za sesiju. Zbog toga smo se dogovorile da svaka od članica napiše svoju priču nakon koje će, prema njihovim potrebama, svakoj od njih biti dodjeljena jedna sesija za pričanje svoje priče. Suština je, dakle, da svaka članice opiše svoj doživljaj preživjelog koji će čitati na nekoj od narednih sesija. Pri tome, ostale članice dobivaju mogućnost da učestvuju u priči one

koja priča svoju priču. Na taj način članice dobivaju mogućnost da na nesvjesnim i svjesnim nivoima prepoznaju ono što su i same preživjele čime do izražaja dolaze pojava grupnih mehanizama kao što su: *zrcaljenje* (ogledanje), *trigerovanje* (pokretanje), *empatija* (suosjećanje), *feedback* (davanje povratne informacije i osjećaja) i slično.

Članice bi iznosile svoja traumatska iskustva i pružanjem povratnih informacija bi pričale o svojim iskustvima preživljavanja teških trenutaka. Funkcija zrcaljenja i prepoznavanja sličnih osjećanja koja su se pojavljivala dok su jedna drugu slušale, je imala funkciju podrške, suosjećanja (empatije) i davana je pozitivan uticaj na jačanje njihovih postojećih resursa. Ukupno je ispričano 17 priča; jedna članica je ostala pri tome da ne želi da priča svoju priču. Prikazani su citati iz 14 priča, jer su u tri slučaja ispričani skoro identični događaji i emocije. Početne sesije čitanja priča su bile nabijene intenzivnim emocijama. Dominirale su emocije tuge, bola za izgubljenim, osjećaj krivice kod preživjelih, njihova bespomoćnost, bilo je mnogo plača, kao i tjelesnih reakcija kao što su drhtanje, preznojavanje i osjećaj pojačanog lupanja srca i crvenila u licu. Taj pritisak i tjeskoba su polako jenjavali čitanjem preostalih priča.

Prolazeći kroz prikazane citate izdvojene iz „Moje priče“ članica grupe, vidljivo je postojanje enormne tuge i nedovršenog žalovanja. Prikazane su sekvence teškog života tokom rata i sekvence odrastanja, djetinjstva bez roditelja, izbjegličkog života. Članice su pokazale svoju otpornost time što su koristile smisao za humor u najtežim trenucima što pokazuje njihovu zrelost u najtežim životnim situacijama. U tim trenucima, njihov psihološki dio organizma je izabrao takav način odbrane od težine i siline traume u kojoj su se nalazili. U nekim citatima je vidljiv i težak život sa posljedicama preživljene traume i simptomima sa kojima se bore pojedinac i njegovi članovi porodice. Nekoliko članica nisu imale gubitke. Iz priča koje su donijele pokazale su vraćanje vjere u život i mogućnost boljeg sutra. Članice grupe su pokazale veliku međusobnu suosjećajnost. Takođe su pokazale da posjeduju snažne resurse za prevazilaženje tih teških trenutaka. Počele su da pričaju o gubicima i teškom životu u ratu na jedan drugačiji način. U završnom krugu svake sesije, članice su vraćane „ovdje i sada“. Na kraju je uvijek bila urađena neka vježba opuštanja.

Jedna članica koja nikada nije spomenula svoga nestalog sina bez plača, polako je počela pričati bez suza. Kada smo završavale posljednje priče i kasnije, kada smo radile na drugim temama samospoznanje, ona je i sama došla do tog uvida i u posljednjoj sesiji je bila neizmjerno zahvalna za trenutak kada je mogla toliko vremena da priča o svom osjećaju proživljenog. To su potvrdile i druge članice. Članice su pričale i ranije o svojim gubicima i traumatskim događajima. Ranije su primjetile razliku u izražavanju emocija, ali i sada nakon ispričane priče i dobivanja pozitivnog odgovora od drugih članica. Može se reći da je u 18 sesija koje su bile određene za „Moju priču“ cijela grupa prošla kroz proces žalovanja. Zbog okolnosti u kojima su se našle u trenucima gubitaka, proces žalovanja je bio zaustavljen u jednoj od faza, najčešće tokom treće i četvrte faze žalovanja. Završavajući proces žalovanja kroz tehniku rada „Moja priča“, članice su dale sebi pravo da nastave život bez osjećaja krivice, da se mogu smijati i da mogu imati želju za ljepšim životom kojeg su toliko vremena držale „u kavezu“.

Jedna od članica je rekla: „Kada međusobno pričamo o našim nestalim, mi kao da se takmičimo koja će biti više u žalosti i koja će pokazati veću tugu. Mene lično je bilo sramota da se nasmijem ili da započnem neku drugu temu ako moja svekrva priča o svom sinu. Ta priča me jako zamarala. Vraćala me unazad“. Druga je nastavila: „A mi ovdje kao da nemamo žive članove porodica. Ja sam iz porodice gdje je moj brat poginuo. Moja majka je i danas samo okrenuta tom bratu kojeg nema. Ponekad mislim da me ne voli, da joj uopšte ne falim. Jer i kad odem u goste ona samo o njemu priča i pronalazi razne razloge da ga spomene. A ja ne mogu da joj išta kažem. U ovoj grupi sam sada razumjela zašto se to dešava. Bolje se osjećam zbog toga i nekako nemam više osjećaj da sam ja kriva što sam živa. Majci sam ponekad znala reći da sam voljela da sam i ja poginula, jer bi tada bila ja za nju bitna kao što je poginuli brat. Možda sam je time povrijedila? Sada bolje razumijem i nju i sebe. Hvala vam svima“.

Ovakvi komentari pokazuju koliko je bilo uspješno i važno za članice što su na ovaj način uspjele proraditi svoje traumatsko iskustvo i integrirati ga u psihološkom i emotivnom dijelu svoga bića.

Mnogi u BiH su započeli proces žalovanja još na početku proteklog rata kada su napustili svoje domove i kada su doživjeli

smrt ili odvajanje i nestanak članova porodice. Mnoge porodice nisu „odžalovale“ izgubljene članove i gubitak doma na pravilan način. Mnogi su zaglavljeni u nekoj od faza žalovanja i proces još nije okončan. Problem je što taj proces žalovanja nije prošao kroz pomenute faze zbog uslova u kojima su živjeli. Raseljena lica, izbjeglice, logori, još uvijek nestali članovi porodica, stalna mijenjanja mjesta prebivališta, nemogućnost obavljanja sahrane i rituala sahranjivanja, te razvijanje kolektivnog žalovanja kroz memorijale i godišnjice, stalno drži one koji imaju gubitke u procesu patološkog produženog žalovanja.

Pojedinačno pisanje, a kasnije i pričanje priče, te praćenje priča drugih članica umnogome je pomoglo da članice grupe prođu kroz proces žalovanja i dođu do pronalaženje „jedinstvenih ishoda“ svojih situacija u kojima je svaka uspjela da prevaziđe svoj problem. Identifikovanje i uvid u „rupe“ u priči je dovelo do pravljenja prvih koraka ka promjeni, što su članice grupe na kraju pokazale i verbalno i svojim ponašanjem. Ovakav način razgovora o traumatskim iskustvima im je pomogao da stvore nove pogodnije i korisnije teme svoje svakodnevnicе što im omogućava bolju kvalitetu života i komunikacije sa članovima porodice, ali i sa okolinom.

Nakon završenog dijela psihosocijalnog rada na proradi traumatskih događaja, nastavili smo raditi na jačanju resursa obrađujući teme koje su članice same inicirale, kao što je uloga žene u porodici i društvu, uloga majke, nasilje u porodici, neke aktuelne političke teme, predrasude, povjerenje, da bi, na kraju, otvorili temu pomirenja u zajednici. Takođe smo uradili i završnu evaluaciju sa osvrtom na minuli rad i ideje za budućnost.

Izvori procjene uspješnosti ove radne metode su zasnovani na protokolima sa seansi, evaluacionim upitnicima, „mojim pričama“ i procjeni voditelja. Sljedeće se može smatrati za opšte i zajedničke rezultate rada: povećan osjećaj samopouzdanja i samopoštovanja, pokazivanje brige sa okruženje tj. spremnost na promjene i učenje o načinu dolaženja do promjena, preuzimanje odgovornosti i inicijative, pravljenje realnih planova za budućnost, povezivanje sa zajednicom i razvijanje međusobnih veza sa ciljem poboljšanja povratničkog života, statusa logoraša i porodica nestalih. Sve ovo je dovelo do smanjenja tjelesnih i psihičkih simptoma.

6. Zaključak

Svaki oružani konflikt ima socijalne, psihološke i materijalne posljedice na populaciju čiji oporavak implicira simultano rješavanje posljedica. Ukoliko su intervencije međusobno odvojene, nijedna od njih zasebno ne može biti uspješna.

Žalovanje i tuga predstavljaju psihički odgovor na gubitak voljene osobe, međutim iskustva grupnog radasu pokazala da to uključuje i gubitak doma, osjećaja pripadnosti ili psihološkog integriteta. Okolnosti gubitka ne mogu biti u potpunosti shvaćeni i teško ih je prihvatiti. U tom smislu, okolnosti u BiH su specifične u tome da članovi porodica često nisu bili u mogućnosti da sahrane svoje mrtve, niti su bili u prilici da podijele svoj bol sa nekim drugim. Faktori koji su dodatno otežavali stvaranje prostora za tugu su nestabilne okolnosti, traumatizacija preživjelih i borba za opstanak. Treba napomenuti da ukoliko proces žaljenja stoji u mjestu i ne može da se završi ljudi se nalaze pod rizikom. Sa emocionalne tačke gledišta, takvi ljudi ostanu povezani sa smrću i ne mogu da se uključe u život. Tipični simptomi uključuju depresiju, prekomjerno korištenje lijekova i zloupotreba supstanci. Od velike je važnosti da se ljudima pomogne da se nose s gubitkom kada prijetnja prestane i kada se uslovi života stabiliziraju. Tuga nas čini nemoćima, ali bez razrađivanja tuge nije moguće tako lako nastaviti sa funkcionalnim životom. Žaljenje, tako, na kraju postaje proces osnaživanja. Način na koji svaki pojedinac žali je pod uticajem onoga kako se društvo nosi s prošlošću. Strah, trauma i nedovršeno žalovanje su faktori procesa sticanja nemoći koji uvodi osjećaj totalne bespomoćnosti. Stoga, oporavak zavisi od sticanja nivoa kontrole nad životom. Naravno uz to je potrebno i sigurno okruženje gdje su zadovoljena osnovna ljudska prava.

Tokom psihosocijalnog rada sa ovom grupom je bilo važno da članice grupe dođu do svoje unutrašnje snage i da prihvate sebe. U tome im je pomoglo razumijevanje i prihvatanje svoje prošlosti i sadašnjosti, te njihovih potreba. Prorada traumatskih iskustava i pojedinačni i grupni prolazak kroz proces žalovanja se u ovom dijelu pokazao kao značajan jer dijeljenjem iskustava koje drugi imaju iz sličnih situacija se otkriva snaga koja postoji u grupi i zajedništvu, pa dolazi do spoznaje da su promjene moguće.

Pričanje priče i davanje dovoljnog prostora svakoj od članica da ispriča i podjeli svoju priču se pokazalo veoma efikasnim. Pričajući svoje priče članice grupe su uspjele doći do mesta u svojim traumama, dekonstruisati ih i doživjeti u sadašnjem trenutku svog života. Siguran prostor u grupi, međusobni razvoj povjerenja i međusoban empatičan odnos je članicama grupe pomogao da razumiju šta im se desilo i da izađu iz zaglavljenošt u nekoj od faza žalovanja. Važno je spomenuti da osoba ima slobodu u samostalnom kreiranju svoje priče i kasnijih potrebnih promjena. Primjenom tehnike rada „Moja priča“, članicama grupe je pruženo dovoljno prostora da se usmjere na svoj problem i tokom pisanja i tokom posmatranja uticaja njihove priče na grupu. U ratu i neposredno nakon rata to nisu bile u stanju zbog okolnosti u kojima su se nalazile. Ali, pričanjem priče, članice su zrcalile dijelove svojih priča i doživljenog, što je omogućilo da grupa prevede negativne samoevaluacije u pozitivne čime su pokazale da su razvile mehanizam učenja da eksternaliziraju probleme. Taj mehanizam eksternalizacije problema se razvijao i usvajao iz sesije u sesiju. Tokom eksternalizacije problema klijenti nauče da posmatraju probleme „sa strane“. Naime, umjesto da gledaju na probleme kao na dijelove svoje ličnosti, sada mogu da posmatraju rješivost problema koji na neki način utiče na njihov život. Eksternalizacija problema je takođe omogućila pronalaženje „jedinstvenih ishoda“ tj. stvaranje jedinstvenih situacija gdje su članice grupe uspjеле da prevaziđu svoj problem. Identifikovanje ovakvih „rupa“ u priči je dovelo do pravljenja prvih koraka u njihovojoj izmjeni. Jedinstveni ishodi omogućavaju klijentima da prouče rješenja za problem koja već imaju i da ih razrade u strategije koje će kasnije pomoći konstrukciji drugačije priče.

7. Literatura

- *Ajduković, M. (1997), „Grupni pristup u psihosocijalnom radu: načela i procesi“, Zagreb, Društvo za psihološku pomoć.*
- *Buzov, I. (1989), „Psihoanaliza žalovanja“, Jumena, Zagreb.*
- *Cipurković, M.A. (2013), „Zbornik radova, rehabilitacija žrtava torture“, Knjiga 4, 11.*
- *Jonatan, M. (2007), „The Narrative Reconstruction of Psychotherapy,“ objavljeno u „Narrative Inquiry“, 17-2. John Benjamins Publishing Company.*
- *Kirmayer, L. (1989), „Psychotherapy and the Cultural Concept of Person“, ranija verzija ovog članka Kirmayer, J. L. (1989), „Psychotherapy and the Cultural Concept of Person“, objavljena u „Sante, Culture, Health“, 6(3), 241-270.*
- *Machel, G. (2000), „The Impact of Armed Conflict on Children“, izvještaj međunarodne konferencije o djeci zahvaćenoj ratnim dešavanjima, Winnipeg, Canada.*
- „*Psihosocijalne posljedice rata“ (2000), Rezultati empirijskih istraživanja provedenih na području bivše Jugoslavije, Sarajevo:<http://www.psih.org>*
- *Weine, S. (2000), „Survivor Families and Their Strengths: Learning from Bosnians after Genocide“, Other Voices, Tom 2, br. 1,*
- *Weyermann, B. (2007), „Linking Economics and Emotions: Towards a more Integrated Understanding of Empowerment in Conflict Areas“, Intervention 2007, Tom 5, br. 2,*
- *Žganec, N. (1995), „Supervizija u psihosocijalnom radu“, Ljetopis Studijskog centra socijalnog rada.*

NAŠ IZBOR JE PONOVO BITI ZAJEDNO

Aida Mustačević-Cipurković, Geštalt psihoterapeut

1. Uvod

Tokom ratnog pohoda na Bosnu i Hercegovinu (*BiH*) (1992-1995) su počinjena brojna zlodjela. Kršenje ljudskih prava, među koje ubrajamo nasilno zatvaranje, mučenje, silovanje, protjerivanje i ubijanje, je imalo široke razmjere. Druge ne manje teške posljedice ratnih sukoba predstavljaju raspad mreže primarnih socijalnih odnosa, naročito kulta susjedstva/komšiluka i prijateljstva, bračnih odnosa i velikog demografskog pomjerenja stanovništva, kako interno, unutar granica države BiH, tako i izvan njениh granica. Mnogi od problema koji su prethodili ratu su se pogoršali u periodu koji je nastupio po okončanju rata, a nasilje se, uz povremene prekide, nastavlja. Ovako su se razlike između perioda prije, poslije i tokom odvijanja samih sukoba zamaglike.

Četrnaest godina nakon potpisivanja Dejtonskog mirovnog sporazuma, problemi ovog regionalnog, a posebno države BiH, ostaju neriješeni. Nacionalističke snage koje predstavlja politička elita su i dalje moćne. Društvo je umorno od njihove retorike obojene mržnjom prema „drugom i drugačijem“ i stalnim razbuktavanjem straha koji nas vraća na preživljeno. Razjedinjeni i podijeljeni uprkos našoj prirodi, ljudi se boje iskazati svoje potrebe potonule pod teškim bremenom nedavne prošlosti, ali i svakidašnjice. Građani su vrlo malo ili nedovoljno upoznati sa tranzicijskom pravdom i njenim mehanizmima, te njenom značaju u kreiranju preduslova za održivi mir. Još uvijek nema javnih istupanja o ratnim zbivanjima i konfliktu među bivšim zaraćenim stranama, što onemogućava oslobađanje od traume. Stoga je bitno više pažnje posvetiti ratnim događanjima, te potaknuti sve sudionike, posebno žrtve, da javno podijele svoja iskustva i razmišljanja ne bi li se doprinijelo boljem razumijevanju

rata, njegovih uzroka i posljedica, što će nam omogućiti da stvorimo preduslove za međusobno razumijevanje, suživot i održivi mir na ovim prostorima.

Znači li razumijevanje automatski i pomirenje? Neki izraz pomirenje smatraju neprikladnim, teškim i neupotrebljivim u našem kontekstu iz više razloga. Kako aktualna situacija izgleda danas, u različitim, ratom razorenim područjima? Da li je zajednički život moguć nakon svih dubokih razdora koji su rat i nacionalizam ostavili iza sebe? Mnogi žele govoriti o zajedničkom životu i radu, ne jedni pored drugih, nego jedni sa drugima jer smatraju da je moguć i ostvariv.

Ovaj članak ima za cilj predstaviti težinu i breme koje preživjeli rata i ratne torture nose na svojim leđima opisanu u teorijskim razmatranjima, i to fragmentacijom kod traumatiziranih i destrukcijom oko nas koja još uvijek traje. Sve to ne dozvoljava ili usporava proces prekida „zavjere šutnje“ u našem društvu i rad na traumi, odnosno žalovanju. Ne možemo krenuti u proces oporavka zajednice dok se ne prekine „začarani krug tihog zlostavljanja“. Diskusija, prestanak tištine i izolacije nisu dovoljni sami po sebi, jer je normalno tugovanje otežano nastavkom življenja u teškim uslovima. Tuga je povezana s bijesom i agresivnošću, dok svi procesi optuživanja, samooptuživanja i krivnje predstavljaju mehanizme kojima se želi izbjegći gubitak.

Prvenstveno je gubitak to što dijeli ljude. Kada smo povrijedeni mislimo da je to samo naša bol i ne dijelimo je, ali, na duge staze, podjela „naše“ boli sa drugima nas spaja sa njima. Gubitak ima čudne puteve gdje nas spaja i razdvaja, pa tako čini i dio zavjere šutnje. Upravo rad sa traumatiziranim kroz edukativne/psihosocijalne projekte opisane u drugom dijelu članka, podstiče ovaj proces prekida šutnje, rad sa tugom i prihvatanjem gubitka, s ciljem ponovne izgradnje mira, međusobnog povjerenja i razumijevanja.

2. Teorijska razmatranja

2.1. *Destrukcija: politika novih ratova*

Rat je katastrofa ogromnih razmjera koja, većim ili manjim intenzitetom, pogađa cijelokupno stanovništvo. Posljedice rata su u tolikoj mjeri traumatične da znatno prelaze sposobnosti većine ljudi da se sa njima suoče. Uz različite prirodne katastrofe i rat je jedna od kolektivnih stresnih situacija, no psihološki efekti rata su različiti od efekata mirnodopskih stresova. Naime, rat je namjeran ljudski čin koji ostavlja teže psihološke posljedice, a svako društvo ima vlastiti karakteristični oblik rata.

Rat se sastoji iz tri nivoa: nivo države ili političkih vođa, nivo vojske ili generala, i nivo ljudi. Ova tri nivoa djeluju kroz razum, sreću i strategiju, ali i emocije. Iako su osjećanja i privrženosti mobilisani u njegove svrhe, ne treba zaboraviti da je rat racionalna djelatnost.

„Novi ratovi“ su lišeni odlučujućih završetaka i predstavljaju napad na civilno društvo. Martin Shaw koristi termin „degenerisano ratovanje“ koji skreće pažnju na propast nacionalnih struktura, naročito vojnih snaga. Po njemu, postoji kontinuitet s totalnim ratovima dvadesetog vijeka i njihovim genocidnim aspektima. U jednom smislu, svi ratovi uključuju sukob identiteta. Međutim, za razliku od politike ideja koje su otvorene za sve koje teže integraciji, politike identiteta predstavljaju puko vraćanje u prošlost i oživljavanje davnih i prethodno kontrolisanih mržnji koje teže fragmentaciji. Cilj je kontrolisanje stanovništva, uz oslobođanje od svakoga ko je drugačijeg identiteta i mišljenja, potiskivanje građanskih vrijednosti i multikulturalizma. Otuda je strateški cilj ovih ratova isključenje stanovništva raznim sredstvima poput masovnog ubijanja, prisilnog iseljavanja, kao i brojnim političkim, psihološkim i ekonomskim tehnikama zastrašivanja.

Pošto je već došlo do mobilizacije u političke svrhe, pojavila se neophodnost svrstavanja uz vlastitu zajednicu. Bougarel zaključuje da su proturječni portreti BiH kao zemlje tolerancije i suživota, i zemlje straha i mržnje, ustvari, podjednako istiniti. Strah i mržnja

nisu endemični, ali se, u nekim periodima, mobilišu u političke svrhe. Sam stepen nasilja može da se tumači ne kao posljedica „straha i mržnje“, već kao odraz teškoće pri rekonstruisanju „straha i mržnje“. Ratni pohod na BiH može da se posmatra kao rat isključivih nacionalista protiv sekularnog, multikulturalnog i pluralističkog društva. Prema Bougarelu, rat u BiH je bio civilni rat u tom smislu da je vođen protiv civilnog stanovništva i protiv civilnog društva.

2.2. *Uvod u ljudska prava*

Ljudska prava podrazumijevaju niz neotudivih temeljnih prava koja pojedinac ima samim tim što je ljudsko biće. Ljudska prava se odnose na svaku osobu bilo gdje u svijetu i ne poznaju klasu, rod ili društveni status. Ljudska prava oblikuju stvarnost u kojoj živimo, ona se tiču naše sigurnosti i svijesti, određuju na koji način da sarađujemo i živimo zajedno sa drugima na korist svih. Ona se tiču Mene i Tebe upravo zato što Nas tretiraju kao pojedince, a ne samo kao pripadnike određene nacionalne, etničke, religijske ili druge grupe.

Dvadeseto stoljeće je bilo stoljeće paradoksa. U njemu je snažno zaživjela ideja ljudskih prava kroz međunarodne povelje, paktove, konvencije i druge dokumente. Međutim, u isto vrijeme su se dešavala masovna kršenja osnovnih ljudskih prava. Ova kršenja se i danas dešavaju, kako u ratu, tako i u miru.

Gotovo svaka generacija u našoj zemlji u proteklih 100 godina je doživjela rat i sukobe. Periodi između ratova su bili obilježeni nestabilnošću, kršenjem ljudskih prava i konfliktima. Istovremeno, dok ljudi danas pokušavaju da prevaziđu ratne traume i poprave ono što je ratom uništeno, nalaze se u situaciji velikih procesa promjena u društvu. Neophodno je ponovo izgraditi vjeru u ljudsku vrijednost i stvoriti predispozicije za poštivanje ljudskih prava, kako bi se sprječila nova kršenja i etnička diskriminacija, i kako bi se izgradilo demokratsko društvo koje je sposobno da živi u miru. Važno je uspostavljanje vrijednosti kao što su međunacionalno razumijevanje i prihvatanje, i poštivanje različitosti. Odgovorni smo za sve što se dogada oko nas.

2.3. Etnonacionalizam

Socijalni život predstavlja dijalog i zajedništvo sa drugim ljudima. Grupisanje je uobičajen proces koji je nezavisan od kulture ili društva. Određenim grupama ljudi se dodjeljuju različite osobine. Ovu pojavu nazivamo socijalnom kategorizacijom. Ona služi identifikaciji, kako grupe, tako i njenih članova, nije samo izraz za zajedništvo, nego i za socijalne granice i linije razgraničenja. Do socijalne kategorizacije dolazi automatski i niko na nju nije imun. Ekstremna oblik kategorizacije predstavlja uspostavljanje dvije grupe: mi i oni. „Mi“ se sastoji od svih „nas“ koji vjerujemo da pripadamo određenom zajedništvu. „Oni“ su svi koji su van našeg zajedništva. Oni su drugi koji nisu kao mi i koji su drugačiji.

Zločini koji su tokom proteklog rata počinjeni u našoj zemlji su bili omogućeni time što su ljudske osobine „onih drugih“ bile reducirane. Prvo su pojedinci bili kategorizirani prema njihovoj nacionalnoj, etničkoj ili religijskoj pripadnosti, a zatim su poistovjećivani sa esencijalizovanim kategorijama ljudi kao što su „četnici“, „ustaše“ i „turci“. Tokom rata su mnogi bosanski Srbi, bosanski Hrvati i Bošnjaci bili jedni drugima „drugi“. Danas je neophodno vratiti ljudsko lice drugima, kao ljudima koji imaju iste osnovne potrebe i ista ljudska prava kao i ostali.

Kategorizacija ljudi često dovodi do stvaranja predrasuda i stereotipa. Predrasude su unaprijed stvorena ubjedjenja o određenoj situaciji ili ljudima bez postojanja objektivne osnove za stvaranje takvog mišljenja, a stereotipi su pretjerane predrasude prema određenoj kategoriji ili određenom tipu ljudi. Predrasude i stereotipi koji čine dio sistema mogu dovesti do rasizma. Svako pravljenje razlike među ljudima na osnovu rasne, nacionalne, etničke, religijske, kulturne ili neke druge pripadnosti koje ima za cilj ograničavanje ili sprečavanje određene grupe ljudi da se ravноправno sa ostalima koristi svojim osnovnim ljudskim pravima možemo nazvati rasizmom. Rasizam je danas promijenio karakter. Više se ne govori o različitim rasama, nego o etnicitetu, nacionalnosti, jeziku i religijskoj pripadnosti.

BiH je vijekovima bila višenacionalna, multietnička i multikulturalna

zemlja sa mnogo različitih religija. Slika današnje BiH je promijenjena. Sistematsko i masovno etničko čišćenje stanovništva koje je bilo jedan od ciljeva ratnog pohoda na našu zemlju, opravdano je nemogućnošću suživota između pripadnika različitih nacionalnih grupa. Međutim, nisu objektivne razlike među narodima otežavale suživot, nego sistematski stvarana slika stvarnosti.

2.4. Identitet

Svi smo mi formirani okolnostima oko nas. Pravimo izbore i djelujemo na osnovu svog razumijevanja i znanja. Iako su okolnosti uticale na nas, imamo slobodu da pravimo vlastite izbore. Svi smo mi dio zajedničke igre, pa i sami imamo mogućnost uticaja i na njezin tok i ishod.

Multikulturalno razumijevanje podrazumijeva sposobnost da razumijemo procese koji su prisutni i djeluju u višekulturalnom društvu. Razvijanje ove vrste sposobnosti istovremeno označava i lični razvoj. U isto vrijeme dok dobijamo znanje, razvijamo i empatiju, te sposobnosti komunikacije i funkcionisanja u višekulturalnim okolnostima.

Interkulturalnost podrazumijeva međusobno susretanje i saradnju između kultura, kao i otvorenost zajednica u kojoj žive u smislu življena i dostupnosti resursa za sve njene građane bez obzira kojoj kulti priпадali. Interkulturalnost naglašava razliku u pojmovima „živjeti jedni pored drugih“ i „živjeti jedni sa drugima“. Pojam zajedništva podrazumijeva nešto više od tolerancije i rušenja predrasuda o pripadnicima drugih kultura, podrazumijeva poznavanje kulturnih osobenosti i osjetljivost za razlike.

Kultura je, takođe, važna za stvaranje identiteta. To što ljudi sa sobom nose „kodove iz podsvijesti“, objašnjava činjenicu da nas obilježava društvo u kojem živimo. Od davnina se diskutovalo u kojoj je mjeri osoba produkt nasljedstva i okoline, a koliko rezultat naše vlastite slobodne volje. Gdje završava „Ja“ i počinje „Mi“? Ključno je koje pitanje postavljamo sami sebi, a, stoga, i drugima: „Ko sam ja?“ ili „Gdje pripadam“? Odgovor na pitanje

nam rasvjetljava na koji način posmatramo identitet. Kontaktom sa drugima međusobno formiramo svoje ličnosti, tako da osoba biva stvorena upravo u odnosima. Polazimo od toga da je ljudski identitet rezultat i nasljedstva i okoline i slobodne volje. Iako postoje faktori nad kojima nemamo kontrolu, mnogo toga odlučujemo sami. Ono što smo izabrali biramo na osnovu vrijednosti koje su za nas važne i predstavljaju motivatore našeg ponašanja.

Društveni kontekst određuje koje su strane našeg identiteta relevantne, odnosno koje osobine su važne u određenom kontekstu. Najčešće možemo da izaberemo svoju društvenu grupu i ne moramo da budemo u okruženju u kojem ne želimo da budemo. Ali, ljudi nemaju uvijek slobodu da biraju svoj društveni kontekst, čak ni onda kada ga doživljavaju kao nešto negativno.

2.5. Kontakt sa drugima

Iako je čovjek sve manje sam, sve slabije stupa u kontakt sa drugim ljudima. Čini se da se dešava da ljudi žive jedni pored drugih ne postižući da ostvare pravu komunikaciju kojom bi obje strane bile zadovoljne. Susretanje sa drugom osobom donosi doživljaj, osjećanje povjerenja u sebe i druge pa tako i potrebno razumijevanje između osoba koje kontaktiraju. Ne možemo potpuno realizovati sebe bez stupanja u odnose sa drugima, s tim što „drugi“ ne podrazumijevaju samo druge osobe, nego sva živa bića. U dubini našeg bića nalazi se potreba da sve podijelimo sa drugima: naše misli, osjećanja i djela. Pored toga, pošto se ogledamo u drugima, tako spoznajemo sebe. Odnosi sa drugima nas čine sretnima, ali izazivaju patnju i bol koje, ponovno, razmjenjujemo sa drugima.

Svako naše ponašanje je rezultat našeg izbora; u tom trenutku to je najbolje ponašanje za koje smo sposobni kako bismo zadovoljili jednu ili više osnovnih ljudskih potreba. Bez obzira na to što nam se u životu ranije dogodilo ili što smo činili u prošlosti, u sadašnjosti možemo odabrati ponašanja kojima ćemo bolje nego prije zadovoljiti potrebe. Prošlost ne možemo promijeniti, prošlost je djelovala na nas, ali danas ne moramo biti njene žrtve. Zato pod poboljšanjem komunikacije sa drugima podrazumijevamo međusobno povjerenje, uvažavanje i podjelu odgovornosti.

2.6. Žrtve torture i svjedočenje

Opšti pojam žrtve u širem smislu je da se radi o osobi koja trpi neko zlo, silu i posljedicu kao proizvod istog zla i sile, dok se u užem smislu žrtva može definirati kao fizička osoba kojoj je neko dobro ili pravo krivičnim djelom izravno ugroženo, povrijeđeno ili uništeno (*Vodič za podršku svjedokinjama/svjedocima u sudskim postupcima procesuiranja ratnih zločina, 2014.*)

Traumatični događaji razaraju spone koje održavaju veze između pojedinca i zajednice. Preživjeli uče da njihov osjećaj Sebe, svoje vrijednosti i ljudskosti zavisi o uključenosti među ljude. Solidarnost skupine najbolja je zaštita od straha i očaja, te najjači protuotrov za traumatski doživljaj:

- Trauma osamljuje - skupina obnavlja osjećaj pripadnosti.
- Trauma posramljuje i žigoše - skupina posvjedočuje i potvrđuje.
- Trauma unizuje žrtvu - skupina je uzvisuje.
- Trauma žrtvu onečovječuje - skupina obnavlja njezinu ljudskost (*Herman, 1996*).

Preživljavanje zastrašujućeg, užasnog i ponižavajućeg događaja ima dvije strane. Prva strana je ta da ljudska bića posjeduju zadivljujuću sposobnost psihološkog oporavka. Drugu stranu predstavlja socijalna podrška u obliku poštovanja spram pretrpljene patnje, razumijevanja i poštovanja drugih ljudi, dobivanja prilike da se izraze vlastiti pozitivni i negativni osjećaji koji mogu naročito pomoći u stvaranju novog i boljeg „ja“ čak i kod ljudi sa nesagledivo dubokim i teškim psihološkim ranama (*op den Velde, 1998*).

Od samog donošenja odluke da se stavimo u ulogu svjedoka prisutna je ambivalentnost u stavu koja je istovremeno povezana sa potrebom za istinom i pravdom, da se obezbijedi izvjesna kompenzacija, sa jedne strane, i strah od retraumatizacije, sekundarne traumatizacije i ponovne viktimizacije, sa druge strane.

Ne postoji ni jedan socijalni proces koji može poništiti ekstreman

efekat torture. Međutim, kada žrtva svjedoči ponovo uspostavlja osnovne moralne postulate koji su bili poljuljani torturom i vraća vjeru u ljude. Svjedočenje ima i širu historijsku funkciju jer u potpunosti ispunjava maksimu „da se zločin ne zaboravi“ otkrivanjem istine, što predstavlja neophodan korak u transformaciji međunacionalnih konfliktata. Istovremeno, na psihološkom planu, nesvesno ili djelimično svjesno dolazi do poništavanja traumatskog iskustva.

Svjedočenje omogućava reparaciju traumatskog iskustva koje se doživljava kao gubitak. Utvrđeno je da sam čin svjedočenja ima funkciju iscijeljenja i pomaže i terapijskom procesu; svjedočenje omogućava oporavak žrtava pomažući im da ponovo uspostave kontrolu nad svojim životom, da uvide da su preživjeli traumatsko iskustvo i da počnu da se oporavljaju.

2.7. Žalovanje traumatskog gubitka

Trauma neizbjegno donosi gubitak. Oni koji su doživjeli traumatsko iskustvo gube unutrašnje psihičke strukture Sebe sigurno povezane sa drugim ljudima, dok oni koji su pretrpjeli tjelesnu štetu gube i osjećaj tjelesne cjelovitosti. Oni koji su izgubili ljude koji su im bili važni u životu se suočavaju sa novom prazninom u svojim odnosima sa prijateljima, porodicom ili zajednicom. Traumatski gubici razbijaju normalan slijed generacija i odolijevaju redovitim društvenim običajima žalovanja. Kako mnogi gubici ostaju nevidljivi ili neprepoznati, običajni obredi žalovanja daju slabu utjehu. Prelazak u fazu žalovanja je istodobno najpreči i najstrašniji zadatak u oporavku traumatiziranih.

Preživjela osoba često se opire da se prepusti žalovanju, ne samo zbog straha, nego i zbog ponosa, pa ga može svjesno odbijati kao način da porekne pobjedu počinitelja. U tom će slučaju žalovanje biti važno preformulirati u čin hrabrosti, prije nego poniženja. Ukoliko preživjela osoba nije u stanju da žaluje, ona ostaje odsječena od dijela sebe i lišena važnog dijela svoga zdravlja. Otpor žalovanju može poprimiti prerušene fantazije magičnog razrješenja kroz osvetu, oprost ili naknadu.

Fantazija osvete, slika sa zamijenjenim ulogama počinitelja i žrtve, je jedan od oblika želje za katarzom. Žrtva zamišlja da se može oslobođiti straha, srama i boli traume putem odmazde protiv počinitelja. U svom bijesu zbog poniženja, žrtva zamišlja da je osveta jedini način da obnovi osjećaj snage i moći, i da je to jedini način da se počinitelj prisili da prizna štetu koju je nanio. Za trajanje procesa žalovanja, preživjela osoba mora da se pomiri sa činjenicom da je poravnanje nemoguće. Odustajanje od osvete ne znači da se odustalo od traženja pravde; to je početak procesa pridruživanja ostalima u nastojanju da se odgovornost za zločin pripše počinitelju.

Drugi svoju ogorčenost pokušavaju premostiti fantazijom oprosta. Kao i njena suprotnost, osveta, i oprost predstavlja pokušaj osnaženja. Preživjela žrtva zamišlja da može nadići svoj bijes i izbrisati učinak traume voljnim činom ljubavi. No trauma se ne može izbaciti ni mržnjom ni ljubavlju. Nema pravog oprosta sve dok ga počinitelj ne zatraži i ne zasluži priznanjem grijeha, pokajanjem i naknadom štete.

Kao i ostale dvije, i fantazija naknade često postaje zapreka u žalovanju. Dio problema je upravo opravdanost želje za naknadom. Budući da je žrtva pretrpjela nepravdu prirodno osjeća da ima pravo na neki oblik obeštećenja. Traženje pravične naknade često predstavlja važan dio oporavka. Ali, tu može da leži zamka. Naime, duge borbe do obeštećenja nerijetko su način odbrane od suočavanja sa punom stvarnošću onoga što je izgubljeno. Žalovanje je jedini način da se gubitku oda dužno poštovanje; nema odštete koja bi ga mogla nadoknaditi.

2.8. *Preživljenička misija*

Većina preživjelih rješenje svog traumatskog doživljaja traži unutar granica ličnog života. Jedan dio njih se osjeća pozvanim da počne djelovati u širem svijetu što je još jedna od posljedica traume. Takve osobe u svojoj nedaći prepoznaju političku ili vjersku dimenziju i otkrivaju da mogu promijeniti značenje svoje lične tragedije uzimajući je za polazište društvenog djelovanja. Premda nema načina da se ostvari naknada za strahotu, ona se može nadići ako se pretvori u dar drugim ljudima. Trauma je iskupljena samo kad

postane izvorom misije preživjele osobe.

Društveno djelovanje preživjelima pruža izvor snage koja se crpi iz njihove vlastite inicijative, energije i domišljatosti. Društvenim djelovanjem, preživjeli sklapaju savezništvo sa drugim ljudima utemeljeno na saradnji i zajedničkoj svrsi. Učestvovanje u organiziranim, zahtjevnim društvenim naporima upreže najzrelije i najbolje strategije prilagođavanja preživjele osobe: strpljenje, nadu, nesebičnost i humor. Društveno djelovanje izvlači najbolje u njoj, zauzvrat preživjela osoba dobiva osjećaj povezanosti sa najboljim u drugim ljudima.

Preživjeli svoju energiju mogu usredotočiti na pomaganje drugima koji su učinjeni žrtvama na sličan način, oni mogu ulagati odgojne, zakonske ili političke napore da se spriječi stvaranje novih žrtava u budućnosti, a mogu i nastojati da prekršitelje privedu pravdi. Preživjele osobe vrlo dobro razumiju da je prirodni ljudski odgovor na užasne događaje pokušaj da ih se odagna iz svijesti. Vjerovatno su to i same činile u prošlosti. Preživjeli također razumiju da su svi koji zaborave prošlost osuđeni da im se ona ponovi. Upravo zbog toga, javno kazivanje istine zajednički je nazivnik svakog društvenog djelovanja.

Preživljenička misija može steći i oblik istjerivanja pravde. Preživjeli tako ponovo otkrivaju apstraktno načelo društvene pravde koje njihovu sudbinu također povezuje sa sudbinama drugih ljudi. Oni crpe snagu iz toga što su uzmogli da javno istupe i izreknu istinu bez posljedica, a istina je ono čega se počinitelji najviše boje. Javnim istupom preživjeli ima moć koju ne zloupotrebljava kao počinitelj u prošlosti.

U svjedočenjima preživjelih često se pojavljuje trenutak kad osjećaj povezanosti biva obnovljen iskrenim iskazom plemenitosti druge osobe. Nešto u žrtvi, za što ona sama vjeruje da je nepovratno uništeno (*opća vjera, dostojanstvo, hrabrost*), biva iznova probuđeno primjerom uzajamne nesebičnosti. Videći se u ogledalu djelovanja drugih, preživjela osoba prepoznaje i ponovo usvaja izgubljeni dio sebe. Upravo to je trenutak kad se preživjele i preživjeli ponovo pridružuju ljudskoj zajednici.

3. Nevladine organizacije: psihosocijalni rad

Prije ratnog pohoda na BiH su postojala registrovana udruženja građana (*UG*) koja su djelovala u sastavu države koja je bila centralizovana i imala apsolutističku ulogu u odnosu na programe rada i proces odlučivanja takvih udruženja. Do promjene uloge *UG* dolazi u toku i poslije ratnog pohoda na BiH. Do prve upotrebe termina nevladina organizacija (*NVO*) dolazi na inicijativu međunarodnih humanitarnih organizacija koje osnivaju i rukovode lokalne organizacije i inicijative. Na prvi pogled, situacija s udruženjima izgleda isto i prije i poslije rata, ali je primjetna razlika da je nevladin sektor (*NV*) samostalniji u odlučivanju i praćenju potreba stanovništva. NV sektor tako kreira prostor u kojem građani mogu da iznesu svoje stavove i mišljenja, djeluju na promjene u lokalnoj zajednici, te utiču na političke procese u društvu.

Postojeći psihosocijalni projekti se često fokusiraju samo na psihološke i socijalne potrebe oštećene populacije i zapostavljaju materijalne potrebe klijenata ili vitalne društvene i političke procese koji imaju fundamentalni uticaj na dobrobit klijenata. Svaki oružani konflikt ima socijalne, psihološke i materijalne posljedice za oštećenu populaciju i oporavak implicira da se te posljedice rješavaju simultano. Samo ukoliko se spozna cjelokupni spektar nemoći korisnika intervencija može biti pojačana kako bi im pomogla u oporavku. Integracija psihosocijalnih pristupa u svakom sektoru programiranja stoga implicira prvo bitno da se uradi sveobuhvatna analiza na osnovu razumijevanja da se život ljudi može poboljšati samo ako se:

- *shvate socijalne, materijalne i psihološke potrebe i kapaciteti pojedinaca,*
- *shvate i rješe kompleksne dinamike između ljudi i njihovog socijalnog okruženja.²*

Iskustva Centra za rehabilitaciju i terapiju „Vive Žene“ u projektima ove vrste pokazuju da kod građana BiH još uvijek postoji potreba za

² Weyermann, B. (2007), „Linking economics and emotions: towards a more integrated understanding of empowerment in conflict areas“, Volume 5, Number 2, Page 84

upoznavanjem i razumijevanjem proživljenih traumatskih iskustava tokom prethodnog rata i napora koje je neophodno uložiti u izgradnju međusobnog povjerenja, odnosno izgradnju mira i dijaloga. Građani BiH su spremni da rade na sebi, bez obzira iz kojeg entiteta dolaze, odnosno koje su religijske i etničke pripadnosti, i spremni su da se suoče sa svojim strahovima, nepovjerenjem, neznanjem, predrasudama i distancom. Oporavak i liječenje ratne traume, kao i uspostavljanje novog sistema povjerenja u ljude je moguće ostvariti na individualnom i kolektivnom nivou samo ako su resursi za tretman žrtava torture dostupni zajednicama i ako zajednice prepoznaju svoje probleme. NVO koje su dugoročno prisutne u zajednici mogu taj proces olakšati i proširiti. Međutim, to je „kap u moru“ potreba i problema sa kojima se BiH društvo nosi, ali u isto vrijeme jedini put opstanka i oporavka zajednice. Važno je misliti na buduće generacije i na ono čemu ih danas učimo.

3.1. Projekat „Izaberimo mir zajedno“

Ovaj projekat je ugledao svjetlo dana tokom sastanka stručnog tima „Vive Žene“ 2010. godine koji su dali svoj doprinos realizaciji ovog projekta pružanjem stručne saradnje. Jedna od radnica Udruženja je izabrana za voditelja obuke edukativnog programa projekta. S obzirom na važnost projekta i dobre rezultate u prve dvije godine njegove realizacije, autor teksta se 2012. godine pridružio projektu radom sa novim grupama i članovima udruženja žrtava rata iz cijele BiH.

Projekat „Izaberimo mir zajedno“ je podržan od strane američke organizacije USAID, a realizovan je u partnerstvu sa Catholic Relief Services (CRS) i Caritas biskupske konferencije BiH (*Caritas BK BiH*). U okviru projekta se radilo na izgradnji stabilnog i održivog mira na nivou lokalnih zajednica i BiH kao države. Korisnici projekta su udruženja porodica nestalih osoba i bivših logoraša, udruženja civilnih žrtava rata i osoba oboljelih od posttraumatskog stresnog poremećaja, omladinska udruženja, NVO i pojedinci. Rad se odvijao zasebno sa tri grupe učesnika iz svih krajeva BiH koje su pojedinačno brojale između 20 do 25 članova. Dvije grupe su

sačinjavali srednjoviječni i stariji odrasli učesnici, dok je treća grupa bila sastavljena od mlađih (*do 30 godina*). Grupe su bile heterogene rodne (*sastojale su se od muškaraca i žena, mladića i djevojaka*), ali i etničke i religijske strukture i pripadnosti.

