

Iva Žurić Jakovina¹, Trpimir Jakovina²

¹ Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet, Sveučilišna avenija 4, HR–51000 Rijeka

² Klinički bolnički centar Zagreb, Klinika za psihološku medicinu, Kišpatićeva 12, HR–10000 Zagreb

¹ izuric@ffri.uniri.hr, ² trpimir.jakovina@gmail.com

O Erosu i susretu u psihoterapiji

Sažetak

Cilj je ovog rada ukazati na polje unutar psihoterapijskog procesa koje omogućuje samospoznaju, a to je polje gdje se susreću »ja i ti«. Istinski je susret ono što omogućava rast i terapijski učinak na klijenta i psihoterapeuta. Jedna je od ključnih zadaća psihoterapijskog procesa potaknuti i (ponovno) otkriti vitalnu energiju u klijentu, što se u ovom radu naziva »Erosom«. Eros tako postaje mjesto vitalnosti, kreativnosti i transformacije, a u konačnici i put prema samospoznaji. Samospoznaja i terapijski rast u psihodrami ostvaruju se poglavito kroz tehniku »zamjene uloga«, koja omogućava ljudima da budu viđeni iz perspektive drugoga, što obogaćuje i proširuje njihov doživljaj sebe i otvara put k promjeni. Takva privilegirana pozicija, koju omogućava psihodramska akcija zamjenom uloga, važan je učinak kojim osoba ima priliku tumačiti »sebe sebi« i tako nadići ograničenja tradicionalne dihotomije subjekt – objekt.

Ključne riječi

susret, dijalog, Eros, psihodrama, zamjena uloga, psihoterapija

1. Uvod

Rad je posvećen odgovorima na sljedeća pitanja: (1) što je to što u psihoterapijskom procesu, osim hermeneutike i samospoznaje, dovodi do promjene, odnosno iscjeljenja; (2) koji su to mehanizmi psihoterapijskog procesa koji dovode do promjene u odnosu na prvotno stanje u kojemu klijent dolazi na psihoterapiju; (3) je li analitičnost psihoterapeuta dostatan poticaj, odnosno je li posljedična klijentova samospoznaja dovoljan preduvjet za željenu promjenu; (4) koji su to formalni i sadržajni elementi promjene, odnosno koje su to psihoterapijske tehnike i alati unutar psihoterapijskog procesa koji omogućavaju klijentu da sâm sebi bude objekt (samo)spoznaje?

Da bi se došlo do odgovora na postavljena pitanja, u radu se primarno uzimaju u obzir izvori iz filozofske i psihoterapijske perspektive, posebice zato što su pojam Erosa i pojam susreta – dva ključna pojma koje rad nastoji obraditi. U radu se pojam susreta (engl. *encounter*) pokazuje ključnim elementom unutar psihoterapijskog procesa koji omogućuje samospoznaju, jer to i jest polje gdje se susreću »ja i ti«, kako je to zamislio Martin Buber. Pored Martina Buber kao filozofa dijaloga koji se posvetio ukazivanju na vrijednost »istinskog dijaloga« među ljudima, u radu će se analizirati i doprinosi Jacoba Levyja Morena, psihijatra, psihoterapeuta i osnivača psihodrame kao psihoterapijskog pravca, te Irvina Davida Yaloma, psihoterapeuta humanističko-egzistencijalističkog usmjerenja. Njihov je rad važan u kontekstu ovog istraživanja jer obojica naglašavaju da je istinski susret između klijenta i psihoterapeuta »ključni lječidbeni faktor« koji omogućava rast, a sukladno tome ima i terapijski učinak – kako na klijenta, tako i na psihoterapeuta.

Osim susreta, pojam Erosa sljedeći je važan element promjene u psihoterapijskom procesu. Jedna od ključnih zadaća psihoterapijskog procesa jest potaknuti i (ponovno) otkriti vitalnu energiju u klijentu, volju za životom, koju psihoterapeutkinja Esther Perel, baveći se bliskim odnosima u suvremenom društvu, opravdano naziva »Erosom«. Ona značenjski preoblikuje i nadograđuje pojam Erosa onkraj svođenja tog pojma na čisto »seksualnu energiju«, odnosno žudnju u psihoanalitičkom smislu. Eros tako postaje mjesto vitalnosti i kreativnosti, preobražaja i transformacije, a u konačnici i put k samospoznaji.

Rad se specifično bavi i psihoterapijskim tehnikama i alatima koji su na raspolaganju klijentu i psihoterapeutu u njihovim nastojanjima da ostvare željenu promjenu u psihoterapijskom procesu. Samospoznaja i terapijski rast u psihodrami ostvaruju se poglavito kroz tehniku »zamjene uloga«. Kroz zamjenu uloga, svaka se osoba potiče da razumije tuđu perspektivu, što joj omogućava da se empatijski identificira s pozicijom drugoga te da sebe promatra izvana. Takva privilegirana pozicija, koju potiče psihodramska akcija zamjenom uloga, važan je učinak kojim osoba ima priliku tumačiti »sebe sebi«, te tako nadići ograničenja tradicionalne dihotomije subjekt – objekt.¹ U ovom radu, njezin učinak istražiti će se kroz primjere iz psihoterapijske prakse.

2. O susretu

2.1. Buberova filozofija dijaloga kao most prema Ti

Za Martina Bubera, filozofa dijaloga egzistencijalistički usmjerenog na pojam istinskog susreta, »u početku je odnos«.² Odnos je temelj svega, a sastoji se od Ja – Ti dijaloškog principa u kojemu »čovjek postaje Ja u dodiru s Ti«.³ Središnje mjesto Buberove misli čini razlika između odnosa Ja – Ono i Ja – Ti, a koje analizira u svojem najpoznatijem djelu, filozofskom eseju »Ja i Ti« iz 1977. godine, gdje svodi odnose između osoba, živih predmeta i božanstva na tri ekspresivna označitelja: »Ja«, »Ti« i »Ono«. Ta su tri označitelja elementarne varijable, čije kombinacije i strukturne rekombinacije doživljavamo kao relacijske, kroz međusobne odnose.

Ja – Ono karakterizira svijet iskustva, opažanja, doživljavanja, htijenja, to je svijet požude u kojemu stvari graniče jedne s drugima. U Ja – Ono svijetu prevladava uzročnost i nužnost, praktičnost i svrhovitost. U Ja – Ti svijetu nema stvari, jer Ti ni s čim ne graniči. S druge strane, odnos između Ja – Ti u potpunosti je izravan, nema sustava ideja, nema predznanja, požude, ni anticipacije. U tom odnosu nema ni cilja, ni iščekivanja. Uzajamnost, odnosno recipročnost odrednica je odnosa Ja – Ti, temelj izgradnje odnosa, gdje »moje Ti djeluje na mene kao što ja djelujem na njega«.⁴ Kroz uzajamnost u odnosu mi prihvaćamo drugoga kao cjelovitu osobu i otvaramo joj se u potpunosti. U Ja – Ti odnosu prisutan je dijalog, uzajamnost i razmjena, naše se postojanje tamo ostvaruje kao susret s drugom osobom. Smisao postojanja nalazi se u odnosu i u dijalogu između Ja i Ti. Buber se ovdje oslanja na tvrdnju da nikakvo izolirano Ja ne postoji odvojeno od odnosa s drugim, čime dijalog ili »susret« postaje temeljna vrijednost ljudskog postojanja. Ova ontološka dimenzija »između« ne nalazi se ni u jednom članu odnosa zasebno, već u samom dijalogu među njima. »Između« je više od točke kontakta, to je posebna kvaliteta u ljudskim odnosima koja je veća od zbroja pojedinačnih identiteta.

