

Co dzieje się z przeniesieniem po jego interpretacji?

Dariusz Kuncewicz*

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie

WHAT HAPPENS WITH TRANSFERENCE
AFTER ITS INTERPRETATION?

Abstract. The aim of the research was to test whether the interpretation of transference decreases its intensity. The research conception was based on the social-cognitive model of transference (Andersen & Baum, 1994). Transference was activated with the aid of a set of portrait pictures of unknown individuals from among which the research participants ($N = 163$) pointed out the person who intuitively seemed most familiar. After further procedure, intensifying transference of feelings from the familiar person to the unknown, succeeded their interpretation. The subject of interpretation (invoking transference/not invoking transference) was manipulated as well as its length (short/long). The degree of significance of the familiar person was also controlled (less-significant/more-significant person). The verified thesis attained empirical confirmation. The intensity of transference's indicators under the influence of transference interpretation decreased – depending on the degree of importance of the familiar person from whom the feelings were transferred, as well as on the form of interpretation. In particular, the affectiveness of judgments was decreased by the interpretation of transference from a less-significant person; whereas after brief interpretation of transference from a more-significant person, the expression of judgments and approach/avoid motives towards the unknown person were halted. The arguments presented in support of the thesis, that the first type of change has a character more intellectual in nature, whilst the second, a more affective-motivational. Interpretation of transference in psychotherapy has been put forth in relation to the results obtained.

Celem badania była weryfikacja jednego z psychoanalitycznych założeń, zgodnie z którym interpretacja przeniesienia powoduje jego osłabienie.

* Adres do korespondencji: Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, ul. Chodakowska 19/31, 03-815 Warszawa; e-mail: dkuncewicz@swps.edu.pl

PRZENIESIENIE I JEGO INTERPRETACJA
– PERSPEKTYWA PSYCHOANALITYCZNA

Termin „przeniesienie” (*transference*), wprowadzony do słownika psychologicznego przez Zygmunta Freuda, bywa zazwyczaj kojarzony z fenomenem występującym w terapii psychoanalitycznej. Polega on na nieświadomym „przeniesieniu uczuć z przeszłości, dotyczących bliskiej osoby, na postać analityka” (Kutter, 2000, s. 173) „w sytuacji kuracji, która nie usprawiedliwiałaby powstania podobnych uczuć” (Freud, 1917/1995, s. 395). Jedną z klasycznych interwencji terapeutycznych, którą terapeuta psychoanalityczny formułuje na bazie przeniesienia, jest jego interpretacja – czyli wyjaśnienie genezy przeniesienia. Przykładem interwencji interpretującej przeniesienie może być następująca wypowiedź terapeuty: „Odczuwa Pan lęk, ponieważ boi się Pan, że ukarze Pana tak, jak czynił to ojciec” (Thomä, Kächele, 1996, s. 295).

Thomä i Kächele (1995) za Stracheyem (1934) i Klauberem (1972) twierdzą, że interpretowanie przeniesienia może uwalniać pacjenta spod wpływu „nieświadomych klisz przeniesieniowych” (s. 295-296) i tym samym prowadzić do bardziej „realnego” (nie zakłóconego przez odniesienie do osoby bliskiej) kontaktu z analitykiem (por. Kutter, 2000; Hobson, Kapur, 2005; Høglend i in., 2006).

Zgodnie z założeniami terapii psychoanalitycznej, „uwalniać” od przeniesienia mogą te interpretacje, które spowodują, że pacjent uświadomi sobie przeniesienie (zob. Hobson, Kapur, 2005). Z kolei to, w jakim stopniu pacjent jest w stanie uświadomić sobie przeniesienie, zależy także od strony formalnej interpretacji. Wypowiedź słowna terapeuty, zawierająca interpretację przeniesienia, powinna być sformułowana w sposób zwięzły (wręcz lapidarny), gdyż sprzyja on uruchomieniu u pacjenta ciągu skojarzeń w pożądanym kierunku (Aleksandrowicz, 1997; zob. Hobson, Kapur, 2005), tj. w kierunku uświadomienia przeniesienia.

Skuteczność interpretacji przeniesienia zależy nie tylko od jej treściowych i formalnych aspektów. Może zależeć również od jakości relacji terapeutycznej, głębokości zaburzenia pacjenta oraz rozmaitych właściwości zarówno pacjenta, terapeuty, jak i przebiegu procesu terapeutycznego (Hobson, Kapur, 2005; Høglend i in., 2008). Jednak niezależnie od zindywidualizowanego kontekstu terapeutycznego, interpretacja przeniesienia wśród terapeutów psychoanalitycznych uważana jest za wysoce specyficzne „narzędzie zmiany *par excellence*” (Thomä, Kächele, 1996, s. 281). Zasadne zatem wydaje się pytanie: czy (oraz ewentualnie w jaki sposób) interpretowanie przeniesienia sprzyja minimalizowaniu jego wpływu także w sposób niezależny od kontekstu terapeutycznego? Próbując odpowiedzieć na to pytanie, doprecyzowano pojęcie przeniesienia i jego interpretacji na podstawie społeczno-poznawczego modelu przeniesienia Susan Andersen oraz przeprowadzono badanie eksperymentalne.

PRZENIESIENIE I JEGO INTERPRETACJA
– PERSPEKTYWA SPOŁECZNO-POZNAWCZA

W ujęciu społeczno-poznawczym przeniesienie występuje powszechnie w kontaktach interpersonalnych. To nieświadomy lub podświadomy proces wykorzystywania reprezentacji umysłowej osoby subiektywnie ważnej w sytuacji reagowania na inną osobę, aktywizowany spontanicznie wskutek dostrzeżenia sygnałów podobieństwa tej osoby do osoby ważnej (Andersen, Glassman, 1996; Chen, Andersen, 1999; Karyłowski, 1999, 2004). Takie rozumienie przeniesienia ma swoje uzasadnienie empiryczne. Zespół badawczy, kierowany przez Andersen, dowiódł, że osoba, u której zaktywizowano przeniesienie z osoby ważnej, wnioskuje o cechach osoby nowo poznawanej (nieznanej), wyraża wobec niej ocenę afektywną i motywy interpersonalne (m.in. dążenia/unikania) – w sposób zależny od analogicznych właściwości reprezentacji osoby ważnej (Andersen, Baum, 1994; Andersen, Glassman, 1996; Hinkley, Andersen, 1996; Baum, Andersen, 1999).