Kroz obuke iz komunikacije, traume i oprاشtanja u procesu pomirenja, umrežavanje i ojačavanje kapaciteta udruženja žrtava, radilo se na izgradnji stabilnog i održivog mira na nivou lokalnih zajednica i cjelokupne BiH. Projekat je imao za cilj saradnju sa dvije grupe aktera: osobe koje mogu koristiti svoj uticaj kako bi aktivno promovirali ozdravljenje i pomirenje, kao i institucije koje mogu iskoristiti svoje strukture koje omogućavaju liderstvo i mjesto gdje može doći do pomirenja. Projekat se sastojao od dvije faze. Prva faza se odnosila na realizaciju edukativnog psihosocijalnog programa kroz tri tematski određena ciklusa radionica , i to:

- *komunikacija kao osnov odnosa,*
- *stres i trauma, i njihov uticaj na pojedinca, porodicu, društvo, i*
- *identitet i žalovanje.*

Cilj ovih tematski određenih ciklusa radionica se sastojao u osnaživanju pojedinaca na ličnom nivou, pružanju pomoći članovima udruženja žrtava rata u razumijevanju svojih životnih iskustava i poticanju razvoja socijalnih vještina.

Druga faza projekta, nazvana „Moja priča“, ima za cilj da pošalje u javnost priče o ratnim dešavanjima, ali i sve ono što se danas radi na izgradnji mira i prevazilaženju barijera. Učesnici koji su prošli obuku, prvi dio rada na sebi, su imali priliku da kroz javna govorenja simbolično nazvana „Moja priča, izaberimo mir zajedno“ pošalju poruku široj publici cijele BiH. Javna govorenja su se održavala u srednjim školama, fakultetima, domovima kulture, mjesnim zajednicama i opštinama. Govoreći o ličnim iskustvima iz rata, govornici su inspirisali slušatelje da razumiju važnost pomirenja. Njihova ključna poruka je bila tolerancija, suživot i mir. Iako nisu svi učesnici obuke ušli u ovaj proces jer je učestvovanje predstavljalo

stvar njihove lične odluke, obuka po ovim pitanjima ih je vodila jednom novom angažmanu: društvenom djelovanju.

Podrška projektu „Izaberimo mir zajedno“ dovela je februara 2010. godine do ujedinjenja lokalnih i nekoliko međunarodnih NVO u „Mrežu za izgradnju mira“ koja danas okuplja 107 članica. Njihove aktivnosti su usmjereni k obnovi kvaliteta društvenog i ekonomskog života u BiH, ali s naglaskom na dugoročni cilj razvoja društva koje će se sutra ophoditi s različitostima i sukobima na konstruktivan i nenasilan način. Inicijative članica mreže, pa tako i organizacija „Vive Žene“ i CRS, su vezane uz mnoga područja javnih politika koje su prepoznate kao ključne za dugoročnu izgradnju mira u BiH.

3.2. Polazišta u radu s učesnicima obuke

Fokus programa „Vive Žene“ se mijenjao zajedno sa društveno političkim okolnostima, ali ne i ciljna grupa Udruženja: žrtve rata i ratne torture. Prošlo je dosta godina od završetka rata i rane su prividno zacijelile, ali iako su se radne teme mijenjale, teška socio-politička klima je i dalje jako uticala na sam rad Udruženja. Osim tema mijenjali su se i radnici Udruženja, što je zahtijevalo promjene, rast i razvoj, kako na ličnom, tako i na organizacionom planu. Radilo se do granica do kojih se moglo ići, odnosno koliko su tekuće okolnosti dopuštale.

„Vive Žene“ su bile uključene u projekat „Izaberimo mir zajedno“ kroz edukativni program, ciklus radionica organizovanih kroz tri tematski određena ciklusa radionica koja su se odvijala u periodu od dvanaest mjeseci. Ispred organizacije je delegirano dvoje radnika Udruženja u ulozi voditelja tri nove grupe drugog ciklusa projekta. Jedna od delegiranih radnica je bila uključena u prvi ciklus ovog projekta, što je na jednoj strani značilo da se prije suočila sa svojim pitanjima i strahovima sa kojima se druga voditeljica tek trebala da suoči. Naime, bez obzira na dugogodišnje iskustvo i privilegiju rada sa žrtvama rata koje radnici Udruženja „Vive Žene“ imaju još iz vremena akutne traumatizacije, pa sve do danas, iskustvo rada sa ljudima koji su „do jučer“ bili „na suprotnim stranama“ može da bude zastrašujuće.

Udruženje je u radu na ovom projektu pristupilo sa znanjima i iskustvima stečenim u proteklim godinama rada sa traumatiziranim osobama, promišljanjima o kontekstu/stvarnosti u kojoj BiH građani žive, svjesnosti o pozadini problema sa kojom se žrtve rata nose i danas u našem društvu, kao i sa spoznajom da članovi grupe sa kojima se radnici Udruženja susreću na ličnom nivou imaju različita iskustva u smislu rada na sebi, rada sa drugima ili za druge, kroz edukacije i aktivizam u okviru svojih udruženja. Ali, susret sa „onima drugima“ i na ovaj način i sa zadatim ciljem je i za učesnike predstavljalo novo iskustvo. Kao i u terapijskom procesu, odluka da se napravi prvi korak ka traženju pomoći, tako i sada, korak da se istupi u svom djelovanju kroz projekat „Izaberimo mir zajedno“, je predstavljala početni resurs na koji su radnici Udruženja mogli da računaju. Prvi zadatak bio je izgradnja povjerenja između učesnika i voditelja, između samih učesnika, kao i transfer povjerenja s ličnog na društvenu razinu (*smanjivanje postojećeg nepovjerenja*). Rad na ovim temama je kontinuiran koji se prožima kroz sva tri tematski određena ciklusa radionica i koji se sastoji od: razgradnje slike neprijatelja, slušanja i razumijevanja drugih narativa, preispitivanja svoje uloge i motivisanja ljudi približavajući ih modelu aktivnih građana koji nose odgovornost za sebe i društvo u kom žive. Radilo se na procesima socijalnog osnaživanja gdje je korišten psihoterapijski okvir kako bi pokazali empatiju prema učesnicima i temi sa kojom radimo (*facilitirati strukture samopomoći*).

Kada radimo sa žrtvama torture uvijek se nosimo sa pitanjima pravde i drugim neriješenim pitanjima. Kada se ruše ljudska prava nema neutralnosti. Traumatizirani pričaju o istoriji traumatizacije i obespravljenosti, žele mješavinu pojašnjenja i prepoznavanja/priznavanja, tako da se ovdje govori o komplikovanoj situaciji. Idemo iz politički opasnog terena u klinički neutralan i suočavamo se sa neophodnošću davanja direktnog odgovora na pitanje: kako razumijemo problem ljudi sa kojima radimo? Nadalje, iako je u prvom planu bila prisutna situacija voditelji-učesnici, svi smo, ustvari, bili klijenti. Pred voditeljima se postavio zadatak da analiziramo transfer koji je upućen nama i da nešto uradimo sa njim. To je od

voditelja tražilo ličnu hrabrost i spremnost za rad na osvještavanju vlastitih predrasuda, dilema i strahova, bremena ratnog nasljeđa kojeg svi nosimo, neprepoznavanja žrtava na drugoj strani „jer smo mi najveće žrtve“, uzdizanje i prepoznavanje kompleksnog, ali ustaljenog govora mržnje. Dio problema je da ljudska bića nisu neutralna i moraju se nositi s upućenim projekcijama i sa vlastitim demonima. S psihološke strane je teško kada bivši i trenutno nedirektni neprijatelji sjede jedni preko puta drugih. Obje strane moraju da se nose s istorijom šutnje i obje strane imaju svoje fantazije onog drugog koje su često definisane riječima: „Stavili su te u zatvor i nisu te dobro tretirali, imaš sjećanje na mržnju, torturu, zlostavljanje i da se ponekad nisi osjećao kao čovjek“. I u tom radu sa njima se bavimo internaliziranim (*ponutrenim*) „onim drugim“. Bilo je važno da odolimo negiranju problema prisutnog u grupi.

3.3. *Obuka: prvi tematski ciklus radionica*

U ovom dijelu članka pružamo mali osvrt na proces i početni značaj prvog tematskog ciklusa radionica „Komunikacija kao osnov odnosa“ za nastavak rada kroz naredna dva tematska ciklusa radionica. Značaj se ogledao u zbližavanju/povezivanju učesnika na onome što im je svima bilo zajedničko, odnosno da su svi žrtve prošlog rata u BiH. Prepreke koje su ih do tada dijelile (*sumnje, strah, bol, tuga, ljutnja, predrasude*) su uklonjene mogućnošću da ih druga strana čuje, sasluša, zajednički propita, podijeli, ali i obraduje, „odigra“ i opusti.

Metodologija koju smo primjenjivali je interaktivnog, radioničarskog karaktera, i uključuje lična životna iskustva učesnika. Ona podrazumijeva rad u plenumima i u manjim grupama, i to kroz: diskusije, igre uloga, razmjene iskustava i ličnih priča, kratke teoretske uvode i dokumentarne filmove. Radilo se na izgradnji sigurnog prostora u kome se zajednički sluša i razgovara, dijeli i promišlja. Svi učestvuju u okvirima vlastitih mogućnosti. Voditelji su bili odgovorni za tematski i metodološki okvir rada, a odgovornost za sadržaj i kvalitet diskusija je podijeljena sa učesnicima. Važno je uskladiti i trenutke odmora i rada, ali i ograničiti vrijeme diskusija

bez obzira koliko plodne i važne. Sadržaj svake obuke je bio određen radom na dva paralelna nivoa: ličnom (*propitivanje vlastitih mehanizama i obrazaca ponašanja u situacijama timskog rada*) i društveno-političkom gdje je pružena prilika za razumijevanje društva u kojem živimo. Obuke su predstavljale priliku za lični rast, promjenu i napredak, ali i čin političkog djelovanja na konstruktivan način i na drugačijem nivou djelovanja. Pošto se obuka kretala u smjeru poticanja učesnika za preuzimanje uloge aktivnih građana u društvu u kojem živimo, sastanci su bili mjesto za pokazivanje svojih stavova, razmišljanja, imenovanje problema, pokazivanja podrške, empatije, kritike procesa u grupi, itd. Neophodnost osluškivanja grupe je bila stalna, jer se radilo na osjetljivim i teškim temama sa osjetljivom populacijom. Neprestano se vodilo računa koliko duboko i daleko se može ići u obradi tema i pristupalo se njihovom prilagođavanju grupi bez nepotrebног opterećivanja. Razlike u mišljenju su se podsticale i ohrabrivale, tako da su obuke pružale prostora svima da vježbaju slušanje drugačijih stavova i da se ophode sa njima na konstruktivan način. Iako je postojao unaprijed zacrtani plan sa zadatim temama, to nije značilo da su voditelji bili kruti u primjeni tog plana. Naprotiv, planovi su se prilagodili određenim grupama i trenutnim stanjem u grupi. To je od voditelja iziskivalo fleksibilnost u radu i dugogodišnje iskustvo rada. U metodoloшком smislu primat imaju vježbe, diskusije, rad u malim grupama i razmjena ličnog iskustva u odnosu na analizu i prezentaciju teorijskih modela. Svakako da su se tokom rada uzimali u obzir postojeći razvijeni teorijski koncepti, ali samo onda kad nisu sami sebi bili svrha, već kada su odražavali probleme našeg društva i pomagali u razumijevanju određenih fenomena, kao što su nasilje, trauma, gubitak, žalovanje, konflikt, identitet, itd.

Obuka u okviru jednog tematskog ciklusa 12 radionica se odvijala nepuna četiri dana. Radionice su trajale po 90 minuta i bile su organizovane u dva bloka, s kraćim pauzama za osvježenje i dužom pauzom za ručak. Na početku bi se pristupilo kratkom predstavljanju i međusobnom upoznavanju. Odmah na početku se moglo osjetiti da je veći dio učesnika došao s izvjesnom anksioznošću. U pozadini

susreta je bilo mnogo odmjeravanja, iščekivanja i određenog stepena ambivalencije koja bi se mogla definisati kao „Želim biti ovdje, radoznao sam, ali izgledam kao da ћu svaki tren da ustanem sa stolice i odem“. Čak su neki odmah otvoreno rekli da se osjećaju napeto, nervozno i nesigurno zbog neizvjesnosti i straha od nepoznatih ljudi i svojih ranijih loših iskustava sa „drugom stranom“. Kako je vrijeme u predstavljanju sebe i sredine/organizacije iz koje dolaze proticalo, slušajući, malo po malo, su se i opuštali.

U narednoj radionici bilo je važno da se saslušaju njihova očekivanja i motivacije u pogledu obuke koja imaju od sebe, grupe, voditelja i, na kraju, da se pristupi formulisanju grupnih pravila. Lepeza odgovora na pitanje „Kako ste donijeli odluku da učestvujete na obuci?“ je bila zaista velika. Jedan određeni broj učesnika je izjavio da su prihvatali poziv zbog preporuka njihovih kolega koji su prošli prethodni ciklus, drugi zbog poznavanja i reputacije koju imaju organizacije CRS i „Vive Žene“, dok su treći donijeli odluku bez ikakvih informacija, što je imalo veze s udruženjima iz kojih dolaze, ali i sa njima samima. Neki delegirani učesnici su pružili sljedeći primjer i pojašnjenje njihovog učestvovanja: „Nešto ћeš malo učiti, upoznat ћeš druge i malo se družiti, ili, to je više odmor – iskoristi to“. Većina nije raspolagala sa ranijim iskustvima učestvovanja na seminarima, dok je nekolicina bila prilično iskusna i prošla dosta sličnih obuka. Voditelji su se pitali kako i na osnovu kojih kriterijuma udruženja delegiraju svoje članove i šta može biti razlog za manje prisustvo žena. Ipak, malobrojne žene koje su bile prisutne su svojim angažmanom u grupi u narednom periodu bile primjećene i postale okosnica ovog rada.

Što se tiče očekivanja, jedan manji dio grupe je izrazio potrebu da nauče nešto novo i da to znanje žele prenijeti na svoje članove udruženja. Drugi dio grupe nije najjasnije mogao da definiše očekivanja od učestvovanja na obuci, a treći su se orijentisali na iskrenost jednih prema drugima i uspostavljanje višeg nivoa tolerancije u međusobnoj komunikaciji. Upravo ovi treći su u svojim istupima bili jasni, direktni i nisu trošili višak riječi. Što se

tiče rada na grupnim pravilima, problem je nastao kod njihovog formiranja. Jedni bi uvijek reagovali na ograničenja kod javljanja na telefon tokom trajanja grupe, pravdajući to važnošću poziva koji očekuju, dok bi drugi bili jasni da u ovakvom radu telefonu nema mjesta. Na to je jedan od članova reagovao burno: „Ovdje se bavimo glupostima, valjda smo mi odrasli ljudi, trebalo bi da znamo kako se ponašati u grupi“. To je voditeljima bilo dovoljno da steknu početnu, prvu sliku o grupi/ama. Sve ovo je voditelje navelo da zaključe da je bilo pravilno što je tokom početnog kreiranja radionica bilo odlučeno da:

- *vježbe i prikaz teorije treba osmisliti tako da postignu balans različitog iskustvenog nivoa učesnika, u smislu da početnicima ne bude preteško, a iskusnijim dosadno, i da svima bude poticajno i zanimljivo,*
- *treba kreirati pozitivnu i podržavajuću klimu sigurnog okruženja, međusobnog povjerenja i opuštenosti, kako bi se otklonile početne barijere.*

Ovime su voditelji spoznali da u daljem radu treba stalno prilagodavati i kreirati nove poticajne situacije, realno sagledavajući i oslanjajući se na resurse kako pojedinca tako i grupe/a, uz stalno praćenje postignuća.

Nakon prvog dana i dvije početne radionice članovi su dobili prostor da se bolje upoznaju u neformalnom dijelu večeri. U svakoj od grupa bi se uvijek desilo da se veći broj učesnika obuke povuče u sobu poslije večere i šetnje, dok bi drugi, manji dio, iskoristio to vrijeme za početak boljeg međusobnog upoznavanja.

Naredni dan bio je najteži i za voditelje i za učesnike. Drugi dan rada je bio dug i činilo se da učesnici kao da postaju svjesni ili se bude iz nekog neodređenog sna, pa se pitaju gdje su i mogu li da pristupe radu. Ostavljali su utisak ljudi koji kao da se bore sami sa sobom i izbjegavaju rad na sebi koji predstavlja težak proces čak i u idealnim uslovima. Prve otpore ispoljavaju u vidu nerazumijevanja načina rada i obrade tema. Znali bi otvoreno istupiti i reći da im je

sve banalno i bez smisla, pitajući šta mi tu radimo. Prvu iskazanu ljutnju (*u pozadini neprestano prisutnog straha i nelagode*) je bilo „lakše“ za početak projicirati na voditelje. Neki bi se zaklonili iza bola, najčešće glavobolje ili bola u leđima. Njihove odbrane i izbjegavanja su shvaćeni. Međutim, iziskivali su intervenciju i brzu procjenu voditelja da li djelovati odmah, prepustiti grupi da interveniše ili djelovati nakon radionice. Učesnike bi se povremeno podsjetilo da nema bezazlenih i jednostavnih vježbi i da nijedan mogući ishod ne može biti „pogrešan“. Kako je grupa u cijelosti praćena, voditelji su istovremeno pratili i svakog učesnika ponaosob i njihovu neverbalnu komunikaciju. Kako je dan odmicao i kako su postajali aktivniji samo nerazumijevanje korištenih vježbi i teorije u obradi tema je krenulo u pravcu razumijevanja i zadovoljstva što su imali sreću da učestvuju i da imaju priliku za sticanje novih iskustava i uvida.

Prvi dan rada su obrađene sljedeće teme: „Predstavljanje sebe“, „Osnove filozofije nenasilja: uvod u komunikaciju i slušanje“, i „Povjerenje“. Ove teme su uslovile biranje vedrih i opuštajućih vježbi koje su povezane sa temama iz svakodnevnog života pomoću kojih su učesnici animirani interaktivnom metodom, a teorija predstavljena na način na koji je njima najprihvatljiviji. Tokom dana je praćena i njihova energija. Uvijek se, po potrebi, interveniralo energetskim vježbama, jer smo svi bili na zajedničkom putu koji nije ni malo lagan i jer se od učesnika zahtijevala kako koncentracija, tako i aktivno učešće. Na kraju dana su izgledali umorni, iscrpljeni, ali i zadovoljni. Počeli su da više međusobno komuniciraju, a umor bi ubrzo prevazišli druženjem tokom večeri, sada u većem broju. Prvobitni strah, oprez i distanca su zamijenjeni znatiželjom i radošću dijeljenja sadržaja koji ih spajaju i čine dio njihove svakodnevice. Teške teme i ozbiljnost rada su prepustili i ostavili za radni dio, kako su sami rekli. Neformalni dio obuke i prilika da se učesnici međusobno povežu je bio važan dio cjelokupnog iskustva i za voditelje. Zato je u organizovanju obuke bilo važno izabrati adekvatno mjesto održavanja koje će pomoći učesnicima kako u opuštanju tako i poticanju na neke zajedničke društvene aktivnosti.

Iako je drugi dan obuke bio intenzivan, treći i četvrti dan su bili sušta suprotnost. Treći dan obuke je izgledalo kao da su barijere srušene; pozitivna energija za rad se osjećala do kraja dana. Teme nisu bile ništa manje ozbiljne za učesnike („Osjećanja“, „Potrebe“, „Posmatranje iz druge perspektive“ i „Sistem vrijednosti“) koji su sada već intenzivno učestvovali u radionicama, uključujući i one koji su bili pasivniji na početku rada. Posljednji dan rada su opet imali manje energije i koncentracije. To je shvaćeno kao realan umor poslije intenzivnih događanja u protekla tri dana, ali i kao izbjegavanje sa svima teškom temom određenom za taj dan: „Konflikt“. Ipak, svi su se aktivno uključili u proces, odnosno preostali radni dio zadnjeg dana obuke. U završnom krugu na kraju obuke kroz usmenu evaluaciju, a kasnije kroz rezultate i pismene evaluacije, zaključeno je da su postignuti ciljevi ovog tematskog ciklusa radionica:

- *učesnici su stekli elementarna znanja o komunikacijskim vještinama,*
- *osviješteni su koliko su komunikacijske vještine bitne za kreiranje zdravih međuljudskih odnosa, potaknuti da i sami, prema svojim mogućnostima, unapređuju ovaj segment,*
- *kreiran je značaj prihvatanja i suočavanja sa prisutnim osjećanjima uslijed straha od promjene, i što je najbitnije*
- *postignuta je zadovoljavajuća grupna povezanost sa dobrom klimom i dosta pozitivne energije čime smo stvorili dobre preduslove za ulazak u drugi tematski ciklus radionica i složenije teme.*

Očekuje se da će učesnici biti spremni da dublje rade na sticanju povjerenja i biti u mogućnosti da svoja teška životna iskustva podijele sa drugima. Međutim, pojedine izjave pojedinaca ukazuju na eventualne poteškoće i otpore u daljem radu: „Sve mi se dopalo na seminaru, osjećam se super jer nismo pričali o ratu o kom ja ne želim uopšte da govorim. To je za mene završeno i tačka“. Ili „Ne mogu slušati tude patnje odmah mi je loše“.

U završnom krugu evaluacije, članovi grupe koji su se na početku izjasnili da žele učiti su to i potvrdili tokom usmene evaluacije. Izjavili su da su saznanja koja su imali priliku da prime značajna za njih, da su tokom obuke bili aktivni i da je njihov početni oprez nestao. Jedna od učesnica koja je od početka naglasila svoj strah sa kojim se teško nosi u životu i kojeg je bila svjesna i tokom obuke (*učesnici su je podsjećali na rat i gubitke*) je izjavila: "Ono najvažnije što nosim s ove obuke je promjena koju nazirem u sebi. Promjena na bolje, da može biti bolje ne samo meni nego i svima među nama. Kao neka nada".

Većina učesnika je izjavila da žele da učestvuju tokom narednog tematskog ciklusa radionica, iako su svjesni težine tema koje će se obradivati, ali da to nije prepreka već izazov kroz koji žele da zajedno prođu. Najvažniji rezultat rada sa ovim grupama se sastojao u njihovom međusobnom zbližavanju, što je većina njih i naglasila kao nešto pozitivno što nose s ove obuke: „Nismo razmišljali ko ima kakvo ime i koje je nacionalnosti, vidjeli smo se kao ljudi“.

Neki od članova koju su imali iskustvo učestvovanja na obukama su izjavili da su iznenađeni da su se ovako zbližili i da osjećaju kao da su se u ovako kratkom vremenskom periodu strašno zbližili. Ovaj put, zbližila ih je uloga žrtve i spoznaja da su svi bili žrtve ovog rata, ali i nada koja se počela nazirati kroz zajedničku misiju u kojoj žele učestvovati. Dobar dio učesnika je realno još osjećao strah i nepoznanicu kako bi javno govorenje „Moje priče“ izgledalo, ali dokumentarni film koji su imali priliku vidjeti, snimljen s učesnicima prvog ciklusa ovog projekta, im je poslužio kao primjer da je moguće krenuti putem promjene, ali sada u smjeru istine i izgradnje, a ne destrukcije i nasilja.

4. Diskusija

Udruženja žrtava rata su veoma važna za njihove članove, ali i za NVO koje se bave psihosocijalnim radom čije su ciljne grupe žrtve rata i ratne torture. Cilj organizacija koje se bave rehabilitacijom i zaštitom mentalnog zdravlja se većinom odnosi na oporavak od preživljene traume, izlazak iz izolacije, mogućnost uspostavljanja povjerenja među ljudima i izgradnju društvenih odnosa koji vode razumijevanju i dijalogu. Djelujući na pojedince ili grupe, članovi udruženja i organizacije koje se bave rehabilitacijom i zaštitom mentalnog zdravlja su uvijek, svjesno ili nesvjesno, dio problema moći. Ovaj problem se ogleda u tome što udruženja imaju uvijek jake unutrašnje kontradikcije; ona ojačavaju prostor gdje se ljudi mogu boriti za sebe, ali su, u isto vrijeme, politički aktivna grupa. Na drugoj strani, pošto su traumatizirani, često imaju tendenciju da potiskuju probleme na ličnom nivou. Paradoksalno je da ih NVO ojačava, a, istovremeno, politički kontekst na njih djeluje represivno i ne dopušta ni njima, ni organizacijama koje se bave rehabilitacijom i zaštitom mentalnog zdravlja da riješe probleme. Obje grupacije djeluju u makrosocijalnoj situaciji koja nije dobra prema udruženjima koja takve frustracije prevode na unutrašnje. Sve te kontradikcije postaju vidljive u radu sa ljudima iz udruženja. Na koji se način nose sa svojim žalovanjem, zašto se svađaju kada su isti u toj patnji, zašto ponavljaju destrukciju među sobom kada destrukcija dolazi izvana? Ovdje se radi o individualnoj i kolektivnoj obesnaženosti i borbi. Uvijek se radi o međupovezanom ličnom, psihološkom, javnom i političkom koje uvijek treba obuhvatiti zajedno, nikada razdvajati. Ovdje govorimo bez razlike o svim udruženjima žrtava ratnog pohoda na području cijele BiH jer su svi u istoj poziciji.

Ovo je razlog zašto težište programa „Vive Žene” leži u iznalaženju sposobnosti za prevladavanje stresa koje osoba može aktivirati. Temelj promjene je volja za preživljavanjem već postojeće i novonastale sposobnosti pogodenih lica za samozaštitom, kreirajući emotivno dovoljan sigurnosni okvir u kojem će voditelji i učesnici riskirati da unesu i manje povjerljivije, a time i povredljivije strane

svoga bića. Enormne traumatizacije mnogih ljudi u ovoj zemlji ne mogu se posmatrati kao da se nisu desile, dok razarajuće posljedice možemo ograničiti koliko je moguće.

Termin suočavanja sa prošlošću je prilično omražen jer u ljudima budi strah da će im biti oduzet ranije ponuđen smisao. Kako bi suočavanje sa prošlošću bilo uspješno, mora ponuditi jasne i nedvosmislene odgovore u smislu samog procesa, zamijeniti jednostavne slike uspostavljene od ratnog pohoda na ovamo, graditi mostove i izbjegavati zamke pravedništva, privući široke narodne mase ili biti osuđen na propast i ponavljanje istorije. Poštovanje žrtava druge strane postaje razumljivo, moguće i poželjno, a prostor za preispitivanje kolektivnih narativa se otvara. Na kraju ili na početku tog procesa, ali svakako unutar njega, društvo koje ga nosi čini odmak od nepravde koja je počinjena u opšte ime, preuzimajući odgovornost za prošlost, a time kreirajući izvjesniju i sigurniju budućnost. Suočavanje sa prošlošću koje jeste u službi izgradnje mira samim tim je u sukobu sa interpretacijama prošlosti koje proizlaze iz ideoloških matrica agresivnog nacionalizma. Umjetnost kretanja tom putanjom, bez straha od ponovnog sukobljavanja, leži u konsekventnom vrijednosnom utemeljenju nenasilja, a procesnom određenju ka dijalogu, saradnji, refleksiji i samo refleksiji. Ovaj proces mora obuhvatiti značajno šire slojeve društva i ne bi smio biti usko polje djelovanja udruženja žrtava i nevladinih organizacija građanskog društva. Ipak, udruženja i nevladine organizacije su začetnici procesa oporavka društva i danas istrajavaju na tom putu. Oni promišljaju i rade na razbijanju šutnje i predrasuda kao preduslova za izgradnju mira, zacjeljivanju „rana“ na sve tri strane, iznalaženju načina za dopiranje do izoliranih, zatvorenih i podijeljenih sredina.

Da bismo razgradili jaz i uspostavili povjerenje, treba nam mnogo dijaloga, komunikacije, saradnje, podrške, strpljenja i vremena, kao i mnoštvo susreta, obrazovanja, filmova, knjiga, članaka, govora, svjedočenja, vizija, suza, radovanja i životne sigurnosti. Podrazumijeva se da nipodaštavanje i umanjivanje žrtava drugih

ini stalni izvor ogorčenja, ali ono što je dobro je to da je on vidljiv. Kako dalje - više građanski orijentisane politike i kulture sjećanja. Učenje od drugih, mijenjanje sebe i drugih kroz razvoj empatije, saradnje, poštovanja. Ne može biti istinske promjene bez suočavanja sa bolom u našim društvima. Izgradnja mira podrazumijeva nenasilnu akciju/reakciju i aktivno djelovanje protiv nepravde u društvu. Izgradnja mira znači izgradnju povjerenja, razvijanje solidarnosti među sugrađanima, izgradnju društva u kojem je diskriminacija po bilo kom osnovu osuđena, u kojem ljudi imaju jednake šanse, u kojem nema slika neprijatelja, i koje ne uliva strah svojim komšijama.

Programi neformalnog mirovnog obrazovanja, kroz obuke i radionice, samo su jedan od mogućih načina djelovanja na polju izgradnje mira. Široki spektar mogućih načina djelovanja, koji je jedan od najvažnijih, je mirovno obrazovanje koje treba da pokrene, osnaži, provocira, inspiriše kontinuirano, održivo i odgovorno djelovanje u zajednici. Obuka je samo sredstvo i alat kojim treba da pokrenemo društvenu promjenu.

5. Zaključak

Kolektivno poricanje je društveno konstruisano. Pristajanje na „zavjeru šutnje“ je generisano raširenim osjećanjima stida, bola ili straha, a grupni pritisak koji nastaje iz situacije zajedničkog učestvovanja u „zavjeri šutnje“ je vrlo efikasno sredstvo u suzbijanju nezgodnih i nepoželjnih pitanja. Ali, šutnja ne traje vječno.

Barrett S. Hart (1996) vjeruje da pomagati osobama i grupama da govore o svojim gubicima i tugovnjima ne samo da pomaže njima u procesu ozdravljenja trauma, već pokreće i puno veći proces rješavanja sukoba i izgradnje mira. Poticanjem ljudi na ispitivanje boli počinje proces prema emocionalnom zdravlju pojedinaca i skupina. Pomažući da se članovi društva stabiliziraju znači osposobljavati ih za sudjelovanje u ponovnoj izgradnji društva nakon rata. Iz toga proizlazi da su analiziranje trauma i ozdravljenje pojedinaca (*i čitavih etničkih, religijskih skupina i nacija*) temeljni aspekti razumijevanja identiteta pojedinaca i skupina, njihovih

izvora i razvoja. Stoga je neophodno organizirati radionice i susrete koji će učesnicima pružiti mogućnost da psihološki i kontekstualno istražuju sebe, svoju grupu i druge grupe, na nov i ozdravljajući način.

Važan dio tog procesa je i poznavanje nacionalnih i etničkih narativa koji pomažu u razumijevanju uzroka nasilne prošlosti, ali i u radu na izgradnji mirne budućnosti. Suprostavljeni narativi su posebno problematični i potencijalno opasni u društвima koja se oporavljaju od ratne prošlosti. Tenzije među njima ozbiljno ugrožavaju nastojanja za suočavanjem s prošlošću i izgradnjom trajnog mira. To ne znači da se u multietničkoj državi narativi sastavnih naroda moraju uskladiti do tačke u kojoj postaju praktički istovjetni, ali je neophodno da budu očišćene od uzajamne mržnje, uzajamnog optuživanja i okrivljavanja. Upravo drugi dio projekta „Izaberimo mir zajedno“, kroz javno dijeljenje „Moje priče“, ide u smjeru koji nije obojen mržnjom, podjelom i optuživanjem. Ovakvi projekti daju šansu svima, a ne samo aktivnim učesnicima, da pogledaju u sebe i oko sebe na drugačiji način, vođeni istinom i nadom u bolje sutra.

6. Literatura

- Kaldor, M. (2005), „Novi i stari ratovi, organizovano nasilje u globalizovanoj eri“, Beograd: Čigoja Štampa,
- Duliman, E. i M. Karlsen, G. (2003), „Uvod u ljudska prava“, Sarajevo: Helsinški komitet za ljudska prava Bosne i Hercegovine,
- Duliman, E. i Hjorth, L. (2007), „Gradimo mostove, a ne zidove“, Sarajevo: BEMUST,
- Joković, D. (2002), „Geštalt terapija praktično“, Crvenka: Cemark,
- Vodič za podršku svjedokinja/svjedocima u sudskim postupcima procesuiranja ratnih zločina (2014), Sarajevo: FLD,
- Herman, J.L. (1996), „Trauma i oporavak“, Zagreb: Druga, Ženska infoteka,
- Op den Velde, W. (1998), „Dugoročne reakcije veterana na ratna iskustva“, Polemos – Časopis za interdisciplinarna istraživanja rata i mira,
- Ilić, Z. (2004), „Psihološka priprema svedoka – žrtava torture kao prevencija retraumatizacije“, Beograd, www.ian.org.rs,
- Weyermann, B. (2007), „Linking economics and emotions: towards a more integrated understanding of empowerment in conflict areas“, Tom 5, br. 2,
- Franović I., Vukosavljević N., Šmidling T. (2012), „Pomirenje: priručnik za rad na suočavanju sa prošlošću kroz treninge i radionice“, Beograd-Sarajevo: Centar za nenasilnu akciju,
- Hart, S.B. (1996), „Ozdravljenje trauma i izgradnja mira“, Ljetopis studijskog centra socijalnog rada, Zagreb,
- Shaw, M. „War and globality: the role and character of war in the global transition“, u Ho-Won Jeong (urednik.), Peace and Conflict: A New Agenda (Dartmouth Publishing, skoro izdanie),
- Dyker i Vejvoda (1996), „Yugoslavia and After“, Longman, London

NIJE BITNO KAKO SE ZOVEŠ, BITNO JE KO SI: ISKUSTVA U RADU SA MEĐUETNIČKOM GRUPOM U ISTOČNOJ BOSNI

mr.sc. Augustina Rahmanović-Koning, Geštalt psihoterapeut

1. Uvod

Očekivalo bi se, skoro dvadeset godina nakon rata, da je život u Bosni i Hercegovini (*BiH*) vraćen u normalno stanje. Očekivalo bi se da život ide dalje, da porodice primaju redovne radne prihode, da djeca imaju kvalitetno obrazovanje, da je poštovanje ljudskih prava povraćeno i funkcionalno, kao i da BiH ima državni plan za budućnost i garantuje svakom građaninu bezbjedan i skladan život. Međutim, stvarnost je drugačija. BiH majke, supruge i djeca još uvijek tragaju za svojim nestalim sinovima, muževima i očevima. BiH i dalje hode žrtve rata bez osnovnih prava i statusa, ali i ratni zločinci koji žive na slobodi, često u zajednicama prebivališta njihovih žrtava. Društveno-politička situacija u BiH se pogoršava iz dana u dan, a siromaštvo je u porastu. Zemljom rukovodi neefikasnna vlada koja je učinila veoma malo ili ništa za svoje građane. Nade za stvarne promjene u državi nema ni nakon izbora. Građani BiH su predani određenoj vrsti apatije i rezignacije. Narod koji se vratio u prijeratna prebivališta (*interno raseljena lica i izbjeglice*) još uvijek živi u strahu i zabrinutosti, a njihove živote obilježava etnička podijeljenost. Nije slučaj da djeca različitih etničkih pripadnosti pohađaju iste škole, a, ako to i čine, u takve škole ulaze na različita vrata. Nevladina organizacija „Vive Žene“, Centar za terapiju i rehabilitaciju iz Tuzle, radi sa interno raseljenim licima, žrtvama torture i drugih ratnih trauma od 1994. godine. Tokom 2007. godine, „Vive Žene“ je proširila svoj angažman na područja gdje su se ove grupe vratile. Jedno od tih područja je i opština Bratunac u Istočnoj Bosni. Kao što će biti kasnije opisano u ovom članku, tokom godina, „Vive Žene“ je uložila značajan napor kako bi povela računa da je povratak ovih grupa na njihova ognjišta održiv i podnošljiv. Tema ovog članka su iskustva u radu sa međuetničkom grupom koja je organizovana nakon nekoliko godina rada sa različitim grupama u području opštine Bratunac.

Pisanje o radu sa međuetničkom grupom, neminovno dovodi do analize samog procesa pomirenja. U ovom članku će prvo biti predstavljena određena razmišljanja i spoznaje stručnih lica o pomirenju, a potom će se opisati rad sa međuetničkom grupom. Riječ „pomirenje“ нико ne voli, uključujući članove međuetničke grupe o kojoj se raspravlja u ovom članku. Trenutno se u BiH čini da se razmišljanja o pomirenju smatraju neželenim, čak i opasnim. Razlog za to je što politika igra vodeću ulogu u svim sferama života i često ne pokazuje pozitivan stav prema pomirenju ili miroljubivomsuživotu u istoj zemlji. Politika BiH ima tendenciju razdvajanja, a ne spajanja ljudi. Sve to uliva strah, uz nemirenost i podozrivost prema pomirenju. Međutim, ukoliko BiH želi da napreduje i da se razvija, morajuće uspostaviti zajedničke aktivnosti i saradnja, osjećaj življenja u istoj državi, osjećaj rada u pravcu postizanja zajedničkog cilja i bolje budućnosti za sve. Stručni kadar „Vive Žene“ rade po ovim principima od samog početka angažmana, pa su zbog toga bili u mogućnosti da uspostave međuetničku grupu čiji sam rad vodila tokom posljedne dvije godine. Ohrabrujuće je da je inicijativa za osnivanje ove grupe bila međusobna i da nije došla samo od „Vive Žene“, nego i od dva udruženja žena koja su činila aktivni sastav međuetničke grupe.

2. Neke teorije i razmišljanja o pomirenju

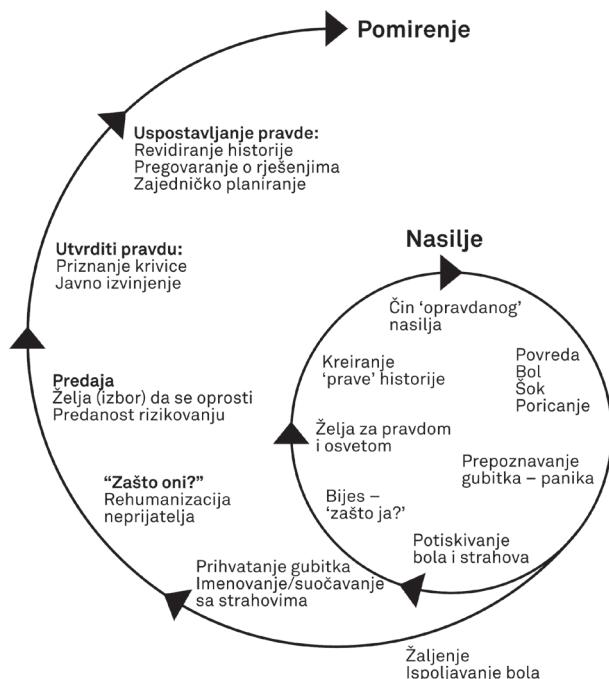
2.1. *Od agresije do pomirenja*

Amela Puljek-Shank (2004) navodi da su procesi ozdravljenja traume i pomirenja i odvojeni i jedinstveni. Ovi procesi predstavljaju stvar ličnog izbora, stoga pojedinci ne mogu da budu primorani na njih. Prema njenim navodima, postoje dva načina nošenja sa traumom. Prvi način nošenja sa traumatskim iskustvom je nezaboravljanje i ponavljanje traumatične priče i iskustava koja produžuju bol i patnju i drže ih zaključane u pojedincima i grupama. Osjećaj zarobljenosti u krugu može trajati dugo, a ponekad i zauvijek. Takav osjećaj omogućava da trauma stvori negativnu energiju koja se stalno preradi unutar pojedinca ili grupe i omogućava erupciju nasilja i uništenja.

Drugi način nošenja sa traumatskim iskustvom predstavlja sveobu-

hvatan pristup koji se sastoji od izlječenja uma, tijela i duše. Ovaj pristup podrazumijeva svjestan i lični izbor pojedinaca i grupe da se uhvate u koštač sa svojom traumom i da zaustave generacijsko ponavljanje traume. Takav izbor može da se zasniva na osjećaju da je čovjeku dosta nasilja i uništavanja i da želi da nastavi sa životom i ponovo postane „normalno“ ljudsko biće. Pojedinci ili grupe moraju da žele da žive harmonično i miroljubivo sa sobom i drugima. Kada pojedinac ili grupa dođu do tačke kadasu u stanju da donesu takvu odluku, moraju da znaju da dugotrajan proces nošenja sa traumom, prošlošću, sadašnjošću i budućnošću može da počne i da može da traje dugi niz godina. Ovaj proces nije brz i ne pruža brze rezultate. Važno je da pojedinac i grupe koje zajedno rade na traumi imaju na umu da prihvatanje njihove traume i gubitaka ne znači njihovo prepuštanje zaboravu.

Puljek-Shank koristi gore opisani i naredni Botcharovin (2001) grafički prikaz ciklusa koji pokazuje ključni značaj žalovanja i izražavanja tuge u procesu prekidanja zatvorenog kruga emocija i otvaranja mogućeg puta prema pomirenju.



Slika 1: Od agresije do pomirenja

Bez žalovanja i tugovanja neće biti napredovanja ni na nivou pojedinca ni na nivou zajednice, a opasnost za nove eskalacije sukoba će ostati na visokom nivou. Zbog potisnutih strahova i briga koje stvaraju brojne predrasude o „drugoј“ strani, ostvarivanje suživota je težak i, često, nemoguć postupak. Suočavanje i nošenje sa gubicima otvara vrata koja vode prema kontaktu, komunikaciji, zajedničkim aktivnostima, humanizaciji, transformaciji sukoba i uspostavljanju pravde i retribucije. Na kraju, pomirenje je moguće ukoliko su sve strane spremne za to i ukoliko smatraju da to žele.

2.2. Pomirenje ili kontekstualna izgradnja mira

Razmatrajući koncept „pomirenja“, David Becker (2005) navodi da postoje mnoga tumačenja ovog koncepta, ali da nikome nije potpuno jasno njegovo značenje i implikacije. Pored toga, Becker tvrdi da je koncept pomirenja istorijski, kulturološki i kontekstualno definisan, i da postoji nekoliko nivoa realizacije pomirenja (*individualni, društveni, državni*) od kojih svaki definiše pomirenje na svoj način. Čini se da svakiod ovih nivoa ima velika očekivanja od pomirenja, ali i visok stepen nedoumice, jer se očekivanja od pomirenja, u velikoj mjeri, ne ispunjavaju. Prema tome, Becker pita da li pomirenje predstavlja pravi put ka miru i ispravan koncept koji treba koristiti. Becker se zalaže za korištenje koncepta izgradnje mira koji vuče korijene iz lokalnog konteksta, radije nego za koncepte koji na papiru izgledaju dobro, ali ne znače ništa. Tvrdi da pomirenje predstavlja sistem vrijednosti i, pošto spada pod određene okvire političke tačke gledišta, može dobiti relevantnost samo ako se definiše na lokalni način i blizu stvarnosti koje obilježavaju svakodnevni život. Kada govori o sistemu vrijednosti, Becker ističe da jezgro koncepta pomirenja predstavlja čvrstu vrijednost hrišćanstva, dakle zapadne kulture života, i da to može da dovede do problema u drugim kulturama koje imaju druge sisteme vrijednosti. Pored toga, ukoliko glavni fokus pomirenja budena praštanju, miru i skladu, i ukoliko istina i pravda, koje predstavljaju načine za postizanje konačnog

cilja pomirenja, ne budu dovoljno uzete u obzir, pomirenje može da ima veoma kontroverzan ishod. U tom slučaju, pomirenje može da postanje način prikrivanja prošlosti.

Becker obrazlaže da se dobar dio pomirenja sastoji od istine koja će da izade na vidjelo i posvećenosti prema bavljenju sa prošlosti. Međutim, to može da se postigne i bez nazivanja procesa „pomirenje“. Društva i grupe u poslijeratnim društvima imaju mnogo važniji zadatak da rade na *postojanju mogućnosti novih sukoba*. Ovdje se misli na sposobnost nošenja sa sukobima na nenasilan način, tj. postizanje transformacije sukoba. Strateški, ovdje se radi o smanjenju nasilja mijenjanjem i razvijanjem sukoba sa nivoa društva na nivo pojedinca. U Bosni se, do sada, ovaj proces kretao obrnutim smjerom jer se ne čini da na nivou društva postoji interes za transformaciju sukoba.

Becker i kolege (2006) su dalje razvijali svoja razmišljanja o ovoj tematiki na osnovama koncepta sekvencialne traumatizacije čiji je koncept prvi razvio Hans Keilson (1979). Ovaj koncept smatra da proces traume sadrži nekoliko mijenjajućih okvira u kojima nema „nakon“ situacije, nego samo nastavak procesa traume. U tom smislu, procesi pomirenja uvijek čine dio traumatološke istorije žrtava. Zbog toga, tokom pružanja podrške žrtvama da se bave traumom, najvažnije je da žrtve postanu osnažene jer ih je njihovo traumatsko iskustvo izuzetno obesnažilo. Jedno od značenja osnaživanja žrtava je samoopredjeljenje, što, u kontekstu pomirenja znači da žrtve nikada ne bi trebalo primorati da učestvuju u događajima ili procesima za koje (*još uvijek*) nisu spremne jer bi to samo dodatno pogoršalo njihovu obesnaženost.

Pored toga, tokom sekvencialne traumatizacije, vrlo je važno da žrtve odžale, priznaju i dobiju potvrdu njihovih gubitaka. To bi moglo da omogući njihovo učestvovanje u procesima pomirenja koje je, u idealnim uslovima, pokrenula i koje prati država i društvo.

