

# **Permanentní přítomnost:** **Terapie pro Julii**

**Valérie Perret**

*International Journal of Integrative Psychotherapy, Vol. 6, 2015 54*

**(překlad: Kateřina Jeníková)**

## **Abstrakt**

V této případové studii představím svoji klientku Julii, s níž jsem pracovala za pomoci modelu „*Já ve vztahu*“ vytvořeným Richardem Erskinem. Popisuji domény otevření se a uzavření se vůči kontaktu, které jsem zaznamenala na začátku terapie. Poté vysvětluji, jak jsem klientu vedla k probuzení jednotlivých umrtvených pólů tím, že jsem ji plně doprovázela v její přítomnosti, v jejím prožívání a těsném kontaktu s ní, přičemž jsem plně respektovala její ochotu se napojit či nenapojit i způsob, jakým to provede.

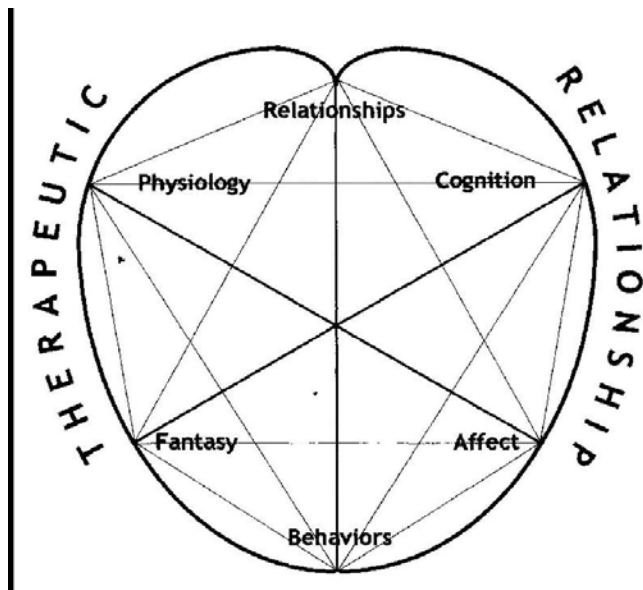
## **Klíčová slova:**

konstantní, vztah, kontakt, připevnění/propojení

---

Julie ke mně přišla před čtyřmi a půl rokem ve věku 33. Byla vdaná, matka dvou chlapců, pět a jeden rok. Pracovala jako sestra na oddělení intenzivní péče v regionální nemocnici. Byla to mladá krásná žena, která schovávala svoje emoce za okouzující úsměv.

Rozhodla jsem se použít Erskinův model „*Já ve vztahu*“ (obr. 1) k uspořádání svého pozorování (Erskine, Moursund, & Trautmann, 1999). Diamant v kruhu popisuje relační systémy z emoční perspektivy, behaviorální, kognitivní a fyziologické dimenze lidského fungování. Jedná se o model pomáhající při hodnocení, zda každá z těchto oblastí je otevřená nebo zavřená v kontaktu s druhými lidmi.



Obr.1. Aspekty terapeutické intervence (Erskine a kol., s. 337)

*Therapeutic – terapeutický*

*Relationship – vztah*

*Physiology – fyziologie*

*Fantasy – fantazie, představy*

*Behaviors – chování*

*Affect – vliv, ovlivňování*

*Cognition – poznání*

Juliiny emoce byly potlačeny. Když jsem seděla naproti ní měla jsem pocit, že sedím naproti panence, které se nikdy úsměv nemění. Necítila jsem z ní žádný život, vnímala jsem ji jako prázdnou, odstřiženou od veškerých emocí. Na každou otázku, týkající se jejích pocitů odpovídala přemýšlivě. V průběhu našich sezení neměla žádné potřeby ani pro sebe nic nepožadovala. Měla jsem pocit, že její přání, touhy jsou maximálně skryty. Domnívala jsem se, že s násilnickým otcem alkoholikem a depresivní, pohrdavou matkou bylo prostředí, v němž Julie vyrůstala, ke svobodnému projevení emocí více než nepříznivé. Nejistota a nedostatek sebevědomí byly tak silné, že se naučila své emoce ovládat a potlačovat je. Jako dítě se schovávala v boudě vzadu na zahradě nebo pod dekou, podle svých slov „schovat se tak, aby mě nikdo nenašel“. V dospělosti v tomto chování pokračovala. Schovala se vždy, když se na mě podívala. Avšak moje přítomnost, moje účast a konstantní zájem o ni vytvořil v našem terapeutickém vztahu důvěrné prostředí. Po čase byla schopná se uvolnit a pracovat s emocionálními vzpomínkami.