Wydaje się, że wyjaśnianie (interpretowanie) procesu przeniesienia powinno doprowadzać do zmian w przeciwnym kierunku niż rozwój przeniesienia, czyli do ograniczenia wpływu reprezentacji osoby ważnej na wnioskowanie o cechach osoby nieznanej, wyrażanie wobec niej ocen afektywnych oraz motywu dążenia/unikania. Zasadność tego przypuszczenia wspierają doniesienia na temat możliwości kontrolowania wpływu nieuświadomionego afektu poprzez uświadamianie sobie jego przyczyn (zob. np. Kofta, 1979; Kobylńska, 2003; Karwowska, 2007). Jeśli podstawowym czynnikiem zmian pod wpływem interpretacji przeniesienia byłoby uświadomienie przyczyn afektu związanego z reprezentacją umysłową osoby znanej (z której jest przeniesienie), uświadomienie tego afektu powinno ułatwić jego kontrolę. Można zatem przypuszczać, iż interpretacja ograniczy ekspresję sądów, oceny afektywnej i motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej tylko wtedy, gdy przedmiotem interpretacji będzie przeniesienie (hipoteza 1).

Formalne założenie o zwężłości skutecznej interpretacji przeniesienia również można uzasadnić na gruncie psychologii społeczno-poznawczej. Skupienie uwagi na zwężłej (vs długiej) wypowiedzi sprzyja mniejszemu wysiłkowi poznawczemu i tym samym większej rezerwie zasobów uwagi i pamięci roboczej, niezbędnej do uruchomienia procesów autokontroli przeniesienia (por. Bargh, 1999; Jarymowicz, 2001). Zatem można przypuszczać, iż krótka interpretacja, odwołująca się do przeniesienia, w większym stopniu niż długa ograniczy ekspresję sądów, oceny afektywnej i motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej (hipoteza 2).

Reprezentacje umysłowe osób ważnych, w porównaniu z reprezentacjami osób mało ważnych, są łatwiej dostępne i silniej „obciążone” afektywnie (Andersen i in., 1997, 1998). Jest więc prawdopodobne, że zaktywizowana reprezentacja osoby ważnej bardziej – niż reprezentacja osoby mało ważnej – wpływa na czynności psychiczne. W związku z tym może być trudniej ten wpływ powstrzymać przez wypowiedź interpretującą. Uzasadnione więc wydaje się

założenie, zgodnie z którym subiektywna ważność zaktywizowanej reprezentacji decyduje o powodzeniu interpretacji przeniesienia. Zatem interpretacja odwołująca się do przeniesienia ograniczy ekspresję sądów, oceny afektywnej i motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej tylko w warunkach przeniesienia z osoby mało ważnej (hipoteza 3).

Wydaje się, że w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej największą efektywnością odznaczać się będzie zwięzła interpretacja przeniesienia. Jak wcześniej zostało to zasygnalizowane, koncentracja uwagi na zwięzłej interpretacji sprzyja odciążeniu zasobów poznawczych i usprawnieniu refleksyjnego sposobu przetwarzania informacji. Usprawnienie refleksji nad stanem „przeniesienia” uczuć z osoby ważnej na nieznaną (właściwie mało ważną) może nasilać doświadczanie dysonansu i w konsekwencji – próby jego redukcji, ukierunkowane na kontrolę reakcji przeniesienia (por. Festinger, 1957; Cialdini, 1994). Wydaje się, że po interpretacji przeniesienia z osoby mało ważnej na nieznaną (czyli inną mało ważną) doświadczenie dysonansu oraz wynikające zeń napięcie motywujące do redukcji dysonansu powinno być słabsze i mniej istotne dla oczekiwanych zmian. Zgodnie z niniejszym tokiem rozumowania, ograniczenie ekspresji sądów, oceny afektywnej oraz motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej, w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej, wystąpi tylko po krótkiej interpretacji odwołującej się do przeniesienia (hipoteza 4).

METODA

Osoby badane

W badaniu wzięło udział 163 studentów psychologii (ochotników). Z dalszych analiz wyłączono obserwacje pochodzące od osób, które – po pomiarze zmierzanych zmiennych – zgodziły się z następującym twierdzeniem: *Osoby, które zdjęcie wybrałem/wybrałam, do tej pory w żaden sposób nie skojarzyłem/skojarzyłam z żadną znaną mi osobą*. Ostatecznie obliczenia wykonano na podstawie danych uzyskanych od 109 osób (93 kobiety i 16 mężczyzn) w wieku od 19 do 26 lat (średnia 21,6 roku; $SD = 1,69$).

Przebieg badania, procedura i materiały

Aktywizacja przeniesienia. Uczestnicy badania zostali poinformowani, że biorą udział w badaniu dotyczącym intuicji. Następnie otrzymali zestaw 16 białoczarnych zdjęć twarzy (o stonowanej mimice; osób obojga płci w wieku: studenckim, średnim i starszym) wraz z informacją, że osoby te zawodowo doradzają innym w kłopotach osobistych. Zadanie uczestników badania polegało na wskazaniu zdjęcia osoby, która wydaje się im najbardziej znajoma. Celem tego zadania była aktywizacja reprezentacji osoby znanej (ważnej lub mało ważnej) oraz skojarzenie jej specyficznych treści z osobą wybraną ze zdjęcia. Wprowadzenie informacji o „badaniu dotyczącym intuicji” miało odwrócić uwagę osób badanych od refleksji nad procesem przeniesienia. Aby wzmocnić spodziewany efekt przeniesienia, osoby badane poproszono o wybór

wyrażeń najtrafniej odzwierciedlających ich odczucia w sytuacji, w której wskazana osoba ze zdjęcia doradzałaby im w kłopotach osobistych. Do tego celu wykorzystano listę 50 (25 pozytywnych i 25 negatywnych) wyrażeń w potoczny sposób opisujących różne elementarne doznania (szczegółowy opis narzędzia: Trzebińska, 2002; Trzebińska, Dowgiert, 2005).

