

Andrzej Trzęsicki

## Cztery historie.

### Zastosowanie teorii psychoanalitycznych w psychoterapii psychodynamicznej

**słowa kluczowe:** *popęd, wallersein, pine, kernberg, embodied embedded mind, psychoanaliza*

Punktem wyjścia dla tego artykułu jest tytuł I Konferencji Dolnośląskiego Oddziału PTPPd „Różnorodność teoretyczna w pracy psychoterapeuty – możliwości i ograniczenia”.

Pracując ostatnie 15 lat jako psychoterapeuta psychodynamiczny, zarówno jako teoretyk, jak i klinicysta, nieustannie poznawałem kolejne teorie psychoanalityczne i uczyłem się ich używać w praktyce. Świat wiedzy psychoanalitycznej, z której korzystałem i z której korzystam cały czas, a którą dalej będę nazywał po prostu psychoanalizą, jest – delikatnie mówiąc – zróżnicowany wewnętrznie, złożony z wielu sprzecznych ze sobą konstruktów teoretycznych i opisany językiem o wielu znaczeniach. W związku z tym nieustannie interesuje mnie, jak współcześni klinicyści i teoretycy radzą sobie z różnorodnością teoretyczną i techniczną psychoanalizy. Próbuję również samodzielnie sprostać temu zadaniu i poniższy artykuł jest próbą zebrania refleksji na ten temat. Zacznę od pytań:

- Czy istnieje jakiś szablon, według którego układam ze sobą cztery elementy: terapeutę, pacjenta, teorię i technikę?
- Których teorii używam najczęściej i dlaczego?
- Które teorie ignoruję i dlaczego?
- Jak układam te teorie i czy ustawiam je hierarchicznie względem siebie?
- Jakie są tego techniczne konsekwencje?

Jeśli by spojrzeć na psychoanalizę z perspektywy historycznej jak na rozwijającą się dziedzinę wiedzy o umyśle, to na początku jej powstania mamy Zygmunta Freuda i jego „drużynę pierścienia”, a dokładniej sławny „komitet siedmiu posiadaczy pierścienia”. W zamyśle jej twórcy psychoanaliza, czyli nowa nauka o umyśle, miała mieć precyzyjnie opisane parametry i, jak pisze Robert Wallerstein, nie była tylko zawodem i dziedziną wiedzy, ale również ruchem lub formacją opartą na dyscyplinie i lojalności. Freud powołał „komitet siedmiu posiadaczy pierścienia”, aby zapewnić wewnętrzną stabilność doktryn psychoanalitycznych. A dzisiaj, w 2015 roku, psychoanalizę charakteryzuje pluralizm teoretyczny i techniczny. Jak do tego doszło, to fascynująca historia, ale nie na dzisiaj.

Próbując scharakteryzować aktualny stan wiedzy psychoanalitycznej, najlepiej jest na chwilę zagubić się w różnorodności. Zacznijmy od poznania psychoanalizy

z perspektywy wpływowych twórców pojawiających się w trakcie jej rozwoju. Pierwszy jest Zygmunt Freud, ale potem mamy Alfreda Adlera, Otto Ranka, Sándora Ferencziego, Carla Gustava Junga, Melanie Klein i jej dyskusje z Anną Freud, mamy amerykańską szkołę psychologii ego Heinza Hartmanna i Davida Rapaporta, a obecnie post-ego, mamy wyznawców Wilfreda Biona, brytyjską teorię relacji z obiektem Williama Fairbarna, mamy teorię Donalda Winnicotta, psychologię Heinza Kohuta, mamy też szkołę czy może perspektywę rozwojową Margaret Mahler i na końcu dodam też rewizjonistów psychoanalizy Roya Schafera, Otto Kernberga i Jaquesa Lacana. Siedemnaście nazwisk, a przecież nie wymieniłem wszystkich. Lekko licząc – siedemnaście sposobów rozumienia aparatu psychicznego, systemu motywacji i organizacji życia psychicznego. Ale to nie wszystko, na psychoanalizę można spojrzeć również z perspektywy jej definicji. Jedni definiują ją jako naukę – „osobliwą szczególną naukę”, jak pisze Harrison – ponieważ różni się od innych swoją logiką, bazą epistemologiczną, metodami poznania i oceniania. Można mówić o niej jak o psychologii, ale nie odpowiada ona na pytania „jak?”, a jedynie „dlaczego?”. Kwestia, czy znajduje ona swoje miejsce w świecie nauk przyrodniczych, pozostaje otwarta i dzisiaj szczególnie ważna, ale to temat na inną dyskusję.

