



TRANSFERENCE, RESONANCE AND INTERFERENCE

by David Boadella

Translated by Rusudan Beridze, Tangula Varshanidze

Corrected by Diana Nikolaishvili

დ. ბოადელა

გადატანა, რეზონანსი და ინტერფერენცია

ჯანსაღი აღზრდა, როგორც წესი, მიმდინარეობს მშობლებსა და ბავშვს შორის რეზონანსის საფუძველზე. იმ შემთხვევაში, როცა ბავშვის ემოციურ მოთხოვნილებებს ეჯახება დედის ან მამის მხრიდან, საწინააღმდეგო ემოციური გზავნილები, ადგილი აქვს ინტერფერენციის პატერნების ფორმირებას. გადატანა და კონტრგადატანა, ასევე, წარმოადგენენ ინტერფერენციის პატერნებს. მათი გაჩენა მოწმობს, რომ კლიენტსა და თერაპევტს შორის ურთიერთობაში, ანუ დამხმარესა და იმ პირს შორის, რომელსაც ეხმარებიან ხდება რაღაც ისეთი, რაც ზემოქმედებას ახდენს მათ ურთიერთობაზე. წარმოიშობა პატერნი, რომელიც არღვევს კონტაქტს. თუ ეს პატერნი გამოვლინდება კლიენტის მხრიდან, მას გადატანას უწოდებენ. თუ თერაპევტის მხრიდან - კონტრგადატანას.

გადატანის არსი მდგომარეობს კონტაქტის გარკვეული სახის დარღვევებში, რომელიც ასახავს ადამიანის ადრეული ინტერფერენციის პატერნების ისტორიას. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, უკვე არსებული ინტერფერენციის პატერნები მოქმედებენ ახალ ურთიერთობებზე და ამახინჯებენ მათ. თერაპიაში ინტერფერენციის განსხვავებულობა მდგომარეობს იმაში, რომ იგი ახდენს ცნობიერების ფოკუსირებას. როცა თერაპევტი მუშაობს გადატანაზე, იგი იწყებს, ინტერფერენციის გამოყენებას იმისათვის, რომ უფრო მეტი გაიგოს ხელისშემშლელ ფაქტორებზე. თუ ის წინააღმდეგობა, რასაც იგი იკვლევს, მდებარეობს თავად თერაპევტში, იგი მუშაობას იწყებს საკუთარ კონტრგადატანაზე, რათა მოიშოროს ის. ხოლო თუ კონტაქტზე ხელისშემშლელი ფაქტორები დაკავშირებულია კლიენტის პატერნებთან, მაშინ იგი, თერაპევტის დახმარებით იკვლევს იმას, რაც ხელს უშლის იყოს კონტაქტში, იგი მუშაობს თავის გადატანაზე და ახერხებს გავიდეს მის საზღვრებს გარეთ. ასეთ, ეგრეთ წოდებულ, „მეორე მხარეს მოხვედრას“, გასვლას „საზღვრებს მიღმა“ მიჰყავს იგი ახალი პატერნის - რეზონანსის აღმოცენებამდე.

პროცესი რთულდება იმით, რომ კლიენტსა და თერაპევტს შორის მიმდინარე კონტაქტზე ხელისშემშლელი ფაქტორები მოქმედებას იწყებენ ორივეზე ერთნაირად, მიუხედავად იმისა ვისგან არიან ისინი წამოსული. მიმდინარეობს ბრძოლა ინტერფერენციის პატერნებსა და რეზონანსის პატერნებს შორის. წარმოიდგინეთ რადიო, რომელიც კარგად არ არის დარეგულირებული, ასეთ შემთხვევაში თქვენ შეგიძლიათ მოისმინოთ პროგრამის მხოლოდ ერთი ნახევარი, ხოლო მეორე ნახევარი შემდგარი იქნება ერთმანეთში შერეული ხმებისაგან, რომლის მოსმენის სურვილიც კი არ გაგიჩნდებათ. იმისათვის, რომ მიიღოთ სუფთა სიგნალი, აუცილებელია იგი გასწორებული იქნას საჭირო ტალღაზე. სწორედ ასე მიმდინარეობს ინტერფერენციიდან გათავისუფლება.

„პატერნის რეზონანსის“ არსი მდგომარეობს ბონდინგის (Бондинг) (ბავშვის ნორმალური ფსიქიკური განვითარების საფუძველი) თავისებურებებში მშობელსა და ბავშვს ან ორ ზრდასრულ ადამიანს შორის, რომლებიც ერთად მუშაობენ არსებულ პრობლემაზე. როცა ჩვენ ვსაუბრობთ „ინტერფერენციის პატერნებზე“, ჩვენ ვლაპარაკობთ ბონდინგში დარღვევების შესახებ, მაგალითად: ბონდინგის ბლოკირება ან ფსევდო - ბონდინგი. შემდგომში ჩვენ უფრო დეტალურად განვიხილავთ ამ დარღვევებსა და პატერნებს.

მიჯაჭვულობა და განკერძოება

მინდა ყურადღება გავამახვილო რეზონანსის დარღვევის ორ პოლუსზე, იმიტომ რომ უკიდურესი შემთხვევების გარკვევისას ადვილი იყოს გასაგებად კონტაქტის ნაკლებად გამოხატული დამახინჯებები. ეს პოლუსებია ზე - მიჯაჭვულობა და ზე-განკერძოება (ან ზედამოუკიდებლობა). თერაპევტის ზე-განკერძოება შეინიშნება კლასიკურ სიტუაციაში, ისტორიულად აღწერილ, ზოგიერთი სახის ადრეულ ანალიტიკურ თერაპიაში, სადაც თერაპევტი ხდება „ზეპროფესიონალი“. მაგალითად: იგი ზომავს დისტანციას მასა და კლიენტს შორის შემდეგი სახით: „თუ მე დავჯდები ძალიან ახლოს, ეს ნიშნავს, რომ ვიქნები პროცესში ზედმეტად ჩათრეული, ამიტომაც მე აუცილებლად მჭირდება სწორი დისტანციის განსაზღვრა“

ფროიდი ჯდებოდა კლიენტის უკან ისე, რომ კლიენტს იგი ვერ დაენახა. ამას ხსნიდნენ იმით, რომ მას არ უყვარდა, ეუხერხულებოდა ადამიანისთვის პირდაპირ თვალეში ყურება. ასეთი სახით, შეიძლება ვთქვათ, ფსიქონალიზი იყო „ნათქვამი პირდაპირ ყურში“- ეს იყო განსაკუთრებული ტიპის ურთიერთობა, რაც გარკვეულწილად დისტანციის ნაწილად შეიძლება ჩაითვალოს. იგივე შეიძლება ვთქვათ მედიცინისა და ფსიქიატრიის ტრადიციებზეც, სადაც, ასევე ხშირად კეთდებოდა აქცენტი დისტანციის შენარჩუნებასა და კლინიციზმზე. ადამიანები წერდნენ გამოკვლევებზე იმასთან დაკავშირებით, თუ ექიმები როგორ მიმართავენ არაადამიანურ ენას, ზედმეტად ჰუმანურ ადამიანად გადაქცევის შიშით.

სხეულზე ორიენტირებულ ფსიქოთერაპიაში არის ურთიერთმოქმედებების მთელი არეალი, რომელიც დაკავშირებულია შეხებასთან. თავის დროს ამ საკითხებზე ბევრს მუშაობდა რაიხი. ტრადიციულად, ავადმყოფის სხეულს მხოლოდ ექიმები ეხებოდნენ და ისიც მხოლოდ კლინიკური აუცილებლობის შემთხვევაში. აქედან გამომდინარე

ვერც კი იფიქრებდნენ, რომ გონებასთან და ემოციებთან მომუშავე ადამიანები საერთოდ შეეხებოდნენ სხეულს. ესეც წარმოადგენდა დისტანციის ნაწილს. შეიძლება ვთქვათ, არსებობდა ტაბუ შეხებაზე, რომელიც იმალებოდა ზე-ჩამოშორების, ზე-კლინიკური და ზე-პროფესიული ტიპის ინტერფერენციის უკან, და რომელიც მართლაც ზიანს აყენებდა ადამიანურ ნდობას, რადგანაც არავინ გადაუხსნის გულს ისეთ ადამიანს, რომელიც მხოლოდ ხმის ჩამწერი მანქანის როლში იქნება წარმოდგენილი.

მეორე უკიდურესობა - ეს არის ზე-მიჯაჭვულობა, სადაც კლიენტი და თერაპევტი ხვდებიან გარკვეული სახის სიმბიოზში. ასეთ შემთხვევაში თერაპევტი თავს გრძნობს კლიენტის საჭიროებებში „შთანთქმულად“, ეწყება მათ მიმართ შიში, მაგრამ ვერ ახერხებს თავი დააღწიოს პროცესში ზემდმეტად ჩართულობას. ასეთ ურთიერთობას შეიძლება ვუწოდოთ „შთანთქმელსა“ და „შთანთქმულს“ შორის ურთიერთობა.

ეს ორი უკიდურესობა - ზე-განკერძობა და ზე-მიჯაჭვულობა შეიძლება განვიხილოთ ფრენკ ლეიკის მიერ აღწერილი შიზო-ისტერიული მერყეობის ანალოგიად. ურთიერთობაში მონაწილე ერთი პირი მოქმედებს შიზოიდური პოზიციიდან „შეინარჩუნოს თავისი დისტანცია“, ხოლო მეორე ისტერიულიდან „მოდის დავდგეთ ახლოს“. ისტერიული პოზიციის შემთხვევაში, ჩვენ ვსაუბრობთ ზე-სიახლოვეზე, ნათლად გამოყოფილი საზღვრების გარეშე. ვფიქრობთ, რომ ეს ხასიათის განსხვავებული ტიპები, მიდრეკილნი იქნებიან ამ ორი ერთმანეთის საწინააღმდეგო მხარიდან, ერთი რომელიმესკენ, სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, ზოგ ადამიანს მიიზიდავს ერთი, ხოლო ზოგიერთს - მეორემხარე. თუმცა აუცილებელია გვახსოვდეს, რომ ეს ორივე უკიდურესობა ნამდვილი ბონდინგის დარღვევად შეიძლება ჩაითვალოს.

ეხლა განვიხილოთ, რა ხდება დამხმარესა და იმ პირს შორის, ვისაც ეხმარებიან, იმ შემთხვევაში, თუ მათგან არც ერთს არ ეშინია ღრმა კონტაქტის. ასეთი ურთიერთობები არ მდებარეობენ აღნიშნულ ორ პოლარობას შორის, რადგანაც არ მიეკუთვნებიან კომპრომისის სახეს. ისინი წარმოიშობიან სხვა დონეზე და არავითარი კავშირი არ აქვთ ინტერფერენციასთან. ისინი არ აყენებენ თერაპევტს ზე-კლინიკურ, ზე-განცალკევებულ და ემოციური დისტანციის შემნარჩუნებლის როლში. სწორედ ასეთ ურთიერთობებს შეუძლიათ უზრუნველყონ ღრმა კონტაქტი და ამასთან ერთად შეინარჩუნონ ნათლად გამოკვეთილი საზღვრები, ასეთ შემთხვევაში თერაპევტი კლიენტის საჭიროებებში ჩაფლულადაც არ გრძნობს თავს.

ფრენკ ლეიკი ბევრს საუბრობდა იმის შესახებ, თუ კლიენტს, ხასიათის ისტერიული სტრუქტურიდან, ჩაჭიდების მოთხოვნილების გამო, როგორ შეუძლია „შთანთქოს“ თერაპევტი (ეს განსაკუთრებით თერაპევტის ზოგიერთ ტიპს ეხება). რა თქმა უნდა, იგულისხმება „შთანთქმა“ ემოციური თვალსაზრისით. ასეთ სიტუაციაში მოხვედრილი თერაპევტი(მაგალითად, როცა კლიენტი მას რვაჯერ ურეკავს ერთი საღამოს განმავლობაში) გრძნობს, რომ მისი, როგორც დამხმარის როლი, მოითხოვს მიყვეს კლიენტის სურვილებს, მაგრამ რაღაცა მომენტში თანაგრძნობას იგი დაბნეულობამდე მიყავს და საბოლოო ჯამში, ყველაფერი სრულდება იმით, რომ საერთოდ ვერაფერში ვეღარ ეხმარება მას.

ამ გზით, გთავაზობთ განვიხილოთ ზე-ჩამოშორება (ზე-განკერძობა, ზე-დამოუკიდებლობა) და ზე-მიჯაჭვულობა, როგორც გადატანა - კონტრგადატანის

სფეროში გარკვეულ პიკში მყოფი ორი პოლუსი. თერაპევტს მოეთხოვება ჰქონდეს, როგორც კონტაქტის შენარჩუნების, ასევე საკუთარ თავთან დაბრუნების შესაძლებლობაც.

პერლზი ხშირად საუბრობდა კონტაქტის რიტმსა და საკუთარ თავთან დაბრუნებაზე. რაიხი ამ რიტმს „პულსაციას“ უწოდებდა. გარეთ, სამყაროში - უკან საკუთარ თავთან. ასე ფორმირდება უნარი იყო თან კონტაქტში საკუთარ თავთან, თან გახვიდე გარეთ; იყო სხვა ადამიანებთან ერთად, შემდეგ კი კვლავ დაუბრუნდე საკუთარ ცხოვრებას. სწორედ ეს არის, რეზონანსის პროცესის დახმარებისთვის აუცილებელი პირობა, რომელიც თავისუფალია ინტერფერენციისგან.

