

OVISNOST O DRUGOJ OSOBI

Didaktički i psihopatološki prikaz ovisničkog ponašanja prema drugim osobama

ZORA ZUCKERMAN

Sveučilište u Zadru
Katedra za specijalnu pedagogiju

KSENIJA BUTORAC

Visoka policijska škola Zagreb

MARTINA OJDANIĆ

Sveučilište u Zadru
Odjel za pedagogiju

UDK: 613.83 : 373 (497.5)

Pregledni članak

Review article

Primljeno

: 2011-11-5

Received

SAŽETAK

Cilj ovog članka je prikazati u preglednoj didaktičkoj formi jedan od oblika ovisnosti bez droga, ovisničko ponašanje o drugoj osobi, koje se u literaturi relativno fragmentarno istražuje i različito imenuje, kao na primjer: "ovisnost o ljubavi" (Fenichel, 1946); "ovisnost o ljubavnim odnosima" (Melody i sur. 1992; Peabody, 1994; Norwood, 2001); "opsesivna ljubav" (Forward i Buck, 1991); "bijeg od intimnosti" (Wilson Schaeff, 2008); "ovisnost o drugoj osobi" (Halpern, 2009; Valleur i Véléa, 2002). Kako se u članku raspravlja o mnogim relacijama ovisničkog ponašanja (partnerski/seksualni odnosi, odnosi između roditelja i djece (oca i majke), odnosi između prijatelja, odnosi spram imaginarnih osoba), autorice su se odlučile za terminološku sintagmu "ovisnost o drugoj osobi". Radi što jasnijeg opisa ovog složenog fenomena tekst je didaktički strukturiran prema unaprijed utvrđenom planu: 1. uvodno razmatranje, 2. definicija, 3. povijesni pristup, 4. uzroci ovisnosti (teorija privrženosti), 5. razvoj ovisnosti, 6. prikaz nekih istraživanja znanstvene valorizacije ovisnosti o drugoj osobi, 7. liječenje i prevencija.

Članak je prije svega doprinos suvremenoj izobrazbi studenata diplomskog i dodiplomskog studija različitih studijskih područja koja dotiču ovu temu, može pružiti korisne informacije učiteljima i profesorima te stručnjacima koji se u praksi susreću s ovom problematikom, ali i široj čitalačkoj javnosti s obzirom na to da je riječ o pojavi koja svakoga od nas na određeni način prati u svakodnevnom životu.

KLJUČNE RIJEČI: *ovisnost o drugoj osobi, ovisnost o ljubavi, ovisnost i patološka ljubomora, opsesivno-kompulzivno ovisničko ponašanje, teorija privrženosti, liječenje i grupe samopomoći*

UVODNO RAZMATRANJE

Raspravljajući općenito o ovisnostima bez konzumiranja opojnih supstanci, ili ovisnostima "bez droga", Burke je 2001. godine napisao da mnogobrojni autori koji pišu o ovoj temi nemaju jasnu definiciju o pojavi koju istražuju, niti raspoložu mjernim instrumentima kojima bi je precizno izmjerili. On ukazuje na svu složenost prikazivanja problema ovisnosti bez droga, s čime se i mi u ovom članku suočavamo baveći se ovisnošću o drugoj osobi. Unatoč brojnim radovima ovisnost o drugoj osobi je nedovoljno istražena, u prvom redu jer je teško prepoznatljiva, istraživači nemaju odgovarajući "alat" za njezino precizno mjerenje, a nerijetko se negira od ovisne osobe. Društvena zajednica je, s druge strane, često opterećena predrasudama koje otežavaju njezino prepoznavanje. No, dosadašnje spoznaje ukazuju da je ovisnost o drugoj osobi u svakodnevnom životu prava nesreća za ovisnika, zbog posljedica za njegovo zdravlje, društvene odnose i uopće osobnu sreću (Mueller, Mueller, Silbermann, 2008). Riječ je o "zaokupljenoj privrženosti", ističe Blažeka Kokorić, S., 2005 (U: Ajduković i sur., 2007), koja u potpunosti unesrećuje osobu, čineći je nesigurnom i dezorijentiranom, u stanju teške unutrašnje emocionalne dvojbe dva suprotstavljena motiva: otići ili ostati. U djelu "Žene koje previše vole", Norwood ističe kako se može reći da ovisnost o drugoj osobi potpuno zaokuplja svijest ovisnika koji kompulzivnim ponašanjem nastoji ublažiti napetost i bol, poput uzimanja analgetika (Norwood, 2001, 19). Razlažući spomenutu suprotstavljenost motiva ovisnikovom unutrašnjom borbom svjesnog i nesvjesnog uma, Valleur i Véléa, naglašavaju da je riječ o bolesti, te da su ovisniku potrebni pomoć i liječenje (Valleur, Véléa, 2002). No, mnoga pitanja i dalje ostaju otvorena jer ni do danas niti jedna od vodećih medicinskih psihijatrijskih klasifikacija (MKB - 10 i DSM - IV) ovisnost o drugoj osobi ne prepoznaje kao posebni dijagnostički entitet, a nema naznaka ni da će ju slijedeća MKB - 11 klasifikacija uvrstiti. Još uvijek nema preciznog odgovora je li riječ o ovisnosti u užem smislu ili se prvenstveno radi o poremećaju osobnosti. Također, ne postoje znanstveni argumenti uz čiju pomoć bismo mogli dati odgovor radi li se o izlječivom stanju ove ovisnosti ili samo zalječenju.

U članku se nastoji ukazati na neke značajke ovisnosti o drugoj osobi, ali bez pretenzija da pojavu objasnimo u cijelosti, jer su za to nužna mnogo opsežnija longitudinalna znanstvena istraživanja s kojima za sada ne raspoložemo. Međutim, naša rasprava može biti od pomoći mnogima koji su se upustili u rizik "vlastitog dobrovoljnog emocionalnog zatočeništva" (Krystal, 1998) da bolje spoznaju sami sebe, te smognu snage i hrabrosti raskinuti nevidljive okove koje su sami sebi stavili, stječući novu šansu za zdravu vezu i novu osobnost.

DEFINICIJA

Ovisnost o drugoj osobi ili ovisnost o ljubavi, istraživači spomenuti u ovom članku definiraju kao patološki odnos subjekta prema drugoj osobi, odnosno predmetu svoje "ljubavi". Taj proces karakterizira opsesivno vezivanje za drugu osobu i kompulzivno ponašanje kojem ovisna osoba posvećuje mnogo vremena, značaja i energije. Pri tome nije riječ o prolaznom fenomenu, već o odnosu koji traje, neovisno o stvarnim odnosima između tih osoba, posljedicama za zdravlje, gubitku drugih prijateljskih odnosa ili emocionalnoj boli koju trpi ovisnik. U ovom kontekstu bi se ovisnost o drugoj osobi mogla označiti stanovitom ekstremnom verzijom navike u odnosima koja, što se ustaljeni model ophođenja više ponavlja, sve više slabi vezu, sve dok se ne ugasi. Moguće savladavanje (liječenje) podvrgava se istim procesima koji se koriste kao i kod promjena drugih navika. Mnogobrojni istraživači nastoje dati svoju definiciju ovisnosti, i premda se svi pokušaji završavaju na opisnim značajkama, suglasni su u tome da se ova ovisnost prvenstveno vezuje za emocije.

