

## **Integrative Psychotherapy 'Revisited'**

Integrativní psychoterapie 'zrevidována'

**Marye O'Reilly-Knapp**

International Journal of Integrative Psychotherapy, Vol. 7, 2016

Překlad: Lukáš Franc

Poznámka: Hlavní pojmy článku překládám následovně: Inquiry - dotazování, Attunement - naladění, Involvement - angažovanost

### **Abstrakt:**

Tento článek se zabývá aspekty teorie a metod integrativní psychoterapie, jak o nich psali a pojednávali Richard G. Erskine, PhD a další. Případová studie poukazuje na využití integrativní psychoterapie jako základu pro terapeutické intervence, které klientovi umožňují interpretovat ranné zkušenosti se vztahovými selháními prostřednictvím psychoterapie založené na vztazích. Revize teorie a metod integrativní psychoterapie sloužila k dalšímu potvrzení jádra IP a její hodnoty jako soudržné a komplexní psychoterapie.

**Klíčová slova:** integrativní psychoterapie; případová studie; vztahová psychoterapie

Jak končím svou klinickou praxi, moje myšlenky mě vedou k teorii, kterou jsem přijala v mé práci psychoterapeuta. Když jsem poprvé začala pracovat, používala jsem kombinaci psychoanalýzy, gestaltu a transakční analýzy. Když jsem se připojila k výcvikové skupině v New Yorku, kterou vedl Richard G. Erskine, PhD a pak o šest let později k semináři profesního rozvoje, byla jsem pohlcena teorií a metodami integrativní psychoterapie. Bylo to jako kdyby se otevřely dveře a já byla na místě, kde jsem se mohla učit být nejlepší, jaká mohu být a pracovat s klienty v rámci úctyhodného a mocného terapeutického rámce. V loňském roce jsem začala znovu číst a pečlivě zkoumat různé práce v integrativní psychoterapii, posuzující hlavní principy, které jsou vlastní její teorii a metodám. Tato hloubková studie mi poskytla hlubší ocenění její komplexní teorie a metod založených na zdravých etických principech. Tento článek se věnuje teorii a metodám integrativní psychoterapie s případovým příkladem, který ukazuje, jak využívám integrativní psychoterapii jako východisko pro terapeutické intervence.

Pro každou teorii je nutná perspektiva. Teoretický rámec poskytuje myšlenkám strukturu. Prostřednictvím svých spisů Richard Erskine nabídl jak perspektivu, tak rámec a vyvinul stručné a systematické základy principů (Erskine, 1997; 2015) potřebných pro psychoterapeuty, aby pracovali v terapeutickém vztahu. Jako teorie, je integrativní psychoterapie komplexní teorie, která znamená, že myšlenky jsou organizované, souvislé

soustavy konceptů a vzájemné vztahy mezi nimi poskytují popisy, vysvětlení a předpovědi událostí. Organizace teorie v osobnostním paradigmatu, zaměřeném na vztah a motivačně orientovaném, dává klinikovi silný a užitečný rámec pro terapeutické přístupy. V teorii a metodách integrativní psychoterapie existují principy a hodnoty týkající se hodnoty lidských bytostí, významu kvality života, významu vztahů a podpora psychologického růstu prostřednictvím vztahové psychoterapie. S důrazem na integraci osobnosti, Erskine (1997) píše: Pomáhat klientovi, aby si uvědomil a přizpůsobil obsah svých ego stavů, rozvíjel vlastní identitu, která snižuje potřebu obranných mechanismů a životních scénářů, a znovu se zapojit do světa a vztahů naplno. (str. 1).

Integrace také odkazuje na syntézu hypotéz z afektivních, kognitivních, behaviorálních, fyziologických, vývojových a vztahových teorií. Integrativní psychoterapie vyvinutá Erskinem (1997) je zakořeněna v "mnoha pohledech na lidské fungování: psychodynamické, na klient-orientované, behaviorální, rodinná terapie, gestalt terapie, Reichem ovlivněná tělesná psychoterapie, teorie objektových vztahů, psychoanalytická psychologie self a teoretické koncepty a nápady Erica Berne "(s. 1). Z tohoto základu byly vytvořeny klíčové koncepty, které slouží jako základ integrativní psychoterapie.

