

# Psihodinamika neverbalne komunikacije u psihoterapiji

Marijana Braš, Veljko Đorđević, Vedran Bilić, Lovorka Brajković, Zorana Kušević

Centar za palijativnu medicinu, medicinsku etiku i komunikacijske vještine Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, Klinika za psihološku medicinu KBC-a Zagreb

**SAŽETAK** Komunikacijski proces uključuje verbalne i neverbalne aspekte. No, neverbalna komunikacija zauzima važno mjesto u psihoterapijskom procesu. Za neverbalnu komunikaciju se kaže da je jezik emocija, koji modificira bolesnikov verbalni izričaj, dajući psihoterapeutu uvid u stvarno emocionalno stanje bolesnika. Neusklađenost neverbalne s verbalnom komunikacijom može ukazivati na poricanje i negiranje bolesnikove verbalne ekspresije i stvarnih emocionalnih stanja. Novije spoznaje u području neuroznanosti napominju povezanost neurobioloških procesa i neverbalne komunikacije, kao i utjecaj psihoterapije na istu.

**KLJUČNE RIJEČI** komunikacija; neuroznanosti; neverbalna komunikacija, psihoterapija

U svim međuljudskim komunikacijama, pa tako i u psihoterapiji, postoje dvije vrste komunikacije – verbalna i neverbalna. Bez verbalne komunikacije ne bi se mogao odvijati psihoterapijski proces, uza stalnu prisutnost neverbalne komunikacije, bilo da prati, povezuje, dopunjava verbalnu ili postoji sama za sebe kao izraz posebnih psihičkih stanja i potreba pacijenta. Neverbalna komunikacija sastoji se od mnoštva znakova, od kojih svaki ima svoje značenje, pomoću kojih se svakodnevno komunicira i često nesvjesno „čita“ kod drugih, dok se istovremeno u većini slučajeva ne zna za vlastite pokrete i izraze lica. Verbalnim načinom uglavnom se prenose informacije, a neverbalnim stavovi i emocionalni odnos prema informacijama koje se primaju ili odnos prema osobi s kojom se komunicira.

Neverbalni znakovi komunikacije mogu se podijeliti na statične i dinamične (prilog 1). Treba spomenuti kako i oblici ponašanja, odjeća, rasna i etnička pripadnost, čak i spol, konstitucija i visina osobe imaju važne, ako ne i odlučujuće utjecaje na neverbalnu komunikaciju i konačno stvaranje dojma o određenoj osobi ili nama samima. Neverbalna komunikacija može se podijeliti na vizualnu komunikaciju, izraze lica, govor tijela, osobni prostor i parajezik (prilog 2). Najvažnijim aspektom neverbalnog ponašanja smatra se vizualna interakcija, pri čemu je viđenje (stupanj vizualnog pristupa drugoj osobi) važnije od gledanja i kontakta očima, jer što se više neverbalnog ponašanja druge osobe može vidjeti, to će više neverbalnih znakova biti dostupno.

Izražavanje emocija izrazima lica bilo je proučavano znatno prije svih drugih vidova neverbalne komunikacije. Po Darwinovom mišljenju, različiti izrazi lica razvili su se prema vrijednosti pojedine vrste za opstanak (vrsta

koja može komunicirati strah ima više izgleda za preživljavanje). Smatra se da su emocionalni izrazi urođeni i zato univerzalni za sve ljude. Istraživanja su pokazala da ljudi u svim dijelovima svijeta, u laboratorijskim uvjetima, na osnovi izraza lica dobro prepoznaju šest primarnih čuvstava: radost, tugu, iznenađenje, strah, ljutnju i gađenje.<sup>1</sup> U slučajevima kada se pokušava interpretirati nečije neverbalno ponašanje, svakako valja uzeti u obzir vlastite emocije koje prilikom percepcije vanjskog svijeta smanjuju objektivnost opažanja. Promatrane zajedno, vještine neverbalne komunikacije stvar su međuljudske ugladenosti, nužni sastojci šarma i društvenog uspjeha. Osobe koje ostavljaju sjajan dojam u društvu vješte su u praćenju vlastitih izraza emocija i sposobne empatizirati s drugima, dakle, socijalno su vješte.<sup>2</sup>

## NEVERBALNA KOMUNIKACIJA U PSIHODINAMSKI ORIJENTIRANOJ PSIHOTERAPIJI

Anna O., prvi pacijent u psihoanalizi (Breuer i Freud, 1893-1895) nazvala je svoju terapiju „liječenje razgovorom“ (*talking cure*) i tako postavila okvire psihoanalize koji su prisutni do danas, unatoč činjenici da su i tada i danas psihoterapeuti prepoznali aspekte neverbalnog ponašanja kao vrlo bitne u svom radu.<sup>3</sup> I samo neverbalno ponašanje Anne O. bilo je opisano s posebnim naglaskom na interaktivno, simboličko, emocionalno i kognitivno značenje.<sup>3</sup>

„Običavala je halucinirati u sredini konverzacije, pobjeći, početi se penjati na drvo i sl. Ako bi je netko zgrabio, vrlo brzo bi nastavila prekinutu rečenicu, bez da bi znala išta od onog što se događalo u međuvremenu.“

## Prilog 1. Statični i dinamični znakovi neverbalne komunikacije

### A) Statični neverbalni znakovi

#### 1. Udaljenost tijela

Fizička udaljenost prema drugim ljudima utječe na dojam koji drugi ljudi imaju o nama, ali i na način na koji komuniciramo s drugima. Prostor oko sebe čovjek dijeli na:

- intimni prostor – udaljenost od 45 cm, gdje imaju pristup samo bliske osobe;
- osobni prostor – 120 cm, a na toj se udaljenosti komunicira s ljudima prilikom društvenih susreta i zabava;
- socijalni prostor – 370 cm, koristi ga se za službenu komunikaciju i poslovne odnose;
- javni prostor – od 370 cm, interakcija govornika i publike.

Bitno je istaknuti društvene razlike (ljudi nižeg položaja poštuju intimni i osobni prostor ljudi višeg položaja) i kulturalne razlike (stanovnici južnih zemalja podnose manju udaljenost od onih iz sjevernih). Introvertirane i socijalno anksiozne osobe vole veću distancu nego ekstrovertirane. Žene obično lakše podnose veću fizičku blizinu drugih žena, nego što muškarci podnose blizinu drugih muškaraca.

