

Manca Švara¹

Meje v nas: kolektivni spomin in travma, tišina, obmejni prostori in izgubljene identitete

Borders within us: Collective memory and trauma, silence, borderlands, and lost identities

Povzetek

Prispevek se osredotoča na strokovne izkušnje z ustvarjalno-terapevtskimi delavnicami, namenjenimi odpiranju prostora za simbolizacijo zamolčanih obmejnih izkušenj v slovensko-italijanskem obmejnem prostoru, s posebnim poudarkom na vlogi tišine, kolektivnega spomina in medgeneracijskega prenosa nepredelanih izkušenj ter zamolčanih spominov na naslednje generacije. Analizira, kako zgodovinski prelomi – fašistično nasilje, druga svetovna vojna, istrski eksodus in povojne migracije – ostajajo aktivni v osebnem in kolektivnem nezavednem posameznikov in skupin ter se manifestirajo skozi kulturne komplekse, izbrane travme, povezovalne objekte ter dolgotrajen molk posameznih manjšin in skupin. V primeru soočenja se narativi ene ali druge strani pogosto pokažejo v obliki projekcij sence in polarizacije ter nezmožnosti dialoga. Osnovno vprašanje v prispevku je, ali lahko empatična verbalizacija lastne zgodbe prispeva k soočanju s polarizacijo v skupini ter pomaga pri preseganju delitev, gradnji mostov, spodbujanju sodelovanja in razvijanju sočutja.

Prispevek izhaja iz teoretskih izhodišč fenomena medgeneracijske travme in psihoanalitične koncepte paranoidno-shizoidne in depresivne pozicije, identifikacije, projektivne identifikacije ter odlaganja (*depositing*) združuje s pojmi povezovalnega objekta (*linking object*) in izbrane travme (*chosen trauma*). Avtorica se opira na psihoanalizo in jungovsko analitično psihologijo, pri čemer poskuša s pomočjo kulturnih kompleksov, arhetipov in kulturnega nezavednega simbolno razumeti in interpretirati nezavedne pojave. Poseben poudarek je namenjen vlogi umetnosti kot medija, ki lahko pomaga simbolizirati, žalovati in postopno transformirati potlačene, travmatične in ‚zamrznjene‘ vsebine nezavednega.

¹ Manca Švara, mag. umetnosti, jungovska analitičarka in psihoterapevtka (SZAP, IAAP)
manca.svara@gmail.com

Obmejni prostori v Sloveniji in po svetu predstavljajo kompleksno, a hkrati izjemno ranljivo področje za delo s kolektivno travmo, kjer lahko predvsem interdisciplinarni pristopi omogočijo prehod iz zamrznjene žalosti v proces žalovanja. Ta premik je ključen tako za posameznike kot za družbo.

Ključne besede: kolektivna travma, tišina, obmejni prostori, kompleksi, kulturni kompleksi, izbrana travma, povezovalni objekti, medgeneracijski prenos travme, umetnostno utemeljena terapija, analitična psihologija, psihoanaliza

Summary

The paper focuses on professional experiences with creative-therapeutic workshops aimed at opening a space for the symbolization of silenced borderland experiences in the Slovenian–Italian border region, with particular emphasis on the role of silence, collective memory, and the intergenerational transmission of unprocessed experiences and unspoken memories to subsequent generations. It analyzes how historical ruptures—fascist violence, the Second World War, the Istrian exodus, and postwar migrations—remain active in the personal and collective unconscious of individuals and groups, manifesting through cultural complexes, chosen traumas, linking objects, and the enduring silence of certain minorities and groups. When confronted, the narratives of one side or the other often emerge in the form of shadow projections, polarization, and an inability to engage in dialogue. The central question of the paper is whether empathetic verbalization of one's own story can contribute to addressing group polarization and help transcend divisions, build bridges, foster cooperation, and cultivate compassion.

The paper is grounded in theoretical perspectives on the transgenerational transmission of trauma and integrates psychoanalytic concepts such as the paranoid-schizoid and depressive positions, identification, projective identification, and depositing alongside notions of linking objects and chosen trauma. The author draws on psychoanalysis and Jungian analytical psychology, using concepts such as cultural complexes, archetypes, and the cultural unconscious to symbolically understand and interpret unconscious phenomena. Special emphasis is placed on the role of art as a medium that can facilitate symbolization, mourning, and the gradual transformation of repressed, traumatic, and 'frozen' contents of the unconscious.

Border regions in Slovenia and elsewhere in the world represent complex yet highly vulnerable contexts for working with collective trauma, where interdisciplinary approaches can enable a transition from frozen grief to an active process of mourning. This shift is crucial for both individuals and society.

Keywords: collective trauma, silence, borderlands, complexes, cultural complexes, chosen trauma, linking objects, transgenerational transmission of trauma, arts-based therapy, analytical psychology, psychoanalysis

Extended abstract

This paper explores the psychological, cultural, and social afterlives of collective trauma in the Slovenian–Italian borderland, with particular attention to silence, intergenerational transmission of trauma, and the symbolic potential of creative-therapeutic work. Drawing on professional experience from a series of interdisciplinary workshops held across Istria, the Karst region, Trieste, Gorizia, and Carinthia, the author examines how traumatic historical ruptures continue to shape both individual and collective identity long after the original events have formally passed. The central historical background of the paper includes fascist violence, the Second World War, the Istrian exodus, postwar migrations, and the political silencing of these experiences in both Slovenian and Italian public memory.

The paper begins from the premise that border regions are not merely geopolitical zones but liminal spaces in which historical conflict leaves deep psychic wounds. Borders interrupt continuity: of language, family narratives, belonging, cultural inheritance, and identity. In clinical and community work, this interruption often appears as a black hole in memory, a space of non-belonging, or an inability to narrate one's own story coherently. Silence, in this context, is not simply the absence of speech. It is an active psychic and social defense, a way of surviving overwhelming historical pain while simultaneously transmitting unprocessed affects, anxieties, loyalties, and identifications across generations.

Theoretically, the paper combines psychoanalysis and Jungian analytical psychology in order to understand the persistence of collective trauma and the difficulty of dialogue between historically opposed groups. It engages concepts such as the paranoid-schizoid and depressive positions, identification, projective identification, and depositing, as well as Vamik Volkan's notions of chosen trauma and linking objects. These are placed in dialogue with Jungian concepts of complexes, cultural complexes, archetypes, and the cultural unconscious. Taken together, these frameworks make it possible to understand how historical violence remains psychically alive in the present, not only as memory but also as affect, bodily reaction, unconscious fantasy, and projection onto the Other.

Special emphasis is placed on the notion of chosen trauma, understood as a large-group mental representation of a historical catastrophe that has not been sufficiently mourned. Such trauma becomes embedded in group identity and

is unconsciously transmitted to descendants as an unfinished task. In periods of crisis, political tension, or renewed threat, these unresolved wounds may reactivate old forms of polarization, producing rigid narratives of victimhood, defensive idealization of one's own group, and the projection of guilt or danger onto neighboring communities. In the Slovenian-Italian borderland, the competing narratives surrounding fascist oppression and the postwar exodus illustrate how collective memory can become fragmented into mutually exclusive victimhoods, making dialogue difficult and often emotionally precarious.

The paper also focuses on silence as a central mechanism within these dynamics. Silence can protect individuals and communities from disintegration when direct confrontation with historical pain would be overwhelming. Yet it can also freeze mourning. In this frozen state, traumatic experience remains symbolically unprocessed and returns through symptoms, family tensions, identity confusion, bodily states, emotional numbness, or repetition of inherited stories. The author interprets this as a form of pathological mourning at both individual and collective levels. Linking objects, such as photographs, memorials, places, or inherited belongings, may then function as bridges between inner loss and external reality, preserving a connection to what has been lost while also revealing the unfinished nature of grief.

A substantial part of the paper is devoted to the distinction between identification and depositing in transgenerational transmission. Healthy identification presupposes recognition of the child's separate subjectivity. Depositing, by contrast, occurs when adults unconsciously place unprocessed psychic material into the child's developing self. In such cases, the child becomes a carrier of affects, images, and tasks that do not originate in his or her own life but nevertheless shape the subject from within. This helps explain why descendants may feel profound sorrow, fear, guilt, or uprootedness in relation to events they did not personally experience. The paper shows how such deposited material often appears in psychotherapy and group work as an unnamed foreign body in the psyche, something intensely felt but not yet understood or processed.

Against this background, the author argues that symbolic work is indispensable. Trauma is marked by fragmentation and by the impossibility of linear narration. Before a story can be told, there must be a symbolic form able to hold what has previously been unspeakable. Here, art, metaphor, image, and creative writing become therapeutic media. They create an intermediate or potential space in Winnicott's sense—a relational field in which painful experience can gradually be approached without overwhelming the ego. This liminal space also has a Jungian dimension: it is an area between ego and the collective unconscious in which archetypal and cultural contents may emerge in symbolic form and become thinkable.