Rámec integrativní psychoterapie obsahuje složky teorií motivace a osobnosti a psychoterapeutické metody dotazování, naladění a angažovanost. Zapojené do motivace jsou biologické potřeby hladu, potřeba zásobení mozku a těla; strukturální hlad, organizování vjemových zážitků; a vztahový hlad, hlad po lidském kontaktu (Erskine, 1997). Teorie motivace hovoří o potřebách lidského bytí jako o podnětech, struktuře a vztahu. Toto se stává měřítkem pro určení potřeb kolem stimulace, organizování vjemových zážitků a spojení s terapeutem a ostatními. Teorie motivace poskytuje porozumění lidskému fungování a metaperspektivě, která zahrnuje a sjednocuje teorie osobnosti a metod (O'Reilly-Knapp & Erskine, 2003). Teorie osobnosti se věnuje psychice a poskytuje cestu k práci se stavy ega, introjekcemi, vývojovými fixacemi a životním scénářem. Metody dotazování, naladění a angažovanosti definují kroky potřebné v terapeutickém procesu. Kombinace teorií motivace a osobnosti spolu s metodami dotazování, naladění a angažovanosti poskytují operativní rámec pro psychoterapii.

Z tvrzení mého kolegy, Anna vešla do mé kanceláře a prohlásila, že se chce dozvědět více o sobě. Byla v terapii už dvakrát a objevila, že její deprese je zakořeněná v dětství, kde žila v nefunkčním rodinném systému. Na úvodním sezení mi řekla, že její matka byla alkoholikem, už když Anna byla malé dítě a že si moc nepamatuje na pití její matky. Krátce se zúčastnila ACOA, podpůrné skupiny pro dospělé děti alkoholiků. Uvědomila si, že potřebuje něco "více", co by ji posunulo přes necitlivost, kterou stále zažívala, a nedostatek vzpomínek na část jejího dětství a dospívání.

Předpokládala jsem, že její předchozí terapie byla kratší, s cílem porozumět tomu, že člověk může jednat jinak, oproti dlouhodobějšímu cíli, jak pracovat prostřednictvím vzpomínání s pocity. Přemýšlela jsem, zda Anna "nejvíce" touží řešit konflikty a bolestivé zkušenosti, které je třeba si prožít, aby se vymanily z obranných postojů, které si vytvořila, aby se ochránila. Na počátku jsem zjistila, že chci zasáhnout a vzít ji za jakékoliv bolestné vzpomínky, které v sobě držela a s nimiž se měla v terapii střetnout.

Prvním krokem v setkání s Annou bylo začít strukturovat náš vztah. Moje pozornost byla zaměřena na zajištění bezpečného prostředí, kde by se mohla cítit v bezpečí a začala

důvěřovat našemu vztahu. Dávání jí mé nedělitelné pozornosti, poslouchání jejích požadavků, respektování jejího boje a domlouvání času setkání, byla součástí struktury prvního setkání. Řekla mi, že je dobře organizovaná a že je hrdá když se o sebe sama postará. Předpokládala jsem, že používá strukturu jako způsob, jak zvládnout svou potřebu podnětů a kontaktů. Při práci s Annou se náš vztah stal základem pro prozkoumání vztahů, které měla v původní rodině, stejně jako jejích současných kontaktů s rodinou a přáteli. Vztah mezi terapeutem a klientem byl jádrem naší práce na presentovaných konfliktech, přesvědčeních o sobě a ostatních, jak používá dnes copingové strategie založené na zkušenostech z minulosti, na vědomí závěrů a rozhodnutí, které učinila, stejně jako na zažitých pocitech.