Inni wolą widzieć psychoanalizę jako hermeneutyczną dyscyplinę, coś na kształt krytyki literackiej czy interpretacji Biblii. Hermeneutyczność jest jej podstawowym aspektem i w tym obozie znajdziemy różne odmiany fenomenologicznych i wyłącznie przedmiotowych, związanych z językiem konceptualizacji człowieka. Odnosząc się do tych dwóch sposobów definiowania psychoanalizy, można powiedzieć, że dialog pacjent – terapeuta to albo niezobowiązująca dyskusja z użyciem metafor i poetyckich aluzji, albo dyskusja oparta na dociekaniu precyzyjnych znaczeń. Wydaje mi się, że te aspekty się wykluczają.

Kolejną kwestią, z którą musimy się zmierzyć, jeśli chcemy sobie odpowiedzieć na pytanie, jak okiełznać różnorodność teoretyczną psychoanalizy, jest świadomość naszej relacji z jej twórcą oraz świadomość przywiązania każdego z nas do swoich nauczycieli psychoterapii. Pytanie, czy psychoanaliza to nauka o umyśle, czy doktryna jej wynalazcy, według mnie dotyczy każdego psychoterapeuty psychodynamicznego i każdy – świadomie lub nie – na to pytanie cały czas odpowiada. W tym kontekście przypomnę znane powiedzenie Whiteheada, że „Nauka, która ciągle waha się, czy zapomnieć swojego wynalazcę, jest zgubiona”. Wydaje mi się, że dla wielu z nas dylemat zawarty w tym powiedzeniu jest bardzo żywy, czy to z powodów emocjonalnych, politycznych czy finansowych.

Przedstawiłem w ogólnych zarysach problem, jakim jest różnorodność psychoanalizy, używając kilku perspektyw – najważniejsza z nich to ta odnosząca się do opisu aparatu psychicznego motywacji i organizacji życia wewnętrznego. Nie będę się tutaj zajmował kwestiami przywiązania do poszczególnych szkół czy autorytetów ani kwestiami wpływów historycznych i środowiskowych. Nie znaczy to jednak, że jestem wolny od tych dylematów.

Omawiając szczegółowo różnorodność teoretyczną psychoanalizy, zacznę od perspektywy Roberta Wallersteina. Piętnaście lat temu zainspirowany dyskusjami i deba-

tami odbywającymi się podczas kilku kolejnych międzynarodowych konferencji towarzystwa psychoanalitycznego zadał on pytanie: „Co jest wspólne dla wszystkich szkół i tradycji myślenia psychoanalitycznego, czy istnieje jakiś grunt, na którym tworzymy jedność?”. Odpowiedź na to pytanie jest efektem kompromisu i brzmi tak: „Uznajemy, że ludzie mają uczucia i myśli nieuświadomione, że nieświadomość determinuje życie psychiczne i ujawnia się nie wprost poprzez zjawiska, które w gabinecie psychoterapeutycznym nazywamy przeniesieniem, oporem, obroną, nieświadomą fantazją i konfliktem. Teorie, które zwierają te elementy, to teorie psychoanalityczne”. Teza ta jest rozwiązaniem kompromisowym, ponieważ w różnym zakresie w różnych teoriach do tych zjawisk dołączone są lub nie zjawiska przeciwprzeniesienia i deficytu.

Wallerstein koncentruje się na perspektywie klinicznej, czyli na tu i teraz w gabinecie, na aktywnie działającej „obecnej nieświadomości”, która jest efektem „przeszłej nieświadomości”. Są to terminy zaproponowane przez Sandlerów. Krótko je wyjaśnię. „Obecna nieświadomość” obejmuje dzień dzisiejszy, myśli i fantazje tu i teraz i pełni funkcję przystosowawczą w radzeniu sobie z konfliktami i lękami „przeszłej nieświadomości” – to tak, jakby dorosły nosił w sobie dziecko. A terapeuta poprzez swoją pracę próbuje poznać i zrozumieć tego dorosłego i zrekonstruować dzieciństwo tego dziecka. Wallerstein uważa, że kiedy próbujemy wyjaśnić dane z relacji pacjent–terapeuta, to nasza interpretacja zawsze osadzona jest w teorii przeniesienia, teorii oporu, obrony i konfliktu, i twierdzi, że teorie te odnoszą się do „obecnej nieświadomości”, czyli do tego dorosłego.

