

Limity Archeologického pohledu

Paul L. Wachtel: This is a chapter excerpt from Guilford Publications.

Relational Theory and the Practice of Psychotherapy

Copyright © 2008

Ve svém dopise Stefanu Zweigovi Freud v roce 1931 napsal: „obětoval jsem hodně své sbírce řeckých, římských a egyptských starožitností a přečetl jsem více knih o archeologii, než o psychologii“. Archeologie byla Freudova veliká záliba a byla také základem pro jeho teorii, na které popsal osobnostní rysy jedince.

Archeologickým pohledem se rozumí struktura mysli, která je rozložena na vrstvy a kde starší vrstvy jsou „uloženy“ hluboko uvnitř nás a tím, že jsou dost hluboko, nemají možnost být ovlivněny novými zkušenostmi nebo událostmi. Pokud na to nahlédneme takto, pak je psychoterapie vlastně odkrýváním jednotlivých vrstev a zkoumáním jejich vzájemného vlivu. V tomto výňatku z knihy se autor pokouší vysvětlit cyklicky kontextové paradigma, které vlastně vychází z této Freudovy myšlenky a volně na ni navazuje.

Tento směr přemýšlení a uvažování říká, že jakékoli nové myšlenky, pocity a prožívání jednotlivých událostí je ovlivněno našimi dřívějšími emocemi a zážitky. Není to ale jediný aspekt, je to samozřejmě součástí většího kontextu například kulturního, ekonomického, rasového a dalších vlivů prostředí, která jsou součástí teorii vztahů.

Tato, stejně jako „archeologická teorie“ má i své kritiky, jako třeba Spence, Atwooda, Storolowa nebo Bluma. Kritizovali především jednoduchost archeologického modelu a také to, že je pro moderní zkoumání psychologie jednotlivce nedostačující.

Teorie archeologie naznačuje, že jedinec ve snaze odkrýt jádro, musí začít od těch nejvyšších vrstev své osobnosti. Podle Freudovy teorie se některé rysy, fantazie a touhy mění podle vývoje jedince, ovšem starší části naší mysli jsou izolované od ega ovlivňovaného realitou a zůstávají ve své původní a nezměněné podobě. Podle Freuda nerostou, ale „množí se ve tmě“.

Postupem času se archeologická metoda vyvíjela podle nových myšlenek a názvů, které byly třeba „vývojový stupeň“ apod. Dále, některé teorie a jiní myslitelé uvádějí, že způsob chování člověka nemá jen kořeny v určitém období vývoje, ale že tam ve skutečnosti zůstává.

Z tohoto důvodu autor textu zavádí pojem cyklicky kontextový model, který nejenom zkoumá cyklické procesy, ale dává je také do kontextu. Popisuje příklad dvou dětí, z nichž jedno je uzavřené a to druhé hravé a veselé. Obě děti budou v průběhu života a dospívání vyhledávat ty stejné emoce od ostatních a budou je očekávat. Hravé dítě bude negativní odpověď brát jako součást hry a bude se dále snažit o pozitivní reakci. Uzavřené dítě tento signál pochopí, jako výzvu, aby přestalo. Pokud se na obě děti podíváme v dospělosti, jedno bude veselé a přátelské a to druhé bude uzavřené a nejisté samo sebou. Do vývoje připočítejme učitele, partnery, osobnosti,

události apod. Pokud tyto ostatní aspekty nezapočítáme, nemůžeme pochopit vývojový proces daných jedinců.

Aby terapeut byl schopen proniknout k jádru jedince, musí vytvořit takové prostředí, ve kterém jedinec bude schopen tyto vrstvy sám odkrývat. Nejlépe pomoci přesných dotazů. Vždy reagujeme přímo na to, co se momentálně děje a to nelze bez uvědomění si, jak to tvaruje naše vnitřní já, které je založeno na dřívějších prožitcích.

Jeden z největších objevů na půdě vývojových studií za poslední desítky let je teorie připoutání (attachement). Říká, že je možné spatřit určité vzorce již u malého dítěte, a které je možné vysledovat až do dospělosti. Je to jakési lpění nebo přilnutí k těmto vzorcům. Dítě má zpravidla jednu matku a jednu rodinu po celý život a právě matčina charakteristika a její chování k dítěti ovlivňuje dané dítě po celý život. Dítě, jehož vnitřní pracovní model ho vede k tomu, že předvídá citlivou a pozornou reakci na své potřeby, se pravděpodobně bude chovat ke své připoutanosti jinak než dítě, které se naučilo obávat se nepředvídatelné nebo nepřiměřené reakce nebo se naučilo, že je nejbezpečnější odvrátit se a snažit se minimalizovat své potřeby připoutanosti. **V** důsledku toho je pravděpodobné, že chování připoutaného jedince se bude nadále lišit vůči šťastnému dítěti než vůči dítěti, jehož zkušenosti s připoutaností byly kompromitovány. Reakce na dítě, které je spokojeno s tím, že potřebuje rodiče, a je potěšitelně ujištěno o jejich přítomnosti, je další citlivá reakce ze strany rodiče mnohem snazší než reakce na dítě, které s tím bojuje, že tyto potřeby ukazuje nebo je prožívá („vyhýbání se“ nebo „odmítnuté“ dítě).

