

Fantazja seksualna, nieświadoma fantazja i dynamika przywiązania

Sexual fantasy, unconscious phantasy,
and the dynamics of attachment

Christopher Clulow

Tavistock Institute of Medical Psychology, London

Artykuł jest tłumaczeniem pracy: Clulow Ch. Sexual fantasy, unconscious phantasy, and the dynamics of attachment. *Couple and Family Psychoanalysis* 2019; 9(1): 1–14. doi:10.33212/cfp.v9n1.2019.1

Tłumaczenie: Milena Kansy^{1,3}, Dawid Storman^{2,3}, Katarzyna Gdowska³

¹Zakład Terapii Rodzin i Psychosomatyki, Katedra Psychiatrii, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie, Collegium Medicum

²Zakład Higieny i Dietetyki, Katedra Epidemiologii i Medycyny Zapobiegawczej, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie, Collegium Medicum

³Oddział Kliniczny Psychiatrii Dorosłych, Dzieci i Młodzieży, Szpital Uniwersytecki w Krakowie

Streszczenie

Autor niniejszej pracy analizuje fantazję seksualną wyrażającą się jako nieświadoma fantazja w relacji pary. Opierając się na wzorach przywiązania i biorąc pod uwagę stany umysłu „na niby” i „psychicznej równoważności”, rozważa możliwości partnerów do łączenia się w odgrywaniu wspólnej nieświadomej fantazji w spotkaniach seksualnych. W tym kontekście poczyniono spostrzeżenia na temat różnych form narcystycznej relacji z obiektem, a także wysnuto wnioski przydatne do pracy terapeutycznej z parami.

Słowa kluczowe: relacje przywiązania w parach, terapia par, narcystyczna relacja z obiektem, fantazja seksualna, wspólna nieświadoma fantazja

Seksuologia Polska 2020; 18

Abstract

This article explores sexual fantasy as an articulation of unconscious phantasy in couple relationships. Drawing on patterns of attachment, and attending to „pretend” and „psychic equivalence” states of mind, it considers the potential of partners to combine in enacting shared unconscious phantasy through fantasy-driven sexual encounters. Observations about different forms of narcissistic object relating are made in this context, and some implications for couple therapists suggested.

Key words: attachment in couples, couple psychotherapy, narcissistic object relating, sexual fantasy, shared unconscious phantasy

Seksuologia Polska 2020; 18

Śnienie na jawie i koszmary dzienne

Jan Harlan, producent wielu futurystycznych filmów w reżyserii Stanleya Kubricka, podkreśla, że każda świetna historia jest napędzana emocjami miłości

i strachu, tak i każda fantazja zawiera w sobie jakiś rodzaj marzeń/pragnień, ale też koszmarów/obaw [1]. To zestawienie przeciwieństw przypomina twierdzenia psychoanalityczne mówiące o tym, że pożądanie seksualne lub jego brak wiąże się z napięciem występującym między przeciwieństwami, na przykład uczuciem miłości i nienawiści czy bezpieczeństwa związanego z tym, co znane, i emocji w związku z czymś, co jest

Adres do korespondencji: Christopher Clulow Tavistock Institute of Medical Psychology, London
e-mail: christopher.clulow@outlook.com
Nadesłano: 16.09.2020 Przyjęto do druku: 20.12.2020

nieznane. Napięcia te zawarte są w tym, co Glasser [2] określa jako „podstawowy kompleks” (*core complex*), który zawiera powiązane ze sobą uczucia, myśli i postawy znajdujące wyraz w tym, co nazywa perwersją. Clulow i Boerma [3] zastosowali jego koncepcję w szerszym kontekście do zrozumienia zaburzeń pożądania seksualnego występującego powszechnie w różnych relacjach — jako konflikt wynikający z jednoczesnego pragnienia i obawy dotyczących zbliżania się i oddalania od osób, z którymi jesteśmy najbardziej związani. Wiązą się one także z tym, co niektórzy uznają za fundamentalną niezgodność pomiędzy dwoma systemami behawioralnymi: seksualnym a systemem przywiązania (patrz, na przykład, Eagle [4]).

Autor niniejszego artykułu bada rozumienie związku między pożądaniem seksualnym a fantazjami seksualnymi i zakłada, że sposób wyrażania fantazji seksualnych i ich forma mogą być związane z konfliktem emocjonalnym wynikającym z osobistych doświadczeń w czasie dorastania. Oto argumenty przemawiające za tym: doświadczenia w rozwoju człowieka wpływają na wykształcenie się wzorców przywiązania w dorosłym życiu; te wzorce mają swój wyraz w różnych psychologicznych strategiach zarządzania konfliktem pomiędzy lękiem a pragnieniem bliskości; uczucia pragnienia i lęku bywają również erotyczne i usytuowane wokół seksualności; te uczucia mogą natomiast wyzwalać i być wyzwalone przez fantazje seksualne. Łańcuch połączeń pozwala zrozumieć dynamikę scalającą system przywiązania z występującymi fantazjami seksualnymi oraz wpływ nieświadomych fantazji na kształt wewnętrznego świata relacji z obiektem wraz ze świadomymi wyobrażeniami i snami na jawie.

Z tej perspektywy fantazje seksualne funkcjonują na podobieństwo snów, gromadząc w ramie narracyjnej przeżycia emocjonalne przyjmujące postać relacji. Od snów odróżnia je element świadomego tworzenia, co nie wyklucza tego, że zawierają również elementy nieświadome. Można je opisać jako sny na jawie lub, gdy wywołują głównie lęk, jako koszmary dzienne, które w swojej libidinalnej formie odpowiadają definicji fantazji seksualnej będącej „przede wszystkim świadomą myślą lub zestawem myśli, które dotyczą aktu, czynności, sceny czy wyobrażeń seksualnych i często seksualnego języka, które będą w wielu przypadkach wywoływać przyjemne doznania, od poczucia przyjemności umysłowej po fizyczne stymulację stref genitalnych” [5]. W takim stopniu, w jakim przypominają sny, Freuda królewską drogą do nieświadomości, tworzą dwojaki przepust nie tylko dla budzących obiektów podniecenia, ale też tych i wywołujących lęk [6].

W okresie dojrzewania fantazje seksualne są powszechnym sposobem wywoływania doświadczenia

autoerotycznego. Dzieje się tak zwłaszcza u chłopców, u których zmiany hormonalne związane z dojrzewaniem płciowym wywołują intensywne podniecenie seksualne i ciekawość. Magazyny erotyczne i strony internetowe o treści erotycznej podsycają fantazje o czymś zarówno „tam”, jak i „tutaj” i są niezwykle ekscytujące, pochłaniające, a czasem niepokojące. Ponieważ są to fantazje seksualne, ich treść może pozostać niezauważona, postrzegana po prostu jako obrazy napędzane testosteronem w celu pobudzenia masturbacji. Tymczasem wiadomo, że wiele fantazji przed pokwitaniem przedstawia podstawowe obawy i lęki rozwojowe.