2.3. Mjere pomirenja

Hamber i Kelly (2005) predstavljaju model koji se sastoji od pet međusobno isprepletenih i povezanih mjera:

- *Razvoj zajedničke vizije međuzavisnog i pravičnog društva:* razvoj vizije zajedničke budućnosti zahtjeva učešće svih nivoa društva. Iako pojedinci mogu imati različita mišljenja ili različita politička uvjerenja, artikulacija zajedničke vizije međuzavisnog, pravednog, ravnopravnog, otvorenog i raznolikog društva predstavlja kritičan dio svakog procesa pomirenja,
- *Prihvatanje i suočavanje sa prošlošću:* bol, gubici, istine i patnje prošlosti treba priznati mehanizmima koji predviđaju pravdu, izlječenje, vraćanje imovine ili davanje odštete žrtvama i ponovno uspostavljanje odnosa (uključujući izvinjenje, ako je potrebno, i korake usmjerene na ispravljanje stanja). U izgradnji pomirenja, pojedinci i institucije moraju da priznaju svoju ulogu u sukobima iz prošlosti, da ih prihvate i da nauče od njih na konstruktivan način, kako bi se garantovalo neponavljanje,
- *Izgradnja pozitivnih odnosa:* nakon nasilnih sukoba, odnosi moraju da se izgrade ili obnove. Pitanja povjerenja, predrasuda i netolerancije moraju da se riješe tokom procesa. Ovo dovodi do prihvatanja razlika i sličnosti, kao i prihvatanja i angažovanja sa onima koji su drugačiji od „nas“,
- *Značajne kulturno-loške i promjene u stavovima:* promjene u načinu kako se ljudi i njihovi stavovi odnose jedni prema drugima. Ovime se razbija kultura podozrenja, straha, nepovjerenja i nasilja i otvaraju se mogućnosti i prostor gdje ljudi mogu da čuju druge i da budu saslušani. Razvija se kultura poštovanja ljudskih prava i razlika među ljudima, čime se stvara kontekst u kojem svaki građanin postaje aktivni učesnik društva i ima osjećaj pripadnosti,

- *Značajne socijalne, ekonomске i političke promjene:* dolazi do identifikacije, obnavljanja i transformisanja socijalnih, ekonomskih i političkih struktura koje su dovele do sukoba.

Dakle, pomirenje je proces tokom kojeg se rješava pet gore navedenih dimenzija. Po definiciji, pomirenje je dobrovoljan, složen i nepotpun proces zbog toga što se stanje „na terenu“ stalno mijenja. Po prirodi, pomirenje je konfliktan i dinamičan proces. Iako su za postizanje pomirenja svih pet nivoa od presudnog značaja, Hamber i Kelly tvrde da se primarni zadaci pomirenja sastoje od:

- *rješavanja odnosa između bivših neprijatelja i onih koji su otuđeni zbog sukoba,*
- *angažovanja u mjeru za izgradnju povjerenja i samopouzdanja,*
- *ponovno humaniziranje i upoznavanje „drugog“,*
- *priznanja da je i „drugi“ pretrpio štetu,*
- *iskazivanje kajanja zbog načinjene štete,*
- *pružanje objašnjenja zašto se „to“ desilo,*
- *pronalaženje načina za izlječenje starih rana.*

U narednom dijelu članka uvodimo moguće načine za analizu procesa tokom komunikacije i razgovora u okviru međuetničke grupe.

2.4. *Anatomija dijaloga*

Tokom angažovanja u diskusijama međuetničke grupe, poslužilasu pisanja i iskustva Vamika Volkana (1999), psihanalitičara iz turskog Kipra sa važnim iskustvima u radu na procesu međuetničkog dijaloga. Njegov opis „Modela drveta“ se pokazao najkorisnijim jer je povezan sa nekoliko elemenata rada „Vive Žene“ i, u isto vrijeme, pruža osnovu i okvir za postojanje i funkcionalisanje grupe.

Ovaj članak ne pruža dovoljno prostora kako bi se detaljno predstavilo cijelokupno Volkanovo djelo. Ovdje ćese samo istaći dijelovi koji su relevantni za potrebe ovog članka. Preporučuje se

svakome koga zanimaju mehanizmi identiteta velike grupe i načini vođenja razgovora između suprotnih strana da pročitaju Volkanov rad i djelo po pitanju ovog komplikovanog procesa.

Prema Volkanu, Model drveta opisuje “proces koji raste i grana se poput drveta. Multidisciplinarni tim ukorjenjuje dijagnozu situacije i nastavlja je kroz niz psihopolitičkih dijaloga između pripadnika suprotstavljenih grupa (*stablo*), prvo u samoj grupi, a potom u sve većim grupama na nivou zajednice, nevladinih organizacija i društva. Cilj ove faze je da se smanje otrovne emocije i otpori ka promjenama (*i svjesne i, što je još važnije, nesvjesne*), kako bi se tako omogućila realnija diskusija i planiranje strategija čije primjenjivanje predlaže članovi suprotstavljenih grupa. Posljednja faza rada podrazumijeva sprovodenje praktičnih projekata i izgradnju institucija (*grane drveta*) koje će preuzeti posao kada moderatori izadu iz procesa, tako da uvidi i novi stavovi zadobijeni tokom dijaloga mogu da nastave da samostalno rastu i da se razvijaju.“

To znači da su koncepti poput *identiteta velike grupe* i *rituala velike grupe* centralni za razumijevanje i Modela drveta, jer priznavanje i artikulacija (*često*) nesvjesne dinamike koju opisuju ovi koncepti dozvoljavaju pojedincu da počne da razumije kako da transformiše konfliktne odnose u miroljubive i/ili suživot. *Izabrane traume i odabране slave* predstavljaju sljedeće važne i zanimljive koncepte. Međutim, u ovom članku razmatramo Vulkanovu „anatomiju dijaloga“ koja čini dio Modela drveta, jer su naredne strategije, šabloni i koncepti relevantni za razumijevanje procesa dijaloga u međuetničkoj grupi. U tom pravcu, Volkan pominje sljedeće:

- *Ograničenje na mini-sukob*: mini-sukob ima funkciju mehanizma odbrane kojom se prikriva strepnja koja je u centru napetosti koja postoji između suprotnih grupa kako bi se ovim napetostima omogućilo da postanu lokalnije i pristupačnije,
- *Fenomen odjeka*: kada članovi suprotnih strana otvore diskusije, nedavni događaji u kojima sunjihove velike grupe učestvovale odjekuju u njihovim razmjenama

i mogu da raspale emocije i stvore plodne razgovore. Na nivou zajednice, članovi koji nisu spremni da se upuste u diskusije sa suprotnom stranom mogu da posmatraju članove vlastite grupe koji to rade kao „izdajnike“. Zbog toga, takvi članovi grupe mogu da osjećaju stid i strah,

- *Nadmetanje u izražavanju izabranih trauma i odabranih slava:* grupe imaju tendenciju da izraze svoje izabrane traume više nego odabранe slave jer se zbog aktiviranja osjećanja straha čini da traume efikasnije ojačavaju koheziju grupe. Kada se članovi grupe takmiče u navođenju svojih trauma, to može da se vidi kao izraz „egoizma viktimizacije“, koja, uslijed ove pojave, ne pruža suosjećanje za gubitke druge strane. Ali, kada suprotstavljene grupe počnu da saslušavaju jedni druge tokom razmjene traumatskog iskustva i počnu da prepoznaju međusobna stradanja, to omogućava uspostavljanje realnijih diskusija jer podrazumijeva da se, ispod, nalazi obostrana potvrda grupnog identiteta,
- *Fenomen harmonike:* nakon razmjene traumatska iskustva, članovi grupe će se osjećati bliskije, ali tu bliskosti će prvo zamijeniti iznenadno povlačenje jednih od drugih nakon čega će, ponovo, uslijediti bliskost. Ovaj šablon će se ponoviti mnogo puta. Zbog činjenice da učestvuju u nekoj vrsti prividne unije, kada dvije grupe sa suprotnih strana rade zajedno u jednoj sobi, moraju da poreknu agresivna osjećanja kako bi pristupili ulaganju svjesnih napora za mir. Kada neki članovi grupe počnu da osjećaju opasnost, počeće da se distanciraju od procesa. Takođe, kada se dvije grupe sprijatelje i kada uvide da imaju mnogo više sličnosti nego što misle, to može da izazove uznemirenost i da dovede do distanciranja,
- *Eksternalizacija, projekcije i projektivna identifikacija:* eksternalizacija predstavlja primitivan oblik projekcije gdje jedan drugom namećemo određene slike

sebe i određene internalizovane slike drugih. U tom smislu, članovi suprotstavljenih grupa eksternalizuju neželjene dijelove na članove suprotne grupe kojima nameću svoje neželjene misli, viđenja i želje kako bi definisali njihov identitet. Ovo dovodi do razdvajanja grupe u „mi“ i „oni“. U slučaju *projektivne identifikacije*, jedna grupa može da projicira na druge njihove želje o tome kako protivnička strana treba da misli, kako da se osjeća ili kako da se ponaša. Na ovaj način, grupa koja vrši projiciranje se identificuje sa drugom grupom jer udomljuje njihove projekcije. Takav odnos nije stvaran, jer se zasniva na procesima samo jedne strane,

- *Lične priče*: u početku, lične priče su crno-bijele i naglašavaju „mi“ i „oni“. Međutim, sa povećavanjem suosjećanja, priče postaju ambivalentnije. To predstavlja početak priznanja identiteta druge strane, koje je i slično i različito od vlastitog identiteta. Druga strana postaje humaniziranjem. Umjesto isključivog okriviljavanja jedne strane, dolazi do potvrđivanja činjenice da je sukob doveo do patnje nevinih ljudi na obje strane. Suosjećajno razumijevanje duboko i značajno povećava razmjenu ličnih priča sa obje strane,
- *Manje različitosti*: kada članovi suprotstavljenih grupa postanu više istinski suosjećajni jedni prema drugima, mogu da postanu uznenireni ukoliko počnu da posmatraju sebe i svoju grupu sličnim drugoj strani. Zbog toga, u cilju održanja svog identiteta, članovi grupe mogu da preuvečavaju značaj manjih različitosti između njih,
- *Žalovanje*: kako bi se izgradili novi odnosi između članova suprotstavljenih strana, pojedinci moraju da odustanu od svojih stavova i razmišljanja koje su njegovali do tada. To zahtijeva žalovanje u smislu psihodramatičnog procesa nakon gubitka. Oslobođenje i prihvatanje promjene predstavljaju rezultat takvog procesa žalovanja,

- *Vremenski kolaps i transgeneracijsko prenošenje:* vremenski kolaps može da uslijedi kada emocije i stavovi o prošlim traumama budu ponovo aktivirani u sadašnjosti. To znači da ono čega se sjećamo iz prošlosti počne da se osjeća u sadašnjosti i očekuje se u budućnosti. Ukoliko osjećanja i razmišljanja o prošlosti mogu da se udalje i odvoje od sadašnjih problema, sadašnji problemi mogu da se razmatraju na realističniji način.

S obzirom da smo predstavili viđenja stručnih lica i onoga što smatraju pod pomirenjem i njegovim značenjem, prelazimo na opis postanka međuetničke grupe, dešavanja u grupi i rezultata koji su postignuti tokom grupnog rada.

3. Rad sa međuetničkom grupom

3.1. O postanku međuetničke grupe

Međuetničke grupe koje se formiraju nakon rata često treba pažljivo i dugoročno pripremati, a njihovo formiranje ne može da bude prisiljeno od strane organizacije ili institucije koja ih formira. Potrebe i želje preživjelih ratnih dešavanja moraju da se pažljivo prate i rješavaju. Udruženja i pojedinci koji uživaju povjerenje obje strane mogu uspješno da organizuju međuetnički dijalog i saradnju samo na osnovu potreba i želja potencijalnih članova grupe.

Nakon nošenja sa ratnom traumom velikog broja žrtava rata koji su živjeli u Tuzli tokom i nakon rata, „Vive Žene“ je nastavilo da prati svoje korisnike koji su se vratili u svoje predratne domove prema odredbama Aneksa 7 Dejtonskog mirovnog sporazuma za BiH. Jedna od prvih zajednica koje je „Vive Žene“ odlučila da podrži u njihovim naporima za izgradnju novog života nakon rata je Konjević Polje. Ova zajednica pripada opštini Bratunac gdje su „Vive Žene“ organizovale nekoliko grupa: mušku grupu tokom 2007. godine i nekoliko ženskih grupa u zajednicama Konjević Polje, Biljača, Bjeljevac, Burnice, Suho, Cerska i Nova Kasaba od 2008.

godine. Pored toga, „Vive Žene“ je aktivno radila u Osnovnoj školi „Konjević Polje“ od 2008. godine organizovanjem vannastavnih aktivnosti za veliki broj djece.

Moj angažman u Konjević Polju je započeo 2010. godine. Moje kolege koje su radile u školi su zatražile podršku u radu sa starijom djecom jer su tri učenika pokušala da izvrše samoubistvo. Kolega i ja smo počeli da radimo sa grupama starije djece sa kojima smo bili angažovani tokom dvije godine.

U međuvremenu, „Vive Žene“ je pokušala da uključe djecu iz Kravice u pedagoške aktivnosti. Međutim, ispostavilo se da je to težak proces. Stanje u školi je bilo sljedeće: glavna škola i njena uprava su se nalazili u Kravici, dok su sve druge škole koje se nalaze u drugim zajednicama koje pripadaju opštini Bratunac predstavljale područne škole glavne škole. Naravno, ovo nije moralo da predstavlja problem, ali je stanje u BiH poslije rata obilježeno etničkim podjelama što se odražava i na škole. Školu u Kravicom su pohađali smo bosansko-srpski učenici, a školu u Konjević Polju su pohađali samo bošnjački učenici. „Vive Žene“ je posmatrala školu i njene ogranke kao tzv. „konektor“ između dvije zajednice što je poslužilo kao motivacija za uključivanje djece iz Kravice u pedagoške programe udruženja. Tokom pregovaranja o uključivanju djece iz Kravice, lokalno Udruženje žena „Maja“ je zatražio podršku terapeuta „Vive Žene“ u bavljenju njihovim ratnim i poslijeratnim traumama. „Vive Žene“ je prihvatile izazov. Kolegica i ja smo radile sa ovom grupom između 2010. i 2012. godine. Srećom, 2011. godine, škola u Kravici je takođe odlučila da učestvuje u aktivnostima „Vive Žene“.

Pred kraj angažmana sa ranije spomenutim udruženjem žena u Kravici, sama grupa je nadošla na ideju o formiranju međuetničke grupe. Njihove ideje su bile skladne sa strateškim programom razvoja „Vive Žene“ i pokazalo se da je pravo vrijeme za takve inicijative.

Stupila sam u kontakt sa Udruženjem žena „Jadar“ u Konjević Polju. Ovo udruženje je već imalo dvije grupe koje rade sa terapeutima „Vive Žene“ i pozitivno se izjašnjavalо o ideji i pripremama za osnivanje međuetničke grupe.

3.2. *Pripreme za grupni rad*

U ljeto 2012. godine, članovi Udruženja žena „Maja“ iz Kravice i „Jadar“ iz Konjević Polja su se međusobno i sa mnom, kao predstavnikom Udruženja žena „Vive Žene“ i budućim voditeljem grupe, dogovorile o mogućnostima i motivaciji za uspostavljanje međuetničke grupe. Neki članovi ova dva udruženja su se već poznavali od prije jer su zajedno učestvovali na nekim seminarima i projektima. Međutim, nikada nisu zajedno učestvovali u radu psihosocijalne grupe. Oba udruženja su smatrala da bi ovo moglo da predstavlja vrlo zanimljiv izazov, posebno zbog toga što su njihove zajednice udaljene tek 9 km jedna od druge i jer čine dio iste opštine. Žene su prepoznale razne zajedničke probleme u svakodnevnom životu. Međutim, pokazale su oprezan interes prema ratnim iskustvima „druge strane“. Stupile smo u tri pripremna razgovora. Oba udruženja su dobila vrijeme da porazmisle o ovoj ideji i da porazgovaraju sa članovima svojih udruženja o onome što bi se iziskivalo od učestovanja u međuetničkoj grupi u kontekstu zajednice u kojoj žive i teške društveno-političke situacije u BiH. Oba udruženja su odlučila da žele da postanu dio međuetničke grupe jer su osjećali da bi rad u takvoj grupi mogao da bude održiv. Što je još važnije, smatrali su da će takva grupa da predstavlja veoma važan korak ka izgradnji sigurnije budućnosti za njih i njihovu djecu. Udruženja su se složila i o mjestu održavanja grupnih sesija i odlučila da se održavaju jedne sedmice u Kravici i naredne u Konjević Polju.

3.3. *Ciljevi grupnog rada*

Glavni cilj grupnog rada je razvijen u kontekstu spajanja grupa u etnički podijeljenim zajednicama. Sa praktične tačke gledišta, ovo je značilo omogućavanje dijaloga među članovima ova dva udruženja. Pored glavnog cilja, grupa je imala sljedeće konkretne ciljeve:

- *da podijeli iskustva rata,*
- *da radi na traumatskim iskustvima,*

- *da podijeli poteškoće sa kojima se suočava u porodici, zajednici i životu,*
- *da razvije zajedničke aktivnosti u svojim zajednicama.*

Nakon postavljanja radnih ciljeva, prvi sastanak grupe je održan u septembru 2012. godine sa 18 članica grupe, tj. devet članova iz svakog udruženja. Članovi grupe su bili zabrinuti, ali i željni da počnu da rade zajedno u grupi.

3.4. *Grupni procesi*

Strukturu tema grupnog procesa su obilježila tri perioda: život prije rata, život tokom rata i život nakon rata. Naravno, cjelokupni grupni proces je složen, pa jako je teško sa preciznošću odrediti tačan početak i kraj bilo koje od faza jer je dolazilo do mnogo podudaranja među fazama. Prema intenzitetu procesa, grupni proces je podijeljen u tri faze.

3.4.1. *Prva faza: upoznavanje*

Kao i u svakoj grupi, početnu fazu je obilježilo međusobno upoznavanje, definisanje uslova zajedničkog rada, određivanje granica, kao i uspostavljanje sigurne atmosfere u grupi. Jedna od prvih aktivnosti članova grupe se sastojala u formulisanju grupnih pravila. Svaki član je smatrao da najznačajnije grupno pravilo treba da bude da je grupa zatvorenog tipa i da sve što se priča u grupi ostane među članovima grupe. Nadalje, smatrali su da drugo veoma važno pravilo treba da bude da pažljivo i sa poštovanjem slušaju dijeljenje iskustava, osjećanja i misli, i da se suzdrže od vrijeđanja. Naravno, tu su se našla i druga uobičajena grupna pravila, kao što su zabrana pušenja, stizanje na vrijeme, redovno pohađanje sastanaka, itd.

Ispostavilo se da je promjena lokacije grupnih sastanaka koji su se održavali jedne sedmice u Kravici i druge u Konjević Polju, predstavljala važan prekid tabua. Naime, iako žive u susjednim zajednicama, članovi grupe nikada nisu kročili u zajednicu drugoga.

Žene iz Konjević Polja su na putu u Srebrenicu prolazile kroz Kravice i žene iz Kravice su na putu u Zvornik ili Sarajevo prolazile kroz Konjević Polje, ali nisu nikada kročile u ove zajednice, jednostavno samo zato što su se bojale da će ih napasti „druga strana“. Dakle, održavanje grupnih sastanaka u njihovim sredinama je, naročito u početku, predstavljalо veoma novo i često tjeskobno iskustvo za obje grupe žena. Naravno, tu su bili i drugi članovi zajednice koji su posmatrali dolazak grupe žena sa „druge strane“ u njihovu zajednicu. Nikada nisu otvoreno reagovali prema ženama, ali su ponašanja i razgovori o grupi vođeni među drugim članovima zajednice redovno predstavljali temu razgovora u grupi. Ove negativne reakcije članova njihove zajednice o njihovoj umiješanosti u rad međuetničke grupe nije obeshrabiložene da nastave sa učestvovanjem. Dapače, raspravljanjem ove problematike u grupi su razvili svoju svijesti o značaju međuetničke grupe što ih je podstaklo da nastave.

Ovu fazu grupnog procesa su obilježile razne proslave, kao što su: ramazanski bajram, pravoslavna proslava dana Sviх svetih, Kurbanski bajram, pravoslavni Božić, međunarodni dan žena (8. mart), pravoslavni Uskrs, itd. Tokom prve godine rada, žene su imale ogromnu potrebu da podijele ove proslave sa grupom, ali se to uglavnom smanjilo tokom druge godine rada. Tokom ovih proslava, žene bi pripremile jela tradicionalne kuhinje pa bi grupa razgovarala o kulturi i značenju ovih proslava. Vrlo često se dešavalo da bi žene otkrile velike i manje sličnosti u njihovim proslavama i običajima koji ih prate. Takođe su dijelili uspomene iz svoje mladosti, tj. kako su slavili ove praznike u svojim kućama i sa svojim porodicama. Voljele su da pričaju o svojoj mladosti, odrastanju, snovima i očekivanjima iz vremena kada su svijet koji ih okružuje i dalje smatrале u redu.

Tokom ove faze rada su ulagale mnogo truda da budu pristojne i druželjubive sa članovima druge strane. Kao i u svakoj grupi, i tu su se našle žene koje su mnogo govorile i, ako je moguće, sve vrijeme, ali je bilo i onih koje su bile tiše i koje su radije slušale, kao što su i same izjavljivale. Članovima grupe je i dalje bilo veoma važno da se osjećaju bezbjedno i da budu sigurne da stvari koje

su podijelile sa članovima druge strane neće napustiti okvir grupe. Nekoliko žena je očekivalo da grupa neće trajati dugo, tako da su odlučile da ne učestvuju previše. Ali, bile su znatiželjne o tome šta će se desiti i, zbog toga, nisu pokazivale namjeru da će da napuste grupu. Jednostavno, trebalo im je više vremena da počnu da se osjećaju bezbjedno i da budu sigurne da članovi grupe neće govoriti u svojim zajednicama o tome šta su dijelile u grupi. Neke žene su izjavljivale da su prije imale takva iskustva i da ih je to naučilo da budu radoznale, ali i oprezne. Članice grupe su dijelile teme i iskustva svojim tempom. Žene koje nisu bile spremne su dobine vrijeme da same istraže kada će biti spremne da aktivno učestvuju u grupnim diskusijama.

Led se polako otapao, pa je i potreba za raznim proslavama jenjavala. Razgovori su prešli na dublji nivo i teme koje su razmatrane u sklopu grupnih diskusija su se približavale temi rata.

3.4.2. Druga faza: razmjena iskustava

Ova faza je bila veoma intenzivna. Članovi grupe su pokazali dosta hrabrosti i energije da razmijene iskustva rata, iskustva sa nasiljem u porodici, iskustva žene iz ruralne sredine, druge lične traume, kao i trenutno stanje u njihovim zajednicama.

Ratna iskustva: žene su razmjenjivale iskustva iz 1991. godine, godinu dana prije početka rata, sve do kraja 1995. godine, godine kada se rat završio. U strukturiranim tematskim sesijama, svaka žena je na svoj način i u svoje vrijeme podijelila svoja iskustva. Neke žene su detaljno pričale o svojim iskustvima, dok su druge radile razgovarale o glavnim temama. Na kraju grupe, sve su razgovarale i zajedno su učestvovali u razgovorima. Uvijek se dešavalo da su bile tjeskobne na početku izlaganja, ali kada su osjetile da je bilo moguće da pričaju o svojim strašnim iskustvima i osjećanjima sa licima koja su bila „druga strana“ tokom rata, postajale bi opuštenije. Pokazalo se da je veoma važno da ih čuje i vidi „druga strana“. Međutim, tokom dijeljenja iskustava se ispostavilo da nije bilo „druge strane“, zato što su žene prepoznale traume, bol i tugu drugih žena, što ih

je zbljžilo jedne drugima. Samim razgovorom o tome šta se desilo njima i njihovim zajednicama, naučile su da stvari nisu uvijek bile onakve kako su do tada vjerovale. To im je pomoglo da razviju širok stav o događajima koji su se desili njima i članovima druge grupe. Njihova mišljenja o događajima i pojedincima sa „druge strane“ su počela da se mijenjaju.

Na svakoj strani su bile dvije velike traume: masakr u Kravici koji se dogodio na pravoslavni Božić u januaru 1993. godine i masakr tj. genocid nakon pada Srebrenice u julu 1995. godine pošto je jedan od događaja koji su okruživali pad Srebrenice činio i masovno pogubljenje muškaraca Bošnjaka u Kravici. Sadašnja osjećanja članova grupe o ovim traumama su izražena zajedničkim slikanjem, kao što se prikazuje na sljedećim slikama.



Slika 2: Srebrenica, viđenje žena Kravice



Slika 3: Kravice, viđenje žena Konjević Polja

Prva slika pokazuje osjećanja žena Kravice vezana za pad Srebrenice i povezane dogadaje skoro 20 godina kasnije. Druga slika pokazuje osjećanja žena Konjević Polja o napadu na Kravice 21 godina kasnije. Ženama nije bilo lako da prorade svoja osjećanja o Srebrenici i Kravici. Jedna žena iz Kravice je prestala da dolazi na grupne sastanke nakon što je čula priče žena o Srebrenici zato što se previše identifikovala sa strašnim iskustvima žena koje su podijelile svoju priču. Druga žena iz Kravice je reagovala upravo suprotno: ona se namjenski pripremila za grupni sastanak tokom kojeg se prvi put izjasnila o njenim iskustvima tokom rata. Time je uspjela da

započne proces žalovanja pošto se nikada nije oprostila od oca koji je bio ubijen na liniji ratišta. Jedna žena iz Konjević Polja je takođe prestala da učestvuje u daljem radu grupe jer nije mogla da podijeli svoju bol sa članovima grupe. Svi ostali članovi grupe su ostali u grupi. Osnovno povjerenje i suosjećanje su počeli da rastu, kao i osjećaj da su svi bili žrtve rata, kao i prošle i sadašnje politike.

Nasilje u porodici: mnoge žene učesnice grupe su bile žrtve nasilja u porodici, prvo tokom mladosti kod kuće, a potom i u braku. Iako se nekoliko žena stidilo reći naglas da su žrtve nasilja u porodici, žene koje nisu bile stidljive o takvim ličnim iskustvima su preuzele vodeću ulogu i pomogle preostalim ženama sa njihovim iskustvima. Nakon nekog vremena, jedna od žene koja je trenutna žrtva ozbiljnog nasilja u porodici i koja nikada ranije nije govorila o tome, je polako počela da se otvara i izražava svoja osjećanja i misli. Osjetila se vidno bolje zbog podrške drugih članova grupe. Žene su priznale da ova tema predstavlja čestu pojavu u obje zajednice, pa su postale veoma motivisane da spoje snage i počnu da razmišljaju da učine nešto kako bi to preduprijedili. Na nivou njihovih udruženja su razvile zajedničke aktivnosti kroz kampanje i rasprave za okruglim stolom.

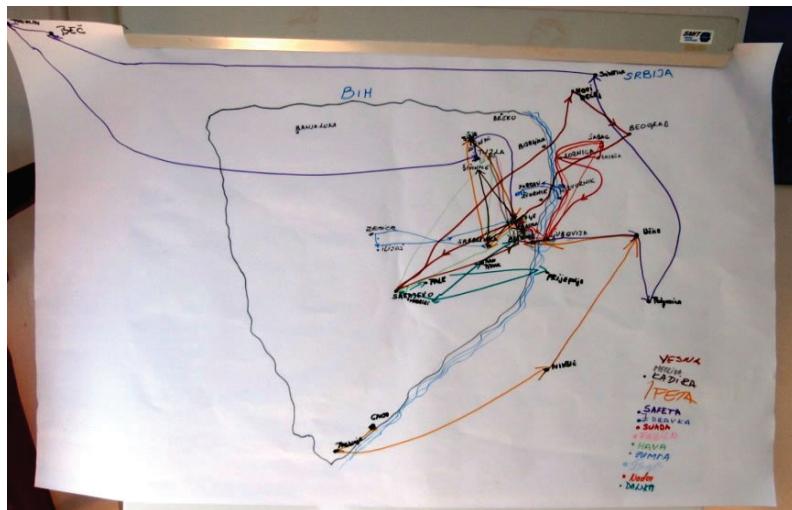
Položaj žene u ruralnim sredinama: ovaj rodni problem je bio veoma izražen u zajednicama članova grupe. Sve žene su živjele u okvirima tradicionalnih šabloni braka gdje je suprug šef i vlasnik svoje porodice. Tema nasilja u porodici je duboko utkana u okvir ove teme. Pošto su odrastale u kulturama gdje se ženska djeca smatraju manje važnom od muške djece, osjećale su se bezvrijedne od samog početka života. Taj osjećaj bezvrijednosti se pokazao kao relevantan u njihovim komunikacijama sa ženama iz urbanih sredina koje su živjele sasvim drugačije živote i koje su bile zaposlene i, u tom smislu, nezavisne od njihovih supružnika. Mnoge žene iz ruralnih zajednica nisu raspolagale sa više od osnovnog školskog obrazovanja što je umnogome otežavalo njihov položaj za pronalaženje zaposlenja, ako ga je uopšte i bilo. Mnoge žene u grupi su domaćice, neke od njih su mogle da pronađu sezonski rad, ali su uglavnom živjele od rada na zemlji.

Učestvovanje u radu međuetničke grupe se pokazalo kao veoma osnažujuće za skoro svaku ženu koja je učestvovala u radu grupe. Provodile su vrijeme na sebe, što je nešto što nikada ranije nisu radile i radile su nešto važno za sebe i za svoju zajednicu. Grupne diskusije su im pomogle da postanu svjesne mnogih pitanja iz vlastitih života koje dugo vremena nisu vidjele iz tog ugla. Pored toga, osjećale su da ih podržavaju drugi članovi grupe zato što su mnoge žene bile u sličnoj situaciji. Postale su veoma svjesne značaja i učinka koje osnaživanje ima na njihovo dijeljenje poteškoća sa drugim ženama, čak i ako se stvarne situacije u njihovim životima nisu mogle promijeniti u neko skorije vrijeme. Ova tema se dalje obrađuje na nivou njihovih udruženja gdje su planirale zajedničke aktivnosti i strategije.

3.4.3. Treća faza: produbljivanje odnosa

Tokom ove faze, grupa se bavila sadašnjim, poslijeratnim životom, i načinom nastavljanja dalje. Mnogi problemi su i dalje bili prisutni. Roditelji i deca iz Osnovne škole „Konjević Polje“ su učestvovali u demonstracijama u Sarajevu za usvajanje nastavnog plana i programa u školama koji će dati više pažnje određenim bošnjačkim predmetima, kao što su istorija, jezik i životna sredina. U maju 2014. godine su počele velike poplave u BiH, a potom su se u manjoj meri nastavile u julu i avgustu. Sve to je dovelo do ozbiljnih razaranja kuća i infrastrukture u njihovim zajednicama koje je trebaloriješiti. „Stari“ problemi, poput velike nezaposlenosti i političke neaktivnosti i nedoumica su bili neprekidno prisutni. „Novi“ problemi su bili veoma ozbiljni, ponekad su predstavljali i prijetnju po život i, u svakom slučaju, su bili kontinuirano traumatični. Reakcija članova grupe je bila duboko solidarna, puna razumijevanja i suošćanja. Iako su članovi grupe bili uglavnom nervozni zbog svih ovih katastrofalnih problema, temeljni osjećaj je bio opuštenost, pronađenje bezbjednosti i podrške u grupi. Sada su žene dijelile svoju razočaranost, strahove i očaj na dubljem i realnijem nivou. Izrazile su uvjerenje i osjećaj da je veoma važno što su zajedno i što se zajedno suočavaju sa životom u sadašnjosti i budućnosti.

Pošto su žene iz Konjević Polja vidjele mapu koju su žene Kravice napravile tokom ranijih susreta u homogenim grupama, zanimljivo je da je grupa izrazila želju da napravi mapu ratnog puta. Smatrali su da će biti interesantno da naprave mapu sa članovima međuetničke grupe. Do tada, kao voditelj grupe, morala sam sama da uvodim i strukturišem ratne teme, ali sada su one preuzele inicijativu i dale meni zadatak da omogućim realizovanje njihove zajedničke aktivnosti. To nije moglo, a da mi ne bude intrigantno. Članice grupe su stavile svoj ratni put na papir u roku od dva sastanka i još jednom podijelile svoja osjećanja straha i beznađa u prošlosti sa grupom, ali i svoja osjećanja radosti što danas čine dio grupe. Čini se da su žene iz Kravice uglavnom bježale u Srbiju, a da su žene iz Konjević Polja bježale u Srebrenicu, Sarajevo i Tuzlu. Samo jedna žena iz Konjević Polja je završila u Njemačkoj.



Slika 4: Ratni put članova grupe

Pošto je svaka žena u grupi pretrpjela užasno iskustvo protjerivanja iz vlastite kuće i odlazak u nepoznatom pravcu sa djecom, sve su imale samo jednu želju i to da se takve stvari više nikada ne dese i da počnu da grade novu budućnost zajedno.

Sedmični grupni sastanci su okončani krajem avgusta 2014. godine. Poslednji sastanak grupe je bio posvećen zajedničkoj proslavi vremena provedenog zajedno u posljednje dvije godine sa dubokom željom za nastavljanjem rada samostalno uz mjesecnu podršku „Vive Žene“. Što se tiče članova grupe, ova međuetnička grupa je postala mjesto dijeljenja i rasta na osnovama povjerenja i poštovanja.

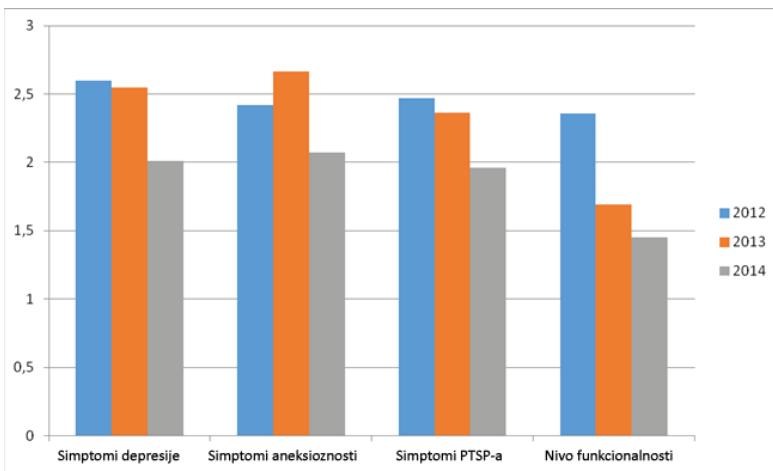
4. Analiza i rezultati

Međuetnička grupa se susrela ukupno 74 puta i tokom četiri radionice sa specijalnim temama kao što su samopouzdanje, nasilje u porodici, nenasilna komunikacija i strah od predrasuda, od kojih je svaka trajala dva dana i bila održana na lokaciji izvan njihovih zajednica. Ova dva udruženja su zajedno organizovala četiri okrugla stola uz podršku „Vive Žene“. Teme okruglih stolova su bile sljedeće: „Razvoj mreže u slučaju nasilja u porodici i pristupačnost ustanova za žrtve“, „Poboljšanje učešća žena u odborima lokalnih zajednica“, „Unapređenje ekonomске nezavisnosti žena u ruralnim zajednicama“, „Sadašnje stanje mentalnog zdravlja u opštini Bratunac i potrebe za psihosocijalnom podrškom“.

Grupa je prestala sa radom krajem avgusta 2014. godine na način na koji je djelovala protekle dvije godine. Kao što je pomenuto ranije, očekuje se da će Udruženja „Maja“ i „Jadar“ nastaviti sa redovnim sastancima grupe i njihovim zajedničkim aktivnostima uz mjesecnu podršku „Vive Žene“.

4.1. Smanjenje simptoma

Članovi grupe su ispunili upitnik o četiri grupe kliničkih simptoma na početku, sredini i na kraju grupe. Grupe simptoma u upitniku su bile sljedeće: depresija, anksioznost, posttraumatski stresni poremećaj (PTSP) i funkcionalnost. Srednje vrijednosti na nivou grupe simptoma su prikazane na *Slici 5*.



Slika 5: Prosječne vrijednosti grupe simptome u tri mjerne tačke

Pošto je nekoliko članova grupe učestvovalo u radu drugih grupa „Vive Žene“ prije osnivanja ove grupe, međuetnička grupa je pokazala kliničke simptome koji su blizu kritične granice od 2,5 u samo jednoj grupi simptoma (*simptomi depresije*) koji su bili nešto više povišeni na početku grupe. *Slika 5* pokazuje kako se ova grupa simptoma postepeno smanjivala tokom prve, ali uglavnom tokom druge godine. Samo su simptomi anksioznosti porasli na kraju prve godine. Razlog za porast anksioznosti može se naći u faktorima kao što su razmjena iskustava (*u tom trenutku tema grupne rasprave je bila pad Srebrenice*), godišnja komemoracija u Srebrenici i Popis stanovništva planiran za oktobar. Prema Volkanu, dinamički razlog grupe se može naći u fenomenu harmonike i u početku osvještavanja manjih razlika i velikih sličnosti između suprotstavljenih grupa (*kao što je ranije navedeno*). Vjerujem da se anksioznost u grupi uglavnom povećala zbog sve veće svijesti među članovima grupe da imaju vrlo slična iskustva, ali i neke kulturne i, čak, vjerske navike i rituale. Čini se da ih je ovo saznanje šokiralo po pitanju osjećaja vlastitog identiteta, tako da je potreba za distanciranjem postala vidljiva. Međutim, smatram da je najznačajnije smanjenje u simptomima uslijedilo u grupi funkcionalnosti, jer problemi u

funkcionalnosti predstavljaju glavni razlog za netraženje pomoći i podrške. Poboljšanje funkcionalnosti je dozvolilo članovima grupe da bolje funkcionisu u životima, porodicama i zajednicama. Mislim da se funkcionalnost takođe poboljšala zbog smanjenja ili nestanka straha između dvije suprotne strane. Ovo je bilo vidljivo tokom prve godine. Poboljšanje funkcionalnosti je pokazalo istinsko osnaživanje članova grupe. Funkcionalnost, kao faktor, je takođe bila važna za poboljšanje drugih grupa simptoma.

4.2. Poboljšanja prema stavovima članova grupe

Članovi grupe su primjetili sljedeće promjene i poboljšanja: uspjeli su u smanjenju osjećaja straha od „druge strane“, tj. bošnjačke žene više nisu osjećale snažan strah od Kravice kao lokacije masovnih pogubljenja i bosansko-srpske žene više nisu osjećale Konjević Polje kao neprijateljsko mjesto. Članovi grupe su izrazili osjećaj osnovnog povjerenja i zajedništva tj. suživota uz osjećaj stabilnosti i opuštanja. Osjećali su iskrenost, suošjećanje i podršku drugih članova grupe. Dobili su osjećaj da su viđeni i saslušani kada su govorili o sebi. Mogli su da se povežu i izgrade nova prijateljstva sa osobama sa kojima nisu mogli da se povežu na nekom drugom mjestu. Iskreno su uživali u tome da imaju vrijeme za sebe kojeg su obično bili lišeni. Razvili su snažan osjećaj za pravo na svoje mišljenje nezavisno od mišljenja njihovih muževa i porodica, i dobili su podršku za to od drugih članova grupe. Bili su ponosni kada su doživjeli da mogu da podijele teška iskustva i osjećanja sa drugim članovima grupe, što je imalo vrlo pozitivan uticaj na njihov osjećaj o sebi. Imali su osjećaj autentičnosti i važnosti kada su doživjeli da mogu da govore o tome šta se zaista dešavalо u prošlosti i sadašnjosti i što su se oslobodili manipulacije politike i medija. Osjećaji su se sretno tokom zajedničkih proslava jer su uspjeli da se povežu sa životom prije rata kada su ljudi različitih religija i kultura u BiH zajedno slavili svoje praznike. Ne očekuju nove sukobe među njihovim zajednicama i odlučili su da će se prvo konsultovati jedni sa drugima u slučaju problema. Kako se život u grupi razvijao, članovi grupe su razvili osjećaj da predstavljaju

primjer svojim zajednicama i društvima, pa su počeli da razmišljaju o povezivanju sa drugim grupama i širenju ideje međuetničkog dijaloga. Ipak, u ovom pogledu su i dalje veoma oprezni zbog teške i, s vremena na vrijeme, opasne situacije koja vlada u njihovim zajednicama i zemlji u cijelini.

Članovi grupe su takođe prijavili da su i njihovi supružnici promijenili ponašanje od otpora i skepticizma u pogledu grupe do razumijevanja i podrške aktivnosti grupe. Čak bi podsjetili svoje supruge kada je vrijeme da krenu na svoje sedmice sastanke. Kako se izvještava, članovi grupe osjećaju manje stresa i doživljavaju bolje odnose u svojim brakovima zbog pozitivnih efekata grupe. Članovi grupe su pomogli članovima njihovih porodica i zajednice (*komšije, prijatelji*) da razviju osjećaj za mogućnost održavanja funkcionalnih međuetničkih kontakata i dijaloga koje članovi grupe doživljavaju kao veoma pozitivne i vrlo važne. Članovi grupe su postali veoma svjesni da ekonomija spaja i da žene u tome mogu da imaju vodeću ulogu.

4.3. Predrasude

Na kraju, članovi grupe su imali otvorenjie i fleksibilnije stavove prema ratnom pohodu na BiH iz devedesetih godina, iako su, u početku, mnoge žene bile uvjerene da je „druga“ strana bila kriva za ratna dešavanja. Ali, sada više nisu tako postojano vjerovale u takve stavove. Jedni od drugih su naučili, u mnogim slučajevima, da stvari nisu onakve kako su do sada vjerovali i da sada mogu govoriti o tome sa drugom stranom.

Iako je u grupi izgrađena izvjesna doza povjerenja, još uvijek je postojao određeni stepen opreza. Na kraju, članovi grupe su odlučili da stupaju u kontakte i izgrađuju odnose koji će, u dogledno vrijeme, dovesti do dubljeg i istinskog povjerenja. Grupa je pokazala da posjeduje svijest o neophodnosti saradnje i zajedničkog rada na izgradnji boljeg života. Sve ovo znači da su članovi grupe postepeno postali uvjereni da mogu da žive i rade zajedno bez rata i agresije.

4.4. Karakteristike procesa dijaloga

Imajući u vidu karakteristike procesa dijaloga među suprotstavljenim grupama, Volkan je u svom Modelu drveta, opisao naredne strategije komunikacije koje su mogle da se primjete i u razgovorima između članova grupe.

- *Mini sukob u odnosu na veći sukob:* u stvarnosti je postojalo nekoliko manjih sukoba koji, u stvari, imaju veze sa posljedicama rata, odnosno problem segregacije i života u srpskom dijelu BiH. Među te konflikte ubrajamo: nastavni plan i program u osnovnim školama u Kravici i Konjević Polju, probleme i poteškoće sa tretmanom u bolnicama, probleme sa pronalaženjem i čuvanjem radnih mjesta, itd. Obje etničke grupe su zajedno dijelile ove problema koji bi, s vremenom na vrijeme, dovodili do suprotstavljenih mišljenja u grupi. Članovi grupe su uradili sve od sebe da ne zalaze u sukobe, jer se nisu još uvijek osjećali jakim i sigurnim. Članovi grupe su svjesno izbjegavali upuštanje u političke rasprave, jer ih je politika odvajala na obje strane, dok su oni, jednostavno, željeli da ostanu zajedno u grupi.
- *Fenomen odjeka:* dok su razgovarali o trenutnim životnim problemima, ratu i posljedicama rata, tj. etničkim podjelama i diskriminacija, ove teme su uvijek bile prisutne, mada ne uvijek i spomenute. Naredni aspekt ovog fenomena je da su se članovi grupe smatrali izdajnicima u svojim zajednicama, posebno u početku rada grupe. Iako je grupa polako postajala prihvaćena i tolerisana, optužbe iz zajednice su istrajavale na obje strane. Neki članovi njihovih zajednica su počeli da shvataju i poštuju ono što su članovi grupe pokušavali da urade, dok ostali članovi zajednice nisu bili u stanju da prihvate njihov angažman.
- *Nadmetanje u traumama:* ovdje ne govorimo o izabranim traumama, nego o specifičnim traumama koje postoje na svakoj strani. Nadmetanje se primjećivalo kada

bi članovi grupe počeli da dijele svoja ratna iskustva i specifične traume, iako taj fenomen нико не bi imenovao nadmetanjem, zbog toga što je svaka strana pokazala suštinu njihove patnje na autentičan i pošten način. Iako su se članovi grupe složili da su svi bili žrtve, izgledalo je da nije uvijek bilo lako priznati da su i drugičlanovi žrtve.

- *Fenomen harmonike*: imajući u vidu cjelokupan dvogodišnji proces rada u grupi, ovaj fenomen se jasno mogao osjetiti na nekoliko mjesta i to, na primjer, tokom procesa razgovora o njihovim traumama. Povremeno je dolazilo do porasta intimnosti i bliskosti tokom razmjene iskustava, a, povremeno, do emotivnog distanciranja. Međutim, to je sasvim normalno, jer je članovima grupe bilo potrebno da se emotivno opuste nakon slušanja i razmjene teških iskustava.