These ideas informed the beginning of the workshops *My Silent Story* and, later, the broader interdisciplinary project *Re4Healing*. The workshops were developed in cooperation with anthropologists, psychotherapists, local institutions, and civil society organizations. Their aim was not only clinical relief but also the creation of social spaces in which silenced border memories could become speakable. Participants were invited to respond to archival photographs, personal objects, and reflective writing prompts connected with the border, migration, war, absence, and belonging. The use of photographs proved especially important because it enabled indirect access to emotionally charged material. Rather than asking participants to immediately recount the trauma, the image functioned as a symbolic and projective bridge into memory.

Workshop experience showed that resistance appeared quickly whenever traumatic history was addressed directly, especially in communities shaped by rigid political narratives. Participants often minimized the need to speak, rejected the language of trauma, or defended themselves through devaluation, silence, or identification with dominant collective stories. Yet once a sufficiently safe setting was established, many were able to speak with great emotional force. The paper reports that this was especially meaningful for members of minorities whose suffering had rarely been publicly recognized, including the Italian minority in Slovenia and Slovenians in Italy. In such cases, being able to tell one's story in an empathic group context brought relief, dignity, and a sense of restored symbolic existence.

The subsequent *Re4Healing* workshops expanded this model by introducing reflective writing and by inviting participants to bring meaningful personal objects connected to the border or the postwar period. This change provided additional containment, since participants first encountered their experience privately in writing and only afterwards shared it with the group. Some participants were deeply moved and left after reading their texts aloud, unable to bear further exposure to the gaze of others. Even so, the author interprets this as an important first contact with long-frozen grief, fragmented belonging, and unresolved identity conflicts.

One of the most significant findings emerged in mixed groups composed of participants from historically opposed communities. In these settings, the structure of the room itself often reproduced social division, with participants intuitively sitting on separate sides according to national identity. The therapeutic task, therefore, was not only to hold individual affect but also to maintain a dialogical space strong enough to withstand projections, fear, idealization, and latent hostility. Translation to both languages was used whenever necessary so that stories could be heard across language differences. The paper argues that empathic listening to the other's pain can effect a small but crucial shift from

paranoid-schizoid polarization toward a more depressive, reflective, and relational position. In Jungian terms, such encounters may activate a transcendent function capable of holding opposites without collapse.

The workshops also had a broader public dimension. In one project, short excerpts from participants' stories were installed in urban shop windows in Koper, symbolically returning silenced voices to spaces marked by absence, migration, and historical emptiness. The public reaction suggested that low-cost artistic interventions can sometimes open more meaningful conversation about shared history than official commemorative discourse. This confirmed for the author that therapeutic, anthropological, and artistic practices can work together as forms of civic intervention, education, and peace-building.

In conclusion, the paper argues that borderlands are especially sensitive sites for exploring collective trauma because they condense multiple historical loyalties, losses, languages, and projections into a single lived landscape. They are also places of possibility. If approached through interdisciplinary, symbolically informed, and emotionally containing methods, border spaces can support a transition from frozen grief to mourning, from silence to speech, and from polarized identities toward more complex forms of co-existence. The paper therefore proposes creative-therapeutic workshops as one practical model for working with inherited trauma in divided societies. Their value lies not in resolving history, but in helping individuals and groups begin to symbolize what has long remained unspoken, to encounter the suffering of the other without immediate defense, and to build fragile but necessary bridges across historical wounds.

1.

Uvod: obmejni prostor kot liminalni prostor ustvarjalnosti

*»Kaj je potrebno za življenje na obmejnem območju,
ki je tako prežeto s starodavnimi in sodobnimi miti,
tako metafizično namagneteno?*

Nihče od nas ne more ubežati mejam:

*med nami in drugimi, namenom in dejanjem, sanjami in budnostjo, življenjem
in smrtjo. Morda nam ljudje na meji lahko povedo nekaj o liminalnih prostorih.«*
(Kassabova, 2024, str. 14–15)

Obmejni prostori niso le geografske ali politične ločnice, temveč tudi liminalni prostori, v katerih zgodovinske izkušnje pomembno zaznamujejo doživljanje posameznikov in skupin. Meja pogosto deluje kot rez in nasilna črta oziroma ločnica, ki prekinja kontinuitete jezika, pripadnosti, družinskih narativov in identitet. V slovensko-italijanskem obmejnem prostoru so ti procesi še posebej izraziti zaradi burne zgodovine 20. stoletja, zaznamovane s fašističnim nasiljem, vojno, povojnimi migracijami in prisilnim množičnim eksodusom prebivalstva. V kliničnem delu se ta rez v primeru travme pogosto kaže kot 'črna luknja' ali 'prostor nepripadnosti', saj je lahko izkušnja družine, kjer pride do prekinitve družinske in kulturne dediščine, za psiho preveč obremenjujoča.

Prispevek izhaja iz prepričanja, da kolektivne travme s spremembo političnih režimov ali z molkom kot posledico politične prisile ne izginejo, temveč se prenašajo iz generacije v generacijo v obliki neizrečenih čustev, telesnih občutij, ponavljajočih se nezavednih identifikacij znotraj družine ter izgubljenih identitet posameznikov, ki niso zmožni zaživeti kakovostnega življenja izven nezavednega družinskega narativa.

Liminalni prostor je prostor vmesnosti, ki ni ne tukaj ne tam, temveč obstaja kot prehodno, nestabilno in potencialno polje. Gre za območje, kjer se razrahljajo ustaljene meje identitete, pomeni in pripadnost. V psihoanalitičnem smislu ta prostor omogoča vznik izkušnje, ki ni niti povsem notranja niti povsem zunanja, temveč se oblikuje v odnosu. Donald Winnicott ta vmesni prostor opredeli s pojmom 'potencialnega prostora', ki se vzpostavlja med posameznikom in Drugim:

»Potencialni prostor med dojenčkom in materjo, med otrokom in družino, med posameznikom in družbo ali svetom je odvisen od izkušenj, ki vodijo v zaupanje. Ta prostor ni dan sam po sebi, temveč se postopoma gradi skozi dovolj varne in zanesljive odnose.« (Winnicott, 1971, str. 100)

Prav v tem prostoru se po Winnicottu lahko razvije prava ustvarjalnost: »Le v igri, in samo v igri, je posameznik – otrok ali odrasel – sposoben biti kreativen in uporabljati celotno osebnost« (prav tam, str. 54). Igra tu ne pomeni trivialnosti, temveč temeljno psihično dejavnost, skozi katero subjekt simbolizira, preizkuša realnost in vzpostavlja stik z drugim.

V jungovskem smislu lahko liminalni prostor razumemo tudi kot območje med egom in kolektivnim nezavednim, kjer se odpirajo možnosti simbolnega mišljenja, imaginacije in psihične transformacije. Gre za prostor, v katerem se arhetipske vsebine lahko približajo zavesti, ne da bi jo preplavile. Winnicottov koncept potencialnega prostora tako ponuja pomemben teoretski okvir za delavnice kot specifične prostore igre, kreativnosti, psihološke rasti in povezovanja z drugim.

Tak prostor temelji na postopnem grajenju zaupnosti in lahko deluje tudi kot oblika zdravljenja negativnega materinskega kulturnega kompleksa družbe. Zdravljenje, ki se dogaja v obmejnem, liminalnem prostoru, se tako zdi predvsem posledica nasilne separacije – separacije od arhetipa Velike Matere (matere domovine) – in negativnih projekcij na Drugega ter globoke zapuščenosti, ki jo ta ločitev prinaša in ki jo lahko razumemo skozi arhetip Grozne Matere.

2. Aktivizem, duševno zdravje in civilna družba

Posledice meje, tišine in nasilnih migracij so izjemno lepo opisane v knjigi dr. Katje Hrobat Virloget *V tišini spomina: Eksodus in Istra* (Hrobat Virloget, 2021), ki predstavlja pomembno literarno izhodišče in navdih, ki je pripeljal do raziskovanja obmejnih zgodb v tem prispevku in projektih, ki so iz tega nastali. Knjiga je kot prva celoviteje odprla vprašanje eksodusa v slovenskem obmejnem in širšem jugoslovanskem prostoru ter zgodbe ljudi, ki smo jih bili na Primorskem vajeni razumeti predvsem skozi prizmo *prostovoljnega* odhoda, postavila v povsem novo luč. Z empatičnim antropološkim poslušanjem, ki je v tem primeru specifična lastnost antropologov, ko v svoje delo vključujejo tudi čustvene pripovedi posameznikov, nam avtorica približa njihovo trpljenje, izkušnjo izгона in globoko žalost, povezano z drugačno nacionalno identiteto ter z dejstvom, da so zaradi zgodovinskih okoliščin in premikov meja ostali na *napačni strani meje*. Prav ta drža – poslušati Drugega z empatijo – je postala ključno izhodišče za nadaljnje sodelovanje, saj je tesno prepletena z idejo empatičnega poslušanja, ki se odvija v psihoterapiji.