ნიღაბი, ჩრდილი და სელფი

ახლა განვიხილოთ სხვა შეხედულება გადატანასა და კონტრგადატანაზე და ვისაუბროთ მათზე რაიხის ტერმინებით. დასაწყისში გავიხსენოთ სამი ეგზისტენციალური შრე, თუმცა რაიხი არ საუბრობს მათზე, როგორც გადატანაზე. ძირითადად, იგი განიხილავს მათ, როგორც ხასიათის სამ შრეს.

ზედა შრე, ეს არის ნიღაბი, ხასიათის დაცვა. შემდეგი შრე შეიძლება გავუტოლოთ დესტრუქციულს, დაბნეულ საშუალო შრეს, სრულ გაუგებრობას, დაძაბულობას, განგაშს და სტრესს (იუნგისეული კონცეფციით იგი ედრება ჩრდილს). ყველაზე ღრმა, არსებითი შრე გამოხატავს ჭეშმარიტ „მეს“ (ბირთვი, self). ალბათ გსმენიათ ადრეულ ბავშვობაში დათრგუნული მე-ს მოთხოვნილებების ძირითად იდეაზე. იგი მდგომარეობს იმაში, რომ მოთხოვნილებები აღდგებიან ჩახშობის წინააღმდეგ. მიუხედავად ზეწოლისა, ისინი მაინც ცდილობენ გაიჭრან გარეთ. საბოლოოდ, ეს ამბოხება, ასევე ჩაიხშობა და ადამიანს უმყარდება ხასიათის პატერნის გარკვეული ფორმა, რომელიც „ალიბეჭდება“ დანარჩენ შრეებზე.

როცა ვსაუბრობთ გადატანაზე, ვვარაუდობ, რომ მასში ჩართულია ორი ზედა ფენა, ხოლო მესამე, კონტაქტში მონაწილეობით, ქმნის პირობებს რეზონანსის დასამყარებლად. ასეთი გაყოფა საჭიროა მუშაობის პროცესში, გადატანის საზღვრებს გარეთ გასასვლელად. ამაში ღრმა აზრი შეიძლება დაინახო. ურთიერთობებთან თანდართული, სამი შრის რაიხისეული მოდელის გამოყენების არსის თანახმად, იგი საშუალებას იძლევა ერთი ადამიანის ნაცვლად განიხილოს ორი ადამიანი ერთდროულად, მათ ურთიერთმოქმედებასთან ერთად.

ახლა ვნახოთ, რა ხდება ამ მოდელის თანახმად თერაპევტი - კლიენტის ურთიერთობებში. მაგალითად, თუ კლიენტის ბირთვი (ядро, self, იგულისხმება მე-ს პიროვნებისეული სტრუქტურა) ურთიერთქმედებს თერაპევტის ნიღაბთან, თერაპიაში არ იქნება საკმარისი ნდობა, რაც ხელს შეუშლის საქმიანობაში წინსვლას. თუ კლიენტის ბირთვი (ядро, self) ურთიერთქმედებს მეორე დონეზე, თერაპევტის (ჩრდილთან), მოხდება კლიენტის „დაგლეჯა ნაკუწებად“. ასეთი სახით, კლიენტის ჭეშმარიტ „მეს“ შეუძლია გაიზარდოს და განვითარდეს მხოლოდ ერთ შემთხვევაში - თუ იგი მოახეხებს შეხვედეს თერაპევტის ბირთვს.(ядро, self) და პირიქით, თუ თერაპევტის ბირთვი ხვდება კლიენტის მხოლოდ ნიღაბს, მაშინ კლიენტი წავა ყოველივე მნიშვნელოვანი, ღრმა

ცვლილებების გარეშე. თუ თერაპევტის ბირთვი „ეჯახება“ კლიენტის მეორად დონეს და ვერ მიდის წინ, თერაპევტიდან შეიძლება გაიგონო კლასიკური ფრაზები: „ რატომ ვგრძნობ თავს გამოფიტულად ჩემი კლიენტების შემდეგ? რატომ მღლის სამუშაო ასე, რომ სახლში მივდივარ სრულიად ძალაგამოცლილი?“ ეს არის პირდაპირი შედეგი იმისა, რომ თერაპევტის რეზონანსი, სიყვარული და სითბო ეჯახებიან კლიენტის მეორად შრეს და არ შეუძლიათ შეაღწიონ სიღრმეში. თუ თქვენ ხართ კონტაქტში ნილაბი - ნილაბი (ზედა შრე, ზედა შრესთან) მაშინ თქვენ თერაპიის ნაცვლად გამოგივით სოციალური ფუქსიტივობა. თუ ორივე იქნებით კონტაქტში მეორად შრეზე, ჩრდილის შრე, თქვენ იქნებით უსასრულოდ ჩაბმული ბრძოლაში.

ასე რომ, თუ ურთიერთქმედება ორ ზედა დონეზე ასახავს გადატანას, კონტაქტი ღრმა შრეზე გამოხატავს რეზონანსს. ასევე შეიძლება ითქვას, რომ ნილაბის შრე ხშირად გამოხატავს პოზიტიურ გადატანას, ხოლო ჩრდილის შრე - ნეგატიურს.

ყოველ მოვლენას აქვს სარკისებური ასახვა, ასე რომ ყველაფერი, რაც ითქმება გადატანაზე, გამოიყენება, ასევე კონტრგადატანასთან. ახლა განვიხილოთ აღნიშნული სამი შრის ბუნება, როგორც თერაპევტში, ასევე კლიენტთან. ჯერ ვისაუბროთ ზოგადად, შემდეგ კი ურთიერთობებში არსებული ორი საკვანძო პრობლემის შესახებ.

ურთიერთქმედება

რაიხი ამბობდა, რომ თერაპიაში მნიშვნელოვანია კლიენტის პოზიტიური გადატანის საზღვრებიდან გასვლა. თუ თერაპიაში თქვენ პოზიტიურ გადატანაში გაიჭედეთ, ეს ნიშნავს, რომ თქვენ რჩებით ზედაპირზე. ასეთ შემთხვევაში, დიდია რისკი, აღმოცენდეს ის, რასაც უ. რ. ბიონმა „მესიანური“ იდეალი უწოდა. ბიონი იყო ფსიქოლოგი, რომელიც ძალიან ბევრს წერდა ჯგუფური გადატანის შესახებ. იგი საუბრობდა ჯგუფური პათოლოგიის სამ ძირითად ტიპზე. ერთი მათგანი იყო მესიანური იდეალი, მეორე - „ბრძოლა - და - გაქცევა“, ხოლო მესამე კი, ჯგუფის დამოკიდებულება. სამივე ტიპი შესაძლებელია მოხვდეს ერთ ჯგუფში.

რეაქცია „ბრძოლა/გაქცევა“ შეიძლება დროებით დავტოვოთ მეორადი დონის უფრო დეტალურად განხილვამდე

თუგანვიხილავთ მესიანური იდეალს ინდივიდუალურ თერაპიაში, შეიძლება ვთქვათ, რომ თერაპიული ურთიერთობის დასაწყისში ხშირად იჩენს თავს დამოკიდებულებები, მაგრამ თერაპია არსებობს იმისათვის, რომ დაეხმაროს კლიენტს დამოუკიდებლობის განვითარებაში. თერაპიის მესიანური იდეალი წარმოიქმნება იმ სიტუაციაში, სადაც პრობლემის გადაჭრა მაგიური გზით არის შემოთავაზებული და არა გაწეული მძიმე შრომის დახმარებით. კლიენტი ფიქრობს ასე: „მე წავალ იმ დიდებულ თერაპევტთან, რომელიც სწავლობდა რაიხთან. მას ალბათ აქვს პასუხი ყველა კითხვაზე. მე უბრალოდ მივალ და იგი მაშინვე მომიხსნის დამაბულობასა. მე არა მხოლოდ შვებას ვიგრძნობ, არამედ მექნება ბრწყინვალე ორგანიზმი“. აი ეს არის სწორედ მესიანური იდეალი. თუმცა, უნდა ვთქვათ, რომ ცხოვრება არც ასეთი მარტივია.

ლოუნენმა გამოთქვა ძალიან საინტერესო იდეა ფსიქოპათიაზე. მან განაცხადა, რომ ფსიქოპათიის არსი მდგომარეობს იმაში, რომ თქვენ პირდებით იმას, რისი შესრულებაც არ შეგიძლიათ. თავისი სტატიის ბოლოს მან თქვა: „ბიოენერგეტიკები არ იძლევიან შეპირებებს. ისინი გულწრფელად ცდილობენ იმუშაონ შენთან და დაგეხმარონ პრობლემების დაძლევაში“ და შემდეგ დასძინა: „მე იმედი მაქვს, რომ ეს არის სიმართლე ბიოენერგეტიკებზე“. აზრის ასეთი ფორმულირება მოსაწონია- იგი არ ამბობს, რომ ჩვენ არაფერს ვპირდებით, იგი ამბობს, რომ ჩვენ ვცდილობთ არ შევპირდეთ ამ ქვეყანაზე ყველაფერი. ამის გარდა ლოუნენი ამბობს, რომ როცა ადამიანი იძლევა დაპირებას, რომელსაც არასოდეს არ შეასრულებს, ეს შეიძლება დავუკავშიროთ მის მოთხოვნილებას აჯობოს სხვებს, „მე შენ გჯობივარ, მე მაქვს ის, რაც შენ გჭირდება და მე შემიძლია მოგცე ის შენ. შენ ეს არ გაქვს და გინდა აილო იგი ჩემგან“.

კლიენტი ხშირად ცდილობს თავად ჩააყენოს თერაპევტი ამ როლში, და თუ თერაპევტი მას ღებულობს, იგი შეიძლება ორმაგ ხაფანგში აღმოჩნდეს. მაგრამ ადრე თუ გვიან მოდის იმედგაცრუება. იმ ადამიანთა რიცხვი, რომელთაც შეუძლიათ პრობლემების გადაჭრა ე.წ. მაგიური გზით, ძალიან მცირეა. ისინი ერთეულებია. და ამ ერთეულებშიც არიან ადამიანები, რომლებსაც სინამდვილეში არაფერი მსგავსის გაკეთება არ შეუძლიათ, უბრალოდ მათ კლიენტებს აქვთ ასეთი ილუზია.

რაიხი, საუბრობდა რა თერაპიებზე, ხშირად გამოიყენებდა გამოთქმას „ორი ცხოველი ოთახში“. ორი ცხოველი ოთახში, ორი ენერგეტიკული სისტემაა. წიგნის „ხისგან არ არის გაკეთებული“ ბოლო თავში, იან ფაუდრენი ამბობს, თუ რა უთხრა მას ერთ-ერთმა ფსიქიატრიულმა პაციენტმა: „მომისმინეთ ექიმო, საუკეთესო მეთოდი დაეხმაროთ ჩემნაირ პაციენტებს, როცა იგი დაბნეულია, არის ის, რომ დატოვოთ ფსიქოთერაპიის დიდი ნაწილი მის ხელში და თავად დაიცვათ დისტანცია, არ მივხვიდეთ ძალიან ახლოს“. როცა მე ვწერდი გერდას ნაშრომებზე (იგულისხმება გერდა ბოისენი), განსაკუთრებით გამოვყავი ნაწილი - „დამიტოვეთ ეს მე“. ლენგის ერთ-ერთმა მიმდევარმა თქვა: „ორი თავი ჯობია, ერთს“, მაგრამ ზოგჯერ ორი სხეული უკეთესია, ვიდრე ერთი, თუ ვსაუბრობთ მოძრაობის თერაპიაზე. ასეთ შემთხვევაში ჩვენ კვლავ ვუბრუნდებით რაიხის მეტაფორას ორ ცხოველზე.

მე მაქვს ახალი სტატია, რომელიც ჯგუფებისთვისაა დაწერილია, სათაურით „ფსიქიკური ცემენტი“. პოზიტიურ გადატანაში არის რაღაც მსგავსი, რომელიც თავისი არსით სწორედ დამოკიდებულებას გულისხმობს.

ახლა განვიხილოთ პოზიტიური გადატანა თერაპევტის მხრიდან. კონტრგადატანის გზავნილის ფორმულირება შეიძლება მოვახდინოთ შემდეგი სახით: „შენ მე მჭირდები, რომ მოვახდინო ჩემი ძლიერი სურვილის, დახმარების, რეალიზება. მე მჭირდები შენ, რომ გავითამაშო, ჩემი, როგორც თერაპევტის როლი. ასევე მჭირდები, რომ გაგიკეთო რაღაც, რაც დამეხმარება ჩემი, როგორც თერაპევტის უნარების გავარჯიშებაში“. საბოლოოდ, თერაპევტი ღრმად ჩაერთვება პროცესში და აკეთებს ძალიან ბევრს - იგი ავითარებს თავის უნარებს, და შესაბამისად კლიენტს ღლის ისე, რომ იგი საკუთარ პასუხებსაც აღარ ენდობა. ესეც კონტრგადატანის ნაწილია.