Tako Norwood iznosi tezu da biti ovisan o nekome, biti opsjednut njime, znači voljeti previše. "Želim istaknuti da se od pretjerane ljubavi može i umrijeti" (Norwood, 2001, 170). Opisujući etiologiju ovisničkog ponašanja u vezama između ljudi, Howard Halpern (2009) ističe opsesivnost kao značajnu karakteristiku koja se neminovno veže za ovisničko ponašanje. Ovisnost o partneru u odrasloj dobi Werner i Silbereisen (2003) objašnjavaju posljedicom afektivnih odnosa između djece i roditelja u ranom djetinjstvu, odnosno "gladju za privrženosti" kod odraslih osoba uzrokovanu nezdravim odnosima djeteta s ocem ili majkom ili zbog nezdravih međusobnih odnosa roditelja (Werner i Silbereisen, 2003, U: Cavaliere, 2010). Ane Wilson Schaefer (2008) govori o "bijegu od intimnosti" upozoravajući na potencijalno nesretne posljedice ovisnosti o drugoj osobi zbog opterećenja ovisnika mnogobrojnim strahovima u vezi koji ozbiljno ugrožavaju njihovo emocionalno i mentalno zdravlje i ponašanje. Mnogi drugi pokušaji definiranja ovisnosti o drugoj osobi temelje se na psihološkoj teoriji privrženosti koju je još šezdesetih godina utemeljio Bowlby (1969), koja naglašava da su stvorene emocionalne veze u ranom periodu čovjekova života, čak i kvaliteta afektivnog odnosa roditelja i djece u dojenačkoj dobi, osnova za kasnije funkcioniranje pojedinca i formiranje privrženog odnosa prema partneru u odrasloj dobi. Obrazlažući teoriju privrženosti Delaney (1998) sam pojam "privrženost" označava trajnom psihološkom povezanošću dvaju ili više osoba, koja se samo kod pojave opsesivne vezanosti može razviti u ovisnost o drugoj osobi. Slični pogledi koji podržavaju jake emocionalne veze između dvaju osoba i trud da održe dobre odnose iznose se još sedamdesetih godina. Takve veze mogu trajati čitav život i ni u kom slučaju se ne mogu procijeniti kao ovisnost, ističe Aisworth sa

suradnicima (1978). Novi pristup ovisnosti o drugoj osobi nudi Galoić Cigit (2006) ukazujući na tako zvanu prirodnu ili "pozitivnu" ovisnost svakog tek rođenog ljudskog bića o majci (u iznimnim slučajevima drugoj osobi) koja je prirodno zadužena da zadovolji osnovne potrebe djeteta. Ukoliko su te potrebe u potpunosti zadovoljene (biološke, emocionalne, potreba za ljubavlju, sigurnošću i privrženošću) autorica koristi termin "pozitivna ovisnost", što je specifičnost u odnosu na sve druge oblike ovisnosti po svojoj prirodi negativnih pojava. Naglašava se da za razliku od svih drugih ovisnosti ova prirodno zadana ovisnost ne mora biti razorna i uništavajuća pojava ukoliko je riječ o odnosima koji pospješuju fizičko i emocionalno zdravlje djeteta. Odrastanjem, ovo "pozitivno ovisničko iskustvo" predstavlja izvor snage, kreativnosti, osobnog rasta, mentalne budnosti i porasta samosvijesti. No, ako dijete u ranoj dobi nije zadovoljilo spomenute potrebe, velika je vjerojatnost da će taj nedostatak u odrasloj dobi potkopati snagu osobe, voditi nekritičnosti, mentalnoj uspavanosti i onemogućiti osobu da se u kriznim situacijama zaštiti od sebe same.

Jedan broj istraživača posvećuje posebnu pozornost ovisnosti o drugoj osobi u relacijama između braće i sestara, prijateljskim odnosima, čak i u iracionalnim odnosima (idoli, vođe, omiljene ličnosti), sve do ovisnosti o Bogu koji, prema uvjerenju ovisnika, "upravlja" njegovim životom (Bieber i Bieber, 2003).

Mnogi drugi pokušaji definiranja ovisnosti su tek varijante prikazanih stajališta, u kojima istraživači jasno ističu teškoće utvrđivanja kriterija za identifikaciju ovisnosti o drugoj osobi i mjernih instrumenata za preciznu procjenu. Ovi nedostaci definiranja, kategorizacije, mjerenja i jasnog prepoznavanja su vjerojatno razlog da je ovisnost o drugoj osobi i danas nekako najmanje ozbiljno shvaćena, najslabije istražena, najteže ju je prepoznati, premda je u stvarnosti izuzetno česta, opasna i bolna.

POVIJESNI PRISTUP

Svijest o ovisnosti o drugoj osobi razvila se u suvremeno doba pojavom mnogobrojnih izdanja od kojih su neka diljem svijeta postali "bestseleri" (Forward i Buck, 1991; Millar i Rollnick, 1991; Peele, 1975., U: Richard i Senon, 1999; Melody, Miller i Miller, 1992; Peabody, 1994; Mirabel-Sarron, 1995; Zuckerman, 1995; Norwood, 2001; Valleur i, Velea, 2002; Wilson Schaefer, 2008; Halpern, 2009 i drugi). No tragovi istraživanja ove ovisnosti mogu se naći i u ranijim djelima drugih stručnjaka, pri čemu značajno mjesto zauzima S. Freud sa svojom psihoanalizom, te brojni filozofi ranijeg doba. Među Freudovim sljedbenicima valja istaknuti austrijskog psihoanalitičara Otta Fenichela (1946) koji u svojoj knjizi "Psihoanalitička teorija neuroza" uvodi

pojam "ovisni o ljubavi", označavajući tako ljude, odnosno ovisnike, koji trebaju ljubav kao što drugi ovisnici trebaju hranu ili drogu. Ovisnost o drugoj osobi uključuje trojaku simptomatologiju: opsjednutost drugom osobom, ovisnost o ljubavnim relacijama i kompulzivno ovisničko ponašanje (Goodman, 1990). Terapeutkinja S. Peabody (1994) ističe da ovisnost o drugoj osobi prate mnogi organski poremećaji i psihičke smetnje koje slabe obrambene snage nastalog iznimno osjetljivog organizma, s mnogobrojnim problemima u socijalnoj adaptaciji. Napose su žene često žrtve ove ovisnosti zbog tradicionalnih pogleda na brak i obitelj. Tek nakon eskalacije nepodnošljivih odnosa ili bijega od zlostavljanja, dobivaju povremenu potporu zajednice, najčešće anonimnih kuća za zaštitu. No, ova mjera ne rješava problem.

