

GRUPINIO ANALITINIO PATYRIMO PANAUDOJIMAS RUOŠIANT INDIVIDUALIOS PSICHODINAMINĖS PSICHOTERAPIJOS SPECIALISTUS

LIUDMILA ANDRIKIENĖ

SKAITYTA 2007 M. PER XV-ĄJĄ IPTK KONFERENCIJĄ

Kursai egzistuoja 15 metų. Dar viena sukaktis verčia ir apžvelgti rezultatus ir pamąstyti apie tai kas ir kaip vyksta. Galvojant apie 15 metų patyrimą man išsikristalizavo du praktiniai klausimai:

- kiek grupinio analitinio patyrimo panaudojimas buvo naudingas ruošiant psichoanalitiškai orientuotus individualius psichoterapeutus;
- kaip grupinė terapija sąveikauja su individualia ir ar grupinės terapijos valandos leidžia mažinti individualios terapijos valandų skaičių.

Šito pranešimo tikslas apžvelgti kursų istorija psichodinamikos aspektu. Nemanau, kad galėsiu padaryti kokias nors vienareikšmes išvadas, bet sieku pradėti diskusiją apie tai, kokie yra tokios programos privalumai ir kokios silpnosios pusės.

Šis pranešimas – tai pirmosios refleksijos apie tai, kokią įtaką tokia kursų struktūra turėjo kursantų vidinių intrapsichinių procesų psichodinamikai, kurso kaip grupės psichodinamikai bei psichoterapeutų grupės psichodinamikai.

Turi viltį, kad mano pastebėjimai gali būti naudingos ir grupinėms ir individualiems psichoterapeutams, kurie dirba su kursantais.

APRAŠOMOJI DALIS (IPTK PROGRAMOS SUSIKŪRIMO ISTORIJA, JOS SAVITUMAI)

Pirmąjį 1992 metų kursą pradėjo viena kursantų grupė. Mokymo programos pagrindinė struktūra išliko iki dabartinių kursų: mažosios grupės, grupinės supervizijos, teorinės paskaitos ir seminarai, ir tik sėkmingai užbaigus šią programos dalį, buvo pradama individuali psichoterapija ir darbo su pacientais individualios supervizijos. Pirmajame kurse buvo tik viena kursantų grupė, taigi visi grupiniai užsiėmimai – terapija, supervizijos ir teoriniai užsiėmimai vyko toje pačioje grupėje.

Tradicinis psichoanalitinės psichoterapijos mokymo modelis praktiškai atkartoja psichoanalizės mokymo schemą. Pradžioje - asmeninė psichoterapija, po to - teorinis mokymas ir individualios supervizijos.

IPTK kurso **struktūra** buvo novatoriška, niekur kitur nebuvo ir nėra tokios mokymo programos. Pagrindinis skirtumas nuo žinomų psichoanalitinės psichoterapijos mokymo programų – dalį asmeninės kursantų psichoterapijos sudarė grupinė psichoterapija. Buvo manoma, kad tai leistų sutrumpinti privalomos individualios psichoterapijos valandų skaičių nuo tradiciškai įprastų 240 valandų iki 100.

Kokie buvo **motyvai** sudaryti būtent tokią programą – t y derinti grupinę psichoterapiją ir asmeninę psichoterapiją? Tuo metu jie nebuvo diskutuojami; atrodė, kad tai savaime suprantama ir tik tai taip ir gali būti. Intuicija? Gal būt. Vėliau tai ne kartą buvo kursų organizatorių diskusijų objektu ir kiekviena kartą buvo prieinamas susitarimas išsaugoti esamą kurso struktūrą, nežiūrint net atsiradusių užpuolimų ir aršios kritikos iš išorės, kai atsirado kita psichoanalitinių psichoterapeutų ruošimo programa, kuri laikėsi tradicinių mokymo standartų.

Manau, kad reikėtų įvertinti ir specifinę istoriškai susiklosčiusią Lietuvos psichoterapeutų situaciją. Lietuvoje grupinė psichoterapija visada turėjo labai stiprias pozicijas. Praktiškai visi kurso organizatoriai turėjo didelį darbo su grupėmis patyrimą ir suprato grupinės analizės galimybes ir privalumus.

IPTK mažosios ir didžiosios terapinės grupės organizuojamos ir vedamos pagal S. H. Foulkes'o grupinės analizės modelį.

Antrą kursą pradėjo jau 36 kursantai, tai leido atskirti terapines grupės nuo supervizijų ir teorinių grupių. Tai leido šiek tiek išgryninti mažosios grupės psichodinamiką. Manau, kad tai pagerino mažosios grupės darbą.

Pradžioje visos grupės buvo uždaros – jos prasidėjo ir baigėsi po 2 metų.

Didelis ir mano galva svarbus pasikeitimas vyko tada, kai buvo nuspręsta apjungti vyresnių ir jaunesnių kursų klausytojus į vieną bendrą didžiąją grupę ir į lėtai atviras ilgalaikes mažąsias grupes. Tai leido formuoti besitęsiančios terapines grupes kultūrą. Nauji kursantai ateina į jau veikiančias grupes, kurias palieka tie, kurie baigia kursą.