პოზიტიური გადატანის უკან დევს ნეგატიური გადატანა, რომელშიც კლიენტი ამბობს: „მე არ გენდობი შენ, შენ ისედაც ვერაფერი გაიგე. იქნებ უკეთესი იყო სხვა

თერაპევტთან მივსულიყავი. მე გაკრიტიკებ შენ. მე არ მომწონს შენი მანერა მიმითითო. შენ ზედმეტად ცივი ხარ. რატომ მისვამ ძალიან ცოტა კითხვებს? რატომ მისვამ ძალიან ბევრ კითხვებს?“. ასეთია კლიენტის კრიტიციზმისა და უკუკავშირის ტვირთი, რომლებიც ამბობენ: „შენ არა ხარ მართალი, შენ წინააღმდეგობაში ხარ. შენ ხელს მიშლი იმით, რომ მიკეთებ ძალიან ბევრს, ან ხელს მიშლი იმით, რომ მიკეთებ ძალიან ცოტას“. რა თქმა უნდა, თერაპევტსაც შეუძლია აკრიტიკოს და ამასთან ერთად იყოს ძალიან მკაცრი და თავდაჯერებული.

რაიხმა აღმოაჩინა ხასიათთან მუშაობის ძალიან ძლიერი ინსტრუმენტი. საუბარია იმიტირებაზე. ეს ორლესული ხმალია. იგი შეიძლება გამოყენებული იქნას კლიენტის სასარგებლოდ, სარკის სახით, რომელშიც კლიენტმა შეიძლება დაინახოს, თუ როგორ გამოიყურება გვერდიდან, რადგანაც იგი საკუთარ თავს მხოლოდ შიგნიდან იცნობს. თუმცა იგი გამოყენებული შეიძლება იყოს, ასევე, დამცირების ერთ-ერთ ძლიერ ინსტრუმენტადაც. ზოგჯერ მე ვიყენებ ისეთ ხრიკებს, რომლებიც ძალიან ახლოს არიან გამაღიზიანებლებთან და ესეც შეიძლება ჩაითვალოს ორლესულ ხმადად. გაღიზიანება შეიძლება იყოს საშუალება იმისა, რომ დავანახოთ ადამიანებს, როგორ შეხედონ საკუთარ თავს ნაკლები სერიოზულობით და როგორ შეანჯღრიონ ცოტათი საკუთარი ხატი. მაგრამ თუ კლიენს დასცინოდნენ და აღიზიანებდნენ ბავშვობაში, მაშინ შესაძლოა ამ მეთოდმა უკუშედეგი მოგვცეს. სხვა სიტყვებით, რომ ვთქვათ, ეს არის პროცესი, რომელიც დელიკატურად უნდა იქნას გამოყენებული. წინააღმდეგ შემთხვევაში, იგი აღიქმება როგორც დესტრუქციული კრიტიციზმი, მაშინაც კი, როცა თერაპევტს შესაძლოა ასეთი განზრახვა არც კი ჰქონდეს.

ახლა მოდით გადავიდეთ მესამე დონესთან. ეს არის დონე სადაც თქვენ გამოდიხართ გადატანის ზონიდან და ხვდებით რეალურ ურთიერთობებში. სინამდვილეში თქვენ საქმე გაქვთ სიყვარულთან, როგორც აღწერილია მარტინ ბუბერის წიგნში „მე-და-შენ“ ურთიერთობებზე. თქვენ შედიხართ კომუნიკაციაში „გული - გული“, რომელიც წინა დონეზე დაბნეულობისა და უნდობლობისგან იზრდება. სიყვარულის საუკეთესო განმარტება, რომელიც მე ვიცი, წარმოდგენილია წიგნში „ადამიანური ქცევა“, მასში ნათქვამია, რომ „სიყვარული ხელს უწყობს სხვის შესწავლას“. ეს თერაპიული სიყვარულის დიდებული განმარტებაა. სიყვარული სტიმულს აძლევს, სიყვარული ავითარებს. იგი ადვილად ამოიცნობა, როცა თქვენ ხედავთ, რომ ერთი ადამიანი მართლაც მხარს უჭერს, სტიმულს აძლევს, ამუშავებს სხვის „კვლევას“. „კვლევაში“ იგულისხმება „დაცვა, გადადინება“. ასე, რომ ადამიანის მოძრაობის მთელი პროცესი, შფოთვიდან - სიამოვნებამდე, შეკუმშვიდან - გაფართოებამდე, გაურკვევლობიდან - სიცხადემდე, ინტერფერენციიდან - რეზონანსამდე წარმოადგენს კვლევის ერთერთ სახეს.

სექსუალურობა და გადატანა

მოდით განვიხილოთ სექსუალურობა, აგრესია და შიში გადატანის ტერმინებით. და შემდეგ გამოვიყენოთ ჩემს მიერ შეთავაზებული სქემა ზოგიერთი არსებული პრობლემის გასარკვევად, რომლებიც თერაპიაში პირველ პლანზე გამოდიან. პოზიტიური გადატანის არსი სექსუალურობის ტერმინით, შეიძლება გამოვხატოთ შემდეგი გზავნილით: „მე მივიზიდავ შენს ყურადღებას ჩემი სექსუალურობის გამოყენებით“. ეს განსაკუთრებით

ხასიათის ისტერიული სტრუქტურის მქონე ადამიანებს ეხებათ. „დამაკმაყოფილე, რომ თავი არ ვიგრძნო დაუცველად“. პრობლემა - დაკმაყოფილების წყაროსთან. ისტერიული სტრუქტურის მქონე ადამიანის ამოცანაა - გადაიტანოს დაკმაყოფილების ეს პროცესი შიგნით. ისტერიული პატერნის არსი - „მე მოვილტვი შენსკენ, რომ დავიკმაყოფილო ჩემი მოთხოვნილებები. ურთიერთქმედება იქნება, სწორედ ყველა ჩემი პრობლემის გადამწყვეტი“. სინამდვილეში, ისტერიული პატერნის მქონე ადამიანის პრობლემის გადაწყვეტა მდგომარეობს იმაში, რომ ისწავლოს საკუთარ თავთან მარტო, რაც შეიძლება მეტი დროის გატარება და იყოს ე. წ. „თვით-კვების“ რეჟიმში (ამ პროცესს ასე უწოდებს ან პარკსი). მათ ჭირდებათ საკუთარი ცენტრის განვითარება და არა ამ ცენტრის სხვა ვინმეში ძებნა.

ისტერიული სექსუალური პატერნი - ლტოლვა იპოვო საკუთარი ცენტრი სხვა ადამიანთან სექსუალური კონტაქტით. თუ ეს ხდება, მაშინ ისინი რჩებიან თავისი ხასიათის პატერნის შიგნით.

სექსუალურობის თემაში ნეგატიური გადატანა გამოიხატება იმით, რომ სექსუალური იმპულსი დათრგუნულია და პროეცირებულია თერაპევტზე: „ოო, შენ დაინტერესებული ხარ ჩემით სექსუალურად, ასე არ არის? ასეთ შემთხვევაში მე შენ არ გენდობი. შენ მე მიყურებ კიდევ განსაკუთრებულად“. შესაძლებელია საწინააღმდეგოდ - ვითარდება თერაპევტისაგან სექსუალური გამოვლინებების მოლოდინის მთელი პროცესი, სექსუალურობის პროეცირება და ამავე დროს მისგან თავდაცვა.

ისტერიული სტრუქტურა საჭიროებს დაყოფას ფიზიკურად და სექსუალურად. ქალი უნდა ხვდებოდეს, რომ თუ ვინმე შეეხება, ეს არ ნიშნავს, მასთან სექსუალური კავშირის დამყარების აუცილებლობას. კლიენტმა უნდა იცოდეს, რომ როცა თერაპევტი ხელს ადებს თავზე, ეს სრულიად არ ნიშნავს, სექსუალური ურთიერთობისაკენ გადადგმულ ნაბიჯს, ან თუ მას ვინმე თბილად უყურებს, არ არის აუცილებელი ეს მაიცდამაინც საწოლით დასრულდეს. ასეთ ქალებს ხშირად აქვთ ბავშვობისდროინდელი ასეთი გამოცდილება: „თუ მე გამოვიყურები სიცოცხლით სავსედ და ხალისიანად, მამაჩემი აღიგზნება, ამიტომ უკეთესია დავთრგუნო საკუთარ თავში ეს, ასე უფრო უსაფრთხოდ ვიქნები“. როცა ასეთი ქალი, თერაპევტთან ერთად გამოდის ინტერფერენციის პატერნიდან და მიდის სუფთა ურთიერთქმედებისკენ, იგი ხვდება, რომ მისთვის აღარ აქვს მნიშვნელობა აღიგზნო ვინმე თუ არა. ყოველ შემთხვევაში ეს არ არის მისი პრობლემა, და იგი არაა ვალდებული „გამორთოს“ მისი სექსუალურობა. ასეთ შემთხვევაში მისი სექსუალურობა ეკუთვნის მხოლოდ მას და სხვა არავის. შეიძლება ცოტა კიდევ გავაფართოვოთ კონტექსტი და ვთქვათ, რომ იგი არაა ვალდებული გამორთოს თავისი სასიცოცხლო ძალა, ორ ადამიანს შორის სექსუალურად დამუხტული სიტუაციის საკონტროლებლად.

ასეთ შემთხვევაში არსებობს ორი უკიდურესი სიტუაცია. პირველი, როცა საზღვრები ზედმეტად შერწყმულია (სიტუაცია ზესექსუალიზირებულია კლიენტის მიერ) და მეორე, როცა საზღვრები ჩაკეტილია (კლიენტი „იყინება“, რომ არ დაუშვას რაიმე ზედმეტად სექსუალური).

ეხლა ვნახოთ, ასეთ შემთხვევაში რა ემართება კონტრგადატანას. პოზიტიური კონტრგადატანას შეუძლია მივიდეს იქამდე, რომ თერაპევტი დაიწყებს სესიის გამოყენებას თავისი სექსუალური სარგებლობისთვის, თუმცა ამას წარმოადგენს,

როგორც კლიენტისთვის სასარგებლო. ასეთ შემთხვევაში მიღებული ჯამი შეიძლება იყოს ძალიან ექსტრაორდინარული. ჯგუფთან მუშაობის მაგალითი - მე ზუსტად ორი დღის წინ გავიგე მის შესახებ. ქალი ჯგუფთან საუბრობდა თავისი შიშების შესახებ. მან თქვა: „ერთი მათგანი ჩემი შიშებიდან არის ის, რომ მე მეშინია გაუპატიურების“. ჯგუფის ხემძღვანელმა თქვა: „კარგი, მოდით შევექმნათ ისეთი სიტუაცია რომელშიც შენ შეძლებ ამ შიშთან დაპირისპირებას“. და მათ მოაწყვეს ძალადობის სცენა. ვსვამთ კითხვას, ვისთვის იყო ეს გაკეთებული პირველ რიგში? ეს არის უხეში, მაგრამ დამაჯერებელი ილუსტრაცია იმისა, რის შესახებაც ვსაუბრობდი. დაეხმარება ქალს შიშის დაძლევაში ძალადობის სიტუაციის შექმნა? თუ ეს იყო გაკეთებული წამყვანის ან ჯგუფის სხვა წევრებისთვის? ამ სიტუაციის არსი მდგომარეობდა იმაში, რომ სინამდვილეში ნეგატიური, წარმოდგენილი იქნა, როგორც სასარგებლო და პოზიტიური.

თერაპევტის ნეგატიური კონტრგადატანა, ეს არის ასახვა კლიენტის ნეგატიური გადატანისა. ესაა კლიენტის სექსუალურობის შიში და მოთხოვნილება გაყინოს საკუთარი თავი ზეპროფესიონალურ როლში, რათა არ იქნას ცდუნებული.

აგრესია და გადატანა

პოზიტიური გადატანა არ აჩვენებს არავითარ აგრესიას. პოზიტიური გადატანა კლიენტის მხრიდან ამბობს: „რატომ უნდა გაგაკრიტიკო მე შენ? მე აღფრთოვანებული ვარ შენით. შენ დიდებული ხარ. შენ მე მეხმარები“. რაიხი, ჩვეულებრივ, ეუბნებოდა ადამიანებს: „აღწერეთ ვის ხედავთ თქვენს წინაშე. მითხარით ვის ხედავთ. როგორი ადამიანი ვარ მე?“. იგი ცდილობდა კლიენტისაგან უკუკავშირის მიღებას თერაპიის დასაწყისშივე. იგი ეკითხებოდა: „რა მხრივ არ მოგწონვართ მე თქვენ?“ და ეძებდა კრიტიკას იმისათვის, რომ შეეჯახებოდა ლატენტურ ნეგატიურ გადატანას. „ხასიათის ანალიზში“ მთელი ერთი თავია სახელწოდებით „ლატენტური ნეგატიური გადატანა“

რა თქმა უნდა, სხეულთან მუშაობისას ასევე, შესაძლებელია შევეჯახოთ ლატენტურ ნეგატიურ გადატანას. ეს განსაკუთრებულად კარგად ჩანს მაშინ, როცა ადამიანები ფეხს კრავენ ან ყვირიან სიბრაზისგან. ჩვენ შევეჩვიეთ, რომ ადამიანები ხშირად ბრაზდებიან და ამიტომაც უფრო ადვილად ვეგუებით ამას.