Osim susreta, i pojam dijaloga čini još jedno ključno mjesto Buberove filozofije. Dijalog (kao uzajamno iskustvo) predstavlja nešto više od kontakta i više od razmjene informacija. Dijalog, naime, ide znatno dalje i odvija se negdje »između«, u nevidljivoj dimenziji u kojoj se osobe susreću i međusobno komuniciraju.⁵ Tako zamišljen Buberov pojam dijaloga može se gledati kao iscjeljujući i za Ja i za Ti, jer istinski dijalog potiče razvoj obiju osoba. Tijekom dijaloga, prethodno odvojeni »Ja« i »Ti« stvaraju »Mi«, a u toj se novoj stvarnosti susrećemo bez maski, kao istinska bića sa svojim autentičnim potrebama.

Iako Buber u svojem radu ne govori eksplicite o dijalogu i susretu u samom psihoterapijskom odnosu, njegov dijaloški princip, koji je u temelju odnosa Ja – Ti, mogao bi pridonijeti rasvjetljavanju onoga što je u temelju lječidbene moći psihoterapije. Susret bi se u ovom kontekstu mogao definirati kao stvarni, uzajamni utjecaj na sastanak klijenta i psihoterapeuta unutar stalno promjenjivog intersubjektivnog polja odnosa.⁶ O dijaloškom pristupu psihoterapijskom odnosu raspravlja se u radovima psihologa, pedagoga i psihoterapeuta, kao što su: Evrinomy Avdi (2012.), Miguel A. Gonçalves i Antonio P. Ribeira (2012.), Claudio Martínez, Alemka Tomićić i Lorena Medina (2012.) te Mikael Leiman (2012.).⁷ Navedeni autori koriste pojam »dijaloški« u odnosu na generalnu teoriju terapijske promjene. Dijaloški pristup psihoterapijskom odnosu za spomenute autore predstavlja temelj i sukus promjene unutar psihoterapijskog procesa. Odnos terapeuta i klijenta u istinskom susretu zapravo je odnos između Ja i Ti, kako ga je zamislio Buber. Ono »između«, što postoji u prostoru u kojemu obitava Ja i Ti, prostor je za potpunu otvo-

1 Tradicionalna racionalistička dihotomija subjekt – objekt primarno se odnosi na pretpostavku da je čovjek nesposoban u isto vrijeme biti i promatrač i ono promatrano, te da uvijek postoji diskrepancija između onoga koji promatra (tj. subjekta), koji ima prevlast, i ono što on promatra (tj. objekt). Usp. Damir Barbarić, *Filozofija racionalizma*, Školska knjiga, Zagreb 1997. Na tragu nadilaženja spomenute dihotomije valja spomenuti sociološki doprinos kroz rad Pierrea Bourdieua koji uvodi pojam *refleksivnosti* u procesu nadilaženja dihotomija, posebice dihotomije subjekt – objekt. On smatra da bi razrješenje dihotomije moglo ležati u koraku u kojemu sâm subjekt spoznaje sebe objektivira, odnosno sebe postavlja kao objekt spoznaje u sociološkom istraživanju. Usp. Pierre Bourdieu, *In Other Words. Essays Towards a Reflexive Sociology*, prev. Matthew Adamson, Stanford University Press, Stanford 1990.; Pierre Bourdieu, *The Logic of Practice*, prev. Richard Nice, Stanford University Press, Stanford 1990.

2 Usp. Martin Buber, *Ja i Ti*, prev. Jovica Aćin, Vuk Karadžić, Beograd 1977., str. 39.

3 Ibid., str. 48.

4 Ibid., str. 37.

5 Usp. M. Buber, *Ja i ti*.

6 Usp. Eric W. Cowan, *The Client-Counselor Encounter: A Comparative Analysis of Intersubjectivity and Dialogical Theory* (doktorska disertacija), California School of Professional Psychology, San Diego 1995.

7 Usp. Evrinomy Avdi, »Exploring the Contribution of Subject Positioning to Studying Therapy as a Dialogical Enterprise«, *International Journal for Dialogical Science* 6 (2012) 1, str. 61–79; Miguel M. Gonçalves, Antonio P. Ribeiro, »Therapeutic Change, Innovative Moments and the Econceptualization of the Self: A Dialogical Account«, *International Journal for Dialogical Science* 6 (2012) 1, str. 81–99; Claudio Martínez, Alemka Tomićić, Lorena Medina, »Dialogic Discourse Analysis of Psychotherapeutic Dialogue: Microanalysis of Relevant Psychotherapy Episodes«, *International Journal for Dialogical Science* 6 (2012) 1, str. 99–121; Mikael Leiman, »Dialogical Sequence Analysis in Studying Psychotherapeutic Discourse«, *International Journal for Dialogical Science* 6 (2012) 1, str. 121–147.

renost prema drugome, gdje drugi postaje dio moga bića i ostvaruje sebe u potpunosti.⁸ Buber proširuje i nadilazi ranije naznačenu dihotomiju između subjekta i objekta dajući ontološku prednost »susretu između osobe i osobe« i »između osobe i svijeta«, sa spoznajom sebe kao neizostavnom pratnjom i posljedicom dijaloga.⁹ Sebstvo se rađa kroz dijalog i susret s drugim. Ovaj postkartezijanski fenomenološki pristup temelj je teorije dijaloga i predstavlja promjenu naglaska kako se odnos klijent – psihoterapeut sagledava u psihoterapiji.¹⁰ Možemo reći da se liječenje u psihoterapiji zbiva upravo u tom prostoru »između« klijenta i psihoterapeuta.