Na poznání kladla Julie obzvláště důraz a snažila se věcem porozumět a analyzovat je. Přemýšlení byl také jeden ze způsobů, jak odvést pozornost od emocí. Sledovala

jsem její snahu vyhnout se pocitům neustálým analyzováním v průběhu jednotlivých sezení. Nakonec se naučila přestat a dát před přemýšlením prostor a přednost emocím. Mezilidským kontaktům se Julie vyhýbala tím, že utíkala do fantazie, představ. Například, když cítila silnou emoci, začala najednou přemýšlet o svém nákupním seznamu nebo organizaci rodiny. To byl další prostor pro její útěky a schovávání se.

Julie se také prezentovala prostřednictvím svého chování. Byla velmi aktivní. Aby se cítila jako dobrá máma, nabízela svým dětem mnoho aktivit. Přesto cítila pocity viny. Musela mít perfektně uklizený dům, aby získávala ocenění od okolí a vyhnula se manželově kritice. Velkou pozornost věnovala také manželovi, který, podle ní, potřeboval její péči. V zaměstnání byla obětavá vůči pacientům a vstřícná vůči kolegům. Když měla ranní směnu, vždycky přinesla snídani pro celý tým. Nedovedla si představit, že by ji přinesla jen pro sebe, cítila by ohromnou vinu a výčitky. Hluboký pocit viny byl trvalou součástí jejího chování. Výběr profese byl přesný. Byla dokonalou ošetřovatelkou, která pečovala o všechny, kromě sebe. Předstírala, že je ve svém krásném a úspěšném životě šťastná. Neustálé vytváření ochrany před vlastními hlubšími pocity souviselo s opuštěním.

Život v Juliině těle byl bolestný, plný napětí v trapézových svalech, čelistech a zádech. Vytvořila jsem domněnku, že ukryla své emoce, strach, smutek, vztek, stud a rezignaci ve svých svalech. Její tělo vyjadřovalo to, co nemohly vyjádřit emoce. Měla astma a její dech byl často mělký. Následně jsme přišly na to, že její zredukování dechu na maximální možnou míru byla cesta k tomu učinit samu sebe nenápadnou až neviditelnou. Byla to nezbytná obrana proti otcovým nočním alkoholovým návratům domů. Schovávala se pod dekou a zadržovala dech, aby vydávala co nejmenší zvuk.

Juliiny vztahy obsahovaly především soutěživost a „nadadaptace“. Například, když její manžel přišel z práce domů, začala mu překotně ukazovat, co všechno stihla udělat, protože se obávala jeho výčitek. Tuto „nadadaptaci“ často používala i na mě. Když jsem jí položila otázku, překotně odpovídala, občas mi dokonce nabídla tři různé odpovědi, abych si vybrala. Byla pak spokojená a cítila úlevu, že byla schopna uspokojivě reagovat na moji žádost. To nám umožnilo mluvit o její snaze vyhovět druhým za každou cenu a obávám z toho, jak by se cítila, kdyby „nedělala věci správně“.

### **Moje terapeutická práce**

Po čtyři roky jsem trpělivě, a občas i netrpělivě, čekala na sezení s Julií. Citlivě jsem jí pomáhala zvykat si, respektovala jsem její tempo a nabízela jí svoji stálou přítomnost. Vytvořila jsem v našem vztahu bezpečí, které jí umožnilo otevřít víc a víc její emocionální svět. Nabídla jsem jí prožitek spolehnutí se na někoho vyrovnaného, spolehlivého a ochranného. Julie přicházela jednou za dva týdny, což bylo rozhodnutí dozajisté spojeno se vzorem vyhybavé oddanosti (Erskine, 2009; main, 1995).