Bettelheim [7] sugeruje na przykład, że wiele baśni przyciąga zarówno dzieci, jak i dorosłych, ponieważ dotyczą podstawowych nieświadomych konfliktów związanych z seksualnością, agresją i śmiercią. Rustin i Rustin [8] twierdzą, że płynność granicy między wyobrażeniem a rzeczywistością w dzieciństwie sprawia, że dzieci są szczególnie wrażliwe na historie, które nadają formę doświadczeniu ich wewnętrznych światów. Analizując stosunkowo współczesną literaturę dziecięcą, można zauważyć, w jaki sposób opowieści mogą służyć uspokojeniu obaw dziecka związanych z separacją i utratą lub z moralnymi dylematami dotyczącymi relacji dobra i zła. Wright [9] sugeruje, że w wieku dorosłym wielkie dzieła sztuki mogą służyć podobnemu celowi, nadając formę naszemu niekiedy nieznanemu doświadczeniu, podobnie jak historie religijne lub narracje powstałe w trakcie psychoterapii. Dlaczego więc nie warto uwierzyć w pomysł, że fantazje seksualne zawierają podstawowe obawy i symboliczne znaczenie, które mają korzenie i potencjał rozwojowy?

Seksualność a dynamika przywiązania

Teoria przywiązania jest zakorzeniona w badaniach dotyczących obserwacji relacji matek i ich niemowląt. Skupienie się na najwcześniejszej diadzie pozwala twierdzić, że związek między matką a niemowlęciem stanowi prototyp myślenia o intymności pary dorosłych, w tym intymności seksualnej. Podobieństwa nie są trudne do zauważenia. Znaczenie kontaktu wzrokowego i szczególnego spojrzenia charakterystycznego dla relacji matki z niemowlęciem odnosi się również do relacji erotycznych, podobnie jak „baby-talk”, które oznacza szczególny i wyjątkowy rodzaj intymnego połączenia. Bliski, fizyczny, bezpośredni kontakt matki z dzieckiem jest odzwierciedlony w dorosłym życiu w splecionych ciałach kochanków. Również zwiększona wrażliwość na nastroj, który prowadzi do zbliżeń sprzyjających zacieraniu się granic między osobami, dotyczy obu tych relacyjnych domen.

Pojawia się zatem wniosek, że jeśli dziecko dorasta w bezpiecznym przywiązaniu do swoich opiekunów, zostają stworzone fundamenty dla satysfakcjonujących relacji seksualnych w wieku dorosłym. Bezpieczne przywiązanie wiąże się między innymi z ufnością, że inni zaoferują pomoc, gdy zajdzie taka potrzeba oraz ze zdolnością do odczytywania intencji i motywacji innych osób w uzasadniony i trafny sposób. Można zatem stwierdzić, że „bezpieczny seks”, jeśli coś takiego istnieje, wymaga poczucia pewności co do akceptującej reakcji innych na nasze własne uczucia seksualne, zdolności do tolerowania i cieszenia się z odraczania gratyfikacji, zdolności wyczuwania czy nasze uczucia seksualne zostają odwzajemnione przez drugą osobę, i zdolności mierzenia własnych uczuć w odpowiedzi na seksualne uwertury/inicjatywy innych. Zachowanie seksualne staje się wtedy czymś odpowiadającym zarówno na nasze własne potrzeby i pragnienia, jak i na potrzeby potencjalnych partnerów seksualnych. To poczucie wzajemności stwarza warunki, by podniecenie seksualne budowało się i rozniecało poprzez interakcje z kimś drugim, poprzez współtworzone doświadczenia zmysłowe. Jaką rolę pełni fantazja seksualna w tym scenariuszu? Po co fantazjować, skoro możesz mieć rzeczywiste obiekty?

Holmes [10] odpowiada na to pytanie, łącząc zdolność do zabawy w wieku niemowlęcym i seksualność dorosłych poprzez pojęcie „hedonistycznej intersubiektywności” — obopólnie przyjemnej zmysłowości, niekoniecznie seksualnej, polegającej na zabawowej eksploracji siebie i innych, w wyniku czego wyobraźnia wpływa na doświadczenie. Nawiązując do Winnicotta [11] i jego opisu dziecka bawiącego się z zadowoleniem z samym sobą wobec (i dzięki) obecności matki, Holmes twierdzi, że „bezpieczny” seks wiąże się z doświadczeniem bycia jednocześnie zespolonym z kimś i osobnym. Kolejność wynikająca z rozwoju wygląda tu następująco: bezpieczne przywiązanie w okresie niemowlęcym sprzyja zdolności do bycia samemu, ta wzmacnia kompetencje wyobrazeniowe, a kompetencje wyobrazeniowe z kolei budują zdolność funkcjonowania seksualnego i erotycznego w wieku dorosłym. Innymi słowy, dobry seks w wieku dorosłym jest postrzegany jako wynik rozwiniętych możliwości wyobraźni wynikłych z bezpiecznego połączenia matką i niemowlęciem, jest to tak zwana hipoteza diadyczna. Pozostaje w kontraście do innych perspektyw, począwszy od Freuda, które traktują bezpieczne połączenie między rodzicami jako warunek wstępny rozwoju możliwości wyobraźni niemowlęcia, a poprzez to do możliwości „dobrego” seksu w wieku dorosłym — zasadniczo perspektywa triadyczna.

Powstaje pytanie, co dzieje się w momencie, gdy nie ma bezpiecznej bazy zapewniającej podstawę

do eksploracji i wzajemnego budowania zdolności wyobrazeniowych? Klasyfikacje stylów przywiązania wskazują też przywiązanie pozabezpieczne, które można traktować jako continuum, gdzie na jednym końcu afekt jest dezaktywowany, a hiperaktywowany na drugim [12]. Dezaktywacja przywiązania wiąże się z unikowym zachowaniem w dzieciństwie i odrzucającym stanem umysłu w dorosłości. Hiperaktywacja przywiązania wiąże się natomiast z lękowo-ambiwalentnym zachowaniem w dzieciństwie i zaabsorbowanym stanem umysłu w wieku dorosłym. Jak te strategie radzenia sobie z afektami mogą wpływać na zachowania seksualne i fantazje seksualne?