#### 2. Međusobni položaj

Istraživanja pokazuju da ljudi u razgovoru zauzimaju sličan položaj tijela kao i sugovornik ako se s njim slažu ili imaju pozitivan stav prema njemu. To se naziva posturalna kongruencija. Svako naginjanje prema osobi pokazuje zainteresiranost ili zabrinutost, a odmicanje distanciranost i sigurnost u sebe. Položaj stola u radnom okruženju i njegov oblik daju informacije o osobama i njihovim odnosima, čak i nameću način ponašanja. Npr. okrugli stol je pogodniji za timski rad, a pravokutni za hijerarhijske organizacije. Stol smješten između osobe i posjetitelja pojačava osjećaj kontrole i omogućava spremnost za interakciju. Pokretni stolac daje veću moć jer omogućuje bolju kontrolu orijentacije tijela.

#### 3. Stav tijela

Položaj tijela (stav ili postura) ostavlja dojam našeg stava prema osobama ili onome o čemu govore. Slaganje ili neslaganje sukladni su s otvorenosti tjelesnog sustava.

#### 4. Tjelesni kontakt

Dotir služi za pojačavanje verbalne poruke ili umjesto nje. Najčešći je način rukovanje, koje služi kao pozdrav ili potvrda dogovora ili prijateljstva. Mekano rukovanje ostavlja negativan dojam, za razliku od toplog stiska ruke.

### B) Dinamični znakovi

#### 1. Izraz lica

Prema Darwinovom mišljenju, različiti izrazi lica razvili su se prema vrijednosti pojedine vrste za opstanak (vrsta koja može komunicirati strah ima više šansi za preživljavanje). Smatra se da su emocionalni izrazi urođeni i zato univerzalni za sve ljude.

Istraživanja su pokazala da djeca koja su rođena gluha i slijepa pokazuju osnovne izraze lica za izražavanje smijeha, osmjehivanja, plakanja, iznenađenja i bijesa. Nadalje, istraživanja su pokazala da ljudi u svim dijelovima svijeta, u laboratorijskim uvjetima, na osnovi izraza lica, dobro prepoznaju šest primarnih čuvstava: radost, tugu, iznenađenje, strah, ljutnju i gađenje. Međutim, izvan laboratorija situacije su složenije. Nije lako prepoznati složene emocije, npr. ljubav ili ljubomoru, jer se ljudi često kontroliraju zbog osobnih ili kulturalnih razloga. Japanci su poznati da prikrivaju emocije. Žene su u prosjeku bolje od muškaraca u procjeni izraza lica.

U procjeni nečijeg izraza lica, a posebno pri prvom susretu s određenom osobom, treba voditi računa o pojavi koju u psihologiji nazivamo halo-efekt.

#### 2. Kretnje (geste)

Kretnje diriranja naglašavaju ono o čemu se govori. Najčešće se pokazuje rukama ili kimanjem glavom, podizanjem obrva i slično. Amblemi su posebna vrsta kretnji s kulturalno određenim značenjem. To su fiksirane, kulturalno naučene i definirane geste (V za pobjedu, spojen palac i kažiprst za odlično).

Tjelesne kretnje mogu biti smetnja uspješnoj interakciji jer mogu odavati nervozu i tjeskobu (npr. trljanje dlanova, uvijanje kose, trljanje čela, gađenje brade).

#### 3. Kontakt očima

Vrlo je važan u komunikaciji. Bjeloočnice, koje postoje samo u ljudi, daju posebnu važnost prilikom određivanja smjera pogleda. Gledanje u oči drugih vrlo je snažan akt komunikacije koji treba pažljivo kontrolirati. Npr. želi li se da osoba ima dojam da je se pažljivo sluša, treba je gledati oko tri četvrtine vremena pogledima dugim 1–7 sekunda.

Važan je način gledanja: dugotrajno fiksiranje rezervirano je za ljubavnike ili ljute neprijatelje. Raširene zjenice, nevoljni refleksi koji se javlja bez obzira na količinu svjetlosti, pokazuje emocionalno uzbuđenje (sviđanje, laganje).

„...Početkom lipnja, sukladno tome, ušla je u ,liječenje razgovorom' s velikom energijom. Zadnji dan, u pomaganju preuređenja sobe kako bi nalikovala na bolesničku sobu njezina oca, imala je ponovno strašnu halucinaciju koju sam opisao prije i koja je predstavila korijen njezine cjelokupne bolesti.“

Slučaj Dore (Freud, 1905b) također ilustrira neverbalnu dimenziju u psihoanalitičkom settingu.<sup>4</sup> U navedenom slučaju poznata je Freudova izjava u trenutku kada se Dora poigravala s malom ženskom torbicom tijekom seanse.<sup>5</sup>

„Simptomatskim radnjama nazivam one akte koje čovjek vrši, kao što se kaže, automatski, nesvjesno, ne obraćajući pažnju na njih, kao da se igra, akte kojima bi htio poreći svako značenje i prema kojima je, ako ga netko pita za njih, posve ravnodušan proglašavajući ih slučajnicima.“

Pažljivije promatranje pokazuje međutim da takve radnje, o kojima svijet ništa ne zna ili ništa ne želi znati, izražavaju nesvjesne misli i impulse, te su stoga visokovrijedne i poučne kao manifestacije nesvjesnog kojima je dopušteno da izbiju na površinu.

## Prilog 2. Kanali neverbalne komunikacije

### 1. Vizualna komunikacija

Vizualna komunikacija smatra se jednim od najvažnijih kanala neverbalne komunikacije. Ne odnosi se samo na gledanje i kontakt očima, već i na viđenje dostupnih i korisnih socijalnih znakova. Gledanje i kontakt očima sinkronizirani su s govorom. Kod bilo koje interakcije dvoje ljudi licem u lice moguće je uočiti tri mjere gledanja. To su trajanje pogleda, broj pogleda i prosječna duljina pogleda, a te se mjere često posebno uzimaju za gledanje i posebno za slušanje. Vizualna komunikacija obavlja dvije osnovne funkcije. Prva je izražajna, tj. odnosi se na prenošenje stavova i emocija. Druga je informacijska: ona upravlja i nadgleda društvene susrete.

### 2. Lice

Lice je najizražajnija i najprepoznatljivija značajka svih ljudskih bića. Pomnim promatranjem facijalne ekspresije moguće je saznati mnogo o ljudima iza nestalne maske kojom namjerno ili nesvjesno iskazuju reakcije na događaje ili podražaje oko sebe. Šest osnovnih emocija obično svi mogu prepoznati (sreća, tuga, strah, bijes, iznenađenje, gađenje). Međutim, facijalni izražaji pod većom su kontrolom nego tjelesni pokreti. Ljudi često potiskuju emocije i maskama zatvaraju socijalnu okolinu.