Ale idąc dalej, kiedy próbujemy nadać tym danym klinicznym bardziej ogólne znaczenie, kiedy próbujemy zrekonstruować „przeszłą nieświadomość”, czyli odtworzyć dzieciństwo, kiedy wychodzimy poza dane uzyskane w gabinecie i staramy się utworzyć bardziej ogólne i przyczynowe opisy życia umysłowego naszego pacjenta, wtedy potrzebujemy innej teorii niż tylko obrona, opór i konflikt. Wtedy potrzebujemy tak zwanej ogólnej teorii. Taka ogólna teoria to np. kleinizm, freudyzm, lacanizm, teoria relacji z obiektem – wcześniej wymieniłem ich z siedemnaście.

George Klein nazywa je niepotrzebnymi ogólnymi teoriami i uważa, że należałoby je wyrzucić i używać tylko tych odnoszących się do zjawisk klinicznych. Zdaniem Wallersteina utworzyliśmy je, aby zaspokoić potrzebę zamknięcia tego, z czym mamy do czynienia w praktyce, w spójnych ramach zrozumiałych podstaw teoretycznych. Twierdzi on, że owe ogólne teorie są niczym innym niż szeregiem metafor – różniącymi się od siebie, ale opisującymi to samo zjawisko. Aktualnie, tu i teraz wyjaśniają one symbolicznie dane kliniczne, ale na większą skalę są metapsychologiami, które nadają sens naszym interwencjom oraz pomagają poukładać materiał, z którym mamy kontakt w gabinecie.

I chociaż Wallerstein podkreśla, że powinniśmy zaakceptować fakt, iż żadna nauka nie może funkcjonować bez metafory, to w moim odczuciu nazwanie teorii psychoanalitycznych metaforą brzmi trochę deprecjonująco dla psychoanalizy jako nauki o umyśle. Na dodatek Wallerstein uważa, że w obecnym stanie rozwoju psychoanalizy metafory są poza dziedziną studiów empirycznych i poza procesem naukowym. Nie

byłbym takim pesymistą, ale do roli metafory w psychoterapii jeszcze wrócę. Opisując podejście Wallersteina, warto podkreślić jego pogląd, że każda rozbudowana metapsychologia jest w stanie opisać i leczyć pełne spektrum psychopatologiczne. Według niego owe metapsychologie są symbolizmem, niepoddającym się empirycznej sprawdzalności, ale za to są bliskie naszemu klinicznemu doświadczeniu obejmującemu zaangażowanie terapeuty i zjawiska interakcyjne z pacjentem.

Teoretycy wymieniają różną liczbę dostępnych nam wszystkim metapsychologii, jedni piszą o dziewięciu, inni o sześciu, a jeszcze inni o czterech. Aby nie utonąć w morzu terminów i pojęć, wybrałem cztery metapsychologie najbardziej dla mnie użyteczne w praktyce i najlepiej poznane teoretycznie.

Pierwsza z nich to psychologia popędu. W tej metaforze człowiek jest zwierzęciem nie do końca wyewoluowanym, rozdartym pomiędzy swoją zwierzęcą naturą a wymaganiami otoczenia, czyli kulturą. Popęd seksualny to wrodzone dążenie, ewolucyjnie wyjaśniane jako służące do przedłużenia gatunku, a popęd agresji to z tej perspektywy zdolność do obrony terytorium i zdobycia pokarmu. Popędy te mają swoją reprezentację psychiczną w nieskończonej ilości odślon. Konflikty pomiędzy popędami a życiem społecznym tworzą ogromną przestrzeń do rozumienia obron, poznania charakteru i źródeł lęku. Psychologia popędu prowadzi do drugiej metapsychologii, do psychologii ego. Ta metafora odnosi się do architektury aparatu psychicznego, a zwłaszcza do ego i jego funkcji. Akcent kładzie się tu na rozróżnienie funkcji ego na obronną, adaptacyjną i testującą rzeczywistość. Psychologia ego powstała, ponieważ trzeba było wyjaśnić uczenie się i zmianę w procesie terapii, odpowiedzieć na pytanie, dlaczego zmiana jest możliwa, skoro id i nieświadomość nie podlegają uczeniu się. Istnienie ego jest również ewolucyjnie wyjaśnione, rodzimy się częściowo przygotowani do przetrwania, wyposażeni w zdolność postrzegania, pamięć, afekt, poruszanie się i myślenie. Podstawy ego i popędów są biologiczne.