Knjiga je v ospredje postavila problem tišine ter dejstvo, da se v obalno-kraškem prostoru o množičnih migracijah in travmi migracij ni govorilo oziroma da se o njih še vedno govori z zadržkom. Hkrati je opozorila na sistemsko politično

zlorabo in manipulacijo spominov na to obdobje ter na njene posledice. Vprašanje, kako družbo soočiti s tabuji, travmo in bolečino pretežno italijansko govorečega prebivalstva (ali drugih podobnih in spregledanih manjšin v Sloveniji), se je izkazalo za izjemno zahtevno, saj je bilo povezano z močnimi odpori, potlačitvijo in zanikanjem večinskega prebivalstva Istre, kar lahko razumemo kot nekakšen obrambni mehanizem družbe. Izsledki tega prvega sodelovanja in procesa soočanja na delavnicah, ki so iz tega nastale, so bili prvič predstavljeni na 5. konferenci *Analiza in aktivizem* v Ljubljani, ki jo je med 1. in 3. septembrom 2023 organiziralo Slovensko združenje za analitično psihologijo, in predstavljeni v članku *My Silent Story: Conflicted Memories, Silences and Intergenerational Traumas*, ki je aprila 2024 izšel v reviji *Journal of Analytical Psychology* (Švara in Virloget, 2024).

Kot tedanja specializantka jungovske analitične psihologije pri Mednarodni zvezi za analitično psihologijo (IAAP) sem se začela že v času študija – ob svoji učni analizi, ki je hkrati predstavljala tudi soočanje s kolektivno obmejno travmo – vse intenzivneje spraševati, kako bi lahko psihoterapevti razvijali bolj aktivne oblike delovanja, ozaveščanja in aktivizma: prakse, ki bi upoštevale dejstvo, da so kolektivne travme in politično motivirana tišina neposredno povezane tudi z duševnim zdravjem skupnosti. To sem izkušala tudi sama v svoji terapevtski praksi in pri delu z ljudmi, ob poslušanju njihovih zgodb – morda predvsem zaradi svoje družinske zaznamovanosti in specifične senzibilnosti v povezavi s to tematiko. A knjiga Katje Hrobat Virloget mi je odprla oči še za nekaj drugega: ko sem prebrala pričevanja tistih, ki so iz Istre in Dalmacije odšli, in začutila njihovo bolečino, sem razumela, da je ta bolečina zelo podobna bolečini mojih prednikov, ki so morali prečkati mejo z druge strani, v t. i. kontraeksodusu iz Italije v Slovenijo, in da se v tem prav nič ne razlikujemo.

In prav v tem procesu sem prepoznala pomemben psihoedukativni potencial za širšo družbo, namreč – soočenje z bolečino Drugega. V jeziku psihoanalize se v tem soočenju lahko zgodi prehod iz paranoidno-shizoidne v depresivno pozicijo, kot jo opredeli Melanie Klein. V jungovskem jeziku pa se v psihi vzpostavi t. i. transcendentna funkcija, ki omogoči zadrževanje in povezovanje nasprotij ter s tem ustvarjanje novega pogleda na situacijo, ki lahko empatično vključuje obe strani. Prav ta občutek notranje transformacije ob tem se mi je zdel ključen. V povezavi s tem bi rada še posebej izpostavila dragoceno delo psihiatra in psihoanalitika dr. Pavla Fonde iz Trsta, ki kot pripadnik slovenske manjšine v Trstu o pomembnosti in spremembi pogleda in pozicije že dolga leta piše v številnih psihoanalitičnih prispevkih o vojni in njenih posledicah za človeško psiho.

Projekti in sodelovanja, ki so se iz tega procesa razvili in se še razvijajo, so nastajali v dialogu z lokalnim okoljem in nevladnim sektorjem, kulturnimi

institucijami in akademskimi partnerji, hkrati pa so bili neločljivo povezani z zaključevanjem osebnega analitičnega procesa ter s predelavo lastne medgeneracijske travme. Ta se je postopoma razširila v sistematično raziskovanje kolektivne travme obmejnega prostora, kjer se individualna psihodinamika neizogibno prepleta s socialno-zgodovinskimi plastmi širšega kulturnega nezavednega.

3. **Zgodovinski kontekst: Istra, Kras, meja, izbrana travma**

Istra s Krasom in celotna slovensko-italijanska meja predstavljata eno najbolj kompleksnih obmejnih območij v Srednji Evropi. V 20. stoletju se je tu zamejalo več državnih ureditev: od Avstro-Ogrske monarhije, Kraljevine Italije in fašističnega režima, Svobodnega tržaškega ozemlja, Jugoslavije do današnjih Slovenije in Hrvaške. Vsaka sprememba je s seboj prinesla nove meje, nove oblike izključevanja in nove zahteve po zvestobi eni ali drugi nacionalni opciji.

Fašistična italijanizacija je pomenila sistematično nasilje nad slovenskim in hrvaškim prebivalstvom: prepoved jezika, razpustitev društev, zapiranje šol, zapore, koncentracijska taborišča in umore. Povojni istrski eksodus, ki se kaže kot množični odhod italijanskega prebivalstva, pa je tudi temeljito preoblikoval etnično, socialno in kulturno podobo regije. Ta proces ni bil enoznačen, temveč prepleten z ekonomskimi, političnimi, psihološkimi in družinskimi dejavniki (Švara in Virloget, 2024). Hrobat Virloget (2023a) v svojem raziskovalnem delu o eksodusu dvomi o *prostovoljnosti* migracij in trdi, da jih je mogoče razumeti tudi kot posledico pritiska k prostovoljni odločitvi za odhod.

Njene antropološke raziskave kažejo predvsem, da so se v povojnem obdobju oblikovali konkurenčni nacionalni spomini, ki ki so se pogosto izključevali. Slovenski diskurz je eksodus pogosto interpretiral kot prostovoljno migracijo ali *prostovoljno izbiro* (Ballinger, 2003, str. 42–45; Gombač, 2005, str. 65; Hrobat Virloget, 2023a; Kalc, 2019; Volk, 2003, str. 47–50), italijanski javni (in ne strokovni) pa kot *etnično čiščenje*. Ti nasprotujoči si narativi so ustvarili polje tekmovalne viktimizacije, kjer je trpljenje ene skupine rabilo kot zaščita pred priznanjem trpljenja druge (Švara in Virloget, 2024).

Takšni spomini delujejo kot varovalni ščiti, ki preprečujejo srečanje z lastno odgovornostjo ali z bolečino drugega. Posledica tega pa sta dolgotrajna fragmentacija kolektivnega spomina in utrjevanje paranoidno-shizoidnih pozicij na ravni družbe (prav tam). Kar seveda politiki s pridom še danes zlorabljajo, in to ne samo na Primorskem.

4.

Psihologija množic, izbrana travma, vzpostavitev dialoga

V psihoanalizi je psihologijo množic in družbe poglobljeno raziskoval dr. Vamik Volkan, psihiater in psihoanalitik, ki je bil tudi sam begunec in migrant. V Združene države Amerike se je preselil iz turške enklave na Cipru, njegova osebna zgodba pa je pomembno zaznamovala njegovo delo. V številnih knjigah vedno znova opisuje travmatično izkušnjo svoje družine, ki je deset let živela v begunskem taborišču na turški strani Nikozije. Njegov izjemni prispevek k razumevanju konfliktov med sprtimi skupinami je bil prepoznan tako v mednarodni psihoanalitični stroki kot v širši javnosti, kar potrjuje tudi dejstvo, da je bil večkrat nominiran za Nobelovo nagrado za mir. Volkan je v razumevanje psihologije množic vpeljal pojem *izbrane travme*, s katerim opisuje, kako skupine (in narodi) skozi zgodovino ohranjajo nezavedni kolektivni spomin na travmatične dogodke, kar oblikuje njihovo identiteto, odnose z Drugimi in medskupinsko dinamiko. Koncept izbrane travme nam lahko ponudi ključen uvid v nadaljnje psihične, socialne in politične procese, ki se odvijajo v obmejnih prostorih, predvsem pa osvetli, kaj se zgodi, če se o izbrani travmi ne govori in ostane kot nepredelana in neodžalovana žalost v nezavednem skupine.