Ruošiant antrąjį kursą, jau buvo diskutuojama apie pirmojo kurso rezultatus ir galimus pakeitimus. Nuo to laiko prasidėjo iki šiol egzistuojanti tradicija, kuri vėliau buvo formalizuota - privalomos supervizijų grupės kurso dėstytojams. Visi kurso terapeutai ir supervizoriai susirenka reguliariai 2 kartus per mėnesį ir svarsto visas mokymo procese atsirandančias problemas. Pradžioje visi sprendimai apie kursantus ir kursą buvo priimami šioje grupėje. Vėliau, kai dėstytojų grupė išaugo taip, kad pasidarė sunku priimti sprendimus, buvo atskirtas mokymo komitetas. Supervizijų grupė išliko kaip dėstytojų tobulinimosi instrumentas ir kaip idėjų, problemų, konfliktų verbalizavimo instrumentas. Taigi, **specifinė grupinės terapijos forma padeda formuoti ir dėstytojų korpusą, skatina emocijų ventiliaciją, sprendimų visapusišką svarstymą, skatina dėstytojų identifikacijos procesą.**

Dar viena inovacija – kursą baigusiu psichoterapeutų skatinimas jungtis į **regionines intervizių grupes** ir tam tikros pagalbos jiems organizavimas ir bandymas organizuoti tokios profesinės kvalifikacijos kėlimo formos administracinį patvirtinimą.

Labiausia kito teorinė kurso dalis. Pirmųjų dviejų kursų dalyviai buvo tik psichiatrai. Kai į mokymą atėjo psichologai ir bendrosios praktikos gydytojai, teko varijuoti teorinio kurso programą, įvesti specialiuosius išlyginamuosius kursus, kurie užpildo skirtingų kursantų teorines spragas. Per 15 kurso metų programą pastoviai tobulinama. Gal tai mūsų išaugusių galimybių pasekmė, o gal būt ir kursui nuo pat jo atsiradimo būdingo **atvirumo naujovėms, didesnio lankstumo ir adaptyvumo išraiška.**

Tokie yra pagrindiniai IPTK kurso ypatumai, kurie skiria jį nuo tradicinio psichoanalitinių psichoterapeutų ruošimo.

TEORINIS PAGRINDIMAS

Dabar norėčiau padaryti nedidelį ekskursą į teoriją.

Įdomus sutapimas – diskusijos apie tai, kaip vyksta psichoanalitikų ruošimas ir su kokiais sunkumais yra susiduriama atsirado psichoanalitinėje bendruomenėje ir spaudoje maždaug kartu su šiuo kursu.

Psichoanalitinis mokymas buvo pradėtas Berlyne 1924 metais. Berlyno psichoanalizės institutas tapo modeliu visiems IPA standartus atitinkantiems mokymo organizacijoms, o vėliau ir psichoanalitinių psichoterapeutų. Visi kandidatai privalo turėti analizę, kurią atlieka psichoanalitikas mokytojas, priklausąs atrinktai instituto grupei. Buvo laikoma, kad būtent **psichoanalitikai yra atsakingi už psichoanalitinio išsilavinimo standartų palaikymą mokymo įstaigoje. Ta pati mokerčių analitikų grupė įgyvendino ir kitus lavinimo ir organizacinius uždavinius.**

Praėjus 6 metams po pirmojo IPTK kurso pradžios Douglas Kirsner savo knygoje „Unfree associations inside psychoanalytic institutes“ (1998), kuri buvo parašyta remiantis 10 metų trukusia 4 vedančių JAV psichoanalizės mokymo institutų darbo analize, pažymi, kad jų politikai buvo būdinga tendencija užsiskleisti, o požiūris į teorinius skirtumus ir naujoves buvo giliai konservatyvus. Psichoanalizė, būdama pažangiu ir humanistiniu mokslu, instituciškai buvo organizuojama kaip religija.

Studija vaizdžiai parodė, kad tradicinio psichoanalitinio mokymo institucijų veiklai būdingas traumuojantis skilimo patyrimas. Gana uždarų psichoanalitinių mokymo institucijų viduje viešpatavo autoritarizmas, grupuočių valdžia, jėgos kovos ir intrigos.

Kaip teigia Leo Rangell, psichoanalizės srityje „**racionalusis argumentas ir mokslinis kalbėjimas ne visada dominuoja, nes yra nugalimi grupės psichologijos įtakos**“.

D. Kirsner teigia, kad psichoanalitinių mokymo institucijų istorija pasikartoja visose šalyse (nuo savęs drįstu pridurti, kad panašios tendencijos stebimos ir Lietuvoje): visi mokymo institutai yra panašiai organizuojami, greitai atsiranda keli konfliktuojantys vienetai, kurie ginčijasi dėl to, kas teisingiau įgyvendina mokymo standartus, kritikuoja kitus už ortodoksumą arba disidentiškumą, vis labiau nutolstant nuo praktinės realybės ir skylant į fanatiškas politines stovyklas.