Manipulacja eksperymentalna. Osoby badane zostały losowo przydzielone do czterech grup, wyodrębnionych ze względu na przedmiot interpretacji (przeniesienie/nieprzeniesienie) i jej długość (interpretacja długa/interpretacja krótka):

(1) krótka interpretacja przeniesienia: *Być może przed chwilą tak poczułeś/poczułaś, bo osoba ze zdjęcia przypomniła Ci kogoś znanego, przy kim tak właśnie się czułeś/czułaś...*;

(2) długa interpretacja przeniesienia: *Być może przed chwilą tak poczułeś/poczułaś dlatego, że osoba ze zdjęcia, którą wcześniej wskazałeś/wskazałaś, w jakiś sposób przypomniła Ci kogoś znanego, przy kim tak właśnie się czułeś/czułaś. Być może w bliższej lub dalszej przeszłości znalazłeś się/znalazłaś się w sytuacji, w której ta osoba znajoma w ten sposób oddziaływała na Ciebie, że czułeś się/czułaś się wobec niej właśnie tak, jak wobec tej osoby ze zdjęcia. Innymi słowy, między Twoim aktualnym poczuciem wobec osoby ze zdjęcia a poczuciem, które miało miejsce wobec kogoś Ci znanego, może zachodzić bezpośredni związek przyczynowo-skutkowy...*;

(3) krótka interpretacja nieprzeniesienia: *Być może przed chwilą tak poczułeś/poczułaś, bo mimika twarzy osoby ze zdjęcia wyraża właśnie takie emocje...*;

(4) długa interpretacja nieprzeniesienia: *Być może przed chwilą tak poczułeś/poczułaś dlatego, że mimika twarzy tej osoby ze zdjęcia, którą wcześniej wskazałeś/wskazałaś, wyraża właśnie takie emocje. Być może ukształtowany w toku ewolucji, sposób niewerbalnego porozumiewania się wcale się nie stracił na sile wraz z rozwojem cywilizacji, ale przez cały czas pełni wyjątkowo znaczącą rolę w kształtowaniu się schematów reagowania międzyludzkiego. Innymi słowy, między zarejestrowaną na zdjęciu mimiką twarzy tej osoby ze zdjęcia a Twoim aktualnym poczuciem może zachodzić bezpośredni związek przyczynowo-skutkowy....*

Pomiar zmiennych zależnych. Do pomiaru ekspresji sądów na temat osoby nieznanej (wskazanej na zdjęciu) wykorzystano Listę określeń do opisu właściwości człowieka (Lewicka, 1983). W celu zminimalizowania efektu przeciążenia badaniem, z listy zawierającej 260 określeń przymiotnikowych uporządkowanych według kontinuum nasilenia ich wartości i jednoznaczności afektywnej wybrano „co drugie” określenie. Uzyskano w ten sposób 130 określeń (zróżnicowanych afektywnie, w podobny sposób jak w przypadku oryginalnej listy), które ułożono w przypadkowej kolejności. Uczestnicy badania wybierali te określenia, które *rzeczywiście mogłyby charakteryzować osobę ze zdjęcia*.

Przyjęto, że miarą ekspresji sądów będzie ilość wybranych określeń na temat osoby nieznanej.

Ekspresję oceny afektywnej osoby nieznanej mierzono za pomocą tego samego narzędzia. Za wskaźnik ekspresji oceny afektywnej uznano procent określeń najmniej jednoznacznych afektywnie (szerzej o procedurze ustalania stopnia jednoznaczności afektywnej określeń – zob. Lewicka, 1983) spośród wszystkich określeń wybranych przez osobę badaną.

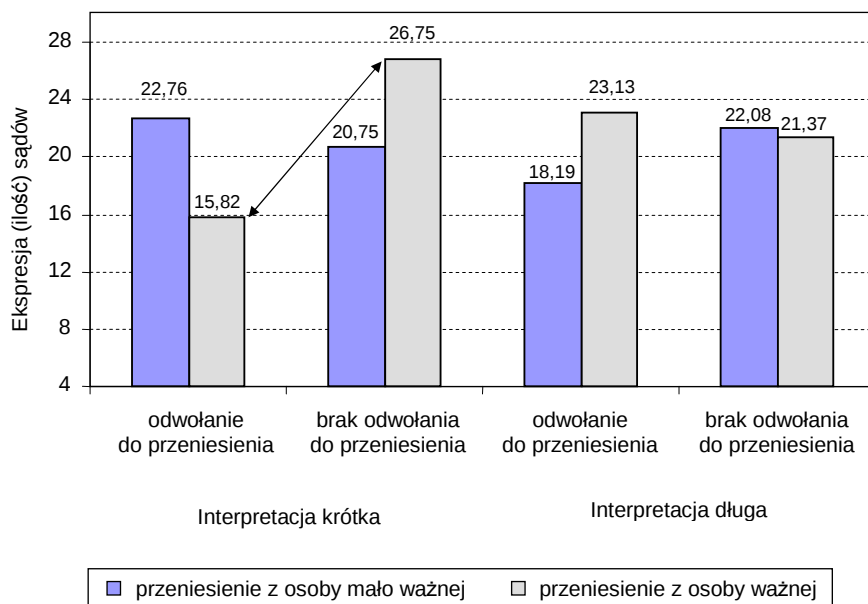
W celu pomiaru ekspresji motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej przygotowano 13-stopniową skalę (-6 – największa siła motywu; 0 – brak siły motywu; +6 – największa siła motywu). Uczestnicy badania szacowali na niej, *w jakim stopniu dążyliby do spotykania się* (max. +6) lub *niespotykania się z osobą ze zdjęcia* (max. -6) *w sytuacji, w której osoba ze zdjęcia doradzałaby im w kłopotach osobistych*. Przyjęto, że wskaźnikiem ekspresji motywu dążenia/unikania będzie bezwzględna wartość wyniku na skali dążenia do spotykania się lub niespotykania się z osobą ze zdjęcia.

Pomiar dodatkowej zmiennej niezależnej. Po pomiarze zmiennych zależnych poproszono tych uczestników badania, którzy potwierdzili, że skojarzyli osobę ze zdjęcia z konkretną znaną im osobą, o oszacowanie na 10-stopniowej skali, *w jakim stopniu, ta znana im osoba jest dla nich kimś ważnym* (1 – w ogóle nie jest dla mnie kimś ważnym; 10 – jest dla mnie kimś bardzo ważnym). Na podstawie uzyskanych oszacowań otrzymano wskaźnik subiektywnej ważności osoby znanej. Przyjęto, że wyniki 1-5 będą odnosić się do osoby mało ważnej; natomiast 6-10 – do osoby ważnej.