»Mentalna reprezentacija dogodka iz zgodovine neke skupine, v katerem je skupina utrpela katastrofalno izgubo, ponižanje in nemoč zaradi delovanja sosednje skupine. Kadar člani prizadete skupine takšnih izgub ne zmorejo odžalovati ali odpraviti svojega ponižanja, na svoje potomce prenašajo podobe lastnega ranjenega jaza, pa tudi objektne podobe tistih, ki so jih prizadeli. Vse te podobe se nanašajo na isto katastrofo. Te reprezentacije katastrofe povezujejo vse posameznike znotraj velike skupine. Naslednji generaciji so – nezavedno in tudi zavedno – dodeljene naloge, ki jih mora opraviti v imenu svojih prednikov, na primer dokončanje procesa žalovanja ali odprava ponižanja. Tako pride do medgeneracijskega prenosa travme, do mentalne reprezentacije travme, ki je medtem postala močno mitologizirana in tako postane označevalec identitete etnične skupine.« (Volkan, 2009, str. 10–11)

Volkan izbrano travmo opredeli kot pomemben gradnik identitete naroda, manjšine ali skupnosti, ki se aktivira ob grožnji izgube identitete, kar sproži regresijo skupine. Prav vojne in konflikti so pogosto tiste okoliščine, ki povzročijo zdrsega v stanje ogroženosti, kar postane sprožilec paranoidno-shizoidne projekcije na Drugega. V tem se jasno razkriva avtomatizem nezavednega in obrambnih mehanizmov, ki ego varujejo pred razpadom. Toda prav tu se skriva tudi ključ za razumevanje možnosti, ki jo imamo kot posamezniki in kot družba: da to regresijo in projekcije ozavestimo, ne da bi naš ego pod težo travme in strahu kolapsiral.

Tudi če je ne ozavestimo, precej avtomatično nosimo naprej njen nezaključen proces.

Volkanova ideja izbrane travme kaže, da se v času vojn in konfliktov ljudje pogosto oprimejo zgodovinskih ran kot temelja svoje kolektivne oziroma nacionalne identitete. Ta identifikacija pogosto prinaša občutek varnosti in pomiritve v stanju velike anksioznosti. V obmejnih prostorih se ti procesi še okrepijo, saj bližina Drugega in meje omogoča, da Drugi hitro postane projekcijsko platno za nezaželene dele naše osebne in kolektivne zgodovine – nanj hitro projiciramo strahove, neodžalovano žalost in strah določene skupinske identitete.

Pogosto traja zelo dolgo, preden se sprte strani sploh lahko začnejo pogovarjati. Med hladno vojno je Berlinski zid predstavljal simbol fizične in psihološke meje med Vzhodom in Zahodom. Kot psihološka meja je družbam na obeh straneh meje omogočal, da so na drugo stran projicirale svoje nezaželene misli, občutke in podobe, ne da bi se bale njihove vrnitve (Volkan, 2020). Winnicott (1969) je poudaril, da je bil zid sicer grd, a je v šestdesetih letih preprečil vojno. Delitvena črta lahko konflikt odloži ali pa nasprotnike dlje časa drži narazen, s čimer ljudem omogoča, da »se igrajo in razvijajo umetnosti miru. Te so mogoče le v času, ko simbolični zid uspešno ločuje dobro od zla« (Volkan, 2020, str. 46).

Prav vprašanje, kako razvijati umetnost miru, dialoga ter soočanja s projekcijami na Drugega, je osrednjega pomena za pisanje tega prispevka in za ustvarjalno-terapevtske delavnice, ki so iz tega izšle. Zanimalo nas je, kateri pristopi bi lahko posameznikom pomagali, da bi se v skupinskem procesu odprli, vzpostavili medsebojno povezanost ter začeli presegati projekcije. Fonda (2022, str. 5) predlaga tri možne in nujne pristope oziroma načine soočanja s projekcijami v primeru nasprotujočih si skupin:

1. Zmožnost spregovoriti, doživeti bolečino tega, kar smo pretrpeli, ter biti deležni podpore (*holding*) in opore svoje skupine.
2. Zmožnost spominjati se, razmišljati in govoriti o povzročeni bolečini – o tem, kaj smo sami storili – ter ob tem ponovno biti deležni podpore (*holding*) svoje skupine. Preseči moramo paranoidno predelovanje žalovanja.
3. Po razjasnitvi lastne odgovornosti zmožnost o tem govoriti tudi z drugimi – z žrtvami in storilci na drugi strani meje, ki so prav tako pripravljeni na kesanje.

5. Pojav tišine, zamrznitev in žalovanje

Tišina v primeru izbrane travme pogosto postane glavni obrambni mehanizem, ki ego varuje pred razpadom in poplavo paranoidno-shizoidnih projekcij, saj bi bilo zanj preveč boleče soočiti se z bolečino Drugega in ga uzreti kot trpeč subjekt. Hkrati pa ta tišina na neki ravni tudi omogoča, da izbrana travma ostaja in se

ohranja v psihi posameznika in družbe. Travma tako ostane kot nezaključen del posameznikove in kolektivne zgodbe – kot nekakšen *zamrznjen objekt* v nezavednem, ki podaljšuje proces žalovanja in preprečuje njegovo predelavo. Volkan ta pojav opredeljuje kot ‚patološko žalovanje družbe‘, pri katerem se proces predelave travme ustavi in ne doseže integracije na osebni ali kolektivni ravni (Volkan, 2020).

Pogosto nam na ravni patološkega žalovanja pomaga ‚povezovalni objekt‘, ki ga posameznik uporablja za združitev zunanje in notranje podobe žalovanega in deluje kot most med nezavedno izgubo in zunanjo projekcijo nanj (Volkan idr., 2002). To so včasih lahko preprosto fotografije, predmeti ali oblačila pokojnikov, na ravni družbe pa morda spomeniki ali posebni kraji, ki ohranjajo izgubo v kulturnem nezavednem.

»Večina trajnih žalovalcev seveda ne ponuja tako jasnih dokazov o prisotnosti introjekta; namesto tega so bolj nagnjeni k temu, da govorijo o svojih povezovalnih objektih (Volkan, 1981) – metapsihološko gledano o eksternaliziranih različicah introjektov. Trajni žalovalci razvijejo povezovalne objekte (ali povezovalne pojave), ki delujejo kot simbolni most do njihovih mentalnih reprezentacij umrlega; v teh magičnih predmetih so zgoščene žalovalčeve notranje podobe umrlega ter z njimi povezane podobe samega sebe. Za žalovalca ti objekti postanejo zunanja točka stika med obema podobama, nad katero ima popoln nadzor. S pomočjo povezovalnih objektov trajni žalovalci doživljajo, da lahko mrtve ponovno oživijo ali pa da lahko svoje izgubljene objekte sami »ubijejo«. Na ta način poskuša žalovalec ponovno ustvariti in nato razrešiti ambivalenco, ki je zaznamovala odnos pred smrtjo osebe – gre za poskus, da bi se delo žalovanja končno začelo ali zaključilo, čeprav se to nikoli povsem ne izteče.« (Volkan idr., 2002, str. 74–75)

Simbolna uporaba spomenikov in krajev spomina različnih skupnosti nam hitro pokaže, kako se s tem nezavedno ohranja spomin na izbrano travmo določene skupine (ali manjšine), saj je hkrati povezana z grandioznostjo na eni strani ter povečevanjem viktimizacije na drugi. Izbrana travma deluje kot nekakšna kompenzacija kolektivne rane (največje bolečine) določene skupine, ki se vedno znova obnavlja, saj je na ravni kolektiva nepredelana in neodžalovana. V taki polarizaciji pa je težko najti zmagovalca.

V slovenskem prostoru se ta dinamika še posebej jasno kaže v odnosu do zgodovinskih travm. Na Primorskem pogosto prevladuje stališče, da fašističnih zločinov ni mogoče primerjati z izseljevanjem Italijanov iz Istre in Dalmacije ter da bi moralo biti pred vsakim resnim dialogom najprej izrečeno opravičilo za fašistično okupacijo. Takšna drža pa otežuje resnično soočenje s preteklostjo, saj implicitno zmanjšuje pomen trpljenja Drugega in s tem preprečuje priznanje

lastne odgovornosti, ki bi lahko imelo tudi zdravilni učinek. V italijanskem prostoru pa je v ospredju bolečina istrskih beguncev, ki jim je Italija šele leta 2004 uradno priznala dolgo prezrto krivico ter jim s tem prvič omogočila javno artikulacijo travme izgnanstva. Iz te perspektive izhaja pričakovanje po priznanju migracij, ki so se zgodile v poveljnem obdobju v Jugoslaviji, pri čemer tudi uradni diskurzi ob državnih obeležitvah pogosto uporabljajo retoriko krvi, maščevanja in domnevne prisile. Oba narativa sta bila politično zlorabljena ter vpeta v proces utrjevanja nacionalne identitete in izbrane travme obeh skupnosti.

Takšni primeri kažejo predvsem na nezaključene in nezadostne procese žalovanja na ravni družbe. Ko se aktivirata izbrana travma in t. i. 'izbrana slava', pride do pojava, ki ga Volkan (2020) imenuje 'zamrznitev časa': pretekli strahovi, zamere in predsodki se prenesejo v sedanost ter se prepletejo z aktualnimi konflikti. S tem se zabriše meja med preteklostjo in sedanostjo, realnost postane popačena, možnosti za dialog, spravo in trajnejši mir pa so bistveno zmanjšane.