V průběhu oněch čtyř let jsem měla často pocit, že mi Julie protéká mezi prsty a že mi uniká. Zažívala jsem nepříjemné pocity a chvíle bezmoci, speciálně ve chvílích, kdy na poslední chvíli zrušila naše setkání s odůvodněním, že nemá hlídání a nemohla ve svém diáři najít volno pro nový termín. Nejraději bych ji pak celý měsíc ani neviděla. Cítila jsem bezmoc a taky zlost. Připadalo mi, že ji odmítám, když jí říkám: „Pokud nebudete investovat více energie, řešte si to sama na vlastní pěst!“ Při příštím setkání mi neváhala říct, že setkávání se mnou bylo vlastně docela drahé! Cítila jsem střídavě zlost a vinu. Ale když jsem si vzpomněla na různé psychické funkce scénáře jako je předvídatelnost, identita, kontinuita a stabilita a jak je na ni aplikovat, byla jsem schopna se uklidnit (Erskine et. al., 1999). Pak jsem o Julii vytvořila následující předpoklady. Díky otcovu násilí a matčině opovržení u ní přerušení kontaktu, odmítnutí a zlost přece bylo předvídatelné. Se mnou se vlastně chovala úplně stejně, tak, aby se předvídatelné stalo a aby mě přiměla ji odmítnout. Tento vhléd mi umožnil pokračovat v nabídce nepřetržitého kontaktu a vřelosti. Na každém sezení jsem jí ukazovala, že nabízím pořád stejnou intenzitu v jejím přijímání. Julie pravidelně na každém dalším sezení zapomínala obsah našeho sezení předchozího, zejména když bylo emočně vypjaté a náročné. Zapomínala, jak již dokázala být někomu blízko. Tak moc se toho obávala. Říkala tomu „moje guma“ – guma, která jí umožňovala zapomenout na teror, osamělost, zoufalství a hanbu, které pociťovala jako dítě.

Jak šel čas, bylo pro Julii stále těžší a těžší udržovat přede mnou svoji masku a pod tou maskou si udržovat osamělost. Její osamělost jí dopřávala bezpečí a její ztráta ji ohrožovala. Byla jsem schopna dát Julii klid a vyrovnanou přítomnost, sama získávajíc pocit vnitřního bezpečí. Opravdu jsem se cítila být kompetentní být její terapeutkou, a to díky větším znalostem a dovednostem. Ale především jsem se cítila být integrovanějším člověkem s větší kapacitou být v kontaktu sama se sebou a schopností prožívat vnitřní klid.

Po čtyřech letech přišel den, kdy mi Julie oznámila, že končí s terapií. V té chvíli mě napadlo, že moje stálá přítomnost se pro ni stala destabilizující. Něčím, co pro ni nebylo důvěrně známé a co ji nutilo srovnávat minulost a náš vztah (Erskine, et. al., 1999). Přerušení kontaktu se mnou jí umožnilo zachovat určitou známou stabilitu a identitu – „Julie, buď silná, řiď svůj život sama podle svého a hlavně nedovol ostatním, aby tě dostali, schovej se, neukazuj svoji zranitelnost, všichni jsou nebezpeční!“ To nastalo poté, co jsem využila příležitosti a ukázala jí, že jí na mě záleželo. Demonstrovala jsem svoji účast tím, že jsem převzala iniciativu a řekla jí následující – „Nemyslím, že nastal ten správný čas a ráda bych v setkávání pokračovala.“ Zpočátku se bránila. Byla zlostná, ale já jsem trvala na svém, klidně, ale pevně. Pak jsem uviděla slzy stékající jí po tvářích; slzy úlevy, které říkaly „Viděla jsem/pochopila jsem.“ Kdybych v tu chvíli nenaléhala, cítila by se opuštěně a řekla by si „Dobrá, přestanu zase dýchat a budu pokračovat na vlastní pěst.“ Na konci tohoto sezení byla Julie šťastná, že jsem takový postoj zaujala. Cítila z něj podporu a ochranu. Ale o dva týdny později opět úplně zapomněla na obsah našeho setkání a

smála se tvrdíc, že byla v pohodě. Opět si nasadila svoji masku, aby zapomněla na blízkost našeho posledního kontaktu.