Kolejna metapsychologia to teoria relacji z obiektem. Metafora ta wiąże się z dylematem dotyczącym powstawania psychopatologii: winna natura czy kultura? Wyjaśnia, że źródłem rozwoju psychopatologii może być unikalne i przypadkowe doświadczenie z opiekunem. Teoria relacji z obiektem próbuje ten aspekt życia osobniczego usystematyzować. Odnosi się ona do takich zjawisk, jak identyfikacja i jej wpływ na przeniesienie, superego i styl charakteru. Koncepcja ta ujawnia również świat reprezentacji wewnętrznych i wynikające z tego oczekiwania wobec ludzi, pokazuje, że posiadamy mapę wcześniejszych doświadczeń, która organizuje doświadczenia z tu i teraz i odpowiada za powtarzanie doświadczeń relacji z obiektem.

Badanie doświadczeń relacji z obiektem doprowadziło do wyłonienia się czwartej metapsychologii – psychologii self. Mając pamięć, zmysły i zdolność do myślenia, jesteśmy samoświadomymi zwierzętami – oznacza to, że możemy gromadzić nasze doświadczenie w pamięci, myśleć nad nim i nadawać mu znaczenie. Jesteśmy świadomi swojego subiektywnego stanu i gdy nie udaje się nam go poprawić, cierpimy. Doświadczamy stanów self, a najważniejsze jego aspekty to ciągłość self, jego

wartość, wpływ i autonomia self oraz granice i poczucie „ja”, czyli wyłanianie się samoświadomości.

Wymienione cztery metapsychologie to cztery perspektywy, których używamy, wyjaśniając zjawiska kliniczne na poziomie bardziej ogólnym. Lecz jeśli spojrzeć na nie jak na poszczególne szkoły psychoterapii, to widać, że są one bardzo rozbudowane i nawet we własnym obrębie zwierają sprzeczne metapsychologie, tak jak na przykład popędowa i niepopędowa teoria relacji z obiektem.

Mimo to jako ogólne metapsychologie nadające sens danym klinicznym i naszym interwencjom świetnie się sprawdzają. Pojawia się jednak pytanie, jak ich używać? Razem czy osobno? Kiedy jednej, a kiedy drugiej? Czy to w ogóle ma znaczenie w praktyce? Przecież są tylko metaforami. Na to pytanie próbuje odpowiedzieć Fred Pine.

Proponuje on trzy perspektywy, albo może lepiej powiedzieć: trzy punkty odniesienia, ułatwiające podjęcie decyzji, z której metafory korzystać. Pierwsza to perspektywa rozwojowa.

Pine proponuje, aby spojrzeć na rozwój psychiczny człowieka tak, jak robi to Kernberg: rozwój życia psychicznego polega na odkładaniu się w pamięci „jednostek doświadczenia”, pojedynczych cegiełek, które obejmują self połączone jakimś stanem afektywnym z jakimś obiektem albo po prostu self w jakimś stanie afektywnym, ale bez obiektu. Te „jednostki doświadczenia” odkładają się w pamięci i funkcjonują jako wspomnienia o przeszłości, ale również dynamicznie wpływają na odbiór kolejnych napływających „jednostek doświadczenia”. Pine przyjmuje, że w zależności od okoliczności jednostki te mogą być opisywane kategoriami popędów, ego, relacji z obiektem lub doświadczenia self. W trakcie rozwoju jednostki te nieustannie się organizują i powstaje z nich coś w rodzaju miniorganizacji afektywnych, w których wszystkie cztery metapsychologie są powiązane w jeden niepowtarzalny dla każdego z nas sposób – tworzą charakter. W tym miejscu trzeba wprowadzić drugą perspektywę Pine’a, perspektywę charakterologiczną.

