

## ZAMKA: JA ĆU SE PROMENITI, ON ĆE BITI BOLJI

Ukoliko postoji istorija zlostavljanja u primarnoj porodici, žrtva je verovatno već tada naučila da preuzima krivicu za ono što joj se dešava. Mnogo je lakše reći sebi: „Okej, ovo je do mene, promeniću svoje ponašanje i onda će ova osoba biti bolja prema meni“ nego reći: „Ova osoba me ne voli, nije joj stalo do mene, povređuje me, ja na nju ne mogu da se oslonim i nemam pojma šta me čeka.“

– Sa druge strane, zlostavljači su, neve-

zani za pol, jako dobri u prebacivanju krivice na žrtvu: „Da ti nisi uradila ovo, ja ne bih uradio ono...“. Takođe, treba imati na umu da zlostavljači umeju da budu jako fini, nasmejani i šarmantni pred ljudima koji im nisu bliski. Kada se sve ovo uzme u obzir i ukrsti sa činjenicom da živimo u patrijarhalnom društvu, dolazimo do toga da je žena najčešće kriva za sve. Svi pokušavaju da se neprihvatljivo ponašanje racionalizuje ili svali na nekog drugog sa zatvaranje očiju pred neprijatnom istinom da nisu baš svi ljudi dobri i nekim ponašanjima se mora stati na put.

šće razvijaju depresiju, anksioznost, zloupotrebljavaju supstance, alkohol i hranu i često imaju niz zdravstvenih problema izazvanih stresom – kaže naš sagovornik.

Jednom kada povežu te probleme sa njihovim uzrokom, dodaje, stvari postaju jasnije. Zahvaljujući posvećenim stručnjacima, na internetu trenutno postoji mnogo tekstova i video-klipova koji se bave narcizmom, mentalnim zlostavljanjem i oporavkom nakon toksičnih odnosa.

– Ovi sadržaji za mnoge mogu da predstavljaju osvešćujući momenat. Tog trenutka shvatate: „Dobro, nisam sama, ovo se dešava i drugima“. Takođe, shvatate još jednu bitnu stvar: „Nije do mene, ovo je prosto nečiji obrazac“.

### Volite onog ko vam nanosi boli

Žrtve nasilja se nekad vraćaju i po sedam puta u odnos pre nego što konačno odu. Ovaj fenomen zove se traumatska povezanost.

– Naš mozak luči posebnu kombinaciju hormona kada je osoba koju volite istovremeno i osoba koja vam nanosi bol. Vremenom, usled stalnog smenjivanja hormona ljubavi, sreće i nagrade i hormona stresa, mozak postaje istreniran da nakon perioda stresa i patnje mora doći period mira. U želji da osetite taj lepi period mira spremni ste da istrpate sve više stresa. Stalno smenjivanje stresa i blagostanja u nama

**Ukoliko zlostavljač ima tužnu priču iza sebe, to dodatno komplikuje stvari, jer se loše ponašanje stalno opravdava „traumatičnim detinjstvom“. U želji da spasu to „jadno, ranjeno dete“ koje vide ispod svih slojeva agresije žrtve često ostaju sa zlostavljačem ne vodeći brigu o sebi**

stvara osećaj kao da bi partner svakog trenutka mogao da se promeni i ponovo postane i ostane osoba koja nam se isprva svidela – kaže Leo Ivanišević.

Žrtve, nažalost, ne znaju ili ne žele da znaju da se zlostavljač, jednom kada pokaže svoje pravo lice, po svojoj prilici neće promeniti, a posebno ne sam od sebe.

### „Odrastanje uz oba roditelja“ toksični okov

Pored okoline, na samu odluku o razvodu utiču deca i najbliži.

– Deca utiču, i to na dva načina. Često postoji nada da će partner postati bolja osoba onda kada postane roditelj. Naravno, to ne funkcioniše tako. Neke žene, kada vide da njihov partner nema strpljenja, ljubavi i empatije čak ni za sopstveno dete, odlučuju da odu kako bi spasile dete.

I želja da se detetu pruži „odrastanje uz oba roditelja“ često može dodatno da zarobi ženu u toksičnom braku. Nije svaka razmirica povod za razvod, ali ako žena trpi emotivno ili fizičko nasilje samo da bi detetu pružila privid srećne porodice, to se neće dobro završiti.

– Podrška najbližih je krucijalna. Žena koja ima podršku porodice da napusti toksičan brak mnogo lakše će to i uraditi. Sa druge strane, žena koja ima porodicu koja je podržava verovatno neće ni završiti u takvom odnosu zato što je u porodici naučila da to ne treba tako da izgleda.

Simona Stanković  
redakcija@bliczena.rs

## Milica Janković, glumica u monodrami „Zlostavljanje“

### Previše je potresnih priča

Glumica Milica Janković, koja izvodi monodramu „Zlostavljanje“, kaže da je ovu snažnu žensku priču odmah osetila. Pripremajući se za ulogu, čitala je razna iskustva, pričala sa puno žena koje su kroz slično prošle.

– Toliko ima potresnih priča, a sve su u osnovi slične, što zaista govori da se skoro ništa u tom smislu nije promenilo. Stiće se utisak da su žene

na ovim prostorima i dalje predodređene da pate i trpe i ukoliko se tome usprotive, odnosno kako Andrić kaže, usude se na to da imaju pravo na ličnu sreću, budu okrivljene od društva na kraju.

To trpno i pasivno stanje, kako Andrić kaže, ženi „oduzima reč, koči pokret, ubija svaku odluku još u samoj zamisli“. Teško je nositi se s tim, a još teže naći snage da se izađe iz tog začaranog kruga odustajanja od same sebe. Posle premijere javljale su se, kaže, žene koje su sve to proživele ili proživljavaju.

– Mnoge žene su mi rekly da su se mnogo potresle i prepoznale u liku Anice, junakinje priče. Taj osećaj da mogu da stvari nazovu pravim imenom ih je ohrabrio da bez dileme, onako kako je Andrić naslovio ovu priču, prepoznaju zlostavljanje. Ali moram da kažem i da su mi se javili i neki muškarci koji su mi priznali da su se i oni prepoznali u priči i da ih je na neki način opomenula da se duboko zamisle i preispitaju.



Foto: DRAGAN JEREMINOV