Ne smije se nikako zanemariti ni povijesna uloga književnosti i umjetnosti u prikazivanju ovog složenog problema. Tako Lav Tolstoj, uz Dostojevskog najslavniji pisac 19. stoljeća i europskog realizma, u romanu "Ana Karenjina" (napisanom između 1875. i 1878.) opisuje strasnu i donekle opsesivnu ljubav žene pokazujući kako strast dovodi do samouništenja. Ovaj je roman neobično sličan romanu G. Flauberta "Madame Bovary" (napisanom 1857.), u kojemu udana žena opsjednuta romantičnom ljubavi učini preljub te nesretna završava svoj život. S pojavom opere, romantični ljubavnici, koje jedino smrt može rastaviti, postaju omiljeni sadržaji tih djela.

Model "prave ljubavi" zorno objašnjava Sternberg, R. J. u "Triangularnoj teoriji ljubavi" (Sternberg, 1986). Na složenost odnosa u ljubavi među prvima upozorava sociolog Stanton Peele, autor djela "Ljubav i ovisnost" koje se danas smatra klasikom (Peele, 1975, U: Richard i Senon, 1999).

UZROCI OVISNOSTI (TEORIJA PRIVRŽENOSTI)

Postoje brojna psihološka polazišta u razjašnjavanju uzroka ovisnosti o drugoj osobi koja, radi lakšeg razvrstavanja, imenujemo teorijama, premda se u svojoj biti u većini oslanjaju na široko prihvaćenu teoriju privrženosti o kojoj, zbog ograničenog prostora, ukratko raspravljamo u članku. [(Tako Mirjana Pernar (2010), govori o teoriji socijalne razmjene; Ronet (1997) izvodi teoriju o ljubavnim relacijama (Ronet, M, 1997, U: Richard i Senon, 1999, 318-319); Valleur i Matysiak raspravljaju o teoriji sindroma Clinton (2003, 107-141); Stanton Peele (1975) opisuje ovisnost kada se ljubav jednog partnera gasi; teoriju o neuzvraćenoj ljubavi ističu Norwood, (2001); Peabody, 1994; a Aviel Goodman iznosi teoriju o psihičkoj dezorijentaciji (1997)]. Naše je težište na teoriji privrženosti koja nastoji objasniti sklonost ljudskih bića da ostvare jake emocionalne veze s drugima te daje objašnjenje zašto je nekim ljudima teško formirati i održati zadovoljavajuću vezu u odrasloj dobi. (Lacković-Grgin,

Ćubela Adorić, 2006, p. 226). Općenito se može reći da ovisnost o drugoj osobi nosi podrijetlo u emocionalnoj prošlosti osobe, a posebno u odnosu s roditeljima tijekom djetinjstva. Vjerojatno su roditelji bili ti koji nisu zadovoljili djetetove potrebe, tražeći istovremeno od njega da ograniči svoje želje. Takav odnos može razviti djetetovu svijest da njegove potrebe i nisu važne, ili da ne zaslužuje biti voljeno. Kad odrastu takva "nevoljena djeca" često postaju ovisna o svojim partnerima, u fizičkom i psihičkom smislu. Zato žive u strahu od odbijanja, nemaju povjerenja u svoje sposobnosti i smatraju sebe osobama nedostojnima ljubavi. (Wilson Schaefer, 2008, 85).

Iz života: Na zanimljivom forumu na internetu, gdje ovisnici jedni drugima pružaju podršku i zajedno prolaze kroz Program 12 koraka, sudjelovala je treća autorica ovoga članka, zbog čega je i uvrštena u koautorstvo (Ojdanić, 2010). Opisala je detaljno koliko je koji korak "težak" ovisniku, kako opisuju svoje probleme prilikom prolaska kroz korake programa, rasprave o vjeri, duhovnosti, porivima, oporavku, savjetima jedni drugima i slično. Zbog ograničenog prostora u ovom članku iznosimo opis čavrljanja (chata) vezano za tri slučaja (Ana, Kristina i Petar) koji nam se čine prikladnim za naš tekst, jer je svaki izvještaj podjednako zanimljiv.

ANINA PRIČA

Povijest Anine ovisnosti traje još od mladih dana. Kad god bi prekinula s dečkom, osjećala se slomljenom, doslovno uništenom. Sve su to bile duge veze, a nakon prekida, zbog potrebe za drugom osobom, odmah bi "ulijetala" u novu vezu. Nije si dala vremena da se oporavi niti da u miru preboli bivšu ljubav. U svakoj vezi je bila toliko vezana za partnera da bi uvijek činila sve samo da ju ne ostavi, čak je mislila da joj seks može spasiti vezu. Ali to bi samo pogoršavalo stvari i na kraju bi iz veza izlazila bez imalo samo poštovanja. Na kraju je sama sebi priznala da je uvijek mislila da će muškarac u njezinu životu sve učiniti boljim i zato je bila i toliko ovisna o njima, zato je toliko ulagala u svaku vezu, sve samo da ne ostane sama. Nakon dugo vremena i patnje odlučila je potražiti pomoć jer je uvidjela da tako više ne može živjeti.

Pomoć je zatražila od Anonimnih ovisnika o drugoj osobi, a svoju borbu kroz program 12 koraka vodila je više od godinu dana. Najteži korak bio joj je preispitati samu sebe. Pisala je o svojim postupcima tjednima nakon čega se osjećala tako poniženo i posramljeno da te papire više nikada nije željela pročitati. Pomirila se s prijateljicom iz djetinjstva i sve joj priznala, pa i sramne dijelove iz svog života. Na kraju su se obje smijale jer su se godinama trudile izgledati savršeno u tuđim očima. Prestala je zvati bivšeg partnera, nije se upustila u novu i površnu vezu, te odlučila da uzme pauzu i odmori se promišljajući o svemu što joj se događalo. Nije se ispričala ljudima oko sebe jer je smatrala da bi ih time još više povrijedila. Shvatila je što znači osjećati

krivnju, i taj osjećaj više ne želi. Postala je spremna prenositi svoju poruku ozdravljenja. Danas je aktivna na forumu te pomaže drugim ovisnicima.