Odrzucająca więź (aspekt behawioralny przywiązania unikającego — przyp. tłum.), opisuje stan umysłu, w którym uczucia są trzymane w ryzach, aby uniknąć rozczarowania, straty i gniewu związanego z doświadczeniem powtarzającego się i konsekwentnie doświadczanego odrzucenia w okresie niemowlęcym i dzieciństwie. Osoba taka przewiduje, że ci, do których można by zwrócić się o wsparcie i pocieszenie, nie będą ani dostępni, ani wrażliwi, więc jako substytut pierwszeństwo mają tu samodzielność i samowystarczalność; na poziomie świadomości taka osoba niewiele oczekuje od innych. Jednak maska samowystarczalności dorosłego kryje zranione niemowlę, którego potrzeby nie zmniejszają się, lecz szukają wyrazu w ograniczonej lub nierelacyjnej formie. Osoby te mogą nadawać większe znaczenie rzeczom niż ludziom lub mocno angażować się w różnego rodzaju aktywności i działania, by uniknąć poczucia samotności czy rozpacz. Zaangażowanie seksualne, a także inne doświadczenia związane z przeżyciami emocjonalnymi mogą być przekierowywane lub wyrażane w nieosobowy sposób, aby uniknąć lęku przed odrzuceniem, poniżeniem czy narażeniem na zranienie. Zależnie od pozycji na continuum pozabezpiecznego przywiązania (unikający styl przywiązania postrzega się jako powszechniejszy u mężczyzn, jednak uwzględnienie płci jako czynnika warunkującego styl przywiązania może być mylące), spotkania seksualne mogą mieć małą intensywność, krótki czas trwania, a ich znaczenie emocjonalne osłabiane jest przez częste zmiany partnerów. W tych okolicznościach poczucie bezpieczeństwa w realizacji erotycznych fantazji z drugą osobą może być ograniczone, skutkując nie tyle tworzeniem czegoś wzajemnie podniecającego i satysfakcjonującego, ile mechanicznym stosunkiem pozbawionym uczuć. Autoerotyczne fantazje mogą wydawać się bezpieczniejsze niż spotkanie z prawdziwym partnerem seksualnym, a pornografia i masturbacja bardziej ekscytujące niż stosunek z realnym partnerem. Największym lękiem w tym scenariuszu jest możliwość zaangażowania

emocjonalnego; w tym stanie umysłu ów warunek konieczny do relacyjnego seksu może trzymać pod kontrolą warunki, na jakich dochodzi do zaangażowania się, a wśród nich także wszelkie możliwe do urzeczywistnienia fantazje seksualne. Związek między niskim zaangażowaniem w seks a unikowym stylem przywiązania został potwierdzony w badaniach (patrz na przykład Hazan i Zeifman, 1994, [13]), podobnie jak silny związek między unikającym stylem przywiązania a seksem pozazwiązkowym [14, 15].

W przeciwieństwie do tego, zaabsorbowany styl przywiązania opisuje stan umysłu, w którym występuje poczucie, że trzeba wyolbrzymić i wzmocnić ekspresję swoich uczuć, aby zostać wysłuchanym, co jest wynikiem powtarzających się doświadczeń rozwojowych, gdzie osoby, do których dziecko zwracało się o pomoc i wsparcie były niekonsekwentnie dostępne bądź nie-spójnie reagujące. Wzmacnianie potrzeb i żądań staje się sposobem na zwrócenie uwagi rzeczywistych lub potencjalnych figur przywiązania, które są postrzegane jako nieuważne lub tylko sporadycznie nimi zainteresowane. Może to również służyć nieświadomym celom karania ich za doświadczaną niestałość.

W tym stanie umysłu istnieje wysokie ryzyko/możliwość pomieszania potrzeb przywiązania i zachowań seksualnych, gdzie motywacja do seksu napędzana jest pragnieniem nawiązania bliskiej więzi emocjonalnej lub lęku przed porzuceniem. Dostępność seksualna w tych okolicznościach może przynieść odwrotny skutek, wywołując ambiwalentną reakcję emocjonalną ze strony partnerów, którzy to wyczuwają i odsuwają się od tego, postrzegając potencjalne wysokie koszty spełnienia wymagań zaabsorbowanego partnera co do więzi. W zależności od miejsca na kontinuum poczucia bezpieczeństwa, w którym znajduje się jednostka (zaabsorbowane przywiązanie jest powszechnie postrzegane, jako częściej występujące u kobiet, jednak rozróżnienie płciowe może wprowadzać w błąd), spotkania seksualne mogą być intensywne, rozciągnięte w czasie lub mogą obejmować wielu partnerów, sprawiając wrażenie rozwiązłości. Dostępna jest niewielka przestrzeń na rozwój własnej autonomicznej zdolności wyobrazeniowej, która daje asumpt seksualnym fantazjom. Największym lękiem w tym scenariuszu jest odrębność emocjonalna, dlatego takie osoby częściej będą wikłać się w fantazje seksualne innych niż tworzyć wyobrazeniowo coś, co mogą uznać za swoje odrębne. Wyniki badań potwierdzają, że u osób w ten sposób lękowo przywiązanych częścią motywacji do oferowania seksu może być pragnienie zadowolenia swoich partnerów i mogą one niechętnie odmawiać jakichś praktyk seksualnych, by nie ryzykować bycia porzuconym [16, 17].

Są też oczywiście osoby, które dorastały, doświadczając rodziców jako przerażających albo takich, którzy sami byli przerażeni. Wtedy ci, do których można się zwracać po ochronę, stają się zagrożeniem, przed którym trzeba się chronić. Potrzebujący ochrony nie są zaś w stanie pomieszczać i przekształcać lęków swoich dzieci. W takich okolicznościach, gdy na przykład zachowanie przywiązaniowe zostaje skojarzone z przemocą fizyczną lub seksualną, dziecku trudno jest wypracować w sobie spójne sposoby radzenia sobie z sytuacjami, w których się znajduje. Pozostające ze sobą w konflikcie uczucia, w tym uczucia seksualne, mogą być łagodzone jedynie poprzez dysocjację lub próby kontrolowania świata emocjonalnego i relacyjnego. W takiej sytuacji tworzenie fantazji seksualnych może wzbudzać istotnie trudne przeżycia, z powodu kłopotu w rozróżnianiu fantazji od świata rzeczywistego. W tych okolicznościach przerażenie dotyczy tego, że marzenia na jawie mogą stać się koszmarami dziennymi, a te przekształcić się w rzeczywistość koszmaru nocą. Może to prowadzić do lęku wokół możliwości urzeczywistnienia się fantazji, które się pojawiają. Ponieważ zdeorganizowany styl przywiązania jest wrażliwy na kontekst i może współistnieć z cechami charakterystycznymi dla zorganizowanego bezpiecznie stylu przywiązania, jego wpływ na zachowania seksualne i fantazje seksualne bywa trudny do przewidzenia. Konsekwencją tego może być unikanie lub niechęć do wzbudzania poprzez fantazję pragnień seksualnych w związku z traumatycznymi skojarzeniami powiązаныmi z wąską granicą między intymnością a ryzykiem nadużycia. Dodatkowo, granica między rzeczywistością wewnętrzną i zewnętrzną zaciera się w tych okolicznościach. W tym kontekście szczególnie istotne jest rozróżnienie między trybami odnoszenia się „na niby” i „psychicznej równoważności” [18]. Każdy sposób funkcjonowania dotyczy rozróżniania granic między światem wewnętrznym i zewnętrznym oraz opisuje procesy, które uruchamiają się, gdy zdolność do rozróżnienia ich jest ograniczona lub nie występuje. Funkcjonowanie „na niby” oznacza wycofanie się z obcowania ze światem zewnętrznym i skierowanie w wewnętrzny świat myśli i uczuć, które są oddzielane od rzeczywistości zewnętrznej.