Vzhledem k tomu, že proces byl dlouhý a často bolestivý, bylo zásadní, aby byla Anna "udržována" v terapeutickém vztahu, aby pracovala skrze to, co bylo zapamatováno, k tomu, co bylo cítěno . Podíl zahrnující mou přítomnost - nepodmíněná pozitivní pozornost a přijetí Anniných zkušeností - což usnadnilo proces integrace. Když byla potichu, byla jsem tam s jejím tichem. Když se na mě zlobila, byla jsem tam, abych jí pomohla znovu se se mnou propojit . Annina práce v terapii zahrnovala její "bytí" ve všech oblastech fungování – v kognitivním, afektivním, v chování a fyziologickém. Práce s tělem jí pomohly dozvědět se o poselstvích, které jí její tělo posílalo. Tato práce se objevila zkoumáním tělních gest, tuhnutí těla, dechových vzorců, pohybu těla, zábran, manýrů, které poskytovaly materiály pro hodnocení a interpretaci. Použití tělesné práce, abreaktivních událostí, vyjádření emocí spojených s potlačeným materiálem - vše užitečné při sestavování jejího vyprávění. Její náhled přinesl smysl jejím zkušenostem.

### **Využití dotazování, naladění, angažovanost**

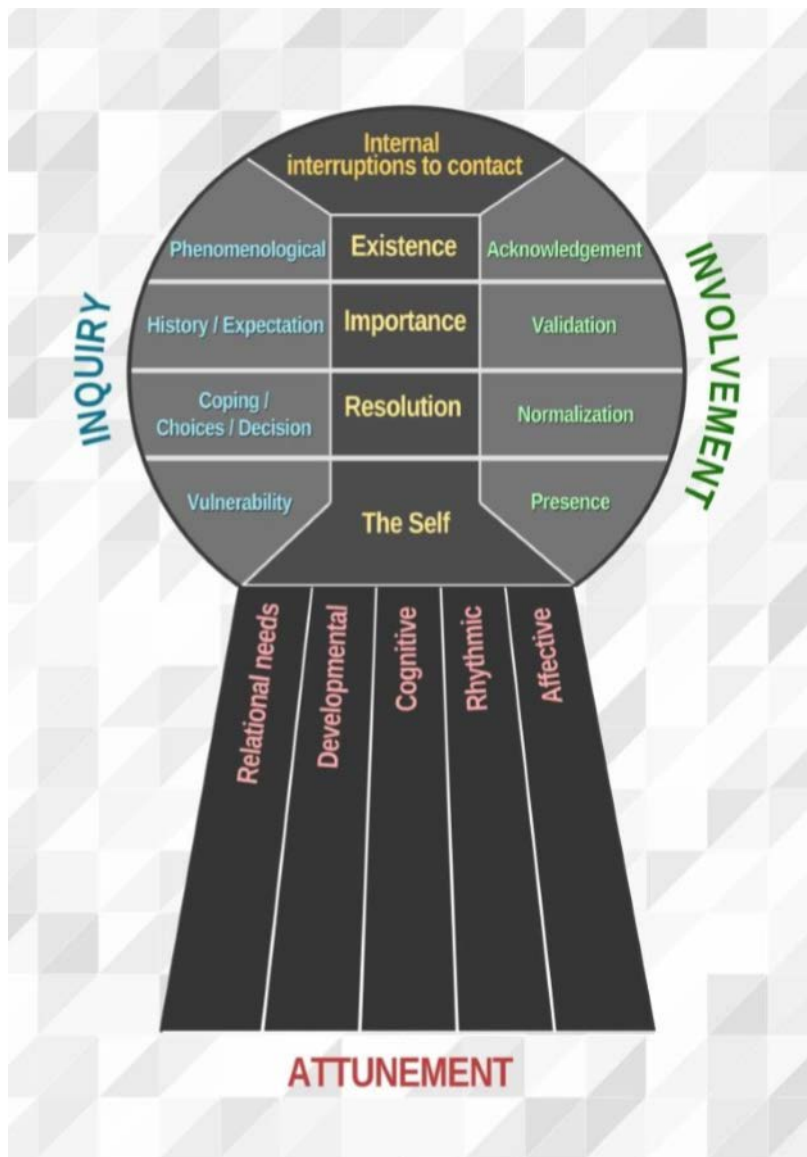
Někteří popisují terapii jako cestu, sebeobjevení, dobrodružství, kde se používá dotaz. V prvních několika měsících setkávání začalo dotazování Anniných subjektivních zážitků proces, ve kterém se o sobě více dozvídala. Dotazování bylo cestou k rozšíření vědomí (Moursund & Erskine, 2004).