WYNIKI

W celu sprawdzenia hipotez 1-5 dotyczących skutków interpretowania przeniesienia (także w kontekście długości interpretacji i ważności osoby znanej) przeprowadzono dwuczynnikową analizę wariancji w schemacie 2 (przedmiot interpretacji: przeniesienie/nieprzeniesienie) x 2 (długość interpretacji: krótka/długa) x 2 (ważność osoby znanej: ważna/moło ważna) dla trzech zmiennych: ekspresja sądów, specyficzność sądów, ekspresja motywu dążenia/unikania.

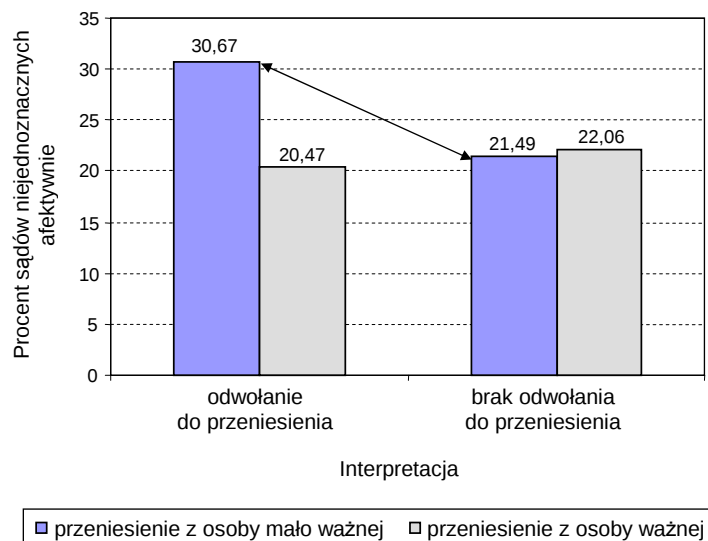
W odniesieniu do zmiennej zależnej „ekspresja sądów wobec osoby nieznanej” uzyskano efekt interakcji wszystkich trzech czynników: przedmiotu interpretacji, jej długości oraz ważności osoby znanej, $F(1,105) = 7,87$; $p = 0,006$; $\eta^2 = 0,07$. Testy efektów prostych wykazały, że ekspresja sądów wobec osoby nieznanej jest mniejsza ($p < 0,01$) po krótkiej interpretacji odwołującej się do przeniesienia ($M = 15,82$; $SD = 6,93$) niż po krótkiej interpretacji nie odwołującej się do przeniesienia ($M = 26,75$; $SD = 9,62$) – wyłącznie w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej (por. rys. 1).



Rysunek 1. Średnia ekspresja (ilość) sądów wobec osoby nieznanej w zależności od przedmiotu i długości interpretacji oraz ważności osoby znanej

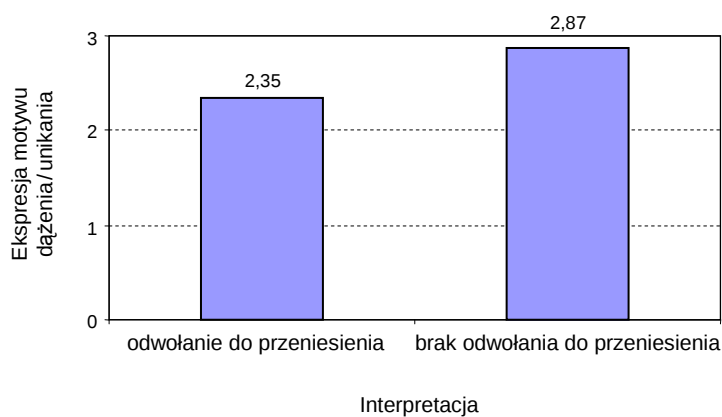
W odniesieniu do zmiennej zależnej „ekspresja oceny afektywnej wobec osoby nieznanej” wystąpił efekt główny czynnika ważność osoby znanej, $F(1,105) = 6,57$; $p = 0,012$; $\eta^2 = 0,06$. Wynik ten oraz wzór średnich wskazuje, że procent sądów afektywnie niejednoznacznych wobec osoby nieznanej jest – w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej ($M = 21,27$; $SD = 9,06$) – istotnie mniejszy ($p < 0,05$) niż w sytuacji przeniesienia z osoby mało ważnej ($M = 26,21$; $SD = 13,47$). Potwierdza to jedno z założeń stojących u podstaw hipotezy 2, zgodnie z którym reprezentacje osób ważnych są silniej nasycone afektywnie niż reprezentacje osób mało ważnych (por. Andersen i in., 1997, 1998). Zaobserwowana prawidłowość niewiele jednak wnosi do rozważań na temat zmian pod wpływem interpretacji przeniesienia, w związku z tym nie była dalej eksplorowana.

Wystąpiła także interakcja dwóch czynników: przedmiotu interpretacji i ważności osoby znanej, $F(1,105) = 6,28$; $p = 0,014$; $\eta^2 = 0,06$. Wyniki testów efektów prostych ukazują, że procent sądów niejednoznacznych afektywnie wobec osoby nieznanej jest większy ($p < 0,01$) po interpretacji odwołującej się do przeniesienia ($M = 30,67$; $SD = 13,44$) niż po interpretacji nie odwołującej się do przeniesienia ($M = 21,49$; $SD = 11,96$) tylko w przypadku przeniesienia z osoby mało ważnej (zob. rys. 2).