### 3. Govor tijela

Govor tijela pokriva znakove dodira, orijentacije tijela, držanja tijela, gesti rukama i kimanja glavom. Dodir ili općenito tjelesni kontakt varira sa stupnjem intimnosti koji postoji između dvoje ljudi. Najuobičajeniji oblik dodira pojavljuje se kad se sretnemo ili opraštamo (rukovanje). Toplina pozdrava često se izražava prenaplašavanjem te radnje na različite načine. Npr. grljenje predstavlja snažan

doživljaj u djetinjstvu, a kod odraslih osoba je rezervirano za duboko emocionalne trenutke. To je jedan od najjačih pokazatelja intimnosti. Orijentacija i držanje tijela važni su za socijalnu interakciju. Geste rukama usklađene su s govorom i predstavljaju važnu dopunu emocionalnim izrazima lica.

### 4. Osobni prostor

Osobni prostor pretpostavlja stupnjeve fizičke blizine koji su dopušteni zavisno od intimnosti osoba u interakciji. Kod ljudi, kao i kod životinja, narušavanje osobnog prostora predstavlja narušavanje onoga što netko smatra vlastitim teritorijem. Narušavanje teritorija smatra se prijetećim i na njega se reagira borbom ili bijegom, ili tjeskobom.

### 5. Prikazivanje sebe

Odjeća, način češljanja, šminka i ukrašavanje tijela drugim umjetnim proizvodima predstavljaju načine izražavanja sebe. Načinom na koji se projektira vlastita osoba pruža ljudima informacije o društvenoj klasi, etničkoj identifikaciji, bračnom statusu. Mogu se izvoditi i zaključci o karakternim crtama ličnosti.

### 6. Parajezik

Parajezik je zajednički naziv za prodiziju (visina, naglasak, vremenski raspored i stanke), emocionalni ton glasa, naglasak i pogreške u govoru kao što su zamuckivanje, glasovi „aaa“, „hm“ itd. Npr. brzina govora može biti indikator emocionalnog stresa. Ponavljanja i zamuckivanja su također pokazatelji anksioznosti, dok „hm“ i „ovaj“ služe za dobivanje vremena, a istovremeno signaliziraju da se govor i dalje nastavlja.

U životu ima puno takve simbolike pored koje obično prolazimo ne obazirući se. Kad sam si postavio zadatak da na svjetlo iznesem ono što ljudi taje u sebi, ali ne pomoću prisilnih metoda hipnoze, nego na temelju onoga što govore i pokazuju, držao sam zadatak težim no što u stvari jest. Tko ima oči da vidi i uši da čuje, uvjerit će se da smrtnici ne mogu sakriti nikakvu tajnu. Čije su usne nijeme, taj brblja vrhovima prstiju; iz svake pore navire mu izdaja. I stoga je zadatak da se učini svjesnim ono što je najskrovitije u duši prilično lako riješiti.“

Unatoč ranom prepoznavanju da je neverbalno ponašanje čitljivo, vremenom je ono bilo prepoznavano uglavnom kroz termin *acting out*, označavajući neprepoznate napore pacijenta koji izbjegava da nešto dođe u svjesno ili se brani od nesvjesnih želja i fantazama. To usko promatranje rezultiralo je identifikacijom sva-ke aktivnost pacijenta s impulzivnim ili ponavljajućim ponašanjem, i time se nije dostatno cijenilo neverbalno ponašanje u analizi.

Čitajući literaturu o mjestu i ulozi neverbalnog ponašanja u psihoanalitičkoj teoriji i tehnici, postaje jasno da su različiti slojevi neverbalnog ponašanja naglašavani kao značajni u različitim školama mišljenja ili od indivi-

dualnih psihoterapeuta. Tako se logika pokreta prepoznava usprkos tendenciji da se neverbalno ponašanje zadrži u sjeni govora kao vrednijeg faktora. Ovaj bias, i u teoriji i u praksi, bio je baziran na pretpostavci da su jezik i razum fundamentalno odvojeni i superiorni neverbalnom ponašanju. Problem pokreta i drugog neverbalnog ponašanja u psihoanalizi inicijalno se odnosio na problem um – tijelo kako je stvoren u teoriji nagona.

Kroz psihoanalitičku povijest može se uočiti nekoliko različitih pozicija u odnosu na koncept tijela i uma, koje pak prepoznaju različite oblike ponašanja: tijelo kao izvor i simbolička manifestacija psihološkog života (Freud), utjecaj socijalnog svijeta na odnos tijelo – razum (Deutch, Alexander, Reich), umanjanje značaja tijela kao faktora mentalnog života i naglašavanje utjecaja socijalnog iskustva na pojedinca (Sullivan) te koncept da neverbalno ponašanje direktno ili indirektno odaje primitivnu anksioznost o unutarnjem svijetu objekata i uključuje mentalnu aktivnost usmjerenu prema nečijem fantaziranom mentalnom kontekstu (Klein, Fairbairn, Winnicott). Interpretacija ponašanja pacijenta i odgovor psihoterapeuta na isto stvaraju koreografiju ponašanja u seansi. U analizi neverbalnog ponašanja mora se uzeti u obzir i odnos pojedinca u kontekstu specifične grupne

dinamike ili kulturalnog repertoara. Takva analiza vodi i do pojma temperamenta i njegova utjecaja na individualne varijacije o tome kako se pojedine geste izvode (Kestenberg, Lamb). Utjecaj temperamenta važan je u psihoanalizi jer velike razlike u temperamentu između psihoterapeuta i pacijenta mogu biti prepreka dobroj komunikaciji, kao što prevelika sličnost u temperamentu može dovesti do pasivnosti i nesposobnosti uočavanja važnih pojedinosti. Iz bogatog spektra neverbalnog ponašanja za izdvojiti su dva možda najtipičnija fenomena iz svakodnevnice prakse, koja su duboko zagonetna, no izuzetno značajna za razumijevanje i eventualnu interpretaciju: šutnja i *acting out*.

### ŠUTNJA

Šutnja je važan medij u psihoterapiji, kako individualnoj, tako i grupnoj. Ima jednaku moć u komunikaciji kao i govor, i nije problem u šutnji nego u prešućivanju. Šutnja je, baš kao i govor, rezultat odluke, a izvori te odluke razito su kompleksni kako u individualnoj, tako i grupnoj psihoterapiji. U psihoterapijskoj grupi mogući su različiti oblici šutnje: šutnja voditelja grupe, šutnja individualnog člana, šutnja podgrupe, šutnja cijele grupe. Ako grupa šuti, o čemu se ne govori; ako je grupa jako pričljiva, prešućuje li se nešto? Šutnju, osim te razvijene i kreirane od same grupe, mogu uzrokovati čimbenici temperamenta ili fiziološki faktori, kulturalne ili spolne razlike.

