

Demode na mode

Psiho u 2

Naslov filma: Psiho

Redateljica: Stela Jelinčić

Glavna uloga: Hrvoje Handl

Direktor fotografije: Ognjen Maravić

Postprodukcija: Ratko Gregor Jagodić



Baš sam nešto u zadnje vrijeme uzdrmana, a nije PMS, nije ljubav, nije novac. I već skoro odlučim otići astrologu – kad me nazove urednik: “Našao sam ti psihijatra...”

- Ma daj. Što će mi psihijatar?

- Pa za intervju...

- Aha.

Ustvari, mislim si, psihijatri, astrolozi, grah, kugla, vračara, dlan, zvijezde, psihogrami, mentalne mape, sve to isto. Jedni proriku sudbinu, drugi je odgonetavaju. S jednim nemaš što surađivati, a drugi bez tebe ne mogu ništa. Jedni moraju znati kad si rođena, drugi bi da znaju zašto si. Jedni te upisuju u sudbinu, a drugi te iz nje ispisuju. Jedni te sastavljaju pa što bude, drugi te rastavljaju pa što bude.

- Dakle, ovan u Veneri? Da... Da, sve je jasno – kaže astrolog.

- Regresivna trauma iz djetinjstva... Hm, hm... Hm – kaže psihijatar.

- Koja razlika! – kažem ja.

A mom Zvonimiru je zauvijek najdraža knjiga *Lav, vještica i ormar*, pa je na svoj ormar napisao – **TKO ZNA ZAŠTO JE TO DOBRO**. I zanimljivo, nikad nisam imala potrebu pitati: a što je to TO? I uvijek mi je to zvučalo kao neka utjeha smislom, a smislom se, ako nemaš ničim boljim, moraš tješiti... Čak i ako ga ne razumiješ.

To je pristojna, slobodnosmisljena rečenica koja ne opterećuje ni bogom ni vragom, ni Sai Babom ni jogom, ni nemasnim kiselinama ni masnim naslagama. Normalna rečenica za besmislene okolnosti.

A zašto meni treba astrolog, božesačuvaj psihijatar ili neka pametna rečenica?

Baš si nešto, u zadnje vrijeme, zamišljam da me pozove Aleksandar Stanković u svoju emisiju *Nedjeljom u dva*.

Recimo, pozove me njegova suradnica da nastupim u emisiji...

Ma što suradnica? Nazove me on osobno.

“Joj... Ma, ne znam...”, afektirala bih. “Čuj, Stela, ajmo to odraditi. Ne mislim se junačiti na tebi”, rekao bi on. “Joj... Ne znam... Zbunjena sam. Nije to za mene... Još sam ja mala... Prvi put mi je... Nesigurna sam. Rano mi je to!”, sigurno bih mucala. “Hoćeš onda u pet?”, našalio bi se on.

I ne bih otišla. Tremašica sam i tresu mi se ruke od uzbuđenja. Drhte mi prsti. Kad to primijetim, postajem agresivna jer pokušavam prikriti strah. A strah se ne može prikriti strahom da će netko drugi nanjušiti strah. I tako se vrtim u krugu straha i prikrivanja, laži i blefiranja. Vozim slalom u ementaleru. Onda kažem sama sebi, kad već maštaš, zamišljaj sve to idealno. I krenem. Zasjejati ću, likovati, omađijati Stankovića i gledatelje. Doći ću u minici, splesti noge vješto u spiralu. Baš ću u pravom času govoriti sve što je inače naknadna pamet.

On bi me sigurno provocirao na temu “vlažnih područja” u literaturi... Sigurno bi pitao: “Bi li se ti, Stela, skinula za Playboy?” Ja bih suvereno odgovorila: “Dakako, da! Znam i kako bih se skinula i gdje bih se skinula i za koliko bih se skinula. Ali ne da time demonstriram slobodu ili da pomičem granice nekome tko se ne želi skidati jer za to nema jainika, nego samo zbog svog pojačanog egzibicionizma. I to bi bila feministička slobodoumna odluka samo utoliko što smatram da je Playboy učinio više za ženu nego, recimo, Glas koncila.” Da. Baš bih mu tako rekla. Onda bi on pitao: “A znaš li kako

je nastao Osmi mart?” A ja bih još sretnije odgovorila: “Ne znam. Ali znam kako je umro.” Onda bi on pitao: “A varaš li ti svog dečka?” Rekla bih slavadobitno: “Ja sam prava Hrvatica. Ja ne varam.”