Rysunek 2. Średni procent sądów niejednoznacznych afektywnie wobec osoby niezna-nej w zależności od przedmiotu interpretacji i ważności osoby znanej

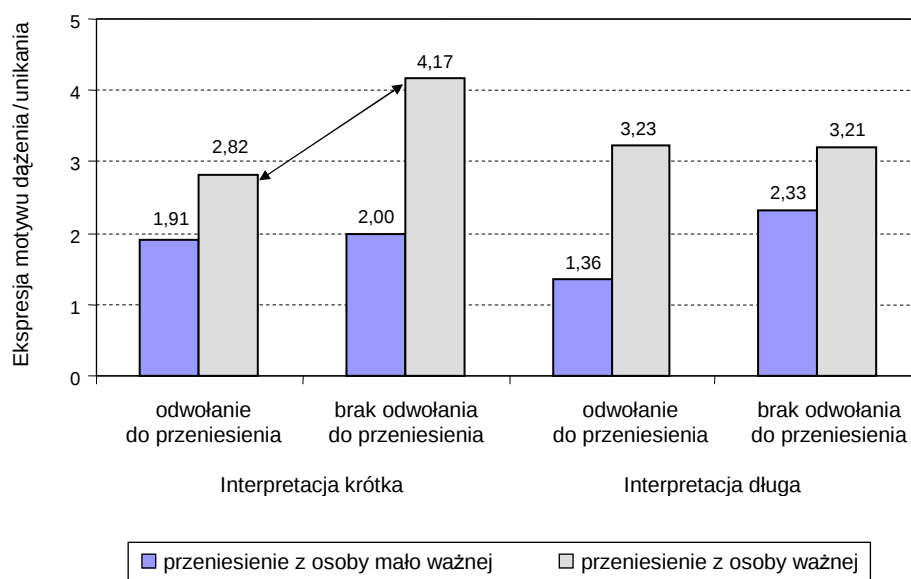
W odniesieniu do zmiennej zależnej „ekspresja motywu dążenia/unikania wobec osoby niezna-nej” uzyskano statystycznie istotny efekt główny czynnika przedmiot interpretacji, $F(1,105) = 5,13$; $p = 0,026$; $\eta^2 = 0,05$. Wynik ten oraz wzór średnich wskazuje, że ekspresja motywu dążenia/unikania po inter-pretacji odwołującej się do przeniesienia ($M = 2,35$; $SD = 1,55$) jest istotnie mniejsza ($p < 0,05$) niż po interpretacji nie odwołującej się do przeniesienia ($M = 2,87$; $SD = 1,57$) – zob. rysunek 3.



Rysunek 3. Średnia ekspresja motywu dążenia/unikania wobec osoby niezna-nej w za-leżności od przedmiotu interpretacji.

Wystąpił także efekt główny czynnika ważność osoby znanej, $F = 28,72$; $p = 0,000$; $\eta^2 = 0,22$. Wynik ten oraz wzór średnich wskazuje, że ekspresja motywu dążenia/unikania w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej ($M = 3,36$; $SD = 1,54$) jest zdecydowanie większa ($p < 0,001$) niż w sytuacji przeniesienia z osoby mało ważnej ($M = 1,94$; $SD = 1,30$). Niniejszy rezultat koresponduje m.in. z wynikami badań Andersen i współpracowników (1996) – wskazującymi, że aktywizacja reprezentacji osoby ważnej w procesie przeniesienia pociąga za sobą wzbudzenie motywów związanych z bliskością i więzią z drugą osobą. Niniejszy rezultat nie wnosi jednak wiele do meritum rozważań nad skutkami interpretowania przeniesienia, dlatego dalej go nie eksplorowano.

Istotny statystycznie okazał się także efekt interakcji wszystkich trzech czynników: przedmiotu interpretacji, jej długości i ważności osoby znanej, $F(1,105) = 4,56$; $p = 0,035$; $\eta^2 = 0,04$. Testy efektów prostych wykazały, że ekspresja motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej jest mniejsza ($p < 0,05$) po krótkiej interpretacji odwołującej się do przeniesienia ($M = 2,82$; $SD = 1,40$) niż po krótkiej interpretacji nie odwołującej się do przeniesienia ($M = 4,17$; $SD = 1,11$) tylko w sytuacji przeniesienia z osoby ważnej (por. rysunek 4).



Rysunek 4. Średnia ekspresja motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej w zależności od przedmiotu i długości interpretacji oraz ważności osoby znanej

Uogólniając uzyskane wyniki należy zauważyć, iż interpretowanie przeniesienia wobec osoby nieznanej pociąga za sobą określone skutki w zależności

od przedmiotu interpretacji, jej długości, jak też ważności osoby znanej (z której jest przeniesienie). W szczególności okazało się, że interpretacja odwołująca się do przeniesienia prowadzi do ograniczenia ekspresji:

- motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej – niezależnie od ważności osoby znanej;
- oceny afektywnej wobec osoby nieznanej – ale tylko w sytuacji przeniesienia z osoby mało ważnej;
- sądów i motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej – pod warunkiem, że interpretacja jest krótka, a przeniesienie z osoby ważnej.

DYSKUSJA

Hipoteza 1, zgodnie z którą interpretowanie przeniesienia miało ograniczyć ekspresję sądów, oceny afektywnej oraz motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej, potwierdziła się częściowo – tylko w odniesieniu do motywu dążenia/unikania. Dlaczego – poprzez interpretację przeniesienia – nie udało się ograniczyć także ekspresji sądów i oceny afektywnej wobec osoby nieznanej? Być może dlatego, że w warunkach braku kontroli długości interpretacji oraz ważności osoby znanej interpretacja przeniesienia ma ograniczoną skuteczność, a specyfika pomiaru ekspresji motywu dążenia/unikania sprzyja wzmocnieniu efektu interpretacji. Aby uczestnicy badania mogli oszacować, jak bardzo dążyliby lub nie dążyli do spotykania się z osobą nieznaną i rozmowy o kłopotach osobistych, musieli sobie wyobrazić taką sytuację. Proces wyobrażania sobie dość osobistego kontaktu z osobą nieznaną – dzięki uprzedniej interpretacji przenoszenia na nią uczuć z osoby znanej – mógł zmierzać w kierunku konfrontowania się z „nienaturalnością” tej sytuacji. Innymi słowy, autorefleksja nad procesem przeniesienia mogła przebiegać na głębszym poziomie wskutek interakcji efektu interpretacji przeniesienia i wyobrażeń konfrontujących z własną reakcją przeniesienia. Analogicznej sposobności do pogłębienia autorefleksji nad reakcją przeniesienia prawdopodobnie nie dostarczała sytuacja pomiaru ekspresji sądów i oceny afektywnej – z założenia nie wymagająca generowania wyobrażeń na temat osobistych odniesień.