Obrasci privrženih odnosa istražila je u nas Blažeka Kokorić (2005, U: Ajduković i sur. 2007, 72) ispitivanjem uloge primarne obitelji u oblikovanju kvalitete kasnijih partnerskih odnosa u ranoj odrasloj dobi. Ispitivanje je provela na uzorku od 564 ispitanika, i utvrdila da čak 28,7% nisu ostvarili obrazac privrženih odnosa s roditeljima koji vodi zdravom partnerskom odnosu. (Obrasci privrženih odnosa mogu se istražiti i kroz potpuno suprotan odnos: traumatičan događaj za dijete je i previše ljubavi koja guši, pretjerana dopuštenja mogu u djeteta stvoriti iskrivljenu emocionalnu sliku o odnosima između roditelja i djece, samim time i do emocionalnih problema i problema u ponašanju. "Obitelji s problematičnim uvjetima odgoja i problematičnim odnosima ima vrlo različitih, ali svima je zajednički učinak na djecu koja u njima odrastaju: toj je djeci do određene mjere oštećena sposobnost za osjećaje i odnose s ljudima" (Norwood, 2001, 14). U ljubavi između majke i djeteta koja "guši" bitna uloga oca jest pomoći majci i djetetu da se odvoje (Halpern, 2009, 14). Ali neki očevi ne shvaćaju svoj zadatak u odgoju djeteta i sve prepuštaju majci. Neki su usredotočeni sami na sebe, ili previše povučeni da bi im pomogli, a neki su toliko arogantni da dijete otjeraju natrag u zagrljaj majke. O ovim odnosima provedena su mnogobrojna istraživanja. Tako su npr. Werner i Silbereisen (2003, U: Cavaliere, 2010, 37) dokazali da se djevojke koje su imale konfliktan odnos sa svojim ocem, i koje nisu doživjele očevu potporu i podršku, češće upuštaju u veze u kojima patološki ovise o svome partneru. Isto tako, nezdravi odnosi između majke i oca u obitelji utječu na izbor partnera kod žena, pa one koje su doživjele takva negativna iskustva u obitelji postaju sklone ovisničkom ponašanju prema partneru. Njihova krhkost vodi ih do emocionalnih veza u kojima praktički mole partnera za pažnju. Cavaliere potvrđuje da osobe (žene i muškarci) koje pokazuju ovisnost o drugoj osobi nisu s ocem imale odnos ispunjen poštovanjem i ljubavi. Kao odrasli pokazuju izrazitu emocionalnu nezrelost. Isto se javlja i kod previše zaštitničkog odnosa majke, koja na taj način stvara emocionalnu zbrku kod djeteta. "U biti, ako dijete živi u kaotičnoj obitelji s problematičnim uvjetima, kao što je alkoholičarska, nasilnička ili incestuozna, ono će neizbježno osjećati paniku zbog toga što je obitelj izgubila nadzor nad zbivanjima. Takva obitelj često mu prijeti i povrjeđuje ga, a ne štiti. To iskustvo veoma snažno utječe na osobu, pa ona tu situaciju žarko želi preokrenuti. Na taj način, time što se previše veže za partnera i novu obitelj, u biti sama sebe štiti od panike. Tu je i početak ovisnosti o drugome, jer takva osoba osjeća potrebu da bude voljena i prihvaćena, ali u prvom redu kako bi stekla osjećaj sigurnosti i nadzora" (Norwood, 2001, 18). Ukratko, glad za neispunjenom ili izgubljenom

privrženosti stvara osobe koje u novim vezama dobiju jaku želju vezati se za nekoga (Costantini, 2007, 14).

KRISTININA PRIČA

Kristinina priča o ovisnosti vezana je za njezina muža s kojim je bila u braku 10 godina. Na početku njihova veza nije bila ozbiljna, Kristina nije bila spremna za trajnu vezu, pa ga je ostavila. Počela je izlaziti s drugim dečkima, ali nakon četiri mjeseca poželjela je opet biti s njim. On ju nije napustio niti kad mu je rekla za svoje druge veze koje su se dogodile u međuvremenu, što ju je jako iznenadilo, i vjenčali su se. Nakon dva mjeseca braka prevario ju je, odvojili su se na tri mjeseca, a ona mu se odlučila osvetiti – prevarila ga je. Ipak su odlučili ostati zajedno. No slijede učestale i grube svađe, pa je Kristina zatražila razvod. Promijenila je mnogo partnera, ali uvijek je željela njega. Zato su se opet i pomirili, pet mjeseci nakon razdvajanja. Međutim, nakon početne sreće i euforije, svađe su se opet vratile, a njezino samopouzdanje je postajalo sve slabije. Pokušali su imati i djecu, ali nisu uspjeli (za što je muž okrivio nju). Počele su njegove nevjere, a ona je pokušavala sve samo da ga zadrži i da ju on opet zavoli kao nekada. Nakon devet godina ostavio ju je zbog ljubavnice, ali ona i dalje nije mogla prestati misliti na njega. Osjećala se slomljeno, bila je jako depresivna i na rubu samoubojstva. Jedino što ju je držalo na životu bila su njezina maštanja o njihovu pomirenju, njihovoj budućoj djeci, romantičnim putovanjima. Nakon nekog vremena Kristinin muž je rekao da se promijenio i želio se opet pomiriti, na što je ona odmah pristala. Promijenila se i ona, preuzela je kontrolu nad njihovim životima, bila je uključena u svaki dio njegova života, zavodila ga je da zadrži strast misleći da tako zadržava i njegovu ljubav. Shvativši da je opet pala u ralje ovisnosti, skupila je hrabrosti i potražila pomoć. Povjerila se anonimnim prijateljima i suočila s velikim problemima iz djetinjstva: dva puta bila je silovana od svojih vršnjaka, otac joj nije pokazivao ljubav, niti je bio "prava očinska figura". Preispitujući sebe shvatila je da nikad nije riješila događaje iz djetinjstva, a strah od napuštanja doveo je do toga da samo kontrolira svog muža. Priznaje da u svom oporavku ima uspona i padova i nada se da će griješiti sve manje jer smatra da "nije stvorena živjeti strašnim životom ovisnika". U vrijeme našeg razgovora bila je na desetom koraku programa 12 koraka.

RAZVOJ OVISNOSTI

Tijek razvoja svake ovisnosti, pa i ovisnosti o drugoj osobi, najčešće se prikazuje kroz tako zvani "ovisnički krug" (Norwood, 2001). U slučaju ovisnosti o drugoj osobi riječ je o "krugu" između ljubavnih partnera, roditelja i djece, braće i sestara, prijatelja, nadređene i podređene osobe, vođe i

sljedbenika, imaginarne popularne i bilo koje druge osobe i ovisnika, ili o nekim manje učestalim ovisničkim vezama. Ovisnici su u najvećem broju slučajeva (preko 90%) žene, ističe Norwood. Struktura za sve oblike razvoja je gotovo ista. Krug ovisnosti započinje svidanjem (prihvatanjem, izraženom simpatijom) i u određenom vremenu prelazi u idealiziranje druge osobe. Naime, potencijalni ovisnik, koji je nesiguran i željan ljubavi, taj odnos shvaća suviše ozbiljno, te postaje zaslijepljen ili zaokupljen drugom osobom. Drugi aspekti njegova življenja postaju manje bitni. U ovoj fazi još se ne može govoriti o ovisnosti jer su opisane pojave karakteristične i za veze koje se mogu razviti i u zdrav odnos. Ali, ako se maštanje nastavi skoro bez prestanka i bez uključivanja zdravog razuma, osoba polako ulazi u krug ovisnosti. Ovisnik "prenosi" na drugu osobu svoje snove i želje, u biti stavlja svoju sreću i potrebe u "ruke drugoga" uvjeren da ključ njegove sreće leži u tuđim rukama. Na ovom stupnju ovisnost se već razvila, a druga osoba postaje jedina osoba koja ovisnika čini ili može učiniti sretnim. U ovisnika se javlja veliki strah da će se zamišljeni odnos prekinuti, a time i raspasti njegovi snovi. Zbog toga se razvija opsesivno ponašanje kojim ovisnik pokušava zadržati postojeće stanje. Upravo tada odnosi najčešće počinju propadati. Naime, ovisnik o drugoj osobi ulaže toliko energije, snage, napora, volje da zadrži i spasi taj zamišljeni idealni odnos, da druga osoba na to reagira otporom, osjećajući se kao da se guši, postaje prestrašena, ljuta, nerijetko nezahvalna, i sve zahtjevnija. "Braneci" se postaje neiskrena, pa se doima kako iskorištava trud emocionalnog ovisnika. Ovisnik pak ne odustaje lako jer to bi značilo dignuti ruke od vlastite sreće. Zbog toga se radije pravi da je sve u redu, uvjeravajući u to i sebe i druge oko sebe. Na kraju, zbog velikog stresa s kojim ovisnik svakodnevno živi, i sam počinje propadati. Emocionalni stres često "primorava" ovisnika da se okrene i drugim ovisnostima, poput prekomjernog uživanja alkohola, konzumiranja hrane, zlouporabi droga, sve kako bi se umanjila ovisnička bol. To je ključni trenutak razvoja ovisnosti, stupanj na kojem se odnosi u najvećem broju slučajeva prekidaju i raspadaju. Ali kraj emocionalne veze ne znači i kraj emocionalnih problema za ovisnika o drugoj osobi. Ovisnički način vezivanja za druge osobe, napose za ljubavnog partnera, nastavlja se i u drugim odnosima. Izlazak iz jedne takve veze obično znači samo ulazak u novu, gdje će opet razviti krug ovisnosti. Vremenom se ovisnikovo emocionalno, psihičko i fizičko stanje može toliko pogoršati da postaje prijetnja za sam život. Obrazac je jednostavan: ovisnost o drugoj osobi razvija se postupno, podsjeća na labirint s bezbroj istih hodnika, i što čovjek ide dalje mogućnost povratka je teža. Ovisnici se zatvaraju u kaveze koje su sami stvorili, reagirajući na vlastito dobrovoljno zatočeništvo, s manjom ili većom spoznajom svog svjesnog uma da se mogu osloboditi svojih kaveza ako to žele (Kristal, 1998).