Vidim ja, zamotala sam se u fantazije. Trema je moj veći problem nego što sam mislila. I ustvari, baš je dobra ta ideja s psihijatrom. Hvala, dragi uredniče što misliš na mene! A i astrolog bi sigurno zaključio: “Tako su ti se podesile zvijezde.” Na koncu, imala bi smisla i ormarna rečenica – **TKO ZNA ZAŠTO JE TO DOBRO**.

I nađem se s Psihom, a on lep, šarmantan, pametan. Pogledam na sat, baš je točno dva.

- Pa počnimo time kako se riješiti treme i straha.

- Imaš jednu priču o zen-psihijatriji. Neka žena dolazi jedne večeri budističkom redovniku u neki samostan. Njezin problem je da je u snovima opsjedaju zmije, ima frku i nesanicu zbog toga. Smjestili su je u samostansku bolnicu. Kada bih ja sad na njoj primijenio svoju psihijatrijsku struku, rekao bih joj da su zmije zapravo erotski snovi, da su one falusni simboli... Ali naš zen-psihijatar se uopće nije time zamario, nego joj je rekao: “Gospodo, imam jako malo vremena. Dajte molim vas te zmije dobro promotrite kad ih opet budete sanjali. Dajte zapamtite sve njihove šare, koliko ih ima, jesu li debele ili mršave... Prebrojte mi ih. Jako mi je važno da ih dobro promotrite kako bih vas mogao početi liječiti.” I ode on. Za koji dan šeće on bolničkim hodnicima, kad ga potegne ona žena za rukav: “Joj, doktore, da vam kažem što se dogodilo. Otkad ih gledam, sve manje i manje ih ima.”

Ima lijepih primjera i iz naše prakse. Čovjeku koji pati od nesanicе liječnik kaže: “Legnite u krevet i trudite se da ne spavate.” Za koji dan šeće doktor bolničkim hodnicima, kad ga potegne onaj neispavani za rukav: “Joj, doktore, da vam kažem što mi se dogodilo. Prvi put sam se, nakon dugo, dugo vremena, naspavao. Ne znam što ste učinili, ali ja sam spavao.”

To je paradoks intencije. Svoju neurotsku intenciju preusmjeriš obratno. Jer ako ti neurotski nešto želiš, neće ti to uspjjeti. Recimo, ako se neurotski želiš dopasti nekoj osobi, najčešće joj se nećeš dopasti. Tako bi, da gostuješ kod Stankovića u emisiji *Nedjeljom u pet*, ti trebala naprosto sjesti na taj vrući stolac i sama sebi reći: “Ok. Došla sam da ispadnem najgluplja, najružnija, totalno prosječna, nezanimljiva. Dakle, čega se najviše bojim – baš to ću sad pokazati.” Najčešće se onda dogodi neki klik i sve ispadne kako treba. Kažem najčešće – jer trema je ipak vrsta socijalne patologije koja postoji čak i kao dijagnoza i varira to od slučaja do slučaja. Simptomatski, tu lako pomogne i farmakologija, iako se lijekovima problem ipak samo prikriva, zakopa se tabletama. Uzimanjem tableta ljudi se opiru promjeni, ne ide im se na terapijsko rješenje problema. Kad su ljudi u takvom raskoraku sami sa sobom, kad ne mogu reći, ne mogu izraziti, ne mogu tražiti, kad se opiru promjeni, takvima daješ tablete. To su najčešće muškarci koje kad pitate kako su, uvijek kažu: “Dobro sam.” A vidiš im na licu da nisu dobro, da im je cijeli svijet propao, lađe potonule. Oni će ti uvijek reći – dobro sam, ali će pri prvom susretu s nečim provokativnim reagirati katastrofalno. I ja idem na psihoterapiju. I konačno sam shvatio koliko sam bolestan. Hahahaha.

- Nismo li svi bolesno bolesni?