W ramach hipotezy 2 założono, iż ograniczenie ekspresji sądów, oceny afektywnej i motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej, po krótkiej interpretacji przeniesienia, będzie większe niż po długiej interpretacji. Hipoteza ta nie potwierdziła się. Innymi słowy, skuteczność interpretacji przeniesienia – w sytuacji, w której nie wiadomo, czy mamy do czynienia z przeniesieniem z osoby ważnej czy mało ważnej – zdaje się nie zależeć od jej zwężonej formy. Dbłość o zwężłość interpretacji (a tym samym o zasoby poznawcze u adresata interpretacji, „zasilające” refleksyjne przetwarzanie informacji na temat przeniesienia) wydaje się uzasadniona w bardziej kontrolowanych warunkach, uwzględnionych w hipotezie 4.

W hipotezie 3 wzięto pod uwagę wpływ ważności osoby znanej na rezultaty interpretacji przeniesienia. Interpretacja odwołująca się do przeniesienia miała ograniczyć ekspresję sądów, oceny afektywnej i motywu dążenia/unika-

nia wobec osoby nieznanej wyłącznie w warunkach przeniesienia z osoby mało ważnej. Uzyskano potwierdzenie tylko w odniesieniu do ekspresji oceny afektywnej (wzrosła liczba sądów niejednoznacznych afektywnie). Oznacza to, że interpretowanie przeniesienia z osoby mało ważnej sprzyja afektywnemu złagodzeniu sądów, ale nie powstrzymuje od ich wydawania ani nie modyfikuje względnie słabo nasilonego (por. efekt główny czynnika ważność osoby znanej) ukierunkowania „do” lub „od” osoby nieznanej. Wydaje się, że zmiana polegająca wyłącznie na złagodzeniu afektywnym sądów bardziej odzwierciedla aktywność procesów przetwarzania semantycznego niż mniej złożonych poznawczo procesów, związanych z afektywno-behawioralnym systemem dążenia i unikania (zob. Carver, 2003, 2004). Przeniesienie z osoby mało ważnej nie angażuje bowiem w takim stopniu procesów afektywno-motywacyjnych (związanych z Ja), jak z osoby ważnej (Andersen i in., 1997, 1998; Andersen, Reznik, Glassman, 2005), dzięki czemu możliwa jest bardziej zobiektywizowana i „chłodna analiza” przeniesienia. Można też uznać, że uświadomienie przeniesienia z osoby mało ważnej wcale nie musi motywować do zdecydowanych prób rozciągania nad nim kontroli. Być może taka kontrola nie jest potrzebna z tego powodu, że przeniesienie z osoby mało ważnej to „zwykły”, funkcjonalny stan, ułatwiający wstępną orientację w nieznanym otoczeniu (por. Kolańczyk, 2004). Interpretacja przeniesienia z osoby mało ważnej nie naruszałaby zatem *a priori* przyjętego nastawienia do osoby nieznanej – sprzyjałaby tylko neutralizacji jego bardziej skrajnych aspektów.

Zgodnie z hipotezą 4, ograniczenie ekspresji sądów, oceny afektywnej oraz motywu dążenia/unikania wobec osoby nieznanej miało wystąpić tylko po krótkiej interpretacji przeniesienia z osoby ważnej. Hipoteza w większej części się potwierdziła. Krótka interpretacja przeniesienia z osoby ważnej zahamowała ekspresję sądów i motywu dążenia/unikania, ale nie złagodziła oceny afektywnej wydawanych sądów. Uzyskano zatem efekt odwrotny niż po interpretacji przeniesienia z osoby mało ważnej. Zgodnie z dotychczasowym kierunkiem wyjaśniania można stwierdzić, że krótka interpretacja przeniesienia z osoby ważnej w większym stopniu wpływa na procesy afektywno-motywacyjne (których wyrazem jest zahamowanie działania, modyfikacja nastawienia „do” lub „od” osoby nieznanej) niż na bardziej złożone poznawczo procesy semantyczne (odpowiedzialne za złagodzenie sądów). Być może przeniesienie z osoby ważnej nie jest stanem wystarczająco funkcjonalnym, skoro uświadomienie go skłania do podejmowania wyraźnej próby poddania go kontroli. Niefunkcjonalność stanu przeniesienia z osoby ważnej mogłaby polegać na zwiększonym ryzyku „odsłonięcia się” w nieznanym otoczeniu. Pierwszą obserwowalną reakcją po uświadomieniu przeniesienia z osoby ważnej byłaby zatem próba jego „wycofania”, a nie modyfikacja wizerunku osoby nieznanej, kształtującego się na bazie przeniesienia.

Warto zwrócić uwagę, że najbardziej zaawansowane próby „wycofania” reakcji przeniesienia z osoby ważnej wystąpiły po krótkiej, czyli ułatwiającej dostęp do zasobów umysłowych, wypowiedzi interpretacyjnej. Sugeruje to, że skuteczne próby kontroli reakcji przeniesienia z osoby ważnej wymagają

względnie dużego wysiłku poznawczego. Bez optymalnych warunków środowiskowych i intrapsychicznych, ułatwiających dostęp do zasobów uwagi i pamięci roboczej, próby kontroli reakcji przeniesienia z osoby ważnej mogą być nieskuteczne, a nawet mogą prowadzić do skutków odwrotnych niż zamierzone. Pośrednio świadczą o tym wyniki badań, wskazujące, że nadmiernie eksploatujące zasoby umysłowe, próby autokontroli/stłumienia myśli (Wegner, 1994) lub stereotypów (Marcae i in., 1994) paradoksalnie prowadzą do ich nasilenia.