PETROVA PRIČA:

Petrova priča je zanimljiva jer se ne može često čuti ovisnička priča muškarca, odnosno prema nalazima stručnjaka u čak 90% slučajeva ovisnici o drugoj osobi su žene (Richard, Senon, 1999).

Petar je odvjetnik i ima privatnu praksu. Njegov život je bio vrlo dobar sve dok mu žena nije umrla u 32-oj godini u tragičnim okolnostima (bila je trudna s njihovim prvim djetetom). Nakon pola godine tugovanja, počeo je ulaziti u niz veza. Kad bi jedna završila, odmah bi "uletio" u drugu. Stalno je tražio nekoga tko bi mogao zamijeniti njegovu ženu. Ženio se čak pet puta. Priznaje i da je htio i nadomjestiti dijete koje je izgubio, jer su sve žene koje je birao već imale svoju djecu. Nekako mu je bilo dovoljno da mu osoba s kojom je u vezi kaže da ga voli, nije mu bilo bitno kako s njom živi i nije bio zainteresiran za njezine probleme. Petar je jednostavno volio biti zaljubljen, osjećati se prihvaćenim, željenim. Za taj osjećaj bio je spreman učiniti sve, potrošiti novac, žrtvovati se. Zbog toga je žrtvovao svoju karijeru, trošio novac na poklone, udaljio se od prijatelja, sve kako bi i dalje bio voljen i ostao u vezi. Tek je na kraju svojih snaga, nakon zadnjeg razvoda, kad je shvatio da je "dosegao dno", odlučio potražiti pomoć i priključio se na forum Anonimnih ovisnika. Postavši svjestan da je njegov glavni problem bio gubitak žene i nerođenog djeteta, te da su odnosi s drugim ženama koje je nakon toga stvarao bili samo bijeg od nepodnošljive boli, Petar se odlučio izravno ispričati svim ženama s kojima je bio u braku. Ispričao se i prijateljima i rodbini koje je godinama zanemarivao. Danas misli da su mu te isprike koristile, ali da je prevelika šteta već učinjena. Najvažnije mu je održati riječ koju je dao sam sebi, da će se izliječiti, krenuti dalje i utišati u sebi gubitak voljene žene i djeteta. Odlučan je u namjeri da pomaže drugima jer zna koliko su drugi pomogli njemu. To je magičan krug, kaže Petar.

PRIKAZ NEKIH ISTRAŽIVANJA ZNANSTVENE VALORIZACIJE OVISNOSTI O DRUGOJ OSOBI

Sve je više pokušaja da se znanstveno valoriziraju ovisničke relacije ljubavi između seksualnih partnera, pri čemu se javljaju ovisničke veze u različitim relacijama: a) ovisnost o romantičnoj ljubavi; b) ovisnost o neuzvraćenoj ljubavi; c) ovisnost o podređenoj ljubavi (Zuckerman Itković i Petranović, 2010, 22). I ove se relacije razvijaju izgradnjom opisanog ovisničkog kruga: na početku su ljubavne veze uglavnom praćene ljubavnom euforijom, a "taj osjećaj zadovoljstva i zasljepljenosti stavlja ovisnika "preko puta samog sebe" Preplavljen emocijama ovisnik doživljava ljubavni odnos kao oblik ekstaze. Kad osjećaj prođe, što je nužno, a realni problemi postanu vidljivi, osobu preplavljuje osjećaj potištenosti koji vodi nezadovoljstvu i

nerijetko depresiji. Mutacije zadovoljstvo - nezadovoljstvo za ovisnika su nepodnošljive" (Ronet, 1997, U: Richard, Senon, 1999, 318). Stanje ovisnika nakon što prođe početna ljubavna euforija slikovito opisuje Burroughs (1997, U: Richard, Senon, 1999, 319): "jednog se jutro probude bolesni, a zadovoljstvo ustupa mjesto dubokoj patnji"

Kao i u svakom pravilu i u ovisnosti o drugoj osobi postoji izuzetak. Tako Sternberg (1986) ističe da je možda jedina ovisnost za koju možemo reći potpuno ispunjena dobrim senzacijama u cijelom organizmu - ovisnost o uzajamno uzvraćenoj romantičnoj ljubavi. (U: Zuckerman Itković i Petranović, 2010, 24).

Tragičan je i oblik partnerskih ljubavnih odnosa kada se veza održava iako se ljubav ugasila, bilo jednostrano ili čak obostrano. Na složenost tih odnosa među prvima je upozorio sociolog Peele u djelu "Ljubav i ovisnost". (Stanton Peele, 1975, U: Valleur i Véléa, 2002, 35). U ljubavnim partnerskim odnosima bez ljubavi, uglavnom je riječ o ekstremnim oblicima ovisničkog ponašanja sličnog onomu kojeg pokazuju ovisnici o opojnim drogama: "Ovisnici ne vladaju svojim osjećajima i bez pomoći i liječenja takvo se stanje samo pogoršava" (Valleur i Véléa, 2002, 35).