Psichoanalizės mokymo institucijos tapo panašios į uždarus klubus, kur, remiantis Otto Kernbergo žodžiais, vyrauja griežtos doktrinos, kandidatai cituoja tik savo mokytojus, neretai ignoruodami alternatyvias psichoanalitines teorijas.

Kaip jau minėjau, IPTK kurse buvo naudojamas **S. H. Foulkes'o grupinės terapijos modelis**. Manau, kad negaliu sustoti čia prie išsamesnio modelio aprašymo, pasakysiu tik, kad jo teorinis pagrindas yra psichoanalitinė asmenybė, psichopatologijos ir gydymo samprata ir tai yra bandymas pritaikyti psichoanalitinį psichodinamikos supratimą terapinėse grupėse.

Kaip ir individualioji psichoterapija, psichoanalitinė grupinė psichoterapija laikosi nuostatos, kad pašamonino patyrimo integravimas į brandesnes sąmoningas psichinio funkcionavimo formas yra pagrindinis psichoterapijos tikslas. Terapijoje yra siekiama panaudoti visus kelius, ypač perkėlimo situacijos atveriamas galimybes patekti į individo asmenines istorijos konfliktines zonas ir padėti jiems išsąmoninti neproduktyvius jų infantilių konfliktų sprendimo būdus ir jų įtaką dabartiniam jų funkcionavimui bei pakeisti juos labiau integruotais, organizuotais ir brandžiais intrapsichiniais veiksmais. Gydymas remiasi paciento regresavimu terapijos procese prie tų lygių, kur jie nesėkmingai išsprendė raidos uždavinius arba liko fiksuoti dėl intrapsichinio konflikto.

Taigi, grupinės analizės **terapiniai principai yra tokie pat, kaip ir individualiosios psichoanalitinės psichoterapijos**.

Grupinėje psichoterapijoje regresiją stimuliuoja grupinis procesas ir svetimų objektų nerimas. Grupėje individas yra įtraukiamas į tarpasmeninio bendravimo matricas, tai sudaro ypatingą galimybę terapeutui stebėti jį aktyviai dalyvaujant interakcijose. Grupė suteikia galimybę patirti skirtingus perkėlimo aspektus per santykį su terapeutu, su kitais grupės nariais ir su atskiro grupės dalyvio pačios grupės kaip visumos įvaizdžiu.

Objektų ryšių teorijos praturtino psichoanalizę supratimu apie poreikio turėti ryšius pirmumą asmenybės formavimosi procese. Grupėje susiformuoja santykių tinklas vietoj diadinio ryšio su terapeutu, kuris **skatina pilnai pasireikšti visam grupės dalyvio objekto ryšių stiliui**. Grupė yra ideali aplinka, kurioje galima stebėti visą individo naudojamų psichologinių gynybų spektrą. Grupė leidžia atskleisti ir tai, koku laipsniu kiti jos dalyviai ir terapeutas traktuojami kaip atskiri individai.

Grupės **terapeuto uždavinys** yra toks pats, kaip individualioje terapijoje. Šiltas, neagresyvus ir gerbiantis ribas terapeutas siekia sukurti saugią ir palaikančią atmosferą grupėje. Pakankamai saugioje aplinkoje individas gali suprasti ir keisti savo vidines reakcijas ir anksčiau nekvestionuojamas ir net nežinomas idėjas apie gyvenimą ir tarpasmeninius santykius. Kartu terapeuto neutralumas grupėje atsirandančio nerimo įtakoje skatina jos dalyvių regresiją ir patologinių reakcijų pasireiškimą.

Saugiose palaikančios susivienijusios mažosios grupės rėmuose jos dalyviai gali laisvai bendrauti, išreikšti stiprius jausmus, kalbėti apie įvairius savo gyvenimo aspektus, įskaitant ir kurso gyvenimo realijas, ir stebėti tokio pasidalinimo poveikį.

Grupinė psichoterapija leidžia jos dalyviams gyvai įsitraukti į jos narių charakterologinių problemų išgyvenimą, grupė yra aktyvi ir ji skatina jos narių aktyvumą. Grupėje galima patirti ir naujai spręsti gėdos jausmo slopinamus konfliktus. Grupės palaikantis efektas pasireiškia per suvokimą, kad kiti jos nariai turi panašius norus, baimes ir pergyvenimus (tai yra per išgyvenimo universalumo patyrimą). Grupėje susidaro **ypač palanki atmosfera atskilusių savasties aspektų reintegravimui**.