Prav *tišina* in *odsotnost spomina* predstavljata v primeru izbrane travme pomembno izhodišče za raziskovanje kolektivnega spomina in z njim povezanih odporov. Tišina je rabila (in v določeni meri še vedno rabi) kot aktivna strategija preživetja travmatične polpretekle zgodovine ter omogoča razumevanje prenosa kolektivne travme in podedovanih narativov v družbi. Za mnoge različne etnične skupine v Istri – italijanske *rimaste*², istrske begunce, priseljence iz notranosti Jugoslavije in kasneje iz drugih jugoslovanskih republik – je molk predstavljal zaščito pred bolečino, sramom in družbeno stigmatizacijo drugega (Švara in Virloget, 2024). Tišine so se pogosto prenašale tudi znotraj družin in postale del vzgojnih praks, predvsem v povezavi s šolskim sistemom in politično interpretacijo zgodovine, ki je iz zavesti družbe načrtno in sistematično brisala pomen in kompleksnost migracij ob meji in tudi sicer znotraj bivše skupne države (prav tam). Prav tako je bila tišina zlorabljena v Italiji, saj je bila bolečina izgnanih instrumentalizirana za politične cilje in uporabljena kot propaganda za utrjevanje selektivno izbrane travme določene manjšine.

Otroci, ki smo odraščali v takšni atmosferi v slovenskem obmejnem prostoru, pa smo ob tem čutili, da obstaja v ozadju nekaj bolečega, o čemer se ni smelo ali zmoglo govoriti. Ta tišina je bila *položena* v našo psiho kot *zamrznjen afekt* in *nepredelan drobec kolektivne travme*, ki je dolgo časa iskal simbolizacijo in lastno zgodbo.

6.

Identifikacija, projektivna identifikacija in odlaganje (depositing)

Psihoanalitična teorija ponuja pomembna orodja za razumevanje medgeneracijskega prenosa zamrznjenih afektov in nepredelanih travm. V tem delu želim predstaviti predvsem razlikovanje med *identifikacijo*, *projektivno identifikacijo* in *odlaganjem* v procesu oblikovanja identitete (Volkan, 2015). Ravno tu se mi zdi pomembno razumeti, kako se nepredelane psihične vsebine prenašajo iz generacije v generacijo – na ravni kompleksov oziroma notranjih objektov (introjektov) v nezavednem posameznika pa tudi družbe. Prav zamrznjeni afekti, nezavedne podobe in notranji objekti nas v klinični praksi pri delu s klienti pogosto vodijo do postopne simbolizacije nepredelane žalosti in pričetka zdravilnega procesa žalovanja oziroma reparacije v odnosu s psihoterapevtom.

Identifikacija je v psihoanalizi temeljni proces oblikovanja osebnosti, preko katerega subjekt ponotranji lastnosti Drugega. Freud razlikuje med primarno identifikacijo, ki vzpostavlja zgodnjo čustveno vez s starši, narcistično identifikacijo, ki obrambno nadomešča izgubljeni objekt, ter parcialno identifikacijo, ki omogoča prevzem posameznih lastnosti in oblikovanje skupinske identitete. Skozi zaporedje teh procesov se strukturirata jaz (ego) in njegov odnos do sveta. Prav v tem delu oblikovanja osebnosti je pomembno ločiti med *identifikacijo* in *odlaganjem*. Pozorno opazovanje in poslušanje zgodb v analitičnem procesu (ali širše) nam lahko razkrije, kako se ti procesi odvijajo (Volkan, 2015). Zdrava identifikacija se lahko vzpostavi le takrat, ko starš priznava otrokovo ločeno subjektivnost, kar vključuje zrcaljenje, ki potrjuje otrokovo individualnost, to pa omogoči najprej identifikacijo in sčasoma ponotranjenje Drugega (prav tam).

Odlaganje (*depositing*) pa je proces, drugačen od identifikacije. Odrasli je v tem primeru tisti, ki v otrokovo razvijajočo se samopodobo položi nepredelane vsebine iz lastne psihe. Otrok tako (večinoma nezavedno in neprostovoljno) postane trajen rezervoar za nepredelane in neodžalovane predstave o odraslem in njegovih notranjih objektih. Psihološke naloge, ki izhajajo iz teh podob, otrok nosi, ne da bi imel dostop do izkušenj, ki so jih ustvarile. Te podobe so vanj prenesene brez konteksta, ki bi mu pomagal razumeti zgodbo (Volkan, 2015). In prav te nepredelane in pogosto travmatične vsebine so tiste zgodbe, ki ostanejo zamrznjene in neoblikovane, a se kasneje izražajo skozi konkretna, pogosto destruktivna vedenja v življenju posameznika, saj lahko povzročijo problematično projektivno identifikacijo in oblikovanje identitete, ki temelji na travmi. Posameznik v svoji psihi nosi nekaj, česar starš čustveno ni zmogel predelati ali odžalovati, in to doživlja kot tujek brez imena ali razlage. V praksi se to lahko kaže kot pretirana občutljivost za določene izkušnje prednikov, občutek,

2 Izraz za italijansko manjšino, ki je ostala v Istri.

kot da smo tudi sami doživeli travmatični dogodek, ali pa kot nezavedno ponavljanje družinskih zgodb (*reenactment*), kar je značilno za nepredelano travmo in se pogosto pokaže v primeru nezavednega ponavljanja družinske zgodbe.

7. Kompleksi, kulturni kompleksi in kulturno nezavedno

Kako torej verbalizirati zgodbe, ki so oblikovale naše prednike, in hkrati pričeti proces ločevanja od njih? Prav to se namreč dogaja tudi v psihoterapevtskem odnosu, ko pogosto ločimo in diferenciramo osebno zgodbo od družinske ter kolektivno od individualne. Pomemben del tega procesa je ozaveščanje projekcij, delo z nezavednim (zlasti v analitičnih terapevtskih pristopih) ter postopno sestavljanje lastne zgodovine. Morda to ni cilj vsake psihoterapije, vendar psihoanalitične in analitične smeri izhajajo iz predpostavke, da se lahko posameznik ob koncu procesa globlje zaveda svojih korenin ter – še posebej v primeru travme – svojo izkušnjo in zgodbo bolj linearno verbalizira.

Ena osrednjih značilnosti travme je namreč fragmentiranost izkušnje, iz katere izhaja nezmožnost pripovedi. Pri prekinjenih večgeneracijskih zgodbah pogosto naletimo na t. i. ,črno luknjo nezavednega' ali na ,praznino', kjer zgodbe sploh še ni. Na tej točki pripoved še ni mogoča, saj na drugi strani ni simbolizirane izkušnje – zgodbo je treba šele odkriti, povezati in iz nje ustvariti pomen. V ozadju takšnih procesov se pogosto skriva globoka žalost, ki presega žalost posameznika in ene same generacije; gre za transgeneracijsko prenešeno žalost, ki čaka na prostor, kjer jo bo mogoče prepoznati, ubesediti in integrirati. To je pogosto dolg in zahteven proces.

Pri nadaljnjem ločevanju in diferenciaciji podob ter zgodb iz nezavednega sta se za izjemno uporabna izkazala jungovski koncept kompleksov ter njegova kasnejša razširitev v teorijo kulturnih kompleksov. Jung je komplekse opredelil kot temeljne gradnike človeške psihe: čustveno močno nabite podobe, misli in afekte, ki se organizirajo okoli določene vsebine in njenega arhetipskega jedra. Kompleksi se pogosto močno upirajo zavesti, še posebej kadar nosijo travmatično ali nezavedno kolektivno vsebino. Koncept kulturnega kompleksa dodatno pokaže, da se lahko tudi kolektiv na določeno vsebino odziva s podobno čustveno intenzivnostjo kot posameznik. Ti odzivi se organizirajo v značilne kolektivne vzorce, ki pogosto presegajo zmožnosti ega za njihovo predelavo. Tako kot osebni kompleksi se tudi kulturni kompleksi vrtijo okoli intenzivnih afektov in delujejo kot sprožilci nezavednih vsebin. V povezavi s konceptom izbrane travme ta teoretski okvir ponuja dovolj trdno izhodišče za razumevanje, kako se zgodovinske rane ponavljajo in vztrajajo v sedanjosti.

Jungovski analitik Joseph L. Henderson je leta 1984 vpeljal pojem kulturnega nezavednega, ki »predstavlja temelj arhetipskih oblik oziroma predispozicij. Ko se arhetipsko giblje skozi družbeni, kulturni in osebni filter nezavednega, se izoblikuje v podobo ali idejo, ki vstopi v zavest. Tako kot individualni kompleksi so tudi kulturni kompleksi ponavljajoči se, avtonomni in odporni do zavesti ter zbirajo izkušnje, ki potrjujejo njihov zgodovinski pogled. Kulturni kompleksi so pogosto tudi bipolarni: ko se aktivirajo, se skupinski ego poistoveti z enim delom nezavednega kompleksa, medtem ko se drugi del projicira na drugo, primerno skupino« (Singer in Kimbles, 2004, str. 152).