### **Dotazování**

Fenomenologické dotazování se zaměřilo na setkání s Annou v terapeutickém okamžiku, ať už byla kdekoli, kognitivně, afektivně, na chování a fyziologicky. Otázky ji pozvaly, aby se dostala do kontaktu s jejími myšlenkami, vjemy, pocity, archaickými obranami, vztahovými rušeními jak minulými, tak současnými, copingovými strategiemi a zranitelností. Dotazování umožnilo rozšíření sebeuvědomění. Čas v Annině terapii byl využit na rozpomenutí se na její první roky života, uvědomování si, že její matka ji zanedbávala, spojování jejích pocitů a tělesných vjemů s jejími zkušenostmi, připomínání jejích snů a fantazií, identifikování jejích vztahových potřeb, porozumění jejím copingovým vzorům. To všechno při využívání jejího vztahu se mnou, aby se vyrovnala s rozdíly mezi minulostí a „tady a teď“. Mohla tolerovat intenzitu terapie tím, že jsem tam s ní. Teď už nebyla sama a mohla ve vztahu ke mně pochopit a držet její minulost. Například si uvědomila, jak byla zanedbána a že neměla prostředky jako dítě, aby získala to, co potřebuje. Cítila hlad, fyzický i psychologický, že nedostala potřebnou potravu od své matky. Zažila si svůj pláč o pomoc, kdy na ni současně matka křičela. Uvědomila si hanbu, kterou utrpěla, když se spolužáci posmívali jejím špinavým vlasům a oblečení a vypořádala se s tímto ponížením v terapii. Byly chvíle, kdy mé

dotazování Annu zmátlo a dočasně narušilo propojení, které jsme spolu měli, a tak jsem couvla a řešila, co zažívala interně.

Celý proces dotazování posiluje vyvíjející se já a také rozvoj vztahu s "jiným", v tomto případě terapeutem. Při práci s Annou dotazování řídilo proces kontaktu ve vztahu. V dotazování je důležité si pamatovat interní přerušení ke kontaktu. Klíčová dírka (Erskine, Moursund, Trutmann, 1999), jak je vidět na obrázku 1, umisťuje tyto přerušení do každé z oblastí dotazování - fenomenologické, historie / očekávání, copingové a zranitelnosti.



Obrázek 1 – Klíčová dírka

Čtyři rozměry dotazování ve vztahovém kontextu obohacují obnovovací proces. Spojení fenomenologického dotazování s existencí dává náhled do klientova vnímání a života. Pro Annu to znamenalo, že by mohla prozkoumat své vnímání, aniž by zpochybňovala realitu toho, co zažila. Význam přerušení kontaktů a pokusy klienta vyřešit konflikty tím, že v

jakékoli situaci použije copingové strategie jak nejlépe umí, dává přímou informaci o tom, kolik důvěry bylo kladeno na význam zkušeností a jak byly problémy vysvětlovány a jak se je pokusila vyřešit. Anna dokázala prozkoumat důležitost svých potřeb a obrovské slevování z těchto potřeb. Začala dávat dohromady své pokusy vyřešit její potíže a copingové prostředky, které používala v minulosti a dokonce i současnosti. Poslední oblast v této části dotazování, zranitelnost svého vlastního já, umožnila pokračující soustředění na kontakt s Anniným já a proměnou její identity.