2.2. Morenova psihodrama kao poziv na zamjenu uloga

Uz Martina Bubera, na sličan je način o susretu pisao i Jacob Levy Moreno, utemeljitelj psihodrame i sociodrame, psihijatar i pionir grupne psihoterapije. Moreno je bio promicatelj istinskog susreta i uzajamne prisutnosti, a što se očituje već u njegovim prvim radovima.¹¹ Morenov pogled na pojam susreta najbolje je opisan u njegovoj pjesmi *Poziv na susret* (engl. *Invitation to an Encounter*), koju je napisao 1914. godine:

»Susret dvoje, lice u lice, oči u oči.
Kad pridemo blizu, zamijenit ćemo naše oči;
Ja ću gledati tebe tvojim očima,
a Ti ćeš gledati mene, mojim očima.«¹²

U Morenovu *Pozivu na susret* nalazi se temelj onoga što će kasnije postati »tehnika zamjene uloga« u psihodrami, a o kojoj će biti nešto više riječi kasnije u radu. Ovaj poziv govori o uvjetima za ostvarenje istinskog susreta, o našoj sposobnosti da se stavimo na mjesto drugih, u tuđu ulogu. Moreno je u ranoj mladosti, točnije 1909. godine, osnovao posebno mjesto s ideologijom susreta kao glavnom temom – u obliku rezidencije za dolazne studente, iseljenike i izbjeglice. Mjesto se zvalo *Kuća susreta* (engl. *The House of Encounter*).¹³ Filozof i psihoterapeut Robert Waldl u svojem članku »J. L. Moreno's influence on Martin Buber's I and Thou« (engl. »Utjecaj J. L. Morena na *Ja i Ti* Martina Bubera«)¹⁴ govori o tome kako je u svojoj doktorskoj tezi (o Morenovu utjecaju na Bubera) utvrdio da su Moreno i njegovi rani spisi presudno utjecali na Buberov termin susreta. Waldl piše da Buber nije planirao pisati o susretu prije 1916. godine te da o susretu nije pisao prije 1918. godine¹⁵ Waldlovi zaključci, međutim, ne podudaraju se s dominantnim mišljenjem da je Moreno zapravo bio pod utjecajem Bubera prilikom definiranja pojma susret. No, važno je istaknuti da je iz spisa obaju autora posve jasno da su obojica bili pod međusobnim utjecajem u bečkom intelektualnom miljeu s početka 20. stoljeća, a kojemu je nedostajao pojam istinskog susreta pred raspad i nadolazeću katastrofu Prvog svjetskog rata. Morenov je cilj bio promijeniti društvo.¹⁶ Htio je to učiniti na temelju iskustva društva koje prolazi kroz radikalne promjene, a što ga je naposljetku nagnalo da razvije vlastitu praksu i filozofiju utemeljenu na pojmu susreta.

I Buber i Moreno u svojim su radovima zacrtali egzistencijalistički ton u filozofiji dijaloga i susreta s početka 20. stoljeća. Osim njih, Irvin David Yalom jedan je od najistaknutijih suvremenih psihoterapeuta egzistencijalističkog i humanističkog usmjerenja, koji je cijeli svoj profesionalni rad posvetio praksi psihoterapije na temeljima istinskog susreta između klijenta i psihoterapeuta.

2.3. Yalomovi »sputnici« kao ostvarenje istinskog susreta u psihoterapiji

Kao pisac, vodeći stručnjak i teoretičar grupne psihoterapije, Irvin David Yalom istaknuo se u području humanističke psihoterapije usmjerene na uvažavanje specifičnosti svakog pojedinog klijenta, kao i na razotkrivanje i demistificiranje pozicije psihoterapeuta. Svoja psihoterapijska načela opisao je u knjizi *Dar terapije* (engl. *The Gift of Therapy*),¹⁷ koja je zapravo zbirka psihoterapijskih načela za koje smatra da su bitna kako bi psihoterapija bila što učinkovitija i humanija, pa je stoga kao takva prvenstveno namijenjena studentima i edukantima iz psihoterapije. Yalom u uvodnom dijelu ovog priručnika kaže kako ga je odlučio napisati jer, s obzirom na to da je zašao u staračku dob, ima potrebu prenijeti budućim psihoterapeutima svoje znanje iz četrdesetogodišnje prakse.¹⁸ Iako je svjestan da je danas psihoterapija kao djelatnost ugrožena farmakološkom industrijom i ekonomskom isplativosti,¹⁹ nada se da će se stu-

8

Usp. M. Buber, *Ja i ti*.

9

Usp. Maurice S. Friedman, *Dialogue and the Human Image. Beyond Humanistic Psychology*, Sage, Newbury Park – London 1992., str. 129.

10

Usp. Matthew Martin, »The Dialogical Principle in Counseling and Psychotherapy: An Exploration of Martin Buber's 'I and Thou'«, *Educational Specialist* 113 (2017), str. 1–49.

11

Usp. Jacob Levy Moreno, *Einladung zu einer Begegnung*, Anzengruber Verlag, Beč 1914; Jacob Levy Moreno, *Psychodrama*, sv. 1, Beacon House, Beacon 1946.

12

Usp. J. L. Moreno, *Einladung zu einer Begegnung*.

13

Usp. Borge Kristoffersen, »Jacob Levy Moreno's Encounter Term: A Part of a Social Drama«, *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie* 13 (2014), str. 59–71, doi: <https://doi.org/10.1007/s11620-014-0222-4>.

14

Usp. Robert Waldl, »Morenos Einfluss auf Martin Bubers *Ich und Du*«, *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie* 4 (2005), str. 175–191, doi: <https://doi.org/10.1007/s11620-005-0082-z>.

15

Ibid., str. 169–173.

16

Usp. Peter Felix Kellermann, *Sociodrama and Collective Trauma*, Jessica Kingsley, London 2007., str. 169.

17

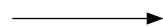
Usp. Irvin David Yalom, *The Gift of Therapy*, Harper Collins, New York 2002.

18

Ibid., str. xi.

19

Bez obzira na to što je priručnik pisan dvadesetak godina ranije, ova opaska i dalje stoji te se prvenstveno odnosi na sve utjecajni trend pohađanja kratkih, površnih terapija usmjerenih na trenutno olakšanje simptoma, bez dubljeg zadiranja ili želje za dugotrajnim osobnim rastom. Usp. I. D. Yalom, *The Gift of Therapy*, str. xi. Iako Yalom to eksplicitno ne spominje, iz njegovih je intervjuua i romana vidljivo da pritom misli na kognitivno – bihevioralne i slične kratkoročne terapije usmjerene samo na liječenje simptoma. U Yalomovu romanu *Lying on the Couch* (usp. Irvin David Yalom, *Lying on the Couch*, Harper Collins, New York 1997.) može se konkretnije vidjeti na što Yalom cilja kada govori o »neprijatelju« u njihovoj struci i to kroz razmišljanja lika po imenu Marshall, starijeg uglednog psihoterapeuta razočaranog u nove trendove u psihoterapiji. Marshall neprijatelja vidi u kratkoročnim, brzim terapijama u koje svrstava: »... biofeedback i mišićnu relaksaciju protiv anksioznih poremećaja; imploziju ili desenzitizaciju protiv fobija; lijekove protiv distimije i opsesivno-kompulzivnog poremećaja; kognitivnu grupnu terapiju protiv poremećaja prehrane; [...] i sve one proklete grupe u 12 koraka za sve ostalo!« – I. D. Yalom, *Lying on the Couch*, str. 160–161. Smatramo kako je ovo dobar primjer o tome kako se i koje informacije prikazuju kroz stručne knjige, a kako kroz roman. Yalom je u priručniku namijenjenom kolegama i studentima mnogo suzdržaniji i nekonkretniji u svojem negodovanju protiv novih psihoterapijskih pravaca, dok u romanu vrlo jasno i direktno izražava svoje mišljenje kroz fiktionalnog lika. Na taj mu način lik Marshalla služi i kao štit protiv



denti iz psihoterapije predano posvetiti napornom radu te uspjeti naći pacijente koji žele psihoterapijom postići dugotrajni, temeljiti rast i promjenu. Upravo je takvim studentima i pacijentima ovaj priručnik i posvećen.

