

Miran MOŽINA

**Orodja za učinkovito izobraževanje, terapijo in raziskovanje:
Poročilo iz 6. srečanja učiteljev sistemske psihoterapije
v Bruslju od 30. septembra do 2. oktobra 2011**

*Tools for Effective Training, Therapy and Research:
Report from the 6th Meeting of Trainers of
Systemic Psychotherapy in Brussels from the 30th
of September till the 2nd of October 2011*

Šesto leto zapored so se srečali učitelji sistemske psihoterapije, ki so povezani v okviru Evropskega združenja za družinsko terapijo (EFTA – European Family Therapy Association). Tokrat sem se jim v Bruslju od 30. septembra do 2. oktobra 2011 prvič pridružil tudi jaz, saj so oktobra 2010 na Evropskem kongresu EFTE v Parizu Slovenski inštitut za psihoterapijo (SIP) z njegovo Enoto za sistemsko psihoterapijo, ki jo vodim, potrdili kot izobraževalni inštitut EFTE. Želel sem utrditi vezi, ki sem jih v zadnjih desetih letih s sistemskimi učitelji stkal že na kongresih EFTE in v okviru EAP (European Association for Psychotherapy – Evropska zveza za psihoterapijo)¹.

EFTA, ki je bila ustanovljena leta 1975, je namreč evropska akreditirajoča organizacija v okviru EAP, kar pomeni, da je uskladila svoje izobraževalne standarde z zahtevami Evropske diplome iz psihoterapije (EDP) in je s strani EAP priznana kot reprezentativna evropska krovna organizacija za področje sistemske in družinske terapije. Čeprav v njenem imenu ni besede »sistemsko«, lahko to razumemo, če poznamo zgodovino, ki nam kaže, da je bil v prvi fazi razvoja sistemske psihoterapije v šestdesetih in sedemdesetih letih prejšnjega stoletja velik poudarek na družinski terapiji in je beseda »družinska« postala njen zaščitni, prepoznavni znak. EAP priznava diplome, ki jih potrdi EFTA, za podeljevanje EDP. Eden osrednjih vodilnih mož EFTE, Mony Elkaim, je hkrati tudi med vodilnimi v EAP (dve leti je bil tudi njen predsednik). Tesna povezanost med EFTA in EAP tudi pomeni, da sta se obe organizaciji povezali v skupnih naporih

¹EAP (European Association for Psychotherapy) (www.europsyche.org) je največja krovna evropska organizacija psihoterapevtov, saj povezuje več kot 120.000 psihoterapevtov iz 128 organizacij (med njimi 28 nacionalnih krovnih organizacij in 17 evropskih akreditirajočih organizacij posameznih psihoterapevtskih pristopov) iz 41 evropskih dežel. Poleg organizacij se vanjo lahko včlanijo tudi posamezni psihoterapevti. Temelji na Straßburski deklaraciji o psihoterapiji iz leta 1990, ki psihoterapijo definira kot samostojen poklic na visoki znanstveni ravni. Da bi olajšala in spodbudila razvoj psihoterapije v tej smeri, izdaja Evropske diplome iz psihoterapije za tiste, ki izpolnijo visoke zahteve izobraževanja in usposabljanja za poklicnega psihoterapevta.

za uveljavljanje psihoterapije kot samostojnega poklica. V EFTO je včlanjenih 900 družinskih terapevtov, 130 inštitutov in 26 nacionalnih organizacij družinske terapije iz 28 evropskih držav. V Sloveniji so trije člani EFTE: poleg našega SIPa še Frančiškanski družinski inštitut in Inštitut za družinsko in sistemsko psihoterapijo, ki so ga ustanovile kolegice, ki so se izobraževale v povezavi z londonskim inštitutom za družinsko terapijo.

V okviru EFTE je posebna Zbornica izobraževalnih inštitutov (Training Institutes Chamber), ki jo vodi ustanovitelj EFTE in njen bivši dolgoletni predsednik Mony Elkaim iz Bruslja. Sekretar je Phil Kearney iz Irske, člani vodstva pa so še Nevena Čalovska Hercog iz Srbije, Rodolfo de Bernart in Mauro Mariotti iz Italije ter Edith Goldbeter-Merinfeld, dolgoletna tesna Elkaimova sodelavka. Peter Stratton iz Anglije je dopolnilni član kot vodja področja raziskovanja v EFTI.