Według Pine’a zjawiska opisywane kategoriami popędowymi, funkcji ego, relacją z obiektem oraz doświadczeniem self powstają w efekcie zdarzeń rozwojowych i są ułożone względem siebie w sposób hierarchiczny. Układ ten polega na tym, że jedne z nich zajmują „niższą” pozycję względem pozostałych w osobistej hierarchii danej osoby. U każdej osoby wygląda to inaczej. I chociaż wszystkie występują u każdego z nas, nie ma jednego tak zwanego zdrowego układu hierarchicznego. Niższa pozycja oznacza mniej determinującą zachowanie i przeżywanie w danym momencie. Na przykład relacja dziecka z matką jest kształtowana przez jego pragnienia, ale też obrońny, jak również przez powtarzalne doświadczenia z obiektem lub przewlekłe stany self. Jednak u każdego dziecka ta relacja zdeterminowana jest inaczej i czym innym. Tak więc rozwój psychiczny w tym ujęciu jest procesem tworzenia się powiązanych ze sobą i hierarchicznie zbudowanych organizacji doświadczenia. To stwierdzenie prowadzi nas do trzeciej – technicznej perspektywy, która odnosi się do pytania: „Jak z tym pracować?”

Konsekwencją takiego ujęcia życia rozwojowego jest stwierdzenie, że pacjenci wnoszą na sesję wszystkie wątki i kategorie, nawet jeśli znajdują się one w danym momencie nisko w ich osobistej hierarchii. Nie możemy również przewidzieć, jak rozwinie się sytuacja psychologiczna pacjenta, ponieważ nie ma jednego wzoru rozwojowego, więc nie wiemy, co za chwilę stanie się dominujące. Podejście techniczne w ujęciu Pine'a zależy od ogólnej i chwilowej organizacji funkcjonowania pacjenta. Innymi słowy, na pytanie, jak pracować, odpowiada on: to zależy od tego, co akurat jest dominujące. Gdybyśmy zamiast tego przyjęli jedną metapsychologię, to z góry byłoby wiadomo, że np. z perspektywy popędu konieczna jest interpretacja konfliktów, w wypadku self – empatyczne słuchanie i wykrywanie fałszerstw, a w relacji z obiektem mamy do czynienia z utrwalonym powtarzaniem i w najgorszym wypadku z identyfikacją projekcyjną itd.

Podsumowując, w tym ujęciu cztery metapsychologie opisują różne jakościowo zdarzenia rozwojowe, zapamiętane jako „jednostki doświadczenia” i zorganizowane względem siebie hierarchicznie, u każdego z nas inaczej. Choć Pine nazywa swoje rozwiązanie integracją, to nie dotyczy ona metapsychologii, te pozostają rozdzielne, ale zawierają się wszystkie w obrębie doświadczenia jednostki i w obrębie doświadczenia psychoterapeuty podczas sesji. Integracja odnosi się do tego, że wszystkie jednostki doświadczenia opisane czterema metapsychologiami stanowią unikalną dla każdego, zintegrowaną konstrukcję hierarchiczną i w zależności od osoby, od momentu w życiu, od fazy terapii, danego doświadczenia któraś z metafor staje się dominująca.

Czy tylko te cztery metapsychologie opisują doświadczenie jednostki? Nie. Jest o wiele więcej miniteorii, z których według Pine'a również można korzystać, nie mamy natomiast szerszej teorii, jak je ze sobą połączyć. Jeśli punktem centralnym i organizującym pracę terapeuty jest owa „jednostka doświadczenia” pacjenta, którą trzeba opisać i zrozumieć, to według Pine'a metapsychologie sprzeczne na poziomie teoretycznym w zderzeniu z praktyką wręcz się sumują i uzupełniają, ponieważ wzbogacają możliwości opisu pojedynczego doświadczenia.

W podejściu do różnorodności teoretycznej psychoanalizy Wallerstein i Pine różnią się znacząco. Wallerstein wyraźnie zaznacza wspólny grunt dla nas wszystkich. Są nim teorie zjawisk klinicznych, których doświadczamy w gabinetach, czyli nieświadomość, konflikt, opór, obrona. Natomiast tak zwane ogólne teorie lub metapsychologie to dla niego po prostu użyteczne klinicznie metafory życia psychicznego, organizujące nasze działania. Pine również wychodzi od doświadczenia klinicznego, ale w oparciu o Kernbergowską perspektywę rozwoju pokazuje, że metapsychologie nie są tylko różnymi metaforami opisującymi to samo zjawisko, ale że opisują one różne jakościowo jednostki doświadczenia osobistego, ułożone względem siebie w trakcie rozwoju w unikalny i hierarchiczny sposób. W tej wersji metapsychologia bardziej próbuje oddać jakiś konkretny sposób organizacji aparatu psychicznego, a mniej jest efektem przywiązania terapeuty do konkretnego sposobu myślenia, konceptualizacji czy szkoły psychoterapeutycznej.