Až když se Anna dozvěděla o svých vztahových potřebách a o tom, jak zanedbávání jejími rodiči ovlivnilo její život, až když cítila úzkost, která šla s těmito vzpomínkami, až tehdy mohla začít chápat, o čem je její bolest a necitlivost. Vztahové potřeby, které byly upozaděny nebo odmítnuty, byly přeneseny zpět do jejího povědomí. Prošla smutným procesem - ztrátou potřebné matky a zničením své staré identity. V důsledku konzistentnosti, důvěryhodnosti a spolehlivosti vztahu se mnou začaly semena vysázená od počátečních sezení přinášet plody. Když mi začala věřit, více věřila i sobě. Anna si začala vážit sebe sama jako člověka, který měl účel a hodnotu. Její sebehodnota ji posílila, aby se pohybovala mezi svými archaickými odpory a stala se více osobou, kterou skutečně byla.

Dotazování ve stylu "Jak?" zahrnovalo úctu k vnímání Anny, usnadňovalo smysl pro kontakt mezi námi a rozšiřovalo její povědomí o vnitřních zkušenostech a pocitech. Počáteční dotaz obsahoval otázky týkající se problémů a symptomů, které klient představil: Co vás sem dnes přivádí? Povězte mi o sobě. Co byste ode mě chtěla? Jak léčba pokračovala, fenomenologické dotazování - hluboké prozkoumání zkušeností Anny - bylo v popředí naší práce. Jaké je to pro Vás právě teď?

Co se děje uvnitř vás? Co vám vaše tělo říká? Co cítíš? Transferenční dotaz mi pomohl pomoci Anně při uvědomování si vnitřních a vnějších narušení kontaktu a vyřešení jejich pocitů. Při popisu "psychoterapie přenosu" Erskine (1997) považoval přenosy za: *"... minulé, vývojové potřeby, které byly zmařeny, a obrany postavené kvůli kompensaci; odpor k úplnému zapamatování a paradoxně, nevědomé přijetí dětských zkušeností; vyjádření intrapsychického konfliktu a touha dosáhnout intimity ve vztazích; nebo vyjádření univerzální psychologické snahy o organizaci zkušeností a vytvoření významu"* (str. 143).

Znalost přenosu a mé vlastní protipřenosy mi umožnily jasně řídit práci s Annou. V jednom momentu sezení jsem měla ten pocit vyděšené holčičky. Pak jsem se jí zeptala, jestli někdy dostala facku. Anna mluvila o tom, jak netrpělivá bývala její matka, když šlo o ní. Podívala se na mě a zpočátku řekla, že nikdy nedostala facku. Pak se její oči rozšířily a celé tělo ztuhlo. Pak vyprávěla o své matce, jak si bere kartáč na vlasy a udeří Annu přes tvář. Bylo to, jako kdyby její tělo uchovávalo paměť, potlačená zkušenost byla přenesena ke mně a já jsem cítila představu, jak ji její matka napadla. Smutné, vyděšené a rozčilené pocity spojené s touto představou se staly součástí Annina zpracování skrze vzpomínání spojené s pocity. Protipřenos jako součást mého dotazu mi umožnil spojit se s Annou a usnadnit její uvědomění. Například mé tělo tuhlo, zatímco Anna popisovala, jak jí matka dává ránu.

## Naladění

Další součástí metod integrativní psychoterapie je naladění, "kinestetické a citové vnímání druhého" (Erskine, 2015, s. 17). Zde je hluboká úcta k druhému. Přízpůsobení zahrnuje být

otevřený a reagující na rytmické, kognitivní, afektivní, vývojové a vztahové potřeby (Erskine, Moursund, Trautmann, 1999). Posouzení kognitivní a emoční disonance, rytmické reakce, vývojové fáze a vztahových potřeb je součástí toho, čemu je třeba věnovat pozornost při práci s klientem. Několik otázek, které je třeba řešit v této oblasti, zahrnuje: Jaký odpor je zažíván kognitivně a / nebo emocionálně? Je tempo příliš pomalé nebo příliš rychlé? V jaké fázi vývoje je klient? Co potřebuje klient v tuto chvíli? Naladění mi poskytlo prostředky na další porozumění klientovi a poskytnutí rezonující odpovědi. V naší práci bylo Annino myšlení často zkruseno kvůli nejasnostem.