Czy w związku z tym interpretowanie przeniesienia z osób ważnych, sprzyjające jego autokontroli, może być procedurą użyteczną dla pacjenta podczas psychoterapii? Wydaje się, że tak, ale przy stosunkowo wielu powtórzeniach, aż do osiągnięcia efektu przeuczenia (por. Bodenhausen, Macrae, 1999). Procesy autokontroli mogą wówczas w większym stopniu automatyzować się, a tym samym uniezależniać od bieżącego stanu zasobów umysłowych (zob. Wegner, 1994), uwarunkowanego różnymi czynnikami intrapsychicznymi i środowiskowymi. Jednak – niezależnie od stopnia zautomatyzowania procesów autokontroli przeniesienia – to nie one zdają się powodować zasadniczą zmianę terapeutyczną. W niniejszym badaniu wykazano bowiem, że przy względnie skutecznym kontrolowaniu reakcji przeniesienia z osoby ważnej nie zmienia się ogólna ocena afektywna osoby, na którą przenoszone są uczucia. Innymi słowy, nie zmienia się wysycenie afektywne, „prowizorycznie” ukształtowanej na bazie przeniesienia reprezentacji umysłowej tej osoby. „Zablokowanie” reakcji przeniesienia, choćby na chwilę, może jednak tworzyć korzystne warunki do wypróbowywania alternatywnych, bardziej funkcjonalnych reakcji i tym samym – do doświadczania reakcji zwrotnych ze strony osoby stanowiącej „obiekt” przeniesienia. Efektem tego może być włączanie nowych informacji do wizerunku tej osoby w sposób względnie niezależny od przeniesienia, a w dalszej konsekwencji – realna zmiana w ustosunkowaniu interpersonalnym, jakościowo różna od „powstrzymywania” niepożądanych reakcji. Wydaje się również, że interpretowanie przeniesienia powinno być szczególnie użyteczne w sytuacji wysoce dysfunkcyjnych (np. silnych, częstych, skrajnie negatywnych/pozytywnych) przeniesień z osób ważnych (zob. Millon, Davis, 2005), utrudniających porozumiewanie się i budowanie zadowalających relacji. Przypuszczenie to potwierdzają rezultaty badań Høglenda i współpracowników (2008), wskazujące, że interpretowanie przeniesienia bardziej pomaga pacjentom przejawiającym głębokie zaburzenia relacyjne niż pacjentom „zdrowszym” pod tym względem.

Podsumowując, teza, zgodnie z którą interpretowanie przeniesienia sprzyja minimalizowaniu jego wpływu, uzyskała potwierdzenie empiryczne w warunkach niezależnych od kontekstu terapeutycznego. Rodzaj zmian uzyskanych pod wpływem interpretacji przeniesienia zależał od ważności osoby znanej, z której przenoszone były uczucia, oraz od formy interpretacji. W szczególności okazało się, że zmniejszenie afektywnego nasycenia wizerunku osoby nieznanej nastąpiło tylko po interpretacji przeniesienia z osoby mało ważnej; natomiast zawieszenie sądów i osłabienie motywu dążenia/unikania wobec

osoby nieznanej – tylko w warunkach krótkiej interpretacji przeniesienia z osoby ważnej. Dowodząco, iż pierwszy typ zmiany może mieć charakter bardziej intelektualny, a drugi – bardziej afektywno-motywacyjny. Na podstawie uzyskanych rezultatów analizowano użyteczność interpretacji przeniesienia z osób ważnych w warunkach terapeutycznych. Uzasadniono tezę, iż interpretowanie przeniesienia nie powoduje *per se* zmiany terapeutycznej, ale – w sytuacji głębszych zaburzeń relacyjnych – sprzyja uruchomieniu procesów bardziej funkcjonalnych, które bezpośrednio do takiej zmiany mogą prowadzić.

Aby zwiększyć precyzję wnioskowania na temat mechanizmów, uruchamianych dzięki interpretacji przeniesienia, należałoby zaprojektować i przeprowadzić badanie w schemacie z powtarzaniem pomiaru (z wykorzystaniem pretestu przed oraz posttestu po interpretacji). Z uwagi na względną odrębność obwodów neuronalnych systemów afektu pozytywnego i negatywnego (zob. np. Caccioppo i in., 1999) warto sprawdzić, czy pozytywny bądź negatywny kierunek przeniesienia nie decyduje o rodzaju zmian uzyskiwanych wskutek jego interpretacji. Zasadne wydaje się również zbadanie procesów uruchamianych dzięki interpretacjom innych zjawisk niż przeniesienie, na przykład tzw. korzyści wtórnych z objawu (Aleksandrowicz, 1997) lub roli objawu w utrzymywaniu stabilności rodziny (Namysłowska, 2000). Zróżnicowanie treści interpretowanych zwyczajowo przez terapeutów wywodzących się z odmiennych nurtów teoretycznych prowokuje do pytania o funkcję terapeutyczną przedmiotu interpretacji. Czy istnieją jakieś uprzywilejowane treści/doświadczenia, których interpretowanie ma charakter leczniczy? A może terapeutyczną rolę pełni głównie procedura interpretowania? Jeśli tak, to może dlatego, że pomaga w organizacji narracyjnej doświadczeń (por. Epston, White, 1992; Zdankiewicz-Ściagała, Przybylska, 2002; Drogosz, 2004)? Zasygnalizowane tu obszary, interesujące pod względem teoretycznym i aplikacyjnym, wymagają dalszej eksploracji.

BIBLIOGRAFIA

- Aleksandrowicz, J. (1997). *Psychoterapia. Podręcznik dla studentów, lekarzy i psychologów*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Andersen, S. M., Baum, A. B. (1994). Transference in interpersonal relations: Inferences and affect based on significant-other-representations. *Journal of Personality*, 62, 460-497.
- Andersen, S. M., Glassman, N. S. (1996). Responding to significant others when they are not there: Effects on interpersonal inference, motivation, and affect. [W:] R. M. Sorentino, E. T. Higgins (red.), *Handbook of motivation and cognition* (t. 3, s. 262-321). New York: Guilford Press.
- Andersen, S. M., Glassman, N. S., Gold, D. (1998). Mental representations of the self, significant others and nonsignificant others: Structure and processing of private and public aspects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 845-861.
- Andersen, S. M., Reznik, I., Chen, S. (1997). Self in relation to others: Cognitive and motivational underpinnings. [W:] J. G. Snodgrass, R. L. Thompson (red.), *The self*