Simboli imajo v primeru razumevanja kompleksov pomembno vlogo, saj delujejo kot most med nezavednim in zavestjo, ker omogočajo metaforičen prenos čustveno obremenjujočih vsebin v obliko, ki jo ego postopoma lahko sprejme. Simbol zavesti ne preplavi, temveč ji ponudi vmesni prostor, v katerem se lahko začne dialog z bolečimi, travmatičnimi ali kolektivno obremenjujočimi vsebinami. Prav zato simbolno delo pogosto predstavlja prvi možni vstop v pripoved tam, kjer je bila zgodba dolgo časa prekinjena ali povsem odsotna. In to postopno delo z neizrečenim s pomočjo metafore je pomembno izhodišče za pogovor z Drugim, tudi kadar je v močnem afektu ali projekciji.

8. Aktivacija zamrznjenega žalovanja, delavnice

V nadaljevanju bom osvetlila, kako smo zgoraj opisane teoretične koncepte osebnih in kulturnih kompleksov, kulturnega nezavednega ter izbrane travme uporabili za oblikovanje ustvarjalno-terapevtskih delavnic *Moja zgodba iz tišine*, s katerimi smo želeli ljudem omogočiti, da bi se preko simbolizacije odprli zamolčanim obmejnim izkušnjam na temo meje, tišine, migracij in obremenjujoče polpretekle zgodovine. Delavnice so potekale od januarja do maja 2023 v sodelovanju s Fakulteto za humanistične študije Univerze na Primorskem in Društvom Center za psihoterapijo in psihosocialno pomoč Koper. Projekt je bil sofinanciran v okviru razpisa »Spodbude za rešitve: Dolgoživa družba«, ki ga podpirata ISKRA – Stičišče NVO Istre in Krasa ter Ministrstvo za javno upravo in ki spodbuja medsektorsko povezovanje nevladnih organizacij in gospodarstva.

Delavnice so potekale na različnih krajih Istre, Krasa in zamejstva na obeh straneh meje (Izola, Piran, Opčine – Trst, Sežana, Koper). Uvod vsake delavnice je bil povezan s krajšim predavanjem na temo psihoedukacije travme s posebnim poudarkom na razumevanju tišine obmejnih krajev kot posledice kolektivnih travm na obeh straneh meje. Odzivi so bili že v tem delu zanimivi, saj se je v večini krajev, ki smo jih izbrali, že na začetku pojavil odpor do razumevanja Drugega, predvsem ezulov in njihove bolečine. Njihov spomin je bil močno

identificiran z naučenim političnim narativom nekdanje Jugoslavije, pogosta obramba starejših pa je bila, da »niso od tukaj in nič ne vejo« in da so »preseljeni v te kraje«. Pogosta obramba je bila tudi, da je beseda travma v ljudeh povzročila odpor in strah pred nadaljnjo verbalizacijo spominov. Poleg tega je bilo veliko devaluacije in zanikanja potrebe po pogovoru ali deljenju teh spominov. V nasprotju s ,tistimi, ki so prišli', pa so se ,tisti, ki so ostali', pogosto občutili hvaležnost, ganjenost in nejevero, da so lahko spregovorili. To je bilo opazno predvsem med pripadniki italijanske manjšine v Piranu in med slovenskimi zamejci v Trstu, s tem, da so slovenski zamejci v Trstu vseeno močnejše povezani v pripadnosti skupinski identiteti žrtev fašizma, italijanska manjšina v Sloveniji pa je še vedno zaznamovana z nezavednim strahom pred komunizmom in o svojih izkušnjah le s težavo govori s pripadniki večine.

Po vsakem uvodnem predavanju smo udeležence spodbudili k udeležbi na delavniškem delu, kjer jim je bilo naročeno, naj izberejo eno izmed fotografij na mizi in ob njej delijo svoje misli, občutke, asociacije in spomine. Prav zato, ker smo že na začetku opazili, kako močni odpori se lahko vzpostavijo, smo se – da bi se izognili preintenzivnim obrambnim odzivom – odločili uporabiti fotografije kot metaforični most do kulturnega nezavednega in kulturnih kompleksov. Delovale so kot nekakšne ,projekcijske karte', prek katerih so se lahko vsebine varneje in bolj posredno izrazile.

Uporabili smo raznolike arhivske zgodovinske fotografije slovenskih, tržaških in drugih fotografov, ki so beležili življenje ob meji med drugo svetovno vojno in v obdobju po njej. Med njimi je tržaški fotograf Mario Magajna, ki je dokumentiral vsakdan slovenskih zamejcev v Trstu v času vojne. V zgodovinskem arhivu v Rovinju smo odkrili tudi fotografije istrskih izgnancev, ki so bili prisiljeni zapustiti svoje vasi. Primorski fotograf Zdenko Bombek pa je v povojnih letih vztrajno beležil življenje v Istri ter spremljal usode ljudi, ki so se priseljevali v ta zapleteni konglomerat identitet. Vse omenjene fotografije so bile objavljene v knjigi *V tišini spomina*, muzeji in arhivi pa so nam kasneje dovolili tudi njihovo uporabo na delavnicah. V nadaljevanju delavnic *Re4Healing* smo dodali še fotografije Muzeja novejšje zgodovine Slovenije, ki prikazujejo partizanske boje v zadnjih dneh druge svetovne vojne in zajemajo širše območje od Gorice pa vse do Celovca.

Slika 1

Delavnica Moja zgodba iz tišine, Sklad Mitja Čuk, 25. 2. 2023 (osebni arhiv avtorice).



Prizori iz vsakodnevnega življenja so na delavnicah predstavljali izhodišče za približevanje osebno in kolektivno občutljivim vsebinam obmejne zgodovine brez neposrednega odpiranja ali verbalizacije travmatične vsebine. Praviloma so udeleženci po njih segli, še preden smo jim razložili kontekst in pomen delavnic, po čemer lahko sklepamo, da so podobe pogosto delovale kot pomembna spodbuda za odpiranje spominov, asociacij in čustvenega odziva. Opažanja z delavnic so povezana tudi s tem, da se je v povezavi s spomini najprej aktiviral kulturni kompleks, šele nato osebni, in tudi če je bil osebni kompleks travmatičen, je to posamezniku omogočilo varnejši vstop v potencialno obremenjujočo zgodbo.

Skupine so bile vodene v prisotnosti najmanj dveh terapevtk, kar je omogočalo trdnejši *holding* (prvi cikel delavnic je potekal v sodelovanju z geštalt terapevtko Damjano Jurman in Nevo Felicijan, realitetno svetovalko iz Centra za psihoterapijo in psihosocialno pomoč Koper), v ozadju lokacije pa je bila vedno prisotna tudi antropologinja (dr. Katja Hrobat Virloget), ki je proces spremljala z opazovanjem in čustvenim beleženjem vtisov. Delavnice smo snemali, kar predstavlja uveljavljen del antropološke raziskovalne metodologije, ter na tej osnovi pridobili transkripte pogovorov. Ti so nam omogočili bolj objektivno

opazovanje procesov in kasnejšo poglobljeno analizo pri pisanju člankov. Zaradi občutljivosti zbiranja osebnih podatkov smo udeležence že na začetku seznanili z raziskovalnim namenom delavnic ter jih obvestili o snemanju. Njihove zgodbe in zapise hranimo v skladu z etičnimi smernicami za varovanje osebnih podatkov, v ustrezno zaščitene in zaklenjene mapah. Pričevanja se uporabljajo izključno v raziskovalne namene, kot so znanstveni prispevki, predstavitve na konferencah in podobno, pri čemer so vsa imena udeležencev spremenjena.

Poplavo spominov na delavnicah je bilo včasih težko ustaviti. Tudi zato smo udeležence povabili, naj nam po delavnici napišejo svojo zgodbo in jo pošljejo po elektronski ali navadni pošti. Ponujen je bil tudi razbremenilni pogovor s katero od terapevtk, za primer, če je oseba po deljenju zgodbe ostala v čustvenem krču ali stiski. Od več kot 60 udeležencev smo prejeli 22 zapisanih zgodb pripadnikov različnih narodnih in etničnih manjšin v regiji. Zaključni del projekta je bil povezan z uličnim aktivizmom, v okviru katerega smo izseke iz zgodb v obeh jezikih uporabili za nekajdnevno prostorsko instalacijo na koprskih ulicah, kjer smo na stekla trgovin nekoč izpraznjenega mesta simbolično vrnili tako zgodbe tistih, ki so odšli, kot tistih, ki so prišli. Zanimivo je bilo opazovati nepoznavanje zgodovine med mladimi, ki niso razumeli konteksta napisov, prav tako pa niso bili seznanjeni z zgodovino kraja. Na zaključni prireditvi in okrogli mizi, ki je sledila pogovoru s Stefanom Luso, pripadnikom italijanske manjšine v Kopru, in psihoanalitikom dr. Paolom Fondo, slovenskim zamejcem v Trstu, je Stefano Lusa komentiral:

»Nisem si mislil, da bom doživel kaj takega, kot se je zgodilo zdaj [z napisi]. Ti napisi niso politično korektni. So zelo močni. Vplivajo nate ... Zdi se mi, da če bi šli po uradnih poteh, če bi to poskušali izvesti institucionalno, bi vložili veliko denarja in truda, imeli bi veliko sestankov, veliko razprav, nato pa bi ugotovili, da je morda ta napis premočan, da bi morali postaviti nekaj drugega in tako naprej ... Mislil sem, da bodo ti napisi izbrisani v treh urah. Zelo sem vesel, ne morem verjeti, da so ti napisi še danes prisotni po vsem Kopru ... Za to sobivanje imamo idejo, da je treba veliko dati, v denarju in projektih, da se je treba potruditi ... S šestimi evri ste naredili nekaj, kar je za Koper nepredstavljivo ... In dejstvo, da so trgovci pristali na to! To je mali čudež ... Mislim, da ste ta teden naredili več za idejo naše skupne zgodovine, za to, kar je bila, kot vsa pretekla desetletja.« (Hrobat Virloget, 2023b, str. 48)

Slika 2

»Med nami in njimi je potekala nevidna meja ...«, fotografija prostorske instalacije na vitrini čevljarke delavnice v starem mestnem jedru Kopra (osebni arhiv avtorice).