- Nismo. Ali, recimo, dođu mi ljudi s tim neakvim strahovima. I onda na tome radimo. Ti strahovi mogu iščeznuti, ali pojave se



neke druge patologije. Jer strahovi mogu biti i obrambeni. Iza njih se mogu kriti neke druge patologije. Pretpostavljam da bi kod tebe, Stela, to bilo ovako – ili nisi dobila adekvatnu gratifikaciju od nekog od roditelja i zbog toga sad misliš da nisi zaslužila uspjeh, ili si dobila suviše gratifikacije, bila pod staklenim zvonom... Toplo ti preporučam, ako imaš para i vremena, da si priuštiš psihoterapiju.

- Skupo je...

- Je, skupo je. Ali to doista iz temelja može promijeniti čovjeka. Samo je pitanje koliko je to često, na koji se način primjenjuje, koliko će trajati, i tako dalje. Koliko radiš s nekim, toliko će biti i stupanj promjene. Carica psihoterapije je psihoanaliza. Iako, ima i drugih mogućnosti – transakcijska, na primjer. Ja se u životu želim baviti psihoanalizom. Sad sam u psihijatrijskoj bolnici Sveti Ivan. Upozoravam te, to nije Jankomir, to je psihijatrijska bolnica Sv. Ivan.

- A što te smeta u imenu Jankomir?

- To je stigmatizirano. Moj glavni cilj dolaska na ovaj intervju je... Hm, možda je prtajeni cilj dolaska da budem važan i da se istaknem... Ali ipak cilj je da probam demistificirati i destigmatizirati psihijatrijsku bolnicu i psihijatrijske bolesnike koliko god više mogu. Narcisi poput mene uvijek misle da su jako pametni, da mogu puno postići, da imaju moć. Ljudi koji ne znaju kontrolirati svoj narcizam ne znaju kvalitetno starjeti. Jer narcizam je potreba za vladanjem, za moći, za kontrolom. A kako ne možete prevariti prirodu, onda možete samo ili prihvatiti činjenicu da ćemo svi biti stari i biti zadovoljni s tim, ili možete biti nesretni jer vam se život u vama otima kontroli. I onda se čovjek objesi jer je postao impotentan. A svi, većinom, postajemo impotentni što smo stariji... Sram je isto izraz narcizma. Narcisi izražavaju svoju nemoć agresijom prema van, a kod srama je to prema unutra. Ali taj narcizam je moj problem. Ti si rekla da je tvoj problem trema. Moraš raditi na sebi... Puno sam se promijenio otkad intenzivno radim na sebi, idem na psihoterapiju i psihoanalizu. Onaj tko nije prošao magično iskustvo psihoanalize ne može to znati. Čovjek je u tom procesu suočen sam sa sobom i ostavljen mu je izbor hoće li se mijenjati ili neće. Apsurdno je da ljudi kad imaju mogućnost za promjenu, najčešće odustanu od nje. Naravno, strah nas je promijeniti se. Predugo ostajemo na onom lošem, naviknemo se. Promjena terapijom može biti velika. Ljudi koji se boje odvajanja – boje se i promjena. Kad si mala beba promjene ti baš ne pašu i ako tada doživiš neka traumatska iskustva, to ostaje fiksirano. Sva odvajanja su traumatska. Prva promjena je odvajanje od matrice. To je i prva separacija u životu. Danas se sve promijenilo. Djeca s godinu dana idu u jaslce, drugi put se odvajaju od mame. Takva traumatska iskustva iz najranijeg djetinjstva su podloga za karakterne patologije. S nekim bolesnicima u Sv. Ivanu radim psihoterapijski, dotaknemo se i tih tema, ali ne mogu vam reći ništa o svojim pacijentima osim da je definicija normalnosti vrlo kompleksna. Ipak, sve se u njoj svodi, kako lijepo reče Freud, na dvije stvari: biti funkcionalno sposoban za rad i za ljubav. Onda se različitim intenzitetima psihoterapije ljudi mijenjaju više ili manje. Mijenja se i njihov karakter. A kako znati da je netko karakterno bolestan? To je super štos. Neurotik ima sređenu situaciju oko sebe ali iznutra mu je teško. Ima manje-više sređene odnose. Drugi njegove probleme ne vide bitnima. S druge strane, neurotska osob-

