

Recenzje

Hubert J. M. Hermans, Giancarlo Dimaggio (red.)

„The dialogical self in psychotherapy”

Hove–New York: Brunner-Routledge 2004, ss. 276

Dialogowe podejście do zagadnień związanych z Ja inspiruje współczesnych psychologów, a jego podwaliny można odnaleźć już w pracach Jamesa z końca dziewiętnastego stulecia. Coraz częściej spotkać się można z licznymi badaniami na gruncie teorii dialogowego Ja, a także powiązaniem tego podejścia z innymi nurtami oraz z jego przełożeniem na cele aplikacyjne. O tym właśnie traktuje publikacja *The dialogical self in psychotherapy*, odnosząc – zgodnie z tytułem – teorię dialogowego Ja do procesu psychoterapeutycznego.

Redaktorami tej książki są Hubert J. M. Hermans, emerytowany profesor psychologii Uniwersytetu w Nijmegen (Holandia), twórca teorii wartościowania, teorii dialogowego Ja i autor Metody Konfrontacji z Sobą, oraz Giancarlo Dimaggio, psychiatra i psychoterapeuta, pracujący w Rzymie. Zaprosili oni psychologów i psychoterapeutów reprezentujących różne teorie i szkoły psychoterapeutyczne, by zaprezentowali swoje podejście do tematyki dialogowego Ja. Autorzy większości rozdziałów opisują, w jaki sposób można włączać wewnętrzne i międzypodmiotowe dialogi w proces terapeutyczny, odwołując się do założeń terapii poznawczej, narracyjnej, psychodynamicznej, humanistycznej, kognitywno-analitycznej, a także psychodramy i terapii zorientowanej na proces doświadczenia.

Książka składa się z czterech części i zawiera szesnaście rozdziałów. Pierwsza część dotyczy teoretycznych i historycznych założeń dialogowego Ja, ujmowanych z różnych punktów widzenia: psychologicznego, rozwojowego, neurobiologicznego. Artykuł autorstwa Huberta Hermansa traktuje o naturze dialogowego Ja (dobrze znanej z innych publikacji autora), w kontekście klasycznej – W. James, M. Bachtin – i najnowszej literatury. Hermans rozważa sens „dialogu” oraz „Ja” – rozumianego jako system znaczeń osobistych utworzonych przez różne pozycje Ja wchodzące ze sobą w relacje dialogowe – oraz dyskutuje implikacje teorii dialogowego Ja dla psychoterapii. Zauważa, że istotnymi czynnikami w procesie terapeutycznym są zawartość pozycji Ja, ich organizacja i natura relacji dialogowej pomiędzy głosami. Postuluje, by pomagać w kreowaniu względnie niezależnych i autonomicznych pozycji Ja, a zwłaszcza kontrpozycji względem tej, która jest odpowiedzialna za osobiste problemy, tak, by zdrowe głosy mogły ją zdominować. Stawia tezę, że wytworzenie metapozycji (pozycji Ja – obserwator) pozwala na osiągnięcie sukcesu w reorganizacji systemu Ja.

O rozwojowych początkach dialogowego Ja, kształtowaniu się dialogowego Ja u niemowląt można dowiedzieć się z artykułu Marie-Cécile Bertau. Autorka bierze pod uwagę ontogenetyczny rozwój, ze szczególnym uwzględnieniem rytmów, uwagi i mowy. Twierdzi, iż zanim dziecko „stanie się dialogowym Ja”, uczestniczy w dialogowości poprzez indywidualny sposób komunikowania. Później wprowadzane jest w świat dialogów – ludzkich głosów, które może również odgrywać. Początki dialogowego Ja, według niej, łączą się z internalizacją zasłyszanych dialogów.

Wielogłosowość stwarza problemy nie tylko dla psychologów, ale również dla neurobiologów, dla których jest ona zasadniczo nową perspektywą badawczą. Marc D. Lewis i Rebecca Todd zwracają uwagę na kierunek neuropsychologicznego modelu wewnętrznych dialogów. Spekulują, na czym polega zaangażowanie mózgu w wytwarzanie wewnętrznych głosów i odpowiadanie im tak, jakby pochodziły od kogoś innego. Uważają, że różne pozycje Ja współistnieją w tym samym obszarze mózgu i są aktywne w tym samym czasie. Lokalizują centrum wewnętrznych dialogów w obszarze mózgu związanym z procesami uwagi, emocji i aktywności. Zwracają uwagę, do jakich systemów mózgowych należy się odwoływać, aby skutecznie realizować cele terapeutyczne.