Zásah z mé strany se ukázal být pro terapii podstatným, neboť pomohl Julii otevřít se hlubší emocionální práci. Prostřednictvím vizuálního a fyzického kontaktu se mnou se více otevřela svým emocím – nejdříve smutku, osamělosti a zoufalství, poté strachu a chvění. Fyzickým kontaktem myslím „terapeutický dotek“. Je to prostředek, který někdy při práci s klienty používám, protože jim umožní kontakt s jejich umrtvenými tělesnými pocity a pohřbenými emocemi.

Julie ve svém těle ukrývala pradávno rozhodnutí, které na mě ve chvílích emocionální práce křičela – „Nemůžu se na tebe spolehnout, musím to řídit sama, na vlastní pěst!“ Věděla, že toto rozhodnutí je rozumové, ale v tu chvíli jej byla schopna cítit na fyzické úrovni, tělesně cítit pro ni životně důležitou potřebu mít všechno pod kontrolou a spoléhat se jen sama na sebe. Použila jsem příměr malé divoké kočky, kterou jsem vnímala jako zkrocenou. Odpověděla mi, „To je zvláštní, posledních šest let se snažím zkrotit tu divokou kočku, která ke mně domů pravidelně přichází, ale nikdy se mi to nepodařilo. Trvalo mi šest let, než jsem ji poprvé pohladila!“ Odpověděla jsem, „A my se vídáme pouhé čtyři roky...“ Pobaveně se na mě usmála, ona, která si často stěžovala, že terapeutická práce nepostupuje dostatečně rychle.

Během podzimních prázdnin, s vědomím, že snadno ztrácí kontakt sama se sebou i se mnou, jsem jí poslala zprávu, „Myslím na tebe.“ Chtěla jsem jí tak ukázat, jaký dojem na mě udělala a jak na ni nezapomínám, bez ohledu na dálku mezi námi. Prostřednictvím této zprávy jsem jí ukázala, že jsem zcela nezmizela a že jsem i nadále její součástí, že mě může udržet uvnitř sebe, i přesto, že se vzdalujeme jedna druhé. Chtěla jsem jí dát pocit trvalé vazby. Když jsme se pak po nějaké době potkaly, řekla mi, „Ta zpráva mi dovolila ponechat si tě „trochu víc“ během těch tří týdnů.“ Cíle bylo dosaženo.

Na příštím setkání mi Julie řekla, že se obávala pocitů a měla strach být zranitelná. Její obranný mechanismus jí říkal, „Buď silná, drž si svoji masku nasazenou!“ Obávala se opustit svůj systém přežívání a současně ji vyčerpávalo, jak ve svém každodenním životě poznává, zažívá permanentní rozruch a přizpůsobuje se. Tuto vnitřní rozpolcenost mohla prožívat opravdu poměrně intenzivně. Proto jsem jí navrhla, aby docházela častěji. Její první reakcí bylo odmítnutí. Jako omluvu uváděla finanční důvody. A v ten moment jsem jí řekla; „Chci vás vidět častěji, chci, abyste přišla, jsem hluboce přesvědčena, že je to pro vás dobré. Budeme-li pokračovat tímto tempem, permanentní strach zůstane vaší trvalou součástí. Čím častěji budete chodit, tím menší bude strach.“ A opět jsem použila příměru s divokou kočkou. „Proč jste byla úspěšná se zkrocením vaší divoké kočky? Že by to bylo tím, že jste docházela každý týden?“ Těmito slovy jsem zasela semínka její představy bezpečného trvalého vztahu. Její první reakcí bylo, „Mě nedostanete!“ A přece v ten samý okamžik velmi dobře cítila, že potřebuje chodit častěji. Cítila vnitřní rozpolcenost jako součást pokusu o udržení předvídatelnosti, kontinuity a stability na