- *Lične priče*: u početku, članovi grupe su oprezno dijelili svoje priče o traumama; u njihovim pričama je postojala jasna žrtva i jasan agresor. Dolazilo je do sporog porasta razumijevanja i svijesti o tome da su svi bili povrijedeni i da su svi patili. Povezali su se sa svojom zajedničkom patnjom. Eksplisitne priče o žrtvama i agresorima su postale nevažne. Porastao je osjećaj „nas“. Lične priče su bile veoma važne kako bi se omogućio razvoj suošjećajnosti. Kada bi članica grupe ispričala ličnu priču, svi ostali članovi grupe bi je slušali sa pažnjom i istinskim interesovanjem. Otkrivali su jedni druge, pa su njihova suošjećanje i prijateljstvo dobili priliku da se razviju.

- *Manje razlike*: identifikovanjem i suošjećanjem jednih sa drugima, članovi grupe su sve više i više pronalazili da su veoma slični u njihovim stradanjima tokom rata, u svakodnevnom privatnom životu i, ponekad, čak i u njihovim vjerskim ritualima. Kao što je ranije navedeno, manje različitosti i lične priče su jako povezane sa fenomenom harmonike: kada bi otkrili kroz lične

priče da nisu bili tako različiti kao što su mislili i da su njihova stradanja tokom rata bila slična, iako ne identična, članovima grupe je bio potreban fenomen harmonike kako bi spasili svoj identitet.

- *Žalovanje:* kada su postali svjesni partneri u diskusijama, članovi grupe su prošli kroz proces žalovanja i odbacivanja. To je, postepeno, dovodilo do promjena u njihovom ponašanju i mišljenjima koja su imali do tada. Svi članovi grupe su željeli da se oslobole rata i nastave sa svojim životima.

- *Vremenski kolaps:* bila su dva važna trenutka kada je došlo do vremenskog kolapsa i kada je BiH, ponovo, počela da prolazi kroz određene izazove. Prvi se desio tokom socijalnih nemira u februaru 2014. godine koji su počeli u Tuzli i proširile se zemljom. Članovi grupe su se uplašili novog rata i to ih je dovelo do emocionalnog povratka na početak rata i april 1992. godine. Postali su anksiozni, a stari strahovi su oživjeli. Onda, samo nekoliko mjeseci kasnije, u maju su počele poplave. Zajednice Kravice i Konjević Polje su takođe teško oštećene; članovi grupe su morali da napuste svoje domove. Sve ih je to podsjetilo na njihov ratni put. Slike koje su ih okruživale su bile skoro identične onome što su ranije doživjele. Zbog toga se činilo da su njihove emocije slične onima iz rata.

Nakon ove analize grupe i procesa komunikacije, prelazimo na sljedeća razmišljanja.

5. Diskusija i komentari

Međuetnička grupa je bila uključena u intenzivan sedmični rad u trajanju od dvije godine. Kao što je već rečeno, dosta toga se dogodilo. Ali, preostaje još dosta toga da se uradi. Međuetnička grupa je pokazala da predstavlja dobar primjer kako obični ljudi žele da ulože napore kako bi se stvorili bolji život i budućnost, i kako u tome mogu da uspiju uz usmjerenu stručnu podršku. Grupa je napravila veliki i važan napor i treba da bude podržana i motivisana da nastavi sa konstruktivnim i pozitivnim aktivnostima.

Amela Puljek-Shank je pokazala put iz negativnog kruga suzbijanja tuge i strahova putem žalovanja i izražavanja strahova. Ona je stavila naglasak na emocije i lične izbore na putu do pomirenja, iako, na kraju kruga, takođe posvećuje pažnju na uspostavljanje pravde na nekoliko nivoa.

David Becker vidi pomirenje u okviru ciklusa sekvencialne traumatizacije i želi da izbjegne korištenje riječi pomirenje. Pomirenje treba biti kontekstualno i kulturno ispravno. Izgleda da, u ovom trenutku, ne postoji adekvatan kontekstualni i kulturni pristup pomirenju u BiH. Na ovu zemlju se redovno nameću koncepti iz drugih područja sukoba. Međutim, to se čini bez provjeravanja da li su takvi pristupi pogodni za lokalno stanovništvo. Kada sam pokušala da saznam šta članovi grupe misle o pomirenju i kada sam međuetničkoj grupi pomenula temu pomirenja, bilo je očigledno da neki članovi dobijaju akutnu mentalnu alergijsku reakciju, da su uznemireni, pa čak i ljuti. Smatrali su da pomirenje nije relevantno za njihov slučaj, iako su željeli da budu zajedno u međuetničkoj grupi. Složila sam se da nije adekvatno da koristimo riječ pomirenje, jer su ljudi, uključujući članove grupe, čak i 20 godina nakon rata, i dalje zbumjeni onim što se desilo prije, tokom i poslije rata zbog kontinuiranih manipulacija političkih lidera. I to je dovelo do toga da koncept pomirenja još uvijek nije postao relevantan.

Shema Hambera i Kelly je pokazala da se moraju uraditi brojne stvari prije nego što se počne razmatrati pomirenje i da svim dimenzijama pomirenja treba inicijativa i podrška na nivou društva i države. Ova

shema je dobra, ali je sada teško primjenjiva u BiH zbog službene podjele zemlje na dva entiteta i jedan distrikt. Zbog nedostatka ulaganja siromaštvo raste, ljudi su fizički i psihički iscrpljeni, a ništa od toga političare ne zanima. Zbog toga imamo nespremnost i nemogućnosti za djelovanje, a potrebni su nam kako bi pomogli cijeloj zemlji da se nosi sa prošlošću i razvije strategije i koncepte za zajedničku i bolju budućnost.

Kao što je ranije navedeno, pronašla sam većinu konkretne podrške za rad sa grupnim procesima i pružanje podrške članovima grupe sa onim što su oni radili u Volkanovoj teoriji i iskustvima. Njegov Model drveta nam pomaže da zaključimo da sve grupe koje je stručni kadar „Vive Žene“ vodio u Istočnoj Bosni od 2007. godine formiraju stablo drveta gdje se međuetnička grupa nalazi blizu mjesta gdje bi mogle da počnu da rastu male grančice. Ovo zvuči malo poetično, ali smatram da međuetnička grupa ima potencijala da pusti tim grančicama da rastu. Činilo se da su se uklopili svi elementi Volkanove anatomije dijaloga tokom grupnih razgovora i procesa i da su se, često, i preklapali. Za mene su bili najinteresantniji i najznačajniji fenomen odjeka, harmonike i vremenski kolaps. Oni su bili prisutni sve vrijeme trajanja grupnog procesa. Za članove grupe, njihove lične priče su bile veoma važne, ali i priče drugih članova grupe. Ponekad su te priče bile preintimne, pa im je, opet, bila potrebna distanca. Naravno, članovi grupe su imali i projekcije, često u obliku predrasuda, ali je bilo vrlo dirljivo kada su otkrile da imaju iste projekcije i predrasude jedne prema drugima. Tokom dvije godine postojanja grupe, članovi grupe su svjesno odbacivali rizike za raspad grupe kroz velike sukobe. S obzirom na činjenicu da je ovo projekat u sklopu kojega se radilo sa suprotnim stranama, veliki sukobi su se uvijek mogli razviti. Nisam željela da forsiram grupu da ulazi u sukobe kada se nisu osjećali da bi mogli da se nose sa time. Za mene je bilo važno da registrujem potencijalne sukobe i vidim koliko daleko možemo da idemo. Članovi grupe su odlučivali kada da prestanemo i pokušamo ponovo drugi put. Međutim, to, takođe, znači da treba uložiti napore kako bi se razvili pravi kapaciteti za rad na sukobu u okviru članova grupe i

u okviru grupe kao cjeline kako bi se izgubio strah od iskazivanja mišljenja i osjećanja o konfliktnim i kontroverznim temama i da se omogući održavanje srodnih diskusija na strukturisan i zaštićen način. Ovo je još važnije s obzirom na činjenicu da su ove zajednice tek djelimično senzibilizirane, na primjer, radom sa „Vive Žene“ i drugim nevladinim organizacijama, koje, s obzirom na trenutnu političku situaciju, i dalje smatraju da širenje ideje o pozitivnim i konstruktivnim međuetničkim dijalozima predstavlja potencijalnu opasnost i, u svakom slučaju, kontroverznu temu, posebno bez vjerodostojne podršku na opštinskom, kantonalmom, entitetskom i državnom nivou.

Tu je takođe bio prisutan i vremenski kolaps. U zemlji koja se skoro 20 godina bori sa posljedicama rata, veoma je lako oživjeti vremenski kolaps koji se dogodilo tokom socijalnih nemira u februaru i poplava u maju mjesecu. Vremenski kolaps se nije samo desio ženama u grupi, nego i meni. Osjećanje straha od još jednog rata i gubljenja svega što je građeno tokom života su predstavljali aktuelne teme u grupi. Ovog puta, žene u grupi nisu stajale na suprotnim stranama: sve su bile žrtve novonastale situacije.

Članovi grupe su znatno osnaženi u njihovim pojedinačnim, porodičnim i društvenim životima i postali su ambasadori ideje da je moguće stupiti u kontakt sa suprotnom stranom, održati konstruktivne diskusije i razmjene, i da se može živjeti i raditi zajedno na zadovoljavajući i plodan način bez rata i mržnje.

Sigurno ima mnogo stvari koje je grupa mogla uraditi više ili na drugi način, kritike su uvijek moguće. Po mom mišljenju, grupa je uradila ono što je mogla da uradi za sada. Činjenica da ova grupa ima istoriju od dvije godine zajedništva znači puno u kontekstu BiH. Sada, grupa mora da odluči kako će ići dalje i šta još da uradi. Stvari su sada u rukama članova grupe i njihovih udruženja jer su sada u mogućnosti da igraju značajnu ulogu u svojim zajednicama.

6. Zaključak

Međuetnička grupa je pokazala značajne rezultate i promjene u mišljenjima i ponašanju unutar i van grupe. Voditelj grupe je angažovao članove grupe na eksplorativan način i pratio je kretanje grupnog procesa. Članovi grupe su uspjeli da zajedno izgrade nove odnose i nova iskustva što će poslužiti kao dobra osnova za dalju saradnju.

Ne mogu da kažem da sam nezadovoljna, uvezvi u obzir da sam koristila sredstva koja su mi bila na raspolaganju da okupim i analiziram rezultate. Međutim, sa jedne strane, rad sa međuetničkom grupom mi je pomogao da razvijem dubok osjećaj i razumijevanje za sve nijanse rada sa ovakvim grupama. To je razlog što smatram da instrumenti za praćenje sa posebnim fokusom (*predrasude, tehnike i karakteristike diskusije i funkcionalnost*) moraju da se izgrade i koriste u međuetničkim grupama u kontekstu prošlosti i sadašnjeg stanja u BiH. Način na koji to može da se postigne je način na koji mi je ova grupa je pokazala: razmotriti mogućnosti i potrebe članova grupe, podržati ih u njihovim naporima i staviti sve u kontekst njihovih svakodnevnih života i poteškoća. Ovo je jedini način da članovi grupe osjete stvarnu podršku i iznesu grupne procese.

7. Završne napomene

Željela bih da zaključim ovaj članak sa nekoliko riječi od mene, voditelja grupe. Ovo su bile dvije intenzivne godine za mene tokom kojih sam pratila, usmjeravala, intervenisala, organizovala i analizirala. Osjećala sam veliku odgovornost za ovu grupu i dobila sam dobru podršku od voditelja udruženja „Maja“ i „Jadar“ da postignem ono što smo se dogovorili. Zahvalna sam im, jer su od početka podržali ideju o ovoj grupi. Uvjerena sam da će i dalje da nastave sa realizacijom ove ideje.

Imala sam dobar osjećaj o ovoj grupi od početka, iako sam i ja imala vlastite strahove kako će sve ispasti i da li će grupa moći da ostane zajedno. Bilo je malih kriza i kritičnih tačaka, ali su one, nekako, samo ojačale grupu, što je bilo vrlo zanimljivo i lijepo za vidjeti i doživjeti.

I onda je tu i činjenica da sam ja nizozemski psihoterapeut koji živi u BiH od 1989. godine. Nakon nekoliko mjeseci rada sa grupom, kolega me je upitao kako su članovi grupe reagovali na mene. Iskreno, nisam nikada ni mislila o tome do tada i nikada nisam primjetila da je iko u grupi imao reakcije na mene jer sam Nizozemka. Razgovarali smo o umiješanosti Nizozemskog bataljona u Srebrenici i ulozi i odgovornosti Nizozemske za pad Srebrenice. Podijelila sam svoja osjećanja i mišljenja sa grupom. To je bio još jedan aspekt u kojem je grupa poslužila kao mjesto za povezivanje nekoliko strana. Grupa je bila dovoljno jaka da ponese i podnese sve.

I ja se osjećam osnaženo zbog naših zajedničkih npora da pronađemo način da zajedno živimo i radimo bez rata i sa zdravom budućnosti u vidu. Rad sa ovom grupom mi je pokazao otpornost naroda BiH. Ta otpornost se zasniva na naporima grupe i njениh članova da pronadu svoj put ka vlastitom modelu zajedničkog života i rada, nošenja sa sukobima i poteškoćama na konstruktivan način, kretanju ka budućnosti u zemlji koja još uvek nije definisana i podijeljena u okvirima efektivnog političkog sistema koji je prihvatljiv za sve građane.

8. Literatura

- Becker, D. (2005): „Reconciliation: The wrong track to peace?“ U: *Intervention*, Tom 3, br. 3,
- Becker, D. i Weyermann, B. (2006): „Gender, Conflict Transformation & The Psychosocial Approach, Toolkit“. Swiss Agency for Development and Cooperation, Bern,
- Botcharova, O.: „Implementation of track two diplomacy: developing a model of forgiveness“. U: R.G. Helmick and R. L. Petersen (2001) (urednici), „Forgiveness and Reconciliation“: Religion, Public Policy and Conflict Transformation, Templeton Foundation Press,
- Hamber, B. i Kelly, G. (2004): „A Working Definition of Reconciliation, Democratic Dialogue“, Belfast,
- Hamber, B. i Kelly, G. (2005): „A place for reconciliation? Conflict and locality in Northern Ireland, Democratic Dialogue“, Osamnaestti izvještaj, Belfast,
- Keilson, H. (1979): „Sequentielle Traumatisierung bei Kindern, Enke Verlag“, Stuttgart,
- Puljek-Shank, A. (2004): „Trauma and reconciliation“. U: „Trauma Awareness and Transformation manual“. Eastern Mennonite University, Harrisonburg,
- Schirch, L. (2002): „Integrated Framework for Peacebuilding“. U: „Seminars on Trauma Awareness and Recovery (STAR) manual“. Eastern Mennonite University, Harrisonburg,
- „The Do No Harm Handbook: The Framework for Analyzing the Impact of Assistance on Conflict, A project of the Collaborative for Development Action, Inc. and CDA Collaborative Learning Projects“, Cambridge, USA, 2004.
- Volkan, V. (1999): „The tree model: a comprehensive psychopolitical approach to unofficial diplomacy and the reduction of ethnic tension“. U: „Mind and Human Interaction“.

POTISNUTA TRAUMA PROŠLOSTI KOJA OBLIKUJE SADAŠNJOST

*Amra Muradbegović, Diplomirana pedagoginja-psihologinja,
psihodramska psihoterapeutkinja*

1. Uvod

U ovom radu predstavljamo psihodramski terapijski rad kao metodu izbora u radu sa osobama koje su doživjele neku vrstu traumatskog iskustva ili prolaze kroz različite životne stresne situacije.

U prvom dijelu rada je pružen pregled teorijskih razmatranja sa naglaskom na primjenu psihodrame kao terapijske metode u radu sa traumatiziranim. Psihodrama je terapijski oblik rada u kojem terapeuti umjesto tradicionalnih verbalnih metoda ohrabruju klijente da koriste svoje tijelo kao sredstvo za otkopavanje traumatične prošlosti kroz odigravanje i akciju, te na taj način stvaraju lječidbeni efekat na život klijenata. Primjenom psihodramске grupne terapije sa osobama koje su doživjele traumatska iskustva iz prošlosti moguće je govoriti o terapijskom napretku u smislu poboljšanja funkcionalnosti i kvaliteta života.

Ovaj rad opisuje tri instrumenta za rad na traumi po Daytonu (2000) (*Kellermann i Hudgins, 2001*) i to: model razrješenja traume za kreativne art-terapeute, model vremenske linije traume i model oživljenog genograma. Sva tri instrumenta predstavljaju kreativne puteve u tretmanu klijenata.

Ovdje se prikazuje slučaj klijentice koja je kroz rad u psihodramskoj grupi dolazila do uvida u vlastite spoznajne procese. Naime, u životu ove klijentice su se smjenjivali nasilje doživljeno u prošlosti i njen položaj žrtve. Psihodramskim postupkom klijentica uspjeva izraziti i integrirati osjećanja vezana sa doživljenu traumu iz prošlosti.

2. Teorijska razmatranja

2.1. Primjena psihodrame kao grupne terapijske metode u radu sa traumatiziranim

Grupna terapija se koristi kao metoda liječenja osoba koje su doživjele različite vrste traumatskih iskustava, kao što su: nasilje, seksualno zlostavljanje, ratovi, i sl. Grupne terapije različitih pristupa dijele slične ciljeve balansiranja fizioloških i psiholoških reakcija na traumu, otkrivanja povezanih emocija i percepcija, i razumijevanja traumatskih uspomena na sadašnju dobrobit i društvene odnose. Oživljavanje, dijeljenje i rekonstrukcija traumatskih uspomena omogućavaju osobama koje su preživjele traumu da se u sigurnom okruženju grupe oslobođe emocija vezanih za traumu.

Jacob Levy Moreno, tvorac psihodrame, je isticao da je svaki protagonist psihodrame ujedno i svoj terapeut i da članovi psihodramске grupe pružaju važan poticaj za ozdravljenje. Psihodrama potvrđuje važnost međuljudskih ozdravljenja kroz lična dijeljenja na kraju drame (*sharing, eng.: dijeljenje osjećanja*) što znači da svaki dio psihodramске seanse predstavlja važan elemenat u procesu tretmana i liječenja osoba kroz grupnu terapiju.

Terapijski faktori se mogu definisati kao elementi koji stvaraju terapijske efekte. Zerka Moreno ističe sljedeće terapijske faktore psihodrame: tele faktor, samorazotkrivanje i autentičnost terapeuta, samootkrivanje u grupi koja je svjedok priče i koja prihvata samootkrivanje, katarza koja integrira samootkrivanje i akcioni uvid.

Smatra se da je psihodrama jedna od najranijih metoda tjelesne terapije. Jakob Levi Moreno, je smatrao da tijelo pamti ono što um zaboravlja, te predlaže hipotezu o postojanju dvije vrste memorije: jedne koja se odnosi na um (*sadržajna memorija*) i druge koja se odnosi na tijelo (*akciona memorija*). Sadržajna memorija je pohranjena u obliku misli, sjećanja i osjećanja, dok je akciona memorija uskladištena u mozgu i mišićima u obliku tenzije (*toplota, peckanje, držanje*). Izražajne metode koje animiraju cjelokupnu

osobu u akciji (*i tijelo i um*) predstavljaju najbolji put ovladavanja akcionom memorijom (Moreno, 1964).

Smatra se da oni koji su preživjeli traumu često mnogo bolje izražavaju unutrašnja stanja fizičkim pokretima ili slikama nego riječima. Slikanje i angažovanje u psihodrami može im pomoći da razviju jezik koji je neophodan za efikasnu komunikaciju i za simboličku transformaciju onoga što se javlja tokom psihoterapije. Nasuprot naučenoj bespomoćnosti koja kod onih koji su preživjeli traumu najvećim dijelom nastaje zbog nemogućnosti kontrolisanja ekstremne anksioznosti, psihodrama klijentima pruža priliku da podrže novi vid kontrolisanja situacije kroz rekonstrukciju traumatskih događaja. Tokom psihodramске terapije, klijent dobija priliku da sagleda traumatsku situaciju i da korektivnim emotivnim iskustvom integrise novo ponašanje koje takođe „isprobava“ (*rehearsal, eng.: proba*) kroz psihodramsku akciju.

2.2. *Tri instrumenta za rad na traumi*

Tian Dayton je definisao sljedeća tri instrumenta za rad na traumi:

- a. *Model razrješenja traume za kreativne art terapeute,*
- b. *Vremenska linija traume,*
- c. *Oživljeni genogram (Dayton, 2000; Kellermann i Hudgins, 2001).*

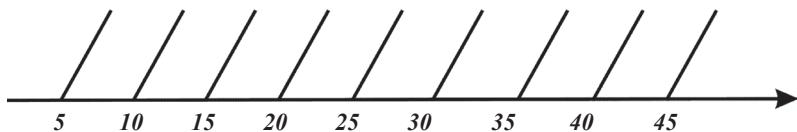
Model razrješenja traume za kreativne art terapeute pridaje važnost pet faza kroz koje klijent prolazi. Naime, pošto pristupanje traumi zahtjeva zagrijavanje, **prva** faza rada sa traumom uključuje zagrijavanje. U ovoj fazi je jako važno koristiti odredene tehnike za grupno zagrijavanje kako bi se klijentima pomoglo da dođu u kontakt sa svojim iskustvom traume. **Druga** faza uključuje odigravanje traumatske priče gdje sama grupa postaje svjedok traumatske priče. U **trećoj** fazi se pristupa korektivnom iskustvu. Treba istaći da već samo konkretizovanje priče uz grupu kao svjedoka ima korektivno i osnažujuće djelovanje na protagoniste pošto dobijaju mogućnost za preuzimanjem kontrole i za kreiranjem scene na način na

koji bi željeli da se dogodila. Klijentima se omogućuje stvaranje korektivne memorije koja može biti internalizovana, i daje im se prilika da naprave skicu zdravlja, tako da sjećanje na traumu više nije jedino sjećanje. **Četvrta** faza predstavlja odvajanje prošlosti od sadašnjosti, kao i povezivanje aktuelnih ponašanja ili dinamika ponovnog odigravanja sa starim traumatskim sjećanjima, kao i analiziranje prošlosti koja remeti sadašnjost. Na kraju, u **petoj** fazi dolazi do reintegracije traume vraćanjem klijenta sa novostečenim uvidom u opšti životni kontekst. Ovdje je važno da se kreće od vremena u životu prije traume i da se kreće prema sadašnjosti. Traumu treba reintegrisati u dijelu sveukupnoga životnog obrasca (Dayton, 2000; Kellermann i Hudgins, 2001).



Slika 1.1: Model razrješenja traume za kreativne art terapeute (Dayton, 1996)

Kao terapijska tehnika, **model vremenske linije traume** pomaže klijentima da uvide uticaje i posljedice traume na njihov život, te im pomaže da steknu uvid u životne obrasce ponašanja i reagovanja u pojedinim situacijama. Vremenska linija traume se može nacrtati na papiru tokom zajedničkog rada sa klijentom. Isto tako, vremenska linija se može i odigrati na psihodramskoj sceni uz pomoć rekvizita i simbola. Pošto teško traumatizirani klijenti često priču iznose u fragmentima, vremenska linija je značajna u stvaranju konteksta i cjelovite priče. Vremenska linija traume klijentima pomaže u rekonstrukciji traumatskih dešavanja, kao i u sticanju uvida o kulminaciji traume tokom niza godina.



Slika 1.2: Lična vremenska linija događaja (Dayton, 1996)

Model oživljenog genograma predstavlja instrument iz porodičnih sistema pomoću kojeg se može steći uvid u životne obrasce ponašanja, kao i u načine prenošenja tih obrazaca kroz generacije. Moreno je genogram prilagodio psihodrami tako što ga je sa papira premjestio na scenu čime je uz pomoć odigravanja uloga stvoren „oživljeni genogram“. Ovaj model rada povezuje teoriju porodičnih sistema sa psihodramom. Uz mogućnost psihodramskog odigravanja, oživljeni genogram pruža vizuelni prikaz lične prošlosti jer klijentima daje priliku da sagledaju cjelokupnu sliku života u svom porodičnom sistemu kada mogu osjetiti gdje je posao ostao nedovršen. Prolazom kroz svoju prošlost i porodične obrasce, klijenti dobijaju mogućnost da depersonalizuju ono što zapravo može predstavljati generacijsku disfunkcionalnost. Sam uvid u generacijsku disfunkcionalnost ih može oslobođiti patološkog disfunkcionalnog sistema. Uz pomoć samodefinisanja i separacije, klijent može sagledati porodični sistem odvojeno od sebe.

Može se reći da svaki simptom traume može dovesti do razaranja unutrašnjeg života klijenta, gubitka sposobnosti za uspostavljanje zdravih veza i nevjerovanja u sebe i svoju budućnost. U novije vrijeme, stručna literatura sve više ističe da zapravo psihodramска grupa i njezine prateće metode obezbjeđuju grupnu strukturu podrške gdje je moguća podjela i odigravanje bolnih iskustava, kao i stvaranje moralne solidarnosti zajedničkog lječeњa u društvu osoba koje su traumatizirane na sličan način (*Herman, 1992; Kellermann i Hudgins, 2001*).

Prikazane tehnike nude puteve kojima klijenti mogu bezbjedno da istraže svoje lične priče i traume prošlosti, dovedu scene iz prošlosti do razrješenja, povežu aktuelne probleme iz sadašnjosti sa njihovim korjenima, te im se pruža mogućnost pravljenja novih izbora ponašanja. Sve ove tehnike pomažu kod reintegracije prethodno fragmentiranih i odijeljenih traumatskih sjećanja.

3. Studija slučaja: Maja

3.1. *Pozadina slučaja i razlog za traženje pomoći*

Klijentica Maja je mlada žena ranih trideset godina koja radi kao medicinska sestra. Po drugi put je udata i to za supruga koji je, kako ističe, miran, strpljiv i pun podrške. Iz prvog braka ima sina od 18 godina. Maja je rođena na selu gdje je i odrasla živeći sa roditeljima i bratom. Potiče iz patrijarhalne porodice u kojoj je otac glava kuće. Klijentica ističe da je njezin otac bio ugledan čovjek u selu kojeg su svi cijenili, uvijek pravedan u svemu, kome je pojam morala uvijek bio na prvom mjestu. Majku opisuje kao mirnu i povučenu osobu. Oba roditelja su imala slične stavove i poruke o Majinom odrastanju. Porodica je smatrala da je moralnost, naročito Majina, od velikog značaja za njen život. Otac je kroz poruke o moralu Maji nametao kontrolu do te mjere da joj je bilo zabranjeno da ima druga. Takođe, s vremena na vrijeme, otac bi je pratio putem od kuće do škole. Sa druge strane, majka je slala poruke vezane za odnos prema muškarcima, a temu seksualnosti je vezala za nešto zabranjeno, nepoštено i neprihvatljivo.

Maja je započela terapiju zbog osjećaja bespomoćnosti, depresije, rastrojenosti, nezadovoljstva životom, problema sa sinom, ovisnosti o sinu tj. pretjeranoj brizi i kontroli nad njime, zbog želje da u svakom momentu bude uz njega, kao i zbog problema na poslu sa kolegama i nadređenim. Prije ulaska u grupu je isticala da joj je terapija posljednja prilika da se vrati u život. Iako je klijentica jako mlada, takva izjava izrečena na samom početku rada, pored onih problema sa kojima se suočavala u sadašnjosti, a koji su je očito preplavili, je ukazivala i na njezine dublje probleme. Problemi koje je klijentica prikazala u prvom planu su bili samo oklop koji je štitio od unutarnjih rana, odnosno traumatskih iskustava prošlosti i nisu se iskazivali na početku rada sa njom.

3.2. Rad u psihodramskoj grupi

Maja učestvuje u radu psihodramske grupe već dvije godine. Grupa se održava u kontinuitetu svake sedmice sa pauzom od mjesec dana tokom ljeta. Grupa je rodno i uzrasno homogena, sve članice grupe su mlade žene koje su u braku ili partnerskoj vezi. Iako je imala dozu anksioznosti o sastavu grupe i kako će se grupni rad odraziti na nju, Maja je na početku ostavljala dojam nemoći i prepuštanja. Gradnja povjerenja i međusobno upoznavanje su bili od velike važnosti u početnim grupnim seansama. Podrška koju je počela osjećati već na samom početku rada joj je stvarala motivaciju za dalji rad na sebi. U početku, grupne seanse su obavezno sadržavale različite kreativne vježbe za zagrijavanje grupe, kao što su: crtanje, vodene fantazije, sociometrija i rad na ulogama koje članice imaju (*majka, sestra, domaćica, supruga, kćerka*). Pored toga, pošto su se članice i prvi puta susretale sa psihodramom, pa ih je sama „igrala“ kroz rad asocirala na dječiju igru, bio je prisutan i humor. Ponekada bi i same članice grupe izjavljivale „Lijepo je biti dijete“, „Eh, kada bi sada bila dijete“ i slično. Primjećivalo se da su članice grupe vrlo brzo prihvatale psihodramu kao terapijsku metodu rada u grupi. Spontano su se prepuštale bez imalo ustezanja, jer su osjećale da je upravo smijeh ono što im i nedostaje u svakodnevnom životu. Taj isti osjećaj je dijelila i klijentica Maja.

Majine prve teme koje je započinjala tokom grupnog rada su se odnosile na njen odnos prema sinu i postavljanju granica, kako prema sinu, tako i prema drugim vezama, naročito kolegama na poslu i nadređenom. Njen prvi brak nije bila tema koja je načeta na početku rada. To je osjećala kao svoju prošlost koju želi zaboraviti, smatrajući da ima dosta problema u sadašnjosti sa kojima bi se radije bavila. „Prošlost je iza mene i ne bih se vraćala na to... to želim da zaboravim“, znala bi pomenuti prvih mjeseci rada u grupi. Radeći na temi odnosa sa sinom, vremenom je uviđala da je u tom odnosu bila u poziciji žrtve što je uloga koja joj je podsvjesno i bila poznata. Po prvi put pred drugima priznaje da je njen sin kome je u potpunosti posvećena kao majka, ujedno i nasilan prema njoj. Doživljava verbalna vrijedanja i osjeća strah da bi je u nekim trenucima mogao i ozbiljnije povrijediti. U tom dijelu se radilo na eksploraciji događanja, odigravanju situacija i scena koje su se u stvarnosti dešavale sa sinom i koje su u aktuelnom grupnom okruženju u sesiji poprimale dimenziju sigurnosti i mogućnosti za preuzimanje kontrole nad situacijom. Maja je vrlo brzo dolazila u kontakt sa svojim emocijama koje su sejavljale na sceni. Počela je da uviđa strah od sina, koji je počeo da biva „okidač“ za nešto što je doživljavala ranije. Maja je počela uviđati svoju ovisnost i stalnu potrebu da bude u ulozi žrtve u odnosu sa sinom.

Uskoro se počelo primjećivati da iz Maje izlazi i ljutnja, te se krenulo sa radom na tim emocijama. Kada klijent počne pokazivati ljutnju, to može biti i znak da ima snagu da se suprotstavi, pa ga sam taj osjećaj može izvući iz straha. Maji je bilo važno da čuje da može sebi dozvoliti ljutnju i u bliskim odnosima i to, naročito, u odnosima koji joj narušavaju i oslabljuju integritet. Nakon nekoliko mjeseci rada kroz grupnu terapiju, na Maji se počela primjećivati njena snaga i resursi. I sama se ponekada čudila onim što je uspijevala da postigne kroz psihodramu. Zapravo, za nju je bilo značajno da može biti svjesna svojih emocija i stanja, početi djelovati u skladu s tim i dozvoliti sama sebi da ispolji takve reakcije.

I druge osobe su počele uviđati njenu promjenu. U prvom redu to je bio njen suprug, koji je umnogome podržavao njene dolaske na

seanse. I roditelji su počeli primjećivati veću vedrinu na njenom licu, više smijeha, humor, itd. Sama Maja je počela da primjećuje vlastito tijelo na drugačiji način, počinje se sređivati, šminkati, raditi neke stvari samo za sebe, jesti omiljenu hranu, čitati knjige i odlaziti na obližnje kupalište. Bila je tako očito ponosna na ono što postaje. Koliko se čudila svojim promjenama, toliko je bila i ponosna na sebe i na svaki mali uspjeh koji bi postigla u grupi.

Kako su se grupni procesi razvijali, teme su često bile zajedničke za sve članice grupe, tako da su partnerski odnosi neko vrijeme bili važna tema grupe. Maja se dugo opirala direktnom radu na ovoj temi, jer je tema sa sinom bila uvijek podcrtana kao važnija. U jednom od svojih ličnih radova na grupi, radili smo na njenoj vremenskoj liniji događaja, a opet vezući se za temu odrastanja njenog sina i njenog života sa tim. Zapravo, ona na taj način prolazi spontano kroz različite faze težine svoga života.

3.3. *Definisanje ugovora za rad*

Na grupnoj terapiji Maja je odlučila da njena tema na kojoj će raditi bude: „Svoje i sinovljevo sazrijevanje, evaluacija i pogled na težinu života, ponos“. Nakon što je Maja počela sa radom, izjavila je da njen sin uskoro puni 18 godina i time postaje punoljetan. Njegova nadolazeća punoljetnost kod nje budi uspomene na prošlost koja je, u nekim dijelovima, bila bolna. Naime, kao samohrana majka, Maja je počela brinuti za sina od njegovih osam mjeseci kada je postao njezin jedini smisao života i razlog za borbu kroz život. Kroz ovaj rad, Maja želi da prihvati težinu života, spozna svoje resurse u odnosu na sve što je prošlo i želi da postane svjesnija svoje snage. U suštini, ona je bila često zbumjena načinom na koji proživljava svoj život i stalno se pitala kako je sve to uspijevala. Pozitivna razlika u sadašnjosti jeste da je ona počela da primjećuje sebe, ali je vrlo brzo počinjala i da bježi od sebe.

Odlučeno je da se sa Majom napravi vremensku liniju događaja. Najprije je napravljena scena na kojoj će niz stolica predstavljati važne faze njenog života, a ona ulaziti u uloge sebe u svakoj od tih

životnih faza. Prije početka rada se nije se znalo kroz koliko će faza Maja proći. Spontano je krenula sa fazom koja je bila jako značajna, ali koja je predstavljala i veliku patnju za nju samu.

Dob klijentice	Traumatska i stresna situacija	Uvid u podršku
14	Nasilje od strane partnera, seksualno zlostavljanje, ranjavanje, trauma poroda.	Otac kao faktor spasa.
19	Novi brak: želi se radovati, ali je preplavljuju tuga i osjećaj krivice zbog sina.	Partner kao podrška.
24	Patnja za sinom koji je kod djeda i nene. Maja počinje konzumirati alkohol.	Partner kao spas i podrška u odvikavanju od alkohola.
27	Promjena sredine za sina, koji konačno dolazi da živi sa mamom. Maja i njen sin doživljavaju uvrede od strane svekrve.	Maja po prvi put sama osjeća podršku da se može boriti i za sebe i za sina.
30	Sin ulazi u loše društvo, konzumiranje droge, krađa novca.	Doktori, partner, ali i ona sama predstavlja simbol snage i borbe koju je osjećala u tom periodu.
32	Sin počinje konzumirati alkohol, nasilan je prema Maji i njenom partneru, Maja sve više osjeća strah od njega.	Psihodramski grupa kao spas.
34	Sadašnjost, sinovljev bijeg od kuće, Majina želja da drži sve pod svojom kontrolom, da i dalje svakodnevno brine o sinu, što joj stvara veliko opterećenje.	Osjećaj poštovanja i vjere u sebe: „Jako sam ponosna gdje sam sada, a kroz šta sam sve prošla“.

Slika 1.3: Šematski prikaz vremenske linije klijentice Maje

Prva faza u koju Maja ulazi je na sceni simbolično predstavljena

prvom stolicom. Maja se vraća u ulogu u kojoj počinje život sa prvim partnerom. Osjeća se jako povrijeđeno i jako je potresena sjećanjima iz tog perioda. Psihodrama dozvoljava uvođenje na scenu osobe za podršku u svojstvu dodatne sigurnosti klijentu. Ukoliko u stvarnosti ne postoji stvarni lik za podršku, otvara se mogućnost uvođenja „zamišljenog“ lika podrške na scenu. Shodno tome, Maji se nudi da dovede nekoga za podršku ko će biti uz nju u tom periodu. Pošto je do sada pokazivala otpor da se bavi ovim periodom života iz prošlosti, postavlja se pitanje da li bi ono što je klijentica ranije smatrala kao nešto čega se ne želi sjećati moglo biti preplavljujuće i retramatizirajuće. Terapeut je osjećao potrebu da joj ponudi izbor tako da, sada, Maja ima priliku da preuzme kontrolu u svojoj priči. Maja je najprije porazmisnila, pa odgovorila da to ne želi. Iznosi da joj je u ovom momentu važno da sa grupom podijeli šta se desilo. Željela je da se članovi grupe približe, što se moglo razumjeti kao važnost blizine podrške u toj fazi što joj je, ujedno, i nedostajalo u stvarnom životu. Nakon godinu i po rada u grupi Maja odlučuje da preuzme kontrolu nad stvarima za koje ranije nije imala snage.

U ovoj fazi po prvi put na sceni priča o pojedinostima svoje zaljubljenosti u prvog partnera kada je sa 14 godina, po završetku osmog razreda odlučila da ode od kuće i da se uda. Opisuje kada je školsku torbu ostavila u klupi i krenula za partnerom. Dok je išla za njim, znala je da nema povratka kući i da su roditelji sigurno ljuti. Opisuje nekoliko kilometara pješačenja dok nije došla do njegove kuće. Maji je pomalo teško i sada da razumije tadašnju odluku o odlasku od kuće. Ali, ono što je na nju najviše uticalo da se odluči na taj korak je što je smatrala da će u novom odnosu da dobije osjećaj slobode. Taj osjećaj je bio zasnovan na tadašnjim obećanjima partnera da je više niko neće kontrolisati.

U stvarnom svijetu, stupanje maloljetne osobe u brak bi se moglo razumjeti kao krivično djelo. Međutim, to se dešavalo tokom rata, 1994. godine, kada je vladao opšti haos u kojem se nisu poštovali zakoni. Na drugoj strani, činjenica je da se u mnogim selima dešavalo da jako mlade djevojke rano stupaju u brak, samim tim prekidajući svoje djetinjstvo i preuzimajući sve druge životne obaveze i nove

uloge. Isto se može reći i za Maju: pošto iz osnovnoškolske klupe odlazi u brak nesvesno doživljava šok. Što se tiče seksualnih odnosa, u tom periodu su joj bili strani, pa su je dodatno teretili i zbog poruka koje je dobivala od roditelja da ne treba stupati u seksualne odnose jer je to nešto loše. „Kada sam krenula kod njega nisam znala šta me čeka... kako taj sam čin djeluje strašno...“, govorila je Maja.

Klijentica počinje pokazivati fizičke reakcije ponovnog doživljavanja i prisjećanja na strašni doživljaj, počinje da plače i da se trese. Klijentici opet biva ponuđeno sigurno mjesto. Maja je cijelu grupu doživjela kao sigurno mjesto, tako da nije osjećala potrebu da pravi dodatnu sigurnost. Klijentici je bila važna podrška grupe i njihova blizina. Bilo je važno da grupa, kao svjedok traume, čuje šta se dešavalо sa Majom i kako se osjećala. U jednom momentu, iako djeluje rastreseno, Maja navodi sljedeće: „Želim ovo izbaciti iz sebe i želim to reći ovdje, jer u ovom prostoru i u ovoj grupi po prvi put osjećam i spremnost za to.“ Klijentici je otvorena mogućnost eksploracije događaja i osjećanja do one mjere koliko je njoj, u datom momentu, bilo prihvatljivo i moguće. Imala je potrebu da opiše dio priče o seksualnom zlostavljanju i bola koji je doživljavala tu noć, ali isto tako i kasnijih sve učestalijih oblika svih vrsta nasilja. S obzirom da je klijentica situaciju prvi puta iznosila na sceni, vremenska linija joj je ujedno bila i vid zaštite i sigurnosti. Naime, klijentica nije bila u direktnoj situaciji i sceni zlostavljanja od strane prvog partnera.

Maja je ostala dvije godine u prvom partnerskom odnosu koji opisuje kao jako traumatski i težak period njenog života. Rat je dodatno otežavao njenu situaciju. Pošto je njen partner bio na ratištu ona je, po njegovom zahtjevu, morala biti u njegovoј blizini pa je često bila primorana da mijenja mjesta boravka. Njen partner bi obično u blizini ratišta nalazio neku kuću u kojoj bi unajmili sobu gdje ona može boraviti i biti pod njegovom kontrolom. Počinitelj nasilja je stavio Maju u očitu poziciju straha i bespomoćnosti, jer je on bio taj koji je kontrolisao njen život i, samim tim, zauzimao poziciju moći. Jedne prilike, po povratku sa ratišta njen bivši muž je ranjava. Metak joj prolazi ispod grudi gdje i sada ima ožiljak. Maja plače i priča

o svemu tome sa dosta tuge i boli u glasu. Roditelji i brat nikada nisu saznali za taj događaj. U tom periodu veze su bili pokidani i odnosi sa primarnom porodicom što biva još jedna scena noćne more koja ju je snašla. Kako je vrijeme prolazilo, Maja sve više uviđa da je njezin partner jako problematična osoba i spoznaje da je sklon kriminalnom ponašanju. Na kraju, prihvata svoj život kao agoniju koja traje, prepušta se i postaje svjesna da je više ništa ne može iznenaditi u negativnom smislu. Članice grupe su spontano prišle Maji, imale su potrebu da je podrže, zagrlivši je po leđima i ramenima. Klijentica je to prihvatile kao važno.

Maja potom ostaje u drugom stanju. Slijedi trauma poroda koja je isto tako stavlja u bezizlaznu situaciju i počinje da misli da ne želi više da živi. Porod sa 14 godina joj nameće dosta straha, stida, osjećaja krivnje. Iako je u ovoj fazi postojalo dosta loših momenata koji se i po prvi puta pomijnu na sceni, važno je bilo uspostaviti kontakt sa onim što je klijentici pomagalo da sve to preživi. Klijentica navodi da su roditelji bili ti koji su prvi došli do nje, jer od njenog odlaska nije bilo nikakve komunikacije među njima. Našli su je u udaljenom mjestu i jedva su mogli da je prepoznaaju. Izgledala je jako loše i bila je na ivici anoreksije. Iako Maja pred roditeljima pokušava da sakrije nasilje koje je doživjela, naročito ocu je bilo jasno da ima tu i nasilja, te da Maja jednostavno pati. Ovo je vrlo česta pojava jer žrtve nasilja ne žele da iko sazna da su zapravo žrtve nasilja. Kada joj je otac rekao da se može vratiti kući i da može povesti i sina kojeg je rodila došlo je do prekretnice. To je Maji dalo nadu da može da promijeni stvari u svom životu. Iako je dobila podršku, nikada nije imala snage da roditeljima povjeri svu raniju patnju i odlučuje da to ostane samo njena tajna. Međutim, sada, na sceni iznosi da se osjeća lakše što više ne nosi sama ovu tajnu.

U kasnjem radu psihodramske grupe, Maja uspijeva da raščlanii svoju vremensku liniju što joj pruža mogućnost da se bavi dubljim odnosima i dešavanjima iz svoje prošlosti. Kroz psihodramu i tehnike zamjene uloga, uspjela je da sa roditeljima razgovara o onome što je preživljavalala u prošlosti; to joj predstavlja opuštanje i olakšanje. Svrha psihodramskog rada sa ovom klijenticom je bila

u pravljenju uvida ne samo u uzastopni niz loših događaja i stanja koje je preživljavala, nego i sticanje spoznaje o onome što joj je pomagalo da preživi i lakše podnosi teške situacije.

Kako je stolica predstavljala težinu Majinih iskustava, predloženo je da nešto stavi na stolicu kao simbol onoga što joj je pomoglo da prevaziđe taj težak period. Bez imalo dvojbe, Maja na prvu stolicu postavlja veliku igračku za ulogu oca jer je sigurna da je to njen otac.

Drugu stolicu postavlja Maja sa 19 godina. U sljedećoj životnoj fazi, njen sin je mali i želi mamu samo za sebe. Iako dobiva podršku porodice, Maja ima osjećaj krivnje i stida koji dugo ostavljaju traga na njen život. Maja pokušava da se vrati u život: počinje da radi, započinje vezu sa drugim partnerom, te nakon godinu dana odlučuje da se uda za Damira, partnera koji je pokazao veliku podršku i razumijevanje i za sina i za nju samu. Sjeća se balona koje bi svaki put donosio njenom sinu. Prisutna je bol nakon vjenčanja. I tu Maja pokazuje emocije, plače, ima osjećaj da je izdala sina i da ponovo ulazi u nešto loše, kao i prvi put. Opisuje da je na vjenčanju bila u sivom odijelu. To je nešto što je jako rastužuje, jer nije mogla u potpunosti osjećati sreću, iako je željela. Imala je veliku podršku od roditelja, ali može reći da je u tom periodu ipak najveću podršku dobila od Damira. Već naredni dan po vjenčanju, partner je podržava da ode kod sina koji je u tom periodu bio kod Majinih roditelja. Od tada je Maja svako jutro i svako veče odlazila kod sina. To joj je pomoglo da osjeti veliku slobodu. Pokušala je da razdvoji osjećaj tokom prve i druge udaje.