Zaměření se na její pocity jí dovolilo, aby si pak své myšlenky zasadila do svého emocionálního stavu a snížila tak velkou část svého zmatení. K tomu došlo, jelikož jádrem emocionálního naladění je potřeba vzájemné reakce. Annin smutek se setkal s mým soucitem, strach s pocitem, že ji chráním, její radost s mým potěšením. Navíc jsem brala její hněv vážně. Při naladění existuje kognitivní "vstup do prostoru klienta" – tedy o čem klient přemýšlí a ... jak to klient myslí "(Erskine, Moursund, Trautmann, 1999, s. 54). Přízpusobení je také o tom vědět, kde je klient vývojově - co je zapotřebí v terapeutických regresích k přístupu do archeo-psyche nebo stavům dětského ega, řešení starých závěrů, změna starých rozhodnutí a pro terapeuta k poskytnutí citlivé, respektující přítomnosti a uspokojující odezvy během práce. Když mi Anna vyprávěla o tom, jak ji matka udeřila do tváře, pozorně jsem poslouchala její příběh, opětovala jsem její smutek a znepokojení a zpomalila tempo práce na závěrech a rozhodnutích jejího dětského ego stavu. To všechno poskytlo prostor, čas a přítomnost, kterou potřebovala její mysl, aby zpracovala tyto informace.

### **Angažovanost**

Souběžně s dotazováním v "Keyhole" je angažovanost. Porozumění, potvrzení, normalizace a přítomnost jsou umístěny podél kontaktně vztahových souvislostí. Porozumění uznává existenci toho, co se vyskytuje, potvrzení dává význam tomu, co bylo porozuměno, normalizace stabilizuje výskyt a přítomnost říká "Jsem tady s vámi" a vážím si vás. Během léčebného vztahu byly Anniny zkušenosti mnou porozuměny a potvrzeny. Prostřednictvím našich diskusí dokázala identifikovat překážky při dospívání, pochopit jejich význam, pochopit její copingové strategie a ocenit, jak odlišné to je nyní, když má podporu a vedení. Moje angažovanost u ní zahrnovala můj závazek k jejímu blahu a schopnosti být s ní, když pracovala v často intenzivních situacích. Pravidla v jejích sezeních usnadňovaly její pokrok a také požadovaly, abych se plně soustředila na její bezpečnost a pohodu. Regrese do rozdělených pamětí znamenala pro Annu, zabývat se minulostí, stejně jako uvědomovat si mou přítomnost s ní v tomto procesu. Někdy jsem ji držela za ruku a žádala ji, aby ji stiskla, aby cítila mou přítomnost a jindy bylo potřeba, abych řekla tiše "Jsem tady s tebou", protože potřebovala vědět, že nepůjde do svých vzpomínek sama. Její vědomí, že jsem s ní, bylo zásadní, protože ji přivedlo k tady-a-terď, zatímco se zabývala minulostí. Porozumění, potvrzení a normalizace jejích obranných / ochranných reakcí spolu s mou plnou přítomností přispělo zejména k účinnosti léčebných přístupů v její terapii.

Dotazování, naladění a angažovanost usnadnily terapeutický vztah. Všechny tři metody vytvořily intersubjektívni prostor pro kontakt ve vztahu - prostor, který dovolil Anně a mně spolupracovat. Posunula se přes necitlivost a pocity zoufalství a beznaděje. Už nadále nepopírá ani nezhoršuje své dětské zkušenosti a postupně dokáže identifikovat některá

"dobrá období" při vyrůstání. Už nadále neslevovala ze svých potřeb, a mohla se sebou zůstat spojená. Její vztah se mnou umožnil, aby se spojila s ostatními.