Kaip teigia Melvinas Bornsteinas savo straipsnyje „Narcizmo problema psichoanalitinėse organizacijose: Valdžios uždaramas“ (2004), **toks mokymo organizavimo principas sukuria palankias sąlygas pažeidžiamumui, idealizacijos ir visagalybei**. Toks modelis skatina struktūrą, priminančią Freudo slaptą psichoanalizės gynimo komitetą, kuriame 5 išrinktieji nariai (Ernst Jones, Otto Rank, Sandor Ferenczi, Carl Abraham ir Hans Sachs) pastoviai idealizavo Freudą ir kovojo dėl jo meilės. Bornsteinas apžvelgia psichoanalizės institucijų istoriją iš jo įkūrėjo S. Freudo pradinio narcizinių pažeidžiamumo perspektyvos ir gynybinio idealizacijos ir visagalybes panaudojimo. Idealizacija ir visagalybė pasireiškė per frigidiską, pasikartojantį susirūpinimą psichoanalitinės minties grynumo išsaugojimu bei valdžios uždaramą, kuris buvo įtvirtintas mokymo institucijose.

Bornsteino nuomone, kai kurios psichoanalitinių institucijų problemos atsirado dėl **nepakankamo narcizmo problemos supratimo psichoanalizėje**.

Laimei, paskutiniųjų psichoanalizės raidos dekadų patyrimas rodo, kad psichoanalizėje atsiranda vis daugiau erdvės subjektyvumui ir teoriniam pliuralizmui integruoti. Savasties supratimas užėmė savo pelnytą vietą šalia varos, ego ir kitų esminių psichoanalizės sąvokų.

Savasties patyrimas formuojasi, kai vaikas mato savo intencijų ir vidinių būsenų atspindį motinos akyse. Tai leidžia jam atskirti, kas yra jis ir kas yra kitas.

S. H. Foulkes rašė apie veidrodinį atspindėjimą, kaip apie grupinės analizės terapinį faktorių. Veidrodinės reakcijos neišvengiamai atsiranda, kai grupė žmonių susitinka ir bendrauja. Asmuo mato save arba savo dalis atspindėtas kitų grupės dalyvių interakcijose. Žmonės reaguoja kaip jis arba priešingai. Žmogus pradeda pažinti save, remiantis tuo, kokias reakcijas jis sukelia kitiems.

Vaikas įveikia narcizmą formuodamas savęs vaizdą, kuris ateina iš išorės, kaip veidrodinis atspindėjimas ir padeda vaikui atskirti, kas yra jis ir kas – ne. Grupėje stebintys jos dalyvis gali lengviau atpažinti, kaip konfliktai ir problemos yra išverčiami į neurozinį elgesį. Tai 1963, 1964 metų Foulkes'o mintys.

Per 40 metų, veidrodinio atspindėjimo sąvoka vis dažniau ir dažniau pasirodydavo psichoanalitinėje literatūroje ir kaip terapinis faktorius, ir kaip raidos faktorius, siejamas su narcizmo problematika. Heinzo Kohuto veidrodinio perkėlimo samprata narcizinių pacientų analizėje ir veidrodinio atspindėjimo reikšmė sveikam narcizmui susiformuoti 1,5 – 3 metų vaiko raidoje tapo neginčijamos.

Narcizmo problemos kontekste norėčiau pasiremti Malcolmo Pines'o paskaita „Reflections on Mirroring“ Grupinės Analizės draugijos metiniame skaityme dar 1982 metais, kurioje jis mąsto apie savasties formavimosi procesą ir veidrodinio atspindėjimo reikšmę.

M. Pines kalba apie **objektyvųjį savasties jausmą** (objektive self-consciousness), be kurio neįmanomas bendradarbiavimas. Tai savasties įsisąmoninimo forma, kurios dėka mes jaučiame save socialinio pasaulio dalimi, suvokiame save kaip objektus, skirtingai nuo **subjektyvaus** savasties jausmo, kai žmogus yra pilnai susikoncentravęs į veiklą, į išorinius tikslus. Mes lyginame save su kitais, mokomės iš kitų.

Foulkes'o bazinis grupinės psichodinamikos dėsnis teigia, kad nežiūrint to, kad skirtingi grupės nariai gali išreikšti nukrypimus nuo grupės normų visa grupė visada atstovauja normą ir atspindi platesnės visuomenės ir kultūros atmosferą. Taigi, analitinė grupė gali būti demokratijos kontrolės forma, išmintingesnė, tolerantiškesnė, labiau priimanti ir labiau skatinanti įžvalgą nei bei koks individas, tame tarpe ir psichoterapeutas.

Foulkes vadino grupinę psichoterapiją „praktine ego treniruote“, kurios pagrindinis mechanizmas yra prisitaikymas. Tai nėra savęs prievartinis įbraukimas į socialines normas, bet prisitaikymas prie atsirandančios vidinės socialinės normos, prie tam tikros socialinės matricos, kurie išlieka kaip vidinis reikalavimas.

Dėmesio svyravimas grupėje nuo subjektyvaus prie objektyvaus savasties jausmo, nuo išorės prie savęs sudaro tam tikro vidinio ritmo modelį, kuris toks svarbus psichoterapeuto darbe.