straně jedné a zároveň, na straně druhé, to odpovídalo její hluboké potřebě kontaktu, spolu s následnou bolestí a vystavením se strachu ze ztráty. Navrhla jsem jí, ať na chvíli zavře oči a dala jsem svůj prst vedle jejího. Na chvíli jsem se jí dotýkala. Pak jsem svůj prst odtáhla. Cítila vnitřní klid, když jsem u ní byla. Když jsem se od ní vzdálila, začala se opět bát, že se nevrátím. Zajímalo mě to a tak jsem se jejího prstu zase dotkla a nechala ji procítit smutek a vzlykat. Pak jsem zkusila následující experiment. Opakovaně jsem se jí dotýkala, jen krátce jsem odtahovala svůj prst, znovu jsem se jí dotkla, ale s delší a delší pauzou mezi dotyky. Řekla mi, „Je to horší, když jsou mezi dotyky delší pauzy.“ Pak přidala chápavý úsměv, „Pochopila jsem váš vzkaz, budu chodit častěji.“

V průběhu následujících sezení jsem Julii doprovázela, když pendlovala mezi přiznanými pocity a útočištěm ve své, známém úkrytu. Sledovala jsem ji, ptala se, pomáhala jí převádět vnitřní zkušenost do slov a občas jsem přidala i tu svoji. Podporovala jsem ji při jejím balancování mezi hlubokými emocemi a jejími obranami. Když byla ve svém útočišti, bylo to klidnější, i když pořád ještě skličující, tyranské, despotické. Nicméně, toto útočiště nebylo tak zlé jako její hluboké cítění, prožívání, emocií. Její dech byl povrchní. Povzbuzovala jsem ji k tomu, aby za své útočiště byla vděčná. Schválila jsem jí to, což přispělo k tomu, že Julie přišla s termínem „kymácející se bublina“. Začala plakat. Po chvíli odpočinku v její bublině jsem se jí zeptala, zda by byla ochotná vystrčit ze své bubliny jednu ruku. Souhlasila. Položila jsem svoji ruku na její. Poté Julie pendlovala sem a tam mezi bytím tady a teď (v přítomnosti) s kontaktem a prožíváním a mezi přemýšlením o něčem úplně jiném, co ji rozptylovalo; mezi prožíváním intimity a cítěním a útekem do útočiště fantazie. Když byla v přítomném okamžiku a kontaktu, bojovala mezi chtěným prožíváním mé přítomnosti a jejím rozhodnutím zvládnout vše sama, podle hesla: „nedovol jí to.“

Tato sezení jasně ukazují naši práci pomocí modelu „Já ve vztahu“, jak Julie i nadále prokazovala svůj vliv, poznávání, tělesné pocity, chování a fantazii. Nicméně už to byla jiná Julie, než ta žena, která přišla na naše první setkání. Tohle byla Julie s otevřenými a přístupnými doménami (oblastmi), které byly vytvořeny díky mé přítomnosti a stálosti v naší práci.

Povolení být se mnou v kontaktu však přineslo Julii dva strachy. Prvním byla obava z toho, že náš vztah navždy skončí a ona zůstane zase sama. Na předvídání ztráty a osamělosti byla totiž zvyklá. Vytvořila jsem předpoklad, že dítě v ní ukryté, z nedostatku jistoty bezpečného kontaktu, nemůže přijmout mou konstantní přítomnost a místo toho se zuby nehty drží emocionálních vzpomínek na nepřítomnost. Druhá obava pramenila z nejistoty, že její pravé já by nemuselo odpovídat mému očekávání – že bych ji mohla odmítnout, zavrhnout. V obou případech se odráželo to, co znala až příliš dobře – přerušování kontaktu a osamělost. Třetí možností původu jejího strachu, toho, který by pro ni mohl být vůbec nejhorší, byl její strach z pocitů, které by se mohly objevit díky tomu, že je se mnou v kontaktu. Její myšlenku jsem sdílela. V tomto boji jsem ji doprovázela. Byla jsem s ní pouze

v přítomnosti a nechala jsem ji jít tam, kam chtěla. Cílem pro ni bylo integrovat moji bezpodmínečnou stálou přítomnost bez ohledu na to, zda se mnou v kontaktu byla, či nikoli.