Można się domyślać, że funkcjonowanie „na niby” będzie uprzywilejowywało fantazje seksualne ponad realne doświadczenia seksualne z partnerami, chyba że partnerzy ci staną się częścią świata fantazji „na niby”. Funkcjonowanie w trybie „psychicznej równoważności” odzwierciedla znowu stan umysłu, w którym świat wewnętrzny będzie określany przez zewnętrzną rzeczywistość. Sposób funkcjonowania w trybie psychicznej równoważności będzie narażał te

osoby na to, że zostaną wcielone do świata i do fantazji (w tym seksualnych) osób dla nich znaczących. W obu przypadkach, w których postrzeganie rzeczywistości zewnętrznej zostaje zniekształcone przez fantazje wewnętrzne, mamy do czynienia z bardzo małą świadomością, że taka właśnie percepcja rzeczywistości może być zniekształcona. Każdy z tych trybów funkcjonowania psychicznego poprzedza zdolność do „mentalizowania” [19], czyli rozpoznawania i rozróżniania własnych i cudzych intencji, i stanów emocjonalnych oraz do refleksji nad związkami między nimi. Łatwo jest sobie wyobrazić, jak fantazje seksualne mogą być źródłem niepokoju, gdy funkcjonowanie psychiczne jest w trybie „psychicznej równowagi” lub źródłem ukojenia w trybie „na niby”.

To schematyczne podsumowanie wpływu wzorców przywiązania na role podejmowane i przyjmowane w fantazjach seksualnych może redukować złożoność i niesformość erotyki, wtłaczając ją w sztucznie uporządkowane ramy. Ugrzecznianie /układanie seksualności, jeśli to właśnie czyni taka teoretyzacja, może chronić przed angażowaniem się w nieuporządkowane realia pożądania i zachowań seksualnych. Podczas gdy zachowania seksualne, a nawet fantazje, można podzielić na kategorie w odniesieniu do wzorców przywiązania, kategorie te niekoniecznie wyjaśniają procesy, za pomocą których powstają.

W badaniach własnych streszczono [20], w jaki sposób inni autorzy rozszerzyli koncepcję matczynego odzwierciedlenia Winnicotta, aby zrozumieć proces rozwoju seksualnego i genezę pożądania. Krótko mówiąc, rodzice mogą mieć trudności z odzwierciedleniem tego, co postrzegają jako przejawy seksualności u swoich dzieci albo odwracając się od nich, i wtedy introjektowany obiekt rodzicielski pozostaje nieobecny i enigmatyczny (nadmiernie zaznaczone odzwierciedlanie), albo wprowadzając w te sensualne-cum-seksualne sygnały odpowiedź afektywną bardziej przynależną im niż ich dziecku (słabo zaznaczone odzwierciedlanie). Niedostateczna stymulacja pozostawia lukę w psychice rozwijającego się dziecka i prowadzi do ciągłych poszukiwań w celu odzyskania zagubionego ekscytującego obiektu poprzez wzbudzanie pożądania seksualnego u innych osób w późniejszym życiu, jako wstęp do zintegrowania tego afektu z ja. Nadmierna stymulacja staje się znakiem ostrzegawczym dla psychiki, by broniła się przed spodziewanym wtargnięciem do niej obcych obiektów i afektów, co obciąża lękiem spotkania i uczucia seksualne. Kluczową kwestią w sytuacji braku odzwierciedlenia jest to, że brak dostrojonej odpowiedzi na takie podniecenie pozostawia niemowę z doświadczeniem, które zostanie opracowane w fantazji. Obiekt pobudzenia i podniecenia jest ideą

utraczonego obiektu, opracowanym doświadczeniem, a nie utraconym obiektem lub doświadczeniem tego.

Jako taki nigdy nie może być odzyskany. Z tej perspektywy deficyt uczuć staje się w dorosłości motorem nigdy niezwieńczonego poszukiwania wypełnionej fantazją utraconej seksualności. Uczucia seksualnej przyjemności i pożądania erotycznego zostają skojarzone z doświadczaniem seksualnego pobudzenia u innych, a gdy ta reakcja jest zgodna z podnieceniem w obszarze self, potwierdza to pobudzenie jako seksualne. Kontynuacją takiego przystającego odzwierciedlenia jest zwiększone poczucie bezpieczeństwa: seksualne self zostaje doświadczane, rozumiane i zaakceptowane przez drugiego, w wyniku czego czuje się żywe i czuje, że jest z kimś razem. Przeciwnością tego jest spuścizna intruzji (obiekta — przyp. tłum.), za którą stoi scenariusz odzwierciedlenia przez rodzica jego własnych, nie zaś jego dziecka doświadczeń w odpowiedzi na dziecka seksualność/zmysłowość. Podsumowując, znaczenie kwestii odzwierciedlenia dla fantazji seksualnej, zdrowy rozwój seksualny i bogate życie wewnętrzne, polegają na unikaniu skrajności, tj. zmysłowego zubożenia i nadmiernej stymulacji, które mogą poważnie hamować lub zniekształcać ekspresję fantazji erotycznej w dorosłym życiu. Pewna, ale niezbyt duża, doza rodzicielskiej „nieobecności” w seksualnym odzwierciedleniu może pobudzić fantazję w zabawowy, kreatywny i nowatorski sposób. Nadmierne ingerencja lub nieobecność mogą albo zwiększyć, albo ograniczyć swobodę seksualnego fantazjowania, przez co może dochodzić do zakłócenia relacji seksualnych związków z obecnym partnerem.

Fantazja seksualna i zadanie terapeutyczne

Jeśli fantazje seksualne, swobodę ich doznawania i ich odgrywania analizuje się w kontekście wzorców przywiązania, można oczekiwać, że zajęcie się nimi przyniesie rzeczywiste korzyści terapeutyczne. Rozumienie fantazji seksualnych w kategorii snów, czyli jako nośnika nieświadomych, symbolicznych treści, zawierających rozszczerzone ekscytujące i odrzucające obiekty, sugeruje, że mogą one rozjaśnić, a może wręcz stać się celem psychoanalitycznie zorientowanej pracy terapeutycznej, nie tylko ze względu na ich potencjał objaśniania nieświadomych fantazji.