Partner Damir je pozitivna pomoć koju Maja izdvaja iz tog perioda vremena. Na drugoj stolici postavlja svog partnera kao simbol podrške u obliku lutke.

Sljedeća životna faza, treća stolica, je bila vezana za period kada je njen sin porastao i krenuo u osnovnu školu. Maja još uvijek pati za sinom i stalno odlazi kod njega. Međutim, kada je kod kuće sama, u tajnosti počinje da konzumira alkohol. Partner to nije primjećivao. Kako počinje da verbalizuje taj period, javljaju se emocije, tuga, bespomoćnost, usamljenost i bremenitost. Iako partner cijelo

vrijeme pokušava da ostane uz nju i da joj daje podršku, osjeća se usamljeno, što se može pripisati traumatskoj situaciji iz prošlosti koja je narušila odnose prema drugima. Jedan dan je partner pronalazi u pijanom stanju na podu. Počinje da usmjerava sve snage da joj pomogne. Ona prihvata njegovu pomoć i odlazi na liječenje. Slijedi dug i težak period koji je zbog praznine i želje da ima sina pored sebe automatski odradivala. Nakon liječenja i odvikavanja od alkohola, Maja je sretna kada se sin doseljava u njihovu kuću. Tada, poslije dugo vremena, doživljava mir.

Na treću stolicu, kao simbol podrške ponovo stavlja partnera kao nešto pozitivno što joj je помогло да izade iz teške situacije ovisnosti.

Sljedeća faza, četvrta stolica je zapravo period sinovljeve promjene koji dolazi sa sela u grad i mijenja društvo. Ovo dodatno usložnjava Majina svekrva koja njenom sinu govori da je kopile. Maja se osjeća bespomoćno. Sin majci Maji govori da možda nije trebao doći, iako je neizmjerno voli. Međutim, ono što se tada po prvi put dešava jeste da Maja osjeća snagu da se bori za nešto. Ona se zajedno sa partnerom suprotstavlja svekrvi i postaje ona koja postavlja granice. Na četvrtoj stolici za simbol podrške postavlja igračku velikog bijelog medvjeda koji predstavlja snažnu Maju.

Sljedeća faza, peta stolica je vezana za period srednjoškolskog obrazovanja sina koji počinje da ulazi u loše društvo i počinje da puši travu. Sama ta spoznaja je bila porazna za Maju. Dešava se još jedan loš momenat u životu. Sin krade 5,000 eura iz kuće i ne vraća se kući nekoliko dana. Uz podršku partnera, Maja poziva policiju koja ga pronalazi u nekom podrumu u jako lošem stanju pod uticajem droge. Maja prestaje da radi i ponovo sve snage usmjerava na sina. Slijede ljekari, odvikavanje, krize i sinovljevo plakanje na majčinom ramenu. U tom periodu, partner i ljekari priskaču u pomoć radi podrške Maje i njenog sina.

Na petu stolicu za simbol podrške postavlja lutke i za doktore i za partnera, ali i za sebe stavlja predmet kao simbol vlastite snage i borbe koju je borila u tom periodu.

Sljedeća faza, šesta stolica je period tokom kojeg Majin sin pohađa

treći razred srednje škole. Maja počinje da se vraća u normalan život, iako i dalje osjeća nepovjerenje prema sinu i njegovom ponašanju. Sin počinje sa kasnim izlascima, počinje da piće, sve više počinje da bude agresivan i prema njoj i prema Damiru. Maja ponovo počinje da osjeća bespomoćnost, javljaju se psihički i tjelesni umor, misli i osjećanja da više nema snage za nove životne teške situacije. U ovom periodu, Maji je pomogla psihodramska grupa.

Na šestu stolicu Maja postavlja simbol podrške u obliku velikog šarenog kruga ispunjenog brojevima za psihodramsku grupu. Maja iznosi da je zahvaljujući dolascima na grupu uspjela da se okrene sebi jer je pronašla obrasce i modele kako da se bori sa svojom situacijom.

Sljedeća faza, sedma stolica je bila sadašnjost i ono gdje je Maja sada. I za ovaj period života je vežu negativne situacije kao što je sinovljev bijeg od kuće i ženidba, njezina želja da ima sve pod kontrolom i da nastavi da svakodnevno brine o sinu. Ipak, Maja niz stolica posmatra iz različitih vremenskih perioda i iznosi sljedeće: „Jako sam ponosna gdje sam sada, a kroz šta sam sve prošla...“

Maja pojašnjava svoj ponos na sina i na to gdje se sada nalazi. Sin je ipak završio školu, ona počinje da želi da ga pusti da sam gradi svoj život i budućnost i navodi da nema potrebu da bude uključena u stvari koje ne može promijeniti. Takođe, Maja ponos veže za to kako se ona osjeća u cijeloj svojoj životnoj priči. Iznosi veliko zadovoljstvo sobom i stvarima u kojima sada želi da uživa, a ranije je to bilo teško. U ovom momentu, Maja je sasvim jasno izrazila svoja osjećanja koja su najvećim dijelom povezana sa slobodom i pronalaskom vlastitog mira. Svjesnija je da može sebi dati dozvolu da više uživa u ljubavi i u odnosu sa partnerom, osjeća slobodu i neku vrstu ispunjenosti zbog toga.

Na sedmu stolicu kao simbol podrške postavlja igračku velike stijene na kojoj se nalazi mišićavi ratnik koji predstavlja snagu. Maja objašnjava da se zapravo i osjeća tako.

Mirror (eng. ogledalo) je terapijska tehniku koja se koristi u psihodrami na način da terapeut prekida akciju, izvodi protagonistu van scene, dok jedan pomoćnik (*član grupe*) ulazi u ulogu prota-

goniste i ponavlja scenu. Na taj način protagonista zapaža vlastite reakcije i ponašanje, kao i odnose sa drugima. Ova tehnika je primjenjena kako bi Maja saslušala i pogledala kako to sve izgleda i kako se sada osjeća u odnosu na događaj. U svrhe analize po tehniци ogledala, Maja je izabrala dvije uloge: jedna uloga je bila osoba koja je predstavljala njen problem, a druga uloga je bila osoba koja je predstavljala osnažujući dio i podršku. Korištenjem tehnike ogledala, Maja je i kao posmatrač mogla vidjeti i verbalizirati svoje teške životne faze. Sa jedne strane, Maja je čula osvrt na vremensku liniju i događaje koji su se nizali, a sa druge strane iznesena je i saslušana podrška koja je za nju predstavljala vid nade i sigurnosti. Maja je uvijek zaboravljala pomažući dio u teškim životnim momentima. Sam uvid u prisustvo ranije i trenutne grupne podrške koju dobija joj biva od velikog značaja. Kada je saslušala cijeli niz događanja, Maja plačući izjavljuje da ni sanjala nije kroz šta će jedan dan prolaziti, iznoseći da je najveća dobit rada terapijske grupe povrat vjere u sebe, jer se, prije svega, želi boriti dalje na prvom mjestu zbog sebe.

Naime, na početku rada, Maja je izjavila da joj je jedini smisao života sin, ali je sada bila pomalo uplašena takvom izjavom što joj je dalo volju i snagu za promjenu i puštanje sina da živi svojim životom. To je za Maju bio značajan uvid. Tokom faze dijeljenja osjećanja, sve članice su se povezale sa radom i, u pojedinim trenucima, prolazile kroz emotivne reakcije. Tokom trajanja sesija se među članicama grupe mogla primjetiti velika povezanost i povjerenje. Empatija koju su članice grupe prenosile na protagonistkinju je svakako pružila značajan doprinos u podršci koju je i sama Maja osjećala tokom rada, što je na kraju i verbalizovala.

Zaključujemo da je Maja zapravo trijumfovala nad svojom bespomoćnosti i traumom prošlosti kojom se nekada bojala baviti. Nakon svake naredne seanse, iskazivanjem potrebe za daljim radom na svom jačanju i rastu na ličnom planu Maja je pokazivala veću spremnost u suočavanju sa novim temama.

4. Diskusija

Predhodno navedeni primjer grupne sesije predstavlja polaznu osnovu i podsticaj da se klijentica dublje bavi svojim temama iz prošlosti. Zapravo, nakon ove grupne sesije Maja počinje da dolazi u kontakt sa sobom i svojim ličnim traumama i stresnim situacijama koje su se vremenom nagomilale i kulminirale do te mjere da se često osjećala bespomoćno i bezizlazno iz situacija u kojima se nalazila. U takvim situacijama, u stvarnosti često nije znala prepoznati podršku koju je dobijala od drugih. Sama spoznaja i uvid u podršku drugih, ali i uvid u vlastite snage su je, postepeno, iz pozicije bespomoćnosti stavljali u poziciju moći, odnosno u položaj osobe koja ima snage za suočavanje sa novim životnim stresovima.

Značajan uvid za klijenticu je bila i spoznaja njenog odnosa sa sinom. Prethodno je u tom odnosu sebe vidjela u ulozi žrtve. Za nju je velika snaga predstavljala činjenica što je mogla sebi dati dozvolu da kaže da je sinovljeva žrtva, ali je isto tako bilo važno da to prizna i drugima. Ta spoznaja joj otvara mogućnost razumijevanja da, iako je majka, ne mora biti žrtva. U tome su bile značajne intervencije u smislu odigravanja scena u kojima je klijentica osjećala strah od sina.

Moglo se primjetiti da je Maja uspjela postaviti granice u odnosu na sina gdje mu se jasno suprotstavlja i daje do znanja da ne želi da ponovo bude njegova žrtva. Samo osvještavanje žrtve u tom odnosu joj pruža drugu dimenziju življenja gdje postaje svjesna svog izbora. Zapravo, činjenica u korištenju psihodramske tehnike, zamjena uloga, uključujući scene gdje mijenja uloge sa počiniteljem nasilja, su je takođe stavile u poziciju moći, pa su je tako odvojile od stida zbog onoga što je doživljavala.

Vremenska linija događaja je u ovom slučaju poslužila sticanju spoznaje u vremensko javljanje životnih događaja koji su bili teški za klijenticu. Predstavljeni intervali i godine su periodi kada je klijentica imala 14, 19, 24, 27, 30, 32 i 34 godine. Svaka od ovih vremenskih faza je klijentiku stavljala u stanje bespomoćnosti gdje, u stvarnosti, nije uviđala da uopšte ima podršku i snagu. Uglavnom je zapažala samo negativno. Pomoglo je što se klijentica cijelo vrijeme trajanja seanse poticala da iznese stvari koje su joj pomagale

da preživi i prebrodi određene periode.

Pošto je grupa vjerovala njenoj priči, podrška grupe je odigrala veliku ulogu, jer je učinila da klijentica ne ostane izolirana sa svojom traumom. Grupa je za klijentnicu imala dvije važne funkcije: bila je svjedok priče i događaja, kao i sigurno mjesto i podrška.

Pored toga, cjelokupni oporavak klijentice tokom faza rada i vremena je ukazivao na terapijski napredak u mnogim sferama života. Pored postizanja satisfakcije u proradi bolne prošlosti, otvorene su mogućnost i za dalji rast i razvoj. Uspjela je ostvariti bolje kontakte i odnose sa kolegama na poslu, nadređenim, prijateljicama i roditeljima. U svim tim odnosima počela je osjećati veće poštovanje od drugih, ali je takođe bilo značajno i novostećeno poštovanje prema samoj sebi koje uspijeva da osvijesti.

Klijentica počinje da razmišlja o sebi i svojoj seksualnosti na pozitivniji način. Ima potrebu za ostvarivanjem veće bliskosti sa sadašnjim partnerom, počinje da osvještava činjenicu da je sadašnji partner ponekada bio njena žrtva, jer je jedini mogao da podnosi njene izlive ljutnje i bijesa.

U daljem radu sa klijenticom se pristupa odigravanju scena sa nasilnim prvim partnerom. Psihodramskom tehnikom zamjene uloga je imala priliku da izbaci akumuliranu negativnu energiju, ljutnju i bijes. Maja je sada lakše ulazila u scene svog djetinjstva. Shvatila je da je i u tom periodu života bila žrtva „čudnih i neprirodnih zagrljaja“, ali isto tako „čudnih pogleda“ od strane drugih osoba. U periodu kada je imala između, otprilike, sedam i osam godina je bila prisutna velika doza straha i bespomoćnosti što je za Maju bila duboko potisnuta tema o kojoj se, kako tvrdi, nikada nije usuđivala da naglas priča ili razmišlja. Sada sasvim spontano i bez otpora može da podijeli kako se osjećala u odnosu na ta zbivanja. Sama riječ „žrtva“ je osvještava po pitanju tema iz dalje prošlosti. Tema djetinjstva ostaje otvorena i važna za Majin dalji rad. Smatra da se i fizički osjeća jačom nakon prorade teških tema iz ranijeg perioda jer uvida da je sa nje spao ne samo psihički, nego i fizički teret. Maja osvještava da ne želi više da zaboravi svoju bolnu prošlost. Sada je svjesna da je bolje nešto uraditi sa njom kako bi je lakše prihvatile i postala sposobna da nastavi dalje sa životom.

5. Zaključak

Ovaj rad završavamo citatom psihodramskog terapeutkinje Marcie Karp koja u dvije rečenice jasno opisuje glavne teme rada sa ovom klijenticom i drugim klijentima koji se takođe suočavaju sa temom potisnutosti: „Žrtvama nasilja koje odluče da nikada ne otkriju drugima šta im se desilo bude bolje tek kada tajna izgubi svoju moć. Potrebno je da sebi dopuste da prekrše vlastiti zavjet time što će u bezbjednom okruženju svoje iskustvo do kraja podijeliti sa drugima“. Naime, rana traumatska iskustva, ali i nasilje nad ženama, naročito u kontekstu Bosne i Hercegovine, predstavljaju poznati fenomen čiji efekti mogu biti tragični u načinu na koji narušavaju različite aspekte ljudske funkcionalnosti utičući na sfere emocija, misli i ponašanja.

U ovom radu je prikazana klijentica koja je radom u psihodramskoj grupi spoznavala i rješavala svoje uvide i traume prošlosti koje je negdje duboko potisnula, a kojih isprva nije ni bila svjesna. Tek nakon što je razriješila prošlost postaje otvoreni i zadovoljniji sadašnjim životom i sobom. U ovom slučaju, model rada vremenske linije dogadaja je klijentici ponudio bezbjedan put za istraživanje ličnog materijala povratkom na prošle traumatske događaje. Pored toga, ovaj način rada je pomogao u reintegraciji prethodno odijeljenih traumatskih sjećanja. Nakon razriješavanja traumatskih i stresnih situacija, klijentica se postepeno osnaživala i sticala uvid u vlastite snage, kao i u podršku kojom je bila okružena.

Veoma često se dešava da traumatska iskustva udalje ljude i izazovu probleme u odnosima. To se dešava zato što osoba gubi povjerenje u ljude, porodicu i sredinu koja je okružuje, pa se javljaju osjećanja izoliranosti i otudenosti, mišljenje da je sama na svijetu i da joj нико ne može pomoći. Sa druge strane, ponekad se može javiti i pretjerana međusobna zavisnost o članu porodice ili drugoj bliskoj osobi.

Psihodrama, kao izražajna i kreativna terapijska metoda, je jako pogodna za osobe koje su doživjele traumatsko iskustvo ili doživljavaju nove stresne situacije u svakodnevnom životu. Korištenjem širokog spektra uloga, klijentima se otvaraju putevi

pronalaženja novih uvida u vlastite resurse i kapacitete. Pored toga, igranje uloga otvara mogućnost prorade bolnih tema, ali pod vlastitim kontrolom i u sigurnom okruženju. Klijenti dobijaju mogućnost sagledavanja prošlog iskustva sa nove tačke gledišta. U ulozi drugog, klijentima se omogućava da steknu razumijevanje drugih osoba uključenih u traumatska i bolna iskustva, kao i da sami sebe vide kroz prizmu drugog. Sve to stvara novu dimenziju procesuiranja traumatskog iskustva i nastavka života sa novim stanovištem i snagom.

Važno je napomenuti činjenicu da mnoga istraživanja i stručna literatura ukazuju na znatne rodne razlike po pitanju izloženosti i reagovanja na traumu. Žene su češće izložene seksualnom nasilju, ali i nasilju u porodici. U mnogim društвима, inferiorni status žena i uskraćivanje društvene podrške za procesuiranje traume dodatno doprinose akumuliraju uzročniku stresa i traume.

Iskustva opisana u ovom radu mogu da posluže u svojstvu pokazatelja važnosti rada na sebi, kao i prevazilaženja stigme u traženju psihološke pomoći, naročito u situacijama kada osoba prolazi kroz teške faze svoga života. Grupna psihoterapija predstavlja dobar model rada sa traumatiziranim osobama zbog toga što oživljavanje, dijeljenje i rekonstrukcija bolnih tema u grupi omogućuju traumatiziranim osobama da se oslobole emocija povezanih sa traumom. S tim u vezi, dinamika grupe simbolizira sigurnost, poštovanje i brigu.

6. Literatura

- Džokić, Z. (2010), „Moć psihodrame: uvod u teoriju i praksu psihodrame“, Novi Sad, Psihopolis Institut,
- Hudgins, K. i Toscani, F. (2013), „Healing World Trauma with Therapeutic spiral Model: Psychodramatic Stories from the Frontlines“, Jessica Kingsley Publishers, London i Filadelfija,
- Kellerman, P.F. i Hudgins, M.K. (2001), „Psihodrama i trauma: odigravanje vlastitog bola“, Beograd, International Aid Network,
- Kellerman, P.F. (1992), „Focus on Psychodrama: The Therapeutic Aspects of Psychodrama“, Jessica Kingsley Publishers, London,
- Pregrad, P. (1996), „Stres, trauma i oporavak“, udžbenik programa „Osnove psihosocijalne traume“, Zagreb, Društvo za psihološku pomoć.

EMOCIONALNA SVJESNOST TIJELA

Zvezdana Aličić, Diplomirani pedagog-psiholog, savjetnik u tjelesnoj psihoterapiji

*„Svaki osjećaj, misao i postupak se odvijaju uz posredovanje i izražavanje putem tijela“
dr. Robin Roberts*

1. Uvod

Tijelo ima sposobnost da prikrije emotivna stanja kako bi zadržalo ili potisnulo emocije kao da se nada da se više neće pojaviti u istom obliku. Međutim, uvijek postoji mogućnost da se nakon određenog vremena emocije ponovo pojave. U tom slučaju, čovjek reaguje istim načinom tjelesnog izražavanja kao da se stresna situacija ponovo dešava, možda čak i burnije, što pokazuje da emocionalni proces nije riješen i zaboravljen. Ljudi imaju tendenciju da razmišljaju da sve vremenom prolazi i da se neće vratiti osjećaj koji je nekada davno proživljen. Smatra se da tijelo neće reagovati u stresnim situacijama kao što je reagovalo prije. Međutim, dešava se upravo suprotno. Prilikom akumulacije stresora, tijelo reaguje sa još većom odbranom: na pojedinim mjestima postaje sve zategnutije, mišićna napetost jača, stvara oklop i blokira prirodan tok tjelesnog izražavanja emocija. Zbog toga svako stresno stanje koje je tijelo proživjelo, a tiče se emocionalnih procesa koji nisu adekvatno izraženi i prihvaćeni kroz podršku, može da proizvede psihosomatske smetnje koje mogu dovesti do pojave bolesti.

Svrha ovog članka je da opisom životne priče tridesetogodišnje klijentice Nele prikažemo koji dijelovi tijela blokiraju izražavanje straha, bijesa, tuge, radosti i sreće. Slučaj se zasniva na proradi tjelesnih psihosomatskih simptoma koji su se javili kao posljedica životnih iskustava tokom razvojnog doba klijentice. U članku će biti opisana teorijska podloga za postojanje segmenata i rad na pojedinim segmentima tokom kojih je klijentica imala najjače somatske

prorade, njena promjena u pozitivnom smislu i faktori koji su doveli do rasta i razvoja njene ličnosti. Cilj terapije sa Nelom je bio da pomogne u prorađivanju njenih iskustava koji su doveli do pojave psihosomatskih simptoma, da joj se pruži podrška kako bi postala spontanija i izražajnija emocijama, željama i potrebama, i postizanju što prirodnijeg psihološkog rasta i razvoja njene cjelokupne ličnosti.

2. Teorijska razmatranja

Emocionalno stanje je povezano sa odgovarajućim fizičkim izrazom tj. osjećajem koji se doživljava u tijelu. Ukoliko taj doživljaj nije nikako izražen i podržan ili je senzacija dugo zadržana i nije ugodna, to ukazuje na postojanje smetnje odnosno neuobičajenog disbalansa i promjene u tijelu što opisujemo kao psihosomatske reakcije.

Kod izražavanja emotivnih stanja, emocija kao što je, na primjer, ljutnja se ogleda u mišićnoj napetosti u vilici i ekstremitetima koji izgledaju kao da su „spremni za akciju“ da izraze ljutnju (pokretanjem ruku u napad) ili spremni da je potisnu (*stiskanjem mišića tzv. ukočenost*) pri čemu je pomjeranje mišića manje ili više vidljivo. Kada se osjeća strah, javlja se stezanje u želucu, grudima, grlu i drhtanje, dok se u stanju radosti doživljava lakoća pokreta i širenje pluća. Takva emotivna stanja se dešavaju dok se kroz tijelo pokreće emocija. Međutim, ukoliko se emotivno stanje zadrži i ne izrazi duži vremenski period, dolazi do promjena u tjelesnim segmentima: dolazi do „jačanja“ blokada koje prelaze u stalnu mišićnu napetost i tako nastaje oklopjavajuće po segmentima u tijelu.

Iako u tijelu postoji sedam segmenata, u ovom članku će biti opisani segmenti koji su bili ključni za Nelin proces prorade emocija tokom tjelesne psihoterapije, i to: okularni, oralni, vratni i diafragmatski segmenti tijela. Na sheme tijela se može gledati kao na zamrznutu istoriju osobe (Boadella, 1975). Naime, blokiranjem tijela kroz segmente se emocije rasporede u tzv. sheme u tijelu, pa se čovjek prilagodi na novonastali „raspored“ u vlastitom tijelu kako bi mogao da što bolje psihološki funkcioniše kroz život. Iskustva koje je neka osoba imala u toku života formiraju njen tjelesni stav, karakternu strukturu i odnos prema sebi i drugima. Drugim riječima, iskustva

formiraju ličnost.

Emocionalno stanje koje nije adekvatno ispoljeno i prihvaćeno, ostaje unutar tijela u segmentima koji su povezani sa datom emocijom. Neizražena emocija stvara tenziju, a što je tenzija duže prisutna sve više jača u vidu mišićne napetosti, pa tijelo počne da izražava jasno vidljivu ukočenost (*ruklu, vrata, vilice*). Čovjek nije prirodan, opušten i zadovoljan u stanju ukočenosti. Dijelovi tijela koji su napeti izgledaju kao da nose težinu, ali, ustvari, skrivaju emociju. Ljudi obično nisu svjesni da se skrivenе emocije odražavaju na njihov tjelesni stav. U zavisnosti od toga koja od emocija nije izražena, blokade se rasporede po tijelu po segmentima. Kada se deblokira put kretanja energetskog izražavanja, tijelo se oslobodi mišićne napetosti i, u procesu oslobođanja emocionalnih blokada, zajedno sa psihološkom obradom, dolazi do prorade traumatskog iskustva. Klijent nauči da razumije proces u svom tijelu i počinje da shvata da mu više nije potrebna zaštita koja ga stalno drži u tenziji. Nauči da prepozna svoja osjećanja, postane spreman da sve što je zadržao kao iskustvo (*gubitak, tuga, trauma*) može da izrazi uz adekvatnu psihološku podršku. Opisom senzacija i reakcija koje dolaze iz okularnog segmenata, može se puno zaključiti o mjeri kojom se blokiraju bol, strah ili bijes.

Kod upoznavanja, osobe bi trebale da drže kontakt očima sa sagovornikom. U terapiji je takođe značajan prvi utisak i kontakt. Tako oči odaju ne samo trenutno stanje osobe, nego i ono šta osoba nosi u sebi i kako kroz ponašanje ispoljava ili zadržava svoja osjećanja. Pored verbalno izraženog osjećanja od strane klijenta, za terapeuta su jako značajni pogled na lice, oči i cijeli facijalni izraz. Kada klijent opisuje da osjeća napetost čela, glavobolju, senzaciju zamagljenja pred očima i da mu se „smrači“ pred očima, to znači da oči i okularni segment podržavaju i zadržavaju tenziju. Rad na izrazu lica „otvara“ i oslobođava napetost, tako da klijent može da se slobodnije prepusti svojim osjećanjima. Počinju da mu dolaze slike i sjećanja putem kojih na terapiji proradjuje svoj emocionalni doživljaj.

Okularni segment je značajniji po tome što tokom razgovora sa drugom osobom gledamo i na taj način ostvarujemo kontakt sa

drugom osobom. Odstupanja uvijek postoje i upravo ona pokazuju emocionalno stanje osobe. Prati se izraz očiju; pogled u očima može biti zamagljen, jasan i čist, gledanje može da se dešava u kontaktu, bez kontakta, lutanje očima, gledanje u stanju, itd. Čelo može biti podignuto, spušteno, namršteno, i sl. Svi ovi opisi se odnose na gornji dio lica gdje su smještene oči. Kontakt licem u lice (*eng. facing*) se u velikoj mjeri tiče kvaliteta kontakta očima, što je tjelesnom psihoterapeutu jako važno da bi mogao da procjeni trenutno stanje klijenta.

Kada govorimo o oralnom segmentu (*usta i vilica*), on se može posmatrati zajedno sa vratnim dijelom. Kako se prilikom govora povezuje, ovaj segment se posmatra spojeno kao da tvori krug; pokret i protok disanja kroz ova dva segmenta vode do emocionalnih izražavanja. Prati se pravilno disanje (*udisaj kroz nos, disanje stomakom i izdisaj na usta, poput beba*), da li je prirodni izražaj blokiran, da li osoba priča sa spuštenom glavom i tiho, nerazumljivo i kao da se ustručava. Blokiranje u zoni vrata i usta pokazuje blokiranje bola, straha i bijesa. Pošto su usta i grlo povezani, kada izražaj kreće kroz jedno, treba izaći kroz drugo. Slušajući i posmatrajući tok govora, zapaža se da su u funkciji govora uključeni dijafragma i grudi, grkljan, jezik, usta i usne i centri za govor u mozgu.

Kada dođe do, na primjer, blokiranja bola, blok se proteže od vrha grudi, prednje strane grla i dna usta, tako da je cijela prednja strana gornjeg dijela tijela (*cervikalni oralni segmenti po Reichu*) uključena u funkciju blokiranja bola. Tokom straha i nepovjerenja ovaj izražaj se najviše ogleda u očima i ustima. Duboka tuga i radost ukazuju izražaj u grlu u vidu natečenog grla i tokom pojave tzv. „knedle u grlu“.

Kada se posmatra osoba koja blokira puno bola, tzv. „osjećanje mučeništva“ se naročito izražava u vidu ukočenosti vrata. Izraz koji je zarobljen u vratu izgleda kao da osoba kaže „Jadan ja“ i pokazuje samosažaljenje i potištenost. Bol se često zadržava kroz zategnutu kontrakciju potiljačnog dijela vrata, zatvaranjem očiju, zatvaranjem okularnog i cervikalnog segmenta. Pri opuštanju se

koriste tehnike izbacivanja, odnosno „pućenje“ usana i puštanje zvuka. Oba segmenta se izražavaju u vidu pokreta i zvuka, jer su do tada usne zadržavale emociju i bile zategnute stvarajući izraz lica klovna. Ukoliko usne stoje u agresivnom stavu, one su tada jako stisnute i zakočene. Pošto je iz donjih dijelova tijela usmjerena ka višim dijelovima tijela, od grudi do usta, sasvim je prirodno da se emocija pokreće, ali bez izražaja stvara se bolni grč u vilici i na licu koji pravi masku. Slučaj klijentice Nele je pokazao da su ova dva segmenta bila dugo vremena blokirana zbog čega je, u vidu zaštite, klijentica nesvesno na licu imala izraz maske.

Dijafragmatski dio obuhvata stomak i solarni pleksus koji su povezani sa emocijama bola i zadovoljstva. Ovaj dio je povezan sa seksualnim osjećanjima, pobudom, bijesom, mržnjom, snagom i osnaživanjem. Ovaj dio dijeli tijelo na dva dijela: pravi presjek između gornjeg dijela koji je smješten iznad dijafragme i donjeg dijela koji je lociran ispod dijafragme. Obično dolazi do zaledivanja ili smanjenja senzacija i osjećaja donjeg segmenata. Kada se zaustavi kretanje osjećanja koja bi trebala da se dešavaju u dijafragmatskom dijelu ima se osjećaj kao da osoba više „ne postoji“ jer ništa ne osjeća, zaledava se, dolazi do rascjepa da bi mogla da prezivi, jer nema više tendenciju prihvatanja боли, povreda, negiranja, itd.

Iskustva u radu sa klijentima su pokazala da njihov pravilan opis blokada sa kojima se susreću stvara vrlo jasnu fiziološku sliku njihovog stanja u terapeutovim očima koji zatim, poznajući tjelesnu shemu segmenata, može da pristupi vraćanju tijela u stanje balansa, u prirodno fizičko i emotivno stanje eliminacijom svih tenzija u tjelesnom izražavanju. Opisom položaja emotivnih stanja i tokova energije unutar tijela se stvara jasnija slika kod klijenta, kako je to opisano po segmentima i zašto je važno poznavanje tjelesne sheme segmenata, da bi se moglo ustanoviti i raditi ka vraćanju prirodnosti i emotivnom izražavanju bez tenzijskih zadržavanja emocija.

3. Pozadina slučaja

Nela je djevojka u ranim tridesetim godinama koja je rođena u jednom mjestu sjeverozapadne Bosne i Hercegovine. Potiče iz petočlane porodice koja broji majku, ocu, brata i sestru. Do osme godine života je zapamtila sretan period djetinjstva u kojem su svi zajedno živjeli sa tetkama, djedom, majkom i sjeća se osjećanja zajedništva. Nakon toga, kada je Nela napunila osam godina, ranog proljeća 1992. godine je rat stigao u njeno mjesto, počele su blokade na ulicama, a vojska je krenula da se raspoređuje preko mosta. Preselili su se u selo koje joj je bilo poznato po pričama o duhovima i lokaciji čudnovatih dogadaja koje niko nije znao objasniti. Atmosfera ratnog stanja, nesigurnost i kasnije ubistvo mladića pod nerazjašnjenim okolnostima su u njoj povećavali osjećaj straha. Ljudi su prepričavali čudnovate događaje iz svoje sredine, a Nela, kao djevojčica od osam godina, je htjela da ode i da se lično uvjeri kako izgleda neko ko je mrtav pitajući se kako li izgleda njegova krv. Imala je osjećaj da bi je suočavanje sa tim prizorom ojačalo. Nakon što je Nela završila četvrti razred osnovne škole, njena porodica se preselila u obližnji grad do kojeg su putovali cijelu noć konjskim kolima, tako da su im noge bile promrzle kao ledenice. U tom gradu su proveli godinu dana. Živjeli su u kući očevog rođaka gdje su mogli da koriste samo jedan dio kuće. Naime, živjeli su u nedovršenom hodniku, na ledenom betonu, između spratova, bez prave ograde, odnosno samo sa jednim dijelom ograde koji nije predstavljaо siguran graničnik od eventualnog pada. Mama ih je savjetovala da se kreću bliže zidu kada se penju uz stepenice. Međutim, ona i njen brat nisu smjeli da se drže za zid, koji im je bio jedini siguran oslonac. Mama i tata su nastojali da poštuju odluku gazde kuće. Ostale sobe u kući su bile zaključane; gazda je dolazio i povremeno ih provjeravao. Sjeća se kako je izgledao: imao je prijeteći pogled, „zaleđen“ izraz lica, očima je sve pregledao, kontrolišući, i to je radio sa osmijehom, kao da na licu nosi neiskrenu i vještačku masku. U toj kući je doživjela i da prva čuje vijest da joj je djed ubijen. Tokom terapije je upitana kako je to za nju bilo i čega se sjeća. Opisala je kako se tada osjećala

i šta je prvo uradila rekavši „Mislim da sam se zaledila“. Prenijela je vijest roditeljima kao da govori neko drugi i bez pravog kontakta sa emocijama. Nakon toga se sve promijenilo. Mama je imala psiholoških problema. Tata je morao da radi, a Nela je vodila brigu o mami. Pazila je na nju i spavala je sa njom. Nakon godinu dana, njena porodica se preselila u veći grad, gdje žive i danas.

Njen život se pred kraj osnovne škole mijenjao na bolje. Pronašla je način kako da ima vremena i za sebe: počela je da se bavi sportom i bila je uspješna. Dobila je stipendiju i preselila se u drugi grad gdje je krenula u srednju školu. Sama u velikom gradu, željna podrške, pažnje i uvažavanja, Nela je stupila u vezu sa mladićem koji je našao način da je emotivno uslovljava. U vezi je trpila psihološko i emotivno zlostavljanje, prolazeći kroz periode samodestruktivnog ponašanja, suprotstavljanja roditeljima, bježanja od kuće na sastanke sa momkom. Roditelji nisu imali ni autoritet ni sposobnosti da joj pomognu. Bili su nemoćni, iako su se trudili na sve načine da je „izvuku“ iz takvog odnosa. Savjetovali su je, odvajali vrijeme za nju, majka je šetala i razgovarala sa njom pokušavajući da udovolji njenim potrebama. Veza je trajala više od godinu dana, sve dok Nela nije sama vidjela da nema kontrolu nad svojim životom. Preselila se u novi, peti po redu, grad i krenula na psihoterapiju. U međuvremenu je završila fakultet i stvorila život za sebe u novom gradu. Bila je u još jednoj dugoj vezi koja je nakon određenog perioda počela da se mijenja i gdje je zadnju godinu emocionalno više davala nego što je dobijala. Trebala joj je podrška da zaista vidi šta želi. Nela sada živi sama daleko od roditelja. Selila se više puta, ulazila je u emocionalno uslovljavajuće odnose sa stanodavcima koji su je preplavljivali svojim problemima, izlazila im je u susret na uštrb svojih granica, sposobnosti i htijenja. Danas, tokom terapije, jasnije može da vidi sve ono što je vodilo ka zanemarivanju samopoštovanja.

4. Prezentacija rada na slučaju

Nela je došla na terapiju po preporuci svoje terapeutice smjera transakcione analize kod koje je išla na psihoterapije. Izražavala je dosta psihosomatskih simptoma što je bilo indikativno za rad na tijelu. Imala je potrebu da radi na njihovoj proradi, ali nije znala da postoji i ta mogućnost da ide na tjelesnu psihoterapiju.

Na samom početku zajedničkog rada, iako je bila djevojka odrasle dobi, Nela je djelovala kao djevojčica koja se skriva iza svog lika. Djelovala je krhko, glas joj je bio tih i mekan, lice blijedo, imala je obazriv pogled, odavala je nesigurnost, a odbranu je pokazivala kroz stegnutost vilice. Mijenjala je izraz lica od uplašenog do znatiželnog i razdražanog, bila je radoznala. Odavala je utisak nekoga ko ispituje sredinu kako bi mogla da se opusti i čeka šta će dalje da se desi. Ramena je držala visoko i uvučeno, disala je plitko, kao kroz zube i iz vratnog dijela, gotovo ne mičući abdominalni dio tijela. Kada je hodala, noge je malo zabacivala u stranu; nekad je to djelovalo opušteno i lagano, a nekad kao da nije imala povezanu koordinaciju pokreta. Slično je radila i sa rukama. Djelovala je rasuto, kao na oprugama, i bez ikakve povezanosti. Stav njenog tijela je pokazivao prisustvo gomile neizraženog straha, blokiranja sržnih emocija, potrebu za pažnjom, itd.

Tokom početnog razgovora, opisala je niz simptoma iz kojih je bilo jasno da joj je potrebno da radi na tijelu. Duži vremenski period je bila jako bolesna, imala je bolove u zglobovima do te mjere da je ponekad bila nepokretna. Naime, odjednom bi se desilo da osjeti potpuni gubitak kontrole, nemoć u organizmu i nije mogla da se osloni i stane na noge. U predjelu dijafragme je imala česte bolove koji su joj ograničavali disanje i prekidali san. Nije smjela danima da zaspri i da opušteno diše. Sve je to ukazivalo na strah i razmišljanje o tome šta bi se slijedeće moglo desiti i pojačati anksioznost. Išla je na pretrage kod ljekara, ali to bi tek privremeno smirilo njene probleme, jer nije imala inicijalnu dijagnozu. Na kognitivnom nivou je dobro rasuđivala; imala je širok spektar riječi i smisleno je zaključivala. Sa druge strane, sve više je gubila volju da završi započete obaveze, jer nije vidjela smisao. Emocije su se mijenjale od depresije do anksioznosti.

U radu sa Nelom je bilo važno da se prvo počne sa radom na tenzijskim

bolovima u dijafragmi i njenom izražavanju „zaustavljenog bola“ u vratnom dijelu. Ramena su joj bila podignuta kao da je skrivala vrat; glavu je povlačila prema grudima. Njen stav je pokazivao nesigurnost: djelovala je preplašeno, široko otvorenih očiju kao u velikom strahu. Kada je trebala da govori, zastala bi jer se bojala da izrazi svoju potrebu iz straha da neće biti prihvaćena i vidljiva.

Terapijski proces je započeo radom na oslobođanju disanja i olabavljivanju blokada dužinom stomaka, dijafragme i vratnog dijela. Početak pokretanja blokiranih dijelova tijela je bio težak jer su uslijedile reakcije dijafragmatskog dijela. Disala je plitko i bez učešća stomaka. Kako je razvijala kapacitet disanja, punjenja i pražnjenja pluća pravilnim načinom disanja, Nela je počela da osjeća bolove sve dok se mišići nisu olabavili i prešli iz stanja napetosti u prirodno stanje. Pošto je početna faza deblokiranja emocija bila ključna za njen tjelesni stav i sigurnost, Nela je uzemljena i pomognuto joj je da osjeti svoju energiju kroz kičmu. Promjenom stava tijela, nesvesno se oslobođila i „naučenih obrazaca ponašanja“ koji su joj zaustavljali prirodnost reagovanja. Bila je više usmjerena na sebe i svoje potrebe i naučila je da ih izrazi. Rezultati su uslijedili i izvan terapije: lakše se nosila sa zahtjevima sredine, postavljala je granice prema sebi i drugima, imala je puno doživljaja koje do tada nije mogla ni da zamisli da može da primjeti i doživi. Prethodno je kroz život prolazila obično odradujući stvari za druge i malo je obraćala pažnju na svoje potrebe. Došla do tačke gdje je mogla jasnije da vidi svoje potrebe i da sebi postavi zahtjeve koji bi bili adekvatni za njen dalji rast i razvoj.

Zatim je na red terapijskog procesa došao rad na okularnom segmentu. Analizirajući njen kontakt od kada je krenula da dolazi na terapije, primijećeno je da je djelovala kao da ima malo kontakta sa sobom i kao da se više trudila da ima kontakt sa terapeutom. Pričala je stidljivo, skrećući pogled, odavala je osjećaj nesigurnosti, prekidala je govor pokušavajući da uspostavi kontakt očima i tražeći odobravanje da je se čuje i vidi. Znala je dugo gledati kako bi zadržala pažnju, ali bi naglo skretala pogled; istraživala je šta može postići u kontaktu. To se vremenom mijenjalo kada je dobijala odobravanje, kontakt i podršku da može da bude ovdje i sada. Ona

je to prihvatala i nastavljala je da se oslobađa starih obrazaca. U pojedinim trenucima terapijskog procesa, Nela je odavala osjećaj nekoga ko istražuje na koji način može da ispolji svoje potrebe i želje, a da to bude prihvatljivo i za nju i za terapeuta. Međutim, oči mogu da izražavaju bijes, strah, bol, i njihove suprotnosti kao što su sumnja, razdraganost, prezir, toliko jasno da ni sam čovjek toga nije svjestan; svjesnost o tome se postiže samo ako osoba ima prirodan i oslobađajući izražaj emocija. Tako se dešavalo kod Nele jer su, u zavisnosti od nadolazeće emocije i teme u terapiji, primijećene promjene i različiti izražaji.

Na početku rada sa okularnim segmentom, Nela nije mogla lako da zaplače; ukoliko bi suze i krenule na površinu, brzo bi se povukle i nestale. U nastavku rada na okularnom segmentu, Nela je koristila ogledalo i počela da radi na prihvatanju sebe kroz direktni kontakt. Posmatrajući sebe, Nela se počela suočavati sa mnogim porukama koje je dobivala od svog okruženja. Krenula je da ih izražava, pokušavajući da prepozna da li su „nametnute” ili čine dio nje same. Bila je u stalnom kontaktu sa terapeutom od kojega je dobijala jasnú podršku za sve što je primijećeno kao nešto što bi mogla da ponovo potisne i utiče na tok procesa. Nela je bila svjesna toga i prihvatala je sve što je dolazilo sa procesom. Postepeno je i kroz faze posmatrala svoje oči, njihov izraz, dijelove lica, ono što ona voli ili ne voli; poredila je svoja zapažanja sa informacijama o tome šta drugi misle o njoj i izražavala kako sada sama sebe vidi svojim očima: „To je tako oslobađajuće iskustvo; drugačije je kada samo slušaš druge šta o tebi govore. Sada po prvi put vidim jasno sebe, svoje oči, izraz lica, nikada se prije nisam usudila da radim ovako nešto”. Posmatranje sebe Neli je značilo otkrivanje novih saznanja o sebi; plakala je i dodirivala svoje lice, prvo bez pravog kontakta sa sobom (eng. *attachment*). Brisala je suze, grubo trljajući lice, da bi poslijе postajala sve nježnija prema sebi i na kraju je pomilovala obraze i dugo ih držala u rukama. Izgovorila je sa izdisajem olakšanja: „Kako mi godi da držim lice u svojim rukama”.

Nela je sebi pružala podršku, pažnju i nježnost, što je bilo novo iskustvo za nju. Tijelu je trebalo samo da bude prihvaćena potreba

i ono bi se oslobađalo neugodnosti. Do tada je imala problem sa kontaktom sa svojim emocijama, jer se bojala da se neće znati nositi sa njima. Boja Nelinog lica se mijenjala od bljedila do blage pojave pulsacije crvenila koje se pojavljivalo nakon što su obrazi počeli da se pune energetskom topotom. Ona je to i osjetila, dodirnula je obraze i vidno je bila uzbudena; u očima na cijelom licu joj se ogledala radost. Jasno se video tok od prenapunjenostrahom i tugom do izražavanja i oslobađanja blokade straha. Kada je osoba u strahu, pulsacije i životnost se povuku u centar tijela i nastane blijeđilo. Tek nakon oslobađanja blokade straha, lice ponovo dobije boju. Pošto je do tada više vodila brigu o drugima i sama sebe zanemarivala, izražavanjem emocije, Nela je dobila mogućnost izbora. Bila je prihvaćena, „vidjena“ i prihvatala je sebe da „postoji“. Pošto je Nela već šest mjeseci jednom sedmično dolazila na terapije. Nakon osnaživanja i razrješenja svakodnevnih poteškoća u funkcionalisanju, došao je trenutak da radi na svojim traumatskim iskustvima iz djetinjstva. Kada je hronološki ispričala svoj životni put od samog rođenja do danas, Nela je postala spremna na takav korak. O svom životu je pričala polako i u kontaktu. Poredala je simbolične predmete po spužvi (*cvjetiće, male svijeće i strelice*) kojima je predstavljala gradove i mjesta opisujući svaki detalj i mjesto u kojem je boravila na životnom putu do danas. Kroz osvještavanje životnosti, sjetila se priča o svom rođenju i razumjela je kako je bila prihvaćena. Dok je pričala, na licu je imala zadovoljan izraz i vidjelo se da je uživala: „Drago mi je da se sjetim, puno je bilo ljubavi, sad sam toga svjesna“.

Nakon toga je uslijedio rad na drugom važnom dijelu prorade i razumijevanje načina njenog života, odnosno period njenog života tokom kojega je „živjela priče“ mističnog sela, kako ga je ona doživljavala, koje su joj je ulijevale strah. Dugo je imala potrebu da gleda horor filmove kako bi zadovoljila stimulus koji je bio naučen u djetinjstvu za strašnim scenama, neobjasnjivim stvarima, stalnim strahom i iskustvima koja su donosila samo još više dokaza da svijet i nije baš sigurno okruženje. Sjetila se ubistva mladića i dok je to pričala, objasnila je sebi da je njena tadašnja potreba da

bude opsjednuta tim događajem predstavljava način na koji se nosila sa smrću. Stresla se, bila je uplašena, strah je preplavljavao i, tada, kao i u trenutku pričanja, na pomisao šta sve može djevojčica da pomisli kada čuje tako strašne stvari. Spoznajući kroz šta je sve morala da prođe kao djevojčica bila joj je potrebna podrška i činila se jako tužnom. Njen strah je polako nestajao i postajala je svjesna da su to „naučene reakcije“ i da, iako to više nije slučaj, tijelo i dalje svaki put zatraži da zadovolji potrebu koju je naučilo u djetinjstvu. Terapija je bila sigurno mjesto, dobila je svoj prostor da izrazi i da se oslobodi straha.