Prikaz odnosa između psihoterapeuta i pacijenta jedna je od najznačajnijih odrednica u Yalomovim romanima. Odnos između psihoterapeuta i pacijenta, koji vrlo često poprima oblik transfernog odnosa, Yalom vrlo često opisuje u svojim romanima – primjerice, u romanu *Kad je Nietzsche plakao* (engl. *When Nietzsche Wept*),²⁰ njegovom prvom romanu koji je preveden na hrvatski jezik, te u romanima *Ležanje na kauču* (engl. *Lying on the Couch*),²¹ *Krvnik ljubavi* (engl. *Love's Executioner*),²² *Schopenhauer kao lijek* (engl. *The Schopenhauer Cure*),²³ ali mnogim drugim. O »transferu«²⁴ se najčešće govori unutar psihodinamskih psihoterapija.²⁵ Dok na generalnoj razini značenja,

»... označava prijenos čuvstava ili stavova [...] u psihoanalitičkoj terapiji transfer označava prijenos čuvstava, stavova ili oblika ponašanja prvobitno formiranih u odnosu s nekom bliskom osobom (najčešće roditeljem) na terapeuta.«²⁶

Općenito govoreći, transfer u psihoterapiji označava prijenos emocija, doživljaja, očekivanja na psihoterapeuta, koji su prvobitno bili usmjereni na neku bitnu osobu iz pacijentove prošlosti. U psihoterapiji se to manifestira tako da pacijent zamjenjuje terapeuta za oca ili majku i na njega projicira osjećaje i potrebe koje je prema njima imao u djetinjstvu. To je vrlo česta pojava u psihoterapiji i služi kao mehanizam za rješavanje pacijentovih problema. Osim transfera, postoji i povratni proces koji se zove »kontratransfer«²⁷ koji predstavlja prenošenje terapeutovih nesvjesnih konflikata na pacijenta. S obzirom na to da je velik dio Yalomovih romana pisan iz perspektive psihoterapeuta, jasno je da se oni, osim »transferom«, bave i »kontratransfernim mukama«²⁸ psihoterapeuta.

Yalom veliku pažnju posvećuje odnosu između klijenta i psihoterapeuta i propitivanju granica njihova odnosa, primjerice kroz prikaz terapeuta pacijentu i davanje informacija o sebi pacijentima, kroz obrtanje uloga te učenje od klijenata. O učenju terapeuta od klijenata Yalom piše u ranije spomenutom priručniku *Dar terapije* u poglavlju pod nazivom »O tome kako vam pacijent pomaže«²⁹ (engl. »On Being Helped by your Patient«). Na primjerima iz vlastite prakse pokazuje kako je ranjivost terapeuta plodno tlo za obostrani napredak pacijenta i terapeuta, kako je ranjivi terapeut više senzibiliziran za potrebe pacijenta²⁷ te kako pacijenti često dovedu terapeuta u situacije u kojima prije nisu bili, i time im otvarajući nove perspektive.²⁸ U poglavlju »Tri vrste samootkrivanja terapeuta«²⁸ (engl. »Three Kinds of Therapist Self-Disclosure«), Yalom opisuje načine terapeutova razotkrivanja pacijentu. Yalom govori i o vlastitom romanu *Ležanje na kauču*, za koji kaže kako mu je poslužio da ilustrira eksperiment o razotkrivanju terapeuta prema pacijentu – eksperiment razotkrivanja koji je radnije primjenjivao u svojem radu s pacijentima. Ono što mu je cilj u romanu, piše Yalom u svojem priručniku, jest pokazati da »terapeutova autentičnost može biti iskupljujuća čak i pod nemogućim okolnostima.«²⁹ To se odnosi na lik Caroline i njezinu namjeru da prevari svojeg terapeuta i, glumeći transfer, da mu uništi karijeru navodeći ga na kršenje etičkih normi. Cijeli je roman zapravo demonstracija onoga što je Yalomova najveća preokupacija i interes: autentičan odnos između terapeuta i pacijenta – odnos onkraj transfernih i kontratransfernih fantazija, što čini odmak od klasične psihoanalitičke psihoterapije i korak k humanistički orijentiranoj psihoterapiji. U oba slučaja, odnos između terapeuta i klijenta prikazuje se kao bitan element koji na ključan način sudjeluje u liječenju – odnos je taj koji liječi.

U svojem utjecajnom udžbeniku iz grupne psihoterapije *Teorija i praksa grupne psihoterapije*, koji je napisao s kolegom Molynom Leszczom,³⁰ Yalom navodi jedanaest terapijskih faktora koji su posljedice grupnog rada: (1) ulijevanje nade, (2) univerzalnost, (3) pružanje informacija, (4) altruizam, (5) korektivna rekapitulacija primarne obiteljske grupe, (6) razvoj društvenih tehnika, (7) imitativno ponašanje, (8) interpersonalno učenje, (9) grupna kohezija, (10) katarza i (11) egzistencijalni faktori.³¹ Kada promotrimo ovih 11 faktora, jasno se može vidjeti kako u pozadini gotovo svih faktora leži svijest o od-

moćnih protunapada, a i kao sredstvo s pomoću kojeg može bez straha direktno izreći svoje mišljenje. Naravno, jasno je da iz strogo naratološke perspektive autor nikad ne može biti identičan liku, pa čak ni iz ontološke perspektive, međutim, možemo reći da Yalom u svojim psihoterapijskim romanima »koristi« svoje likove u didaktičke svrhe kako bi kroz njih progovorio o svojim psihoterapijskim načelima, što i sâm tvrdi u knjizi *The Yalom Reader*, u poglavlju »On Writing: The Teaching Novel«, gdje, među ostalim, raspravlja o motivaciji za pisanje spomenutog romana *Lying on the Couch*. Usp. Irvin Yalom, *The Yalom Reader*, Basic Books, New York 1998.

20

Usp. Irvin David Yalom, *Kad je Nietzsche plakao*, prev. Vjera Balen-Heidl, Šareni dućan, Zagreb 2008.

21

Usp. I. D. Yalom, *Lying on the Couch*.

22

Usp. Irvin David Yalom, *Love's Executioner and Other Tales of Psychotherapy*, Harper Collins, New York – London 2000.

23

Usp. Irvin David Yalom, *The Schopenhauer Cure. A Novel*, Harper Collins, New York 2005.

24

Engleski naziv za *transfer* glasi *transference*, a koji se kod nas prevodi dvojako: *transfer* i *prijenos*. U ovome radu koristit će se naziv *transfer*.