Grupinės terapijos panaudojimas ruošiant psichoanalitinius psichoterapeutus, mano galva, padeda spręsti pagrindinę psichoanalitinio ruošimo problemą. Nuo pat mokymo pradžios kursantas funkcionuoja specialiai organizuotoje socialinėje situacijoje, kuri, skirtingai nuo tradicinių mokymo institutų, padeda įveikti izoliaciją, bejėgiškumą, leidžia pasijausti priimtu, skatina išreikšti save ir klausytis kitų. Grupė skatina socializacijos procesą, individas suvokia, kad jis nėra vienišas. Mažinama priklausomybė nuo grupės lyderio ir formuojasi orientacija į grupę.

Grupinės psichoterapijos ir pozityvios grupių dinamikos panaudojimas gali padėti aktualizuoti konfliktus, kurie lydi visų tradicinių psichoanalitinių mokymo institucijų gyvenimą, ir gali padėti juos perdirbti. Visų pirmą tai – valdžios problema, kuri tradicinės mokyklose spendžiama regresuojant prie archainių ir pakankamai destruktivių gynybos mechanizmų – skilimo, nuvertinimo idealizacijos, išveikos ir pan.

Atskirai noriu paminėti dalyvavimą **didžiojoje grupėje, kuris** leidžia kursantams pasiekti didžiosios grupės fenomeno išvalgą, patirti jos ypatingo poveikio galią, ypatingą energiją, kuri pasireiškia bendraujant tam tikram žmonių skaičiui, kuri gali būti panaudojama konstruktyviai, o gali pasukti ir destruktiviu keliu.

Didžioji grupė skatina primityvių, psichinio funkcionavimo formų, archainių gynybų pasireiškimą. Brandi didžioji grupė sugeba funkcionuoti M. Klein „depresinės pozicijos“ lygiu: tai yra sutalpinant skausmingus afektus, priimant ambivalentiškumą ir sugebant įveikti paranoidinės šizoidinės pozicijos skilimą ir projekcijas ir dalintis informacija tarp skirtingų nepriklausomų individų. Didžioji grupė didina savęs ir kitų įsisąmoninimo lygį, santykių ir tarpusavio priklausomybės suvokimą, formuoja savęs ir grupės vientisumo jausmą.

Konstruktyviai besivystančioje didžiojoje grupėje įtaką asmenybės brendimo procesui nagrinėjo A. C. Robinas Skinneris. Jis teigia, kad didieji grupė

- a) **Didinta dalyvių sugebėjimą toleruoti tylą.** Svarbūs kurso įvykiai iš pradžių apgaubiami tyla, kas didina emocinę įtampą ir skatina bėgimą į gynybas, ypač intelektualizaciją. Jei tokia gynyba yra įveikiama, didžioji grupė suteikia galimybę patirti bendro buvimo, nežodinės komunikacijos ir bendrumo tylą. Tai įmanoma tik tada, kai individas gali pamesti savo įprastas ribas, nepamesdamas savęs. Grupėje atsiranda galimybė laikinai atsisakyti savo tapatumo, grindžiamo profesinėmis ir socialinėmis rolėmis, tikslingu darymu ir pasitikėti gilesniu ikiverbaliniu buvimo patyrimu.
- b) **Leidžia įtvirtinti individo atskirą tapatumą** ir asmenines vertybes, nežiūrint destruktivios kitų grupės narų pavydo įtakos. Didžiojoje grupėje projektuojamas pavydo jausmą atkartoja visi kiti grupės nariai, kas ypač pasireiškia kaip **sunkumas šnekėti grupėje.**

Didžioji grupė, kurioje terapeutas nenaudoja į asmenybę nukreiptų interpretacijų, turi ypač svarbų vaidmenį formuojant analitinio psichoterapeuto tapatybę, skatinant profesinės brandos procesą, brandesnę ir realesnę savo motyvacijos įsisąmoninimą ir didinant profesionalų jautrumą toms problemoms ir bendravimo sritims, kur jų klientai gali turėti didžiausius sunkumus.

Didžiosios grupės patyrimas ypač pasitarnauja dirbant su labiau sutrikusiais pacientais, kur susiduriama su projekcine identifikacija ir kitomis archainėmis gynybomis, tapatumo praradimo nerimu ir kur iš terapeuto reikalaujama ne tiek interpretuoti, kiek sutalpinti, toleruoti buvimą kartu su pacientu ir jo skausmingomis būsenomis.

Manau, kad didžiosios grupės patyrimas ypač naudingas tiems psichoterapeutams, kuri dirba psichiatrinėse institucijose, psichiatrinėse skyriuose struktūrose, kur destruktiviosios didžiųjų grupių ir aplinkos tendencijos yra neišvengiamos. Manau, kad išvalga, pasiekta didžiųjų grupių darbe, padeda psichoterapeutui išsaugoti sugebėjimą nepriklausomai mąstyti ir neiškreipti realybės, kas neretai pasitaiko psichiatrinėse skyriuose arba visuomenėje.