მე ბევრი ვისწავლე იმ თერაპევტთან მუშაობისას, რომელიც არ უსმენდა ჩემს კრიტიკას. იგი მეუბნებოდა: „მომისმინე, მე ვთვლი, რომ ეს არ არის სიმართლე“. , დაივიწყე, ეს მხოლოდ ნეგატიური გადატანაა“. მე არ მგონია, რომ ოდესმე ვეტყვი ადამიანს: „ეს შენი ნეგატიური გადატანაა“, იმიტომ, რომ ვუშვებ ორივე შესაძლებლობას. შეიძლება მე მართლა ასეთი ვარ, ან შეიძლება არა. შესაძლებელია ეს მართლა პროექცია იყოს, შესაძლებელია სიმართლე. შეიძლება ეს მართლაც ნეგატიური გადატანა იყოს, ასევე შესაძლებელია კლიენტი იყოს აბსოლიუტურად მართალი. მე ვერ ვხედავ სიტუაციას ისეთი სახით, როგორც კლიენტი აღიქვამს, მაგრამ ეს სრულიად არ ნიშნავს, რომ მე მართალი ვარ, ხოლო ის არა. ასევე შესაძლებელია მე მართალი ვიყო, ხოლო კლიენტს ჰქონდეს უბრალოდ პროექცია. კლიენტი შეიძლება მართალია და მე კი ვიწყებ თავდაცვას. ამას დრო გვიჩვენებს, თუ რა ხდება სინამდვილეში, რა თქმა უნდა, იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ პრობლემას ღიად დატოვებთ.

იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ ღებულობთ პოზიციას „ეს შენი ნეგატიური გადატანაა, ხოლო მე სინამდვილეში მასეთი არ ვარ“, თქვენ ახდენთ პრობლემის კლასიფიცირებას, კიდებთ მას იარლიყს და აძლევთ განმარტებას. ამასთან ერთად კარგავთ შანსს დაინახოთ თქვენთვის რაღაც მნიშვნელოვანი, იმ შემთხვევაში, თუ ნეგატიურ გადატანას მართლაც არ ჰქონია ადგილი. ხოლო, თუ ეს მართლაც ნეგატიური გადატანა იყო და თქვენ ამის შესახებ უკვე უთხარით კლიენტს, იგი აღარ დაიწყებს ამ პროცესის შესწავლას, რადგანაც თქვენ უკვე ისედაც ყველაფერი გაქვთ მისთვის ნათქვამი.

მქონდა რამდენიმე ძალიან წარმატებული შემთხვევა, როცა მე ვტოვებდი გადატანის პრობლემას ღიად. ორიოდე კვირის წინ, ერთ ჩემს კლიენტთან ვსაუბრობდი ერთ-ერთი სესიის შესახებ. მე ვთქვი: „ახლახან მივხვდი, რომ იმ დღეს მე რაღაც სხვანაირ გუნებაზე გახლდით, ხოლო შენ იყავი სრულიად მართალი“. კლიენტმა ეს მიიღო და თქვა: „იცი, ჩემთვის ეს ყველაფერი ეხებოდა მამაჩემს და მე ახლახან მივხვდი ამას“. ეს მხოლოდ დროთა განმავლობაში გახდა ნათელი.

ასევე მყავდა კლიენტი ქალი, რომელიც ერთხელ სესიაზე წიგნით ხელში გამოცხადდა, ყვირილით: „მე ყელამდე ვარ სავსე ყველა ამ განმარტებებით, ყველა ამ შიზოიდით, მაზოხისტებით და სხვებით! მე არ მინდა ვიყო ამ წიგნიდან არც ერთი თავი!“. შემდეგ მან თქვა: „შენ გჯერა ამ კლასიფიკაციის და ეს ყველა წიგნი წაკითხული გაქვს, ამიტომაც უნდა გჯეროდეს ამ სისულელეების, მე კი შენი კლიენტი ვარ და არ მაქვს აქ აღწერილიდან არაფერი...“ იგი აგრძელებდა და აგრძელებდა გმობას, ხოლო მე მაინტერესებდა, რა მომხდებოდა გულზე. ოცი წუთის შემდეგ იგი გაჩერდა და თქვა: „...და არ მითხრა, რომ ყოველივე ეს პარანოიაა“. მე ვუთხარი: „მე ჯერ არ გამიცია პასუხი, ხოლო შენ კი არ დაგისრულებია“. ამის შემდეგ მან გააგრძელა კიდევ მეოთხედი საათი. დასასრულს კი უკვე მხოლოდ სიტყვებით კი არ გმობდა ამ წიგნს, არამედ უკვე მუშტებსაც უშენდა. ბოლოს ტირილი დაიწყო.

ამ წერტილზე სიტყვები ამოეწურა, იგი ჩვილ ბავშვად გადაიქცა, რომელიც თავს იმედგაცრუებულად გრძნობდა და რამდენადაც მე აღარ მადანაშაულებდა, შესაძლებელი გახდა მასთან კონტაქტში შესვლა იმ მეთოდით, რომელიც არ გულისხმობდა მხოლოდ მოისმენას ან დაცვას. მე ახლოს მივედი, გვერდით და ვუჯექი და გრძნობები გაეუზიარე. დაახლოებით ხუთი წუთის შემდეგ მან თქვა: „დიახ, დიდი ნაწილი იმისა, რასაც მე ვამბობდი, იყო პარანოია., თუმცა რაღაცა მათ შორის სიმართლევც იყო“. ეს კი უკვე ნამდვილად რეალობას უკავშირდებოდა.

ნებისმიერი პარანოიის უკან დევს რეალური დევნა. თუმცა ტკივილისა და წყენის შეგრძნება გადატანალის გამო, დათრგუნული იყო და ახლა ადამიანი სულ მზადყოფნაშია, რომ მომავალში თავიდან აიცილოს დევნა. პარანოიის არსი, უფრო ზუსტად, რომ ვთქვათ, პარანოიდული პოზიცია (არა თავდაცვის, არამედ ღრმა შინაგანი პოზიცია), მდგომარეობს იმაში, რომ თქვენ ოდესღაც გდევნიდნენ და ამით მოგაყენეს ტკივილი. დაცულობასა და პოზიციას შორის დევს სწორედ, ტკივილი და მიღებული იარა.

როცა, საბოლოო ჯამში, ეს ქალი კონტაქტში შევიდა თავის იარასთან, იგი ჩავარდა ხასიათის დაცვის დონიდან, ბევრად ღრმა დონეზე, სადაც უფრო ადვილი იყო მასთან ურთიერთქმედებაში შესვლა. მე, ფაქტიურად ვიყავი კონტაქტში ამ შინაგან ჭრილობასთან, მე ძალიან ადვილად შემიძლო ვყოფილიყავი მასთან რეზონანსში. ამ წერტილზე ჩვენ

ვიყავით რეზონანსში ერთმანეთთან, უბრალოდ, როგორც ორი ადამიანი. ამ კონტაქტამდე გადატანა მახინჯდებოდა: მას ეშინოდა ჩემი, როგორც უსიამოვნების წყაროს, რადგანაც, რაღაც სახით მე ვახდენდი მის დიაგნოსტიკას. ამიტომაც, თავის მხრივ, იგი ხელს მიშლიდა დავხმარებოდი მას, აფერხებდა ჩემს სამუშაოს. ყველაზე საშინელი, რაც შეიძლებოდა იმ მომენტში მისთვის მეთქვა იყო: „ეს პარანოიაა, შენ პარანოიდული ხარ, და მოდი გავაკეთებ იმის ინტერპრეტაციას, რაც შენ გემართება“. ეს იქნებოდა დამანგრეველი მისთვის.

ასეთ შემთხვევაში, როცა ნათელი ხდება, რომ კრიტიციზში წარმოადგენს პროექციას, ეს შეესაბამება ნეგატიურ გადატანას, და ორივე ადამიანი ხედავს ამას. გადატანის რეალურობის აღიარება, წარმოადგენს ორ ადამიანს შორის ჯანმრთელი ურთიერთქმედების ნაწილს. „დიახ, არსებობს საგნები, რომლებიც მე არ მომწონს, ნება მომეცი გითხრა, თუ რა საგნებია ესენი და გეთაყვა, მომაშორე ისინი, რადგანაც ხელს მიშლიან, ისინი მე არ მომწონს“. ან: „ამ ნაწილს ვერ ვიტან, ხოლო სხვა ნაწილებში შემიძლია მშვენივრად გვექონდეს ურთიერთობა“. ეს არის დიალოგი რეალურ ადამიანთა შორის. შესაძლებლობა გამოავლინო რისხვა ურთიერთობების შიგნით, ისე, რომ არ გაანადგურო ის - არის ერთ-ერთი შესაძლებლობა განიკურნო დათრგუნვისგან ან თავიდან აიცილო რისხვის პროვოცირება.

თერაპევტის მხრიდან, პოზიტიური კონტრგადატანის ზედა შრეზე თერაპევტი თავს იკავებს კლიენტის განსჯისაგან. მხატვარს, უილიამ სტეიგს აქვს სურათი, ადამიანი დგას თავის ხელზე. იგი ამბობს: „ვინ ვარ ასეთი, რომ მქონდეს აზრი საკუთარ თავზე?“ მე ეს სახე მაგონებს თერაპევტს, რომელიც მსჯელობს ასე: „მე აქ ვარ იმისათვის, რომ ვინმეს გუნება გავუფუჭო, მე მხოლოდ ვზივარ და ვისმენ, დაე, წავიდეს პროცესი როგორც იქნება. თუ კლიენტი მოინდომებს დაწოლას და დაწება მთელი საათით - კარგი. თუ მოინდომებს ილაპარაკოს მთელი საათი - ესეც კარგია. ხოლო თუ მოინდომებს ადგომას და სირბილს, მე არ გავუწევ წინააღმდეგობას, რადგანაც მე აქ იმისთვის ვარ, რომ დავეხმარო მას აკეთოს ის, რაც უნდა“. ასეთი ქცევით თერაპევტი არ უგზავნის გამოწვევას კლიენტს.

ნეგატიური კონტრგადატანის არსი, მდგომარეობს იმაში, რომ გამოწვევა ძალიან ბევრია, მას თავად თერაპევტი უკეთებს პროვოცირებას. გერდა ატარებდა კარგ საუბარს საზაფხულო სკოლაში, ავსტრიაში. მან თქვა: „არ იფიქროთ, რომ იმის გამო, თუ თქვენ ვალდებული ხართ წაახალისოთ თვითრეგულიაცია, არასოდეს არ უნდა მოახდინოთ კლიენტის პროვოცირება. და არ იფიქროთ რომ, თუ არსებობს ზე-პროვოცირების საფრთხე, თქვენ არ მოახდინოთ მისი პროვოცირება ბოლომდე“.

ამაში მან იგულისხმა ძალიან კეთილგანწყობილი და პაციენტისადმი ზედმეტად მხარდამჭერი თერაპევტები: „არ შეგეშინდეთ იყოთ აქტიურები, არ შეგეშინდეთ საზღვრების დაწესება“. ხოლო ლოუენსს კარგი იქნებოდა ეთქვა თავისი თერაპევტებისა და ტრენერებისთვის: „არ შეგეშინდეთ იყოთ მგძნობიარე და მხარდამჭერი. არ შეგეშინდეთ დაჯდომის და მოსმენის, არ შეგეშინდეთ სხვა ადამიანის მხრიდან პროცესების გამოვლენის“. იმიტომ რომ, ზოგიერთ მის ტრენერს აღენიშნებათ აქტივობის ზედმეტად გამოვლენის ტენდენცია.

მე გიამბობთ ერთ შემთხვევას ჩემი პრაქტიკიდან: გასულ წელს ვმუშაობდი ერთ მამაკაცთან, რომელიც ადრე გადიოდა თერაპიას ამერიკაში, თერაპევტთან, რომელიც

სპეციალიზირდებოდა რაიხიანული ტრადიციების ერთ-ერთ სახეობაში. სესიებისას ისინი დავიდნენ ცრემლების დონეზე, ტირილის დონეზე. მაშინ თერაპევტმა თქვა: „შენ გავხარ ისტერიულ ქალს. მე არ ვიმუშავებ შენთან, უკეთესია გადაგცე სხვა თერაპევტს“. და ამით დაასრულა სესია. ეს იყო ნეგატიური კონტრგადატანა. მუშაობა კი დასრულდა კლიენტის დამცირებით. ჯამში, ამის გამო მამაკაცს დარჩა დიდი ტკივილი. მთელი ჩვენი სესია ეხებოდა იმას, გაბედავდა თუ არა იგი კვლავ ტირილს, განმეორდებოდა თუ არა წინა გამოცდილება. ბოლოსდაბოლოს, როცა იგი კვლავ ატირდა, ტირილი საერთოდ არ იყო ისტერიული. პროცესი დასრულდა სრულიად მკაფიოდ, ძირითადი დროის ამოწურვამდე.

„შენ მემუქრები მე, ამიტომ მე გაგსრესს შენ“ - ნეგატიური კონტრგადატანის არსი. „ის რაც ხდება, მაიმულებს თავი ვიგრძნო უხერხულად. უკეთესია მე მოვიქცე ისე, რომ არა მე, არამედ შენ გრძნობდე თავს არაკომფორტულად“. საერთოდ, თქვენ შეგიძლიათ აიძულოთ ადამიანები ნებისმიერი მიზეზით იგრძნონ თავი არაკომფორტულად: მაგალითად, იმის გამო, რომ ისინი არასაკმარისად ბრაზობენ ან პირიქით, ბრაზობენ ზედმეტად. იმის გამო, რომ დუმან, ან იმის გამო, რომ ზედმეტს ლაპარაკობენ. ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ წარმოადგენ სიტუაციას.