Trzeci sposób radzenia sobie z różnorodnością teoretyczną przedstawię, prezentując rozwiązanie Otto Kernberga. Ale najpierw muszę wspomnieć o tym, że zarówno Wallerstein, jak i Pine pozostawili metapsychologię jako teorie odrębne, z tym że pierwszy z nich uznał je za sposób terapeuty w radzeniu sobie z potrzebami wiedzy, spójności wewnętrznej i sensu, drugi natomiast – przyjął, że oddają one doświadczenia osobiste jednostki i zintegrował je wokół życia rozwojowego pacjenta.

Kernberg z kolei wzięł trzy metapsychologie ludzkiego doświadczenia: Freudowską psychologię popędu, psychologię ego Margaret Mahler i Edith Jacobson oraz relacje z obiektem Melanie Klein i wszystkie je na siebie nałożył w oparciu o perspektywę rozwojową. Powstała nowa ogólna bardzo obszerna metapsychologia. To tak, jakby zburzyć kilka budynków i z tego, co zostało, zbudować jeden. Budulec jest ten sam i wszystko wygląda znajomo, ale to zupełnie inna budowla. W ujęciu Kernberga historia powstania życia psychicznego wygląda następująco. Przychodząc na świat, dziecko jest wyposażone w gotowość do określonego reagowania afektywnego. W pierwszych miesiącach życia reaguje i porządkuje swoje doświadczenie w oparciu o jakość afektu, jedne doświadczenia są przyjemne, inne nie. W tych doświadczeniach nie ma rozróżnienia na self i obiekt. Jest pierwsze zadanie rozwojowe: nabyć zdolność do odróżniania „ja” od innych. Jeśli to się nie uda, nie powstanie stabilne i ciągłe poczucie siebie jako jednostki, zdolność do odróżniania tego, co wewnątrz, od tego, co na zewnątrz, ani wyraźne rozróżnienie pomiędzy własnym umysłem a umysłami innych ludzi. Drugie zadanie rozwojowe to zniesienie rozszczepienia. Na początku doświadczenia osobiste są organizowane w pamięci według afektu – dobre są razem, złe również, nawet wtedy, kiedy dziecko już rozróżnia self i obiekt. Wtedy wszystkie wspomnienia self w dobrostanie trzymane są oddzielnie od stanów self sfrustrowanego, to samo jest z obiektami. Zniesienie tego podziału ustanawia nową organizację: obrazy self i obiektów są całościowe, co powoduje, że stany dobrostanu i frustracji albo miłości i nienawiści zostają zrównoważone, czyli ich intensywność jest mniejsza. Efekty niepowodzenia w zniesieniu rozszczepienia są znane jako organizacja borderline.

Na trzecim etapie rozwojowym dziecko ma wyodrębnione granice self, obrazy self i obiektu są zintegrowane. Trzecie zadanie rozwojowe, które według Kernberga stoi przed dzieckiem, odnosi się do klasycznej Freudowskiej teorii nerwicy, czyli konfliktów. W koncepcji Kernberga nie ma wrodzonych popędów tak jak u Freuda – wspólnie z Jacobson przeformułowali koncepcję popędu. Stwierdzili, że w trakcie rozwoju dziecka jego doświadczenia afektywne konsolidują się w większą całość i te dobre kształtują ostatecznie popęd libidinalny, a te złe tworzą popęd agresji. Innymi słowy, popęd nie jest nadany, a powstaje u człowieka, jest wprawdzie zdeterminowany konstytucjonalną predyspozycją, ale ostatecznie formuje się w oparciu o przypadkowe interakcje z innymi w trakcie rozwoju osobistego. W ten sposób Kernberg nałożył na siebie teorie popędów i relacji z obiektem.

Tak więc trzecim etapem rozwojowym według Kernberga będzie rozwiązanie konfliktów w obrębie libido i agresji. Dokładniej mówiąc: impulsy libidinalne prze-

siągnięte dziecinnymi dążeniami seksualnymi doświadczane są jako potencjalnie antyspołeczne i niebezpieczne. I potrzebne będą jakieś obrony, żeby sobie z nimi poradzić. Impulsy agresywne również są niebezpieczne, ponieważ skierowane są do tej samej osoby, którą się kocha. Dzięki przebudowie teorii popędów Kernberg mógł skleić ze sobą rozwój psychoseksualny i teorię relacji z obiektem, w oparciu o psychologię ego do problematyki konfliktów i dylematów edypalnych dołączył zjawiska borderline i wczesne prymitywne relacje z obiektem i ułożył wszystko na jednym wspólnym kontinuum rozwojowym.