Minulost není důležitá, jako konečný referenční rámec pro současnost, ale jako to, co nás nastartuje na konkrétní cestu. To, co nás na té cestě potká, se pak stane naším osudem.

Během mládí a dospívání se náš mozek neustále vyvíjí. Stále jsme ovlivňováni vším výše uvedeným. Některé události mohou způsobit trauma. Lidé, kteří zažili traumata, například projevují různé způsoby chování, které mají další významný dopad na jejich vztahy s ostatními. Ovlivňují i další život jedince a způsoby reakce a chování. Prožitá trauma také dává předpoklad k nenadálému a nekontrolovatelnému výbuchu emocí.

Autor popisuje příběh pacienta Richarda, který vyrůstal v prostředí, kde nedostával mnoho skutečného ujištění o sobě sama a byl obětí drahého a extravagantního stylu života svých rodičů, kteří na něj neměli mnoho času. I přesto, že většina věcí, co mu říkali, byla pozitivní, byl spíše kladen důraz na image rodiny než na skutečné pocity. Z Richarda vyrostl společenský člověk, který byl velmi oblíbený, milý a přátelský, ovšem měl problém s tím, pustit si lidi k tělu a mluvit o svých emocích, protože si jimi sám nebyl jistý. Později se tyto problémy objevily i v jeho milostném životě, kdy jeho vztahy byly založené na tom, že při jakémkoli záchvěvu problému bral Richard své partnerky na drahé večeře, na drahé dovolené a kupoval jim drahé dárky, později ho ale všechny opustily a další problémy vedly až ke ztrátě prožívání intimity apod. Celé to bylo zaviněno Richardovým malým či žádným sebevědomím, myslel si, že jinak než penězi ženu zaujmout nemůže. Po dlouhé terapii nakonec všechny problémy spolu se svým terapeutem rozklíčoval. Ukázalo se, že Richarda ovlivňovaly zajaté

vzorci z jeho dětství a že nové emoce, zážitky, prožitky ho neovlivňovaly, protože nepřipustil, aby měly k těmto vnitřním vzorcům přístup.

Na dalším příkladu pacienta autor popisuje ironii a záměr. Pacient se jmenuje Edward a připadá si jako „stéblo ve větru“. Terapii lze zjistit, že od malička se Edward snažil každého jen potěšit a vyjit mu ve všem vstříc. Je ironie, že poté nakonec on zůstal osamocen a bez uspokojení svých potřeb. Opět je možné vysledovat tyto vzorce do jeho dětství, které formovala jeho rodina.

Podobný případ jako Edward je i Marina, která má strach ze vzteku, avšak propuká záchvatům výbuchu vzteku. Po návalu všech emocí se často ptá sama sebe „Co to se mnou je? To nejsem já!“ a tápe, proč se tomu tak děje. Opět bychom mohli vysledovat příčinu v jejím dětství a izolaci od nových zážitků.

Všechny tyto rysy chování a povahy jsou vysledovatelné a pochopitelné, pokud se na jedince díváme jako na celek.

V otázce přístupu k terapii jako takové vzniká rozpor třeba v případě Biona, který terapeuta/ku vykresluje jako prázdný „přenašeč“, na který pacient projektuje své pocity bez toho, aby terapeut/ka jakkoli do diskuze přispěl/a. To, co se může zdát z pohledu jednoho terapeuta jako selhání či neúspěch, může se druhému zdát jako pacientův úspěch, že ze sebe dokázal vydat a projevit vše ze svého nitra. Stejně, jako je názor obou terapeutů odlišný, stává se díky cyklickému kontextu i pacientův „pocit“ nebo „motiv“ odlišným.

Ve výsledku se každá terapie zakládá na stále stejném základě. Dalo by se to popsat jako „nové víno ve staré láhvi“, kdy základní myšlenka zůstává, pouze se naplňuje a upravuje novými nápady a myšlenkami.