გადატანის მთლიანი თემა საკმარისად რთულია, იმის გამო, რომ თუ არ შეგვიძლია კლიენტის ზედმეტად დაწყნარება, ან ზედმეტად პროვოცირება, მაშინ რაღა რჩება? თქვენ ჯერ კიდევ გაქვთ აქტივობა და მობილობა. თქვენ შეგიძლიათ შეეცადოთ შეხვიდეთ რეზონანსში კლიენტის გრძნობებთან და მოთხოვნილებებთან და არ მოახდინოთ ფიქსირება საკუთარი ხასიათის პატერნებზე, რომელიც ჩაგჩურჩულებთ: „დაე, თვითონ გაერკვე“ ან „ადექი და გააკეთე რამე“.

დავუბრუნდები აგრესიას დავიტყვი, რომ აგრესია არ გულისხმობს ადამიანებისათვის ზიანის მიყენებას, იგი ნიშნავს თავდაცვას. ეს არის ის, რაც ადამიანმა უნდა გააკეთოს, საკუთარი საზღვრების დასაცავად. ერთხელ მე მყავდა კლიენტი ქალი, რომელსაც შეემთხვა მანიაკალური ეპიზოდი. შეტევების დროს იგი იჭრებოდა გარშემომყოფთა სასიცოცხლო ზონებში. იგი ღამის ორ საათზე მივიდა პოლიციაში და მოითხოვა გამოსულიყვნენ და მოემებნათ მის მიერ დაკარგული რაღაც ნივთი. მან დაურეკა მოძღვარს და უთხრა, რომ უბედური იყო. მან ჩაიდინა ბევრი მსგავსი რამ, მაგალითად: წერდა წერილებს და უგზავნიდა ყველას და სხვა. სხვა სიტყვებით, რომ ვთქვათ ეს იყო კლასიკური მანიაკალური პატერნი. ის იყო კლიენტა შორის ერთი მათგანი, რომლის თერაპიაც მიმდინარეობს შეტევების სახით, თუმცა შუალედებში წლების გამოტოვებით. იმ პერიოდისთვის იგი არ იყო ჩემი კლიენტი, მაგრამ გვექონდა გარკვეული კავშირი. იმ დროს მე ვიყავი აბზოტსბურში, ის კი ლონდონში. იგი მირეკავდა და საათობით, მანიაკალურად მიყვებოდა მისი მდგომარეობის შესახებ. მე დიდი ხანი ველაპარაკებოდი ტელეფონით, ხოლო როცა წერილებს მწერდა ვპასუხობდი მას. გავიმეორებ, რომ იგი არ იყო ჩემი კლიენტი და არც ითხოვდა ჩემგან სესიების ჩატარებას, თუმცა ერთ დღეს დამირეკა და მითხრა, რომ ჩამოსვლა უნდოდა ჩემთან, რათა პირადად გადმოეცა წერილი. მე ვუპასუხე, რომ არ ვიყავი მზად ამისთვის, მე ვკითხულობ შენს წერილებს, მაგრამ ვთვლი, რომ შენი ჩამოსვლა იქნება შემოჭრა ჩემს პირად სივრცეში და კიდევ ვგრძნობ, რომ შენ ჩამოსვლა გინდა გამოიყენო ჩემით მანიპულირებისთვის“.

მასთან საუბრის შემდეგ მივხვდი, რომ მანიაკალური მდგომარეობის ერთ

მნიშვნელოვან ასპექტს წარმოადგენს ის, რომ შეტყვის დროს ადამიანს არ აქვს არავითარი საზღვრები. ხოლო, რაც მე გავაკეთე, ეს იყო სწორედ საზღვრების დადგენა. მე ვუთხარი მას: „ეს არის ჩემი ზღვარი, მე შემძლია მოგცე უფლება გაფართოვდე აი, ამ დონემდე და არა უფრო მეტად“. ამის შემდეგ იგი ჩაჯდა მატარებელში და ჩავიდა უეიმუტამდე, საიდანაც დამირეკა და მითხრა: „მე უკვე მოვედი უეიმუტში ჩემი წერილით“. მე ვუპასუხე: „გამომიგზავნე წერილი ფოსტით, მე არ ვაპირებ შენთან შეხვედრას“. მე თავს ვგრძნობდი ძალიან მკაცრად და სასტიკად, როცა ვამბობდი ამას, მაგრამ ვგრძნობდი, რომ ეს იყო ჩემი მხრიდან თავდაცვა. მე, რომ დავთანხმებულიყავი შეხვედრაზე, დარწმუნებული ვარ მექნებოდა საშინელი კვირა და ვფიქრობ, არც მისი კვირა იქნებოდა უკეთესი.

მანიაკალური რეაგირების არსი, მდგომარეობს იმაში, რომ თუ თქვენ დანებდებით, ადამიანს, იგი გახდება კიდევ უფრო მეტად მანიაკალური. როცა ტყეში ხანძარია და თქვენ მასში ხეს ჩააგდებთ, ხანძარი კიდევ უფრო გაძლიერდება. ასე, რომ მე მქონდა მიზეზი გამეკეთებინა ის, რასაც ვაკეთებდი. იმ მომენტში მე ვადგენდი ჩემს საზღვრებს. იგი, რა თქმა უნდა, ძალიან გაბრაზდა და ბევრჯერ დამირეკა ტელეფონით, მაგრამ იმ შემთხვევის შემდეგ მსგავსად აღარ მოქცეულა. ამ შემთხვევამ ნათლად გამოაჩინა საზღვრები ჩვენს შორის. იგი დარწმუნდა, რომ არის რაღაც, რის გაკეთებასაც ვერ მაიძულებს, და ეს იყო ცხოვრების რეალური ნაწილი მისთვის. არსებობს განსაზღვრული ქცევები, რასაც მე არ გავაკეთებ და არც სხვას მივცემ მისი გაკეთების უფლებას. თუმცა არის ისეთი რამეებიც, რომლის გაკეთება, მე უბრალოდ არ შემძლია. ყოველივე ამის გაცნობიერებას მისთვის მხოლოდ სარგებლობის მოტანა შეეძლო.

Free Article

შიში და გადატანა

შემდეგ თავში ვისაუბრებთ შიშზე. განვიხილოთ შიშის ორი ტიპი - უსუსურობის და დამოუკიდებლობის შიში, როგორც ორი პოლუსი. შეიძლება ვიფიქროთ, რომ ამ ორ განსხვავებულ შიშს, საკმაოდ ღრმა ფესვები გააჩნიათ. განტრიპი თავის წიგნში, შიზოიდური დინამიკის შესახებ, (10) საუბრობს იმაზე, რომ შიში უფრო მეტად ბაზისური წარმონაქმნია, ვიდრე სექსუალურობა და აგრესიაა. სასურველია ეს იდეა უფრო ყურადღებით იქნას განხილული. მაგალითად, რაიხის აზრით, სექსუალურობა და აგრესია, ეს ორი ტიპის გაფართოებაა, ხოლო შფოთვა, უფრო მეტად, შებოჭვად შეიძლება ჩაითვალოს. ასე რომ, თუ თქვენ „ფართოვდებით“, ე.ი შეგიძლიათ გააგრძელოთ წინსვლა, ხოლო თუ იკუმშებით, ამან შესაძლებელია შეყოვნება გამოიწვიოს. განტრიპი, ასევე აღნიშნავს, რომ სექსუალურობის და აგრესიის დიდი ნაწილი, საერთოდ არ წარმოადგენს საწყის პროცესებს. ესენი დამცავ ფსევდო-პროცესებად შეიძლება ჩაითვალოს, რომლის უკანაც, სინამდვილეში შიში იმალება. თუმცა, ეს იმ შემთხვევაში ხდება, როდესაც „გაფართოება“, „შეკუმშვას“ უსწრებს წინ. და მხოლოდ მაშინ, როდესაც ადამიანი საბაზისო შიშთან შედის კონტაქტში, ის კი გარეთ იწყებს გამოსვლას, ამ დროს შესაძლებელია მოხდეს ნამდვილი გაფართოება, ნამდვილი სიყვარულისა და სექსუალურობისადმი, რასაც ასევე, შესაძლებელია საკუთარი თავის ნამდვილი აღიარებაც მოჰყვეს.

უსუსურობის შიში შეიძლება დაკავშირებული იყოს „ გადავსებასთან“, გრძნობებში „ჩახრჩობასთან“. ეს შიშია ასევე, დამოკიდებულებისა და სიცარიელისადმი, სიმკვრივისა და ეგოს დაკარგვისადმი.

ავსტრიაში, ორ სამდღიან ჯგუფთან მუშაობისას, აღმოჩნდა, რომ მეორე ჯგუფში, ოცი ადამიანიდან რვას ეს შიში აღენიშნებოდა საკმაოდ ძლიერად. ამიტომაც, ვალდებული ვიყავით ამ ჯგუფთან განსაკუთრებული ყურადღება გამოგვეჩინა. მნიშვნელოვნად ჩავთვალეთ, ამ ადამიანებისათვის შეგვექმნა პირობები, შეხებოდნენ აღნიშნულ შიშს ზედმეტი, გადაჭარბებული ემოციების გარეშე. რის შედეგადაც, ისინი იძულებული გახდებოდნენ ჩაკეტილიყვნენ კვლავ. მოვიყვანოთ მაგალითი: ერთ–ერთი მონაწილე, რომელიც ორ წამყვანთან ერთად მუშაობდა, ყოველ ჯერზე აწყდებოდა ისეთ მასალას, რომელიც თრგუნავდა მას და იძულებდა საკუთარ გრძნობებში ჩაძირულიყო. შედეგად კი, ეს შიში იჩენდა თავს. ასე რომ ამ ქალბატონს წინასწარ უჩნდებოდა შიშის ემოცია, ის არ იყო დარწმუნებული, რომ ისტორია კვლავ არ განმეორდებოდა. ოცი წუთი განვიხილავდით, გააგრძელებდა ეს ქალბატონი მუშაობას თუ არა, და მივიღეთ გადაწყვეტილება, რომ მუშაობა გაგვეგრძელებინა ისეთი სახით, რომ გრძნობებში ჩაძირვის შეგრძნებები კვლავ აღარ აღმოცენებულიყო. ეს იყო სწორი გადაწყვეტილება. ის დაწვა იატაკზე და ერთი თუ ორი წუთის შემდეგ გრძნობებიც მოერია. ვინაიდან კონტრაქტი გვექონდა დადებული, რომ ჩვენი მუშაობის მიზანია არა გამოცდილების მიღება, არამედ საზღვრების აგება იმის ირგვლივ, რაც ხდება, მუშაობა დავიწყეთ არა იდთან არამედ მის ეგოსთან.

ჰერდა ბოისენი ხაზგასმით აღნიშნავდა, თუ რაოდენ მნიშვნელოვანია მუშაობის პროცესში ეგოსთან სიახლოვე, და იმ დღეს პირველად გავაცნობიერე, თუ რა ჰქონდა მხედველობაში. ეგოსთან მუშაობა, გულისხმობს პროცესების შენარჩუნებას იმ საზღვრებს შორის, რომლის დაჭერაც, თავად ადამიანს შეუძლია. ამ საზღვრების დარღვევა არც ისე იოლია. სან–ფრანცისკოში მუშაობისას ზოგიერთი ადამიანი ამბობდა: „ჩვენ ვიცით როგორ დავიშალოთ ნაწილებად, მაგრამ როგორ გავმთლიანდეთ კვლავ?“ ან იქნებ სულაც არ არის საჭირო დავიშალოთ? ან იქნებ მოვახერხოთ გაზრდა ნაწილებად დაშლის გარეშე?“. ერთ ქალს გამოცდილებაში ჰქონდა ასეთი რამ, დაიწყებდა თუ არა სხეულთან მუშაობას, იგი იწყებდა დაშლას ნაწილების ირგვლივ მიმოფანტვით. უნდა აღვნიშნოთ, რომ ჯგუფიდან ძალიან ბევრი ადამიანი იქნა გადაყვანილი სამედიცინო კლინიკებში. თუმცა არ მგონია, აქაც (ბოისენ ცენტრში), იგივე განმეორდეს, ვინაიდან, აქ ამ ყველაფერს დიდი პასუხისმგებლობით ეკიდებიან, თუმცა ასეთი მეცადინეობებისას ხშირია შემთხვევები, როცა ადამიანთა ჰოსპიტალიზაცია ხდება აუცილებელი. ისინი „ნაწილებად იშლებიან“, შემდეგ კი ვეღარ უძლებენ ძლიერ განცდებს და ჰოსპიტალში ხვდებიან. ეს ყველაფერი ხდება იმიტომ, რომ ჯგუფის წამყვანები ზედმეტად უკეთებენ პროვოცირებას მონაწილეებს და ვერ აცნობიერებენ რა ხდება სინამდვილეში. ხშირად წამყვანებიც და მონაწილეებიც მიიჩნევენ, რომ ტრენინგზე ადამიანების ძირითადი ამოცანა – უბრალოდ გრძნობითი გამოცდილების მიღებაა და სხვა არაფერი.