Tu jednak pojawia się zagadka. Autor niniejszej pracy, jako terapeuta par, pracuje z relacjami, w których seksualność jest cechą charakterystyczną powiązań między partnerami i granic między nimi. Jednak nie spotkał jeszcze pary, w której którykolwiek z partnerów dobrowolnie zgłosił do dyskusji na wspólnej sesji swoje

fantazje seksualne. Mówią o swoich praktykach seksualnych i preferencjach, a czasami o snach o treściach seksualnych, ale nie mówią o swoich świadomych fantazjach seksualnych. Jak to rozumieć?

Odsuwając na bok możliwość, że to terapeuta może pośrednio w pracy z parami zniechęcać do dyskusji o fantazjach seksualnych lub zamykać ją, zastanawiające jest, czy kluczem do zrozumienia nieobecności tych fantazji może być zasadniczo ich prywatny charakter. Ujawnianie partnerowi seksualnemu swojego intymnego snienia/marzeń dziennych to w obecności trzeciej osoby, może naruszyć czar osobistego *reverie* i okazać się szczególnie trudne, jeśli towarzyszą im poczucie wstydu lub winy. Jest to szczególnie prawdopodobne, gdy związek nie układa się dobrze. W kontekście indywidualnej psychoterapii fantazje seksualne mogą być bardziej dostępne, ponieważ można się oprzeć na terapeutę jako na kims, kto służy refleksją, nie zaś potępieniem ich treści, przez co pacjent ma lepszą ochronę przed lękiem wobec osobistego znaczenia fantazji w kontakcie z terapeutą niż z partnerem seksualnym.

W analizie powodów, dla których fantazje seksualne mogą nie pojawiać się w terapii par, daleko do sugestii, że pary przychodzące na terapię nie mają fantazji seksualnych. Przecież czasem konsekwencje testowania fantazji, że „wszędzie dobrze, gdzie nas nie ma” mogą sprowadzić pary na terapię: romanse są częstą przyczyną szukania pomocy. W tych okolicznościach granica między fantazją a rzeczywistością mogła się załamać. Fantazja przedstawia się jako rzeczywistość, realizowana w sposób, który ma realne i często bolesne konsekwencje dla wszystkich zainteresowanych. Na podstawie opisu poniższego przypadku autor pragnie ukazać związek między seksualną fantazją, która została zakomunikowana poprzez rozegranie, a jej potencjałem do ukazywania nieświadomych fantazji związanych z dynamiką przywiązania. Przypadek jest fikcyjny — albo inaczej, jest fantazją. Takie rozwiązanie, gdzie szanuje się zaufanie pacjentów do terapeuty, wiąże się z utratą istotnej cechy, jaką jest prawdziwość historii. Pozostaje jednak nadzieja, że dynamiczne procesy, napotkane w praktyce klinicznej, które doprowadziły wysuniętego argumentu, zostaną przedstawione wiarygodnie.

Opis przypadku

John i Joanna

Paraszkukała pomocy po odkryciu Joanny, że John spotykał się z prostytutkami. Ich relacja była już wcześniej pełna napięć ze względu na oglądanie przez Johna pornografii oraz przez fakt, że od jakiegoś czasu nie

uprawiali seksu. Joanna twierdziła, że John jest chory i potrzebuje pomocy w tym, co uznała ona za uzależnienie od seksu. Ona widziała w terapii par wsparcie w uzyskaniu koniecznej dla niego pomocy. John zaś, jeśli chodzi o pornografię, był zdania, że partnerka robi problem z czegoś, na co pozwala sobie wielu ludzi; twierdził, że gdyby była seksualnie odważniejsza, nie potrzebowałby prostytutek.

Zapytany, jaka miałaby być „odważniejsza seksualnie”, odpowiedział, że ma na myśli gry seksualne, z którymi chciał, by eksperymentowali. Wspólnym wątkiem tych gier były jego zdominowanie, związanie i upokorzenie. Eksplorowanie ich relacji seksualnej ujawniło, że fantazje Johna nie były tajemnicą dla Joanny. Na początku ich związku brała udział w jego grach. Początkowo były dla niej nawet przyjemne, dając jej poczucie siły w ich związku, ale potem John chciał, aby wcielili w życie bardziej ekstremalne wersje jego fantazji o niewoli, na co ona odmówiła. Czuła, że John nie chciał jej, ale jakąś zdepersonalizowaną jej wersję odpowiadającą jego fantazjom. Czuła też, że jego scenariusze stają się ciemniejsze i coraz bardziej niebezpieczne. Kiedy odmówiła pójścia za nim, odsunął się od niej seksualnie, a ona poczuła się ukarana — czuła to samo, gdy korzystał z prostytutek i internetu w celu realizacji swoich fantazji.

Seksualny problem uwydatnił ich dylemat przywiązania. Dla Johna prośba, by porzucił fantazje seksualne, które znajdowały swe odbicie i rozwinięcie w jego seksualnych grach, była niczym prośba o porzucenie jakiejś fundamentalnej części siebie. Pragnął usilnie, by Joanna zaakceptowała jego seksualność, a tym samym zaakceptowała go jako osobę, którą był. Udział w jego zabawach seksualnych byłby ważnym symbolem tej akceptacji, podczas gdy jej naleganie, aby zrezygnował z tej części swojego życia, oznaczało dla niego brak akceptacji czegoś, co było fundamentalne dla jego bycia osobą. Dla Joanny problem był taki sam, ale odwrócony. Czuła, że John uzależnia przyszłość ich relacji seksualnej od tego, czy ona będzie wspomagać jego potrzeby.

Kontekst przywiązania dla ich dylematu można przedstawić następująco: John był środkowym z trojga dzieci w swojej rodzinie i miał dwie siostry. Jego matka cierpiała na nieustannie nawracające epizody depresji, a ojciec często gwałtownie wyrażał swój gniew wobec niej, a lekceważenie wobec syna. Uważał, że jego matka emocjonalnie wspierała się na nim, co dawało mu poczucie ważności. Spędzał dużo czasu sam w swojej sypialni i miał niewielu przyjaciół, lecz zaprzeczał uczuciom smutku czy samotności. Trudno było mu znaleźć emocjonalną więź z ojcem, ponieważ mieli tak mało wspólnego ze sobą. Joanna przypusz-

czła, że ojciec Johna był rozczarowany, że jego syn jest bardziej „synusiem mamusi” niż „małym mężczyzną”.

Nietrudno odczytać w fantazji seksualnej Johna tęsknotę, by połączyć się z matczyną postacią, tak jakby dostać się do niej poprzez stawanie się zniewoloną kobietą. Sugerować to do pewnego stopnia mogła zachowania przywiązaniowe, o ile reprezentują one wycofanie się do bezpiecznej przystani obiektu matczynego w obliczu obaw przed dołączeniem do „świata mężczyzn”, któremu bał się, że nie sprosta. Owa przystań nie była całkowicie bezpieczna. Fantazja zapewniła mu pewien stopień oddzielenia od matki (chroniąc go przed tym, że matka potrzebuje) oraz dostarczyła autoerotycznego rozwiązania, by zarządzać uczuciami seksualnymi. Pozwoliło mu to poczuć, że ma pewną kontrolę nad swoim pragnieniem zależności. Innymi słowy, posiada on kobietę poprzez stawanie się taką kobietą, jaką chce mieć, pomijając potrzebę relacji z nią, która w fantazji może być obciążona niebezpieczeństwem.