25

U psihodinamske psihoterapije spadaju psihoanaliza, psihoanalitička psihoterapija, grupna analiza, kratka dinamska psihoterapija, Morenova psihodrama i dr. Cilj je ovih psihoterapija duboka promjena osobnosti, a ne samo simptoma, čime su one, naravno, dugotrajnije te zahtijevaju veći emocionalni i mentalni angažman. One se bave izučavanjem modusa funkcioniranja čovjekova psihičkog aparata i teže tumačenju nastanka unutarnjeg nesvesnog konflikta. Psihodinamske psihoterapije temelje se na dubinskom modelu ljudske psihe. Osim psihodinamskih psihoterapija pro-

isteklih iz psihoanalize, razvili su se i drugi psihoterapijski pravci, proizašli iz različitih teorijskih pristupa razvijenih unutar psihologije. Oni se odnose na kognitivne, humanističke i bihevioralne terapije (kognitivno – bihevioralna terapija, gestalt psihoterapija, realitetna psihoterapija, integrativna psihoterapija i dr.). Njihov je primarni cilj otklanjanje simptoma zbog kojih pacijent kreće u psihoterapiju, ne baveći se pritom genezom njihova nastanka. Oni su više usmjereni prema budućnosti, nego prema prošlosti pacijenta, pa se time njihov model liječenja može u nekim slučajevima nazvati površinskim. Svaki od navedenih psihoterapijskih pravaca ima određene prednosti i nedostatke, u koje nije potrebno ovdje ulaziti, no važno je naglasiti kako se epiteti »dubinski« i »površinski« u ovoj analizi ne koriste pejorativno, već isključivo informativno. O tome, kao i o transferu i kontratransferu više vidi u: Iva Žurić Jakovina, »Književni transfer: transformacijski i terapijski učinci čitanja«, u: Ivan Majić, Andrea Milanko, Ana Tomljenović (ur.), *Dosezi psihoanalize. Književnost, izvedbene umjetnosti, film i kultura*, Leksikografski zavod »Miroslav Krleža«, Zagreb 2015, str. 185–197.

26

Usp. Boris Petz (ur.), *Psihologijski rječnik*, Prosvjeta, Zagreb 1992.

27

Usp. I. D. Yalom, *The Gift of Therapy*, str. 107.

28

Yalom spominje situaciju kada je bio na smrtnoj postelji svojega pacijenta te kako mu je to izuzetno iskustvo zapravo omogućilo da se suoči s temom smrtnosti koje se plašio (ibid., str. 108).

29

Ibid., str. 182.

30

Usp. Irvin Jalom [Irvin D, Yalom], Molin Lešč [Molyn Leszcz], *Teorija i praksa grupne psihoterapije*, prev. Milan Đurišić, Psihopolis institut, Novi Sad 2013.

31

Ibid., str. 23.

nosu, o interpersonalnom susretu i učenju koje potiče terapijsku promjenu. Interpersonalnom učenju Yalom posvećuje posebnu pažnju naglašavajući da bez dubokih, pozitivnih, uzajamnih interpersonalnih veza ni pojedinci ni vrste ne bi mogle opstati.³² Yalom čak tvrdi da je psihoterapija, generalno gledajući, široko inter-personalna – kako u svojim ciljevima, tako i u svojim sredstvima. Yalom navodi psihoterapijski koncept korektivnog emocionalnog iskustva kao onaj kroz koji klijent mora proći kako bi mu se moglo pomoći da popravi traumatičan utjecaj prethodnog iskustva. Konkretnije, to znači da klijent kroz odnos s terapeutom, ali i s članovima grupe (u slučaju grupne psihoterapije), u korektivnom iskustvu odnosa »ovdje i sada«³³ shvaća da su njegova shvaćanja sebe i drugoga obilježena iskrivljenim vjerovanjima zbog loših prethodnih iskustava. Time klijent dobiva priliku da iskaže svoje emocije u sigurnom psihoterapijskom prostoru, što jača njegovu hrabrost i »osjećaj selfa«.³⁴ Yalom na više mjesta u spomenutom udžbeniku navodi kako je teško provesti egzaktno empirijsko istraživanje koje bi nedvosmisleno dalo odgovor na to što najviše liječi u psihoterapijskom procesu, jer su u provedenim istraživanjima koje on navodi različiti faktori vrednovani od strane različitih vrsta terapijskih grupa, te od strane iste grupe u različitim stadijima razvoja i od strane različitih klijenata u istoj grupi. Međutim, generalno, ističe Yalom, temeljna moć psihoterapije proizlazi iz interpersonalnih osobina psihoterapijskog procesa, gdje su interpersonalna interakcija i istraživanje (što obuhvaća katarzu i samorazumijevanje) temelji efikasne terapije.³⁵ Psihoterapeuti Steven Haugh i Sheila Paul navode rezultate više od tisuću studija koje pokazuju kako je terapijski odnos između terapeuta i klijenta važan i ključan za psihoterapijski proces.³⁶

O svemu tome što je Yalom pisao po pitanju vrijednosti interpersonalnog odnosa, osobito u dijelu gdje terapeute i klijente naziva »suputnicima« (engl. *fellow travelers*),³⁷ misaono se približava onome što su Buber i Moreno isticali o važnosti istinskog susreta i uzajamnog dijaloga među ljudima. Ako je Buber imao na umu prvenstveno ljudske odnose u općenitom smislu, Moreno i Yalom, svaki iz svojeg vremena, koncentrirali su se na specifičnost odnosa između klijenta i terapeuta/grupe u psihoterapijskom procesu, što je i glavni fokus ovoga rada. Međutim, svi su oni s gotovo jednakom posvećenošću nastojali ukazati na važnost interpersonalnih odnosa kao ključnog faktora samospoznaje i promjene. Osim pojmova susreta i dijaloga, pojam Erosa također predstavlja još jedan važan element promjene u psihoterapijskom procesu.

3. O Erosu i iscjeliteljskom učinku psihoterapije

U grčkoj mitologiji, *Eros* dolazi od boga ljubavi, plodnosti i strasti, dok je *Thanatos* predstavljao ljudsku manifestaciju smrti.³⁸ Iako je pojam Erosa kroz povijest, pa i u suvremenosti, često poiman kao seksualni instinkt, obim njegova pojma uključuje i ideju užitka, ugode i izbjegavanja patnje. Tako se uz pojam Erosa često veže i pojam libida, koji uključuje seksualnu i životnu energiju. Sigmund Freud, kao rodonačelnik psihoanalize, u svojoj će se psihoanalitičkoj teoriji rado vraćati objašnjenjima potonjih pojmova, suprotstavljajući *Eros* (kao nagon za životom) *Thanatosu* (tj. destruktivnom instinktu smrti).³⁹ U svojem spisu iz 1920. godine, pod nazivom *S onu stranu načela ugode*,⁴⁰ Freud radi konceptualnu i terminološku razliku definirajući *Thanatos* kao nagon smrti. Međutim, osim rekonceptualizacije *Thanatosa*, iz spisa je vidljivo da Freud shvaća da se psihoanaliza poima kao mjesto izjednačavanja ljubavi sa seksualnosti, čime se fokus pridaje panseksualizaciji našeg života

kao nečeg sramotnog, skrivajući se iza pojma Erosa, no Freuda to previše ne brine jer je svjestan da će samo posvećeni čitatelji shvatiti širi i obuhvatniji smisao libida i Erosa. U psihoanalitičkoj teoriji nakon Freuda, Eros se kao životni nagon veže uz održavanje života, uključivanje u aktivnosti koje poboljšavaju kvalitetu našeg i tuđih života, kao briga o zdravlju, sigurnosti sebe i drugih, te kroz ostale prosocijalne aktivnosti. Također se manifestira kroz seksualni nagon koji, osim užitka, motivira ljude da stvaraju novi život.⁴¹