Izvori šutnje, koju je kreirala grupa, mogu se podijeliti na situacijske faktore (npr. prekid grupe zbog praznika, dolazak novog člana), individualnu dinamiku (značenje šutnje u svjetlu osobne prošlosti pacijenta), interakcije među članovima grupe, dinamiku cijele grupe te fenomene vezane uz voditelja. Zapravo ne postoji nijedan aspekt grupne terapije koji nije u odnosu s fenomenom šutnje koja, kao izgovorena riječ, služi za komunikaciju na raznim razinama grupne interakcije. Ljudi koriste šutnju u grupnoj terapiji na razne načine: da bi privukli pozornost, nešto izbjegli, postali nevidljivi, zadržali kontrolu, pregovarali. Šutnja može biti ekspresivna i obrambena, značajna i beznačajna, opća i specifična, kao i izgovorena riječ.

### ACTING OUT - ENACTMENT

Ako „pokret govori glasnije od riječi“, što onda *acting out* govori o trenutačnoj psihoterapijskoj situaciji, pacijentovoj osobnosti, ili prošlosti?

U slučaju Dora, Freud je liječio mladu ženu koja je patila od somatizacija. Nakon tri mjeseca iznenada je pobjegla s terapije. Dora je ranije ispoljila sličnu reakciju s obiteljskim prijateljem, gospodinom K., a još specifičnije, takve reakcije bile su dio ranijeg odnosa s ocem. Freud je retrospektivno opisivao: „Od početka je bilo jasno da sam zamjenjivao njezina oca... Ona si je dala znak upozorenja da joj je bolje napustiti tretman, kao što je prije ostavila kuću gospodina K. Tom je aktivnošću (*acting out*) ispoljila bitan dio svojih sjećanja i fantazija umjesto da ih verbalno reproducira u liječenju.“

Termin *acting out* imao je brojna značenja tijekom godina, sa zajedničkim nazivnikom da tjelesne manifestacije imaju nesvjesne determinante i zamjenjuju prijećanje ili reflektiraju impuls. U novijim referencama naglašava se važnost novog pojma, *enactment* (odigravanje, uprizorenje), kao razvijenijeg koncepta *acting outa*, čiji su aspekti bili sadržani i u pojmovima *acting in*, aktualizacija, projektivna i introjektivna identifikacija, neuspostavljanje terapijskog saveza. Svi ti termini uključuju neki oblik ponavljanja u ponašanju, umjesto prihvaćanja i verbalizacije ključnog konflikta, te u ovom smislu također djeluju kao otpori.

*Enactment* je neverbalna dijadna komunikacija koja se manifestira simbolično kroz motorne pokrete ili vegetativne reakcije tijekom terapije. Ovaj dijadni koncept uvijek uključuje simboličnu ponašajnu interakciju između pacijenta i terapeuta koja ima nesvjesno značenje za obje strane, oslikava transferne i kontratransferne odnose i pokušava zamijeniti verbaliziranje intrapsihičkih konflikata, ili predstavlja pokušaj u komuniciranju značajnijih ranijih iskustava. Važna iskustva koja formiraju osnovne objektivne odnose događaju se vrlo progresivno prije razvoja jezika i pohranjuju kao proceduralna memorija, a ne kao autobiografska ili deklarativna. Proceduralna memorija uključuje sekvence pokreta i vraća se kroz interpersonalne situacije ili neverbalno ponašanje pokretom (*enactment*) koje pacijent stvara u transferno-kontratransfernoj situaciji s psihoterapeutom. Piaget uviđa da djeca mlađa od sedam godina iskazuju više pokretom no govorom, što se događa prije stadija konkretnih operacija, kada se odvija daljnja integracija i balans kognitivnog sustava.<sup>6</sup> Primat verbalne komunikacije dio je razvoja ega i kad se traumatsko iskustvo dogodi prije no što je dostupna organizirana memorija, ono se oslobađa kroz transferni pokret, a ne kroz verbalizaciju. Terapijsko nerazumijevanje tog nezrelog procesa važno je u efikasnoj empatijskoj intervenciji. Jedna od glavnih razlika između suvremenih tehnika i one iz ranije, Freudove ere je dodatni naglasak na aktualni odnos terapeuta s pacijentom, koji se danas promatra kao esencijalni za većinu terapijskih modela.

### PSIHOTERAPEUT U NEVERBALNOJ KOMUNIKACIJI

Ako se razmatra povijesni razvoj misli o ulozi psihoterapeuta u neverbalnom ponašanju, ono počinje razmatranjem tradicionalno periferne uloge tijela, koja je proistekla iz Freudeova uvjerenja da je akcija (pokret) često smetnja verbalnom razumijevanju. Freudova originalna ideja bila je da pacijent treba potisnuto izraziti verbalno i time reorganizirati mišljenje, iz čega će proisteći novo ponašanje. U tom slučaju, dužnost psihoterapeuta je pozorno slušanje, uz verbalne interpretacije.

**Nadopune i revolti na Freudove postavke.** Freud je shvaćao psihoterapeuta kao objektivnog promatrača koji „izvana promatra psihološke fenomene koji su „unutar“ psihičkog života pacijenta“. Nakon Freuda pojavilo se puno ideja o tome kako psihoterapeut treba djelovati,

a bile su uglavnom ili nadopuna ili revolt na Freudove postavke. Tako je Ferenczi imao ideju pokreta kao onog koji pojačava razumijevanje i prisjećanje, odnosno put od nesvjesnog prema svjesnom.<sup>7</sup> Drugi aspekt Ferenczija u neverbalnoj sferi je izazivanje pacijentovih spontanih *acting outa* vezanih uz segmente iz djetinjstva.<sup>7</sup> U malo drukčijem smjeru, tj. naglašavanju deficita pacijentova iskustva, a ne pristupa sjećanju, išli su Alexander i French (1946), smatrajući neneutralnu i neverbalnu interakciju s psihoterapeutom zapravo direktno odgovornom za izlječenje – „korektivno emocionalno iskustvo“. Njihovo definiranje aktivnosti psihoterapeuta uključivalo je neneutralna govorna djelovanja, u kojima je psihoterapeutovo verbalno i neverbalno ponašanje svjesno dizajnirano s ciljem odražavanja problematičnog dijela koje je psihoterapeut uočavao. Njihov princip fleksibilnosti važna je kritika psihoanalitičke dogme. Ta se pozicija tada činila preekstremnom i godinama je bila po strani psihoanalitičke teorije.