Naslov srečanja v Bruslju je bil *Orodja za učinkovito izobraževanje, terapijo in raziskovanje*. Udeležilo se ga je okoli 150 učiteljev sistemske psihoterapije iz večine evropskih dežel, prišli pa so tudi kolegi iz Kanade. Elkaim je v uvodnem nagovoru pohvalil prisotne in EFTO kot organizacijo, ki edina od evropskih krovnih psihoterapevtskih organizacij goji redna letna srečanja učiteljev že šestič zapored. Nismo takoj začeli s plenarnim predavanjem, ampak sta za ogrevanje najprej poskrbela Nevena Čalovska Hercog in Rodolfo de Bernart s simpatično vajo. Najprej smo se morali predstaviti sosedu, nato se povezati in predstaviti z drugo dvojico in nato z drugo štirico. Tako sem že takoj na začetku začutil, da je glavna težnja organizatorjev srečanja čimprej ustvariti sproščeno neformalno vzdušje. Naključje je hotelo, da sem se nevede usedel k eni glavnih vodij Edith Goldbeter-Merinfeld, ki je bila tudi glavna organizatorka, gostiteljica srečanja. Pogovor nama je lepo stekel in izvedel sem, da že trideset let tesno sodeluje z Elkaimom in da imajo prav toliko časa na inštitutu v Bruslju izobraževanje iz sistemske psihoterapije. Elkaim je ena od legend družinske terapije v Evropi, izjemno priljubljen učitelj in vodja, ki sem ga spoznal že konec devetdesetih. Med drugim je že v jugoslovanskih časih in tudi kasneje veliko pripomogel k razvoju sistemske psihoterapije v Srbiji. Gospa Edith pa je zastrigla z ušesi, ko sem omenil, da ne vodim le izobraževanja iz sistemske psihoterapije ampak v povezavi z Univerzo Sigmunda Freuda v Sloveniji tudi projekt fakultetnega študija psihoterapije. In da se v ta študij lahko vključujejo kandidati neposredno po maturi. Kot že tolikokrat pri številnih kolegih sem tudi pri Edith naletel na glavni pomislek – starost študentov. Ali lahko tako mlad študent dela s klienti? In tudi ona je bila ena od tistih, ki mi ni dala možnosti, da bi ji zadevo bolj podrobno predstavil. Iz mnogih podobnih odzivov sem se navadil, da dodatnih informacij nisem ponujal, nisem je začel prepričevati, ampak sem sprejel njen apriorni skeptični odziv. Pa tudi časa ni bilo veliko, saj sta se nama pridružila kolega iz Grčije in debata se je razvila v drugo smer.

Po uvodnem ogrevanju pa je bilo zame plenarno predavanje Petra Strattona z naslovom *Ali lahko naše edukante bolj angažiramo za raziskovanje? Ali je to edino upanje za preživetje sistemske psihoterapije?* prava poslastica, saj se ob delu na svoji doktorski raziskavi posvečam podobnim vprašanjem. Stratton se je predstavil kot izkušen raziskovalec in hkrati kot eden tistih predstavnikov novega vala med psihoterapevti, ki premikajo težišče psihoterapije (ne le sistemske) na znanstvene osnove. Njegovo predavanje bom predstavil bolj podrobno, ker je bilo najboljše, kar se je od strokovnega dela zame na srečanju zgodilo.