U njenoj dječjoj mašti osnovne stvari kao što su krov nad glavom i sigurnost u ljude su dobine drugačije viđenje. Koliko je gazda koji je prijetio ostavio traga na njoj se vidjelo kroz izraz lica u stresnim situacijama. Primjećeno je da je Nela često znala koristiti izraz sličan njegovom izražaju lica kada je željela da nešto izrazi. Izražaj bi zatim prekinula, mišići lica bi se „ukočili“ kao da ima masku na licu, pa bi naglo počela sa nekontrolisanim smijehom. To je takođe ključni trenutak u terapiji: kako je krenula da se „zaledi“ i zaustavlja svoj strah i nemoć, kompenzirala bi takve osjećaje smijehom. Kroz terapijsko vođenje, ostajala bi na trenutak u tome, tenzija bi postajala vidljiva i jaka, a zatim i neizdrživa. Počela je da plače i da se prisjeća svega, da osvještava kako je često bila u takvoj situaciji, ali da je morala samo da šuti, trpi, da se boji i da drugima ne pokaže šta osjeća. Zatim bi prešla naglo u smijeh kojim bi se štitila od emocija.

Imitirala je izraz lica gazde, tatinog rođaka koji je u njenom djetinjstvu imao moć da kontroliše njenu porodicu i nesvesno preuzeila njegov izraz lica. To je predugo nosila u svojim obrascima ponašanja i ponekad bi se tako branila u socijalnom okruženju. Na terapiji je bila više puta u prilici da sa podrškom slobodno izrazi nadolazeći strah. Ramena su joj se tresla, plakala je sa malim prekidima, ali izražajnije nego prije jer je u plač uključila i glas: „Možda sam mislila da se tako štitim od zlih ljudi“. Nakon toga bi dugo plakala. Tenzije u licu i u obrazima bi polako počele da se opuštaju; olabavljivala je dijelove lica masiranjem. Dobijala je boju

u licu i energija se ponovo vraćala u njene obraze.

Pošto je prošla kroz tehniku rekonstrukcije doživljaja, na terapiji u odrasloj dobi Nela je dobila još jednu mogućnost i to da zamisli da je mala djevojčica, da se rukama drži za zid, da ima svoju sigurnost da slobodno dotakne zid sa rukama, da to sebi dopusti i dozvoli, jer je važnija ona i njena sigurnost. Nela se dugo smijala i uživala zamišljajući kako to smije da radi, ali, što je važnije, sada ima sigurnost i oslonac. Čitavo iskustvo je bilo oslobađajuće i sjećanja su dolazila jasnije.

Na jednoj od terapija Nela je opisala još jedan traumatičan doživljaj koji je preživjela. Naime, nadajući se da bi joj pomoglo u dobijanju još više resursa, ljekari su savjetovali Nelinoj mami, koja je oboljela od hronične depresije, da rodi još jedno djete. Tvrdili su da bi obnovila svoju životnu energiju i dala novi smisao svom životu kroz brigu o maloj bebi i da bi došlo do oporavka. Međutim, Nela to nije razumjela. Pitala se šta će mami još jedno dijete, zar ona i brat nisu bili dovoljni da mama bude sretna. Toliko se brinula o njoj, a sada ni to nije dovoljno. Takva odluka njenih roditelja je povrijedila i osjetila se odbačenom. Osjećala je otpor tokom cijele majčine trudnoće i prestala je da priča sa majkom. Na sam dan poroda, dijete je bilo mrtvorodeno. Nela nije razumjela šta se događa, samo je čula poruku od nekoga od rodbine da treba da snosi odgovornost za gubitak bebe, odnosno njene sestre i „Da li je sad zadovoljna kako mama preživljavala stres?“ Nela se ponovo „zaledila“ i stvorila svoj svijet. Nesvjesno se godinama samooptuživala zbog takve poruke, sve dok nije došao trenutak da radi sa svojim srcem i dijafragmatskim segmentom.

Rad na ostvarivanju kontakta sa srcem obuhvata dio gdje dijafragma povezuje srž i opstanak. Kada se ima osjećaj da „boli“ oko dijela gdje je smještena dijafragma, takva bol je povezana sa srži svog bića, opstankom i važnosti sebe kao ličnosti. Nelu je dugo taj dio blokirao i javljali su se presijecajući bolovi koji su počeli da je ometaju u svakodnevnom funkcionisanju. Desilo se da je tokom rada na kontaktu sa svojim srcem došlo doba Ramazana, pa je Nela postila.

Kroz ovaj proces je došlo sjećanje o sestri. Nela je plakala i osjetila povezanost sa svojom sestrom kao nikada do tada. Potisnula je sjećanje na nju, jer je bilo jako bolno. Radila je na gubitku sestre kroz terapiju. Željela je da pruži nešto od sebe i simbolično je počela da se moli. Prvi put nakon toliko godina je mogla da se poveže sa gubitkom sestre. Na njenom licu se vidjela iskrena tuga, oslobođajući plač i, na kraju, ozarenost kao da je uspjela da vidi šta se desilo u tom periodu kada je imala 15 godina kada je izgubila sekru. Mogla je da razumije kako je njeno srce patilo i šta se, ustvari, desilo kroz primanje spornih poruka iz djetinjstva. Nakon somatskih senzacija i jakih izražaja, osjetila je kako se oslobođila tereta kažnjavanja. Bila je spremna da ispriča šta je doživjela nakon gubitka sestre. Nela je dugo plakala, ali je nakon oslobođanja bola i tuge došlo do obnavljanje energije. Nakon terapije Nela je znala izgledati iscrpljeno i tužno. Prije je rijetko sebi mogla „dozvoliti“ da nema snage, sve je morala da uspješno obavlja. Sada je bilo drugačije: davala je prostor sebi i prihvatala je to prirodno. Trebalo joj je vremena da ponovo vrati energiju i izmjeni obrazac blokiranja emocija. Uspjela je da proradi važne segmente svog životnog puta kroz osvještavanje tjelesnih blokiranih „emotivnih sjećanja“. Poslije te terapije, Nela je otisla kući gdje je razgovarala i zbljžila se sa drugom sestrom koja je rođena kada je ona imala 17 godina. Dugo su razgovarale i jedna drugoj su bile podrška. Pričala je i sa bratom sa kojim ima iskrene veze. Sve se polako mijenjalo i postajalo prirodnije.

Nakon svih životnih iskustava, neprihvatanja, samoće, odgovornosti, uslovljavanja i spektra drugih emocija, Nela je počela da se mijenja u smislu koji je za nju bio pozitivan. Nela je nesvjesno stvorila jake mišićne oklope da bi „preživjela“, njeno tijelo je bilo prepuno, a malo je otpušтало prirodne izraze emocija. Tijelo se borilo na svoj način i izražavalo sve ono kroz što je prolazila tokom života. Učila je od djetinjstva kako da se uz pomoć izražaja lica i tjelesnih oklopjavaanja odvoji od stvarne emocije, da je zaustavi i potisne. Imitirala je odrasle ili je pronalazila svoj način da bude manje povrijedjena. Učeći borilačke vještine, spojila je ljubav prema sportu i svoju nagonsku potrebu da bude zaštićena i jaka.

5. Zaključak

Čovjek u toku svog života poprimi određeni izgled koji se odražava u njegovom hodu, stavu tijela, izrazu lica i očiju. Na osnovu toga se mogu napraviti razlike koje pokazuju koja je emocija bila u stvarnoj potrebi, ali nije bila izražena i zadovoljena. Kada se emocija zadrži u organizmu, nastaje frustracija zbog neizražavanja, što tijelo pretoči u psihosomatske reakcije stvaranjem oklopa i blokiranjem životne energije, pa dolazi do ukočenosti, bljedila i stvaranja bolnih mjesta koja drže tenziju što na svim tjelesnim nivoima signalizira na postojanje disfunkcije. Bol, grč, ukočenost, vratne tenzije, glavobolje, škrugutanje Zubima, senzacije „probadanja“ nakon stresnih doživljaja mogu da ukažu da tijelo daje signale koji pokazuju da mu granice popuštaju, da je pod stresom i da možda počinju pojave psihosomatskih bolesti. Rad na svojim ličnim procesima i tokovima prirodnih izražavanja kroz tjelesnu psihoterapiju može da poboljša čovjekovo zdravlje kroz svjesnost tjelesnih reakcija koje mogu da budu alarm kojim tijelo želi da ukaže da nešto „ne štima“, kao kod bilo kojeg instrumenta koji može da se pokvari. U ovom slučaju, ovo su znaci da može doći do narušavanja prirodnog i zdravog balansa za zdravlje.

Kod Nele su bili prisutni strah, bol, potreba za prihvatanjem, kao i potreba da jasno izrazi svoje potrebe i da drugi primjete da postoji, ali to nije znala da izrazi. Odavala je utisak nemoćnosti, straha, „uvlačeći glavu prema grudima“, kao da je željela da se sakrije. Taj položaj je Reich nazivao mučenički stav ili „Jadan ja“. Dugotrajnim zadržavanjem emocija, Nelino tijelo je počelo da popušta, pa je počela da osjeća bolove u zglobovima, ukočenost do oduzetosti, bolove u grudima, prekidanje disanja i sve manje je imala kontrolu nad svojim tijelom. To se dešavalo pogotovo onda kada bi se nalazila u stresnim situacijama ili poslije njih kada je odbrana popuštala i tenzija je morala da se izrazi.

Nela se loše osjećala mnogo puta, ali je radom na svojim segmentima „izašla“ iz oklopa: počela je da glavu drži pravo, visoko i jasno, i dala je sebi dozvolu da postoji. Naravno, nakon dugogodišnjeg držanja spuštene glave i skrivanja, njeni vratni mišići su morali da prođu određeni period adaptacije na novi položaj, pa su cjelokupni proces

pratile senzacije trnjenja, bolovi i ukočenost, sve dok nije uspješno mogla da podrži i zadrži glavu u uspravnom stavu. Vilica je takođe reagovala od izražavanja smijeha, straha, bijesa i bola, naizmjenično. Njen stav tijela se mijenjao kroz terapijski proces pošto je dolazila do spoznaje odakle dolaze takve tjelesne senzacije, blokade i oklopi, i što je spriječava da „živi punim plućima“ što je izraz koji najbolje objašnjava potpuno izražavanje tjelesne blokade, samoostvarivanje i borba za sebe.

Nelin način suočavanja sa stvarnošću u razvojnoj dobi poslije osme godine života je imao puno „naučenih“ i usvojenih obrazaca o tome kako bi trebao da izgleda neko jak, strašan i siguran u sebe. Stvarala je imidž o sebi kako je ne bi povrijedili. Nela je bila okružena mnoštvom zastrašujućih fantazija, priča o duhovima, doživjela je ubistvo nepoznatog mladića, život u teškim uslovima, gubitak djeda i sestre što je bilo više nego dovoljno da mlada osoba pokuša naći siguran način za preživljavanje u surovom i strašnom svijetu. Pored toga, od nje se tražilo da bude jaka i da svaki zadatok ispunjava na najbolji mogući način. Međutim, često se dešavalo da ti zadaci, kao što su briga o majci, bratu i, na kraju, sestri, nisu bili adekvatno prilagođeni njenoj životnoj dobi. Shodno iskustvima sa odbranama i tjelesnim blokovima, Nela je, vremenom, formirala izgled svog tijela.

Nela je dugo bila u strahu i dugo se susretala sa životnim situacijama gdje su je plašili. Primjetan je bio i stav tijela koji kompenzira strah: izgledala je kao da okreće glavu u jednu stranu, prekida nalazeći strah da ne bude vidljiv ili pomjera glavu unapred, kao da se suprotstavlja opasnosti ili kao da hoće da vidi da li postoji opasnost. Ovo pokazuje njenu tendenciju ka procesu „ili bježi ili se bori“. Pošto je kretanje glavom naprijed opasno u fizičkoj borbi sa drugom osobom, taj aspekt tjelesnog položaja, ustvari, predstavlja negiranje straha. Ovaj položaj kao da kaže „Ne vidim ništa čega bi se trebalo plašiti, jer ne želim da vidim“. Nela je često imala takav pokret glave, nakon čega bi strah automatski prikrila smijehom. Takav položaj gornjeg djela tijela utiče i na donju polovicu tijela, jer prekida siguran oslonac, osoba gubi tlo pod nogama zbog prevladavajućeg straha koji su trajali sve dok nije stekla solidan oslonac, uzemljenje i

proradu okidača koji bi joj prekidali kontakt sa sobom i sigurnošću. Ovaj članak je opisao Nelino osjećanje straha i bola koji su bili prisutni tokom njenog odrastanja. Ona nije izražavala ove emocije, pa se zbog toga nisu ni primjećivale; skrivala ih je iza osmijeha, tzv. „maske“ stalne ljubaznosti. Kako bi opstala i bila prihvaćena, bila je ljubazna i u trenucima kada to nije bilo dobro za nju. Blokirala je jasan izražaj tuge, straha, nesigurnosti i potrebe za podrškom i prihvatanjem, noseći se na svoj način sa okruženjem kao prilagodljivo dijete koje može podnijeti sve. Međutim, duži život u uznemirujućim životnim situacijama stvara tendenciju stalne napetosti kada se osoba nalazi u stalnom iščekivanju neugodnosti što se odražava u vidu napetosti mišića lica. Po Bodelli, obuzdavanje jecaja, straha ili bijesa mogu dovesti do jake zategnutosti skalpa i mišića na bazi lobanje.

Kod Nele se to odražavalo u zatezanju obraza i zaledivanju lica, stiskanju vilice, povlačenju brade prema vratu i plitkom disanju dovoljnom samo za preziviljavanje. Položaj glave je bio uvučen prema vratu i grudima, kao da se sva „uvukla u sebe“. Ovo bi se jako izražavalo ukoliko bi se osjetila povrijeđeno. Na terapiji bi izrazila povrijeđenost u ključnim momentima prorade: kada bi potpuno ušla u taj izraz lica i vrata, pogledala bi terapeutu kroz trepavice i počnjala da tužno plače. Važno je bilo da i terapeut i Nela prihvate tu tugu jer je Nelu otvarala i davala joj prostor za svaku nadolazeću emociju koja treba da se javi u toku procesa. Bodella (1975) je to najbolje opisao rekvāši: „Kada pogledamo ljudsku egzistenciju, vidimo da skoro svaka neprilagođena osoba živi kao da je neprestano pod pritiskom tako da stanje napetosti i pretjerana aktivnost simpatikusa koja ga održava postaju hronični. U tim trenucima postaje jasnije da su normalni, ugrađeni, samoregulišući procesi prestali da funkcionišu i prestala spoljašnja pomoć ili stimulus. Uz pomoć rada na sebi, olabavljanje blokada, koje sprječavaju slobodne pokrete, možemo obnoviti sposobnost ljudi da racionalno i zdravo pristupe svojoj okolini“, Bodella (1975). Naime, ljudi bi najviše željeli da mogu da se vrlo jednostavno i prirodno opuste. Takvu potrebu je imala i Nela, ali nakon dugogodišnjeg suzdržavanja napetosti nije smjela da

je umanji. Bilo joj je teško da oslobođi napetost i stres plakanjem, morala je da drži sebe kao da stres i dalje traje. Takav način je za nju već bio shema i njeno prirodno stanje koju je tijelo zapamtilo. Kada bi uvidjela da je sve što osjeća „bezbjedno“ i prihvaćeno, tek onda bi napetost popustila, stres se smanjivao, mišićni tonusi se olabavili i postala bi smirenija i sigurnija u sebe i svoje okruženje.

Kroz tjelesnu psihoterapiju razna emotivna stanja (stanje bijesa, tuge, radosti, zadovoljstva) u potpunosti se prožive i izraze. Tek nakon što se tijelo prepusti svojim blokiranim impulsima dospijeva u stanje gdje može da otpočne oporavak prave sposobnosti za radost, ritmički pravilno disanje (*kroz neprekidni ritam razmjene*), i zadovoljavajuće životno funkcionisanje. Osnova tjelesne psihoterapije je da razumije na koji način se stvara i „ojačava“ napetost do hroničnog stanja bez mogućnosti za opuštanje (*Bodella, 1975*). Kada se razumije način stvaranja blokade u pokretljivosti tijela, počinje se sa opuštanjem, izražavanjem emocija i razvojem ličnosti.

Nela je sada u svojim ranim tridesetim godinama, završila je fakultet i završava magisterij. Počela je da mijenja naučene obrascе ponašanja, tako da se više nije povlačila pred problemima i suočavala sa strahom od odbijanja. Radila je na strahu od neuspjeha kako bi postala uspješna i konstruktivna. Prije terapije je bila izgubila volju za završavanjem magistarskog rada, ali je kroz terapije osjetila snagu i potrebu da se bori za sebe i da nastavi sa svojim uspjesima. Danas radi za tatu kao stručni saradnik u svojoj oblasti, često ide kući i ima dobar kontakt sa porodicom. Angažovana je u mnogim aktivnostima koje je ispunjavaju.

Radeći na važnosti pojmova kao što su sloboda, izbor, vrijednosti, lična odgovornost, autonomija (*njen prostor*), svrha i smisao, sloboda u praćenju rasta i razvoja, klijentica je počela da se mijenja od osjećanja tjeskobe zbog odluke da stvara svoj identitet u svijetu prema pozitivnoj promjeni obrazaca ponašanja koji više nisu imali ni smisla ni stimulusa da budu zadovoljeni. Sada je razumjela svoje roditelje i otvoreno razgovarala sa njima. Nije se više kao prije kod njihovog jasnog stavljanja granice osjećala odbačenom: „Prije sam padala u zamku da nisam shvaćena, da nemam ljubav i podršku“.

Nela je naučila da pokaže svoje emocije i otvoreno je pred svojom porodicom izražavala svoja osjećaja, potrebe, strahove i nade. Mogla je da stavi jasne granice stanodavcima, da stekne njihovo poštovanje i da ne bude u potčinjenom položaju kao što su to nekada bili njeni roditelji. Podijelila je sa roditeljima i taj dio nemoći sa naučenim obrascima ponašanja. Nela je nesvesno puštala da je stanodavci „uvlače“ u svoje emotivne odnose gdje nije mogla da odredi jasnou poslovnu granicu jer bi njena reakcija obično ovisila od njihovih izražaja i raspoloženja (*što je prepoznala u ponašanju njenih roditelja prema gazdi u djetinjstvu*). Danas, kada je taj osjećaj podijelila sa roditeljima i kada je ispričala šta je sve doživjela kroz mijenjanje mjesta stanovanja, dobila je podršku od tate koji je rekao da će on da preuzme kontakte sa stanodavcima. Nela više nije blokirala svoje emocije osjećajući tjeskobu jer nije znala šta sa tim i šta želi. Kroz terapije je razumjela odakle dolazi tjeskoba koja čini dio njenog ponašanja i osjećanja i dobila je priliku da radi na njihovoj proradi kako bi mogla da iskoristi svoj prirodni potencijal da se ostvari u svim životnim poljima za koje je zainteresovana.

6. Literatura

- Bodella, D. (1987), „Struje života: uvod u biosintezu“, Routledge, London,
- Kepner, J. (1999), „Telesni procesi“, New York, Gardner Press,
- Klisić, Lj. (2004), „ Telesna psihoterapija“, Zlatni presek, Beograd,
- Loven, A. (1975), „Bioenergetika“, Nolit, Beograd,
- Loven, A. (1991), „Zadovoljstvo, kreativni pristup životu“, Bata, Beograd,
- Reich, W. (1987), „Analiza karaktera“, Itro „Naprijed“, Zagreb.

GRUPNI TERAPIJSKI RAD SA OSOBAMA KOJE IMAJU ISKUSTVO LOGORA: OBNAVLJANJE VEZA IZMEĐU POJEDINCA I ZAJEDNICE I POJEDINCA I PORODICE

Teufika Ibrahimefendić, Geštalt psihoterapeut

1. Uvod

Ovaj članak bi se zbog tematike koju obrađuje vrlo lako mogao nazvati i „Ako bježim u samoću, bježim od porodice i prijatelja“. Naime, iako su prošle 22 godine od završetka ratnog pohoda na Bosnu i Hercegovinu (*BiH*), veliki broj ljudi koji imaju iskustvo logora još uvijek nije dobilo adekvatnu psihološku pomoć i još uvijek nisu podijelili svoja iskustva u sigurnom i zaštićenom okruženju. Neki od njih su u različitim traumatskim sekvencama i periodima života nakon izlaska iz koncentracionih logora zatražili psihijatrijsku pomoć i dobili dijagnozu posttraumatskog stresnog poremećaja (*PTSP*), dok drugi misle da mogu sami izaći na kraj sa iskustvima koja su preživjeli. Neki ne vjeruju da će dijeljenje iskustva sa logorom pomoći, pa pošto ne mogu ni da pričaju ni da slušaju o tim dešavanjima, izbjegavaju grupe i pojedince koji započinju takve razgovore i razgovore o prošlosti uopšte. Sve to dovodi do toga da preživjeli nastavljaju da pate zbog čega se stvara dojam da je njihovo vrijeme stalo.

Period aktualne, tj. izvorne traumatizacije je već odavno prošao, ali se u poslijeratnom periodu tranzicije nastavlja u oblicima koje je teže dijagnostikovati. Ponekad je teško da se simptomi prepoznaaju kao direktna posljedica traumatizirajuće opterećujuće reakcije. Pogodenici posttraumatskim reakcijama, traumatizirane osobe mogu imati mnoge simptome koje ne mogu da opišu, tj. prepoznaju kao stresne i relevantne za preživljenu traumu. Oporavak od traume i razumijevanje traume nisu nimalo jednostavnvi. Pošto ne dijele patnje, traumatizirane osobe svoja iskustva proživljavaju u samoći. Dok okolina čeka da progovori, preživjeli čeka da ga pitaju za

njegova iskustva, tako da se stvara začarani krug koji traje godinama. Preživjeli pate u izolaciji, njihovo psihičko stanje oscilira, žele da podijele sjećanja jer se teško sami nose sa njima. Međusobno komuniciranje između osoba koje su preživjele mučenje je svedeno na oskudnu komunikaciju i razgovor se svodi na „samo ono što se mora“. To se odražava kako na odnose između preživjelih, tako i na odnose u porodici.

Posljedice ratnog pohoda na ovim prostorima se mogu razumjeti samo na osnovu sveobuhvatne analize konteksta cijele zajednice sa političkog, pravnog, medicinskog, ekonomskog i socijalnog aspekta. Borba preživjelih osoba sa iskustvom logora za dobijanje statusa žrtve se nastavlja u periodu između 2012. i 2014. godine. Većina osoba koji imaju iskustvo logora su uključeni u udruženja na opštinskom, kantonalmu i entitetском nivou. Manji broj članova je aktivan u udruženjima koja im samo služe za međusobno okupljanje i zajedničko dijeljenje svakodnevnih briga. Državne institucije BiH još uvijek nisu usvojile Zakon o žrtvama torture kako bi priznale i vratile dostojanstvo žrtvama torture. Žrtve torture na nivou države su podijeljene po etničkoj pripadnosti, tako da, u zavisnosti od entiteta, postoji samo „moje žrtve“, takoda država BiH nema „svoje žrtve“. Sve ovo znači da se još uvijek ne može napraviti jedinstvena baza podataka žrtava sa iskustvom logora, kao ni baza podataka žena koje su žrtve silovanja koje takođe spada pod definiciju torture. Na nivou države postoji Zakon o nestalim osobama (2004), ali BiH još uvijek ima 8,000 osoba koji niti su pronađene niti su otkrivene informacije o lokaciji njihovih grobnica. Namjera ovog članka je da prikažemo analizu rada sa grupom osoba koje su preživjele logor. U prvom dijelu članka navodimo karakteristike grupe, način pristupa grupnom radu, početak rada grupe i proces koji je pokazao odnose između preživjelih i njihove odnose sa prošlošću. Članak ilustruje kako je grupna terapija doprinijela međusobnom druženju preživjelih, početku njihovih razgovora o prošlosti, kao i stvaranju empatije i razumijevanja sličnih iskustava. Najvažnije postignuće grupnog rada leži u povezivanju roditelja sa djecom i stvaranju drugačije dimenzije u njihovim odnosima.

2. Teoretska razmatranja

U okviru teoretskih razmatranja grupnog terapijskog rada sa osobama sa iskustvom logora razmatramo teoriju o empatiji, međuljudskim odnosima, kao i razmišljanja o dijagnostici u radu sa traumatiziranim osobama. U svemu tome, članak posvećuje veliku pažnju posljedicama koje trauma ostavlja na međuljudske odnose.

2.1. Međuljudski odnosi

Pored toga što traumatsko iskustvo može uticati na gotovo sva područja života kao što su razmišljanje, osjećaji, ponašanje i tjelesno zdravlje, traumatsko iskustvo takođe snažno utiče i na međuljudske odnose. Posljedice traumatskog iskustva po međuljudske odnose su dugoročne i mogu udaljiti ljude, izazvati napetosti i probleme u njihovim odnosima. Traumatizirana osoba može izgubiti povjerenje u ljude i može biti sklona pogrešnim opažanjima i iskrivljenom viđenju drugih. Između ostalih, može se javiti sumnja u emocionalne veze, nepovjerenje, kritičan odnos prema drugima i oprez u kontaktu sa drugima. Na razini odnosa je vidljiva ovisnost o drugima, često mijenjanje odnosa, nedostatak mogućnosti uživljavanja u emocije drugih, emotivna ukočenost, svadljivost, osnovno držanje puno prijekora, brza izmjena idealiziranja i podcenjivanja drugih.

Sve to može dovesti do toga da traumatizirana osoba počne da se udaljava od porodice, prijatelja, kolega koji je „ne razumiju“ i da počne da živi u osjećaju izoliranosti i usamljenosti. Traumatizirane osobe takođe mogu osjećati emocionalnu distancu prema drugima, nedostatak empatije i zainteresovanosti za druge, uključujući i vlastitu djecu. Naime, u odnosima sa djecom, traumatizirana osoba se pati da izabere držanje i odnos koji će dovesti do povezivanja, pa sve radi „pogrešno“. Pošto ne dijele svoje osjećaje i misli, sve to dovodi do toga da se članovi porodice izoliraju jedni od drugih. Traumatizirana osoba misli da negovorenjem i nedijeljenjem svojih traumatskih iskustava štiti djecu i porodicu, ali ne zapaža da ih svojim ponašanjem samo sve više udaljava od sebe. Ukoliko su

djeca bila mala kada je traumatizirana osoba imala iskustvo logora ili ukoliko imaju zajedničko iskustvo boravka u logoru, traumatizirana osoba ne osjeća potrebu da zadovolji dječiju radoznalost i da im ispriča cijeli događaj. Međutim, bez obzira na uzrast tokom boravka u logoru, djeca se nečeg sjećaju i imaju želju za vraćanjem unazad kako bi se pronašli u prošlosti.

Kineski mudrac Konfučije je posmatrao okvir društvenog pod kojim se podrazumijeva sveukupnost veza, komunikacija i odnosa među ljudima. Zaključio je da je za život u zajednici i državi najbitnije regulirati pet odnosa: odnose između vladara i naroda, muža i žene, oca i sina, starijeg i mlađeg, i odnose među prijateljima. Sporazumijevanje u bliskim odnosima može biti narušeno kada je jedan od članova doživio traumatsko iskustvo. Kao posljedica torture, osobe sa iskustvom logora imaju probleme u odnosima sa drugim ljudima, koji se posebno manifestuju na polju porodičnog i bračnog neslaganja. Foy (1991) smatra da je za poticanje bolnog, ali potrebnog otkrivanja traumatskog iskustva pred bliskim osobama važno uvježbavanje vještina sporazumijevanja, ali je isto tako potrebno da bliska osoba vježba vještine aktivnog slušanja kako traumatizirana osoba ne bi ponovo počela sa izbjegavanjem i sjećanjem na traumu.

Osobe koje su preživjele traumu žele da zaštite voljene, ali imaju promijenjene osjećaje sigurnosti i povjerenja koji se prenose i šire i na stare i na nove odnose sa drugima. Nisu u stanju da povrate osjećaj povjerenja u druge, niti da podijele iskustva sa bližnjima, jer vjeruju da će pričanje o njihovim prošlim iskustvima i sadašnjim patnjama opteretiti bliske osobe, pa se štite izbjegavanjem bliskih odnosa i izolacijom, kao i prestankom dijeljenja svakodnevnih briga.

2.2. Empatija

Pod pojmom empatija podrazumijevamo sposobnost razumijevanja i neposrednog ličnog doživljavanja osjećanja druge osobe. The American Heritage Dictionary (2011) daje sljedeću definiciju empatije koju možemo prihvati kao radnu definiciju: „Razumijevanje koje je toliko intimno da smo spremni odmah shvatiti osjećanja, razmišljanja i motive drugih.“ Empatiju ne treba miješati sa sažaljenjem ili ljubaznošću. Imati sažaljenje prema nekome ne mora značiti da tu osobu razumijemo. Empatija je socijalna emocija koja podrazumijeva mentalnu sposobnost razumijevanja i dijeljenja emotivnih iskustava drugih osoba. Iako ne postoji jedinstvena definicija empatije, postoji konsenzus da empatiju čine tri osnovna procesa:

- a. emocionalna reakcija prema drugoj osobi,*
- b. kognitivna sposobnost preuzimanja stanja u kojoj se druga osoba nalazi, i*
- c. određeni mehanizmi obrade informacija.*

O prirodi empatije su postojala različita stanovišta. Heinz Kohout, osnivač psihoanalitičke psihologije *selfa* tokom procesa empatije daje centralno mjesto pojmu empatije. U svom djelu „How Does Psychoanalysis Cure?“ (*Kako liječi psihoanaliza?*), objavljenom 1984. godine, Kohout definiše empatiju kao „sposobnost da se vlastite misli i osjećanja prenesu u unutarnji život druge osobe. To je naša životna sposobnost da doživljavamo ono što doživljava druga osoba, iako obično na vlastiti način i u manjoj mjeri“. Kohout navodi da pomoći čulnih organa opažamo fizičko tijelo, a stanje psihe posmatramo pomoći ulaženja u vlastiti *self* pomoći empatije sa drugima. Kohout daje primjer osobe koja je izrazito visoka rastom. Bez introspekcije ili empatije, visina ostaje kao činjenica. Tek onda kada sebe zamislimo na mjestu takve osobe i pomoći empatije i uživljavanja počnemo da osjećamo neuobičajenu visinu osobe, počinjemo da se osjećamo kao da smo i mi sami toliko

visoki. Na taj način proživljavamo unutrašnje iskustvo kako je biti izrazito visok i počinjemo da shvatamo značenje koje visina ima za tu osobu. Jedino tada možemo da smatramo da smo sagledali i psihološki aspekt problematike sa kojom se ova osoba suočava. Možemo zaključiti da nije dovoljno samo eksterno apstraktno razumijevanje, već i internu razumijevanje druge osobe.

Kohout smatra da je empatija „psihološka hrana“ bez koje ljudski život ne bi mogao postojati i koja povezuje ljudska bića jače od ljubavi, jer je osjećaj koji je suprotan osjećanjima destruktivnosti i dehumanizacije. Kohout naglašava da je empatija od presudnog značaja za ljudski opstanak u smislu da razumijevanje razlika može pomoći u izbjegavanju socijalnih konfliktova i ratova. Najgore iskustvo koje ljudsko biće može doživjeti je kada se nađe u situacijama gdje nema empatije i humanosti, kao što je život u logorima gdje mučenje logoraša postaje još nepodnošljivije zbog potpunog dehumaniziranog okruženja.

Empatijski kapacitet je sposobnost stručnog kadra da posmatra stvarnost koja okružuje klijenta kroz oči klijenta i njegovo viđenje samog sebe. Jalom to ovako sažima: „Gledati kroz tuđi prozor. Pokušajte vidjeti svijet onako kako ga vidi vaš klijent. Imajte na umu da klijenti na terapijske sesije gledaju mnogo drugačije nego terapeuti.“ (*I. Jalom, 2002*). Ovdje je veoma važno ne pretpostaviti da klijent i terapeut imaju iste doživljaje, već provjeriti da li je to zaista tako. Veoma je važno ući u svijet klijenta, shvatiti kako doživljava prošlost, sadašnjost i budućnost, provjeravati njene/njegove pretpostavke, kao, na primjer, sljedećim intervencijskim „provjerama“: „Kad razmišljam o onome što ste rekli“, „Ja ovako razumijem to što ste rekli“, „Mislim da mi gorovite“, „Da li sam sada u pravu“, itd. Poznavanje prošlosti jedne osobe poboljšava sposobnost gledanja kroz prozor drugoga. Drugim riječima, osoba koja ima gubitke gleda svijet oko sebe naočarima gubitka.

Empatično slušanje od slušaoca traži da jednostavno bude prisutan i da se poveže s onim što je živo u sagovorniku. Foulkes tvrdi sljedeće: „Mi moramo imati empatiju sa drugim ljudskim bićima. Mi smo u vezi s njima više nego što znamo. Sa kapacitetom i

zrelošću možemo očuvati neophodni odmak jer dobar terapeut bi u isto vrijeme trebao biti iznad situacije da lakše vidi i tragediju i komediju i njen absurd“ (*S.H. Foulkes, 1984*). Ovdje vidimo da empatiju treba usmjeriti na sagovornika, a ne na sadržaj. Svaka osoba koja komunicira ima poruku koju želi da pošalje. Osoba koja govori ponekad ne zna koju poruku šalje, a, u nekim situacijama, poruku ne prenosi uvijek dobro. Način na koji komunicira je način na koji nas uključuje u svoj svijet. Neverbalna komunikacija može pomoći u razumijevanju cjelokupne poruke koju klijent šalje, kao recimo slušanjem osjećanja, promjene glasu, pokreta tijela, i sl. U dijalogu sa drugom osobom se trebamo sresti sa osobom koja govori tamo gdje ona „jeste“, zatim joj dopustiti da čuje ili osjeti vlastito unutarnje iskustvo.

Empatijsko razumijevanje druge osobe od strane terapeuta i davanje objašnjenja i podrške za iskustvo koje iznosi je pokretačka snaga terapijskog procesa. Kod duboko traumatiziranih osoba počinjanje sa fazom empatijskog razumijevanja mora da se prolongira i ne može se dati na početku tretmana. Zadatak terapeuta je da sasluša i razumije klijentovo iskustvo iz perspektive klijentovog stava iznutra. Kada terapeut sluša klijenta ne daje prednost niti jednom elementu onoga o čemu klijent govori, čime se omogućava da mentalna aktivnost terapeuta funkcioniše na način kojime pored svjesnih opaža i podsvjesne aspekte klijentove komunikacije. Ovakav način slušanja podrazumijeva saznajna i emocionalna, svjesna i nesvjesna pitanja. Važno je posvetiti pažnju svemu što druga osoba izaziva u nama, čak iako ne možemo odmah povezati zbog čega je to važno. Klijenti ne mogu vrlo često riječima izraziti ono što osjećaju, ali to prenose na druge načine, pobuđujući osjećanja ili razmišljanja kod terapeuta. Empatija će nam pomoći da napravimo razliku između onoga što osoba ne želi da govori i onoga što nije u stanju da izrazi. To daje mogućnost terapeutu da shvati na koji način će postavljati pitanja.

2.3. Razmišljanja o dijagnostici

Radi potreba ovog članka, razmišljanja o dijagnostici posmatramo kao neprekidni proces u sklopu terapije. Drugim riječima, dijagnostika se posmatra kao sastavni dio terapije. Dijagnostika u Geštalt psihoterapiji se shvaća kao cjelokupna procesna dijagnostika. Staemmler (1993) i drugi smatraju da konvencionalna dijagnostika vodi nekoj vrsti kategoričkog mišljenja jer se osoba reducira na određenu dijagnozu, pri čemu se gubi pogled na individualne resurse. Prema geštaltistima Heinlu i Petzoldu (1983) terapeut i klijent stupaju u interakciju na razini subjekta i u tom odnosu klijent ne dobije „čvrstu dijagnozu“, već se dijagnoza posmatra u toku cjelokupnog terapijskog procesa. Pri tome, mnoštvo svih shvaćenih podataka i utisaka ne ostaje na sumiranju i slaganju već na shvaćanju kompleksne stvarnosti. Polazimo od toga da su „ovdje“ (*situacijski kontekst*) i „sada“ (*uzimajući u obzir vremenski kontinuum*) prisutne sve pohranjene strukture i da se mogu dosegnuti preko očiglednih fenomena.

Klijent se ne posmatra u svojoj nepobrkanoj ličnosti, već se od njega pravi objekat poređenja sa već postavljenim kategorijama prema postavkama Geštalt psihoterapije: „Čovjek koji je ovoj vrsti dijagnostike podvrgnut, pokazuje se u rezultirajućoj dijagnozi još samo u svijetlu već ponuđenih kategorija. Iz te perspektive, koja mu određuje dijagnozu, čovjek ima „komšije“, to znači, postoje osobe koje istom tipu (*problema*) pripadaju i/ili on ima „crte“, to jest, njegov profil se da sastaviti iz niza dimenzija. Ova vrsta dijagnostike čini ljudе, koje nastoji „iznova prepoznati“, od samog početka da budu „*id*“, objekat, predmetom preuređenja prema postavljenim tipovima i/ili mjerama iskovanim po koordinatnim sistemima“ (Staemmler, 1993). Na osnovu neke dijagnoze dodijeljena „etiketa“ može početi živjeti vlastitim životom i u toku tog procesa osoba može poprimiti takve karakteristike koje pripadaju odgovarajućoj etiketi ili se promatraju unutar te etikete, prilikom čega nekompatibilne informacije mogu nestati.

Takoder se može očekivati da postavljanje dijagnoze može da stvoriti

strah što se naročito često događa kod postavljanja dijagnoze PTSP-a. Na koncu, dijagnoze orijentirane na psihopatološke kataloge su opasne, jer stavlju deficite dijagnozirane osobe u prednji plan i iz vida gube njenu snagu. Staemmler se poziva na formuliranje Geštalt terapije slično dijagnostičkom stavu Martina Bubera koji je označen ovako: „Šta, dakle, čovjek zna o Drugom? Samo sve, jer čovjek o njemu ne može znati ništa više“ (Buber, 1984). U skladu sa modelom Centra za rehabilitaciju i terapiju „Vive Žene“ je napravljena procjena stanja kao preduslova za praćenje djelotvornog tretmana. U tom smislu, korišteni su upitnici koji mjere simptome PTSP-a, anksioznosti, depresije i funkcionalnosti. Bez obzira na procesnu orientaciju terapeuta, standardizirana dijagnostika je jako važna i smislena jer nudi mogućnost izbjegavanja vlastite slijepе mrlje i zaboravnosti u dijagnostičkom procesu pomoću unaprijed zadatih pitanja (Butollo, 2000). U tom smislu, popunjavanje upitnika je imalo svoj pozitivan uticaj.

3. Obilježja grupe

Grupa sa kojom se radilo je heterogene i miješane rodne strukture. Svi članovi grupe imaju iskustvo logora, neki imaju iskustvo drugih vrsta zlostavljanja, a nekoliko članova, pored iskustva iz logora, imaju iskustvo učestvovanja u ratu u svojstvu vojnika. Neki od njih su odmah nakon izlaska iz logora mobilisani, a neki su se samoinicijativno prijavili u redove Armije BiH. Starosna dob članova grupe je različita. Najmlađa članica grupe je imala manje od dvije godine kada je sa roditeljima odvedena u logor, a sada ima 24 godine. Dvoje muških članova grupe su imali 11, a jedna članica je imala osam godina kada je sa roditeljima odvedena u logor gdje je bila svjedokom ubistva roditelja. Najstariji član grupe je imao 70 godina.

Jedna trećina članova grupe je provela liječenje na psihiatriji gdje su bili uključeni u grupnu terapiju. Međutim, takvo iskustvo nisu procijenili kao pozitivno. Ipak, njihov boravak na psihiatriji je bio važan jer su se, s jedne strane, u to vrijeme „razboljeli i pukli“,

a sa druge strane, iskustvo opisuju kao neefikasno zbog toga što su u radu grupne terapije učestvovali i klijenti koji nisu imali ista iskustva. To je bio glavni razlog što su smatrali da je boravak na psihijatriji bio neuspješan u prepoznavanju i pružanju djelotvornog tretmana. Učestvovanje osoba sa istim iskustvom tokom grupnog rada je veoma važno za osobe sa iskustvom logora, jer se posmatra kao garancija da će doći od međusobnog razumijevanja. Trenutno, pet članova grupe idu na redovne kontrole kod psihijatra i uzimaju lijekove.

Većina članova grupe nema stalno zaposlenje, niti primaju bilo kakvu socijalnu pomoć. Pet članova grupe nakon razvoda braka žive sami. Rijetko imaju kraće i duže kontakte sa djecom. Jedan član je sa porodicom boravio u Americi, ali je nakon nasilnog čina dobio kaznu zatvora. Prije tri godine je dobio izgon iz Amerike i od tada nema kontakt sa svoje dvije kćerke. Nekoliko članova se žale na eksplozivne ispade prema drugima i osjećaju da „gube živce“ jer nisu u stanju da imaju kontrolu nad svojim ponašanjem. Dvoje članova grupe su neoženjeni. Drugi članovi grupe žive sa suprugama i održavaju kontakte sa djecom samo na nivou površnih socijalnih odnosa.

Članovi grupe pokazuju želju za druženjem, žele da se susreću sa bivšim prijateljima, da obilaze članove porodice, ali isto tako osjećaju da ih „nešto“ spriječava u tome. Većina nije zaposlena, imaju izvore sredstava za život, ali pošto ne privređuju, osjećaju se napušteno i bezvrijedno. Oni članovi grupe koji rade ili imaju penziju takođe navode da im djeca i unučad daju smisao života, ali da nisu zadovoljni sa načinom na koji to pokazuju. Jedna članica grupe je pozvana na Sud kao svjedok, druga članica grupe je doživjela razočarenje kada je penzionisana jer je ljekar zanemario uvjerenje da je u toku rata bila u logoru, treći član grupe je ostao bez posla koji je povezan sa odnosima sa suprugom, četvrta članica grupe je bila u žalovanju, jer se približavala godišnjica nestanka njena dva brata u ratu čiji su posmrtni ostaci pronađeni tek nekoliko godina nakon njihove pogibije. Ostali članovi su naveli mnogostrukе neodređene, ponekad promjenljive simptome. Pošto u BiH nema adekvatnog

mjesta za žrtve torture, klijenti su posjetili mnoge zdravstvene institucije, ali im liječničke mjere koje su tamo primili nisu pomogle. Većina članova grupe najčešće prijavljuju probleme u komunikaciji, potištenost, nisko samopoštovanje, socijalnu izoliranost, dok nekoliko članova ima probleme sa kontrolom ljutnje i identitetom. Međutim, poremećaji ponašanja i neprilagođeni načini života nisu specifični za simptome PTSP-a. Na primjer, dvojica članova grupe su ovisnici o alkoholu, imaju nestalno zanimanje, nekoliko neuspjelih veza iza sebe, slabu kontrolu impulsa, provale bijesa, otuđenost od porodice i društva.

Grupa je počela sa radom na inicijativu predstavnika Udruženja logoraša koji je imao 11 godina kada je sa majkom i bratom odveden u logor. Osobe koje su na početku rata bile dječijeg uzrasta su takođe pokazale veliku želju za učestvovanjem u grupnom radu. Iako jedna mlada žena nema uopšte sjećanje na logor, i takve osobe su bile članovi Udruženja od prije jer su smatrali da pripadaju u kategoriju logoraša. Grupni rad je trajao deset mjeseci, a održavao se dva puta mjesečno u trajanju od tri sata (*dvije sesije po jedan i po sat sa pola sata pauze između sesija*). Svi članovi grupe stanuju u udaljenim zajednicama pa je zbog toga ovakva struktura održavanja grupnih terapija bila najekonomičnija. Nakon sesija su imali zajednički ručak koji je bio produžetak zajedničkog neformalnog susreta i razgovora. Grupa je dobila i psahoedukaciju o prirodi traumatskog iskustva i o sekvensionalnoj traumatizaciji. Psihoedukacija je bila dobra priprema za rekonstrukciju dogadaja koje su prepričavali do detalja. Na taj način se izbjeglo stvaranje neugodnih osjećanja pri sjećanju na traumatske događaje.

4. Grupni proces i intervencije

Tokom prvi pet sesija grupa je bila otvorena, pa su se stalno priključivali novi članovi. U međuvremenu, nekoliko članova je odustalo od daljeg rada, tako da je nakon pete sesije grupa zatvorena za primanje novih članova. Dok je grupa bila otvorena, to je pomoglo nekim članovima u praćenju i poređenju svog stanja sa stanjem novoprdošlih članova. Samo je jedan član grupe imao prethodno iskustvo grupnog rada koje nije bilo povezano sa boravkom na psihijatriji. Postojala je veoma očigledna razlika između člana koji je imao iskustva terapijskog rada i učešća na edukacijskim grupama i članova koji nisu imali iskustvo grupnog rada.