Jego fantazja miała jeszcze ciemniejszą stronę. Zniewolenie stwarzało sytuację bezradności wobec agresywnego, sadystycznego drugiego obiektu, który w fantazji ujarzmił go i upokarzał. Tutaj była okazja do zabawy z nieświadomą fantazją, której dziecięce potrzeby wywołały zarówno sadystyczne, jak i masochistyczne reakcje w jego wewnętrznym świecie relacji z obiektami. Pozostaje otwartą kwestia, czy ta fantazja (świadoma i nieświadoma) zawierała w sobie uczucia nienawiści wobec przygnębionej i zajętej matki w okresie niemowlęstwa i dzieciństwa i została wyprojektowana na innych (w tym ojca), jako sposób ochrony obiektów jego miłości przed jego agresywnymi impulsami, czy też reprezentowała odtwarzanie bolesnego aspektu jego relacji z ojcem, w której jest on podatny na ataki i upokorzenia. Tak czy inaczej, można by powiedzieć, że dokładnie kontrolowane zasady odgrywania nieświadomej fantazji w świadomie zapisanej fantazji seksualnej stanowiły pewną ochronę przed lękiem związanym z zależnością od innych i samocenzurą przy innych.

W efekcie John zapraszał Joannę do udziału w trybie funkcjonowania „na niby” w ich relacji, tym samym rozbijając rzeczywistą relacyjną granicę między nimi. Miała dołączyć do jego azylu, który zapewniała jego fantazja seksualna, chroniąc przed lękiem przed nawiązaniem prawdziwej relacji. John, próbując znormalizować swoje zachowanie, usiłował podporządkować Joannę sobie, związać ze swoim wewnętrznym światem, aby uniknąć myślenia o dysonansie między jego wewnętrznym światem fantazji a zewnętrzną rzeczywistością ich związku. Ponieważ gry seksualne nie dawały Joannie możliwości odegrania własnej roli,

a tym samym zmiany gry, w którą grał John (tj. umożliwienia mu spotkania się z rzeczywistością innej osoby, dzięki której mógłby przetestować własną rzeczywistość), element „zabawy” jego fantazji seksualnej nie był w stanie zmniejszyć jego lęku. Zamiast tego fantazja zaczęła wyrażać się w coraz bardziej przesadny i wymagający sposób, zarówno po to, żeby utrzymać związany z nią ładunek seksualny, jak i odizolować najgłębiej skrywany obszar (azyl) przed wtargnięciem kogoś, kto mógłby go z tego ograbić.

Taka nieświadoma fantazja, że inni są intruzywni i okradają cię z twej istoty, może stanowić motywację do przyjmowania trybu relacji „na niby”, co wiąże się z unikającym pozabezpiecznym stylem przywiązania. Może to również wskazywać na pewną dezorganizację wynikającą z tego, że jego pierwotne figury przywiązania są albo bezradne (jego matka), albo zagrażające (jego ojciec). Kolonizacja przez zajęty sobą, zależną matkę i odrzucenie przez pogardliwego, lekceważącego ojca, którzy wymusili na synu, by wchodził z nimi w relacje na wyłącznie ich warunkach, postawiły przed Johnem wybór, który przeniósł na swoją żonę (i na swojego terapeutę) — dostosuj się do mnie lub odrzuć. Jego prośba o akceptację mogła również w Joannie wzbudzać nieprzyjemne poczucie konieczności wyboru pomiędzy uległością wobec niego a zmuszeniem go do bycia uległym wobec niej.

Dlaczego Joanna została wciągnięta w ten scenariusz? Być może jej dylemat nie różnił się tak bardzo od dylematu jej męża. W jej oczach wybór polegał na tym, że albo miała się podporządkować jego seksualnym grom, w których po prostu grała przypisaną jej rolę, a w której czuła się nie tylko obco, ale pod kontrolą, albo odmówić i zaryzykować utratę mężczyzny, który na początku ją pociągał. Gdy opisywała ich sytuację, niezwykle trudno było uchwycić, co sama myśli i czuje. Joanna była skupiona na tym, co postrzegała, jako problemy Johna; oddana badaniu i wyjaśnianiu, co można z nimi zrobić. Podczas gdy on wydawał się pełen fantazji seksualnych, ona nie miała żadnych. Potrafiła przedstawić szkieletowy zarys jego rodzinnych doświadczeń, jej własne pozostały niejednoznaczne i nieuchwytnie. Warto sobie wyobrazić, że dorastała jako najstarsze dziecko w wielodzietnej rodzinie, której rodzice usiłowali związać koniec z końcem i polegali na niej, by w znacznej mierze opiekowała się pozostałymi dziećmi w domu. Dzieci nie miały zbyt wiele uwagi rodziców, a Joanna wcześniej nauczyła się, że aby uzyskać ich aprobatę, musi przedkładać ich potrzeby i potrzeby rodzeństwa ponad swoje. Kiedy poznała Johna, pochlebiało jej zainteresowanie nią i świadomość, że patrzy na nią ciepło i ujmująco. Nie miała nic przeciwko zapewnieniu mu odrobiny macierzyństwa na

początku ich związku. Seks był dla niej mniej ważny niż doświadczenie bycia słuchaną i traktowaną poważnie, więc początkowo cieszyła się z jego seksualnych gier.

Z perspektywy przywiązania można powiedzieć, że wychowanie Joanny nie zapewniło jej poczucia bezpieczeństwa, które umożliwiłoby jej poznanie własnego umysłu. Zamiast tego zorganizowała się wokół potrzeb innych — dopóki pozwalała, aby potrzeby jej partnera miały pierwszeństwo przed jej własnym, działała w trybie relacji psychicznej równoważności (*psychic equivalence mode*). Mimo że może tu występować też aspekt unikający (przywiązania) (definiowanie relacji w kategoriach jego potrzeb i dystansowanie się od swoich własnych), to jednak jej trudność w ustaleniu autentycznej pozycji wobec własnego doświadczenia wskazuje na niepewne, zaabsorbowane przywiązanie. Zaangażowanie się w zabawę seksualną, której chciał John, początkowo zapewniło jej pewien poziom bezpieczeństwa i podniecenia: była przez niego pożądana, choć jako rodzaj matczynej dominacji. Stało się to problematyczne, gdy poczuła, że ich role coraz bardziej się rozchodzą, budząc jej lęk, że może stracić kontrolę nad swoim poczuciem siebie. Niepokój ujawnił się szczególnie wtedy, gdy elementy sadystyczne nabrały większego znaczenia w ich grze. Obawa, że jego fantazje mogą stać się jej rzeczywistością, skłoniła ją do wycofania się. Pewna ulga i satysfakcja wynikała z jej mniemania, że to John miał problem. Pozwoliło to zarysować pewne granice w ich związku, oddzielające jego rzeczywistość od jej i dające jej pewien potencjał, możliwość przejęcia własnego doświadczenia bez zagrożenia ich relacji, którą ceniła i chciała kontynuować.