Jedna je od ključnih zadataka psihoterapijskog procesa potaknuti i (ponovno) otkriti vitalnu energiju u klijentu, volju za životom, istraživanjem sebe i svijeta, koju priznata psihoterapeutkinja Esther Perel, baveći se bliskim odnosima u suvremenom društvu, opravdano naziva »Erosom«. Širenje pojma *Eros* onkraj svodenja na čistu seksualnost ne brine ni nju kao što nije brinulo ni Freuda, pa stoga Eros u njezinim djelima *Parovi u zatočeništvu*⁴² i *Preljub*⁴³ postaje mjesto vitalnosti i kreativnosti, preobražaja i transformacije, a u konačnici i put k samospoznaji. Njezino djelo *Parovi u zatočeništvu* knjiga je o erotizmu, o tome kako se ljudi povezuju s tom kvalitetom životnosti i vibrantnosti. To je zapravo duhovno, mistično iskustvo života, pa čak i transcendentno iskustvo, jer to je i imaginativni čin, kaže Perel o svojoj knjizi.⁴⁴ Na svojem blogu, među ostalim, Perel piše o erotizmu citirajući meksičkog pjesnika i pisca Octavija Paza, koji kaže da nam erotizam otkriva jedan drugi svijet unutar ovog svijeta.⁴⁵ Nastavlja opisujući erotizam kao eliksir živah-

32

Usp. I. Jalom [I. D. Yalom], M. Lešč [M. Leszcz], *Teorija i praksa grupne psihoterapije*.

33

Istaknuti Yalomov koncept koji se odnosi na ono što se događa u prostoriji za vrijeme psihoterapijskog procesa u sadašnjem trenutku.

34

Ibid., str. 50.

35

Ibid., str. 140.

36

Usp. Sheila Haugh, Stephen Paul, »Is the Relationship the Therapy?«, *Therapy Today* 19 (2008) 10, str. 34–37.

37

Usp. I. D. Yalom, *The Gift of Therapy*.

38

Usp. Roger Bagnall *et al.* (ur.), *The Encyclopedia of Ancient History*, Wiley – Blackwell, Oxford 2012.

39

Usp. Sigmund Frojd [Sigmund Freud], »Nelađnost u kulturi«, prev. Đorđe Bogičević, u: Sigmund Frojd [Sigmund Freud], *Odabrana dela Sigmunda Frojda. Iz kulture i umetnosti*, sv. 5, prev. Vojin Matić, Vladeta Jerotić, Đorđe Bogičević, Hugo Klajn (ur.), Matica srpska, Beograd 1976., str. 261–357.

40

Usp. Sigmund Freud, »S onu stranu načela ugođe«, u: Sigmund Freud, *Budućnost jedne*

iluzije i drugi spisi, prev. Boris Buden, Gvozden Flego (ur.), Naprijed, Zagreb 1986., str. 315–363.

41

Usp. David Capuzzi, Mark D. Stauffer, *Counseling and Psychotherapy. Theories and Interventions*, John Wiley & Sons, New Jersey 2016.

42

Usp. Esther Perel, *Parovi u zatočeništvu. Pomirba erotskog i intimnog*, prev. Martina Pranić, Vorto Palabra, Zagreb 2020.

43

Usp. Esther Perel, *Preljub. Kako preživjeti nevjeru*, prev. Senka Galenić, Vorto Palabra, Zagreb 2021.

44

Usp. Krista Tippett, Esther Perel, »On Being with Krista Tippett. Esther Perel, The Erotic Is an Antidote to Death«, *Onbeing.org* (11. 7. 2019.). Dostupno na: <https://onbeing.org/programs/esther-perel-the-erotic-is-an-antidote-to-death/> (pristupljeno 29. 6. 2023.).

45

Usp. Esther Perel, Mary Alice Miller, »Letters from Esther #25: Eroticism in Hard Times«, *Estherperel.com* (2021.). Dostupno na: <https://www.esterperel.com/blog/letters-from-esther-25-eroticism-in-hard-times> (pristupljeno 29. 6. 2023.).

nosti, znatizelje i spontanosti koji čini da se osjećamo živima. To je protusila mrtvila, sjaj koji nas podsjeća da smo, usprkos mraku koji možemo izdržati, upravo sada ovdje na ovoj planeti. I u svakom smo trenutku na rubu svega što je moguće, opkoračujući nadu i tjeskobu. Erotizam nije samo životna sila koja seks čini izvrsnim, već je ono što sâm život čini vrijednim življenja, piše Perel.⁴⁶ Kada su dobra vremena, erotika je ono što svjetovno pretvara u magiju. Kada su vremena teška, erotika je ono što nas inspirira da preživimo – pa čak i da napredujemo – unatoč svim izgledima. Zato se bavimo umjetnošću i glazbom te idemo u prirodu kada nas boli.

Osim što se to zbiva kroz umjetnost, naša je zadaća da kroz ulogu psihoterapeuta i u psihoterapijskom procesu omogućimo klijentu prostor za ponovni pronalazak veze sa životnošću, jer je pretpostavka da razlog ulaska u psihoterapiju pretpostavlja jedan specifičan prekid s vitalnošću. Vidjeli smo ranije kako je istinski odnos između terapeuta i klijenta poprište zbivanja, odnosno sigurno mjesto unutar kojeg se takvo istraživanje Erosa odvija. Istraživanje Erosa zapravo je traženje životnog zadovoljstva, zadovoljenja, i to ne samo erotskog, koje potiče samoodržanje i istraživanje svijeta. Istinski je odnos uvjet i prostor koji omogućuje promjenu, dok je Eros element koji njome upravlja, a to su ključni potezi koje ovaj rad želi istražiti. Kako bi istraživanje ovih poteza bilo potpunije, potrebno je promotriti koje tehnike u psihoterapijskom radu omogućuju pronalazak Erosa kao životne energije.

Kao što je već rečeno u prvom poglavlju, za Morena susret nije ništa drugo nego fenomen trenutka koji se odvija »ovdje i sada« u terapiji i često predstavlja početnu točku u psihoterapijskom odnosu. Kako bi se naglasila njego-va iznimna kvaliteta, Moreno izraz *susret* često u literaturi navodi s velikim početnim slovom. Susret predstavlja model međuljudskog odnosa u kojemu subjektivnosti ostaju jasno razdvojene, dok je u reciprocitetu maksimalna otvorenost sebe i pristup nutrini drugoga. Za Morena, psihodrama, sa svojim pravilima u kojima nema mjesta za prosuđivanje drugoga, stvara idealne uvjete za generiranje istinskog susreta među članovima grupe. Psihodramska grupa time postaje terapijski modalitet koji se temelji na odnosima kao promotorima istinskog susreta, odnosno recipročne prisutnosti. Kako bi se ilustrirale ključne teorijske postavke, u ovom će se poglavlju koristiti primjeri iz kontinuirane tjedne psihodramske grupe koju smo kao voditelji/koterapeuti vodili u periodu od više godina (od 2014. godine).⁴⁷