"Ovisnost o neuzvraćenoj ljubavi možemo usporediti s ovisnošću o alkoholu", tvrdi Zuckerman Itković (2010, 29, U: Zuckerman, Petranović, 2010) Autorica ističe začuđujuću toleranciju društvene zajednice prema ovisnosti o neuzvraćenim ljubavnim odnosima, posebice ako je riječ o ženama žrtvama tradicionalnih pogleda na brak i obitelj. Tek nakon eskalacije nepodnošljivih odnosa i bijega zbog zlostavljanja, dobivaju povremenu zaštitu anonimnih kuća, dok je zaštita sudstva i policije uglavnom spora, često neučinkovita, a prate je i tragični događaji. Psiholog i terapeut Susan Peabody (1994) ukazuje da ovisnost o ljubavi prate mnogi organski poremećaji i psihičke smetnje što je realna osnova za nastanak drugih bolesti. Simptom koji se pri ovisnosti o drugoj osobi najlakše prepoznaje je patološka ljubomora. Dok Freud patološku ljubomoru svrstava u poremećaje ličnosti, nalazi Cozzolina (2010) upućuju na usku povezanost ove pojave s ovisnosti o drugoj osobi. On ističe da često partnerske veze propadaju upravo zbog prejake ljubomore. Ovisnik o drugoj osobi, prema samoj prirodi ovisnosti, često se zamara mislima da ga partner vara jer se podsvjesno osjeća nedostojnim njegove ili njezine ljubavi. No, patološka ljubomora može značiti i potrebu ovisnika za potpunom kontrolom partnera. Prema tome, pri opsesivnoj ovisnosti o drugoj osobi vrlo je vjerojatno da će se pojaviti i patološka ljubomora (Marzola, 2010). Uz pojavu ljubomore javljaju se afektivne smetnje i kompulzivno ponašanje: iracionalan strah, sumnja, kontrola partnera, agresija i uhođenje partnera, osjećaj manje vrijednosti i nisko samopoštovanje (Valliani, 2007).

Naročito zabrinjavaju agresivni ispadi, u pravilu, u brakovima s djecom. Nevidljivi krug ovisnosti tako se širi i na djecu koja pri vlastitom izboru partnera imaju mnogo manje šanse da uspostave zdrav partnerski odnos (Brenan, Clark i Shaver, 1998. U: Stefanović Stanojević, 2006). Drugi prepoznatljivi simptomi ovisnosti o drugoj osobi često se vezuju za tipove ovisnika. Tako Wilson Schaef razlikuje pet tipova ovisnika ili pet oblika ovisnosti (Schaef, 2008, 85-90). Rezultati istraživanja koje je vodio dr. Neil Montgomery (2010), psiholog s Keene State Collegea ukazuju da pretjerano zaštitnički odnos roditelja prema djeci stvara i u djece stanovitu vrstu ovisnosti jer nisu spremni napustiti roditeljsko gnijezdo i živjeti samostalno.

Istraživanje Luva (2010, 7) ukazuje na mnoge druge simptome po kojima se mogu prepoznati ovisnici o partnerskim odnosima u ljubavnoj vezi. Kod ovisnosti o ljubavnim odnosima želja za nastavljanjem života s partnerom, bez obzira koliko ovisnik patio, traje bez prestanka i slabljenja, iako se uglavnom radi o odnosima koji su isprazni, dosadni i lišeni svakog osjećaja (odnosi u kojima nedostaje ljubavi, nježnosti, stimulacije, emotivne potpore). Unatoč tome, ovisnik od takvog odnosa teško odustaje.

LIJEČENJE I PREVENCIJA

Halpern (2009) ističe da postoje tri psihološke razine u partnerskoj ovisničkoj vezi zbog čega ovisna osoba nema hrabrosti prekinuti vezu. Prvu raznu čine praktični razlozi protiv prekidanja veze, problemi vezani uz djecu, materijalnu ovisnost i sl. Na drugoj razini su osobna uvjerenja ovisnika koja uključuju predrasude i klišeje kao što su: "ljubav sve pobjeđuje", "raskid odnosa znak je neuspjeha", "ljubav je vječna" ili "nisam dovoljno privlačan/privlačna", "nisam dovoljno uspješan/uspješna". Na trećoj razini je riječ o potrebi ovisnika za privrženosti, koja može biti toliko jaka da potpuno nadvlada praktične razloge (prva razina) i uvjerenja (druga razina) koji su s trećom razinom u suprotnosti (Halpern, 2009, 26). "Upravo ta ovisnička kompulzija, prisila, koja osobu tjera da zadrži ovisnički odnos, pokazuje razinu ovisnosti. Nerealnost tih osjećaja prema partneru u biti je jednaka nerealnosti dvogodišnjaka koji se osjeća kraljem obitelji i svijeta s neograničenom moći" (Halpern, 2009, 29). Osjećaji s razine potrebe za privrženosti odagnat će želju za prekidanjem ovisničke veze samo ako su ti osjećaji tako jaki da nadvladaju svaku racionalnu sposobnost ovisnika da postupi u svoju korist (Smojver-Ažić i Jakovčić, 2006).

Za većinu ovisnika najvažniji "liječnik" može doći iz njih samih, ističe Costantini (2007). Autor naglašava četiri faze "ozdravljenja" (Constantini, 2007, 117): prva faza počinje kad ovisnik shvati svoje ovisničko ponašanje i poželi prekinuti ovisnički vezu; druga faza obuhvaća spremnost ovisnika da zatraži

pomoć, te pokušaje i dobavljanja te pomoći; treća je faza ozdravljenja koja zahtijeva predanost terapiji i spremnost da se nastavi s programom; četvrta faza je oporavak, u kojoj "bivši ovisnik" počinje donositi odluke koje više ne slijede stare obrasce ponašanja nego poboljšavaju njegov život i dobrobit.

Od ovisnosti o drugoj osobi jednako se teško oporaviti kao i od ovisnosti o alkoholu ili drogama. Razlika je jedino u tome što se još uvijek alkoholičari i ovisnici o drogama smatraju puno težim ovisnicima od ovisnika o drugoj osobi i što te ovisnosti društvo smatra bolešću koja uništava ovisnika, obitelj i zajednicu, ali ne želi vidjeti da se potpuno ista stvar događa i pri ovisnosti o drugoj osobi ili ovisnika o ljubavnim relacijama (Costantini, 2007, 16-20).

Riječi P. Coelho (2006) ovo slikovito potvrđuju: "Ljubav je kao droga. U početku si u stanju euforije, potpune predanosti. Onda, slijedeći dan, želiš više. Još uvijek nisi ovisnik, ali doživljaj ti se sviđa i misliš da ga možeš zadržati pod kontrolom. Misliš intenzivno na voljenu osobu dvije minute i onda se je ne sjetiš slijedeća tri sata. Ali, zakratko, privikneš se na tu osobu i počneš u potpunosti ovisiti o njoj. Tada već misliš na nju tri sata, a zaboravljaš je tek na dvije minute. Ako nije u blizini, prolaziš iskustvo kakvo imaju ovisnici kad ne mogu doći do droge. Na tom stupnju, isto kao što i ovisnici krađu i ponižavaju se da bi došli do onog što im je potrebno, i ti si spreman učiniti bilo što zbog ljubavi" (Coelho, 2006, 37). Naglašavamo da je prevencija, odnosno sprječavanje nastanka ovisnosti općenito, najvažniji oblik borbe protiv ovih opakih bolesti. Suvremene teorije prevencije upozoravaju da se svi oblici ovisničkog ponašanja temelje na sinergijskoj interakciji slijedećih čimbenika: *osjetljivosti*, koja sadrži genetske i psihičke čimbenike; *proizvodu ili objektu* ovisnosti, što se vezuje za svojstva, te na *vremenu izloženosti* koje podrazumijeva socijalne i kulturološke oblike ovisničkog ponašanja. Ovi su parametri rizika za nastanak ovisnosti međusobno povezani i u određenim situacijama preuzimaju dominantnu ulogu u životu čovjeka. Prevencija je društvena djelatnost koja se kao organizirani sustav mora paralelno odvijati u suzbijanju sva tri spomenuta čimbenika. Pri tome važnu ulogu ima tako zvana balansna strategija koja podrazumijeva podjednaku usmjerenost preventivnih aktivnosti društvene zajednice na rizične čimbenike. Drugim riječima, općenito se zalažemo za podjednaku društvenu brigu u izgrađivanju navika zdravog života, za sprječavanje ponude svega što vodi ovisnosti i za izgradnju stajališta ljudi, napose mladih, protiv svakog ovisničkog ponašanja. U tome se ogleda i najvažniji doprinos ovoga članka.