Tokom prve sesije, članovi grupe su tokom predstavljanja naveli izloženost stresoru (*logor i mučenje*), gubitke, često proživljavanje traumatskih događaja, kao i probleme koje imaju danas po pitanju načina na koji preživljavaju. Samo predstavljanje je pratila velika uznemirenost. Zajedničko dijeljenje proživljenih trauma i sadašnjeg života je izazvalo radoznanost, ali i čudenje, zbog toga što su članovi grupe počeli da prepoznaju sličnosti traumatskog iskustva i načina života u sadašnjosti. To je bila faza međusobnog upoznavanja i interakcije. Terapeut je predstavljanje članova grupe i međusobno upoznavanje usmjeravao na način da ne postane terapijska interakcija sa jednim članom grupe, nego da se stvori atmosfera koja će svim članovima grupe omogućiti slobodno komuniciranje.

Članovi grupe su dijelili osjećaj različitosti i izoliranosti od drugih ljudi. Bili su potpuno svjesni svoje običnosti, svojih slabosti i ograničenja, ali i svoje povezanosti sa drugim ljudima, kao i činjenice da ih „nešto“ koči u tim odnosima. Kontakt je uspostavljen na prvim sesijama. U radu sa preživjelima se pokazalo da je važno poznavanje istorijskog okvira rata i mnoštva informacija vezanih za logore. Većina učesnika grupe je počela sa učestvovanjem u grupnim sesijama zbog pogoršanja simptoma koje je pratila radna nesposobnost ili potreba da izadu iz izolacije, da se druže sa drugima i da nešto nauče. Navodili su razdoblja pogoršanja simptoma, ali ih nisu mogli povezati sa uzrocima pogoršanja. Hronično neraspoloženje, životarenje „iz dana u dan“, nesposobnost

uspostavljanja bliskih odnosa sa drugima, nezainteresovanost vlasti za njihov položaj su stalno isticani tokom prvih sesija. Jedna članica grupe je govorila o svom strahu i uznemirenosti zbog iskustva svjedočenja. Naime, nije dobila pripreme za svjedočenje, a kada je tražila odsustvo sa posla zbog sudskeih obaveza, porodični ljekar nije pokazao nikakvu zainteresovanost niti empatiju. Poslije suđenja se stanje pogoršalo tako da je u vrijeme počinjanja grupnog rada bila na bolovanju, jer nije bila u stanju da izvršava radne obaveze.

Cijeli proces procesuiranja počinilaca ratnih zločina predstavlja dio briga članova grupe, ali nemaju priliku da dobiju kompletne informacije i imaju osjećaj kao da su isključeni iz cjelokupnog procesa. Ova tematika se ne raspravlja na nivou Udruženja u smislu sprovođenja sudskeih postupaka i rada sa svjedocima, ali sve to preostaje kao dio individualne patnje traumatiziranih osoba. Mlada žena, članica grupe se sama nosi sa svjedočenjem van BiH: „Vec treći put čući na svjedočenje. Dođu, odvedu me i vrati. Svjedočim o ubistvu svojih roditelja. Bila sam svjedokom njihovog ubistva. Tada sam imala samo osam godina. Prošlo je dvadeset dvije godine.“ Iako joj je pružena mogućnost da nešto više kaže o tome ona je odbila. Svjedočenje kao jedini način da se dokaže zločin se ne shvata ozbiljno i ljudi izbjegavaju svjedočenje. Žrtve-svjedoci nemaju adekvatnu zaštitu ni prije ni nakon svjedočenja, a istražitelji koji sa njima rade u toku istražnog postupka se ne interesuju za druge institucije koje bi mogle pomoći da žrtva-svjedok tokom svjedočenja dobije veću podršku. Na nivou BiH ne postoji državni program koji žrtvama-svjedocima daje besplatnu psihološku i medicinsku pomoć, tako da oni za odlazak po ovu vrstu pomoći moraju da imaju zdravstveno osiguranje i uputnicu od ljekara.

Kako bi se održao interakcijski proces između samih članova, u početku rada grupe je bio potreban aktivniji stav terapeutu. Aktivniji stav je podrazumijevao usmjeravanje rada u svakoj odgovarajućoj prilici kako bi se doatile informacije o pravoj prirodi traume i njenoj ulozi u ponovljenim krizama, kao i o opštoj neprilagođenosti u poslijeratnom životu. Uspješan rad grupe se mogao postići zahvaljujući informacijama o traumatskim događajima, o sebi, o drugima i o svijetu koji nas okružuje. Intervencije su bile usmjerene

na poticanje interakcije, biranje tema, usmjeravanje ili davanje direktnih uputa. U drugoj polovini grupnog rada nije bilo potrebno mnogo intervencija, posebno kada su članovi grupe počeli sa uspješnom međusobnom i drugom komunikacijom. Aktivniji stav terapeuta se pokazao kao neophodan ne samo na početku rada grupe, nego i u nekim periodima kada su članovi grupe unosili konflikte iz Udruženja u grupni rad. Takvi konflikti su bili povezani sa priznavanjem njihovog statusa i usvajanjem Zakona o žrtvama torture na državnom nivou. U tim situacijama trebalo je pažljivo procijeniti kada se uključiti ili povući iz učestvovanja na sadržajnoj razini i usmjeriti procesnu razinu terapijske sesije.

U pojedinim fazama rada, terapijski proces je oscilirao. Nekad je djelovalo da je traumatski doživljaj prorađen, međutim ponovo bi se pojavljivao na sljedećoj seansi, ali ne istom obliku. Tokom grupnog rada su se proradivali i otkrivali uticaji iz prošlosti na sadašnjost, a postepeno su se otkrili i pozitivni doživljaji iz prošlosti, kao i resursi koji su pomagali da prežive. Na taj način se stvarao slobodan prostor za pozitivna emocionalna iskustva, izbor i pitanje odgovornosti za svoje odluke i svoju životnu orijentaciju. Trajanje grupnog rada je bilo određeno na deset mjeseci. Postavljanje vremenskog ograničenja trajanja grupe je bilo korisno kako bi se smanjila ovisnost o grupi. Diskusija o trajanju grupe, pravilima grupe, kao i očekivanjima od grupe je bila izuzetno važna. Na sesiji je dominirao osjećaj nekompetentnosti koja se često izražavala u izjavama kao što su „Ko smo mi da odlučujemo, jer nam je uvijek rečeno koliko će trajati i šta oni očekuju od nas, a ne mi od njih“. U nekim momentima, učesnici grupe su bili zbumjeni jer je zahtijevalo preuzimanje odgovornosti tako da su „ozbiljnost“ situacije kasnije shvatili. Morali su prihvatići i primjenjivati ono što smo se zajednički dogоворili.

Svakodnevne brige i problemi su odvlačili pažnju učesnika grupe od prošlosti koju su navikli da potiskuju. Znanja o traumi su im bila oskudna. Kroz rad je trebalo depatologizirati i normalizirati traumu, tj. pružiti normalan odgovor na nenormalnu situaciju. Postojalo je uvjerenje da bi svakodnevni problemi nestali kada bi imali zadovoljavajuća materijalna primanja. Svakodnevni problemi

su ih preplavili tako da im je bilo teško razumjeti kako svoja, tako i osjećanja druge osobe. Sposobnost suosjećajnosti sa drugim osobama, a posebno sa onima koji imaju različita ratna iskustva je bila niska. Nisu bili u stanju dobro razlikovati vlastite emocije od emocija drugih osoba. U kontaktima su oscilirali između dijeljenja i razumijevanja emotivnih reakcija drugih osoba do potpunog zatvaranja i pokazivanja negativnih emocija prema drugim osobama. Sposobnost suosjećajnosti sa članovima porodice je takođe bila niska.

Prisutna je i zloupotreba medikamenata. Navodili su da ponekad pored propisane doze uzimaju i veće količine kako bi dobili djelstvo lijekova koje njima odgovara. Upotreba alkohola za koju su negirali da predstavlja dio aktuelne problematike je imala funkciju umanjivanja strahova, napetosti i bolova. Navode i strah od potrage za poslom jer imaju dijagnozu PTSP-a pošto „ko će me primiti da radim“. Javlja se i sumnja u sposobnost za rad, ali i sumnja u sposobnost da ga uopšte nađu. Članovi grupe koji su imali veće probleme u odnosima između članova porodice (odnos sa supružnicima, djecom, majkama) su posttraumatske simptome više povezivali sa nezaposlenošću. Kada bi se razgovor vratio na odnose sa samim sobom i odnose sa drugima postajali bi šturi i kao da nemaju riječi kojima bi imenovali i spoznali osjećaje koje susreću u tim procesima. Jedan član grupe godinama nije u kontaktu sa četiri kćerke i odbija bilo kakvu priču o toj tematiki. Naglašava da ne želi ništa da zna o njihovim životima i bivšoj supruzi. Drugi član grupe je u alkoholisanom stanju postao nasilan prema majci i nikako ne može da razumije zašto bi njegova majka tražila intervenciju policije.

Čini se da kultura BiH više toleriše tjelesne poteškoće nego psihičke i socijalne, jer se tjelesne poteškoće daju lakše izgovoriti i jer tjelesni bolesnici nisu u opasnosti da se označe kao „duševno bolesni“ ili „ludi“. Sa lakoćom su iznosili svoje tjelesne tegobe i ukoliko su bili pažljivo saslušani onda su počinjali da prepoznaju psihičke probleme. Jedan član grupe, sa kojim se grupa složila je izjavio sljedeće: „Sramota me reći da sam bio u logoru, jer će me drugačije gledati“. Navodili su primjere iz sadašnjeg života

kada su bili u situaciji da prešute svoje iskustvo. Osjećali su da su zaboravljeni, da ih mnogi tretiraju kao da traže socijalna primanja i razočarani su jer država nije priznala njihove patnje. Naime, oni koji su zaposleni ili su nakon logora postali vojnici iako su preživjeli druge vrste torture ne pričaju o tome iako su njihova prava i po ovom osnovu ugrožena. Trojica članova grupe su bili okupirani svakodnevnim preživljavanjem i napornim preživljavanjem „iz dana u dan“. Kada je jedan član grupe ostao bez stana zatražio je „sklonište“ na psihijatrijskoj klinici jer je to bilo jedino mjesto u gradu koje mu je pružilo sigurnost i smještaj. I u takvoj situaciji je pokazao humor navodeći da je sve naopačke i da su „na psihijatriji zdravi, a na ulici bolesni“. Članovi grupe su se najviše žalili na nesposobnost uspostavljanja bliskih odnosa sa drugima, smanjen nadzor nad nagonima, stid od članova porodice jer su „ništa“. Kao što pokazuje Maslowljeva ljestvica potreba (1954) uspješno liječenje ne može biti ostvareno bez zadovoljenja temeljnih potreba za preživljavanjem i sigurnošću. Dakle, trojica članova grupe su se borili da dobiju privremeni smještaj, prehranu i bili su podržavani i ohrabrivani od cijele grupe.

Radeći na kontinuumu povezivanja prošlosti i sadašnjosti vidljivo je da su stariji članovi grupe u djetinjstvu iskusili gubitke i siromaštvo u životima obilježenim uskraćenošću i raznim načinima snalaženja. „Dobar“ život u socijalizmu je prekinuo rat i teško su podnosili sadašnju situaciju. Navodili su i ekonomsko iskorištavanje od strane „novih kapitalista“ koji ih iskorištavaju plaćanjem rada malim nadnicama, kao i ponižavanjem i nerazumijevanjem. Misle da mnogi ne razumiju šta im se desilo. Osjećaju se diskriminirani od drugih jer poginuli i nestali, odnosno njihove porodice imaju neka prava, dok oni nemaju nikakva. Jedan učesnik za cijelu grupu logoraša kaže „Mi smo na margini“. Razgovor o PTSP-u je donio temu oduzimanja vozačke dozvole. Ljekarske komisije na koje su odlazili radi utvrđivanja radne sposobnosti su mogle dati mišljenje o produživanju ili neproduživanju vozačkih dozvola. Jedan učesnik je rekao da ima dijagnozu PSTP-a i da se zbog nje prema njemu odnose kao da je lud.

4.1. Sesija sa Irmom

Sa članovima grupe je dogovoreno da će svaki član pričati o svojim sjećanjima na period prije i početka rata. Za članove grupe sa iskustvom logora je bila veoma važna poveznica sa periodom prije traumatizacije kako bi mogli da spoznaju resurse koje su im pomogli da prežive. Na desetoj sesiji se samoinicijativno javila najmlađa članica grupe koja je htjela da priča o svom životu. Irma je sa žaljenjem naglasila da ona nema sjećanja na period prije rata jer je imala samo dvije godine kada je rat počeo. Ono čega se sjeća je boravak u izbjeglištvu i vožnja do novog „stana“ koji im je dodijeljen, ali joj je posebno ostao u sjećanju dan kada je pošla u prvi razred.

„Sjećam se da su me roditelji odveli u školu, imala sam na sebi roza haljinu. Bio je to jako lijep trenutak, sjećam se da je bilo toplo. Ja sam se radovala polasku u školu. Upoznala sam učiteljicu i tako sam krenula u školu. Na početku drugog razreda sam morala otići iz ove škole jer su moji roditelji odlučili da se vrate u našu kuću u kojoj smo živjeli prije rata. Ja sam plakala što sam se morala vratiti, a ustvari nisam ni znala gdje se vraćam jer sam bila mala kada smo protjerani iz nje. Sjećam se da je kuća bila prljava, da su govorili da je tu živjela neka porodica koja je takođe prognana iz svog mjesta. Moja majka je bila ljuta što je kuća u takvom stanju, a ja sam bila tužna što sam ostavila školu, učiteljicu i svoje prijatelje. Pošla sam u novu školu i brzo sam se navikla na nove drugove. Ali uvjek sa sjećam kako sam bila sretna u toj roza haljinici kada sam krenula u školu u nekom mjestu koje su moji roditelji zvali „izbjegličko mjesto“.“

Zastala je i smješkajući se rekla da nema više šta da kaže o tom periodu. Napravila je izraz lica kao da joj je žao što nema više sjećanja u odnosu na članove grupe koji su pričali o periodu prije rata i životu koji su imali. Kada je zastala i bacila pogled po cijeloj grupi, terapeut je upitao: „Razumijem da nemaš šta više podijeliti jer si imala dvije godine kada si zajedno sa roditeljima odvedena logor. Možeš li se sjetiti šta su ti oni pričali? Šta si ti čula od njih?“

Uzdhnnula je i skrenula pogled sa članova grupe, malo zažmirivši, kao da prebire po sjećanju isječke iz priča koje je čula.

„Sjećam se da je mama pričala kako sam plakala kada su oca odveli i nekoliko dana govorila da hoću da vidim svog oca. Majka je morala da tješi i mene i stariju sestru. Pričala je da smo bile često gladne, da je davala meni da jedem i da je ona ostajala gladna. Najteže mi je kada mi jemajka ispričala trenutak kada je otac pušten iz logora (*tada je počela da plače i nastavila je u suzama*). Valjda smo mi, mama, sestra i ja prije izašle, to ne znam. Ja sam spavala i kada sam se probudila moj otac je bio tu. Nisam ga vidjela šest mjeseci i nisam znala ko je on. Majka je govorila da ga nisam mogla ni prepoznati pošto je bio jako mršav. Onda sam pogledala po prostoriji i vidjela konzerve i paštete. Brzo sam ustala i otrčala do hrane i tražila da jedem. Zamislite, bila mi je važnija pašteta nego moj otac.“

Nastavila je da plače, a većina članova grupe je bila toliko ganuta njenom pričom da su i drugi plakali. Nastala je tišina. Tišinu su prekidali uzdasi, šmrcanje i kada se utišalo onda je terapeut uputio nekoliko toplih riječi zahvale sada već udatoj ženi koja ima 24 godine i jednogodišnjeg sina. Ona je bila iznenađena „koliko se stvari sjeća“ jer je do sada govorila „da je bila mala“ kada je rat počeo i da se ne sjeća „ničega“.

Pažnja je prešla na druge članove grupe koji su bili okupirani sa svojim sjećanjima. Svi članovi grupe su imali nešto da kažu. Njena priča je pokrenula mnoga nazavršena pitanja njihovih života. Bili su začuđeni onim što su čuli i počeli su glasno da se pitaju šta li njihova djeca pričaju danas i čega li se sjećaju. Povezali su tugu koju je izazvala njena priča sa svojim gubicima, rastancima sa djecom, dugim periodima kada nisu bili zajedno i ponovnim susretima kada su bili nevjerovatno emocionalno udaljeni. Navodili su veoma emotivne situacije susreta sa djecom poslije višemjesečnog boravka u logoru. Neki nisu mogli prepoznati svoju djecu jer su u međuvremenu odrasla, a ni djeca nisu mogla prepoznati svoje očeve. Jedan član je naveo da mu je kćerka rekla: „Ti jesи, ali kao da nisi moj otac“. Prisjetili su se svog izlaska iz logora, razmjene, a posebno svog izgleda, načina na koji su bili obučeni, iscrpljeni,

gladni, mršavi i prljavi. Shvatili su ozbiljnost situacije iz dječije perspektive. Počeli su se prvi put pitati i imati razumijevanje za osjećanja svoje djece, supružnika i drugih bliskih osoba.

Priča mlade žene kroz sjećanja djeteta u njoj je duboko emotivno dirnula sve članove grupe. Zajednički doživljaji su bili ispunjeni snažnim emocijama. Njena traumatska sjećanja kroz priče odraslih, a posebno kroz priče njenih roditelja, su, prije svega, razbila barijere među članovima grupe i stvorila platformu za uspostavljanje i razvoj odnosa sa djecom. Priča je duboko dirnula neke članove grupe pa su je povezali sa svojom sada već odrasloom djecom koja su u vrijeme rata bila mala.

Nakon ove sesije povezanost između članova grupe je postala uočljiva. Duže su se zadržavali u međusobnom razgovoru, lakše su se usredotočili jedni na druge, s pažnjom su slušali priče jedni drugih, a za vrijeme zajedničkog ručka su vodili tihе razgovore. Uočeno je i zadržavanje i nakon sesija, razmjena telefona i iskazivanje radosti nakon slučajnih susreta u gradu. Naglašavali su da je lijep osjećaj kada sretneš osobu sa grupe koja „toliko zna o meni, a ne doživljavam je kao stranca“.

5. Diskusija

Grupa je heterogenog sastava, ne samo po navedenim kriterijumima već i po tome što je sastavljena od „lakše“ i „teže“ traumatiziranih članova. „Lakše“ traumatizirani članovi su pozitivno djelovali na „teže“ traumatizirane jer su dijelili svoja iskustva i načine na koje su prevazilazili teške situacije. Oni su bili manje prožeti ljutnjom, bolje su mogli poticati i iskazivati socijalno prihvatljivo ponašanje i suosjećajno reagovati na tuđu patnju u odnosu na članove koji su bili „teže“ traumatizirani. Još prije dolaska u grupu i započinjanja rada, članovi su imali niz stresnih događaja. Pored iskustva boravka u logoru i života u ratnim uslovima, kao i iskustva aktivnog učestvovanja u ratnim djejstvima koje je iskusila polovina članova grupe, postojali su i drugi stresni događaji kao što su bračni problemi, razvod braka, gubitak posla, nasilje, ovisnost o alkoholu, ovisnost o

lijekovima i gubitak bliskih osoba. Dva člana grupe su se ogriješila o pravni sistem države zbog nasilnog ponašanja ili alkoholizma.

Stereotipna slika osobe koja je preživjela logor ne postoji jer su članovi grupe doživjeli raznolika iskustva u logoru i u životu nakon logora. Na prvim sesijama se predstavljanje i upoznavanje sastojalo od dijeljenja logorskih iskustava, iskustva u vojsci i ličnih priča. Njihove priče su počinjale od trenutka zarobljavanja ili početka rata pa su na kraju sesija prevladali pozitivni osjećaji. Nisu se mnogo zadržavali na sjećanju o zarobljavanju nego su govorili o današnjim problemima i životu u poslijeratnoj fazi. Najveći broj učesnika je bio izoliran i bio im je prvi susret s drugim logorašima u novim okolnostima. Bili su iznenađeni koliko su priče bile slične, pa su često izjavljivali „Pa, svi smo prošli isto“. Od drugih su takođe čuli opise simptoma koje su oni duboko u sebi čuvali i skrivali „jer kome da ih pričam kada smo svi isti“. Navodili su razdoblja pogoršanja simptoma i situacije kada su potražili psihijatrijsku pomoć. Razdoblja pogoršanja simptoma su nastajala uglavnom zbog specifičnih podražaja u vezi sa iskustvom rata ili zbog nespecifičnih stresnih životnih situacija. Kao primjer se može navesti pronalaženje posmrtnih ostataka bližih članova porodice, iznenadni smrtni slučajevi, kao i pozivi na svjedočenje, nezaposlenost i nemogućnost penzionisanja. U tim trenucima nisu znali kome da se obrate i traže podršku.

Na početku grupnog rada je napravljena struktura rada koja je raspravljena na grupi. Ali, prije diskusije o strukturi uslijedila je inicialna, dijagnostičko-anamnestička faza u kojoj su prikupljane informacije o svakom članu grupe i stvarana atmosfera za izgradnju kontakta između terapeuta i članova grupe. Teme koje su došle u ovoj fazi, način na koji su članovi grupe prihvatali vođenje i način na koji su opažali druge su bili dovoljni za dobijanje slike o članovima grupe. Stavovi i ponašanja su posmatrani u kontekstu životne situacije, ali analiza konteksta je podrazumijevala ne samo prošlost, nego i neposrednu okolinu (sadašnjost) i usmjerenost na budućnost. Aktualna situacija obuhvaćala je porodicu, opštu životnu situaciju sve do socijalnog i kulturnog sloja njihovog okruženja. Bilo je

veoma važno neprestano naglašavati da članove grupe ne određuju samo ili primarno traumatski doživljaji, već ih oblikuju i radosni događaji. Tako se, nakon procesuiranja traumatskih iskustava stvorio slobodan prostor za pozitivna emocionalna iskustva.

Cilj grupnog rada je bio više usmjeren na sadašnjost, nego na prošlost. Bilo je važno iz sadašnje perspektive pogledati u prošlost, kako na period prije traumatizacije, tako i na period nakon traumatizacije. Grupa je bila usmjerena na međuljudske odnose kako bi u zaštićenom prostoru traumatizirane osobe obnovile veze sa drugima i vratili povjerenje, kako u svoje snage i mogućnosti, tako i u druge osobe u svom okruženju. Vještine za rješavanje problema kod članova koji su imali probleme sa drugima su bile slabo razvijene zbog predugog oslanjanja na nedjelotvorna, kratkoročna rješenja životnih pitanja kao što su agresija i nasilje.

Tok grupnog rada se sastojao od procesa koji je bio prožet emocijama tokom kojeg se pristupilo izmjenama misli preživjelih. Ovaj proces je činio okosnicu ozdravljenja. Zbog toga su intervencije bile usmjerene na stvaranje atmosfere koja je omogućavala slobodno komuniciranje. Usmjeravanje na interakcijski proces među članovima grupe se pokazalo veoma uspješno jer je pažnja bila usmjerena na osobu koja iznosi svoje iskustvo. U početku su pažnju usmjeravali prema voditelju grupe, pa se činilo da izmjenjuju svoje iskustvo sa samo jednom osobom, a ne sa grupom. Tada su intervencije bile usmjerene na procesnu razinu uz pažljivo intervenisanje na sadržajnoj razini.

Psihoedukacija o sekvensionalnoj traumatizaciji i prirodi traumatskog iskustva je bila veoma bitna za razumijevanje i depatologiziranje simptoma sa kojima su se članovi grupe suočavali. Važno je da su u stanju pogledati u prošlost i živjeti s njom na svjestan način i da razlikuju „dobar“ život od života koji bio usmjerен na priču o simptomima. Važno je da su kroz grupnu diskusiju o ovim temama prihvatali da je negiranje samog događaja, a zatim negiranje značenja i smisla događaja samo u početnim sekvencama oporavka predstavlja značajnu podršku za preživljavanje. Međutim, u kasnijim sekvencama rada, izbjegavanje postaje smetnja oporavku koju je

potrebno pobijediti. Bilo je važno naglasiti da pronađu snagu, da pogledaju u prošlost i razumiju značenje iskustva.

Dominirajući simptomi su bili nedostatak empatije prema drugima, nemogućnost da se drugi saslušaju, ali su prevladavale i žalbe na članove porodice, predstavnike udruženja i vlasti. U toku rada sa grupom, članovi su počeli uspostavljati veze sa samim sobom i počeli su da govore manje iz položaja žrtve. Veoma je zanimljivo kako se preživjela osoba rješava identiteta žrtve. Ovdje se to moglo vidjeti po načinu i sadržaju njihovih riječi. Kako osoba obnavlja veze sa samom sobom, ton njihovog glasa postaje mirniji i oni postaju sposobniji da pričaju o problemima na „normalniji“ način. U njihovoј priči, u prvom planu više ne стоји „mi logoraši“, nego počinju da se staloženo suočavaju sa životom. Na toj tačci preživjeli su mogli vidjeti i prepoznati svoje pozitivne strane i uvidjeti da je logor ostavio posljedice na njihov sadašnji život. Mogli su prepoznati i svoju vlastitu bespomoćnost u traumatskoj situaciji, te da više cijene sposobnosti prilagođavanja.

Sa dijagnozama bilo koje vrste prouzrokovao se i prouzrokuje se određena vrsta zla kad se one primjenjuju da bismo druge i/ili sebe stigmatizirali. „Etiketa“ dodijeljena na osnovu neke dijagnoze može početi da živi vlastitim životom i u toku tog procesa osoba može poprimiti karakteristike koje pripadaju takvoj etiketi ili se promatraju unutar te etikete, prilikom čega mogu nestati nekompatibilne informacije. Jedan drugi razlog zbog kojeg kliničke dijagnoze ne treba precijeniti u njihovoј važnosti, ali niti posve ignorisati, je da terapeut želi da zadrži uvid u konvencionalnu dijagnostiku. Članovi grupe su govorili o sebi u dijagnostičkim kategorijama („Ja sam aksiozan“, „Ja imam PTSP“) i teško im je bilo zamisliti da drugačije razmišljaju o svom stanju. Što se tiče članova grupe koji su imali dijagnozu PTSP-a, ophodenje sa konvencionalom dijagnostikom je bila bitna tema unutar terapije. Neprestano su u prvi plan isticali da su bivši logoraši čime su davali vrlo malo prostora svome trenutnom „ja“ koje je odavno izašlo iz logora, ali ga se nisu znali oslobođiti. Ispunjavanje upitnika, motivisanje i objašnjavanje svrhe ispunjavanja upitnika, kao i priloženo pomoćno sredstvo kojim će

procijeniti svoje simptome je bilo značajno. Na taj način se uspjelo sa izbjegavanjem etiketiranja i postizanjem depatologiziranja traume. Članovi su opušteno ispunjavali upitnike, bez potrebe za uveličavanjem simptoma i „odricanjem“ od njihovog intenziteta. Kako se ispunjavanje upitnika o PTSP-u, depresiji, anksioznosti i funkcionalnosti ne bi razumjelo kao „procjenjivanje“ ili „iskorištavanje“, korištenje „čaše“ je bilo veoma efikasno. Terapeut je pokušavao da izbjegne da se članovi grupe svrstaju u određenu kategoriju. Drugi cilj je bio da članovi grupe ne budu objekat i da se ne izgubi individualna konstelacija problema gdje bi se iz vidokruga izgubila moć koju imaju individualne snage članova grupe. Nakon popunjavanja upitnika je dolazilo do novih spoznaja o sebi i definisanja samog sebe. Način korištenja upitnika je stvorio prijateljski odnos sa simptomima i prihvatanjem sebe. Pitanja iz upitnika su kod nekih članova pokrenula mnoga potisnuta sjećanja, pa su postali više senzibilizirani za svoju problematiku.

Ako se uzme psihodinamika grupe i članova grupe, s vremena na vrijeme je bilo potrebno obratiti pažnju na sferu izvan terapeutskog procesa, odnosno pozadinu članova grupe, pod kojim podrazumijevamo biografiju, resurse i deficite koje su doživjeli kao takve. U ovom dijelu, članovi grupe su govorili više o svojim reakcijama. Jedna od tih reakcija je bila da su poslije sastanka grupe shvatili da mogu da govore, ali da ne znaju da slušaju. Kada su zajedno, dolazilo je do bučne diskusije, galame, svađe, pokazivanja emocija, plača, a nekad bi se desilo da neko napusti sesiju, jer nije u stanju da nastavi da sluša bučan razgovor. „Nemožemo jedni bez drugih, a ne možemo ni zajedno“, rekao je jedan od članova grupe. Grupni rad je omogućio da svaki član bude saslušan, bez prekidanja ili pokazivanja nevjericice, npr. „Ama baš je tako bilo“. Većina je imala siromašne društvene odnose, povećanu osjetljivost i sumnjičavost. Veze sa bliskim članovima porodice su takođe bile slabe. Tri člana grupe su imala potpun prekid odnosa sa djecom nakon razvoda. Aktivno učešće mlade žene, koja je u vrijeme boravka u logoru imala nepune dvije godine, je uticalo na većinu članova grupe da započnu proces stvaranja emotivnih veza sa drugim važnim osobama u njihovim životima. Često su napominjali da im grupa

pruža utjehu samom činjenicom što se nalaze zajedno sa drugim ljudima koji su propatili na sličan način. Jedan član grupe ovako to objašnjava: „Vidim da je i drugima teško kao meni. Slušajući druge moj se problem čini manje teškim“.

Nakon sesije sa Irmom, osjećaj povezanosti je bio obnovljen. Kada su se članovi povezali sa drugima, postali su sposobniji primati podršku od drugih. Slušajući sjećanja jednog djeteta, konstatovano je da se taj trenutak može zabilježiti kao početak promjena i približavanja porodici. Početni terapijski pesimizam je prešao u optimizam u trenutku kada su se osjećali prihvaćeni od drugih uprkos njihovim različitostima i doživljajima. Sa razvojem grupnog povjerenja i kohezije razvile su se osjećajne veze među članovima, pa su počeli prepoznavati i dijeliti zajednička ratna, ali i poslijeratna iskustva. Nakon ove sesije, sve su češće spominjali imena vlastite djece, uslijedila su pozivanja na ručak i međusobne posjete, kao da su željeli da poprave ili da naprave prave nove veze sa svojom djecom. Željeli su to sa podijele sa djecom. Prije su mislili da se djeca, s jedne strane, ne sjećaju logora i da je to dobro za njih, pa su podržavali tu šutnju. Nakon sesije su shvatili da djecu treba shvatiti i ozbiljno prihvatići ono što su „čuli“ od svojih roditelja ili drugih članova porodice. Na osnovu novih saznanja o traumi koja su dobili na grupi suočili su se sa vlastitom bespomoćnošću i stanjem u kojem su se našli nakon izlaska iz logora. Pojavilo se pitanje: “A, kako li je bilo djeci“ na koje su odgovore pronašli kroz grupni rad.

Priča o borbi za pravdu, a ne priča o ličnom, je tražila intervencije o razbijanju šutnje. Neće da pričaju o svojoj ličnoj destrukciji, jer misle da to nije njihova uloga. Razbijanje šutnje i zaustavljanje lične destrukcije je povezano kako sa jačanjem članova udruženja, tako i sa jačanjem samog udruženja. Ono što je javno, političko i individualno mora da se uzme kao zajednički problem. Na individualnoj razini, imaju sjećanje na torturu, na poniženje, imaju sjećanje da se ne osjećaju kao ljudsko biće, dok se na nivou društva osjećaju izolirani i marginalizirani.

Grupni rad, zasnovan na detaljnem istraživanju traumatskih događaja i upoznavanjem reakcija na te događaje, doveo je do promijenjenog shvatanja o traumatskim događajima, o sebi, o drugima i svijetu

zahvaljujući novim informacijama. Sjećanja na ratne događaje, kao i reakcije koje izazivaju imaju ciklični, samoobnavljajući vlastiti tok koji je povremeno povezan sa vanjskim svijetom. Osnovno pitanje je kako prihvatiti da će do kraja života živjeti s tim.

Glavni pokretač ozdravljenja je proces koji je prožet emocijama i koji se odvijao između osoba koje su preživjele logor. Stvoren je prostor gdje su mogli slobodno komunicirati i gdje je došlo do povezanosti među članovima grupe i empatičnog razumijevanja. Uspjeli su povezati svoje potisnute osjećaje i empatijske kapacite sa drugima. Završetak rada grupe su prihvatali sa velikom zahvalnošću zbog primljene pomoći.

6. Zaključak

Tortura predstavlja iskustvo koje jako utiče na zdravlje čovjeka i zbog toga se preživjeli torture moraju posmatrati ne samo kao žrtve traume, nego i kao aktivni učesnici u oblikovanju sadašnjeg društvenog i političkog okruženja. Država treba jasno priznati značenje rehabilitacije stanovništva izloženog torturi i traumi u izgradnji sposobnog civilnog društva, zdravog stanovništva i održive demokratije. Žrtve torture u ratu su podnijele nepravdu i kršenje svojih ljudskih prava, ne samo prema međunarodnom humanitarnom pravu, nego i prema standardima vlastitog društva.

Psihološka obnova i zacjeljivanje mogu nastupiti samo kroz omogućavanje prostora za preživjele da osjećaju kako su saslušani i da se svaki detalj traumatskog događaja ponovo iskusi u sigurnom okruženju. U isto vrijeme, treba biti jasno da trauma ne može biti izbrisana. Osobe sa hroničnim napetostima teško mogu uzeti učešće u zajedničkim aktivnostima, kako sa članovima udruženja, tako i sa bliskim članovima porodice. Zbog toga trebaju pomoći i ohrabrvanje kako bi zaustavili destruktivne forme ophođenja sa stresom i uspostavili odnose sa drugim ljudima.

Iskustvo pokazuje da mnogi traumatizirani ljudi pretrpe promjenu svog ponašanja prema sebi, svojim partnerima, svojoj djeci, prijateljima, ali, prije svega, i prema javnim institucijama i osobama

od autoriteta. Zbog svega toga izgube empatiju. Pored gubitka empatije često se može opaziti očekivanje da drugi prema njima postupaju kao da su „posebni“, da gube sposobnost poklanjanja i prihvatanja ljubavi. Oni imaju poteškoće da se upuste u rizik emocionalne bliskosti i gube empatiju prema članovima porodice i drugim bliskim prijateljima. Ukoliko traumatizirane osobe razviju toleranciju prema svojim doživljajima i razviju empatiju kroz iskustva odnosa, kontakti sa drugima će se oblikovati na pozitivniji način koji će jačati međusobne veze i odnose. U tom pravcu, otvaranje centara za osobe koje su preživjele traumatizaciju, pored postojećih zdravstvenih službi bi bilo veoma korisno. Činjenica je da se traumatizacija ne zaboravlja i da se preživjeli moraju nositi sa povremenim pogoršanjima simptoma uzrokovanim spoljnim ili unutrašnjim faktorima, tako da bi povremena grupna susretanja omogućila da preživjeli „provjere“ svoje stanje i dobiju osjećaj da gospodare svojim životima.

Udruženja preživjelih treba ojačati kroz jačanje njenih članova. Članove udruženja treba osnažiti, naučiti da se nose sa prošlošću, naučiti da budu zainteresirani i empatični prema drugima. Tada će biti u stanju da se na kreativniji način bore za svoj status i svoja prava. Pošto je BiH društvo obesnaženo, važno je raditi sa članstvom grupe da bi se sprječilo prenošenje frustracija na unutrašnje odnose u udruženjima.

7. Literatura

- *Pregrad, J. (1996), „Stres, trauma i oporavak“, udžbenik programa „Osnove psihosocijalne traume“. Zagreb: Društvo za psihološku pomoć,*
- *Foy, D., urednik (1994), „Liječenje posttraumatskog stresnog poremećaja“, Zagreb,*
- *Herman, J., M.D. (1997), „Trauma i oporavak“, Svjetlost, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Sarajevo,*
- *Jalom, I. (2011), „Čari psihoterapije“, (prijevod sa engleskog), Psihopolis Institut, Novi Sad,*
- *Kohout, H. (1984), „How does analysis cure?“, Chicago, The University of Chicago,*
- *Butollo, W. (2000), „Život nakon traume“ (prijevod sa njemačkog), Zenica.*

live žene



PREVOĐENJE ZA SVJEDOKE NA SUDU ZA RATNE ZLOČINE U HAGU

mr. sc. Besmir Fidahić, Univerzitet u Maastrichtu
Diplomirani usmeni i pismeni prevodilac

1. Uvod

Medunarodni krivični sud za bivšu Jugoslaviju (*MKSJ*) je osnovan je 25. maja 1993. godine Rezolucijom 827 Vijeća sigurnosti bezbjednosti kako bi krivično gonio progonio osobe odgovorne za ozbiljne povrede ozbiljna kršenja humanitarnog prava na teritoriji bivše Jugoslavije od 1991. godine. MKSJ spada u vrstu *ad hoc* tribunala (tribunali za konkretne potrebe), smješten je u Den Haagu, u Nizozemskoj, i ima ingerencije nad sljedeće četiri vrste zločina: teška kršenja ženevskih konvencija, kršenja zakona i običaja ratovanja i genocid i zločini protiv čovječnosti. Najveća kazna koju MKSJ može da donese je doživotna kazna.

MKSJ se sastoji od Tužiteljstva, Sudskog vijeća i Sekretarijata suda. Tužiteljstvo je odgovorno za vođenje istražnog postupka. U okviru Sudskog vijeća djeluju sude i njihovi pravni savjetnici. Sekretarijat suda pruža administrativnu pomoć u radu različitih dijelova MKSJ, uključujući Odbranu, Odjeljenje za zaštitu svjedoka i žrtava, Pritvorsku jedinicu i Odjeljenje za usmeno i pismeno prevodenje. Tužiteljstvo iznosi optužujuće i oslobođajuće dokaze koje su relevantni u izvođenju njihovih argumenata, dok Odbrana ima naizgled lagan posao koji se sastoji od toga da samo odgovaraju na navode Tužiteljstva, odnosno brane svog klijenta. I Tužiteljstvo i Odbrana raspolažu prevodiocima za usmeno i pismeno prevodenje koji sažimaju i prevode dokumentaciju, usmeno prevode tokom uzimanja izjava od svjedoka i tokom priprema za njihovo svjedočenje. Svjedoci koji svjedoče pred MKSJ se susreću sa predstavnicima Tužiteljstva, Odjeljenja za zaštitu svjedoka i žrtava, Odbrane i Sudskog vijeća.

Većina ljudi u svijetu ima ograničene kontakte sa organima pravde koji se često odvijaju u negativnom kontekstu, stoga i ne iznenađuje da klijenti ponekad ove organe doživljavaju kao prijeteće, a kontakt sa njima traumatičnim iskustvom, pogotovo kada trebaju da rade uz pomoć trećeg lica, tj. prevodioca. Doživljaj organa pravde zavisi i od svojstva u kojem se klijenti pojavljuju pred njima (*svjedok ili osumnjičeni*), ali i od njihove neinformiranosti u pogledu pristupa ovih institucija radu sa klijentima (Pym, 2012). Način na koji klijenti doživljavaju prevodioca zavisi od same ličnosti prevodioca i od njegove/njene sposobnosti empatije. U svemu tome ne smije se zaboraviti da usmena i pismena riječ klijenta predstavljaju glavno sredstvo rada organa pravde, tako da prevodilac mora potpuno nestati iz razgovora kako bi se ostvarila nesmetana komunikacija između klijenata.

2. Uzimanje izjava

Tokom i nakon ratnog pohoda na Bosnu i Hercegovinu (BiH), svi oni koji su bili direktno pogodjeni ratom (*izbjegla i raseljena lica, svjedoci žrtve tj. porodice svjedoka i žrtava, i drugi*) su davali izjave organima pravde BiH i humanitarnim organizacijama. Dakle, ukoliko je lice dalo izjavu za radnike Ministarstva unutrašnjih poslova (MUP), vjerovatno su radnici MUP-a takve informacije koristili u operativne svrhe u smislu daljeg postupanja po navodima koje bi, potom, prema hitnosti, proslijedili ili dijelili sa pripadnicima Armije BiH. Ukoliko je lice dalo izjavu humanitarnim organizacijama, vjerovatno je da su radnici humanitarnih organizacija takve informacije koristili za planiranje budućeg priliva izbjeglica i raseljenih lica i humanitarne pomoći. Humanitarne organizacije su nezavisne organizacije i nisu dužne da dijele svoje informacije sa lokalnim organima pravde, osim u izuzetnim slučajevima kako je regulisano internim pravilima o radu svake od humanitarnih organizacija.

Timovi MKSJ koji su se sastojali od istražitelja, analitičara i prevodioca su počeli da uzimaju izjave od svjedoka 1993. godine. MKSJ izjava, čiji se format i dalje koristi, sadrži opšte podatke o

svjedoku, opšte podatke o svjedokovim iskustvima tokom rata sa posebnom pažnjom na incident od interesa, kao i potvrde prevodioca i svjedoka. Izjava se daje na bosanskom/hrvatskom/srpskom jeziku, biva usmeno prevedena i zapisuje se na engleskom jeziku, pa se potom opet sa engleskog jezika usmeno prevodi na jezik svjedoka koji potvrđuje njezinu istinitost nakon neposrednog uzimanja izjave.

*MEDUNARODNI SUD ZA KRIVIČNO GONJENJE OSOBA ODGOVORNIH ZA
TEŠKA KRŠENJA MEĐUNARODNOG PRAVA POČINJENA NA TERITORIJI
BIVŠE JUGOSLAVIJE OD 1991.*

IZJAVA SVJEDOKA

PODACI O SVJEDOKU:

Prezime:

Ime:

Ime oca:

Nadimak:

Pol:

Datum rođenja:

Mjesto rođenja:

Nacionalnost:

Vjeroispovijest:

Jezik/jezici koje govori:

Jezik/jezici koje piše (ako se razlikuju od navedenih):

Jezik/jezici korišteni u toku razgovora:

Trenutno zanimanje:

Prethodno:

Datum(i) razgovora:

Razgovor vodili:

Prevodilac:

Druga lica prisutna za vrijeme razgovora:

IZJAVA SVJEDOKA:

Deklaracija

Upozoren sam da moja izjava može biti data drugim organima sprovodenja zakona i/ili sudskim vlastima. Slažem se da se moja izjava pruži tim organima prema nahodjenju Kancelarije Tužioca Međunarodnog krivičnog suda za bivšu Jugoslaviju.

Potpis:

Datum:

POTVRDA SVJEDOKA

Izjava mi je glasno pročitana na bosanskom jeziku i sadrži sve što sam rekao, po mom znanju i sjećanju. Izjavu sam dao dobrovoljno i svjestan sam da se može upotrijebiti u sudskom postupku pred Međunarodnim sudom za krivično gonjenje osoba odgovornih za teška kršenja međunarodnog prava počinjena na teritoriji bivše Jugoslavije od 1991., kao i da mogu biti pozvan da javno svjedočim pred Sudom.

Potpis:

Datum:

POTVRDA PREVODIOCA

Ja, [ime prevodioca], prevodilac, potvrđujem sljedeće:

- 1) Odgovarajuće sam kvalifikovan/a i ovlašten/a od strane Sekretarijata Međunarodnog suda za krivično gonjenje osoba odgovornih za teška kršenja medunarodnog prava počinjena na teritoriji bivše Jugoslavije od 1991. godine da prevodim sa bosanskog jezika na engleski jezik kao i sa engleskog jezika na bosanski jezik.
- 2) [Ime svjedoka] mi je dao do znanja da govori i razumije bosanski jezik.
- 3) Gore navedenu izjavu sam usmeno preveo sa engleskog na bosanski jezik u prisustvu [ime svjedoka] koji je, po svemu sudeći, čuo i razumio prijevod ove izjave.
- 4) [Ime svjedoka] je potvrdio da su, po njegovom znanju i sjećanju, činjenice i ostalo navedeno u ovoj izjavi istinite onako kako sam ih preveo, što je potvrdio svojeručnim potpisom na predviđenom mjestu.

Potpis:

Datum:

Slika 1: Šablon MKSJ izjave svjedoka

Istražitelji MKSJ su tu da upoznaju svjedoka o njegovim pravima, odgovornostima i dužnostima i odgovore na sva druga pitanja klijenata. Očekivanja klijenata od MKSJ su različita. Neki klijenti se u radu sa organima pravde ponašaju kao da im čine ogromnu uslugu time što su prijavili ili dali izjavu o krivičnom djelu, zaboravljujući, pri tome, da su to njihove osnovne građanske dužnosti. Treba napomenuti da neprijavljinjanje krivičnog djela i davanje nepotpune, uveličane ili netačne izjave predstavlja krivično djelo u svim dijelovima svijeta. Ovi osnovni pravni postulati se primjenjuju i na MKSJ. Ono što donekle usložnjava rad MKSJ sa svjedocima je da je MKSJ organizacija koja ima moć da privremeno ili stalno preseli ugrožene svjedoke u treće zemlje. Međutim, to nije razlog da eventualni svjedoci pred MKSJ kompromitiraju vlastiti integritet pokušavajući da sklope poslovni dogovor sa MKSJ da ih presele u treće zemlje bez postojanja realne opasnosti po njihovo

zdravlje i život. Nadalje, svjedoci često izjavljuju „Ja uopšte ne poznajem generala X, ne razumijem zašto uopšte svjedočim protiv njega? Gdje je onaj koga poznajem, što me je istjerao iz moje kuće?“ Upravo na ovakvim primjerima vidimo da javnost nedovoljno poznaje mehaniku rada sistema međunarodne pravde. Lice koje je ovakvog svjedoka fizički istjeralo iz njegove kuće se naziva „počinilac prvostepenog zločina“ dok se MKSJ samo bavi slučajevima u kojima se radi o komandnoj odgovornosti. Dakle, takvom osobom će se pozabaviti Vijeće za ratne zločine Državnog suda BiH, koje se bavi prvostepenim počiniocima zločina. Međutim, pošto je, pretpostavimo, navedeni svjedok vjerovatno vidio epoletu na uniformi lica koje ga je istjeralo iz njegove kuće koje od ranije poznaje imenom i prezimenom, a istražitelji MKSJ pronašli takvo lice na spisku vojnika pod komandom generala X kome je pripisana komandna odgovornost za okolnosti slučaja Y, to lice svjedoči protiv generala X. U ovakvim slučajevima, Tužiteljstvo MKSJ prima informaciju i stupa u kontakt sa Tužiteljstvom Vijeća za ratne zločine Državnog suda BiH, koje preduzima dalje istražne radnje po pitanju prvostepenog počinjoca.