Zaradi izjemno pozitivnih odzivov na projekt *Moja zgodba iz tišine* ter spodbudnega sprejema v mednarodni jungovski skupnosti po konferenci v Ljubljani smo se odločili poiskati nove vire financiranja. Konec leta 2024 smo bili z interdisciplinarnim projektom *Re4Healing – Čezmejno spominjanje, povezovanje, obnavljanje in odpornost* uspešni na pomembnem evropskem razpisu. Tokrat smo projekt razširili z vključitvijo širše interdisciplinarne ekipe, ki združuje psihoterapevte, antropologe, zgodovinarje in učitelje. Vodilni partner projekta je Fakulteta za humanistične študije Univerze na Primorskem, sodelujejo pa še Visoka pedagoška šola v Celovcu, Zavod Epiona, Quarantasettezeroquattro in Fixmedia. Podporo projektu je izrazil tudi Direktorat za kulturno dediščino Ministrstva za kulturo Republike Slovenije.

Iz prvotne potrebe po odpiranju tišine, ki obdaja obmejne spomine te kompleksne regije, se je razvila zamisel o dokumentarnem filmu, posvečenem neizgovorjenim spominom in glasovom večetničnega obmejnega prostora. Film bo premierno predstavljen letos poleti, v prihodnje pa bo služil predvsem kot izobraževalno orodje za mlajše generacije pri razumevanju kompleksnosti tega območja. Projekt smo nadgradili z novimi umetnostno-terapevtskimi delavnicami, javnimi razpravami, konferenco, okroglimi mizami ter vodenimi sprehodi po poteh spomina obeh skupnosti. Tudi tokrat je bil osrednji cilj projekta vzpostaviti empatičen dialog med utišanimi in pogosto konfliktnimi spomini na obeh straneh meje.

Ustvarjalno-terapevtske delavnice v okviru projekta *Re4Healing* so bile usmerjene v kreativno pisanje ter raziskovanje zamrznjenega žalovanja preko t. i. *zamrznjenega objekta*. Udeležence smo že v vabilu spodbudili, naj na delavnico prinesejo fotografijo ali predmet s posebnim osebnim pomenom, ki jih povezuje z mejo ali povojnim obdobjem. Na podlagi izkušenj z delavnic *Moja zgodba iz tišine* in zavedanja, kako hitro se lahko pojavijo odpori, smo tudi tokrat uporabili projekcijske fotografije, ki smo jim dodali še OH-projekcijske karte za dodatno podporo pri izražanju. Srečanje se je začelo s kratkim uvodom v projekt, sledila je psihoedukacija o travmi, pomenu verbalizacije ter vlogi reflektivnega pisanja. Delavniški proces se je nadaljeval s 15-minutnim reflektivnim pisanjem o prinesenem predmetu, šele nato sta sledila skupinska razprava in deljenje izkušenj.

Takšen pristop se je izkazal za bolj usmerjenega in varnejšega, saj je posameznikom omogočil večjo čustveno regulacijo – udeleženci so se lahko najprej v tišini srečali s svojimi občutki in jih ubesedili ter jih šele nato delili v intimnem prostoru skupine. Za nekatere je bil ta proces zelo zahteven; potem ko so svojo zgodbo povedali ali jo prebrali, so delavnico zapustili, saj se niso zmogli soočiti s skupino, pogledom drugega ali lastno življenjsko pripovedjo. V teh trenutkih je bilo mogoče zaznati veliko bolečine. Kljub temu je takšna izkušnja predstavljala pomemben prvi stik z občutki žalosti, nepripadnosti in zapletene identitete ter vprašanji pripadnosti, s katerimi se srečujemo prebivalci tega prostora.

Slike 3, 4, 5

Povezovalni objekti, ki so jih s seboj prinesli udeleženci različnih delavnic, (osebni arhiv avtorice).



Osnovna ideja raziskovanja konfliktnih in polariziranih skupin prek ustvarjalno-terapevtskih delavnic se je izraziteje razvila prav v okviru projekta *Re4Healing*, zagotovo tudi zaradi izkušenj na delavnicah *Moja zgodba iz tišine*. Delavnice so tokrat potekale na širšem območju regije – v Kopru, Nabrežini, Celovcu, Novi Gorici in na Opčinah – od aprila do septembra 2025. Na delavnice *Moja zgodba iz tišine* so prihajali predvsem pripadniki iste narodnostne skupine ali manjšine, pri čemer so prevladovali potrjevanje, verbalizacija in viktimizacija specifične izbrane travme skupnosti – tako slovenskih zamejcev v Italiji kot italijanske manjšine v Sloveniji.

Bolj zanimiva je bila dinamika mešanih skupin, ki se je začela oblikovati z večjo prepoznavnostjo projekta *Re4Healing*. Tako v Kopru kot v Nabrežini so delavnice obiskovali udeleženci iz obeh skupnosti, približno polovica slovenskih in polovica italijanskih (ter pripadniki različnih manjšin). Opazno je bilo, da so se udeleženci že ob vstopu v prostor intuitivno razporedili glede na nacionalno pripadnost, vsak na svojo stran prostora. V takšnih okoliščinah je bila vloga terapevta nekoliko drugačna kot na prvih delavnicah, čeprav sta zagotavljanje občutka varnosti in t. i. 'holding' ostajala v ospredju. Pri mešanih skupinah sta bila še posebej pomembna vzpostavitev dialoga med obema stranema ter postopno grajenje mostov med udeleženci. Terapevt je moral pogosto zdržati različne projekcije, hkrati pa umirjati, predelovati in pomagati regulirati včasih intenzivna čustva. Takšno delo je zahtevalo veliko notranje stabilnosti in čustvene vzdržljivosti, saj je bilo ključno zavestno ostajanje izven polarizacij ter ohranjanje odprtega, povezovalnega prostora.

Vsako delavnico je spremljalo tolmačenje, kar je omogočilo, da so bile zgodbe dostopne tudi udeležencem, ki niso znali obeh jezikov. V poteku delavnic se je potrdila predpostavka o pomembnosti empatičnega poslušanja Drugega in njegove izkušnje, in to kljub temu, da so ostajali prisotni številni strahovi, projekcije in nezavedni odpori do Drugega, zlasti med pripadniki starejše generacije. Odzivi udeležencev so jasno pokazali, da se jim zdi, da je takšnih soočenj bistveno premalo – pogost odziv je bil, da se jim zdi, da ni dovolj prostorov, kjer bi se ljudje lahko resnično srečevali, poslušali in govorili. Prav pomanjkanje medsebojnega poznavanja namreč odpira prostor za projekcije neznanega, ki pogosto hranijo strah in poglabljajo razkole.

Pričevanje udeleženke delavnice v Nabrežini, ki se je dveh srečanj v okviru projekta Re4Healing udeležila skupaj s svojo mamo – ezulko, italijansko izgnanko iz Kopra, kasneje živečo v Bologni. Zanj so delavnice predstavljale prostor in proces raziskovanja osebne ter družinske identitete:

»Vsi smo sestavljeni iz drobcev družinskih zgodb, kolektivnih spominov, skupnih ali nasprotujočih si kultur, okusov, ki nas nasitijo in zadovoljijo že ob prvem grižljaju, ter vonjev, ki nas omamijo, ko prebudijo preteklost; iz krajev, ki nam pripadajo, tudi če tam nikoli nismo bili; iz glasbe, ki nas požene v ples, in pesmi, ki se nas dotaknejo in nas ganejo, kot da bi jih poznali od nekdaj. Toliko je informacij, ki jih je treba ponovno sestaviti, in mislim, da je res vredno izkoristiti takšne skupnostne priložnosti, da to storimo. Vse te besede mi dajejo občutek udobja, in tudi takrat, ko mi je neudobno, se počutim sprejeto in povabljen, da ostanem, čeprav nisem neposredna priča obmejne zgodovine. Danes se ne počutim več neprimerno ali izključeno. Počutim se del skupne izkušnje, ki ima lahko smisel tako za razmislek o Zgodovini z veliko začetnico kot tudi za zdravljenje moje osebne zgodbe: za razumevanje naših notranjih meja, preseganje razlik med starši in otroki ter premagovanje družinskih konfliktov z močjo poslušanja. Odkrivam, da v majhnosti mojega intimnega prostora obstaja ista geografija.«

9. Zaključek

Skupinske izkušnje in soočenja v okviru delavnic so se izkazala za izredno dragocena. Omogočila so ne le poglobljeno razumevanje lastnih medgeneracijskih zgodb, temveč tudi vpogled v procese, skozi katere se v skupinah – sicer počasi, ob izrazitih odporih in previdnosti – vendarle vzpostavljajo zaupanje, sprejemanje drugačnosti in empatija do Drugega. Izkazalo se je, da že odprtost in iskreno zanimanje za Drugega zadostujeta za vzpostavitev stika, ki omogoča vstop v zahteven proces razkrajanja projekcij ter predelovanja žalosti, jeze in zapletene zgodovine teh krajev.