იმ ქალთან ვმუშაობდით შემდეგი მეთოდით, მაგალითად ვეკითხებით: „როცა თვალს ახელ, გრძნობები უფრო მეტად გავსებს თუ ნაკლებად?“, „ნაკლებად“ იყო პასუხი. „კარგი, ჩვენ ცოტათი გეხმარებით, შენ შეგიძლია გააკეთო რამე კონკრეტული ამ პროცესში?“. შემდეგ დავაკვირდი, რომ გამეგო, რომელ პოზაში ყოფნისას შფოთავს უფრო ნაკლებად, პირქვე, თუ ზურგზე წოლისას. „ოო! თქვა მან, როდესაც ვწევარ პირქვე, ნაკლებად ვგრძნობ შიშს. მე შემიძლია ვიყო კონტაქტში ყველა მოზღვავებულ გრძნობასთან, რაც ხელს მიწყობს შევაკავო ისინი“. შემდეგ ჩვენ შევნიშნეთ, რომ იგი ნაკლებად იძირებოდა გრძნობებში, მაშინ, როცა მასთან ხელებით კონტაქტი გვექონდა. ასე მან თანდათან ააგო სისტემა, რომელმაც გაუადვილა მუშაობა შინაგან შეგრძნებებთან

და მისცა მათთან ურთიერთობის საშუალება, ნაწილებად დაშლის გარეშე.

ჩვენ უკვე ვიცოდით მისი ისტორიიდან, რომ მას ყავდა სადისტი მამა და როდესაც მასთან ვმუშაობდი, ვგრძნობდი, რომ ის თავის მოზღვავებულ გრძნობებს აღიქვამდა ისე თითქოს ისინი მას უთვალთვალეობდნენ. „ეს მხლიჩავს მე, ეს არაკომფორტულია, ეს საშინელებაა“. მან მიიღო გადაწყვეტილება დაეთრგუნა თავისი გრძნობები: „თავს ვერაფრით მივცემ უფლებას გრძნობდეს ყოველივე ამას, ეს ხომ ძალიან არასასიამოვნო პროცესია, ამიტომაც შევეცდები უბრალოდ გამოვრთო ისინი.“ იგი ორ პროცესს შორის აღმოჩნდა ჩაკეტილი: თავისი საზიზღარი გრძნობების დევნასა და იმ გრძნობებს შორის, რომლებიც პირიქით, მას სდევნიდნენ. მან ჩვენთან მუშაობისას მიიღო კარგი გამოცდილება, თუ როგორ შეიძლებოდა ეცხოვრა ამ გრძნობების გარეშე. მან დაიწყო ურთიერთობის აგება თავის სხეულთან და მივიდა დასკვნამდე, რომ ამ დროს სავალდებულო არ არის ყველაფერი სხეულის დაშლით დამთავრდეს. თუმცა, გასათვალისწინებელია ისიც, რომ ყველაფერი თანმიმდევრობით, ნაბიჯ-ნაბიჯ უნდა გაკეთდეს. ერთ ღამეს დაესიზმრა: თითქოს ადიდებულ მდინარეზე გადადიოდა, მას ძალიან ეშინოდა და ფიქრობდა: „მე დავიხრჩობი“ შემდეგ კი გაიფიქრა: „არა, მე არ უნდა დავიხრჩო, რადგანაც მაქვს არჩევანი: შემიძლია გავცურო, თუმცა ეს უფრო სახიფათოა, ასევე შემიძლია დავრჩე ხიდზე და მოაჯირს მაგრად მოვეჭიდო.“ ასე გადავიდა ხიდზე მოაჯირს მოჭიდებულმა.

შემდეგია – დამოუკიდებლობის შიში: „მე არ მინდა გავიზარდო. არ მინდა დავდგე ფეხზე, მე მინდა, რომ ჩემი ცხოვრების ბოლომდე ზრუნავდნენ ჩემზე. მინდა საწოლში დავრჩე. მე არ მინდა ჯგუფიდან წასვლა. უკვე ათი წელია გავდივარ თერაპიას, მაგრამ მგონია, რომ მეთერთმეტეც მჭირდება“. იმედი მაქვს მიმიხვდით, რომ საუბარია დაბადებაზე. ეს ორი შიში არის რეაქცია სიკვდილზე და დაბადებაზე. შიში, რომელზეც მოგახსენებდით, არის სწორედ სიკვდილის შიში.

რაიხი ამბობს, რომ ორგანიზმული შფოთვა წარმოადგენს დაშლის, რღვევის, კაპიტულაციის შიშს. ის თვლის, რომ ყველა ნევროზის უკან ღრმა შიში დგას. ამ მნიშვნელობით რაიხი შიშზე ამბობს იგივეს, რასაც მე. ის ღრმა შიშს უწოდებს ორგანიზმულ შფოთვას. თუმცა ჰანტრიპი ყოველივე ამას ალბათ უფრო ეგზისტენციალურ შფოთვას უწოდებდა.

დევიდ სმიდტი აღნიშნულ შეხედულებებს ერთ სტატიაში აერთიანებს, სადაც დაბადების შფოთვასა და ორგანიზმულ შფოთვას შორის კავშირზეა საუბარი (11). სინამდვილეში, ეს ორი განსხვავებული ხედვაა ერთსა და იმავე პროცესზე.

ორგანიზმის შფოთვა დაკავშირებულია საზღვრებთან, რომელიც იშლება, ისინი შეიძლება შევადაროთ ტალღებს, რომლებიც ოკეანეს უბრუნდებიან. «მე არ მინდა დავნებდე პროცესს, მე არ მინდა საზღვრების გადარეცხვა». ასევე, შიში გამოვიდეთ ოკეანიდან სიმშრალეში. მე მინდა დავრჩე ოკეანეში. მე არ მინდა დავიზადო. მე მინდა, რომ ყოველთვის განვიცდიდე მუცლადყოფნის ორგანიზმებს. მე მინდა დავბრუნდე უკან, ოკეანურ პერიოდში». ეს არის რეგრესია. მე რეგრესიას გავყოფდი ორ ტიპად: ტაქტიკურ რეგრესიად, რომელიც გულისხმობს უკან დაბრუნებას, რათა ვიპოვოთ ისეთი რამ, რაც შემდეგ წინსვლაში შეგვიწყობს ხელს. ეს წააგავს გზის იმ მაჩვენებელთან დაბრუნებას, რომელთანაც მოძრაობის არასწორი მიმართულება იქნა არჩეული, და ამ შემთხვევაში, ჩვენს მიზანს სწორი მიმართულების არჩევა წარმოადგენს. რეგრესიის მეორე ტიპი –

სტრატეგიული რეგრესია, უკან დაბრუნება, იმიტომ, რომ იქ უკეთესი იყო. სტენლი კელემანი ამას „ედემის ბაღის მითს“ უწოდებს. (12).

ამგვარად, უსუსურობის შიში – ეს არის დაშლის, გაქრობის შიში, ან შიში დაკარგო საზღვრები, რომელიც თავის მხრივ, ზრდასრულობის მხარდაჭერისა და საყრდენის დაკარგვის შიშთან ასოცირდება. დევიდ სმიტი იყენებს ტერმინებს ვერტიკალური და ჰორიზონტალური დამიწება. ვერტიკალურ დამიწებას ადამიანი მოჰყავს დგომის პოზიციაში, რაც თავის მხრივ, ზრდასრულობის განცდასთან ასოცირდება. ჰორიზონტალური დამიწება კი – ეს წოლის პოზიციაა, რომელიც მხარდაჭერის მიღებასთანაა ასოცირებული. დამოუკიდებლობის შიში – ეს, სწორედ ჰორიზონტალური დამიწებიდან გამოსვლის შიშია. «მე არ მინდა ამ უსაფრთხო ადგილის დაკარგვა, სადაც მხარდაჭერას ვგრძნობ». ყველა ეს შიში – ბავშვის შიშებია, რომლებიც მხარდაჭერიდან დამოუკიდებლობისაკენ არის მიმართული.

შესაბამისად, უსუსურობის შიში ასევე, დამოკიდებულების შიშიცაა.

«მე ვირჩევ დგომას. მე არ მინდა წოლა, იმიტომ, რომ ასე შეიძლება გადამთელონ, და ვეღარ შევძლო წამოდგომა. უკეთესია დავეყრდნო იმას, რაც უკვე მაქვს». ვერტიკალური დამიწება, ასევე შეიძლება იყოს ჰორიზონტალურ მდგომარეობაში ვარდნისაგან თავდაცვა.

ლოუენი ამბობდა, რომ რიგიდული ხასიათი ეყრდნობა რღვევასთან ბრძოლის შიშს. ამ შემთხვევაში ჩვენ არა ჯანსაღ დამიწებასთან, არამედ რიგიდულ ზე–დამიწებასთან გვაქვს საქმე. ასეთი ადამიანი ინარჩუნებს ვერტიკალურ მდგომარეობას. ის ეყრდნობა თავის სიმართლეს და ასეთი სახით დგას მიწაზე. იგი ეყრდნობა სტატუსს, როგორც საშუალებას, არ დაუშვას საკუთარი სისუსტის შეგრძნება. არიან ადამიანები, რომლებსაც სისუსტის მდგომარეობაზე დაყრდნობა ურჩევნიათ, რადგანაც ასე უფრო ადვილია მხარდაჭერის მიღება. თუმცა, როდესაც ძლიერი ხართ, თანადგომა თქვენთვის შეიძლება დამარცხებას ნიშნავდეს. ამგვარად, ეს არის ცხოვრებისეული არჩევანი ძალასა და სისუსტეს შორის: “ვირჩევ ძალას, იმიტომ, რომ მეშინია სისუსტის“ და „ვირჩევ სისუსტეს იმიტომ, რომ მეშინია ძალის“ და ეს კიდევ არ არის დასასრული. ის რასაც ვამბობ დევს უფრო ღრმად. არჩევანი კეთდება ორ პოლუსს შორის. ერთი მხრივ: «თუ მე უარს ვიტყვი საკუთარ ძალებზე, ალბათ მოვკვდები. შეიძლება დაგვარგო ყველაფერი, რაც მაქვს, და თავადაც შეიძლება დავიკარგო». უფრო ფართო გაგებით, ეს სიკვდილის შესახებ განაცხადია. სხვა მხრივ კი: «მე თუ მივმართავ ჩემს ძალას, მაშინ იძულებული ვიქნები დავიბადო, მაგრამ აღარ მექნება თანადგომა, მე მომიწევს ყველაფერი გავაკეთო თვითონ». სიკვდილი და დაბადება, სინამდვილეში – ერთი და იგივე ციკლის ორი დასასრულია, მაგრამ მათი გავლა ორი სხვადასხვა გზითაა შესაძლებელი. თუმცა ორივე შემთხვევაში თქვენ ემორჩილებით დაშლის პროცესს და კარგავთ საზღვრებს.

კაპიტულაციის პრობლემაა, შეგუება – საკვანძო თემა რელიგიურ მოძრაობებში და ასევე თერაპიაშიც. ეს არის ის, რაც აერთიანებს რელიგიისა და თერაპიის გზებს. ადამიანები ამბობენ: „უარი თქვი საკუთარ თავზე. ენდე. ჩაიძირე საკუთარ გრძნობებში. ჩააგე იარაღი. არ იფიქრო ბევრი. მოდუნდი. გადახტი მდინარეში და მიყევი დინებას...“ და ა. შ. ეს კარგი გამოცდილებაა, თუ ის წინააღმდეგობაში მოდის პატერნებთან, თუმცა სასურველია, დასაწყისში კარგად დაფიქრება «სანამ ზღვაში გადავხტები, ან ცურვა უნდა

ვისწავლო, ან სამაშველო რგოლი შევიძინო. მე არ ვაპირებ ვითანამშრომლო არც ერთ ისეთ ადამიანთან, ვინც ზღვაში გადამაგდებს, მაშინ როდესაც ცურვა არ ვიცი და არც სამაშველო რგოლი მაქვს“. ზოგიერთ ადამიანს, ზოგიერთ ჯგუფში ზუსტად ასე ექცევიან – აგდებენ ზღვაში. ასეთ დროს ადამიანები განიცდიან ჩაძირვის საშინელებებს და ზოგიერთი მართლაც იძირება. ზოგიერთი ზღვიდან ძალიან დაღლილი გამოდის, ისინი ვერ ღებულობენ ზღვაში ყოფნით ვერანაირ სიამოვნებას. ერთადერთი რასაც ვცდილობ გავაკეთო, არის ის, რომ შუქურა მივმართო სხვა მიმართულებით. ჩვენ არ მიგვყავს ადამიანები კაპიტულაციისაკენ, მაგრამ ვეძებთ საზღვრების ჩამოყალიბების გზებს. სტენლი კელემანი ბევრს მუშაობდა მოსაზრებების შეცვლის საკითხებზე, მაგალითად: „როგორ დავთრგუნო შიში?“, „როგორ შევაკავო იგი ჩემში?“. როგორ მივცე ფორმა ჩემს შიშს და ამის საშუალებით შევაკავო ჩემში?, ეს მნიშვნელოვანია, რადგანაც იმის მიხედვით, თუ რა ფორმასაც მივცემ მას, განისაზღვრება მეთოდი, რომლის საშუალებითაც გავთავისუფლდები მისგან, როდესაც ამისი სურვილიც გამიჩნდება.

პროექცია და ინტროექცია

როდესაც ვსაუბრობთ გადატანის შესახებ ურთიერთობებისა და შესაძლებლობების ბირთვის დონეზე, ჩვენ საქმე გვაქვს პროექციის გარკვეულ სახეობასთან. კერძოდ: ამ დონეზე კლიენტი ხშირად თავისი შესაძლებლობების პროექცირებას აკეთებს თერაპევტზე, რათა პოტენციურად განიკურნოს ან მიიღოს გაზრდისა და განვითარების შესაძლებლობა. მე არ ვარ დარწმუნებული, რომ „ბირთვი–ბირთვი“ - ურთიერთობების დონეზე, შესაძლებელი იყოს გადატანა. ამ შემთხვევაში, უფრო მეტად, საუბარია რეზონანსზე. მე ვფიქრობ, რომ კლიენტი ეძებს თერაპევტში საკუთარი პოტენციალის ასახვას და მხარდაჭერას, რომელიც დაეხმარება ამ პოტენციალს განვითარებაში.