W ten sposób udało mu się dokonać integracji na poziomie tak zwanej ogólnej metapsychologii, a nie tylko w obrębie danych klinicznych z gabinetu psychoterapeutycznego, co zrobili Wallerstein i Pine.

Przedstawiłem sposoby radzenia sobie z różnorodnością teorii, ułożone od najbardziej rozproszonych do najbardziej zintegrowanych. Jest to kierunek, który osobiście najbardziej mi odpowiada. Najpierw dzięki podpowiedzi Wallersteina znalazłem dla siebie twardy grunt psychoanalityczny, czyli zjawiska, z którymi się spotykam w pracy klinicznej, takie jak nieświadomość, opór, obrona, konflikt, przeniesienie, przeciwprzeniesienie i deficyt. Teorie psychoanalityczne, które odnoszą się do tych procesów, są dla mnie użyteczne, jednocześnie jednak zbyt odległe od siebie, abym mógł je traktować jako coś więcej niż przydatne metafory. W związku z tym w codziennej pracy klinicznej potrzebuję tak zwanej ogólnej teorii, metapsychologii, która organizuje mi materiał z sesji i mój sposób postępowania w szerszym kontekście. Uznaję, że nawet jeśli sobie nie zdaję sprawy z własnej metapsychologii, to i tak jakąś się kieruję. Zgadzam się również z tym, że teorie te są metaforami życia wewnętrznego, ale jestem większym optymistą co do miejsca metafory we współczesnej nauce o umyśle.

Uważam, że postulat George'a Kleina, aby odrzucić wszelkie wielkie teorie na rzecz tylko tu i teraz w gabinecie, można zrealizować jedynie częściowo. Bardzo cenne jest rozpoczynanie sesji terapeutycznej tak jakby „bez pamięci” i trzymanie się tylko tego, co dzieje się podczas sesji, ponieważ koncentracja na żywym „działającym się” materiale to niejako ideał odbierania indywidualnego doświadczenia kontaktu i odkodowywania go dla pacjenta. Każda użyta przy tym ogólna metapsychologia trochę wymusza na nas proces „dopasowywania” pacjenta do teorii, ale z drugiej strony uważam za niemożliwe, abyśmy nie tworzyli rozumienia pacjenta w oparciu o jakąś metapsychologię, bo to tak, jakbyśmy zrezygnowali z używania własnej pamięci, z integracji wewnętrznej i dążenia do utrzymania ciągłości. Nie jest to możliwe. Myślę również, że im bardziej staję się nastawiony na doświadczanie pacjenta i analizowanie jego funkcjonowania bez użycia dużych metapsychologii lub innych ram teoretycznych, tym bardziej zmierzam w kierunku czystej psychoanalizy, rezygnując z psychoterapeutycznego charakteru danej relacji, innymi słowy: wtedy leczenie przechodzi w poznanie.

Różnorodność teoretyczna, o której tutaj piszę, dotyczy sposobu opisu i konceptualizacji życia psychicznego. Jak pokazałem, pomimo ogromnego wkładu psychologii



rozwojowej sposób opisu to głównie metafory. Te, które dzisiaj poruszyłem, to „człowiek winny swoich pragnień” u Freuda, „człowiek źle skonstruowany” w psychologii ego, „człowiek rozdarty pomiędzy nienawiścią a lękiem” u Klein i „człowiek niezdolny do spełnienia i samorealizacji” w ujęciu psychologii self. Metafor tych można używać oddzielnie, można integrować je w obrębie doświadczenia klinicznego, można je również nałożyć na siebie i zbudować z nich jedną jeszcze szerszą. Osobiście jestem za tym ostatnim rozwiązaniem. Człowieka Kernberga nazwałbym „człowiekiem zorganizowanym, przetwarzającym informacje, osadzonym biologicznie i kulturowo”. Tę konceptualizację uważam za najbardziej użyteczną, ponieważ jest tak skonstruowana, że mogę w jej obrębie używać prawie wszystkich wcześniejszych metapsychologii, daje możliwość wielowymiarowego i wielopoziomowego odczytywania doświadczenia jednostkowego pacjenta i pozwala ujmować je w dostępne metafory albo tworzyć nowe. W związku z tym ograniczenia co do stosowania różnych technik praktycznie nie istnieją, znaczenie ma zarówno wgląd, jak i przepracowanie, więź, setting, samoodślanianie się, praca ze snem, siła ego. Znaczenie mają również kwestie wolnej woli i wewnętrznej dyscypliny. A jednak praca wciąż ujęta jest w jakąś ramę. W jednej chwili mogę się całkowicie zanurzyć wraz z pacjentem w jego osobistym doświadczeniu self, a w drugiej – interpretować jego nieświadome konflikty.