Glavni cilj njegovega predavanja je bil prikazati tiste vidike raziskovanja, ki bi sistemske edukante in učitelje motivirali zanj, saj je pomanjkanje motivacije že dolgo in še vedno ključen problem. Kajti brez bolj intenzivnega raziskovanja po njegovem mnenju ni bodočnosti za sistemske terapevte v politično negotovi prihodnosti. S politično negotovostjo je mislil predvsem na politična dogajanja na področju psihoterapije, kot je bolj natančno razložil v nadaljevanju

na primeru Anglije, kjer poskuša kognitivno vedenjska terapija prevladati nad drugimi psihoterapevtskimi pristopi. Samokritično je dodal, da potrebujemo novo generacijo terapevtov, ki bo glede raziskovanja boljša od sedanjih in preteklih. Brez uvajanja raziskovanja že v času izobraževanja do kvalitativnega premika ne bo prišlo. Stratton se je zavzel, da naj učitelji študentom pomagamo do spoznanja, da raziskovanje ni odkrivanje resnice, ampak ustvarjanje novih pomenov. To je utemeljil s pristržno zgodbico. Punčka je risala in očka jo je vprašal, kaj riše. Odgovorila mu je: »Boga!« Oče je komentiral, kako lahko riše Boga, če pa nihče ne ve, kako izgleda. Hči mu je odgovorila: »Še minutka pa bodo videli.«

Predlagal je uvedbo pojma »raziskovalno angažirani terapevt« (angl. »research engaged therapist«) namesto pojma »znanstvenik praktik«, ki se je zadnja leta že uveljavil za označevanje prizadevanja za premostitev prepada med raziskovanjem in psihoterapevtsko prakso. Terapevti namreč pogosto ne uspejo integrirati odkritij raziskav v svojo prakso, ker ne vedo, kako iskati, ocenjevati in uporabiti ta odkritja v lastnem kliničnem delu.

Nadaljeval je s šokantno primerjavo. V terapiji otrok z rakom je v zadnjih 30 letih prišlo do izboljšanja rezultatov zdravljenja iz 20% na 80%, medtem ko se uspehi zdravljenja z družinsko terapijo niso izboljšali že kar 40 let! Del napredka v prvem primeru je pripisal dejstvu, da je bil npr. vsak otrok, ki se je v ZDA zdravil zaradi raka, vključen v študije o izidu zdravljenja. Tako je vsak otrok prispeval podatke za naše boljše razumevanje, kako jih uspešno zdraviti. Skoraj vsaka seansa družinske terapije pa v istem časovnem obdobju ni prispevala ničesar v bazo znanja, ki bi nam omogočala stalno izboljševanje terapevtske prakse.

Glavna ovira pri odkrivanju novega ni ignoranca, ampak iluzija znanja, to pomeni, da mislimo, da vemo, ko pravzaprav ne vemo. Raziskovanje je izziv za naša prepričanja in vero. Zato ga imamo tako radi, je dvoumno, s smrtno resnim obrazom ironično pribil Stratton v tipično angleški maniri črnega humorja. S tem v zvezi je omenil raziskavo s 600 psihoterapevti, ki so jih prosili za samooceno lastne učinkovitosti. Prav vsi so se ocenili kot odlični. Statistično je kaj takega nemogoče in kaže na samoprecenjevanje. Ali imate tudi vi, v občinstvu, tako visoko mnenje o sebi, nas je provokativno vprašal z nasmeškom na obrazu. Sam sem si odgovoril, da ni nič narobe, če imaš kot terapevt in/ali učitelj visoko mnenje o sebi, važno je le, da to svoje prepričanje stalno preverjaš pri klientih in/ali študentih. In tu smo ponavadi prekratki, nimamo vgrajenega stalnega spremljanja (monitoriranja) lastne učinkovitosti v terapijah in izobraževanjih. Prav to je smer, v katero želim razvijati svojo terapevtsko in učiteljsko prakso, vgraditi stalen sistem povratnih informacij s strani študentov oz. klientov. Kasneje nas je k temu večkrat pozval tudi Stratton.

Seveda pa je bilo spet zanimivo njegovo opozorilo na podlagi raziskave, v kateri so vprašali paciente v bolnici, ali jim je bilo zdravljenje v bolnici v pomoč, in so odgovorili večinoma da, ko pa so jih vprašali po povratku domov, so bili precej manj zadovoljni. To kaže, da so ocene klientov, in seveda tudi študentov, v veliki meri odvisne od konteksta.