Czy fantazja seksualna Johna wyrażała jej własną, tę, na poznanie której nie mogła sobie pozwolić? Prawdopodobnie nie, jeśli chodzi o stopień i zakres elementów sadomasochistycznych. Ale wspólny był tam pewien motyw nieświadomej fantazji, że ceną bezpieczeństwa przywiązania jest podporządkowanie się innym. Zostało to następnie rozegrane pomiędzy nimi w kategoriach seksualnej fantazji, w której jedna osoba zostaje zdominowana przez drugą. Praca nad tym dążyłaby do tego, by fantazja ta nie musiała definiować już rzeczywistości (przez co Joanna nie musiałaby działać w trybie równoważności psychicznej), natomiast angażowanie się we wspólną nieświadomą fantazję, że bliskie relacje domagają się wyrzeczenia siebie, stanowiło problem, w którym zarówno Joanna, jak i John potrzebowaliby pomocy

Fantazja a rzeczywistość

Wycofanie się Joanny z intymnej przestrzeni w obszarze fantazji Johna, którą chciał dla nich stworzyć, może być rozumiane jako wariacja na temat powszech-

nego źródła konfliktu w relacjach par, gdy partnerzy zmieniają narcystyczną formę relacji na taką, która bazuje na realności partnera. Wyidealizowana i idealizująca forma tej podróży zdarza się wcześniej w większości związków, gdy partnerzy przechodzą od stanu „zakochania się” do wymagających większej pracy wyzwiań związanych z rozpoznawaniem i kochaniem tych, którymi naprawdę są ich partnerzy, ze wszystkimi ich przywarami. Wiedza o sobie i akceptacja siebie sprawiają, że podróż ta jest łatwiejsza niż wtedy, gdy relacje nękają złośliwe, nieświadome fantazje.

Z perspektywy relacji z obiektem nieświadoma fantazja przejawia się najbardziej w identyfikacji projekcyjnej, w której aspekty zinternalizowanych relacji mogą zostać odszczepione od self i umieszczone w innych. Identyfikacja projekcyjna jest konceptem ważnym dla psychoterapeutów par, ponieważ stanowi pomost między nieświadomym konfliktem w obrębie self a konfliktem interpersonalnym z innymi. Fantazja rezygnuje z granic interpersonalnych poprzez kolonizację drugiego, który staje się self-obiektem, zbyt przerażającym albo zbyt ekscytującym, by być pomieszczonym w self. Jest to forma identyfikacji narcystycznej. To samo w sobie nie jest patologiczne, ale stanowi aspekt rozwoju psychologicznego, który wraz z pomieszczeniem bezpiecznej postaci przywiązaniowej może doprowadzić do detoksykacji tego, co wzbudza strach. Pozwala to na integrację self, co z kolei zmniejsza pomieszczenie w kwestii tego, co należy do innych. W kategoriach kleinowskich patologiczny narcyzm jest stanem umysłu, w którym człowiek powodowany prześladowczym lękiem wchodzi w schizo-paranoidalny stan umysłu usztywniający wzorce relacji i zniekształcając rzeczywistość. Stany umysłu „na niby” i „psychicznej równoważności” również zawierają schizoparanoidalny stan, i bardzo przypominają to, co Britton [21] opisał odpowiednio jako „oderwany narcyzm” i „przylegający narcyzm”. Niosą ten sam potencjał rozwojowy (dzieci lubią bawić się w udawane gry i odgrywać innych) jak ryzyko patologii (kiedy stają się ustalonymi strukturami wewnętrznymi dominującymi we wzorcach relacji).

Wyzwaniem terapeutycznym jest zaproponowanie i przetestowanie wielości możliwych rzeczywistości, co jest nieodłączne w byciu w rzeczywistej relacji (w przeciwieństwie do relacji fantazyjnej). Polega to na pracy na granicy między tym, co się jawi, a realnością — zachęcając partnerów do badania, czy to co odbierają, co im się wydaje, jest w rzeczywistości tym samym. To, w jakim stopniu fantazja seksualna może być wykorzystana w tym procesie, będzie zależało od tego, jak głęboko jest osadzona w nieświadomej fantazji. Napędzane, coraz mroczniejsze odtworzenie nieświadomego wewnętrznego scenariusza, takiego jak ten, do

którego John chciał włączyć Joannę, pozostawia niewiele miejsca na zabawę i zastanowienie się nad tym, co przedstawia fantazja. Zamiast tego staje się stwierdzeniem rzeczywistości, nalegającym na uległość Joanny jako warunku ich związku. Jeśli Joanna zadaje pytania, rozmyśla nad tym lub oddala się od przydzielonej jej roli bądź nie ma wystarczającego poczucia bezpieczeństwa, aby odgrywać rolę w ich związku w sposób, który zmniejsza niepokój Johna (umożliwiając mu w ten sposób poznanie, zaakceptowanie i pomieszczenie jego własnych wrażliwych i gwałtownych uczuć, jakie się między nimi rozgrywają), ich związek jest zagrożony. Jeśli podziela ją nieświadomą fantazję, to samo będzie się działo w drugą stronę. Każdy z partnerów może szukać sposobów na odróżnienie doświadczenia bycia podatnym na zranienie w stosunku do siebie nawzajem od doświadczenia bycia narażonym na upokorzenie lub zaniedbanie oraz rozróżnianie bycia asertywnym od bycia przemocowym czy zaniedbującym.

Skala tego zadania, pod względem generowanego przez niego lęku, zmobilizuje mechanizmy obrony w parze i w relacji z terapeutą (terapeutami). Może być konieczne dokonanie technicznego wyboru terapeutycznego. Kiedy narcystyczna więź nie jest w stanie znieść rzeczywistości innego umysłu w pracy, interpretacja dynamiki przywiązania zawartej w fantazjach seksualnych może jedynie odtworzyć zagrożenie, przed którym trzeba się bronić — wtargnięcia jednego umysłu do drugiego. Bardziej obiecujące może być podejście mentalizujące, które zachęca partnerów do zainteresowania się sobą, sobą i swoim terapeutą, starając się nie definiować tej rzeczywistości. Lęk przeciwpriemienieniowy, który terapeuci muszą wówczas znosić, to strach przed współudziałem we wspieraniu czegoś, co można uznać za zniekształconą rzeczywistość, poprzez zaakceptowanie i zbadanie jej. Prawdopodobnie będzie też silna presja, by terapeuci, usiłując utrzymać relację terapeutyczną, rozszczepili swoje doświadczenia, testując współpracującą relację pomiędzy dwoma zaangażowanymi w tą samą parę terapeutami. Wyzwanie polega na tym, by znieść i podjąć inną perspektywę i uczyć się z niej oraz pomieścić lęk, że jest się wtedy w zmwowie z czymś obcym, a nawet perwersyjnym. Lęk, że zaciekawienie i słuchanie drugiego automatycznie oznacza zgodę lub porozumienie, to dokładnie ten dylemat, do zmagania z którym zachęcamy partnerów.