Mick Cooper nawiązuje do poglądów Martina Bubera i jego rozróżnień, proponując poszerzoną konceptualizację wewnętrznych wypartych pozycji Ja oraz próbując wyjaśnić związki pomiędzy wewnętrznymi głosami. Wyparty głos, według niego, jest nie tylko zepchnięty, ale także zdehumanizowany; traktowany raczej jako bezosobowa siła niż jako przejaw ludzkiego dążenia.

Autor zakłada, że istnieje tendencja do odnoszenia się tylko do jednego aspektu wypartego głosu oraz do unikania wchodzenia z nim w dialog. W przypadku wypartego głosu można mówić o relacji w ramach Ja typu: „Ja–ja”, a nie „Ja–Ja”. Tezę tę opiera na doświadczeniu klinicznym, podkreślając jednocześnie, że w terapii należy rozwijać relację podmiotową Ja–Ja.

Druga część publikacji zawiera rozdziały na temat teorii dialogowego Ja i jej powiązań z praktyką kliniczną. Tę część książki otwiera rozdział autorstwa Lynne Angus i Johna McLeod na temat mnogości Ja i ekspresji narracyjnej w psychoterapii.

Autorzy opisują Model rozwoju narracji L. Angus, H. Levitt i K. Hardtke, który może być wykorzystany w praktyce klinicznej jako punkt odniesienia do zrozumienia wpływu terapeuty narracyjnego na poczucie spójności Ja klienta. Model pozwala rozumieć i obserwować krok po kroku proces narracyjnego tworzenia znaczeń podczas terapii. Terapeuta, nie potrafiący skłonić klienta do refleksji nad mnogością własnego Ja, a przez to do rozwoju spójnych makronarracji, staje się nieskuteczny w pomocy klientowi. Swoje wnioski autorzy popierają studium przypadku, stawiając tezę, że dobra terapia to taka, w której obecne są mnogość i spójność.

Koncepcja automatycznego wartościowania, w kontekście wewnętrznej mnogości, nabiera większej złożoności, gdyż każdy wewnętrzny głos może ocenić doświadczenie inaczej, co może stanowić źródło zaburzeń. A kolejny rozdział wyjaśnia relacje pomiędzy reakcjami afektywnymi a sekwencyjnymi poziomami asymilacji problemowych głosów. William B. Stiles, Katerine Osatuke, Meredith J. Glick i Hannah C. Mackay przedstawiają model asymilacji i sugerują, że sekwencyjność asymilacji może być rozumiana jako rozwój dialogu pomiędzy wewnętrznymi głosami. Snują oni własne refleksje o możliwości pomocy klientom, którzy doświadczają owego wewnętrznego rozdarcia.

Związek pomiędzy terapią zorientowaną na proces doświadczenia (która nawiązuje do terapii humanistycznej i egzystencjalnej) a dialogowym Ja i reorganizacją systemu Ja, ukazuje rozdział autorstwa Williama J. Wheltona i Leslie S. Greenberga. Terapia uwzględnia wewnętrzną wielogłosowość i skupia się na wyjaśnieniu konfliktów pomiędzy częściami Ja oraz szuka dróg ich rozwiązania. Na przykładzie zaczerpniętym z praktyki autorzy ukazują dialog między wewnętrznym

RECENZJE

krytykiem a autentycznym Ja, wyjaśniając proces: od niezgody do spolegliwego dialogu między tymi pozycjami Ja. Kolejny rozdział, Huberta Hermansa i Els Hermans-Jansen, prezentuje założenia dialogowej terapii, które zostały zasygnalizowane w pierwszym rozdziale. Terapia ta wywodzi się oczywiście z teorii dialogowego Ja; a celem nie jest zmiana poszczególnych pozycji Ja, ale organizacja i reorganizacja całego ich repertuaru. W terapii należy również dążyć do zmiany natury dialogów, zachodzących pomiędzy pozycjami, ze względu na ich względną dominację.

Philip M. Bromberg pisze o mnogości Ja w świetle podejścia psychoanalitycznego. Autor zestawia ze sobą założenia dialogowego Ja z poglądami autorów związanych z koncepcjami psychodynamicznymi, znajdując wspólne wątki czy też próbując przełożyć terminy psychoanalityczne na język teorii dialogowego Ja.

Na koniec tej części Leni Verhofstadt-Denève, Let Dillen, Denis Helskens i Mariska Siongers opisują pracę z dziećmi z zastosowaniem kukiełek, zamiast zmian pozycji przy użyciu krzeseł, czym posługiwał się Greenberg. Ułatwia to ekspresję i zmniejsza napięcie emocjonalne dziecka. Pozwala płynnie zmieniać pozycje reprezentujące różne osoby, przemieszczać się w przestrzeni i czasie. Autorzy prezentują zapisy sesji terapeutycznych z jedenastoletnim chłopcem, na bazie których wyjaśniają założenia proponowanej przez siebie terapii.