Stratton je skupaj s sodelavci v angleškem Združenju za družinsko terapijo (AFT – Association for Family Therapy; www.aft.org.uk) razvil natančen zemljevid kompetentnosti družinskih terapevtov, ki so jih sestavili na osnovi analiz uspešnih terapij: (dostop na http://www.ucl.ac.uk/clinical-psychology/CORE/systemic_framework.htm#Map).

Razdelili so jih po naslednjih sklopih: generične terapevtske kompetentnosti, temeljne in specifične sistemske kompetentnosti, problemsko specifične kompetentnosti in meta kompetentno-

sti. Posebej jih je zanimalo, kaj so kompetentnosti sistemskih terapevtov, ki jih terapevti drugih psihoterapevtskih pristopov nimajo. Zemljevid nam je priporočil tudi za načrtovanje izobraževanj in za odgovarjanje na razna vprašanja, kot je npr. kaj lahko sistemski terapevti počnejo in za kaj obstajajo dokazi, da je učinkovito. Na isti spletni strani so zbrani tudi rezultati 220 raziskav o izidu družinske, partnerske in sistemske terapije v letih od 2000 do 2009.

Nato je ponovil znano dejstvo o ti. "Dodo učinku", da so različni psihoterapevtski pristopi podobno učinkoviti, da so vsi zmagovalci, kot je to v zgodbi o dirki različnih živali iz Alice v čudežni deželi. Nadaljeval pa je z vprašanjem, kaj je tisto, kar ustvarja razliko, če so različni psihoterapevtski pristopi podobno učinkoviti. Postregel je z rezultati raziskav, ki kažejo, da je terapevtski odnos oz. aliansa glavni dejavnik. V ti. Sistemu za opazovanje alians v družinski terapiji (SOFTA - System for Observing Family Therapy Alliances) so izluščili štiri dimenzije terapevtskega odnosa: angažiranost v terapevtskem procesu, čustvena vez klientov s terapevtom, varnost znotraj terapevtskega sistema in občutek smisla znotraj družine, ki ga družinski člani med seboj delijo.

Drugi dejavnik, ki ustvarja razliko med uspešnimi in neuspešnimi terapijami, je terapevtovo in klientovo prepričanje, ki ga skupaj delita, da bo terapevtski pristop deloval. Naslednje zelo pomembno odkritje raziskav pa je, da obstajajo razlike v učinkovitosti med posameznimi terapevti. Le te obstajajo, tudi če nihče ni podpovprečno učinkovit. Tako so vedno bolj v ospredju interesa raziskovalcev prav ti ti. terapevtovi dejavniki. Citiral je raziskavo Blowa in Sprengleja (2001), ki sta odkrila naslednje terapevtove dejavnike, ki so skupni glavnim modelom družinske terapije in ki bistveno prispevajo k večji učinkovitosti: empatija, sprejemanje, spoštovanje, podpora, skrb, toplina, samo-zavedanje in avtentičnost. Ta del predavanja je zaključil s provokativnim vprašanjem, katerega od naštetih dejavnikov smo vključili v naša izobraževanja.

Všeč mu je bila shema, ki jo je v knjigi *Psihoterapevtski odnosi, ki učinkujejo*, predstavil John Norcross (2011, angl. naslov *Psychotherapy relationships that work*, 2011, Oxford University Press):



Terapevtove odločitve, ki so utemeljene na dokazih (angl. evidence based practical decisions) nastajajo po Norcrossu na presečišču treh polj:

- pacientovih značilnosti, kulture in prioritet;
- terapevtovega kliničnega strokovnega znanja;
- spoznanj najboljših raziskav, ki so dostopne terapevtu.

Norcross tudi priporoča terapevtom, ki se želijo razvijati kot znanstveniki-praktiki (ali po Strattonu kot raziskovalno angažirani terapevti), da stalno spremljajo nove ugotovitve raziskav, negujejo terapevtski odnos, prilagajajo odnos posameznemu pacientu in kontekstu, uporabljajo prakse utemeljene na dokazih in se izogibajo diskreditiranim oblikam prakse (kjer je prišlo do soglasja, da so neustrezne).