nost misli da je sve u redu, ali svi su oko nje "vriti". To su ljudi koji siju oko sebe samo loše odnose. Njih nekada zovemo ljudi-mjesec ili ljudi-sunce. Oni ti uđu u orbitu, osvijetle te, zavedu te, i nestanu. Kad prođu taj ciklus u nečijoj orbiti – opet se vrate u tvoju... "E, bok, kako si?" A povrijedio te je, zgazio te... To je stvar karaktera. Oni misle da su u redu. Ponekad uspiju vidjeti koliko su im odnosi i interakcije loši. Tada dolaze na psihoterapiju i pokušavaju to promijeniti. Mislim da sam i ja bio blizu toga, da sam imao dosta te karakterne patologije. Sad je imam manje... Ali malo manje. Totalno se promijenila patologijska psihijatrija. Jer u Freudovo doba djeca su živjela s mamama, tatama, dadiljama i bila su na neki način zaštićena. Nisu išla u vrtiće, nisu bila odvajana, imali su te tople dadilje... Najljepši dio psihoanalize su fantazije, snovi. Freud kaže da kad Ego zavlada Idom, riješili smo svoje probleme. Zamisli kako bi bilo prekrasno da imamo samo to nesvjesno, te fantazije.

- Možda si iz tog nagnuća da se ide prema fantaziji, prema mašti, prema nesvjesnom i išao na glumačku akademiju?

- Pa da, naravno i to. Ali u mom slučaju se prije svega radi o rascijepjenosti. Postoji mehanizam obrane koji se zove *splitting*. A nema veze sa Splitom. Netko se može horizontalno i vertikalno cijepati. I tu ima jako puno varijanti. Nekad se ljudi tako cijepaju da su im onda drugi ljudi ili jako dobri ili jako loši. Njih najčešće prepoznajete po tome što se jako oduševljavaju s nekim, a onda već za tri dana ploča se potpuno okreće i slušate ih kako govore: to je *shit* od čovjeka, užas... Dakle, ne mogu sagledavati realno. Ovisno o tome na kojem se nivou to dešava, takva je i rascijepjenost. Moja rascijepjenost je čista, klasična priča. Netko je od roditelja htio da ja budem dobar, dragi dečko medicinar – i ja sam to poslušao. Nisam imao dovoljno snage da kažem: "Čuj, ja to neću. Hoću biti umjetnik." I onda sam, konačno, dokučio što želim. Razvijao sam se onako kako se muškarci najčešće razvijaju – sporo i disharmonično. Slabija nam je emocionalna inteligencija. Užasno zavidim ženama na tome, u prednosti ste. Nešto intuitivno ženama dozvoljava i omogućuje da vide, da predvide, da osjećaju, da izraze, da samu sebe i relacije prema svijetu bolje raspoznaju. One su introspektivne i bolje razumiju same sebe, a time i druge. Freud je bio čisto muško i trebala mu je Melanie Klein da mu kaže da postoje unutarnji objekti. Bez obzira što je on genijalan i što je zabio zadnji čavau u kovčeg Ega. Jer Ego je sigurno najveći neprijatelj čovjeka. Što si s većim Egom – to si više, da prostiž, sje... Tako je medicina moj simptom. Zato kažem da je mene završila medicina, a ne ja nju. Sigurno. Ona je jedan od mojih simptoma s kojim sam se jedno vrijeme loše nosio, kasnije sam se jednostavno pomirio, ali na petoj godini medicine odlučio sam pripremati i prijemni za glumu. I mislio sam: "Dovraga, pa moram probati". I prošao sam, isprve. I osjetio se preporođenim. A i brzo sam shvatio tko su i što su glumci. Kao i među svim ljudima, tako i među svim umjetnicima ima ih više ili manje taštih. Ubijao me taj sajam taštine, ta vrsta samoživosti. Kad se dotaknemo te teme u terapiji, ne znam je li mi bilo grozno jer sam i sâm tašt i samoživ ili je frustracija bila zbog njihove taštine. I danas razmišljam o tome. Mislim da to prvo ide iz mene, a tek onda iz njih. To je bio dovoljan razlog da ipak probam spojiti medicinu i akademiju. Zaželio sam se bio medicine i na kraju odlučim: završit ću medicinu! Sve mi je to bila svojevrsna trauma,