Reikėtų pastebėti, kad Robinas Skinderis pataria, kad dėl ypatingai didelio didžiosios grupės destruktivumo pavojaus ir tendencijos idealizuoti grupės lyderį, **naudinga naudoti kelis didžiosios grupės terapeutus.**

Viena iš svarbių ir sunkių psichoterapeutų ruošimo programos dalių – **kandidatų atranka.** Tradiciniame psichoanalitinių psichoterapeutų ruošimo modelyje ribotas psichoterapeutų grupę atliekų kandidatų atrankos interviu. Nekalbant apie tai, kad tai yra sudėtingas uždavinys ir neišvengiamos klaidos, reikia paminėti ir tai, kad tai turi didelę įtaką būsimų individualių psichoterapeutų pasirinkimui. Jau šiame etape galia sutelkiama mažos mokančių psichoterapeutų grupės rankose.

IPTK kurse tokia atranka taip pat atliekama, bet tai tik pradinis etapas. Formaliai iki mokymo pabaigos kursantai turi įveikti dar du vertinimo etapus: diagnostinis paciento įvertinimo darbas po 2 metų studijų ir baigiamasis egzaminas bei psichoterapijos atvejo aprašymas studijų pabaigoje.

Savotišką psichoterapeutų atrankos funkciją atlieka ir dalyvavimas mažosiose ir didžiojoje grupėse. Kurse griežtai laikomasi terapijos konfidencialumo principo ir jokia informacija apie tai, kaip kursantas elgėsi arba jautėsi grupėse nėra panaudojama jo vertinimui, bet pats dalyvavimas grupėse skatina regresą prie asmeninių konfliktų arba asmenybės struktūros deficito pasireiškimą. Kartais kursantai tiesiog apsvarsto savo galimybes dirbti darbą susieta su tokia emocine įtampa. **Sugebėjimas produktyviai dalyvauti grupių darbe yra ir tam tikras asmenybės brandos rodiklis.** Gal būt, tai gali tapti šiek tiek didesnio iškritusių studentų skaičiaus priežastimi, bet be abejonės apsaugo ir specialistus ir pacientus nuo galimo nepakeliamo trauminio patyrimo ateityje.

DĖL GRUPINĖS TERAPIJOS ĮTAKOS INDIVIDUALIOS PSICHOTERAPIJOS PROCESUI

Tradiciškai **individuali kursanto psichoterapija** laikoma pagrindine ir svarbiausia mokymo proceso grandimi. Individualaus psichoterapeuta pozicija, vystantis perkėlimui suteikia jam didžiulę galią. Praktiškai kursantas pradeda studijas būdamas labai priklausomas nuo savo asmeninio psichoterapeuta, kuris uždaroje institucijos struktūroje, kurioje yra nedidelis dėstytojų skaičius ir kursantas priverstas susidurti su savo terapeutu kaip su dėstytoju, mokymo komiteto nariu ir pan. Būnant tokioje priklausomoje pozicijoje kursantui tenka spręsti formalius kurso administravimo klausimus, ginti savo teises arba terapijoje kritikuoti terapeutą, kuris yra ir administracijos narys.

IPTK kurso modelyje asmeninis psichoterapinis patyrimas prasideda grupėse, kur santykis su grupės terapeutu neskatina tokio didelio regreso į priklausomybę. Be grupės terapeuta yra dar ir didžiosios grupės terapeutas bei ryšys su mažąja ir didžiąja grupėmis. Tokia mokymo kurso struktūra skatina didesnę kursantų laisvę vertinti mokymo procesą, dėstytojus, supervizorius. Jie pasirenka individualius terapeutus ir supervizorius ne atsitiktinai, bet remiantis 2 metų patyrimu.

Kaip žinome, lazda turi du galus. Tas antrasis galas – tai **įtaka, kuria grupinę terapiją daro individualios psichoterapijos procesui.** Manau, kad šitos refleksijos yra ypač svarbios kurso psichoterapeutams.

Individuali psichoterapija prasidėjo pasibaigus mažosioms grupėms ir dar besitęsiant didžiąjai grupei. Galvoju, kad šis faktorius turėjo didelę įtaką visai asmeninei psichoterapijai ir galėjo net nulemti kai kurių asmeninių psichoterapijų nesėkmes. Manau, kad galėjo taip atsitikti, kad individualūs psichoterapeutai nebuvo pilnai įsisąmoninę, kad iš esmės į terapiją ateina kursantas, kuris tik ką patyrė išsiskyrimo traumą.

Grupinės terapijos laikas yra ribotas, tai nėra terapija su atvira pabaiga, kas yra ypač svarbu psichoanalitikai orientuotai psichoterapijai. Vienas iš esminių dalykų, kuris leidžia užtikrinti pakankamą saugumo lygį psichoterapijoje, taip pat ir grupinėje, yra žinojimas, kad terapeutas arba terapinė grupė bus

pacientui prieinama tiek, kiek jam to reikės. Tai leidžia surizikuoti išreikšti jausmus ir impulsus, kurie grasina nutraukti prisirišimą, netekti objekto.

Mes pradedame individualią psichoterapiją su kursantais, kurie tik ką nutraukė grupinę psichoterapiją. Sąmoningai panaudojau žodį „nutraukė“ o ne „užbaigė“.