Stratton je citiral definicijo empirično utemeljene prakse po Sackettu in sodelavcih (1977), da pomeni "skrbno, eksplicitno in razumno uporabo trenutno najboljših dokazov za odločanje o skrbi za posamezne paciente. Temelji na veččinah, ki zdravniku omogočajo oceno osebne izkušnje (oz. doživljanja pacienta in zdravnika) in zunanjih dokazov na sistematičen in objektivni način."

Pri tem je opozoril na omejitve na dokazih utemeljene prakse, saj raziskave velikokrat temeljijo na jasnih diagnostičnih kategorijah in manualiziranih terapevtskih postopkih, medtem ko se večina psihoterapevtov praviloma srečuje z veliko raznolikostjo pacientov in z zmedo vzbujajočo kombinacijo problemov.

V zvezi z na dokazih oz. empirično utemeljeno prakso pa je Stratton podal tudi opozorilo na podlagi aktualnega političnega dogajanja na področju psihoterapije v Angliji. Zdravstvene zavarovalnice in ustanove tam vse bolj želijo empirično podprto prakso. Vendar pa si je priborila monopol kognitivno vedenjska terapija (KVT), ki poskuša vzpostaviti enačbo empirično podprta praksa je enako KVT. In KVT obrača sebi v korist tudi zgoraj omenjeno ugotovitev o Dodo učinku – če vse terapije delujejo preko skupnih faktorjev, zakaj ne bi vsi izvajali le KVT. Stratton je seveda kot družinski terapevt in kot raziskovalec, ki spoštuje raznolikost psihoterapevtskih pristopov, proti takemu trendu.

Namesto tega zagovarja preprost način, kako lahko terapevt izboljša svojo prakso: če uvede stalno spremljanje njenega procesa in izida v dejanskem času (ti. real time monitoring). V zvezi s tem je citiral ugotovitev raziskav Michaela Lamberta, da v kolikor pri pacientu ne pride do izboljšanja v prvih štirih srečanjih, obstaja velika verjetnost, da terapija ne bo uspešna. Brez monitoriranja procesa sta v njegovi študiji, kjer je sodelovalo 60 terapevtov, le dva v zgodnji fazi terapije ocenila, da gre pacientu na slabše. Eden je bil študent, drugi pa izkušeni terapevt, ki se je, kot se je pokazalo kasneje, glede poslabšanja celo zmotil. Ko je Lambert s pomočjo preprostega algoritma (računalniškega programa za spremljanje terapevtskega procesa) terapevtom sporočal v času, ko je terapevtska obravnava še trajala, o primerih, kjer so se pojavili zaskrbljujoči znaki, so le ti ukrepali tako, da je potem prišlo do izboljšanja. Lambert jim ni povedal, kaj naj naredijo. Dal jim je samo informacijo, da se proces ne odvija v pravo smer in to je bilo dovolj, da so terapevti trend terapije obrnili na bolje. Lambert povzema, da je za sprotni feedback pomembno stalno spraševati o pacientovem napredku (bodisi s pomočjo samoocene pacientov in/ali ocene drugih, npr. strokovnjakov ali bližnjih), primerjati te podatke s pričakovanimi faznimi izidi, omogočiti takojšen feedback terapevtu in neposredno seznanjati klienta s temi podatki na

terapevtskih srečanjih.

V sklepnem delu predavanja se je osredotočil na to, zakaj in kako spodbujati raziskovanje v času izobraževanja. Na vprašanje zakaj je odgovoril, da zato, ker raziskovanje lahko veliko da, ker je politično nujno, je v interesu pacientov in je navsezadnje tudi etično nujno. Glede tega se je zavzel za uvajanje sprotnega feedbacka, t.j. spremljanja v dejanskem času (real time monitoring), in za sintezo kvantitativnega (ki pogosto raziskuje izid) in kvalitativnega (ki pogosto raziskuje proces) raziskovanja.

