

Strah pred maskami: spominjajo na človeka, pa vendar je z njimi "nekaj narobe"

Ali tudi vas "strese" ob pogledu na zamaskirane ljudi?

Na stotisoče Slovencev si je konec tedna ogledalo karnevalske povorke po vsej državi, a nekateri so se jim raje izognili v velikem loku. Mask se namreč bojijo.

Mnogi komaj čakajo, da pride pustni čas, ko se lahko našemijo, toda nekatere ob pogledu na poplavo mask v teh dneh kar strese, saj zamaskirani ljudje v njih vzbudijo nelagodje ali celo strah.

Psihologi pojasnjujejo, da maske popačijo videz tistega, ki jih nosi, in tako povzročijo, da je videti tuj in nenavaden. Pogosto ne vključujejo premikanja ust, zato se zdi, da glas prihaja od nikjer, kadar zamaskiranec spregovori. Maske pogosto spremenijo tudi obnašanje nosilca, saj jih številni nosijo zaradi preobrazbe v neki določen lik, v skladu s katerim se nato tudi vedejo, dodajajo.

S tem se strinja tudi **Mitja Perat**, direktor Inštituta za razvoj človeških virov, ki pravi: *"Maske nas poleg neprepoznavnosti nosilca 'oropajo' tudi za celo vrsto informacij, ki jih razbiramo v mimiki obraza v komunikaciji, večinoma povsem nezavedno. Ravno mimika je tista, po kateri se orientiramo, saj ves čas predelujemo informacije o skladju med besedno in nebesedno komunikacijo, več informacij o čustvenem stanju in razpoloženju dobimo iz same mimike in tona govora kot pa iz vsebine povedanega. To lahko povečuje občutek negotovosti, saj so čustva nekako skrita za masko, s tem pa morda tudi namera."*

So krivi Jason, Darth Vader in Hannibal?

Številni kot vzroke za strah pred maskami naštevajo filme, ki so si jih ogledali v poznih otroških ali zgodnjih najstniških letih, v katerih so glavni antagonisti nosili (ali bili) maske - na primer klovn Pennywise v seriji It/Tisto, Jason Vorhees v filmu *Petek 13.*, morilec z masko v filmu *Krik*, zlobni Joker v *Batmanu*, pa seveda Hannibal Lecter, Michael Myers in Darth Vader.

Perat pa meni, da filmi sicer lahko negativno povečujejo predstavo o "zamaskiranih", težko pa bi jo dejansko ustvarili. *"Avtorji grozljivk navadno izkoriščajo že obstoječe človeške ranljivosti in občutljivosti za strah ter jih samo še dodatno povečajo. Večinoma so prizori, kjer so junaki sami ali v majhni skupini, ponoči, ujeti, brez izhoda. Popačene podobe ljudem podobnih bitij, ki torej dovolj spominjajo na človeka, pa vendar je z njimi 'nekaj narobe' - kot na primer zombiji, zamaskiranci, ki se po možnosti še nenavadno gibljejo - sprožajo v večini ljudi določeno stopnjo nelagodja, saj znanstveniki ugotavljajo, da naj bi imelo to neskladje celo bioevolucijsko osnovo,"* pojasnjuje strokovnjak za človeške dejavnike, ki meni, da nas morda



Zakaj nekatere ob pogledu na maske preveva občutek nelagodja? Maske popačijo videz tistega, ki jih nosi, in tako povzročijo, da je videti tuj in nenavaden, pojasnjujejo strokovnjaki. Pogosto ne vključujejo premikanja ust, zato se zdi, da glas prihaja od nikoder, kadar zamaskiranec spregovori. Maske pogosto spremenijo tudi obnašanje nosilca, saj jih številni nosijo zaradi preobrazbe v neki določen lik, v skladu s katerim se nato tudi vedejo. Foto: EPA

” Popačene podobe ljudem podobnih bitij, ki torej dovolj spominjajo na človeka, pa vendar je z njimi 'nekaj narobe' - na primer zombiji, zamaskiranci, ki se po možnosti še nenavadno gibljejo - sprožajo v večini ljudi določeno stopnjo nelagodja, saj znanstveniki ugotavljajo, da naj bi imelo to neskladje celo bioevolucijsko osnovo. “

Mitja Perat, strokovnjak za človeške faktorje



Ali v klovnu vidite zabavljaka ali pošast? Foto: EPA

neproporcionalne, od normalnosti odstopajoče podobe, nezavedno spominjajo na bolezni, poškodbe ali celo izmaličenja.