Minęło ponad sto lat, odkąd Freud, słuchając swoich pacjentów opisujących seksualne spotkania między nimi a rodzicami, optował za interpretowaniem ich bardziej jako fantazji seksualnych, wyrazu ich nieświadomych pragnień, niż opisu rzeczywistych doświadczeń. W ten sposób położył podwaliny pod swoją teorię dziecięcej seksualności, która cechowała późniejsze narracje

psychoanalityczne. Teoria przywiązania, jak pierwotnie zaproponował Bowlby [22–24] przestrzegała przed odwruceniem opisów z dzieciństwa jako fantazji, sugerując, że mamy skłonność do odwracania się od rzeczywistości i do jej odrzucania, gdy jest ona dla nas trudna do zniesienia.

Dzisiaj zarówno psychoanaliza, jak i teoria przywiązania zbliżyły się do siebie w rozumieniu, że życie psychiczne i społeczne są ze sobą bardzo ściśle powiązane. Celem artykułu nie jest ustalenie prawdziwości jednego lub drugiego stanowiska, ale refleksja nad relacją między nimi, uznanie, że znakiem rozwoju jest akceptacja różnych rzeczywistości w nas samych i u innych ludzi. Definiuje to ważną część terytorium psychoterapii psychoanalitycznej, niezależnie od tego, czy dotyczy ona osób, par czy rodzin. „Mentalizowanie”, w języku obecnej teorii przywiązania, lub „testowania rzeczywistości”, używając języka Freuda, pozostaje ważną częścią procesu i celów psychoterapii. Oba wymagają pracy na granicy oddzielającej fantazję od rzeczywistości. Fantazje seksualne mogą zapewnić dostęp do ważnych rzeczywistości wewnętrznych, kłopotliwych dla osób szukających naszej pomocy. Te wewnętrzne rzeczywistości będą miały podstawę w ich doświadczeniach życia społecznego i będą wpływać na charakter oraz jakość tworzonych przez nich relacji seksualnych. Zajmując się fantazjami seksualnymi, raczej odgrywanymi niż wypowiedzianymi w kontekście terapii par, otwiera się możliwość, by nieświadome fantazje, które hamują dorosłą bliskość eksplorować i modyfikować w zabawowy sposób.

Piśmiennictwo

1. Harlan J. Music in Kubrick's Films. Lecture given at the Stanley Kubrick Season, St Albans. 2010; 7.
2. Glasser M. Aggression and sadism in the perversions. In: Rosen I. ed. Sexual deviation. Oxford University Press, London 1979: 279–299.
3. Clulow C, Boerma M. Dynamics and disorders of sexual desire. In: Clulow C, Boerma M. ed. Sex, Attachment and Couple Psychotherapy. Karnac, London 2009.
4. Eagle M. Attachment and sexuality. In: Diamond D, Blatt J, Lichtenberg J. ed. Attachment and sexuality. Analytic Press, New York 2007: 27–50.
5. Kahr B. Sex and the Psyche. Allen, London 2007.
6. Scharff DE. Sexuality, dreams and the somatic link. In: The interpersonal unconscious. Jaso Aronson, Plymouth 2012: 123–138.
7. Bettelheim B. The uses of enchantment: the meaning and importance of fairy tales. Penguin, Harmondsworth 1078.
8. Rustin M, Rustin M. Narratives of love and loss. Studies in modern children's fiction. Verso, London 1987.
9. Wright K. Mirroring and attunement: self-realization in psychoanalysis and art. Routledge, Hove 2009.
10. Holmes J. Exploring in security. Towards and attachment informed psychoanalytic psychotherapy. Routledge, Hove 2010.
11. Winnicott DW. The capacity to be alone. In: Winnicott DW. ed. Playing and Reality. Penguin, Harmondsworth 1971: 49–56.

12. Shaver P, Mikulincer M. An overview of attachment theory. In: Obegi J, Berant E. ed. *Clinical applications of adult psychotherapy and research*. Guilford, New York 2008: 17–45.
13. Hazan C, Zeifman D. Sex and the psychological tether. In: Bartholomew K, Perlma D. ed. *Advances in personal relationships: Vol 5: attachment processes in adulthood*. Jessica Kingsley, London 1994: 151–177.
14. Beaulieu-Pelletier G, Philippe FL, Lecours S, et al. The role of attachment avoidance in extradyadic sex. *Attach Hum Dev*. 2011; 13(3): 293–313, doi: [10.1080/14616734.2011.562419](https://doi.org/10.1080/14616734.2011.562419), indexed in Pubmed: [21506032](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21506032/).
15. Shaver P, Mikulincer M. Adult attachment and sexuality. In: Noller P, Karantzas G. ed. *Clinical applications of adult psychotherapy and research*. Guilford, New York 2012: 17–45.
16. Feeney J, Noller P. Attachment and sexuality in close relationships. In: Harvey J, Wenzel A, Sprecher S. ed. *Handbook of sexuality in close relationships*. Erlbaum, Mahwah, NJ 2004: 183–201.
17. Impett E, Gordon A, Strachman A. Attachment and daily sexual goals: A study of dating couples. *Personal Relationships*. 2008; 15(3): 375–390, doi: [10.1111/j.1475-6811.2008.00204.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2008.00204.x).
18. Fonagy P, Gergely G, Jurist E, et al. Attachment and reflective function: their role in self-organization. *Development and Psychopathology*. 1997(9): 679–700, doi: [10.4324/9780429471643-3](https://doi.org/10.4324/9780429471643-3).
19. Fonagy P, Gergely G, Jurist E, Target M. *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press, New York 2002.
20. Clulow C. How was it for you? Attachment, sexuality and mirroring in adult relationships. In: Nathans S, Schaeffer M. ed. *Couples on the couch. Psychoanalytic couple therapy and the tavitock model*. Routledge, London 2017: 193–212.
21. Britton R. *Sex, death and the superego. Experiences in Psychoanalysis*. Karnac, London 2003.
22. Bowlby J. *Attachment and loss: attachment*. Hogarth Press, London 1969.
23. Bowlby J. *Attachment and loss: separation*. London, Hogarth Press 1973.
24. Bowlby J. *Attachment and loss: loss, sadness and depression*. London, Hogarth Press 1980.