## Modely

Tři vizuální modely byly vyvinuty pro ilustraci teorií osobnosti v integrativní analýze zaměřené na vztahy: "Systém Já-ve-Vztahu (The Self-inRelationship System)" (Erskine, 2015), "Systém skriptů (The Script System)" (Erskine, 2015) a "Stavy ega (States of the Ego)" (Erskine, 1988). Každý z nich poskytuje specifickou, konkrétní, vizuální cestovní mapu pro spolupráci s klienty. Při práci s Annou byl model "Self-in-Relationship" prostředkem k tomu, abych zjistila, kde může být otevřená nebo uzavřená pro navázání nebo přerušování kontaktu. Anna demonstruje, jak byl kontakt s jejím tělem uzavřen, stejně jako její pocity. Své tělo vždy otupila, když začínala prožívat strach a vztek. Pomáhat jí zůstat s jejím tělem a současně cítit její pocity byl proces, který jí pomohl posunout se vpřed v jejím uzdravení.

Pro Annu bylo potřeba zůstat v přítomnosti se mnou a současně se zabývat jejími vjemy a pocity, které byly vytvořeny v minulosti. To obnášelo tyto terapeutické intervence: pravidelně jí připomínat "Jsem tady s vámi", když začne ztrácet kontakt se sebou a se mnou v důsledku síly jejích emocí a tělesných pocitů; opakovat jí slova, která dala svým zkušenostem; potvrzovat a normalizovat její afektivní a fyziologické reakce; a zabývat se základními defenzivními fixacemi - a přitom udržovat klidnou a vztahovou přítomnost, abych neutralizovala intenzitu situace. To všechno umožnilo Anně přijmout a integrovat části sebe sama.

Model "States of the Ego" usnadnil porozumění Anniným introjekcím a fragmentům archaických fixací. Matčin alkoholismus se vynořil nad jejím děsivým dětským ego stavem. Když byla Anna dítě, zůstávala ve svém pokoji celé hodiny sama. Uvědomila si, že sebou houpala v posteli, aby jí utekl čas. Je to pozoruhodný příklad jejího pokusu o podnět a potřebu kontaktu. Na své předchozí terapii se dozvěděla, že je sama tak moc, protože její matka začala pít už brzy ráno. Dvě z jejích tet potvrzovaly chování její matky. Požádali svou sestru, aby si sehnala pomoc a ona odmítla. Anna byla nyní v terapii, aby se zabývala zanedbaností a osamělostí, kterou s sebou nesla už léta. Její dětské ego stavy zmrazily tyto časné vzpomínky. Porozumění dětskému i rodičovskému ego stavu umožnilo nejen přijetí, ale také uznání dilematu dítěte při jednání s nepřítomnou, zanedbávající matkou. "Já" ve středu se snažilo přijít na to všechno samo, ale nemohlo. Její "já", ve vztahu se mnou jako terapeutkou, poskytlo Anně potřebnou podporu pro její mysl, aby pochopila a přijala své zkušenosti. Třídění ego stavů, dávání hlasu těmto částem a přijetí její reality nakonec vedlo k integraci.

Psychoterapie poskytla Anně příležitost zpochybnit její víru ve scénář a porozumět složkám jejího systému skriptů. "Systém skriptů" (Erskine, 2010), nedílná součást Integrativní psychoterapie, umožňuje prozkoumat nevědomé vztahové vzory. Taková přesvědčení jako "nikdo mě nemiluje, není tam nikdo, kdo by mi pomohl, život je matoucí", zanechala Annu zahlcenou a přispěla k jejímu myšlení, že musí udělat většinu věcí sama, a navíc kromě pocitů zmatení je to velká spousta času. Terapeutický vztah, i když někdy vytvářel juxta pozici, kde prožívala to, co potřebovala ve vztahu k matce, jí umožnil dostat se do kontaktu s potlačenými pocity a potřebami. Být v přítomnosti druhého, být viděna, slyšena, pochopena, byla pro Annu důležitá a potřebná, aby vyplnila mezeru své minulosti. Byly řešeny přesvědčení o sobě, ostatních a o kvalitě jejího života, stejně jako lepší pochopení jejich

vjemů, pocitů, chování, představ, potřeb a přání. S využitím modelů "Self-in-Relationship" a "Script System" jako příručky dokázala postavit své vyprávění, což vedlo k pocitu kontinuity a důvěry.