Sullivan je (1953) imao bitno drukčiju teorijsku perspektivu, s naglaskom na proučavanje odnosa izvan analize, pri čemu je integralno gledao na verbalnu i neverbalnu komunikaciju.<sup>8</sup> Melanie Klein je drugačije gledala na neverbalno ponašanje psihoterapeuta.<sup>9</sup> Iako naglašava važnost verbalne interpretacije kao temeljne, zagovara integralno promatranje verbalnog i neverbalnog kod pacijenta, kako u odnosu na intervencije psihoterapeuta, tako i na proces mišljenja, fantazije i percepcije.<sup>9</sup> U pravo iz tog konteksta razvio se i novi pogled na upotrebu kontratransfera u cjelokupnom razumijevanju pacijenta, pri čemu je neverbalna komunikacija obuhvaćala značajan dio. Anna Freud je vjerovala da psihoterapeut treba čekati verbalnu ekspresiju prije davanja interpretacija. Zagovarala je pripremu za analizu i uspostavu pozitivnog raporta, smatrajući da je transferna neuroza nemoguća kod male djece, iako i djeca mogu puno toga verbalizirati uz pravilnu indukciju. Dopuštala je neverbalne ekspresije psihoterapeuta kao taktički manevar samo tijekom te indukcije.

Sve rečeno utemeljeno je na pretpostavci da psihoterapeut uvijek može jasno procijeniti potrebu korištenja svoje neverbalne komunikacije, uz potpunu samokontrolu. Razvojem analitičke misli postupno se naglašavao „stvarni“ odnos između pacijenta i psihoterapeuta, uz onaj koji je samo transferna distorzija. Greenson i Loewald bili su važne figure u tome. Loewaldova je pozicija bila da stvarni odnos liječi u jednakoj mjeri kao i uvid dobiven iz konteksta verbalnih interpretacija.<sup>10</sup> Nije tražio promjenu tehnike ili uloga, već je naglasio i proširio koncept o tome što se zapravo događa interaktivno (verbalno i neverbalno) u uobičajenom radu psihoterapeuta, te kako taj uobičajeni interaktivni proces utječe na liječenje. Tako je prepoznao važnost verbalne i neverbalne dimenzije unutar interpretativnog ponašanja psihoterapeuta, te važnost kako sadržaja interpretacije, tako i interaktivnog procesa između pacijenta i psihoterapeuta.

Greenson je pak razvio koncept „radne alijanse“, naglašavajući suradnju pacijenta s psihoterapeutom izvan tranferne distorzije, koja može djelovati protiv

takve suradnje.<sup>11</sup> Voljnost psihoterapeuta da objasni analitičke procedure, baš kao i toplina, suosjećanje, odgovor na reakcije pacijenta, smatraju se središnjim u uspostavi radne alijanse. Greenson je naglasio još jedan aspekt „stvarnog odnosa“, a to je činjenica da pacijent prepoznaje karakteristike psihoterapeuta, te da one imaju utjecaj na interpersonalni kontakt.

Winnicott, a kasnije i Kohut, u razvoju misli o djelovanju psihoterapeuta obnovili su ono „korektivno“ kao važan izazov dotad prihvaćenim teorijama. Nisu mijenjali fundamentalne koncepte o temeljnom djelovanju psihoterapeuta, ali su omekšali stavove o neutralnosti i emocionalnoj distanci, uz naglasak na kliničko značenje međupovezanosti riječi i pokreta. Prema Winnicottu ponekad je pacijentu u početku potrebna neverbalna komunikacija da bi se kasnije razvila kvalitetna verbalna komunikacija.<sup>12</sup> Winnicott je formulirao imaginarni, prijelazni prostor za susret pacijenta s psihoterapeutom u svom konceptu „igre“. Imao je na umu psihoterapeuta čija vrlo angažirana fizička prisutnost može biti osjećana i doživljena od pacijenta. Psihoterapeut mora pružiti prostor u kojem će se pacijent dobro osjećati, ono što pacijentu nedostaje u iskustvu i nakon čega pacijent može početi živjeti autentično, što je za Winnicotta fundamentalno za dobru komunikaciju.

Kohut naglašava drugi aspekt aktivnosti psihoterapeuta, što je povezano s konceptom empatije.<sup>13</sup> Prema njemu, interaktivno iskustvo između psihoterapeuta i pacijenta može biti verbalno izraženo, ali psihoterapeut mora ići dalje od neutralnog, objektivnog stanja. Kohutovo gledanje na empatiju bio je velik izazov za klasičnu tehničku poziciju. Empatija gratificira, pa time nije neutralna. Empatija je prijeko potrebni sastojak u procesu razumijevanja, a ima svoj verbalni i neverbalni dio.

**Teorije intersubjektivnosti.** Prema novijoj psihoanalitičkoj literaturi, važno je da psihoterapeut bude „realan“, spontan i slobodan u odnosu na analitički rad, uz vođenje brige o temeljnoj analitičkoj neutralnosti. Naj-slobodniji pokušaji povezani su s teorijama intersubjektivnosti (Atwood, Stolorow, Renik, Ogden), uza zahtjeve da treba „biti psihoterapeut na nov način“ (Gollineli).

Ogden u analizu uvodi koncept „analitičkog trećeg“ kao novog subjekta u analizi, kreiranog u međugri nesvjesnog oba sudionika, a koji se ostvaruje putem projektnih identifikacija kao komunikacije. Da bi mogao participirati u tom kreativnom procesu, psihoterapeut mora uključiti svoju psihu (svjesno i nesvjesno), ali i tijelo, što znači da se, dok sluša pacijenta kako priča, mora moći prepustiti slobodnom asociiranju, sanjarenju, osluškivanju vlastitih somatizacija i somatskih deluzija u vezi s fantazijama usmjerenim na tijelo.

#### EMOCIONALNI MOZAK I NEVERBALNA KOMUNIKACIJA

U ekspanziji istraživanja na području neuroznanosti, niz je projekata koji se odnose na istraživanje neuronskih krugova, hormonalnih odgovora, fiziologije tijela, ponašanja i subjektivnog iskustva koji leže u podlozi emocija.

Istraživanja uključuju i neurobiološke procese povezane s neverbalnom komunikacijom, kao i utjecaj psihoterapije na iste. Većina interpersonalnog i emocionalnog učenja odvija se tijekom prvih nekoliko godina života, u vrijeme dominacije „primitivnih moždanih struktura“ jer se korteks, iako aktivan od rođenja, sporije razvija od ostalih dijelova mozga. Najvažnija „emocionalna jezgra“ mozga je limbički sustav, uvelike povezan s emocijama i raspoloženjem. Amigdala ima središnju ulogu u organizaciji emocionalnog i tjelesnog iskustva, dok je hipokampus odgovoran za svijest, logiku i socijalno funkcioniranje.