## **Závěr**

Při psaní o mé práci s Julií jsem doufala v předání hloubky a síly modelu „Já ve vztahu“ tak, jak mu rozumím a jak jsem ho použila při práci s Julií. S každým klientem používám tento model různě a přizpůsobuji jej jejich individuální cestě a práci se mnou. Tento model může být jako terapeutický nástroj použit různými způsoby. Například jako diagnostický nástroj, který umožňuje pozorování schopnosti osoby být v kontaktu za pomoci zjištění míry jeho otevřenosti, či zavřenosti v daném kontaktu; jako nástroj, který umožňuje vytvoření léčebného plánu; jako nástroj, který umožňuje jak terapeutovi, tak i klientovi sledovat vývoj práce a vyhodnotit, čeho již bylo dosaženo a čeho je třeba ještě dosáhnout.

S Julií nyní pokračujeme v našich sezeních v trvalejším tempu, třikrát za měsíc. Tohle tempo jí vyhovuje! Větší důvěra v našem vztahu jí pomohla objevit novou emoci – hněv – a odvážit se ji použít ve svém každodenním životě, použít ji k prosazení sebe sama a pomoci jí říci ne, když, například, nesouhlasí s manželovou kritikou, nebo jako reakci na kamarádčino jednání, které jí ubližuje. Julie postupně objevuje svůj „dospělý hněv“ ve vztazích tady a teď. Postupně získává náhled a zkušenost s tím, že prosadit se není tak nebezpečné, jak si vždycky představovala a že reakce druhých nejsou tak prudké, jak o tom byla vždy přesvědčena. Naopak, že její „dospělý hněv“ je poměrně dobře přijímán. Nicméně, pořád má ještě přístup k hněvu ve světě svého dětského ega. Tato zlost je potlačena strachem. Zatím jsem to byla já, kdo během jednoho sezení vyjádřil vztek nad chováním jejích rodičů, které ji tak ovládlo a podrobilo si ji. Toto zhmotnění jí dopřálo uvědomit si hněv, který v sobě má obsažený v hrdle, čelistech, aniž by byla schopna jej v daný moment projevit. Její fyziologie a chování stále vyžadují pozornost a integraci. Ačkoli je kognitivně schopna rozumět zlobě v dítěti v ní ukrytém a má představy o jeho vyjádření, je potřeba ještě pracovat na plné integraci ve všech oblastech týkajících se pocitů zlosti.

Po delším období přerušení kontaktu se mnou, např. po vánočních prázdninách, pokračuje v tom, že kompletně zapomíná na obsah našich předchozích sezení, zejména co se týká vztahu mezi námi dvěma a našeho propojení. Přistihla jsem ji, jak mi s ledovým úsměvem říká, že vlastně ani neví o čem má mluvit, že se jí zdá být vše v nejlepším pořádku. Jsem to já, kdo jí nakonec musí připomenout, kde jsme byly a co jsme řešily před prázdninami. Jsem to já, kdo probouzí její paměť, jemně a shovívavě. Jsem to já, kdo jí připomíná, že trvalost změny ještě nenastala. Já to omluvím, ale je škoda, že toho není schopna a že má pořád obavu z mé reakce.