Kernbergowski sposób konceptualizacji życia psychicznego według mnie koresponduje z obecnie bardzo wpływowym i intensywnie rozwijanym w nauce o umyśle paradygmatem *embodied embedded mind*. Jedno z jego podstawowych założeń odnosi się do języka i metafor. Ten temat nurtuje mnie od jakiegoś czasu, ponieważ skoro cała nasza praca kliniczna zbudowana jest na języku, warto sprawdzić, jaką funkcję pełni w nim ta wszechobecna metaforyczność. Ciekawi mnie to, ponieważ od teorii psychoanalitycznych, których używam, oczekuję, że będą korespondowały z aktualnym stanem wiedzy o umyśle człowieka. Jako psychoterapeuta psychodynamiczny traktuję psychoanalizę jako jedną z dziedzin wiedzy, która powinna sobie szukać miejsca wśród nauk przyrodniczych albo pozostawać z nimi w jakiś sposób w dialogu. Tutaj krótko wyjaśnię, dlaczego jestem większym optymistą w kwestii metafor niż Wallerstein. Paradygmat *embodied embedded mind* zawiera hipotezę, że prawdopodobnie podłożem całego naszego języka są metafory. To na nich zbudowany jest język i to one są sposobem organizacji naszego doświadczenia osobistego. Metafory powstają w wyniku naszych najwcześniejszych doświadczeń cielesnych, zmysłowych i motorycznych, inaczej mówiąc: dziecko od momentu narodzin doświadcza swojego ciała w przestrzeni oraz w kontakcie zmysłowym ze światem zewnętrznym i z opiekunami, następnie gromadzi te doświadczenia w sieciach neuronalnych. Zakodowane w neuronach stają się później podstawą metafor, a następnie języka. Języka, którego potem używamy do opisania wczesnodziecięcych nieuświadomionych relacji pacjenta z terapeutą podczas sesji. W tej perspektywie język i metafory, których używamy w pracy z pacjentem, są, że tak powiem, ucieleśnione w mózgu i osadzone w dawnych interakcjach, i stanowią obszar badań naukowych.

Na koniec pozostaje mi dodać, że ważnym wnioskiem, który dla mnie z tego wypływa, jest możliwość połączenia ze sobą dwóch aspektów dialogu pacjenta z terapeutą, o których wspominałem wcześniej, a które dotychczas wydawały mi się nie do pogodzenia. Mam na myśli to, że aby dialog terapeutyczny był dyskusją opartą na precyzyjnym dociekanii znaczeń, musi zawierać w sobie niezobowiązującą rozmowę przy pomocy metafor i poetyckich aluzji.

## Literatura

- Pine F. (2003). *Różnorodność i kierunek w technice psychoanalitycznej*. New Haven and London: Yale University Press.
- Wallerstein R.S. (1992). *The Common Ground of Psychoanalysis*. Northvale: Jason Aronson.
- Mitchell S.A., Black M.J. (1996). *Freud and Beyond: A History of Modern Psychoanalytic Thought*. New York: Basic Books.
- Hohol M. (2013). *Wyjaśnić umysł. Struktura teorii neurokognitywnych*. Kraków: Copernicus Center Press.
- Kernberg O.F. (1984). *Severe Personality Disorders: Psychotherapeutic Strategies*. New Haven and London: Yale University Press.
- Johnson M., Lakoff G. (2010). *Metafory w naszym życiu*. Seria: Biblioteka Myśli Współczesnej. Warszawa: Aletheia.

Andrzej Trzęsicki  
certyfikowany psychoterapeuta PTPPd i PTP  
Dolnośląskie Centrum Psychodynamiczne  
Krakowskie Centrum Psychodynamiczne  
www.dcp.wroc.pl  
a.trzesicki@gmail.com