Za nekatere udeležence so bile delavnice prvi prostor, v katerem so lahko reflektirali kompleksno zgodovino regije ter zgodovino lastnih družin v skupini. Nekateri so se delavnic udeležili večkrat, s čimer so ne le podprli iniciativo, temveč tudi prispevali k občutku, da ta presega individualno ali zgolj projektno raven ter ima velik pomen tudi za širšo skupnost. Posebej ganljiva so bila srečanja, na katerih so se delavnic udeleževali posamezniki skupaj s svojimi starši. Tako smo imeli priložnost prisluhniti pripovedim potomcev ezulov ter zaznati njihovo jezo, žalost in nepredelano bolečino, ki jo je pogosto vzdrževala dolgotrajna tišina. Poslušali pa smo tudi zgodbe Slovencev v Italiji, o krivicah, ki so skozi več generacij oblikovale njihove družinske in kolektivne pripovedi kot posledice fašističnega nasilja.

Pri delu v skupinah in na delavnicah se je pokazalo, da je prenos travmatičnih izkušenj iz prve generacije v drugo pogosto še v veliki meri nezaveden. Avtorica opazuje, da pripadniki druge generacije na podlagi opisanih delavniških izkušenj ostajajo identificirani z družinsko zgodbo, pri čemer je čustveni odziv pogosto odsoten ali omejen; čustva ostajajo zamrznjena in nepredelana. Tretja generacija pa na neki način lažje vstopa v refleksijo in verbalizacijo: travma se je izražala skozi čustva, jok in potrebo po verbalizaciji, čeprav posamezniki teh izkušenj nikoli niso neposredno doživeli. Vendar pa čustveno breme pogosto izhaja prav iz nezmožnosti čustvovanja prejšnje generacije, kar kaže na kompleksne dinamike medgeneracijskega prenosa.

Prispevek zaključujemo z Jungovo mislijo, ki glede usode družin natančno povzema bistvo obravnavane tematike:

»Ne poznam odgovora na vprašanje, ali je karma, ki jo živim, rezultat mojega preteklega življenja ali pa morda uspeha mojih prednikov, katerih dediščina se združuje v meni. Ali sem kombinacija življenja prednikov in spet utelesam njihovo življenje? Ali sem predtem že živel kot določena oseba in sem v tistem življenju prišel tako daleč, da zdaj lahko iščem rešitev? Tega ne vem. Buda je pustil to odprto in lahko bi domneval, da tega ni vedel z vso gotovostjo.« (Jung, 1989, str. 328)

Upam, da mi je s pričujočim prispevkom uspelo osvetliti kompleksnost zastavljenih projektov in procesov, ki so sledili, ter prikazati, kako se lahko z različnimi dejavnostmi začne postopoma odpirati zamrznjene tudi kolektivne plasti žalosti, prisotne v nezavednem. Raziskovanje nadaljujemo v prihodnjih letih z novimi ustvarjalno-terapevtskimi ter izkustveno-gibalnimi delavnicami v okviru konzorcija *Mladi v pokrajini spomina – za mir, zdravje in prihodnost*, ki ga bo v obdobju 2026–2028 v kontekstu programa profesionalizacije nevladnih organizacij v regiji sofinanciralo Ministrstvo za javno upravo Republike Slovenije in kjer bomo z novimi partnerji pridobljeno znanje nadgradili v publikacijo,

razvoj psihoedukativnih delavnic za mlade ter oblikovanje družabne igre in simbolnih spominkov miru na temo vojne in miru ter konfliktnih spominov v primorski regiji. Raziskovanje vpliva migracij, vojn in medgeneracijskega prenosa pa skupaj s psihiatrinjo in jungovsko analitičarko Chiaro Caprí nadaljujemo tudi v okviru mednarodne zveze IAAP, s projektom *Neslišane zgodbe*, v katerem bova sistematično preučevali, kako vojne, migracije in neslišane zgodbe oblikujejo identiteto in občutek pripadnosti ljudi v 21. stoletju. Vprašalniki so v več jezikih objavljeni na spletni strani Zavoda Epiona, zato toplo vabljeni k sodelovanju. Marca 2025 je iniciativo finančno podprl tudi akademski komite Mednarodne zveze za analitično psihologijo IAAP.

Viri

- Ballinger, P. (2003). *History in exile: Memory and identity at the borders of the Balkans*. Princeton University Press.
- Fonda, P. (2022). *When war overwhelms us*. Centro Veneto di Psicoanalisi – Libero and Zora Polojaz Foundation, International Meeting: Psychoanalytic Thinking and Experience of War. <https://psihoanalitiki-ipa.si/wp-content/uploads/2023/10/Fonda-WhenWarOverwhelmsUs.pdf>
- Gombač, J. (2005). *Ezuli ali optanti? Zgodovinski primer v luči sodobne teorije*. Založba ZRC.
- Hrobat Virloget, K. (2021). *V tišini spomina: »Eksodus« in Istra*. Založba Univerze na Primorskem in Založništvo tržaškega tiska.
- Hrobat Virloget, K. (2023a). *Silences and divided memories: The exodus and its legacy in postwar Istrian society*. Berghahn Books.
- Hrobat Virloget, K. (2023b). Un-silencing traumatic memories along the Slovenian-Italian border: The case of psychotherapeutic and anthropological workshops. *Etnološka tribina*, 53(46), 41–61.
- Jung, C. G. (1989). *Spomini, sanje, misli*. DZS.
- Jung, C. G. (2014). *Civilization in transition* (Collected Works of C. G. Jung, Vol. 10). Princeton University Press.
- Kalc, A. (2019). The other side of the »Istrian exodus«: Immigration and social restoration in Slovenian coastal towns in the 1950s. *Dve domovini*, 49, 145–162.
- Kassabova, K. (2024). *Meja*. Žepna Beletrina.
- Singer, T. in Kimbles, S. L. (2004). *The cultural complex: Contemporary Jungian perspectives on psyche and society*. Routledge.
- Švara, M. in Virloget, K. H. (2024). My Silent Story: Conflicted Memories, Silences and Intergenerational Traumas. *The Journal of Analytical Psychology*, 69(2), 298–322. <https://doi.org/10.1111/1468-5922.12996>
- Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Penguin Books.
- Volk, S. (2003). *Istra v Trstu: Naselitev istrskih in dalmatinskih ezulov in nacionalna bonifikacija na Tržaškem 1954–1966*. Univerza na Primorskem; Znanstveno-raziskovalno središče; Zgodovinsko društvo za južno Primorsko.
- Volkan, V. (1999). The tree model: A comprehensive psychopolitical approach to unofficial diplomacy and the reduction of ethnic tension. *Mind and Human Interaction*, 10, 142–206.
- Volkan, V. (2009). Large-group identity: »Us and them« polarizations in the international arena. *Psychoanalysis, Culture & Society*, 14(1), 4–15. <https://doi.org/10.1057/pcs.2008.50>
- Volkan, V. D. (2015). *Enemies on the couch: A psychopolitical journey through war and peace*. Pitchstone Publishing.
- Volkan, V. D. in Fowler, J. C. (2009). Large-group narcissism and political leaders with narcissistic personality organization. *Psychiatric Annals*, 39(4), 214–222.
- Volkan, V. D., Ast, G. in Greer, W. F., Jr. (2002). *The Third Reich in the unconscious: Transgenerational transmission and its consequences*. Brunner-Routledge.
- Volkan, V. D. (2020). *Large-group psychology: Racism, societal divisions, narcissistic leaders, and who we are now*. Phoenix Publishing House.
- Winnicott, D. W. (1969). Berlin walls. V C. Winnicott, R. Shepherd in M. Davis (ur.), *D. W. Winnicott: Home is Where We Start From* (str. 221–227). W. W. Norton.
- Winnicott, D. W. (1971/2005). *Playing and reality*. Routledge.