S Julií jsem se hodně naučila a pořád se učím umění pomáhat vytvářet bezpečný rámec pro člověka, který sám sebe chrání pomocí útěků a hradeb. Díky Julii jsem se naučila základům držení těla v neustálé přítomnosti, i když dotyčný spojení, kontakt přeruší. Naučila jsem se důležitosti důvěry v procesu propojování. To pro mě na začátku naší práce bylo velmi obtížné, sama jsem s napojováním měla potíže, které byly velmi identické s těmi Juliinými. Ona nám pomohla propojit naše potíže navzájem, například když náhle zrušila sezení bez možnosti ho nahradit. V důsledku toho jsem se často cítila bezmocná, ztracená, vinná za to, že na tom není lépe a propadala jsem úzkosti. Měla jsem pocity ztráty kontroly a cítila jsem vůči ní zlost. Strašně moc jsem jí chtěla říct, „Jdi a vyřeš si to po svém, když nejsi ochotna do toho investovat víc energie!“ Tyto pocity mě napadaly mimo naše sezení. Když pak seděla naproti mně, tyto pocity zmizely a já se cítila být hluboce dojata touto ženou a malou holčičkou, která se uvnitř ní schovávala. Nicméně potřebuji podporu sama pro sebe mimo jednotlivá sezení, s cílem nenechat se znovu přepadnout jakýmsi zoufalstvím a rezignací, které obojí patří do příběhu o mě samotné jako o malé holčičce.

Při sdílení své práce s Julií jsem rovněž sdílela část sama sebe i svoji minulost. Vlastně jsem nastoupila do výcviku v integrativní psychoterapii zhruba ve stejnou dobu, kdy do mé kanceláře vešla Julie. Během těch několika let jsem musela paralelně zvládnout podobnou práci jako ona a najít bezpečné upevnění uvnitř sama sebe. Musela jsem se naučit dovolit několika lidem, aby mě podporovali a doprovázeli po dlouhou dobu – terapeutům a supervizorům, mužům a ženám – kterým jsem se musela naučit věřit a kteří byli schopni mě zkrotit. Čelila jsem bolestivým pradávným pocitům, kterým jsem se pečlivě vyhýbala, strachu být tady pro druhé a dovolit druhým, aby tady byli pro mě. Díky jejich bezpodmínečné podpoře a konstantní přítomnosti mi tito lidé dovolili udržet si naději pro případ, že bych to všechno ztratila a jejich důvěra a přítomnost po mém boku mi umožnila věřit sama sobě. Děkuji jim za to. Byla jsem díky nim schopnější prohloubit svůj odraz v procesu propojování a hlavně tuto schopnost lépe rozvíjet a cítit ve svém nitru. Výsledkem je, že jsem byla schopna sdílet svoje napojení na Julii a propojení s ní a poskytnout jí konstantní přítomnost pro její prožívání, cítění, poznávání, tělesnost, chování, duchovno a představy tak, aby zažila hlubší kontakt sama se sebou, se mnou a s druhými.

## **O autorce**

Valérie Perret žije a pracuje v Donneloye, malé vesnici ve Švýcarsku. Má certifikaci jako transakční analytik – poradce, lektor a supervisor a je certifikovaným integrativním poradcem. Má soukromou praxi a pracuje s dospělými v individuální, skupinové a párové terapii. Rovněž poskytuje výcvik a týmovou supervizi v několika institucích duševního zdraví.



## Odkazy

Erskine, R. G. (2009). *Life Scripts and Attachment Patterns: Theoretical Integration and Therapeutic Involvement*. Transactional Analysis Journal, Vol. 39 (3), 207-218

Erskine, R. G., Moursund, J. P., Trautmann, R. L. (1999). *Beyond Empathy: A Therapy of Contact-in-Relationship*. Philadelphia: Brunner/Mazel.

Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1997). The Process of Integrative Psychotherapy. In R. G. Erskine (Ed), *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles* (pp. 79-95) San Francisco: TA Press. (Original work published 1993)

Main, M. (1995). Recent studies in attachment: Overview with selected implications for clinical work. In S. Goldberg, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment theory: Social, developmental and clinical perspectives* (pp. 407-474). Hillsdale, NJ: The Analytic Press