Oslanjajući se na Morenov koncept susreta i njegov pogled na psihički razvoj osobnosti, možemo izdvojiti tri faze razvoja djeteta prema psihodramskoj teoriji: (1) *razvoj identiteta* – dijete ne može vidjeti sebe odvojeno od majke, tako da majka i dijete dijele jedan identitet; (2) *razvoj sebstva* – dijete je sposobno razlikovati sebe od majke i postaje svjesno vlastitog ja; (3) *prepoznavanje drugoga* – nakon što se može vidjeti odvojeno od majke, dijete se može staviti na mjesto drugoga i odigrati njegovu ulogu, što se često može vidjeti kada se djeca igraju doktora, učitelja itd.⁴⁸ Ove faze odgovaraju trima ključnim tehnikama u psihodrami: (a) *dvojniki/double* – gdje terapeut ili član grupe stoji iza protagonista i izgovara nesvjesne misli, dajući im glas, tako korespondirajući s majkom koja je dvojnica djetetu; (b) *ogledalo/mirror* – gdje protagonist izlazi iz scene i vidi sebe kako ga glumi njegov dvojniki, čime korespondira s djetetom koje je svjesno da je odvojeno od majke; (c) *zamjena uloga* – gdje protagonist mijenja uloge s pomoćnim egom, što odgovara konačnoj fazi razvoja djeteta u kojoj dijete može biti netko drugi bez gubitka dodira sa samim sobom.

Samospoznaja i terapijski rast kroz istraživanje Erosa kao vitalne životne energije u psihodrami ostvaruje se poglavito kroz tehniku »zamjene uloga«. Može se reći da je zamjena uloga najvažnija tehnika u psihodrami, budući da je to »tehnika socijalizacije i samointegracije«. ⁴⁹ Ona omogućuje ljudima da budu viđeni iz perspektive drugoga, što obogaćuje njihov osjećaj sebe i otvara put promjeni. Godine 2011. došlo je do nekih eksperimentalnih otkrića o tome što se događa kada osoba zauzme perspektivu drugoga te je eksperiment (n = 120) otkrio da razmjena položaja u društvenim odnosima (tj. zamjena uloga) nadilazi uobičajenu kognitivnu promjenu; to je »novoidentificirani i moćni društveni mehanizam«. ⁵⁰ Međutim, u psihodrami je već odavno dobro poznato da zamjena uloga nema samo kognitivni nego i terapijski učinak. ⁵¹ Moreno je poticao ljude da žive njegovu »zlatno pravilo« mentalno i praktično vježbajući zamjenu uloga s drugima, te da razmišljaju kako bi bilo biti netko drugi, jer je čvrsto vjerovao da to stvara empatiju, suosjećanje i samo-refleksiju.

Klinički psiholog i psihodramatičar Peter Felix Kellermann u svojem članku »Zamjena uloga u psihodrami«, objavljenom u knjizi *Psihodrama (još) od Morena. Inovacije u teoriji i praksi* (engl. *Psychodrama since Moreno. Innovations in Theory and Practice*), tvrdi da je Morenova pjesma o susretu spomenuta u prvom poglavlju rada, zapravo duhovni temelj tehnike zamjene uloga u psihodrami, a također i filozofski temelj Morenova egzistencijalističkog pogleda na život. Kroz zamjenu uloga, svaka se osoba potiče da razumije perspektivu druge, što joj omogućuje da se empatijski identificira s pozicijom drugoga i da sebe promatra izvana. Kada preuzima tuđu ulogu, osoba koristi empatičke, kognitivne i bihevioralne vještine kako bi vjerodostojno odigrala

46

Ibid.

47

Prema »Standardu etičkog kodeksa APA 4.07: Korištenje povjerljivih informacija u didaktičke ili druge svrhe« zaštitili smo povjerljivost naših klijenata. Poduzeli smo korake da ne otkrivamo povjerljive i osobne podatke naših klijenata prikrivanjem nekih aspekata pojedinih slučajeva, a sve s ciljem da se ne može identificirati niti konkretan slučaj niti treća strana (npr. članovi obitelji, poslodavci). Promijenili smo ime klijenta i ograničili opis specifičnih karakteristika. Budući da Etički standard 4.07 daje nama terapeutima izbor između dobivanja pristanka ili prikrivanja osobnih podataka, nismo uzeli informirani pristanak od naših klijenata, budući da su svi osobni podaci skriveni i nisu uključeni u tekst.

48

Usp. P. F. Kellermann, *Sociodrama and Collective Trauma*.

49

Usp. Adam Blatner, Rosa Cukier, »Appendix: Moreno's Basic Concepts«, u: Clark Baim, Jorge Burmeister, Manuela Maciel (ur.), *Psychodrama. Advances in Theory and Practice*, Routledge, London 2007., str. 293–307.

50

Usp. Alex Gillespie, Beth Richardson, »Exchanging Social Positions: Enhancing Perspective Taking within a Cooperative Problem Solving Task«, *European Journal of Social Psychology* 41 (2011) 5, str. 608–616, doi: <https://doi.org/10.1002/ejsp.788>.

51

Usp. Jacob Levy Moreno, Zerka Toeman Moreno, Jonathan D. Moreno, »The Discovery of the Spontaneous Man with Special Emphasis Upon the Technique of Role Reversal«, *Group Psychotherapy* 8 (1955), str. 103–29; Grete A. Leutz, »What is Effective in Psychodrama?«, u: Grete-Anne Leutz, *Mettre sa vie en scene. Le psychodrame*, Desclée de Brouwer, Pariz, 1985.; Peter Felix Kellermann, *Focus on Psychodrama. The Therapeutic Aspects of Psychodrama*, Jessica Kingsley, London 1992.; Peter Felix Kellermann, »Role Reversal in Psychodrama«, u: Paul Holmes, Marcia Karp, Michael Watson (ur.), *Psychodrama since Moreno. Innovations in Theory and Practice*, Routledge, London 1994., str. 187–201.

ulogu drugoga.⁵² Iz ovoga proizlazi da omogućavanje i razvijanje empatije kroz zamjenu uloga može biti jasan put prema katarzi. Kellermann tvrdi da su »... katarza, uvid i međuljudski odnosi terapijski čimbenici koji su ključni za psihodramsku grupnu psihoterapiju.«⁵³

Katarza, kao proces otpuštanja suspregnutih emocija, može se dogoditi, a i često se i događa tijekom zamjene uloga.⁵⁴