- across psychology: Self-recognition, self-awareness, and the self-concept* (s. 233-275). New York: New York Academy of Science.
- Andersen, S., Reznik, I., Glassman, N. S. (2005). The unconscious relational self. [W:] R. R. Hassin, J. S. Uleman, J. A. Bargh (red.), *The new unconscious* (s. 421-481). New York: Oxford University Press.
- Andersen, S. M., Reznik, I., Manzella, L. M. (1996). Eliciting facial affect, motivation, and expectancies in transference: Significant-other representations in social relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1108-1129.
- Bargh, J. A. (1999). Automatyzmy dnia powszechnego. *Czasopismo Psychologiczne*, 5, 3, 209-256.
- Baum, A., Andersen, S. M. (1999). Interpersonal roles in transference: Transient mood states under the condition of significant-other activation. *Social Cognition*, 17, 161-185.
- Bodenhausen, G. V., Macrae, C. N. (1999). Samoregulacja w spostrzeganiu międzygrupowym: mechanizmy i skutki tłumienia stereotypów. [W:] C. N. Macrae, Ch. Stan-
gor, M. Hewstone (red.), *Stereotypy i uprzedzenia. Najnowsze ujęcie* (s. 189-207). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Caccioppo, J. T., Gardner, W. L., Bernston, G. G. (1999). The affect system has parallel and integrative processing components: Form follows function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 5, 839-855.
- Carver, C. (2003). Pleasure as a sign that you can attend to something else: Placing positive feelings within a general model of affect. *Emotion and Cognition*, 2, 241-261.
- Carver, C. (2004). Negative affects deriving from the Behavioral Approach System. *Emotion*, 1, 3-22.
- Chen, S., Andersen, S. M. (1999). Relationships from the past in the present: Significant-other representations and transference in interpersonal life. [W:] M. P. Zanna (red.), *Advances in experimental social psychology* (t. 31, s. 123-190). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Cialdini, R. (1994). *Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Drogosz, M. (2004). O sposobie ograniczania wpływu stereotypów na myślenie. [W:] M. Kofta (red.), *Myślenie stereotypowe i uprzedzenia. Mechanizmy poznawcze i afektywne* (s. 265-281). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Epston, D., White, M. (1992). *Experience, contradiction, narrative and imagination: Selected papers of David Epston and Michael White*. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Freud, S. (1917/1995). Wstęp do psychoanalizy. Warszawa: Wydawnictwo PWN.
- Hinkley, K., Andersen, S. M. (1996). The working self-concept in transference: Significant-other activation and self-change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1279-1295.

- Hobson, R. P., Kapur, R. (2005). Working in transference: Clinical perspectives. *Psychology and Psychotherapy. Research and Practice*, 78, 275-293.
- Høglend, P., Amlo, S., Marble, A., Bøgwald, K.-P., Sørbye, Ø., Sjaastad, M. C., Heyerdahl, O. (2006). Analysis of the patient-therapist relationship in dynamic psychotherapy: An experimental study of transference interpretation. *American Journal of Psychiatry*, 163, 1739-1746.
- Høglend, P., Bøgwald, K.-P., Amlo, S., Marble, A., Ulberg, R., Sjaastad, M. C., Sørbye, Ø., Johansson, P. (2008). Transference interpretations in dynamic psychotherapy: Do they really yield sustained effects? *American Journal of Psychiatry*, 165, 6, 763-771.
- Høglend, P., Johansson, P., Marble, A., Bøgwald, K.-P., Amlo, S. (2007). Moderators of the effects of transference interpretations in brief dynamic psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 17, 2, 162-174.
- Jarymowicz, M. (red.) (2001). *Pomiędzy afektem a intelektem – poszukiwania empiryczne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii Polskiej Akademii Nauk.
- Karwowska, D. (2007). Rola refleksyjnego systemu wartościowania w ograniczaniu wpływu nieuświadomionego afektu. [W:] R. K. Ohme (red.), *Nieuświadomiony afekt – najnowsze odkrycia*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Karyłowski, J. (1999). Rola reprezentacji Ja i reprezentacji osób bliskich w formułowaniu ocen dotyczących osób mało znanych: Nie takie Ja wszechmocne jak je malują. *Studia Psychologiczne*, 37, 77-92.
- Karyłowski, J. (2004). Spontaniczne aktywizowanie reprezentacji osób dobrze znanych jako układów odniesienia w ocenianiu osób mało znanych. *Studia Psychologiczne*, 42, 41-51.
- Klauber, J. (1972). On the relationship of transference and interpretation in psychoanalytic therapy. *International Journal of Psycho-Analysis*, 53, 385-391.
- Kobylińska, D. (2003). *Utajone (zlateryzowane) bodźce afektywne a świadomie formułowane sądy w warunkach wzbudzania standardów samokontroli* (mps pracy doktorskiej, Warszawa: Wydział Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego).
- Kofta, M. (1979). *Samokontrola a emocje*. Warszawa: PAN.
- Kolańczyk, A. (2004). Procesy afektywne i orientacja w otoczeniu. [W:] A. Kolańczyk, A. Fila-Jankowska, M. Pawłowska-Fusiara, R. Sterczyński (red.), *Serce w rozumie. Afektywne podstawy orientacji w otoczeniu* (s. 13-47). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kutter, P. (2000). *Współczesna psychoanaliza: psychologia procesów nieświadomych*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Lewicka, M. (1983). Lista określeń do opisu właściwości człowieka. *Przegląd Psychologiczny*, 26, 3, 703-713.
- Marcae, C. N., Bodenhausen, G. V., Milne, A. B., Jetten, J. (1994). Out of mind but back in sight: Stereotypes on the rebound. *Journal of Experimental Social Psychology*, 67, 808-817.
- Millon, T., Davis, R. (2005). *Zaburzenia osobowości we współczesnym świecie*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia.
- Namysłowska, I. (2000). *Terapia rodzin*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.

- Strachey, J. (1934). The nature of psychotherapeutic action of psychoanalysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 15, 127-159.
- Thomä, H., Kächele, H. (1996). *Podręcznik terapii psychoanalitycznej* (t. 1). Warszawa: Wydawnictwo Testów Psychologicznych.
- Trzebińska, E. (2002). Automatic and controlled processing in self-understanding. *Polish Psychological Bulletin*, 2, 27-36.
- Trzebińska, E., Dowgiert, A. (2005). Polipsychizm: korzyści i koszty związane z wielowymiarowością tożsamości. *Przegląd Psychologiczny*, 48, 1, 75-94.
- Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological Review*, 101, 4-52.
- Zdankiewicz-Ścigała, E., Przybylska, M. (2002). *Trauma. Proces i diagnoza. Mechanizmy psychoneurologiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.