Upravo je velik dio neverbalne komunikacije odraz događanja u limbičkom sustavu, a neverbalni znakovi i signali izvana utječu na reakcije u limbičkom sustavu otvorenije i jače od riječi. Tako su ljudi, s obzirom na limbički sustav i korteks, najemotivnija i najintelektualnija vrsta na Zemlji. Dok korteks sadržava naš model realiteta i analizira što postoji izvan nas, limbički mozak determinira bitnost te informacije. Hipotalamus, ključni igrač, sudjeluje kao medijator u neverbalnom ponašanju kroz retikularnu jezgru u moždanom deblu. Kada je pobuđena, retikularna jezgra podražuje i cerebralne i spinalne krugove. Jednako tako, govoreći o neverbalnoj komunikaciji, neizbježno se dolazi do odnosa um – tijelo. Spoznaja o mozgu kao kognitivnom računalu opće je prihvaćena. Ali izrazito je važno napomenuti da kod emocija mozak ne funkcionira neovisno o tijelu. Većina emocija, ako ne i sve, uključuje bogatstvo tjelesnih reakcija, što nije slučaj s kognicijama. To je i razlog zašto je kognicija tako moćna – kognicija dopušta fleksibilnost, odlučivanje kako reagirati u određenim situacijama. U slučaju emocija, odgovor tijela je integralni dio cjelokupnog emocionalnog procesiranja. Kao što je William James, otac američke psihologije, zapisao, teško je zamisliti emocije bez njihove tjelesne ekspresije.<sup>14</sup>

Psihoanaliza ima za cilj pomoći osvještavanje unutarnjih konflikata, a bihevioralna smanjiti simptome, i to uglavnom izlaganjem. Psihoterapija je na razini neurobiologije zapravo samo drugi način kreiranja sinaptičke potencijacije u moždanim putovima koji kontroliraju amigdale; znači, potiče kontrolu amigdala od korteksa. Bihevioralna psihoterapija to radi kroz implicitno učenje u krugu prefrontalni korteks – amigdala, a psihoanaliza kroz eksplicitno učenje preko temporalnog režnja (pamćenje) i drugih dijelova korteksa odgovornim za svjesnost. Zanimljivo je da su veze između korteksa i amigdala slabije od onih od amigdala prema korteksu. Upravo zato tako lako emocionalne informacije invadiraju u svjesne misli, a tako je teško napraviti svjesnu kontrolu nad emocijama. Aktivacija amigdala rezultira u automatskoj aktivaciji mreže koja sudjeluje u ekspresiji raznih odgovora, među kojima neverbalno ponašanje zauzima važno mjesto.

Cijelo je bogatstvo načina na koje tjelesni *feedback* nakon emocionalnih reakcija utječe na procesiranje informacija u mozgu. Dok je dosta suvremenih ideja o tjelesnom *feedbacku* i emocionalnom iskustvu bilo vezano uz facijalne izraze, nedavne teorije Antonia



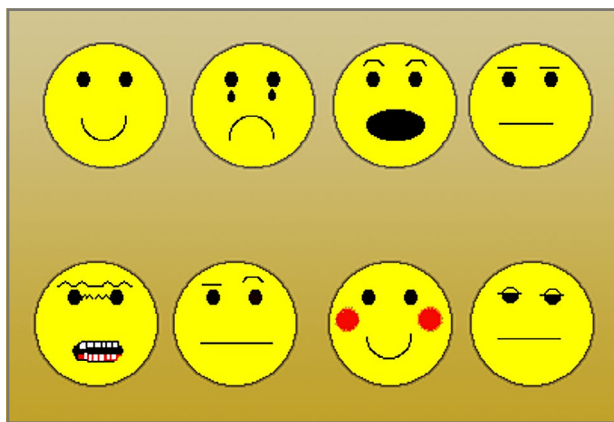
Puno toga što se odnosi na interakciju s djecom ima formu komunikacije, verbalne i neverbalne (komunikacija dodirrom) – osobito za djecu preverbalnih dobnih skupina.

Damasia, s hipotezama o tjelesnim markerima, govore o somatskom i visceralnom *feedbacku* cijeloga tijela. Psihoterapija bi imala za cilj omogućavanje rasta neurona i integraciju neuronskih veza kroz stjecanje novog iskustva, pri čemu je važan emocionalno verbalno i neverbalno angažiran terapeut. Emocionalni sustavi razvili su se kao način za usklađivanje tjelesnih odgovora sa zahtjevima okoline, i ne vidi se mogućnost da emocionalni osjećaj postoji bez tijela, koje je u vezi s mozgom. Gledajući samo taj aspekt povezanosti uma i tijela, zaključak je da se samo integralnim uključivanjem svih dimenzija komunikacije u analizu dolazi do potpunijeg razumijevanja pacijenta.

#### NEKI PSIHODINAMSKI ASPEKTI KOMUNIKACIJE S DJECOM

Puno toga što se odnosi na interakciju s djecom ima formu komunikacije, verbalne, neverbalne (komunikacija dodirrom – osobito za djecu preverbalnih dobnih skupina). Pri verbalnoj komunikaciji važni su i drugi znakovi osim izgovorenih riječi: boja tona, izraz i mimika lica, govor tijela. Za razumijevanje značenja komunikacije, osim onih površinskih, važno je i poznavanje razvojnih faza djeteta, tj. značajki razvoja u pojedinoj životnoj dobi. Brojni su autori opisali svoja viđenja dječjega psihološkog razvoja. Jedan od najznačajnijih modela vjerojatno je razvojna faza po A. Freudu, model M. Mahler,<sup>15</sup> koji ima ne samo povijesno značenje nego se vidi i u kliničkom radu.

**Umijeće slušanja i poticanja.** Aktivnim slušanjem i poticanjem izražavanja osjećaja kroz usmjeravanje ponašanja stvaraju se preduvjeti za normalni psihološki rast i razvoj, ako je biološka osnova zdrava. Osim toga, djeca uče po modelu pa način na koji se komunicira s njima kao roditelj ili dominantni odgajatelj uglavnom postaje i njihov način komunikacije. Komunikacija naravno ovisi i o dobi djeteta, ali i zdravstvenom stanju. Bolest će u djece u pravilu izazvati regresivne obrane koje se mogu očitovati u upotrebi komunikacije i obraza ponašanja koji nisu primjereni aktualnoj kronološkoj dobi, nego tipični za manju dob, npr. tepanje. Djeca su osobito senzitivna za neverbalne znakove kojih po-



Znakovi neverbalne komunikacije

nekad nismo ni svjesni, a odražavaju najdublja čuvstva. Nesukladnost verbalnog i neverbalnog izričaja zbunjujuće će dijete i djelovati nepoželjno na psihološki razvoj. Korisno je obratiti pozornost na govor tijela i uskladiti ga s verbalnom komunikacijom te u ukupnom pristupu djetetu pokazati da mu se pridaje punu pažnju. Djeca će to u pravilu prepoznati i honorirati.<sup>16</sup> Za preverbalnu dob djeteta neverbalna komunikacija i komunikacija dodirom i kroz igru od osobitog su značenja.