Sigurno je da nijedno lice nije davalo izjavu organima pravde „džaba“, ali je sasvim moguće da je lice koje se pojavljuje pred organima pravde dalo par izjava i da je iscrpljeno neprestanim prisjećanjem i ponavljanjem eksplicitnih dijelova traumatičnog iskustva. Sam autor ovog članka je prevodio za svjedoke koji su svjedočili pred MKSJ više od pet puta. Međutim, to nije razlog da takvo lice bude preventivno ljutito ili neprijatno prema radnicima organa pravde. Dapače, svako lice tokom zajedničkog rada sa predstavnicima organa pravde mora da bude iskreno i otvoreno, i da govori kratko, jasno i precizno. Nažalost, takva lica su skoro endemična zbog razloga koji će dublje biti razjašnjeni u daljem dijelu ovog članka.

U doba kada su MKSJ timovi počinjali da uzimaju izjave od svjedoka ratna dejstva na BiH su i dalje trajala, pa je većina svjedoka bila smještena u neuslovnom ili kolektivnom smještaju.

Najveći izazov u tadašnjem radu je predstavljalo odvajanje svjedoka od grupe u kojoj se nalazio. Drugim riječima, trebalo je pronaći prostoriju za nesmetani rad sa svjedokom u kojoj neće biti trećih lica koja bi mogla da utiču na svjedokovo pamćenje što je bilo teško, uvezvi u obzir relativnu udaljenost kolektivnih smještaja od lokalnih stanica policije i njihovu popunjenošć. Dakle, pošto se izjava uzima od pojedinca, mora da sadrži lično sjećanje pojedinca, a ne grupe. Davanje izjave je strogo kontrolisan proces tokom kojeg se u interesu istražitelja, svjedoka i pravde vodi računa da se ne traći i ne prekorači vrijeme koje je dodijeljeno za uzimanje izjave od svjedoka, ne promaši stvarna činjenična tematika i umanji uticaj davanja izjave na svjedoke (*MKSJ Pravilnik o postupku i dokazima, 2013*).

Izjave MKSJ imaju samo jednu svrhu: da prikupe činjenice o određenom događaju. S tim u vezi, prvo treba naglasiti da su organi pravde, uključujući MKSJ, u neprestanom kontaktu sa ljudima i ništa što je ljudsko im nije strano, što će reći da je izuzetno bitno da su klijenti iskreni u svakoj prilici. Prije pristupanja samim pripremama za svjedočenje, svi svjedoci se zamole da pročitaju sve izjave koje su do tada dali MKSJ i/ili drugim organima pravde tj. da ponovo pogledaju snimak/ke njihovog ranijeg svjedočenja u sudnici. Jedne prilike, jedan od starijih svjedoka u slučaju Srebrenica je izjavio da je zaboravio da ponese naočare. Radnici MKSJ su, bez razmišljanja, pozvali dežurnog ljekara MKSJ koji je svjedoku postavio dioptriju, a zatim su se, zajedno sa svjedokom, uputili u kupovinu novih stakala i naočara. Nakon kupovine, naredni dan su se vratili u kancelariju gdje je svjedok izjavio da on „slabo čita“. Na kraju se ispostavilo da je svjedok u potpunosti nepismen i da ga je „bilo sramota“ da tako izjavi na samom početku. Naravno, radnici MKSJ su trebali da dublje uđu u samu tematiku svjedokove pismenosti, tako da je greška zbog nepotrebnog gubljenja vremena u potpunosti njihova, nikako svjedokova. Zbog toga se u daljem radu sa starijim svjedocima uvijek pitalo da li žele da im prevodioći pročitaju izjavu ukoliko su „umorni od puta“.

U razmatranju slučaja klijenta, organi pravde razmatraju ono što je klijent potvrdio svojim potpisom, odnosno načina na koji se izrazio tokom suđenja o određenoj tematiki. Od potpune iskrenosti i otvorenosti svjedoka je samo bitnije da svjedoci znaju kako da se precizno izraze o onome što im se desilo.

Svjedok:	Kada je vojska otišla iz Srebrenice, mi smo ostale same u tom krugu.
Istražitelj:	Koja vojska?
Svjedok:	Pa ovi naši.
Istražitelj:	Mislite bosanski muslimani?
Svjedok:	Ja.
Istražitelj:	Dakle, u Srebrenici je bilo vojske?
Svjedok:	Pa nije.
Istražitelj:	Pa ko vas je onda ostavio u krugu fabrike?
Svjedok:	Pa naša vojska.
Istražitelj:	Dobro. Kažite mi, šta je vojska?
Svjedok:	Kako mislite?
Istražitelj:	Tako. Šta je vojska? Šta vojska ima po čemu je različita od civila?
Svjedok:	Oružje.
Istražitelj:	Da li svi vojnici, dakle pripadnici vojske, imaju oružje?
Svjedok:	Da.
Istražitelj:	Svi?
Svjedok:	Pa trebali bi, kako će braniti drugačije?
Istražitelj:	Vi kažete da vas je vojska bosanskih muslimana ostavila same u krugu i otišla.
Svjedok:	Ja.
Istražitelj:	Jesu svi imali oružje?
Svjedok:	E, to nisu. Nema govora, to se nije imalo ni metaka, a kamoli oružja, mi bili u okruženju, ništa se nije imalo, to je bilo...
Istražitelj:	Pa jesu oni onda vojska?
Svjedok:	Pa nisu.
Istražitelj:	Dobro. Ali, kažete da su bili vojska. Jesu <i>neki</i> među njima imali oružje?

Svjedok:	To jeste, to ne mogu lagat, to jesu <i>neki</i> imali.
Istražitelj:	Dakle, hoćete da kažete da vas je u krugu fabrike u Potočarima ostavila same grupa bosanskih muslimana od kojih su <i>neki</i> imali oružje.
Svjedok:	Jeste. To je najtačnije.

Neki će pomisliti da je istražitelj naveo svjedoka da kaže šta istražitelj misli, ali oni sa većom pažnjom na detalje će se složiti da je istražitelj samo pomogao ovom svjedoku da se preciznije izrazi. Kada svjedok izrekne: „Nakon što su me uhapsili, stavili su me u logor“, istražitelj postavlja pitanja o tome šta je hapšenje, koja vrsta ljudi se hapsi i da li onaj koji je uhapšen zna da je zakonom zagarantovano da će biti uskoro pušten na slobodu do početka sudskog procesa. Svjedoci obično odgovore da se samo kriminalci hapse, da oni nisu počinili nikakva krivična djela, nego da su odvedeni iz svoje kuće samo zato što su muslimani i da je njihovo držanje u logoru bilo protivzakonito jer im nisu pročitana njihova prava, nisu imali pravo na advokata, niti im je rečeno tačno koliko će vremena da provedu u „pritvoru“ do puštanja.

Ovakva vrsta nepreciznog izražavanja je nesvjesna i nemamjerna, a ponekad predstavlja i dio traumatskog iskustva same žrtve (*Ibrahimefendić, 2014*). Jedna od svjedokinja silovanja je tokom priprema za jedno od suđenja sa dominantnom tematikom silovanja neprestano govorila da su ona i počinitelj silovanja „vodili ljubav“. Međutim, smatra se da se „ljubav vodi“ zbog pristajanja obje strane na seksualni kontakt i da takav kontakt predstavlja očitovanje i vrhunac međusobnih ljubavnih osjećanja. Tokom daljeg rada je utvrđeno da se u njihovom kontaktu nije radilo o vođenju ljubavi. Svjedokinja je zamoljena da objasni šta misli pod ovim terminom kada je izjavila da je korištenjem ovog izraza samo pokušavala da se „kulturno izrazi“. Kada je zamoljena da objasni šta misli pod tim izrazom, rekla je da nije htjela da „bude prosta“. Naime, ovo joj je bio prvi susret sa organima pravde na međunarodnom nivou, pa je htjela da se predstavi onakvom kakvu sebe smatra: kulturnom i obrazovanom osobom. Istina je da ona nije poznavala

svog silovatelja prije silovanja, nije mu stavila do znanja da pristaje na seksualni odnos sa njim, tokom takvog odnosa nisu ispunjeni osnovni postulati ni samog čina vođenja ljubavi ni uobičajenog seksualnog odnosa i postalo je jasno da oni nisu ni u kojem slučaju „vodili ljubav“ nego da je ona bila silovana.

Treba podsjetiti da nije urbana legenda da je sudsko vijeće tražilo od svjedoka da se očituju o tome da li su, tokom događaja o kojem svjedoče, zamoljeni da dođu „odmah“ ili „smjesta“ odnosno da li su pripadnici neprijateljske vojske „granatirali“ ili „tukli“ položaje njihove vojske. Zbog svega toga, uzimanje izjave predstavlja vrlo ozbiljan proces tokom kojega se apsolutno ništa ne uzima zdravo za gotovo i koji zahtijeva ogromnu koncentraciju svih uključenih strana.

3. Prevodenje za svjedoke

Na MKSJ se pojavljivalo više vrsta svjedoka među koje ubrajamo: svjedoke o činjenicama (*ko, šta, kada, gdje, zašto i kako*), svjedoke vještakе (*stručna lica koja objašnjavaju stručnu pozadinu incidenta*), direktnе žrtve i svjedoke uticaja događaja (*direktne žrtve zločina koje se očituju o samom činu tehnike zločina i o tome kako je incident uticao na njihov dalji tok života*), kao i svjedoke o karakteru osumnjičenog (*lica koja poznaju osumnjičenog od prije incidenta*). Ovdje govorimo više samo o prevodenju za svjedoke o činjenicama i direktne žrtve i svjedoke uticaja događaja.

3.1. *Svjedoci o činjenicama*

Rad sa svjedocima o činjenicama nije pretjerano složen zbog toga što se od ovakvih svjedoka obično uzimaju najosnovnije informacije u smislu ko, šta, kada, gdje, zašto i kako. Ovi svjedoci obično objašnjavaju činjeničnu podlogu događaja kojom Tužiteljstvo objašnjava Sudskom vijeću pod kojim okolnostima i na koji način je došlo do određenih zbivanja. Na primjer, ukoliko je svjedok pozvan da svjedoči o događajima u Zvorniku tokom aprila mjeseca 1992. godine, teme razgovora će uključivati: društvene prilike u Zvorniku prije i nakon izbora 1992. godine, učešće na eventualnim

nacionalističkim istupima i skupovima, saznanja o samom dolasku srpskih vojnika u Zvornik, razlike u ponašanju između domaćih i pridošlih srpskih vojnika, itd. Ukoliko se poslije ovog svjedoka pojavljuje svjedok koji je bio smješten u jedan od kolektivnih centara za držanje, od takvog svjedoka se očekuje da priča o odvođenju iz svog doma, o organizaciji „aktivnosti“ tokom boravka, i o drugim ljudima koji su bili zatvoreni zajedno sa njim. Poslije njega obično bivaju pozvani svjedoci koji govore o tome kakvog je uticaja prisilni boravak u centrima za držanje ostavio na njih i njihov dalji život. Iako mogu da se ovlaš dotaknu tematike, od prvog svjedoka se ne traži da detaljno priča o ljudima za koje zna da su boravili u centrima za držanje, niti se o drugog svjedoka traži da detaljno priča o događajima u Zvorniku koja su prethodila njegovom odvođenju iz vlastitog doma, niti se o trećeg očekuje da priča o onome što su objasnila prethodna dvojica.

Problemi u radu sa svjedocima o činjenicama nastaju kada ovakvi svjedoci pokušaju da pruže svoju ličnu interpretaciju događaja o kojima svjedoče i pokušavaju da ubjede slušatelje da je njihov način razmišljanja jedini pravilan, uprkos činjenicama koje su sami predočili. Tokom uzimanja izjave od bivšeg komandanta jednog od bivših koncentracionih logora, svjedok je pružio potpune informacije o vodećim ljudima u koncentracionom logoru i o svim tamošnjim dešavanjima, pa je, kao vodeća ličnost logora potvrđio prethodne argumente Tužiteljstva. Zahtjevalo je da svjedoči sa mjerama zaštite jer, kako je sam izjavio: „Ne želim da moja djeca ikada saznaju čime sam se bavio tokom rata“, nakon koje izjave je počeo da plače. Iako je ovaj svjedok na sve ostavio strašno veliki dojam, insistirao je da se na kraj izjave doda dio u kojem će biti rečeno: „Međutim, naglašavam da su muslimani iz tog područja bili smješteni u sabirni centar radi vlastite sigurnosti“. Ovakav dodatak izjavi je šokantan i apsurdan: ukoliko X napada Y, onda tom Y treba zaštita od X u smislu sklanjanja na lokaciju W, a ne u smislu sklanjanja na lokaciju pod kontrolom X gdje mu X i dalje može nauditi. Ovaj slučaj nije izolovan, isto rezonovanjese pojavljivalo i kod svjedoka o činjenicama borbe na Baljkovici. Iscrpljeni četverodnevnim

bježanjem od Vojske Republike Srpske (*VRS*), Srebreničani su 15. jula golin rukama oteli VRS PRAGU na lokaciji Baljkovica gdje su probili njihovo okruženje kako bi stigli do Tuzle. Neki svjedoci o ovim činjenicama opisuju tu borbu kao veliku pobjedu vojnika VRS. Ovakva izjava je šokantna i apsurdna: ukoliko X želi da se probije iz obruča Y i uspije, pa još i nanese materijalne gubitke Y, kako je to pobjeda Y? Ovdje se, dakle, radi o karakteru svjedoka: svjedok ovakvim izjavama govori mnogo toga o sebi. Sasvim je jasno da se u ovakvima slučajevima svjedocima dozvoljava da iznesu svoje vlastito mišljenje, kao što je i prirodno, ali se u razmatranju slučaja primat daje samim činjenicama, što je još prirodnije.

Većina posmatrača, uključujući istražitelje i advokate, u ovakvima slučajevima obično pita prevodioce, koji su većinom i sami žrtve ratnog pohoda na BiH ili žrtve rata u bivšoj Jugoslaviji, da li ovakve izjave utiču na njih i da li mogu da nastave sa radom. Međutim, usmeno prevođenje je komplikovan proces koji prati ogromna količina adrenalina, pa je pogrešno misliti da u momentu prevođenja takve izjave imaju uticaja na prevodioce, jer su već pod radnim stresom. Međutim, izgleda da strane koje rade sa prevodiocima obično žele da znaju da li prevodinci učestvuju u razgovoru. Ako jeste, ovo predstavlja jasnú naznaku da klijenti prevodice smatraju za neželjenu smetnju.

Prevodenje nije vježbanje memorije; tokom usmenog prevođenja, prevodilac uzima zabilješke. Prevodilačke zabilješke nisu tu ni da bi prevodilac za klijenta mogao da napiše izvještaj o sastanku ni da ne bi zaboravio šta je klijent rekao, pa dojavio trećim licima. To su zabilješke koje mu pomažu da ponovi rečenicu na stranom jeziku i obično se sastoje od niza skraćenica, brojeva, dijagrama i ostalih verbalnih znakova. Po završetku sastanka, zabilješke se daju vođi sastanka i prevodinci nemaju dalji kontakt sa njima. Prevodinci se koncentrišu na usmenu riječ i prenose ideje govornika; vrlo su rijetke izjave svjedoka koje su doslovno prevedene zato jer nijedan jezik nije direktna preslika nekog drugog jezika. Svaki usmeni prevodilac se svojim stavom zaštiti od oba klijenta. Neki usmeni

prevodioci zure u jednu tačku za sve vrijeme trajanja razgovora, neki okrenu leđa i mašu rukama do mile volje, a neki nešto škrabaju po papiru koji je pred njima. To znači da usmeni prevodilac svojim govorom tijela stavlja do znanja učesnicima u razgovoru da ne želi da učestvuje u njihovom razgovoru. Razlozi su mnogostruki. Ako se prevodilac okrene i pogleda u klijenta, šta se desi ako klijent kaže: „De, ba, reci ti njemu da je on meni rekao, nakon što ga je on nagovorio, da je on sa onima sklopio bio dogovor, a ne sa njima“. Desi se da prevodilac izgubi svoj najveći adut u radu: da više ne zna ko, kome, šta, gdje, kada, kako i zašto i da zbog toga ne može da prenese poruku. Naravno, prevodilac ima prava da pita da mu se objasni nepoznata riječ ili fraza: „Oprostite, ne razumijem šta znači: ‘Kad god se skaharim, probam da ne hajem, ali me navečer podikači nešto nagor i ne da mi da dišem’“, ali to su rijetki slučajevi. Mogućnost da prevodilac ne zna riječ ili frazu je jednak mogućnosti da doktor ne zna čime da pregleda klijenta. Ukoliko se tokom prevodenja desi da prevodilac ne zna više od jedne ili maksimalno dvije riječi, to jeste razlog za zabrinutost sviju strana (*Seleskovitch i Lederer, 2002*).

Prevodioci su samo ljudi, a ljudsko stanje je krhko. Prevodilac nema prava da objašnjava u ime i za klijenta. Jedna od najzabranjenijih stvari u prevodilačkoj profesiji je iskazivanje vlastitog identiteta. Drugim riječima, zbog postojanja osnovane sumnje da mogu da ubace, skrate, dodaju ili na drugi način preinake originalni govor, prevodiocima se tokom rada zabranjuje postojanje njihovog „ja“ čime ostvaruje svoj zadatok: potpunu neutralnost i vjernost prema oba klijenta. To je savršeno normalno, jer, na kraju krajeva, dobar prevodilac je samo telefon čije korištenje i ne primjećujemo (*Seleskovitch, 1994*). Svjedok je glavna zvijezda, centar svih dešavanja na MKSJ i na njega su uperena sva svjetla pozornice i sva pažnja. Svjedok je onaj koji objašnjava svoj događaj. Šta se desi kada svjedok kaže: „Ma, daj, ba objasni ti njemu ko je bio Tito i šta je bio“, prevodilac objasni: „Tito je, po mom mišljenju (*govori u ime svjedoka*) bio nemilosrdni diktator koji nije imao nikakvo poštovanje prema privatnoj svojini“ zato što je precima tog

prevodioca Tito nacionalizirao 10 dunuma zemlje? Desi se da je prevodilac prenio svoje mišljenje na drugog čovjeka koji nije htio da se takav imidž druga Tita prenosi u njegovo ime. Ovdje su grešku napravile sve tri strane: i svjedok zato jer je dopustio da neko govori u njegovo ime, prevodilac zato jer je uzeo slobodu da govori u nečije ime i istražitelj zato što nije prekinuo razmjenu između svjedoka i prevodioca, zamolio da se razmjena prevede i upozorio strane da se ne upuštaju u razgovor.

Na kraju, prevodioci MKSJ su profesionalci koji profesionalno obavljaju svoje poslove za koje su stručno obrazovani i znaju da bi bilo pogrešno da se upuste u bilo kakav razgovor sa svjedocima za koje prevode, osim kurtoaznog, i to, najradije, o vremenskim prilikama.

3.2. Direktne žrtve i svjedoci uticaja događaja

Većina žrtava iznose svoja sjećanja u fragmentima i vrlo rijetko ispričaju šta im se desilo prema redoslijedu dešavanja (*Ibrahimefendić, 2014*). Kod uzimanja izjave se pristupa definisanju redoslijeda događaja što može da bude izuzetno traumatično za sve strane koje učestvuju u procesu. Sklapanje rečenice „Silovana sam tog i tog datuma na tom i tom mjestu od strane te i te osobe na taj i taj način“ može da traje i po dva sata. BiH je patrijahanalno društvo, pa se ponekad čini da je od prevođenja za žrtve silovanja samo teže prevodenje za muške žrtve silovanja. Iskustva na slučajevima Krnojelac (*Foča*), Todorović (*Bosanski Šamac*) i Lukić (*Višegrad*) su pokazala da su neke žrtve silovanja koje se pozovu na svjedočenje, toliko istraumatizirane tim događajima i toliko im je sredina u kojoj žive oduzela vlastiti glas i prava da obično u sudnici dožive katarzu na način da javno iznesu dodatne činjenice o događajima.

Pored toga, zbog osobenosti nekih žrtava kao što su, na prvom mjestu, njihov uzrast i stepen obrazovanja, formalno uzimanje izjave se pretvara u neizbjegno prepuštanje svjedocima da svojim riječima objasne događaje. Pitanje „Da li ste silovani analno, oralno ili vaginalno“ ne znači ništa svjedokinji koja u momentu davanja izjave ima 70 godina i završenu osmogodišnju školu. Međutim,

ona je svjesna činjenice da je nad njom počinjen zločin i takvu svjedokinju treba pustiti da svojim riječima opiše incident silovanja. U takvim slučajevima spada na istražitelja odnosno, kasnije, advokata Tužiteljstva i Sudsko vijeće da razumije da „Prišao mi je odpozadi/sprjeda/odozgo“ ili „Meć'o mi je svašta“ znači da je silovana analno/vaginalno/oralno odnosno da je počinitelj tokom silovanja koristio strana tijela. Takvo opisivanje može da traje satima, a nekad, nažalost, i daniма, tako da je skoro nemoguće da se predviđi emocionalni uticaj davanje izjave na svjedočke, ali i na prevodioca.

Emocionalni uticaj može da se kontroliše u tome da se daju pauze adekvatnog trajanja tokom završetka određenih segmenata iskaza što iskusniji istražitelji i advokati obično i rade. Naime, prvi postulat rada sa traumatiziranim osobama je „ne nanosite štetu“, ali taj postulat važi za lica koja rade na njihovom psihičkom blagostanju. Istražitelji i advokati ne rade na psihičkom blagostanju svjedoka-žrtava, nego na definisanju istine o određenom događaju. MKSJ prevodioci nisu obučeni za rad sa svjedocima na način na koji su obučeni istražitelji koji vode glavnu riječ tokom razgovora. Istražitelj tj. advokat koji angažuje prevodioca uzima zdravo za gotovo da njegov prevodilac zna kako da prevodi, ali nije u opisu njegovog radnog mjesto da propituje da li prevodilac zna kako da se nosi sa prevodenjem i slušanjem traumatičnog iskustva. MKSJ pruža obuku za rad sa svjedocima istražiteljima, ali ne prevodiocima. Da li su neki prevodioci pitali istražitelje ili advokate kako da postupe u situaciji koja im je bila strana? Vjerovatno da jesu, ali to ne znači da su svi to uradili i to ne znači da su napravljena pisana pravila u smislu: „Kada svjedok uradi to i to, pravilno je da odgovorite ovako ili onako“ Da li će prevodilac da prekine razgovor u traumatičnom momentu, da prinese čašu vode, doda maramicu, izvede svjedoka i plati ručak za vrijeme pauze ukoliko ostane sam sa svjedokom zavisi od prevodioca. Štetne posljedice takvog čina se saznaju kada to prevodilac uradi jer nijedna od ovih stvari nije očigledna niti je logična sama po sebi.

Neki svjedoci ne vole da ih se prekida dok plaču. Jedna kolegica je jednom prilikom podijelila da joj je svjedok rekao „Nisam ja jadan“ kad mu je prinijela čašu vode i dala maramicu kad je počeo da plače. On je očito htio da plakanje bude dio njegovog iskustva na MKSJ.

Neki svjedoci uopšte ne prave pauzu kad počnu da plaču nego govore kroz suze i jecaje, tako da proces prevodenja i dalje teče što stvara dodatne probleme prevodiocu kako da razumije šta lice govori. Druga kolegica kaže: „Bilo mi je strašno teško da radim sa ovim svjedokom, ali, neka je, hoću da osjetim tu bol svaki put zajedno sa njima, jer to znači da nisam odrvenila.“ Upuštanje u osjećaje svjedoka-žrtava, dakle, čini sastavni dio prevodenja za svjedoke-žrtve. Međutim, standardno zdravstveno osiguranje zaposlenika MKSJ pokriva samo određeni procenat i određeni broj sati psihološke pomoći koju, po pravilu, pruža vanjski psiholog kojemu je stran rad sa ljudima koji su svakodnevno izloženi pričama o užasu. Jedinica za dobrobit zaposlenika MKSJ koja radi pri Sindikatima MKSJ se pretvorila u službu za traženje stanova, potraživanje neisplaćenih kapara za stan i ostale aktivnosti koje nemaju veze sa direktnim posljedicama rada sa tematikom užasa. Sve ovo govori da su prevodioci prepričani sami sebi da se bore sa svojim demonima nastalim zbog neprestane izloženosti užasu.

Pored toga, žrtvama je vrijeme obično stalo (*Ibrahimefendić, 2014*), ali je i nekim prevodiocima. Jedna kolegica koja je dugo bila angažovana na slučaju Srebrenica kaže: „Kad god me ko pita da se potpišem i stavim datum, ja uporno pišem 11. juli 1995. godine iako je već 2010. godina“, dok druga kolegica koja je počela da radi na slučaju koji se desio 1995. godine kroz smijeh kaže: „Fala Bogu i meni se završi ona 1992. godina, sad sam u 1995. godini, da mi je samo u pameti ostanem kad se pridružim ostalima u 21. vijeku kad prestanem ovo da radim“.

Neki svjedoci se vežu za prevodioce tokom njihovog boravka na Sudu jer provode pauze za pušenje zajedno, ali neki ne žele da im neko plaća ručak. Šta da se radi ukoliko svjedok kaže i insistira „Ne, danas ja tebi plaćam ručak.“ MKSJ je sud. U pravnom smislu, nevini

čin plaćanja ručka svjedoku se sa pravom može nazvati „uzimanjem i davanjem mita“.

Ukratko, nijedna žrtva nema ni vremena ni načina da radnika koji joj, po definiciji, treba pomoći uči radu sa njom. Emocionalnost u vezi posla predstavlja razloge za otpuštanje iz službe kao što je Kadrovska služba MKSJ mnogo puta obavijestila emocionalne koji su im se obratili za neku vrstu pomoći. Sve dok međunarodne institucije pravde, koje u svom radu zavise od prevodilaca ne ustanove obavezne multidisciplinarne, opsežne i svrsishodne obuke prevodilaca u radu sa žrtvama traume, prevodiočevo ponašanje prema svjedoku će zavisiti od njegovog/njezinog ličnog nahodenja. Naveli smo neke od „dobrih“ strana. Niko nam nije pomogao da postanemo svjesni loših.

Na kraju, imamo i svjedočice-žrtve koji su preuzbudeni i koji smatraju da je svaki dio njihovog iskustva značajan. Kao što je ranije navedeno, MKSJ ima svoje specifične potrebe zbog kojih uzima izjave. Svjedocima se ne navode konkretni razlozi zbog kojih se od njih uzima izjava kako se ne bi iskvarilo njihovo autentično sjećanje na događaje, ali ponekad se izjava uzima samo sa ciljem da svjedok potvrdi da je određenog datuma, na određenim lokacijama video određene elemente koji su obavljali određene radnje. Definisanje takvih činjenica treba da bude jednostavan, skoro automatski proces, ali rad sa ovakvim svjedocima je težak zbog njihovog insistiranja na objašnjavanju sveukupnog historijskog i kulturološkog konteksta događaja, „čistoći“ izraza i autentičnosti kod prevodenja.

Posao prevodioca je da prevede ono što je svjedok izjavio i tu se njegov kontakt sa klijentom završava. Prevodilac nije tu da objašnjava, uči ili upućuje o svom poslu. U idealnoj situaciji, prevodilac i klijent uopšte i ne razgovaraju jer svrha prevođenja nije prevodilac, nego ostvarivanje komunikacije između klijenata. Ukoliko postoje nedorečenosti i nejasnoće, klijenti ih trebaju raspraviti između sebe, a ne sa prevodiocem.

Svjedok:	Hrana koju smo imali u logoru je bila jadna i nije sadržavala bjelačevine i ugljikohidrate...
Prevodilac:	Camp food was poor and free of proteins and carbohydrates...
Svjedok:	Kako mislite „free“? Free znači „slobodan“.
Prevodilac:	U ovom kontekstu „free of“ znači „nije sadržavala“.
Svjedok:	Aha, dobro. A jeste rekli da je „koncentracioni logor“ u pitanju?
Prevodilac:	Jesam.
Svjedok:	Kako se to kaže na engleskom?
Prevodilac:	„Camp“.
Svjedok:	Ja nisam čuo, ali dobro. U bivšoj Jugoslaviji, ja sam to nešto pročitao jednom, postojale su jasne instrukcije šta hrana treba da sadržava. U to vrijeme su se vodile ogromne polemike, vaš prevodilac to ne zna, on je mlad, ali vodile su se ogromne polemike... koliko Vi imate godina, šta ste završili?
Prevodilac:	Interpretation of the exchange with the witness. Witness: What do you mean „free“? Free means just that. Interpreter: In this context „free of“ means „did not contain“. Witness: Okay, fine, but did you say this refers to the „concentration camp“? Interpreter: Yes, I did. Witness: How do we say „concentration camp“? Interpreter: Just like that. Witness: Okay, I didn't hear you, but fine. I read once that, in the former Yugoslavia, there were clear instructions on what the meal should contain. At that time, there were plenty debates, your interpreter knows nothing about them, he is young, actually, how old are you, what are your qualifications?

Istražitelj:	Nemojte da se upuštate u razgovor sa prevodiocem, nastavite sa izlaganjem.
Svjedok:	Ali meni je bitno da znam ko za mene prevodi i kako dobro prevodi.
Istražitelj:	Sve sam razumio šta ste do sada rekli, ako mi šta ne bude bilo jasno, pitaću.

Iako može da djeluje traumatično, mučno i komično na sve učesnike u procesu uzimanja izjave, treba napomenuti da nijedna od gore navedenih pojava nije negativna u smislu da ometa u procesu kreiranja istine. Svjedok priča svoje iskustvo prema onome što je za njega važno, prema svom sjećanju i ima formirana mišljenja o događajima o kojima svjedoči.

4. Pripreme za svjedočenje

Kada jedna od strana u postupku, u ovom slučaju Tužiteljstvo, potvrdi svjedočenje određenog svjedoka, oni o tome obavještavaju Odjeljenje za zaštitu svjedoka i žrtava. Ovo Odjeljenje zatim stupa u kontakt sa svjedocima kako bi se dogovorili o njihovom dolasku. Odjeljenje pruža uslugu „od vrata do vrata“, odnosno bave se svjedokom od njihove kuće, preko putovanja za Den Haag, do dovodenja i odvođenja na Tribunal, prvo radi priprema za svjedočenje, a zatim i za svjedočenje.

Širom svijeta, neodgovaranje na sudski poziv predstavlja krivično djelo, pa tako i na MKSJ. U tom slučaju se prvo pristupa neformalnom ponovnom ubjedivanju svjedoka o značaju njegovog iskaza, te se, ukoliko sve padne u vodu, izdaje službeni zahtjev za privođenje svjedoka. Ukoliko svjedok i dalje odbija da svjedoči, optužuje se za nepoštivanje suda u kojem slučaju se donosi odluka o novčanoj i/ili zatvorskoj kazni.

U pripremama za suđenje na slučaju Karadžić, prevodilac je zamoljen da stupi u kontakt sa svjedokom koji je u predašnjim izjavama za organe vlasti BiH i MKSJ pružio najpotpuniju i najjasniju sliku dešavanja na teritoriji njegove opštine koji su prethodili zauzimanju

njegove opštine od strane bosanskih Srba. Svjedok ima suprugu, dvoje djece i živi u Njemačkoj. Prevodilac je par puta bezuspješno pokušavao da ostvari kontakt sa klijentom. Prvo je klijentova supruga danima tvrdila da svjedoka nema. Nakon petog ili šestog kontakta, počela je da vrijeđa i da preklinje prevodioca da njenu porodicu ostavi na miru. Kada je prilikom jednog razgovora sa prevodiocem počela da plače, slušalicu je preuzeo klijent koji je počeo da govori njemački. Prevodilac, koji govori holandski, pa zbog toga razumije malo i njemački, je zamolio svjedoka na iskvarenom njemačkom da pričaju na bosanskom. Svjedok je počeo da tvrdi da je zaboravio bosanski. U blizini se našla advokatika koja je govorila njemački i koja je preuzela slušalicu. Nakon što je preuzela slušalicu, svjedok je počeo da govori da slabo govori njemački i da je ne razumije. Tužiteljstvo je odlučilo da posjeti svjedoka u njegovoj kući sa istražiteljem koji govori njemački, prevodiocem za bosanski i organima vlasti u Njemačkoj. Nakon što mu je objasnjen proces svjedočenja i zaštitne mjere koje mu pripadaju, svjedok je nevoljko pristao da svjedoči. Kada je nakon par mjeseci došao na pripreme za svjedočenje, pričao je bosanski, objasnio je da nije uopšte znao kako čitav proces izgleda i da nije htio da se podsjeća na taj period svog života, izvinio se zbog komplikacija koje je prouzrokovao radnicima tužiteljstva i izjavio da želi da svjedoči bez mjera zaštite.

Kada svjedok stigne na pripreme, čita sve izjave koje je ranije dao organima pravde odnosno pregleda snimke svih ranijih svjedočenja u sudnici, a zatim mu se postavljaju ona ista pitanja koja će mu biti postavljana u sudnici. Ovaj proces traje nekoliko sati, zavisno od toga koliko svjedoku treba da pročita tj. odgleda svoje izjave i napravi dodatna, eventualna, činjenična i druga objašnjenja. U dijelu priprema za svjedočenje, svjedok se odvodi u sudnicu gdje mu se pokaže raspored sudnice: ispred njega su predstavnici Sekretarijata suda, iznad njih je sudsko vijeće, sa njegove lijeve strane su advokati odbrane, iznad njih je osumnjičeni koji se sklanja negdje drugdje u sudnici ukoliko svjedok treba da ga identificuje, sa njegove desne strane je Tužiteljstvo, a iza njega je publika u galeriji. Svi svjedoci tokom svog svjedočenja se samo i isključivo obraćaju Sudskom

vijeću bez obzira ko postavlja pitanja i pravilno je da odgovore počinju sa: „Časni sude...“.

Zlatno pravilo u radu advokata koji ispituju svjedočke u sudnici je: postavljajte samo ona pitanja na koja znate odgovore. Svjedoku MKSJ u sudnici neće biti postavljeno nijedno pitanje na koje njegov advokat ne zna odgovor tj. advokat tužiteljstva ga neće iznenaditi. Advokati znaju šta mogu očekivati od svjedoka, njihov jedini zadatak je da vode svjedoka kroz svjedočenje. Sve strane smatraju da je dobar svjedok u sudnici onaj koji odgovara samo na pitanja koja su mu postavljena i koji se ne da smesti.

5. **Svjedočenje**

Prije svjedočenja, svjedok odlučuje da li mu trebaju mjere zaštite ili ne. Konačnu odluku po ovom pitanju donosi Sudsko vijeće kojem se svjedok usmeno obraća samog početka sudske sjednice. Među mjeru zaštite za vrijeme svjedočenja tokom javne sjednice suda ubrajamo: dodjeljivanje pseudonima, promjenu modulacije glasa, neprikazivanje lica tokom snimanja suđenja, a tu je i svjedočenje tokom zatvorene sjednice suda (*zapečaćene sjednice čiji sadržaj ne izlazi u javnost*). Iako se na zahtijevanje mjera zaštite gleda kao na nešto što je prirodno i ljudsko, tu je uvijek prisutna i dilema koja ima veze sa prirodom istine: ukoliko svjedok pred Sudskim vijećem izgovara neku, počesto, šokantnu i odlučujuću istinu, zar ne bi bilo bolje da čitava javnost o tome sazna? Ova dilema, na svu sreću, nije tema ovog članka.

Pored toga što osjećaju ogroman strah od putovanja avionom kako bi došli do Nizozemske, svjedoci prije svjedočenja osjećaju i ogroman strah od Odbrane. Odbrana ima samo jedan zadatak, a to je da brani svog klijenta. Direktno vrijedanje i zastrašivanje svjedoka je zabranjeno. Nije zabranjeno ukazivanje da svjedok negativno utiče na proces iznalaženja pravde. Drugim riječima, ukoliko svjedok okoliša da odgovori na pitanje, ukoliko biva uhvaćen u laži ili nedorečenosti, ukoliko je bezobrazan ili nekulturan prema advokatima odbrane, odbrana ima pravo da bude „strožija“ sa

svjedokom. Tipičan klijent MKSJ koji svjedoči u sudnici je preplašen, bijesan i/ili zbumjen. O preplašenosti i zbumjenosti je bilo govora u ranijem dijelu ovog članka. Bijes koji svjedok osjeća može najviše da pomogne ciljevima odbrane. Naime, ukoliko se svjedok upusti u raspravu sa advokatima odbrane ili osumnjičenima koji sami sebe predstavljaju na MKSJ, njegov bijes ga odvlači od nastojanja da adekvatno i uvjerljivo objasni što mu se desilo tako da se desi da, nesvesno, radi za „drugu stranu“.

Autor ovog teksta je tokom svog petnaestogodišnjeg angažmana na MKSJ par puta pozvan da prevodi za svjedoke koji nisu htjeli da za njih prevode prevodioci iz Srbije. Naime, u jednom od takvih slučaja, svjedok, bivši logoraš, je dodijeljenom prevodiocu iz Srbije rekao: „Nemam protiv tebe ništa, ali ja sam imao grozna iskustva sa Srbima, ja nit' vas volim, nit' vam vjerujem, i neću da ti za mene prevodiš“. Da li svjedoci imaju prava da određuju ko će da prevodi za njih? Nema jednostavnog odgovora na ovo pitanje, osim da se konstatuje da je dosadašnja praksa MKSJ tolerisala ovakve slučajeve. Međutim, postavlja se pitanje kakav imidž ovakav svjedok daje o sebi i svom iskustvu? Prevodilac koji je dodijeljen njegovom slučaju nije dodijeljen u svojstvu Srbina, bivšeg agresora, nego u njegovom svojstvu lica koje je kvalifikovano za prevođenje. Ovdje se vidi da su bijes i ogorčenje ovog svjedoka ovdje usmjereni na potpuno pogrešnu osobu. Pored toga, ukoliko je takav svjedok bez ikakvog ustručavanja rekao prevodiocu da ne voli Srbe, otvara se realna mogućnost da će u sudnici verbalno napasti ili započeti razgovor sa osumnjičenim što bi stvorilo skandal i neželjenu situaciju za sve strane u procesu. Tim što prije ukoliko se desi, kao što se dešavalо, da osumnjičeni koji sami sebe predstavljaju žele da se susretnu sa svjedokom prije njegovog svjedočenja i da mu postave pitanja o njegovim izjavama na što imaju pravo. Da li je, u takvim okolnostima, osumnjičeni bezbjedan? Nadalje, otvara se i realna mogućnost da zbog toga, kao što sam kaže, ne voli Srbe, može početi da laže i preuveličava događaje tokom svjedočenja u sudnici. Ukoliko takav svjedok stvori skandaloznu situaciju, da li bi Sudsko vijeće povjerovalo njegovom iskustvu? Naime, „najkompletniji“

svjedoci su oni koji na kraju opisa užasnih doživljaja pokažu da su ipak oni pobjednici jer su prevazišli i uzdigli se iznad svojih bivših agresora. I, na kraju, da li je takva reakcija opravdana, očekivana i razumljiva? Kod ovog potonjeg sa olakšanjem i zahvalnošću opet konstatujemo da ta tematika prevazilazi okvire ovog članka.

Kao što je ranije rečeno, svi svjedoci tokom svog svjedočenja se samo i isključivo obraćaju Sudskom vijeću bez obzira ko postavlja pitanja. Bijesnim, isfrustriranim i preplašenim svjedocima se obično predlaže da se obraćaju samo i isključivo Sudskom vijeću, a da se i Tužiteljstvu i Odbrani obraćaju u trećem licu: „Časni sude, advokat odbrane nije u pravu kada kaže da...“ Ovo dodatno smanjuje i tenzije i nervozu koje svjedoci mogu imati.

Na početku rada sa svjedokom, Sudsko vijeće se pozdravlja, i pristupa predstavljanju svih prisutnih u prostoriji, kao i predstavljanju cjelokupnog procesa svjedočenja. Riječ prvo uzima Tužiteljstvo, zatim Odbrana, a u rijetkim slučajevima i osumnjičeni, kao i Sudsko vijeće. Ukoliko dode do pauze, sudski poslužitelji odvode svjedoka do posebne prostorije za čekanje gdje ne smije da stupa u kontakt niti sa jednom od strana sve do kraja svjedočenja. Nakon svjedočenja, svjedok se pozdravlja sa timom Tužiteljstva sa kojim je radio, preuzimaju ga predstavnici Odjeljenja za zaštitu svjedoka i žrtava, te naredni dan odlazi kući.

6. Zaključak

Ovaj članak je informativnog karaktera i, kao takav, ne treba da ima zaključak. Međutim, ne treba zaboraviti da je međunarodna zajednica MKSJ na samom početku rada posmatrala kao kratkotrajan eksperiment koji će da prestane sam od sebe. Međutim, MKSJ još uvijek traje, zalazi u 22. drugu postojanja i na njemu se još uvijek utvrđuju istine koje prihvataju svi osim, nekada se čini, onih kojima su namijenjene.

Iako na prvoj liniji pokazivanja suosjećajnosti cijele institucije, prevodioci nisu psiholozi, psihijatri, terapeuti ili neupitni poznavaoци svjedokovih značenja bez obzira što govore istim jezikom i dolaze

iz iste kulture. Razlika u radu prevodilaca i psihologa, psihijatara i terapeuta je u tome da prevodioci prevode eksplisitne detalje toka krivičnog djela: istražitelj želi da zna koliko je bolilo, koliko je glasno udaranje odjekivalo i koliko tačno boli duša za kućom ili djecom. Samo ukoliko svjedok otvori prozor u uništenje njegovog bića, sudska vijeće može da vidi da se u pozadini svih hladnih brojki i srušenih zgrada tokom ratnog pohoda na BH najprije radilo o ubistvu BH čovjeka i njegove budućnosti. Slušanje užasa je bez premca, ali je od neizmjerno velike važnosti da se prevodilac uživi u ulogu prevodioca kako bi „čuo“ sve nijanse klijentove izjave. Samim tim je bitno koliko klijent dobro govori kroz prevodioca i koliko je u stanju da ostvari saradnju sa njim/njom. Da bi za nekoga prevodio, prevodilac mora da čuje tu osobu, da bi je čuo mora da je razumije, a da bi je razumio mora da postane ta osoba. A sve to ima svoju cijenu o kojoj niti jedna od strana u procesu pravde nije ni počela da razmišlja.

Rad sa direktnim žrtvama i svjedocima uticaja događaja je obično emocionalno najiscrpljujući, činjenično najneuredniji, ali i najzahvalniji zbog toga što, kao nijemi posmatrači, prevodioci bivaju neprestani svjedoci ljepote ljudskog bića, jačine i otpornosti ljudskog karaktera koji žrtvama dozvoljava da nastave sa normalnim životom. U isto vrijeme, žrtve nesvesno čine da se prevodioci, od kojih su neki i sami žrtve ratnog pohoda na BiH ili žrtve rata u bivšoj Jugoslaviji, prisjećaju svojih direktnih ili indirektnih ratnih trauma. U najboljem slučaju, u radu između prevodioca i žrtve kod prevodioca dolazi do prešutnog i neprimjetnog izlječenja od trauma, jer prevodioci viđaju dijelove svoje traume sa strane. Iskustva u radu su pokazala da direktne žrtve koje su se pojavljivale pred MKSJ nikako nisu mogle da shvate zašto se prevodioci i svi koji su uključeni u rad sa njima dive načinu na koji se oni nose sa svojom traumom ili načinom na koji su je prebrodili, ali sasvim je sigurno da se svaki prevodilac MKSJ intimno svaki dan sjeti makar jedne od „svojih“ žrtava zbog toga što mu je pomogla da pomogne sam sebi.

7. Literatura

- *Ibrahimefendić, T. (2014), „Obnavljanje veza između pojedinca i zajednice i između pojedinca i porodice“, VI Zbornik radova, Vive Žene, Tuzla,*
- *Seleskovitch, D. (1984), „Interpréter pour traduire“, Publications de la Sorbonne, Pariz,*
- *Seleskovitch, D. i Lederer M. (2002), „Pédagogieraisonnée de l'interprétation“, Publications de la Sorbonne, Pariz,*
- *Pym A. (2012), „Translation as an instrument for multilingual democracy“, University of Arizona.*
- *MKSJ Pravilnik o postupku i dokazima, verzija od 22. maja 2013. godine. http://www.icty.org/x/file/Legal_Library/Rules_procedure_evidence/IT32Rev49bcs.pdf*

live žene