### **Základní filozofie**

Lidské hodnoty jsou vtaženy do našich myšlenek a činností. Pro mě jsou základní hodnoty integrativní psychoterapie srovnatelné s mými základními přesvědčeními: všichni lidé mají přirozenou hodnotu a jsou jedineční; každý má potřebu směřovat k životu, který má smysl; psychoterapie vede člověka k tomu, aby byl nejlepší, jaký může být prostřednictvím intersubjektivní zkušenosti klienta a terapeuta. Propojení Anny s jejími jedinečnými životními událostmi a významem, který dala svým zkušenostem, pochopení jejích myšlenek, pocitů a chování jako způsobu, jak se vyjádřit, a ochotu poskytnout prostředí pro jejich prozkoumání, pomohlo Anně zažít svou důležitost a hodnotu jako lidské bytosti a poskytlo jí potřebnou podporu při práci jejích intrapsychických a mezilidských bojích.

### **Závěr**

Základním a kritickým předpokladem integrativní psychoterapie je to, že léčba je ve vztahu. Můj vztah s Annou, stejně jako s dalšími klienty, s nimiž jsem pracovala, v průběhu let potvrzují význam terapeutického vztahu. Integrativní psychoterapie zaměřená na vztahy byla pro většinu mého profesionálního povolání mým psychoterapeutickým rámcem. Organizace teorie v zaměření na vztahy, orientaci na motivaci, osobnostním paradigmatu spolu s metodami dotazování, naladění a angažovanosti mi poskytly silný a užitečný rámec. Jako člen Semináře profesního rozvoje v Kentu v Connecticutu jsem byla součástí vzrušující doby, kdy byly koncepty a konstrukty dále rozvíjeny. A jako klient v individuální i skupinové psychoterapii, spolu s 10 denními rezidenčními semináři v Kentu se cítím privilegovaně, že jsem součástí Integrativní Psychoterapie profesionálně i osobně. "Revize" mi dala příležitost znovu prozkoumat podstatu Integrativní Psychoterapie a na této cestě vzpomínám na své přesvědčení a uznání za rozsah, komplexnost a bohatost teorie a metod Integrativní Psychoterapie.

### **Autor:**

Marye O'Reilly-Knapp, RN, PhD je zakládající členkou Mezinárodní integrativní psychoterapeutické asociace. Odstoupila z klinické praxe a pokračuje v psaní a prezentaci teorie a metod Integrativní Psychoterapie.

**Poznámka:** Zvláštní poděkování patří Carol Merle-Fishman za obohacení tohoto článku jejími úpravami.

### **Literatura**

Erskine, R.G. (1988). Ego structure, intrapsychic function, and defense mechanisms. *Transactional Analysis Journal*, 18, 15-19.



Erskine, R.G. (1997). Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles. San Francisco, CA: TA Press.

Erskine, R.G. (2010). (Ed.). Life scripts: A transactional analysis of unconscious relational patterns. London: Karnac Books.

Erskine, R.G. (2015). Relational patterns, therapeutic presence: Concepts and practice of Integrative Psychotherapy. London: Karnac Books.

Erskine, R. G. & Moursund, J.P. (1988). Integrative psychotherapy in action. Newbury Park, CA: Sage Publications.

Erskine, R.G., Moursund, J.P., Trautmann, R.I. (1999). Beyond empathy: A therapy of contact-in-relationship. Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.

Moursund, J.P. & Erskine, R.G. (2004). Integrative psychotherapy: The art and science of relationship. Pacific Grove, CA: Thomson: Brooks/Cole.

O'Reilly-Knapp, M. & Erskine, R.G. (2003). Core concepts of an integrative transactional analysis, *The Transactional Analysis Journal*, 33, 168-177.

Datum publikování: 11. 2. 2017