Umijeće slušanja i u komunikaciji s djecom ima važan aspekt. Djecu treba slušati s pozornošću, valja paziti da se prerano ne iznose sudovi i diskvalifikacije, potrebno ih je ohrabrivati na argumentaciju, obrazlaganje te izražavanje osjećaja. Korisno je suzdržati se od pretjeranog savjetovanja, no i poticati dijete na samostalno rješavanje problema. Poželjno je koristiti tzv. pozitivne potkrjepe, a ne komunikaciju bazirati na negativnim premisama kao što su „ne možeš, ne smiješ, neću“ i sl., a sve uz empatiju prilagođenu dobi djeteta. Kada dijete napravi nešto s čime se baš ne slažemo, ne valja to ignorirati, već jasno pokazati da je to primijećeno i pokušati pozitivno izraziti ono što bi nas zapravo veselilo, paralelno vodeći računa o djetetovim osjećajima, potrebama, željama i mogućnostima.

Ako se dijete odgaja u neprijateljskoj sredini, ono će pojačano razviti instinkte za borbu i slabije će kontrolirati agresiju te je moguć razvoj delinkventnog ponašanja. S druge strane, odgajajući dijete u atmosferi tolerancije, pravednom okruženju povjerenja i ljubavi, uči ga se strpljenju, razvija mu se osjećaj za pravdu, ljubav i sigurnosti te povjerenje prema sebi i drugima. Djecu valja slušati tako da osjete da je važno ono što govore, kao i da se razumiju te empatiziraju osjećaji koji su u pozadini. Ponekad će igra s djetetom biti najbolja komunikacija.

**Razvoj morala i empatije.** Uz moralnost, razvoj empatije kod djeteta jedan je od važnih razvojnih dataka. Razvoj tzv. morala ili prema psihoanalitičkim učenjima razvoj superega zbiva se između treće i pete godine života, te u adolescenciji, a prije formiranja zrele osobnosti. Neke forme moralnih načela se prema određenim autorima zbivaju već u prvoj godini života.<sup>17</sup> Djeca internaliziraju, tj. usvajaju roditeljske zabrane kao i moralna načela sredine u kojoj žive. Slab razvoj

moralnih aspekata osobnosti povezan je s delikventnim ponašanjem, otežanom kontrolom agresije i razvojem poremećaja ličnosti koji, iako se dijagnosticiraju nakon osamnaeste godine života, vide zapravo u dječjoj psihijatriji i u ranijim dobnim skupinama.

Empatija je sposobnost ličnosti da uoči osjećaje, želje i potrebe drugih. To je sposobnost stavljanja „u tuđu kožu“ i osjećanja kako je biti u njoj. Čak i uz istu potencijalno zdravu biološku osnovu ne razvija se empatija kod sve djece podjednako. Njen razvoj umnogome je uvjetovan odnosom roditelj – dijete, ponajprije odnosom majka – dijete, počevši od rođenja pa do završetka adolescencije. U adolescenciji se pojavljuje specifični osjećaj empatije za pojedine socijalne probleme u društvu te adolescenti nastoje afirmirati svoje ideje kroz stvaranje subgrupa, način odijevanja i npr. kulturni izričaj. Tendencije stvaranja tzv. supkultura nemaju uvijek psihološki zdrave i pozitivne temelje i stremljenja. Kako grupe inače teže kohezivnosti unutar sebe i imaju snažan psihološki učinak na svoje članove, u određenom vremenu razvoja adolescenta mogu imati znakovit, nerijetko negativan utjecaj na psihološki rast i razvoj, afirmirajući ideje koje su protivne civilizacijskim stečevinama društva u kojem živimo. Nerijetko ne samo djeca koja su imala lošu komunikaciju s roditeljima, što se odrazilo na loš odgoj u krajnjoj instanci, nego i djeca koja imaju psiholoških smetnji, pa i smetnji u strukturi osobnosti, postaju žrtve negativnih grupnih tendencija. Razvijanje empatije, pozitivnih obiteljskih moralnih načela, te stimuliranje primjerenog pokazivanja osjećaja i želja, strahova, te uopće emocija u atmosferi povjerenja, ljubavi i sigurnosti temelj su razvoja zdravih osobnosti. To je preduvjet kvalitetne, zdrave i uspješne komunikacije, kako s ljudima uopće, tako i s djecom. Samo zdrave ličnosti u mogućnosti su prihvatiti emocije koje djeca izražavaju, npr. emocije agresije ili bijesa, i u prerađenom i metaboliziranom obliku vratiti ih djeci, a ne direktno agresivno.

Kada je riječ o komunikaciji s bolesnom djecom, prilagodba će ovisiti naravno o dobi djeteta, težini bolesti, psihičkoj ili tjelesnoj, je li akutna ili kronična, te o prognozi. Djeci se u pravilu ne priopćavaju loše vijesti kao odraslima, pogotovo prognostički fatalne, uvažavajući i psihološki razvoj koncepta smrti koji djeci postaje jasan tek oko desete godine života.

Bolesno dijete, naravno kao i roditelja, treba primjerenom informirati o svemu što je u njegovom najboljem interesu. Kada je riječ o bolesnom djetetu ili adolescentu važan aspekt komunikacije je uvijek i komunikacija s roditeljima.<sup>18</sup> Jedan slavni književnik je rekao da se samo srcem dobro vidi te da je bitno očima nevidljivo. No, da bi se dobro vidjelo i očima i srcem nezaobilazna je uspješna komunikacija u djetinjstvu, prvenstveno s roditeljima, koja je temelj za zdrav psihološki razvoj čovjeka. Uspješna komunikacija jedan je od preduvjeta zdravoga psihičkog rasta i razvoja, a kako prema nekim autorima taj razvoj traje i nakon adolescencije, nikada nije kasno za pozitivne pomake, samo će oni u odrasloj dobi biti daleko teži.