ZAKLJUČAK

Zbog nedostatka jasne definicije ovisnosti o drugoj osobi i mjernih instrumenata kojima bi se moglo precizno izmjeriti ovu pojavu, ali i teškoća u prepoznavanju i dijagnosticiranju, ova ovisnost nije uvrštena ni u jednu od vodećih medicinskih psihijatrijskih klasifikacija, što značajno otežava njezino znanstveno istraživanje. Međutim, u stvarnom životu je veoma učestala, o čemu svjedoče djela citiranih istraživača. Riječ je o patološkom odnosu osobe ovisnika prema drugoj osobi, koji karakterizira opsesivno vezivanje i ovisničko (kompulzivno) ponašanje. Premda i ovisnošću o drugoj osobi "gospodare" isti biokemijski procesi kao i pri drugim ovisnostima, specifičnost je u stavovima društvene zajednice opterećenim mnogobrojnim predrasudama i tabuima. U mnogim slučajevima ovisnik nema jasno izgrađenu svijest da je uopće ovisan o nekome, veliki broj slučajeva ovisničkog ponašanja društvo tretira kao "normalno" ponašanje, često izostaje potpora okoline osobi koja trpi različite oblike zlostavljanja. Posljedice ovisnosti o drugoj osobi izuzetno su teške i bolne za samog ovisnika, a nerijetko i za osobu koja trpi manipuliranje i zlostavljanje naročito ako je opsesija povezana s patološkom ljubomorom.

Istovremeno, komorbidnost ove pojave s drugim bolestima, a posebno depresijom je vrlo česta. Liječenje ovisnosti također je ozbiljan problem jer postoje različite psihološke razine zbog kojih ovisna osoba možda nikada ne će odlučiti prekinuti tu nezdravu vezu (ekonomska ovisnost, predrasude, kompleksi, briga za budućnost djece, strah od gubitka posla, strah od osamljenosti i drugo). Za one koji se odluče liječiti nakon prolaska kroz program terapije treba se otvoriti mogućnosti da zasnuje zdravu vezu, zdrav odnos s partnerom i u drugim bliskim vezama. O tome u "Umjetnosti voljenja" polemizira Erich Fromm (1995) ukazujući da zdrava veza počiva na pravoj ljubavi koja je vezana dubokim osjećajima i koja nije ponajprije seksualna. U pravoj ljubavi osoba je slobodna, u ljubavnim odnosima ravnopravna i poštovana, u konzumiranju ljubavi potpuno zadovoljena. U zdravoj vezi odnosi su čisti i privrženi, bez gubljenja vezanosti, a odgovornost i obveze preuzimaju oba partnera. Zdrava veza je na žalost rijetka, upozorava Sternberg (1986), a uzrok nije u prirodnoj nemogućnosti ljudi da je održe, već u ljudskim slabostima, a prije svega u nesposobnosti da kontroliraju svoje nagone.

Moderno društvo razvija sve više kulturu hedonizma, zadovoljstvo ustupa mjesto ostalim obvezama i u međuljudskim relacijama. Bavljenje ovisničkom aktivnošću bez droga stvara jednako uzbuđenje i požudu kao i u ovisnika o opojnim tvarima, na isti način animira cerebralne aktivnosti i neurotransmitere, javlja se ista tolerancija, apstinencijska kriza i pokušaji da se po svaku cijenu zadovolje nastali patološki porivi. Ovisničke aktivnosti postaju dio svakodnevne rutine ovisnika, koji u tom stadiju najčešće nije u stanju realno sagledati vlastito stanje. Tek kad ovisnost preraste u istinski problem

(zdravstveni, psihološki, socijalni, financijski) svijest o vlastitom stanju preplavi osobu. Kraj patnjama je individualan i kreće se na skali od potpunog izlječenja, zalječenja do smrti. Suzbijanje ovisnosti bez droga, koje nerijetko prerastaju u istinsku bolest, ili se umreže s drugim ovisnostima, moguće je sustavnom preventivnom aktivnosti društvene zajednice. Prevencija je složena djelatnost koja se odvija u mnogim segmentima zajednice, od razvoja sustava informiranja i promidžbe, do jačanja osjećaja odgovornosti svih članova društva za vlastitu odluku i ponašanje. Može se općenito reći da je prevencija pomoć u izboru vlastitog puta, katkad odabir vlastite sudbine i kvalitete života.

LITERATURA

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E, Wall, S. (1978): Patterns of attachment: A psychological study of the strange Situation. Hillsdale. Nj. Eribaum.
- Ajdković, M., Kregar Orešković, K., Laklija, M. (2007): Teorija privrženosti i suvremeni socijalni rad. Ljetopis socijalnog rada 14 (1). 59-91.
- Bowlby, J. (1969): Attachment and Loss. Vol. 1. Basic Books. New York.
- Burke, R. (2001): Workaholism in organizations. International Journal of Stress Management. 8 (6). 65-68.
- Coelho, P. (2006): Na obalu rijeke Piedre sjela sam i plakala. V.B.Z. Zagreb.
- Delaney, R. J. (1998): Fostering Changes; Treating Attachment – disordered Foster Children. Oklahoma City Wood "N" Barnes Publishing.
- Dijagnostički i statistički priručnik za mentalne poremećaje DSM – IV. U: Davison, C. G., Neele, J. M. (1998): Psihologija abnormalnog doživljavanja i ponašanja. Naklada Slap. Jastrebarsko.
- Fenichel, O. (1946): The Psychoanalytic Theory of Neurosis. Routledge Forward. London.
- Forward, S., Buck, C. (1991): Obsessive Love. When It Hurts Too Much To Let Go. Bautam Books: New York, Toronto, London, Sydney.
- Fromm, E. (1995): Umijeće ljubavi. Desclée de Brouwer. Paris.
- Galoić Cigit, B. (2006): Pozitivna ovisnost. Klinika za psihijatriju KB "Sestre milosrdnice, 1-71. Zagreb (prezentacija).
- Goodman, A. (1990): Addiction: definition and implications. British Journal of Psychiatry, 85: 1403 –1408.
- Goodman, A. (1997): Sexual Addiction. USA, Madison: International Universities Press.
- Halpern, H. (2009): Kako ćete prekinuti ovisnost o drugoj osobi. Nakladni zavod Globus. Zagreb.
- Krystal, Ph. (1998): Kidanje veza. Kako se osloboditi lažne sigurnosti i negativnog programiranja. Dušević & Kršovnik. Rijeka.