Trzecia część książki zawiera przykłady wykorzystania terapii dialogowej u klientów cierpiących na zaburzenia zdrowia psychicznego. Robert A. Neimeyer i Marla Buchanan-Arvey opisują dezorganizację, rozszczepienie i dominujące narracje u osób, które doświadczyły traumatycznej straty. Opierając się na przykładach z sesji terapeutycznych pokazują, jak wykorzystać model życiowych zmian w procesie rekonstrukcji znaczeń osobistych, jak leczyć zaburzenia narracyjnego Ja doświadczanego traumatycznym wydarzeniem.

Natomiast Giancarlo Dimaggio, Giampaolo Salvatore i Dario Catania pokazują strategie leczenia dialogowych dysfunkcji, zwracając uwagę na zawartość i formę opowieści klienta. Ukazują, jak przywrócić porządek w dialogach: najpierw trzeba wsłuchać się w wewnętrzne głosy, a potem wraz z klientem wyłowić najważniejsze pytania w tym polifonicznym chaosie, co klientowi przynosi ulgę i stanowi pierwszy krok ku integracji wewnętrznego dyskursu i kreowaniu nowych głosów.

Dialogowe zmiany w ponaddwupółletniej psychoterapii pacjenta chorego na schizofrenię można prześledzić w rozdziale Paula H. Lysakera i Johna T. Lysakera. Antonio Semerari, Antonino Carcione, Giancarlo Dimaggio, Giuseppe Nicolò i Michele Procacci przedstawiają propozycję terapii dialogowej dla pacjentów z zaburzeniami osobowości.

Ostatnia część publikacji traktuje o metodologicznych podstawach wykorzystania teorii dialogowego Ja w procesie psychoterapeutycznym. Na początku Katherine Osatuke, Michael A. Gray, Meredith J. Glick, William B. Stiles i Michael Barkham jeszcze raz odwołują się do modelu asymilacji oraz rozróżnienia na treść i sposób mówienia klienta, po czym przedstawiają zapis sesji terapeutycznej, w której porównują informacje pochodzące z notatek z informacjami z zapisu audio, dowodząc słuszności przyjmowanych założeń. Zwracają uwagę, iż w terapii dialogowej jest ważne nie tylko „co”, ale także „jak” klient mówi.

Książkę zamyka rozdział autorstwa Mikaela Leimana, który prezentuje analizę dialogowych sekwencji w psychoterapii, czyli procedurę analizy wypowiedzi klienta i terapeuty. Z uwagi na unikalność każdego procesu terapeutycznego nie sposób podać jasnych metodologicznych zasad i procedur, dzięki którym można by zastosować wspomnianą analizę w każdym przypadku. Autor jednak zamieszcza przykład z terapii wraz z jego analizą według proponowanego przez siebie podejścia.

Recenzowana publikacja jest źródłem wiedzy o nowej i jeszcze mało znanej teorii dialogowego Ja. Dla teoretyków zapewne zabraknie badawczego odniesienia i empirycznego wsparcia dla stawianych tez, czego należałoby oczekiwać od każdej nowej teorii; jednak implikacje psychoterapeutyczne – choć niejako wyprzedzają badania – są w tym wypadku wiodące. Głównym celem inspirującej publikacji *The dialogical self in psychotherapy* jest wszak aplikacja teorii do potrzeb praktyki, głównie terapeutycznej. Książka może stanowić znakomity przewodnik dla psychologów praktyków, gotowych pracować ze swymi klientami w konwencji dialogowej. Liczne przykłady z terapii, zamieszczone w większości rozdziałów, pozwalają czytelnikowi łatwiej zrozumieć propozycje, techniki i sposoby pracy z klientem. Indeks rzeczowy ułatwia swobodne korzystanie z treści i szybkie wyszukiwanie potrzebnych zagadnień związanych z terapią i dialogowym Ja. To pierwsza tak obszerna publikacja traktująca o dialogowym podejściu do systemu Ja – uwzględniająca wiele nurtów współczesnej psychologii – pokazująca możliwości praktycznego wykorzystania tej koncepcji w procesie terapeutycznym, co z pewnością stanowi jej niekwestionowane novum. Z uwagi na to oraz na nieliczne w Polsce publikacje związane z omawianą problematyką, warto rozważyć możliwość udostępnienia polskiemu odbiorcy tej inspirującej książki pod redakcją Huberta Hermansa i Giancarlo Dimaggio, w formie tłumaczenia.

Wiesław Talik
Katedra Psychologii Osobowości
w Instytucie Psychologii KUL