Besitęsiančios grupinės kultūros fenomeną pavyko tik didžiojoje grupėje. Buvo planuojama tai daryti ir mažosiose grupėse, bet ne visada tai pavykdavo įgyvendinti. Tuo atveju, kai kursantai susirenka į naują grupę, kuri tęsiasi tik 2 metus, nemaža grupinio laiko dalis praeina dar nebrandžios grupės rėmuose, todėl į individualią psichoterapiją kursantai ateina ne visada suspėję perdirbti priklausomybės nuo grupės terapeuto arba priešiško jam stadijas ir pakankamai perdirbę išsiskyrimo su grupės terapeutu patyrimą. Kitais žodžiais, jie gali būti dar gedėjimo stadijoje. Labai svarbu turėti tai galvoje pradedant individualią psichoterapiją.

IŠVADOS

Drįstų teigti, kad **į pirmą klausimą apie grupinės psichoterapijos įtaką individualių psichoterapeutų ruošimui galima atsakyti pozityviai.**

Kurso struktūra padėjo išvengti dviejų pagrindinių psichoanalizės istorijai ir psichoanalitinėms mokymo įstaigoms būdingų neigiamų tendencijų :

- gynybinio pobūdžio konservatyvumo, kai griežtai laikomasi vieną kartą nustatytų standartų ir neįsileidžiamos naujos pažangios idėjos;
- skilimo pavojaus ir neadekvataus valdžios problemos sprendimo, kai visa valdžia susikoncentruoja mažojoje uždarojoje „geresnių“ mokačių terapeutų rankose.

Grupinė psichoterapija sukuria palankesnės sąlygos formuoti kursantų ir busimų psichoterapeutų profesiniam tapatumui.

Įvedamos grupinio bendradarbiavimo formos, kurios leidžia absolventams ateityje burtis į intervizių grupes, kas yra labai svarbi parama pradedančiam specialistui, susiduriant su perkėlimo ir kontraperkėlimo įtaka.

Sudaromos palankios sąlygos dėstytojų bendradarbiavimui, jų profesinės tapatybės palaikymui be destraktyvaus skilimo panaudojimo.

Antrasis klausimas apie galimybę sumažinti terapinių sesijų skaičių iki 100 yra sudėtingesnis. Manai, kad šiandien į šį klausimą dar negalima atsakyti vienareikšmiai.

Patyrimas rodo, kad kai kurie kursantai apsiriboja 100 terapinių sesijų skaičiumi, nors terapeutai ir yra tos nuomonės, kad terapijos procesas nėra užbaigtas.

Blogiausias variantas, kai kursantai terapijos pradžioje susitaria turėti terapiją su atvira pabaiga, o likus kelioms sesijoms iki 100 pareiškia, kad nutraukia terapiją. Akivaizdu, kad tokia pabaiga – tai pasipriešinimo išraiška. Lieka neperdirbti intrapsichiniai konfliktai, nekaltant jau apie terapijos užbaigimo stadiją.

Tai nėra specifinė IPTK kurso problema. Tas pats gali vykti ir po 240 sesijų, bet turint tik 100 terapinių sesijų terapeutas turi žymiai mažiau erdvės problemos perdirbimui.

Manau, kad **individualios psichoterapijos tikslas ruošiant busimus psichoterapeutus yra dvejopas:**

1. užtikrinti, kad psichoterapeutas turėtų pakankamai vidinių psichologinių resursų išgyventi ir konstruktyviai panaudoti psichologinę įtampą, kuri susidaro analitiškai orientuotos terapijos procese. Terapeutas turi turėti pakankama sugebėjimą įsisaugoti savo emocines reakcijas ir išvengti regreso prie masyvių neurozinio, o gal būt ir ribinio lygio gynybų panaudojimo; jis turi sugebėti panaudoti jas gilesniam paciento supratimui. Kitais žodžiais, terapeutas turi pasiekti tam tikrą asmenybės brandos lygį. Tam

uždaviniui pasiekti grupinės ir individualios psichoterapijos derinimas gali turėti tik pozityvią įtaką ir (atskirais atvejais, bet ne visada!) gali net leisti sutrumpinti individualios terapijos laiką.

2. uždavinys – leisti būsimam psichoterapeutui pačiam patirti psichoterapijos poveikį. Čia jau atsiranda vietos abejonėms, ar psichoterapeutai, kurie turėjo tik 100 terapinių sesijų galės ramiai susidurti su pacientų išgyvenimais, kurie gali atsirasti tik ilgalaikės psichoterapijos procese.

Su terapijos pradžioje nustatytais riboms gali būti siejamas ir tam tikras pavojus **visagalybės fantazijoms pasireikšti**: “jei kursuose planuojama 2 metų grupinė terapija ir 100 individualios psichoterapijos sesijų, reiškia per šį laiką geras psichoterapeutas turi suspėti išspręsti visas mano problemas. Jei taip neatsitinka, reiškia terapeutas blogas arba aš – rimtai sutrikęs.” (Kaip žinome, pagrindinis kursantų narcizinis nerimas ir sukasi aplink savo diagnozę).