სივრცეში კონტაქტის ხაზის აგებისას, რომელიც კლიენტსა და თერაპევტს შორის ე.წ. გამყოფს წარმოადგენს, ძალიან ჰგავს ხიდის აგებას. ხიდი – ეს არის აწმყო ურთიერთობები, სადაც მოძრაობთ თქვენ. კლიენტი საკუთარი პოტენციალის პროექცირებას აკეთებს თერაპევტზე და, თუ თერაპევტი ვერ პასუხობს ამაზე, კლიენტი განიცდის იმედგაცრუებას, რადგანაც მისი ის ნაწილი რომელიც ითხოვდა ზრდას, არ იქნა ამოცნობილი თერაპევტის მიერ. ამ შემთხვევაში ვღებულობთ არა „ბირთვი–ბირთვი“ - ურთიერთობას, არამედ ურთიერთობას ბირთვისა და მეორად შრეს შორის. ასეთ შემთხვევაში, კლიენტს უჭირს გაუძლოს არსებულ რეალობას, რის გამოც შეიძლება იგი რთულ თერაპიულ სიტუაციაში აღმოჩნდეს. მაგრამ, თუ თერაპევტი შეძლებს ზუსტად აღიქვას კლიენტის ბირთვის მოთხოვნილებები, ასეთ შემთხვევაში, ისინი სწორად ახდენენ ერთმანეთის შეცნობას, რაც ურთიერთდახმარებაში შეიძლება გადაიზარდოს. ეს ცეცხლის ორ ალს მოგვაგონებს. სადაც ერთი ეხმარება მეორეს. ვინიკოტი წერდა „პოტენციურ სივრცეზე“ – სივრცეზე, რომელშიც კრეატიულად თამაშობს ორი ადამიანი. (13).

პროექცია, თავისი არსით არის, საკუთარ თავში იმ რაღაცის არაღიარება, რაც სხვა ადამიანში ადვილად შეიძლება დაინახო, მაშინაც კი, როცა იმ ადამიანს შეიძლება „ის რაღაც“ არც კი გააჩნდეს.

ინტროექცია – იგრძნო საკუთარ თავში ის რაღაც, რაც სინამდვილეში არ არის,

და რაც, დიდი ალბათობით, სხვა ადამიანებისაგან იყო „აღებული“. პერლზი ბევრ ისეთ სიტყვას იყენებს, რომლებიც კარგად აღწერენ კონტაქტის თავისებურებებს, მაგალითად: **პროექცია** – „შენობა გარეთ“; **ინტროექცია** – „შენობა შიგნით“; **რეტროსპექცია** – „შენობა უკან“. გემტალტში, ასევე არის ურთიერთობების გამომხატველი სპეციალური სიტყვები, რომლებსაც ადამიანები დიალოგის რეჟიმში ურთიერთობებისას იყენებენ, მაგალითად: «კონსონანსი», «კონგრუენტულობა». დევიდ სმიდტი ამბობს, რომ არსებობს დიალოგის დარღვევის ორი ძირითადი ფორმა: პირველი – **შეჭრა**, ერთი ადამიანი აიძულებს მეორეს მიიღოს თავისი გზავნილები. მეორე – **დეპრივაცია**, როდესაც ერთი ადამიანი აკეთებს რაღაცას, მაგრამ ვერ ღებულობს ვერანაირ საპასუხო რეაქციას. **დიალოგი** – ეს არის სივრცე, რომელშიც, არ არის არც შეჭრა, არც დეპრივაცია, ეს არის ურთიერთობა მოცემულ პოლუსებს შორის, ასევე პროექციასა და ინტროექციას შორის.

პროექციაში თქვენ „გამოაფრქვევთ“ გარეთ, იმას რაც თქვენში შემოიჭრა. ამ მნიშვნელობით პროექციის არსი დაკავშირებულია პარანოიასთან. ინტროექციაში თქვენ ღებულობთ იმას, რასაც სხვადასხვა მიზეზების გამო ადრე ვერ ღებულობდით. დიალოგში კი, თქვენ აღებთ საზღვრებს და აძლევთ საკუთარ თავს გამოვლინების საშუალებას. ამყარებთ კომუნიკაციას სხვა ადამიანთან, ამ დროს კი თქვენი ღირებულება მუდმივად იზრდება.

ბირთვული კონტაქტი ანუ სტაგნაცია

რეზონანსი ქმნის ნათებას ენერგეტიკულ ველში. ეს არ არის ცალმხრივი პროცესი, მას გავლენა აქვს არა მარტო კლიენტზე, ასევე თერაპევტზეც. მაგრამ ასე თუ არ მოხდება, მაშინ ერთი მათგანი, ან შეიძლება ორივე თავს არაკომფორტულად გრძნობენ. მათ მეორად შრეებში „ბოზოქრობას იწყებს ქარიშხალი“, რომელიც მორევს წარმოშობს. თუ თქვენ დაემშვიდებით ბირთვის შრემდე ან ამოხვალთ ზედაპირულ დონეზე, შეიძლება მკვეთრი გარდაქმნები იგრძნოთ. ამ დროს, თუ ყურადღებას მიაქცევთ სხეულის სიგნალებს, შესაძლებელია ღირებულები ინფორმაციებიც კი მიიღოთ. თუ კლიენტთან ურთიერთობა მოსაწყენი გახდა, ეს ნიშნავს, რომ კლიენტის ენერგეტიკულ სისტემაში ხდება რაღაც, რამაც დაამძიმა და არია იგი. ისიც შესაძლებელია ეს მეტყველებდეს გარკვეულ ცვლილებებზე თქვენს ენერგეტიკულ ველში, ანდა ორივეს ჰქონდეს ერთდროულად ადგილი.

თუ თერაპევტი ხართ, თქვენი პირდაპირი მოვალეობაა, აკონტროლოთ თქვენი მდგომარეობა. არის თუ არა თქვენში ისეთი რამ, რასაც არ შეიძლება კავშირი ჰქონდეს კლიენტთან. მაგალითად: წინა დამით რა დროს დაწყებთ დასაძინებლად? გრძნობთ თუ არა თქვენში მიმდინარე რაიმე ისეთ პროცესს, რომელსაც შეეძლო უგუნებობის მიზეზი გამხდარიყო? თუ მსგავსი არაფერია, ეს მიგვანიშნებს იმაზე, რომ თქვენ რეაგირებთ იმ რაღაცაზე, რაც კლიენტში ხდება. რას აკეთებს კლიენტი ასეთ მოსაწყენს? როგორ ახდენს გავლენას თქვენს ენერგეტიკაზე? თუ ეს ყველაფერი კარგად გადაამოწმეთ, მაშინ შეიძლება ვთქვათ, რომ საქმე კონტრგადატანას ეხება, და მაშინ თქვენ შეგიძლიათ – გამოიყენოთ ეს ინფორმაცია, რათა გაიგოთ, რა ხდება თქვენს ირგვლივ. კლიენტს შეუძლია მოგაწოდოთ საინტერესო ინფორმაცია, მაგრამ თუ იგი საუბრობს უცვლელი ხმით და თქვენ გრძნობთ, რომ მისი ხმა მონოტონურია. ამის შემდეგ ყურადღებას ამახვილებთ არა მარტო მონათხრობის შინაარსსზე, არამედ ინტონაციაზეც. თუ ხმა გამოცოცხლდება

ან მეტი გრძნობა იჩენს მასში თავს, ან ცრემლები ჩნდება კლიენტის თავალებში, თქვენც უფრო მეტად მოგეძალებათ ემოციები. იგრძნობთ, რომ მოწყენილი აღარ ხართ, რომ ეს ყველაფერი საინტერესოდ გეჩვენებათ და თქვენი თავალებიც გამოცოცხლებას იწყებენ. და თუ ყველაფერ ამას განიხილავთ ენერჯის ტერმინებით, მიხვდებით, რომ თქვენ უპირატესობას ან ურთიერთქმედებისაკენ მოძრაობას ანიჭებთ და ან სტაგნაციას.

სამივე დონე (ბირთვი, ნეგატიური გრძნობების დონე და ნილაბი,) «ელოდებიან» კონტაქტს. თითოეული მათგანი, ნებისმიერ მომენტში, მისაწვდომი ან პოტენციურად მისაწვდომია. კონტაქტიდან ხანგეძლივი დროის გასვლის შემდეგ, ჩვენ შეგვიძლია გადავეშვათ არეულ გადატანაში, თუ კლიენტს ემართება ისეთი რამ, რასაც ის დაბნეულობამდე მიყავს. მნიშვნელოვანია შევინარჩუნოთ ბირთვის გაცნობიერება, რამდენადაც ეს ყველაზე ღრმა შრეა, რომელიც ორი სხვა შრითაა ჩაკეტილი და რომლის ნახვაც ყველაზე რთულ ამოცანას წარმოადგენს. თუმცა იგი შეიძლება გამოვლინდეს ექსტრაორდინარული გზითაც, თუ თქვენ პატარა სიგნალებს მიაქცევთ ყურადღებას. შეიძლება გავიხსენოთ საინტერესო შემთხვევა აგვისტოს ჯგუფის ერთ - ერთ წევრზე, რომელიც ძალიან უბედურად გრძნობდა თავს, თითქოს შავ ხვრელში იმყოფებოდა. მისი ასეთი მდგომარეობა მამის სიკვდილთან იყო დაკავშირებული. მუშაობისას მთელი ძალისხმევა მიმართული იქნა ამ ემოციების გარეთ გამოსაყვანად, რომელთან შესახვედრათაც მზადყოფნას გამოხატავდა. ვფიქრობდით, რომ მთელი სესია წარმართებოდა ძალიან მძიმედ, რომელიც ნეგატიური ემოციებით, ტკივილითა და ბრაზით იქნებოდა სავსე. უცებ პაუზა აღმოცენდა, და მე შევამჩნიე, რომ იგი საკუთარი თავის ისევე ტკივილში დაბრუნებას ცდილობდა, ნაცვლად იმისა, დალოდებოდა ემოციის შემდეგი ტალღის თავისით მოსვლას. მაშინ მე უბრალოდ ვუთხარი მას: «ნუ აიძულებ შენს თავს, დაელოდე». ძალიან ნელა, მაგრამ მაინც, დაიწყო კონტაქტში შესვლა რაღაც უფრო ღრმასთან, უფრო სპონტანურთან. ჯერ თითები გააქანა, შემდეგ თითებს ხელებიც ააყოლა, შემდეგ კი ეს ყველაფერი გადაიზარდა ცეკვაში და ეს იყო კონტაქტის ცეკვა.

ისე გამოვიდა, რომ ამ ქალისათვის ე.წ. უბედურების შავი ხვრელი იყო სივრცე, რომელიც არ აძლევდა საშუალებას შესულიყო კონტაქტში. «მე არ შემიძლია შევიდე კონტაქტში. კონტაქტი ჩემთვის მიუწვდომელია». ასეთი სივრცე, რომელიც ხასიათდება კონტაქტის დაბალი დონით, სიშავითა და აგრესიით – წარმოადგენს მერადი შრის ნაწილს. ის სიცოცხლეს სამგლოვიარო მარშით ემშვიდობებოდა. მაგრამ იმ მომენტებიდან, როდესაც შეწყვიტა საკუთარი თავის შავ ხვრელში „შეგდების“ მცდელობა, მაშინ პირველად შეხვდა (უფრო ღრმა, ძირითად) გრძნობას, რაც სიცოცხლისადმი ნდობის გაჩენაში გამოიხატა, რომელიც არ კვდება, მაშინაც კი როდესაც ირგვლივ სიკვდილია. ეს იყო იმედი, რომელიც არ კვდება ჰოლოკოსტში. სხეულის ენა გახდა კონტაქტის ენა. ამ ქალისათვის არსებობდა საშიშროება ჰოლოკოსტში საკუთარი თავის დატუსაღებისა. თუმცა ჰოლოკოსტის შემთხვევაშიც კი არსებობს სიტუაციები, როდესაც ცხოვრების იმპულსები შენარჩუნებულია, კიდევ აქტიურია და მისაწვდომი. ის შეიძლება დაიწყოს თითის მოძრაობით, რაც ნიშანია: «ეი, მე ჯერ კიდევ აქ ვარ, არ მოვმკვდარვარ!» მაგრამ ნილაბი, სქელი შავი ფენა ამბობდა: «მე მოვკვდი, და განრისხებული ვარ ამის გამო. მომეცით საშუალება ჩემი უიმედობის ხმა ამოვუშვა ». სხვა შრე პასუხობდა: «ეი, მე არ მოვმკვდარვარ, იმას რასაც შესწევს ძალა ღრუბლებიდან მზესავით გამოანათოს მკვდარი არ არის.». ასე გამოხატავს ცენტრი საკუთარ თავს. მე ამ ქალს მხოლოდ ერთხელ შეხვდი, ერთი საათით ჯგუფში. მაგრამ საშუალება, რომ მიმეცა მისთვის საკუთარი თავი კვლავ

ტკივილში დაებრუნებინა, ჩვენ ხელიდან გავუშვებდით თითების მოძრაობის დაწყების მომენტსაც და ამასთან ერთად, ზემოთ აღწერილ, მნიშვნელოვან შემდგომ ეტაპებსაც. ის დაუბრუნდებოდა მისთვის ჩვეულ მდგომარეობას, მან ხომ ძალიან ბევრი იცოდა ტკივილის შესახებ, რადგანაც ბევრჯერ ყოფილა ამ მდგომარეობაში.