Vse, samo klovnov ne!

Sinonim za strah pred maskami sicer nekako najpogosteje uteleša strah pred klovni, ki sta ga javno priznala tudi "mačozvezdnika" igralec **Johnny Depp** in raper **P. Diddy**. *"Nekaj je na tem poslikanem obrazu, za tem narejenim nasmeškom. Kot da tik pod površjem preži temačnost, potencial za čisto zlo,"* je potožil temnopolti zvezdnik.

Leta 2005 so organizatorji znamenitega rockfestivala na otoku Wight s tematsko zabavo "kavbojev in indijancev" z 10.000 našemljenimi ljudmi podrli svetovni rekord v največji zabavi v kostumih, leto dni pozneje pa so hoteli svoj rekord še izboljšati - obiskovalce so hoteli spodbuditi, da bi se vsi skupaj našemili v klovne. Vendar pa se je sprožila prava poplava prošelj obiskovalcev in tudi izvajalcev, ki so želeli priti na festival, a so se tako bali klovnovskih preoblek, da so organizatorji tematsko zabavo nazadnje morali odpovedati.

Lani jeseni je prebivalce Northamptona na smrt prestrašil neznanec s klovnovsko pobarvanim obrazom in oblačili ter z rdečo lasuljo na glavi - strašljivi klovni nikoli ni spregovoril, le strmел je vanje in jim občasno pomahal, k neki ženski pa je celo potrkal na hišna vrata in ji ponudil, da prebarva naoknice na oknih, čeprav s seboj ni imel barve.

Klovni kot najpogostejši "zamaskiranci"

"Vprašanje je, ali se ljudje res najbolj bojijo klovnov," pa razmišlja Perat. *"Klovni so morda najpogostejši 'zamaskiranci', saj se pojavljajo skozi vse leto ob različnih priložnostih, zabavah,"* pojasnjuje.

"Značilnost klovnov je tudi ta, da imajo poleg spremenjenega obraza groteskno spremenjene tudi druge dele telesa, neproporcionalno povečana stopala, hlače itd., tako da še dodatno porušijo ustaljene proporce med deli telesa, ki smo jih vajeni. Tudi obraz navadno hkrati izraža nasprotujoča si čustva, saj imajo nemalokrat klovni groteskno širok nasmeh, hkrati pa narisane solze pod očmi," dodaja.

Kako se spopasti s tem?

Z vprašanjem, kako se spopasti s strahom pred maskami, se sicer najpogosteje srečujejo otroški psihologi. Ti svetujejo, naj otroci najprej opazujejo odraslega, kako se počasi približuje maski, v naslednjem koraku naj z obraza zamaskiranega umakne masko in jo odloži, tako da se ji lahko otrok sam počasi približa in jo tudi razišče, če to želi. Predvsem pa svetujejo, naj se starši te težave lotevajo počasi in potrpežljivo.

Perat pojasnjuje, da fobija pomeni izogibanje situaciji ali objektu, ki v nas budi močne neprijetne občutke strahu, tako močne, da se jim pravzaprav želimo na vsak način izogniti. Strah čutimo takrat, so zaznamo, da smo v nevarnosti - telesni ali pa psihološki, anksioznost ali tesnoba pa zaznavamo takrat, ko čutimo vse tiste občutke strahu, kot bi bili ogroženi, pa nismo, pogosto pa se niti ne zavedamo, zakaj tako čutimo, dodaja.

"Strokovna obravnava je potrebna le, če strah ali celo fobija pomembno negativno vpliva na kakovost življenja, prognoza uspeha obravnave pa je kot pri večini specifičnih fobij zelo ugodna," sklene.

” **"Avtorji grozljivk navadno izkoriščajo že obstoječo človeško ranljivost in občutljivost za strah ter ju samo še dodatno povečajo. Večinoma so prizori, v katerih so junaki sami ali v majhni skupini, ponoči, ujeti, brez izhoda.** “

Perat o tem, da filmi lahko negativno povečujejo predstavo o "zamaskirancih", težko pa bi jo dejansko ustvarili



Neproporcionalne, od normalnosti odstopajoče podobe nas lahko nezavedno spominjajo na bolezni, poškodbe ali celo izmaličenja. Foto: EPA



Z vprašanjem, kako se spopasti s strahom pred maskami, se najpogosteje srečujejo otroški psihologi. Foto: EPA