a svaku traumu treba prihvatiti i voljeti je kao sastavni dio života. Ne možeš i ne trebaš iščupati to iz sebe. Sve traume treba naučiti voljeti, pretvarati u neku snagu i energiju. Sve se trebalo dogoditi i sad mi je drago što se dogodilo upravo kako se dogodilo. Glazba mi je spas u životu. Kaže Béla Hamvas da je glazba pjevana matematika. Slažem se s tim. On mi je najdraži pisac. Onda mi se dogodio moj najbolji prijatelj Ivica. Plutao sam i plutao dok me bova nije opalila po glavi. Bio je to Ivica. Na kraju, Ivica me i usmjerio. Rekao mi je: "Nema veze koliko imaš godina... Prijavi se na natječaj". I tako sam postao psihijatar u bolnici Sv. Ivan na desetom psihijatrijskom odjelu. Kad sam došao tamo, cilj mi je bio baviti se psiho-dramom. To je bila moja zamisao.

- U radu s pacijentima primjenjuješ neobičnu metodu - psihološku dramu.

- Nije to nešto fantastično u dramskom smislu, ali kad vidite svog pacijenta koji je dvadeset i pet godina psihotičan i već uneređen od lijekova da s takvim žarom i strašću dolazi na probe, da vas prati i gleda što ćete reći, kako ćete reagirati i da uživa u svakoj sekundi te probe, da je revnosniji od nekih s mnogo manjim poremećajima, morate se oduševiti. Tako je krenula ta inspiracija i tako su nastala Ivanova djeca, nazvana po psihijatrijskoj bolnici Sv. Ivan. A onda je nakon Ivanove djece nastao i klub. Klub je mjesto gdje se psihijatrijski pacijenti koji su otpušteni skupljaju oko različitih grupa i aktivnosti. Imaju informatičku, likovnu, dramsku grupu, imaju *wellness* program na kojem uče metode mršavljenja, zdrave prehrane... Sad nakon četiri godine iskustva ja ipak vidim promjene na licima svojih pacijenata, vidim da im je bolje. Dok radimo – ne dam im da budu bolesni. Kad krenu pokazivati bolest, kažem im: "Ne, to nam ne treba. Vi imate svoj zdravi dio. Meni taj dio treba. Bolesno ostaviti negdje drugdje". I ne biste vjerovali koliko zdravog izide. Siguran sam da kad bi se provela jedna dobra pametna akcija oko destigmatizacije psihijatrijskih pacijenata, akcija poput jedne u Švedskoj, gdje su u tramvajima stavili reklame: "Ako čujete glasove, javite se na taj i taj broj" – stvari bi se promijenile nabolje. Jer ima puno mladih patologija koje se kvalitetnije mogu liječiti ako se ranije uoče. Također, služilo bi to i destigmatizaciji psihijatrijskih pacijenata. Primjećujem i kod svojih kolega internista, kirurga da se boje primiti psihijatrijskog pacijenta za ruku. Često ga na brzinu obrade i brzo pošalju natrag. Ljudi se boje svojih patologija, a ovo pitanje je sad moj izazov njima: Bojite li se sebe kad se uplašite psihijatrijskog pacijenta? Bojite li se svog ludila? Ne znam... Mislím da stigmatizacija i nastaje negdje gdje se mi bojimo vlastite samodestrukcije, vlastitog raspada i onda kad vidimo nekoga tko nas na to podsjeća, odbijamo ga jer on je onaj loši dio nas. Rijetko tko ima priliku vidjeti zdravi dio psihijatrijskih pacijenata. Zato su te predstave važne. Psihijatrija je kao umjetno postavljanje granica, pa je to i moja uloga u svemu tome. Volim ih pustiti da rade kako osjećaju, dajem im savjete, ali ipak imamo neke granice u kojima se krećemo. Kao i djeci, i njima se zna dogoditi da jednostavno nemaju mjere. Ima tu puno odgovornosti... Pitam se je li ta metoda koju sam primijenio – metoda? Evo, opet moj narcizam! Metoda!? Piš' me vrit! Sad ću na kongresu napraviti radionicu s kolegama i imam iznenađenja za njih. S pacijentima kroz klasične glumačke vježbe radim na ukidanju straha. Netko tko ima veliki