როდესაც ეს ქალი ტკივილში ღრმად იძირებოდა, იქმნებოდა შთაბეჭდილება, რომ იქედან არ არსებობს გამოსავალი. არ არსებობდა არავითარი შანსი. ამის შემდეგ დადგა პაუზა, მე ვიყავი მის გვერდით და ვცდილობდი დამენახა რა მოხდებოდა შემდეგ. პირველი, რაც დავინახე იყო სუნთქვის გახშირება, იგი სუნთქავდა ისე თითქოს ემზადებოდა ებიძგა საკუთარი თავისათვის კვლავ ტკივილში ჩასაგდებად.

მე შემედლო უბრალოდ მეყურებინა, როგორ ამზადებდა საკუთარ თავს იმისათვის, რომ ყველაფერი თავიდან გაემეორებინა. შევნიშნე, რომ ტკივილი პირველად გამოვიდა სპონტანურად, როგორც შავი ღრუბელი, მეორეჯერ კი ის თავად ცდილობდა ამ გრძნობის შენარჩუნებას. მე არ მითქვამს: «არ იგრძნო ტკივილი». მე ვუთხარი: «დაელოდე». მაგრამ ამ დროს დაიწყო სხვა პროცესი, რომელიც განსხვავებული სახის იმპულსებმა გამოიწვიეს. არც მან და არც მე არ ვიცოდით, კონკრეტულად რა ხდებოდა. უბრალოდ მივხვდით, რომ ეს იყო რაღაც განსხვავებული და გადავწყვიტეთ გამოგვეყენებინა ეს მომენტი. ბევრ ადამიანს აქვს თერაპიული სუპერ-ეგო, რომელიც აიძულებთ იბრძოლონ და შეეწინააღმდეგონ. ის ამბობს: «მე მივალ ბოლომდე». ავსტრიაში ერთმა მამაკაცმა მითხრა: «მე ყოველდღე დავდივარ თერაპიაზე და კიდევ ექვსი წელი უნდა ვიარო». მე ეს მაგონებს უსასრულო სვლას წინარმდეგობის კორიდორში, რომელსაც მწარე დასასრულამდე მივყავართ.

პროცესის რითმი

თქვენ უნდა შეგეძლოთ მიყვეთ საკუთარი პროცესის რითმს. გასათვალისწინებელია, რომ ვიღაცას ოთხი საათი ჭირდება გამოსადინებლად, ვიღაცას - ათი. ან მაგალითად, ზოგიერთს ჭირდება ათი საათი და ძინავთ მხოლოდ ოთხი, იმიტომ, რომ თერაპიული სუპერ-ეგო ეუბნება: «მე უნდა ვიმუშაო» ასეთი რამე, რომ არ დაგემართოთ, აუცილებელია ბიოლოგიურ მოთხოვნილებებთან კონტაქტი, რომელიც ბირთვში დევს. ზედაპირზე კი ისმის ხმა, რომელიც შთაგვაგონებს, რომ «ეს არასწორია. შენ სხვანაირად უნდა მოიქცე». ასე ჩნდებიან ადამიანები, რომლებიც წერენ წიგნებს იმის შესახებ თუ: «როდის უნდა აჭამოთ საკუთარ ბავშვს», «კვირაში რამდენი საათი უნდა დაუთმოთ სასიყვარულო ურთიერთობებს» და ა. შ. ყველაფერ ამას უწოდებენ დროის დაგეგმვას, რაც მხოლოდ საშუალო ნორმად შეიძლება ჩაითვალოს. თუმცა არც ის უნდა დაგვავიწყდეს, რომ ადამიანის ორგანიზმში მიმდინარე პროცესები შეიძლება განსხვავდებოდნენ საშუალო მაჩვენებლებისგან ამა თუ იმ მიმართულებით. მაგალითად, ზოგიერთ ადამიანს გული წუთში 72-ჯერ უცემს, მიუხედავად ამისა იგი ჯანმრთელად ითვლება, ეს მისთვის ნორმაა. ზოგიერთის გულისცემა წუთში 60-ია, ზოგთან კი, 100 -სს აღწევს და მათთანაც ეს ნორმად ითვლება, ჯანმრთელობას არც ისინი უჩივიან.

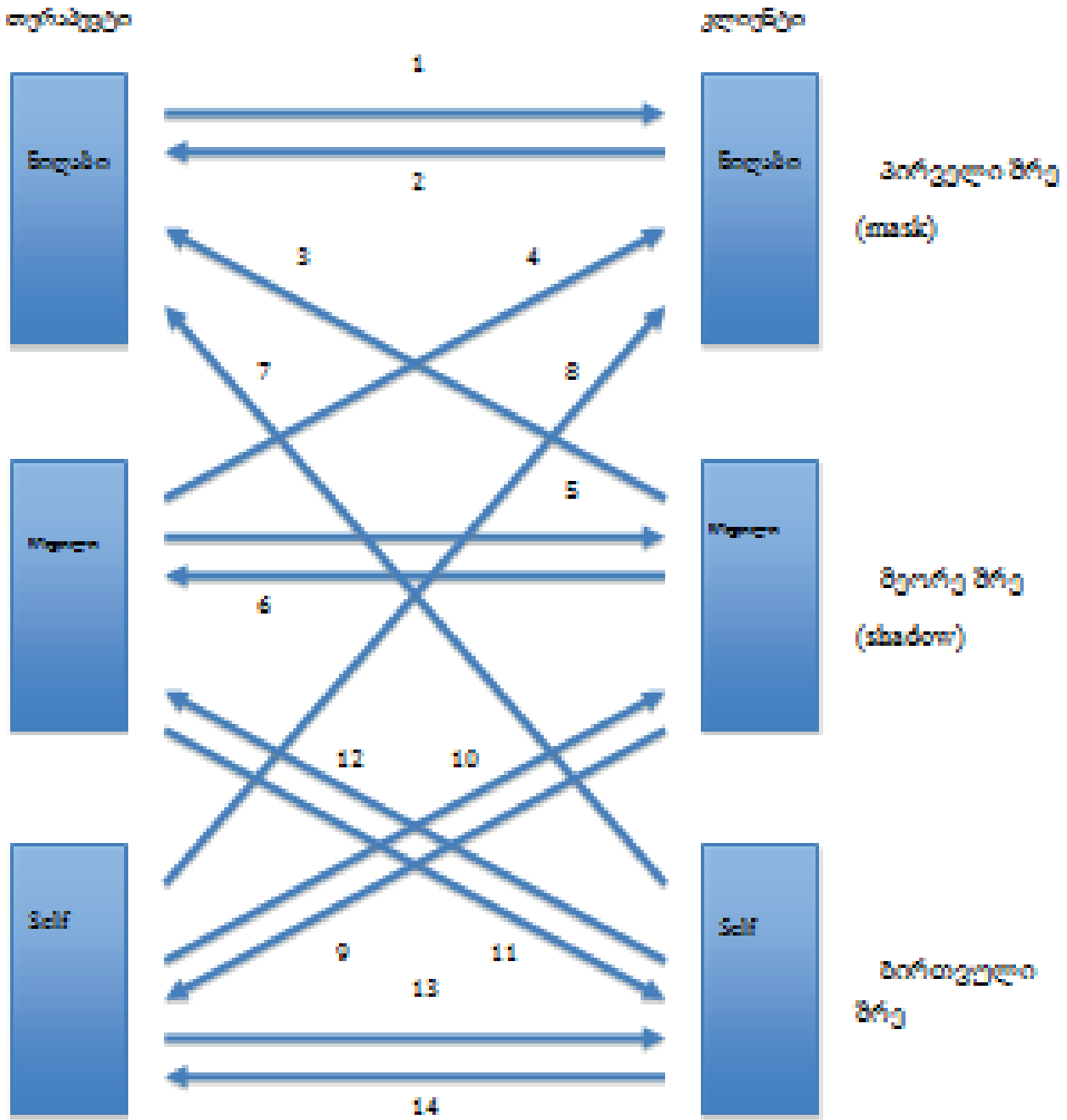
ვიღაცას გული გულმკერდის შუა ნაწილში აქვს განლაგებული, ვიღაცას კიდევ მარჯვნივ. არიან ადამიანები, რომლებსაც სხვებისაგან განსხვავებით 13 ნეკნი აქვთ.

ასე, რომ ვარიანტები ბევრია. ბიოქიმიკოსმა როჯერ უილიამსმა ამ მოვლენებთან დაკავშირებით წიგნიც კი დაწერა სახელწოდებით: «ბიოქიმიური ინდივიდუალურობა». თუმცა ფიზიოლოგიის რამდენი წიგნიც არ უნდა წავიკითხოთ, სადაც წერია, თუ რა ითვლება ნორმად, ყოველთვის გამოჩნდებიან ადამიანები, რომლებსაც მიღებული ფიზიოლოგიური ნორმებიდან ბევრი გადახრა აღენიშნებათ, მაგრამ ისინი მაინც ჯანმრთელებად ითვლებიან.

და ბოლოს ორიოდ სიტყვით კვლავ ემოციის რიტმის შესახებ. კლიენტისათვის თერაპიული დახმარების ნაწილია მივყვეთ მისი ორგანიზმის ბიოლოგიურ რიტმს, და არა ბიოლოგიური რიტმის ზოგადად დადგენილ სტანდარტებს.

სტატიის დასაწყისს თუ მივუბრუნდებით, შეიძლება ვთქვათ, რომ ინტერფერენციის პატერნები, რომელსაც ჩვენ ვაკვირდებით ორ ადამიანს შორის გადატანის დროს, თავს იჩენს ადამიანის შინაგან კონფლიქტში, რომელიც გამოვლინდება ინტერფერენციაში ზემოთ აღწერილი შრეებით: კულტურული პანცერი უშლის ხელს გამოავლინოს მასში დაფარული ბუნებრივი სპონტანურობა.

ურთიერთობის დიაგრამა თერაპევტი - კლიენტი



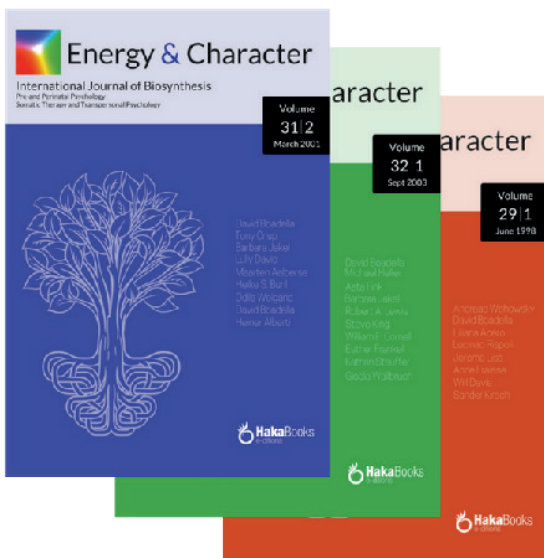
Free Article

- | | |
|---------------------------------------|----------|
| პოზიტიური | 2 |
| პოზიტიური კონტრგადატანა | 1 |
| ნეგატიური გადატანა | 3, 6, 9 |
| ნეგატიური კონტრგადატანა | 4, 5, 11 |
| კლიენტი გახსნილია, თერაპევტი ჩვეტილია | 7, 12 |
| თერაპევტი გახსნილია, კლიენტი ჩვეტილი | 8, 10 |
| რეზონანსი | 13, 14 |

ლიტერატურა:

1. **Lake, Frank**
Clinical Theology, Darton, Longman and Todd , 1966.
2. **Boadella, David**
' *Violence in Groups* ', in *Energy and Character* Vol. 11, 1, Jan 1982.
3. **Bion, WR**
Experience in Groups, Tavistock.
4. **Lowen, Alexander**
Psychopathic Character, Institute for Bioenergetic Analysis monograph.
5. **Foudraine, Jan**
Not Made of Wood .
6. **Boadella, David**
' *Death of the Ego: I* ', in *Energy and Character*, Vol 11, 2.
7. **Buber, Martin**
I and Thou.
8. **Russell, Claire, and Russell, WMS**
Human Behaviour: A New Approach, Andre Deutsch, 1961.
9. **Reich , Wilhelm**
Character Analysis, Berlin , 1933 , reprinted Farrar , Strauss and Giroux, 1969.
10. **Guntrip, Harry**
Schizoid Phenomena Optic Relating and the Self, Hogarth, 1977.
11. **Smith, David**
' *Foetal Self and Orgasm Anxiety* ', in *Energy and Character*, Vol 10, 1, Jan 1979.
12. **Keleman, Stanley**
Verbatim report of speech given at an Esalen Conference, ' *Wilhelm Reich and Body Politics* ', Aug 1974.
13. **Winnicott, DW**
Playing and Reality, Tavistock 1971, Penguin 1974.

Free Article



If you wish to receive more information about the reissue of the journal, we invite you to visit our website www.energyandcharacter.com, where you can get information about how and where to buy them.

 www.energyandcharacter.com
 journal@energyandcharacter.com
 +34 680 457 788 - 620 012 111