Turint galvoje, kad mokomoji psichoterapija yra sunkesnė, nei paprastoji dėl didesnio pasipriešinimo, kuris yra sąlygojamas to, kad į terapiją pastoviai įsiterpia realūs santykiai su terapeutų, kurių neįmanoma visiškai eliminuoti, bei kurso, kaip grupinės aplinkos įtaka su jau būdinga stipria destruktivaus pobūdžio dinamika, jei ji nėra tikslingai perdirbama, be to, turint galvoje, kad pacientas ateina į asmeninę terapiją tuoj pat po grupinės terapijos terminavimo, šitie aplamai neįgyvendinami „superuždaviniai“ tampa dar labiau nutolę nuo realybės.

Kas galėtų sumažinti minėtus pavojus?

Jei pasirenkama 100 sesijų individuali psichoterapija, ji turi būti planuojama nuo pat terapijos pradžios. Terapiniame kontrakte turėtų būti aiškia suformuluotas pagrindinis konfliktas, į kurį yra fokusuojama psichoterapija. Maždaug nuo terapijos vidurio būtina pradėti dirbti su užbaigimu ir atsiskyrimu.

Labai svarbu, kad jau individualios terapijos pradžioje terapeutas įvertintų tikimybę tai padaryti ir nesiūlytų kursantui pradėti darbą, kuris negali būti užbaigtas per 100 sesijų.

Manau, kad tokia kurso struktūra užtikrina gilesnį ir visapusiškesnį kursantų paruošimą, kai kurių problemų perdirbimą, kurias geriau sprendžia grupinė psichoterapija, padeda formuoti psichoterapeuto identitetą ir išvengti tradiciniam psichoanalitikų ruošimui skilimo fenomenų.

Bet teigti, kad grupinis patyrimas leidžia sumažinti individualios psichoterapijos valandų skaičių iki 100 visiems kursantams, kol kas negaliu. Individuali ir grupinė psichoterapija sprendžia šiek tiek skirtingas intrapsichines problemas. Kai kuriems kursantams šito gali pakakti, kitiems (turiu nuojautą, kad daugumai) – ne.

Aš asmeniškai vis labiau linkstu prie nuomonės, kad individualios psichoterapijos laikas aplamai negali būti ribojamas programos reikalavimų. Su savo kursantais stengiuosi sudaryti terapinį kontraktą su atvira pabaiga.

Dar viena problema, kurią verta paminėti, tai atvejai, kai kursantai prieš įstodami mokytis jau buvo pradėję asmeninę psichoterapiją .

Kursų politika šiuo klausimu buvo suformuluota gana griežtai – asmeninė psichoterapija turi prasidėti tik pasibaigus grupinei psichoterapijai. Buvo galvojama apie tai, kaip padaryti grupinį darbą efektyviu: individuali psichoterapija grupinės psichoterapijos metu atitraukia nuo jos emocinę įtampą, sudaro sąlygas skėlimo gynybai.

Deja, nesu tikra, ar pakankamai dėmesio skyrėme tam, kaip tai atsiliepia individualiai psichoterapijai.

Tai nėra neišsprendžiamos problemos. Problemos tampa destruktiviomis, kai jos nėra įsisąmonintos, kai apie tai nėra reflektuojama. Kviečiu kolegas apie tai pagalvoti.

Tokie yra mūsų pamąstymai.

Planuodami šį pristatymą tikėjomės panaudoti ir statistines duomenis apie kursus baigusius ir nebaigusius kursantus ir net jų tolimesnio profesinio gyvenimo duomenis. Deja, nespėjome šito padaryti. Galiu tik paskatinti ką nors pratęsti mūsų pradėtą studiją panaudojant tą tokią informaciją

Jei atsirastų norinčių pareikšti savo nuomonę padiskutuoti, nesutikti arba iškelti dar mūsų nepastebėtas problemas, tada laikysiu, kad šio pranešimo tikslas pasiektas.

Literatūra:

- Bornstein M., The problem of narcissism in psychoanalytic organizations: The insularity of power. *Psychoanalytic Inquiry*, ed. J. Lichtenberg, vol. 24, Nr. 1, 2004
- Foulkes S. H., Anthony E. J., Group psychotherapy. The psychoanalytic approach. London. Penguin Books, 1963
- Foulkes S. H., Therapeutic group analysis. London: George Allen&Unwin, 1964
- Kernberg O., Institutional problems of psychoanalytic education, *J. Amer. Psychoanal. Ass.*, 34, 4, 19, 1986, p. 799
- Kirsner D., Unfree associations inside psychoanalytic institutes N/Y/ 1998
- Pines M., Reflections on mirroring, 1982
- Rangell L., A psychoanalytic perspective leading currently to the syndrome of the compromise of integrity', *Int. J. Psicho-Anal.*, p.6, 1988
- Rutan Stone, Psychoanalytic group psychotherapy
- Skinner A. C. R., The large group in training in, The large group