Na primjer, u našoj psihodramskoj grupi protagonistica (Ana) zamijenila je uloge s pomoćnom ulogom svoje majke koja je u njezinu djetinjstvu bila prilično distancirana i emocionalno hladna te Ana nije imala prilike ostvariti dubok i povezujući odnos sa svojom majkom. Ana je svojoj »majci«, koju je u grupnom radu igrala članica grupe kroz pomoćnu ulogu majke, ispričala kako se u djetinjstvu osjećala odbačeno i nevoljeno. Ušavši u ulogu svoje majke, Ana je postala svjesna što majka zapravo osjeća prema njoj, da je puna žaljenja i tuge što nije mogla biti uz nju onako kako je to Ana trebala dok je bila dijete. Ana je također mogla vidjeti sebe iz majčine perspektive. Vraćajući se u svoju ulogu kćeri, Ana je čula da je njezina majka uvijek bila emocionalno sputana i da nije mogla pronaći način da dopre do nje, te da joj je zbog toga žao. Ana su u tom trenutku shrvale majčine riječi, briznula je u plač. Bio je to prvi put da je ona imala priliku vidjeti i osjetiti nešto drugačije u njihovom odnosu, nešto ispunjeno istinskim emocijama, i to je za nju bilo katarzično iskustvo. U drugom primjeru, klijentica Tanja često je u terapiji izražavala poteškoće u odnosu s partnerom po pitanju njihove komunikacije. Često su upadali u svađe u kojima je ona nerijetko izražavala ljutnju što je opterećivalo njezina partnera i izazivalo u njemu sličnu reakciju. Odabravši nekoga iz grupe za pomoćnu ulogu njezina partnera i odigravajući scenu njihove svađe, Tanja je, ušavši u ulogu svojeg partnera, osjetila da ispod njegove ljutnje leže strah i nemoć koje ga potiču da reagira burno. Nakon što je član grupe kroz pomoćnu ulogu njezina partnera izrazio svoj strah i nemoć, a ona to čula iz svoje uloge, osjetila je katarzično otpuštanje ljutnje i konačno progovorila o svojim potrebama za podrškom, pažnjom i iskazivanjem ljubavi od svojeg partnera. Njihova je komunikacija u grupnom *settingu* izgledala puno drukčije nego što se to događa u realnosti, te je time Tanja imala priliku da kroz zamjenu uloga osvijesti i druge osjećaje i potrebe koje se nalaze ispod demonstrirane ljutnje. Za nju je to predstavljalo iskustvo puno novih uvida, poticaja na promjenu ponašanja i otpuštanja viška osjećaja.

Naravno, sama katarza nije dovoljna jer je potrebna integracija, odnosno pro-rada, kako bi se zamjena uloga ili igranje psihodrame moglo vidjeti i doživjeti kao terapeutsko iskustvo. Kao što je rekla Zerka Moreno:

»... odmjerenošću/obuzdavanje mora doći nakon izražaja.«⁵⁵

52

Usp. P. F. Kellerman, »Role Reversal in Psychodrama«, str. 187–201.

53

Ibid., str. 189.

54

Više o učincima zamjene uloga i tom konceptu kako ga je razvila psihodramska teorija vidi u: Iva Žurić Jakovine, Trpimira Jakovine, »Role Theory and Role Analysis in Psychodrama:

A Contribution to Sociology«, *Socijalna ekologija* 26 (2017) 3, str. 151–169, doi: <https://doi.org/10.17234/SocEkol.26.3.5>.

55

Usp. Zerka Toeman Moreno, »Psychodramatic Rules, Techniques, and Adjunctive Methods«, *Group Psychotherapy* 18 (1965) 1–2, str. 73–86.

Na taj način psihodramsko iskustvo zamjene uloga postaje cjelovito, dajući prostora i emocijama i kognitivnom uvidu, a time i širenju čovjekova osjećaja sebe. Svaka se osoba potiče da razumije tuđu perspektivu, što joj omogućuje da se empatijski identificira s pozicijom drugoga i da sebe promatra izvana. Takva privilegirana pozicija koju omogućava psihodramska akcija zamjenom uloga, važan je učinak kojim osoba ima priliku tumačiti »sebe sebi« i tako nadići ograničenja tradicionalne dihotomije subjekt – objekt. U tom smislu, razgovor u psihoterapiji nije jedini mehanizam promjene i iscjeljenja, već je to svakako tehnika zamjene uloga, te istinski susret kao katalizator promjene i omogućavatelj potrage za Erosom u životu klijenta, a nerijetko i u životu samog psihoterapeuta.

4. Zaključak

Namjera je ovog rada bila slijediti naoko dispartatne tradicije filozofsko-psihoterapijske misli, s ciljem pronalaska odgovora na pitanje: što dovodi do promjene u psihoterapijskom procesu? Kako bi se odgovorilo na to pitanje, upregnuti su autori koji formalno ne potpadaju pod iste misaone tradicije, no svaki je za sebe pridonio osvjetljavanju kompleksnog pitanja o tome što dovodi do učinka u psihoterapiji. Martin Buber, kao filozof teoretičar istinskog susreta i dijaloga, i Jakob Levy Moreno, kao psihodramatičar praktičar iscjeliteljske moći susreta u psihoterapijskom *settingu*, tragaju za onim što čini dubok i posvećen odnos među ljudima. Istinski susret između dvoje ljudi utječe na razvoj njihovih osobnosti, a to je nešto što je poznati suvremeni psihoterapeut Irvin David Yalom isticao u svojim djelima, istražujući učinke terapeutova razotkrivanja i autentičnosti na rast i promjenu u psihičkom funkcioniranju klijenata. Za Yaloma je istinski susret iscjeljujuć za obje strane, ne samo za klijente u psihoterapiji. U svojim udžbeničkim djelima iz psihoterapije navodi rezultate istraživanja provedena nad klijentima u psihoterapiji, te zaključuje kako je odnos između terapeuta i klijenta, ali i klijenata u psihoterapijskim grupama – najvažniji interpersonalni faktor koji doprinosi promjeni u psihoterapiji.

U radu se također zaključuje kako primjena teorijskog koncepta Erosa svjetski poznate psihoterapeutkinje za parove Esther Perel, u nama razotkriva što nam je važno u životu i što održava u nama vitalnost nasuprot odustajanju. Tako definirani Eros primjenom u psihoterapijskom procesu postaje onaj sadržajni element promjene koji je ključan za učinak psihoterapije. Ako je istinski susret i dijalog pozadina i formalni uvjet promjene, onda će istraživanje i oživljavanje Erosa biti sâm učinak promjene u psihoterapiji. Primjeri iz psihodramske psihoterapijske grupe prikazani u radu putem tehnike zamjene uloga ilustriraju kako se to istraživanje odvija, kako se Eros kao žudnja za odnosom, za drugim, za drugačijim doživljajem i novim uvidima – ostvaruje u »ovdje i sada«, tj. psihoterapijskom susretu.

Iva Žurić Jakovina, Trpimir Jakovina

On Eros and Encounter in Psychotherapy

Abstract

This paper aims to point out the field within the psychotherapy process that enables self-knowledge, and that is the field where “I and You” meet. A true encounter is what enables growth and a therapeutic effect on the client and the psychotherapist. One of the key tasks of the psychotherapy process is to stimulate and (re)discover vital energy in the client, which is called Eros. Eros thus becomes a place of vitality, creativity, and transformation, and ultimately a path to self-realization. Self-awareness and therapeutic growth in psychodrama are achieved fundamentally through the technique of “role reversal” which allows people to be seen from the perspective of another, which enriches and expands their experience of themselves and opens the way to change. Such a privileged position, which is made possible by a psychodramatic action of role reversal, is an important effect by which a person has the opportunity to interpret “one-self to oneself” and thereby overcome the limitations of the traditional subject-object dichotomy.

Keywords

encounter, dialogue, Eros, psychodrama, role reversal, psychotherapy