## ZAKLJUČAK

Poznato je da određena neverbalna ponašanja proizlaze iz konflikta, a druga su pak odraz temperamenta ili nekih aspekata ranog razvoja. Različiti aspekti neverbalnog ponašanja imaju različite terapijske implikacije. Određeno neverbalno ponašanje može biti direktno konfrontirano i raspravljano u terapijskoj konverzaciji, dok će pak drugo utjecati na odnos pacijent – liječnik, uza stalne zahtjeve prilagodbi psihoterapeuta na neverbalnoj razini.

Jasnije artikulirana vizija neverbalnog ponašanja može pomoći u psihoterapiji, u kojoj je uvijek prisutno neverbalno ponašanje, pa slušanju moraju biti pridruženi gledanje i osjećanje za cjelokupan doživljaj pacijenta. To uključuje sudjelovanje i dopuštanje psihoterapeuta bivanju pod utjecajem cjelokupnog neverbalnog ponašanja pacijenta. Svijest o neverbalnom pojačava kapacitet za pravljenje verbalne formulacije onog što se iskustveno doživjelo kroz neverbalne simbole i interaktivno neverbalno ponašanje.

Pokušaji da se dođe do verbalnog razumijevanja i postizanja novog ponašanja moraju uključiti i verbalni i neverbalni proces i kod terapeuta i kod pacijenta. U psihoterapijskoj seansi generalizacije neverbalnog pretražuju se u neverbalnu dinamiku specifičnu za sva-

koga pojedinog psihoterapeuta sa svakim pacijentom. Verbalno i neverbalno ponašanje terapeuta je uvijek isprepleteno s onim pacijenta, i mora se mijenjati tijekom promjena u pacijentu i u namjeri da se pacijent mijenja. Psihoterapeut treba biti otvoren i upoznat sa širokim rasponom ponašanja, treba imati „razvijene oči“ i kinestetski osjećaj, upravo kao i „uho“. S neverbalnim na umu, kapacitet mu se obogaćuje. Na početku smo razumijevanja moćnog utjecaja stvarne osobnosti psihoterapeuta, intenziteta njegova emocionalnog angažiranja s pacijentom te neinterpretativnih intervencija.

Prezentacija psihoanalize kao tradicionalne znanosti 19. stoljeća bila je važna za Freuda u prihvaćanju novog, revolucionarnog pravca, ali danas smo u novom kontekstu, usredotočeni na tzv. psihologiju dvije osobe, koja prema Winnicottu stvara prostor gdje su priznata dva subjektiviteta, svaki sa svojom vlastitom poviješću i crtama karaktera. Zainteresirani smo za utjecaj jednog na drugoga jer ne postoji način izbjegavanja činjenice da pacijent i psihoterapeut stalno i obostrano utječu jedan na drugoga. Unatoč svemu, neosporno je tvrditi da psihoterapeut treba biti otvoren i upoznat sa širokim rasponom ponašanja: analitičkom slušanju mora biti pridruženo analitičko gledanje i osjećanje za cjelokupan doživljaj pacijenta.

## Psychodynamic nonverbal communication in psychotherapy

**SUMMARY** *Communication process involves both verbal and non-verbal elements. Nonverbal communication plays an especially important role in psychotherapy, because nonverbal communication is said to be the language of emotions. It modifies patient's verbal expression, providing further insight into the patient's emotional state. Inconsistency between nonverbal and verbal clues may indicate patient's denial and expose his or her true emotions. New knowledge in the field of neurobiology of human development has had enormous implications for psychotherapy. Recent discoveries have confirmed the existence of mirror neurons, explaining the neurobiology of affect regulation, highlighting the role of implicit/procedural memory in attachment processes, and confirming that gene-environment interactions lead to structural changes in the brain during psychotherapy process.*

**KEY WORDS** *communication; neurosciences; nonverbal communication; psychotherapy*

### LITERATURA

- Ekman P, Friesen WV, Ellsworth P. What emotion categories or dimensions can observers judge from facial behavior? In: Ekman P, ed. *Emotion in the Human Face*. New York: Cambridge University Press, 1982:39-55.
- Pearson JC, Spitzberg BH. *Interpersonal Communication: Concepts, Components and Contexts*. Dubuque: Wm. C. Brown Publishers, 1990.
- Breuer J, Freud S. *Studies on Hysteria*. Basic Books; Reissue edition, 2000.
- Mahony P. *Freud's Dora: A Psychoanalytic, Historical, and Textual Study*. Yale University Press, 1996.
- Bernheimer C, Kahane C. *Dora's Case: Freud-Hysteria-Feminism*. 2<sup>nd</sup> ed. New York: Columbia University Press, 1990.
- Buggle F. *Razvojna psihologija Jeana Piageta*. Jastrebarsko: Naklada Slap, 2002.
- Bokay A, Giampieri-Deutsch P, Rudnytsky P. *Ferenczi's Turn in Psychoanalysis*. NYU Press, 2000.
- Rioch DM. *Recollections of Harry Stack Sullivan and of the development of his interpersonal psychiatry*. *Psychiatry* 1985;48(2):141-58.
- Likierman M. *Melanie Klein: Her Work in Context*. Continuum, 2002.
- Mitchell SA, Black MJ. *Freud and Beyond: A History of Modern Psychoanalytic Thought*. New York: Basic Books, 1995.
- Greenson RR. *The Technique and Practice of Psychoanalysis, Vol. 1*. International University Press (FL), 2000.
- Rodman FR. *Winnicott: His Life And Work*. Da Capo Press, 2004.
- Strozier CB. *Heinz Kohut – The Making of a Psychoanalyst*. Other Press, 2004.
- Oatley K, Jenkins JM. *Razumijevanje emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap, 2003.
- Fonagy P, Target M. *Psychoanalytic Theories*. London and Philadelphia: Whurr Publishers, 2006.
- Kušević Z. "Komunikacija s djecom", *Suvremene spoznaje iz palijativne medicine, Međunarodni poslijediplomski tečaj stalnog medicinskog usavršavanja I kategorije: Medicinski fakultet, Sveučilište u Zagrebu, Zagreb 2010*.
- Nikolić S i sur. *Dječja i adolescentna psihijatrija*. Zagreb: Školska knjiga, 2004.
- Kušević Z, Braš M. *Neki psihodinamski aspekti psihosomatskih stanja kod djece i adolescenata*. *Medix* 2009;15(83):150-2.

### ADRESA ZA DOPISIVANJE

Dr. sc. Marijana Braš, dr. med.  
Centar za palijativnu medicinu, medicinsku etiku i komunikacijske vještine, Medicinski fakultet, Sveučilište u Zagrebu, Šalata 3, 10000 Zagreb  
marijana.bras@kbc-zagreb.hr  
Telefon: +385 98 223 323