- Lacković-Grgin, K., Čubela Adorić, V. (2006): Odabrane teme iz psihologije odraslih. Naklada Slap. Jastrebarsko.
- Mellody, P., Wells Miller, A., Miller, J. K. (1992): Facing Love Add Addiction: Giving Yourself the Power to Change the Way you Love. Harper Collins Publishers. San Francisco.
- Millar, W. R., Rollnick, S. (1991): Motivational interviewing: preparing people to change addictive behavior. Guilford. New York.
- Mirabel-Sarron, C. (1995): Du bon aliment: aspects cognitifs. L Evolution Psychiatre. 60. 833-838.
- Montgomery, N. (2010): Parental Involvement During College: Find the Right Balance. Bellerboys College, USA.
- Mueller, A., Mueller, V, Silberman, A. (2008): A randomized controlled trial of group cognitive-behavioural therapy for compulsive buying disorders. Journal of Clinical Psychiatry. 69 (7). 1131-1138.
- Norwood, R. (2001): Žene koje previše vole: za one koje stalno priželjkuju i nadaju se da će se on promijeniti. Biovega. Zagreb.
- Ojdanić, M. (2010): Ovisnost o drugoj osobi. Sveučilište u Zadru. Odjel za pedagogiju. (Mentor Z. Zuckerman)
- Peabody, S. (1994): Addiction to Love: Overcoming Obsession and Dependency in Relationships. Celestial Arts. Berkeley USA.
- Pernar, M. (2010): Medicina fluminensis, 46 (3) 234-241.
- Richard, D. Senon, J. L. (1999): Dictionnaire des Drogues, des toxicomanies et des dependances. Larousse. Paris.
- Ronet, M (1997), U: Richard, D. Senon, J. L. (1999): Dictionnaire des Drogues, des toxicomanies et des dependances. Larousse. Paris, 318-319.
- Smojver-Ažić, S., Jakovčić, I. (2006): Percepcija prošlih odnosa i privrženost adolescenata i njihovih majki. Psiholojske teme. 15 (1). 59-79.
- Sternberg, R. J. (1986): A Triangular Theory of Love. Psychological Review. 93. 119-135.
- Stefanović Stanojević, T. (2004): Facta Universitalis. 3 (1). 67-81.
- Stefanović Stanojević, T. (2006): Partnerska afektivna vezanost i odgojni stilovi. Godišnjak za psihologiju, Filozofski fakultet Niš. 4 (4-5). 71-90.
- Tolstoj, L. (Ed. 1959): Ana Karenjina. Zagreb. Naprijed.
- Valleur, M., Véléa, D. (2002): Les addictions sans drogues. Revue toxibase. 6 (1). 1-15.
- Valleur, M. i Matysiack, J-C. (2003), Sexe passion et jeux video. Paris, Flammarion.
- Wilson Schaefer, A. (2008): Bijeg od intimnosti. Planetopija. Zagreb.
- Zuckerman, M. (1995): Good and bad humors: biochemical bases of personality and its disorders. Psychological Science. 6. 325-332.
- Zuckerman Itković, Z., Petranović, D. (2010): Ovisnosti suvremenog doba. Strast i muka. Školska knjiga. Zagreb.

Internetski izvori:

- American Psychological Association (2010): Nakon ovisnosti – depresija. Retrieved 23. Lipnja, 2010 from <http://www.zadarskilist.hr/clanci/15012010/nakon-ovisnosti-depresija>.
- Bieber, P., Bieber I.A. (2003). U: Cavaliere, R., (2010): Origini di una dipendenza affettiva. Retrieved 12. lipnja, 2010 from http://www.maldamore.it/origini_di_una_dipendenza_affettiva.htm//
- Cavaliere, R., (2010): Origini di una dipendenza affettiva. Retrieved 12. lipnja, 2010 from http://www.maldamore.it/origini_di_una_dipendenza_affettiva.htm//
- Costantini, S. (2007): Dipendenze e falsi bisogni. Retrieved 07. lipnja, 2010 from <http://www.retenuovedipendenze.it/approfondimenti/2007%20Costantini%20-%20Dipendenze.pdf>.
- Cozzolino, M. (2010): La gelosia e Freud. Retrieved 30. lipnja, 2010 from http://www.sessuologiaclinica.net/index.php?option=com_content&task=view&id=33&Itemid=3
- Luv, T. (2010): How to get over a breakup. Retrieved 28. Lipnja, 2010 from <http://love-addiction.com/loveaddict34.html>.
- Marzola, P. (2010): Gelosia normale e gelosia patologica, Retrieved 26. Lipnja, 2010 from http://www.patrizia-marzola.ea23.com/Gelosia-Patologica_2327163.html.
- Montgomery, N. (2010): 'Helicopter' Parents Have Neurotic Kids, Study. Retrieved 16. Lipnja, 2010 from <http://www.livescience.com/culture/helicopter-parenting-100603.html>
- Valliani, S. (2007): La dipendenza affettiva. Retrieved 21. Lipnja, 2010 from <http://www.vertici.it/servizi/psicofinder/template.asp?cod=13361&page=7>.
- Werner, S., Silbereisen, I. (2003), U: Cavaliere, R., (2010): Origini di una dipendenza affettiva. Retrieved 12. lipnja, 2010 from http://www.maldamore.it/origini_di_una_dipendenza_affettiva.htm//

ADDICTION ON ANOTHER PERSON***Didactical and psychopatological presentation of addictive behaviour related to addiction on another persons*****ABSTRACT**

The goal of this article is to present in a didactic form one of the ways of addictive behaviour related to another person, which is in literature relatively fragmentary investigated and differently named, like: "love addiction" (Fenichel, 1946), "love relation addiction" (Melody, 1992; Peabody, 1994; Norwood, 2001),

"obsessive love" (Forward and Buck, 1991), "escape of another person" (Wilson Schaefer, 2008), "dependence on another person" (Halpern, 2009; Valeur, Vélé, 2002), and similar.

How it is argued in the article about many addictive behaviour relation (sexual relation, relation between parents and children (father and mother), relation between friends, relation toward imaginary people and similar, the authors have decided for terminological syntagme "addiction on another person".

For clearer description of this complex phenomenon the text is didactical structured according to in advance established plan: 1. Introductory consideration, 2. Definition, 3. Historical approach, 4. Causes of addiction (theory of attachment), 5. Development of addiction, 6. Symptoms of addiction on the addictive person and the community, 7. Medical treatment and empirical attachments.

Article is primarily contribution on modern education to undergraduate and graduate students of different study areas which deal with this topic, it can provide useful information to teachers and faculty experts that in practice deal with this problem, but also to general reading public as it is a phenomenon that accompanies every one of us in our daily lives.

KEY WORDS: *addiction on another person, love addiction, addiction and pathological jealousy, obsessive compulsive addictive behaviour, theory of attachment, medical treatment and self-help groups*