strah može ga začas riješiti ako mu date četiri stolca da ih nosi. Jedan mu stavite na glavu i tri u ruke – i on to nosi i priča. Kao što je i Stanislavski rekao: "Pravi glumac uvijek radi sedam stvari odjednom." To je super štos. Kad bi te Stanković pozvao u emisiju, preporučio bih ti da štrikaš i kapu i šal i rukavice. Strah bi nestao. Opterećena stolcima ili štrikanjem ne bi razmišljala o onome što misliš da trebaš predstavljati. Znaš li da radom ruku možeš eliminirati čak i neke slušne halucinacije?

- Zaljublju li se pacijentice u tebe?

- Da. To je prirodan proces, kod psihoterapije. Sad mi je neugodno pričati o tome. Čak kažu da su psihoterapeuti zavodnici. Sjeti se, prva osoba u koju si ti, Stela, bila zaljubljena, po nekom heteroseksualnom principu, bio je tvoj otac. Ili brat. I ta vrsta incestuoznog odnosa je nešto što je prirodno u razvoju čovjeka. Muškarac se zaljubljuje u mamu, vrlo često neki muškarci nikad ne izađu iz toga, nego samo promijene mamu za ženu. O tom odnosu puno toga ovisi. I to su ti Edipovi i Elektrinini kompleksi. I ti kompleksi su ključne točke rješavanja neuroze i prva neuroza koju rješavamo. Da nije bilo Melanie Klein, Freudove žene, neke neverbalne patologije ne bismo prepoznavali, ne bismo bili upućeni. Freud je prepoznao jedan dio, a Melanie je otišla još malo dalje i rekla: "Ček, ček, pa ti se unutarnji objekti stvaraju i prije nego što je bila riječ." Najvažnije je to da je ta vrsta odnosa najčešće ponavljanje nekog odnosa iz djetinjstva. Bit psihijatrije nalazi se u odnosu. Mi spontano stvaramo transfere. Ti si stvorila transfer prema meni. Možda si u meni vidjeli oca, brata, nekog davnog dečka... Što sam ja u tebi vidio? I to je važno... Nesvjesno se to stvara. Na taj način i ostajemo u intimnim vezama. Partnere ne biramo slučajno. Biramo komplementarne psihopatologije. Ja se, recimo, često previše analiziram. I sebe i druge. Svi se mi branimo od tih unutarnjih strahova, pa tako i ja. Branimo se od tih unutarnjih patologija. Onda se totalno preanaliziram. Tako izgubim na spontanosti, prirodnosti... Često smo žrtve *lažnog sebe*. To je isto vrsta patologije. Između *pravog sebe* i *lažnog sebe* postoji takva napetost, takav jaz, takva katastrofa da kad zagrebeš malo po tom lažnom, odjednom skužiš – Isuse Bože, šta ja tu radim? 'Di me to dovelo? Također, možeš doći i do *pravog sebe*, koji je divan, krasan, topao – za razliku od *lažnog*, koji prikriva osjećaje, bijesan je i grub.

- Možeš li, samo za potrebe ovog razgovora, reći nešto o meni nakon ovih 55 minuta psiho-promatranja?

- Ništa što vidiš ne smije se otvarati ako to ne možeš zatvoriti. Ako nešto vidiš u nekome i tome je stvarno tako, onda je tvoja dužnost da to radiš unutar određenih okvira, unutar pedeset i pet minuta, mora postojati neki dogovor, neka radna alijansa gdje nešto što si otvorio možeš i zatvoriti. Prema tome, ako mi nastavimo s nekakvim druženjem, ja te mogu iz nekog vica suočiti s nekim stvarima koje sam primijetio, ali što će ti to ako ti ne mogu pomoći? Nije to vic... Mogao bih se samo napraviti važan, a to ne želim.

- Hvala, doktore. Nadam se da ćeš mi ovu seansu naplatiti po prijateljskoj cijeni.

A vas, dragi čitatelji, pozivam da nam se pridružite i u idućem terminu novog ciklusa emisije *Demode na mode*, koju odsad emitiramo svakog četvrtog četvrtka u četiri.