Glede terminologije je opozoril, da raziskave o uspešnosti (angl. efficacy studies) proučujejo izid pod kontroliranimi pogoji (ti. RCT študije - randomised clinical trial - s kontrolno skupino), medtem ko so raziskave o učinkovitosti (angl. effectiveness studies) naturalistične študije o izidu, ki odsevajo vsakodnevno prakso in kjer ni kontrolnih skupin. T. i. dokazovanje, ki temelji na praksi (angl. practice-based evidence), je varianta raziskovanja učinkovitosti, kjer se neko merilo (npr. SCORE, po katerem je znan Stratton) uporabi na vseh klientih.

Študente po njegovem mnenju velja spodbujati v raziskovanje procesa terapije v povezavi z izidom, npr. kateri dejavniki prispevajo k učinkovitosti terapije, kaj so glavni gradniki terapije idr. Trenutno po svetu raziskujejo veliko število procesnih dejavnikov, npr. dolžino terapije, terapevtski odnos, empatijo, samorazkrivanje, uporabo domačih nalog, čustveno doživljanje, dogovarjanje itn. Na področju družinske terapije so vroče teme: izid, družinski procesi, terapevtski procesi, družinski odnosi, normativni vidiki družinske strukture, preventiva in pozitivno duševno zdravje, epidemiologija in socialna antropologija, analize ponudbe in postopkov. V literaturi prevladujejo študije o izidu in procesu, medtem ko so premalo raziskane naslednje teme: supervizija, izobraževanje, vprašanja raznolikosti (kulture, spola, hendikepa itn.), biološki faktorji, socialni pomen terapije (npr. socialna vključenost).

Posebej je poudaril, da naj se študentje svoje izdelke, npr. eseje ali diplome, učijo pisati v obliki člankov, ki jih je potem možno objaviti. Stratton npr. za študente redno vodi delavnice o tem, kako napisati članek.

Na koncu je predstavil priročnik Angleške zveze za svetovanje in psihoterapijo (British Association for Counselling and Psychotherapy), ki skupaj z DVDjem ponuja gradiva za tečaje iz raziskovanja. Učiteljem svetuje, da upoštevajo deset načel:

1. Ne škodi. Ne predstavi raziskovanja na suh in dolgočasen način. Zato naj raje ne predava metodolog, je spet hudomušno dodal.
2. Izobražuj učitelje o raziskovanju.
3. Bodi dober model za strastno in angažirano raziskovanje terapije.
4. Posreduj žive primere, osebne anekdote in govornice.
5. Spodbujaj raziskovanje izobraževanja iz psihoterapije na mnogih ravneh.
6. Raziskovanje utemelji na življenjski izkušnji študentov.
7. Temeljne raziskovalne procese predstavi kot strokovne praktične veščine.
8. Gradi na naravni radovednosti študentov.
9. Najboljši način raziskovanja je preko lastnih raziskav in podatkov.
10. Omogoči čustveno oporo tutorjev in kolegov.

Strattonovo predavanje me je razveselilo tudi zato, ker je bilo v njem marsikaj, kar se ujema s strategijo in izvedbo moje raziskave, npr. njegov apel v zvezi s pomanjkanjem raziskovanja o izobraževanju, predvsem pa njegovo poudarjanje pomena sprotnega spremljanja procesa izobra-

ževanja v dejanskem času (angl. "real time monitoring") in vključevanje perspektive študentov (angl. "lived experience").

Popoldan sem šel na delavnico Edith Goldbeter z naslovom *Uporaba resonance med skupino v treningu in predstavljenim supervizijskim primerom*. Predstavila je svoj običajen način dela s skupino edukantov, tako da je isto metodo demonstrirala z udeleženci delavnice. Na sredino skupine edukantov povabi nekaj od njih, da razpravljajo o primeru enega od njih. Ostali člani skupine opazujejo proces nastajanja prepletnih resonanc med različnimi podsistemi: med terapevtskim podsistemom, ki ga predstavi supervizant, supervizorskim podsistemom itn. Delavnico sem izbral, ker tudi mene zanima koncept resonance in večkrat vodim supervizije tako, da sem pozoren na zrcaljenja, kot temu sam pravim, med predstavljenim primerom in tem, kar se v tu in zdaj dogaja med intervizanti ali med supervizorjem in supervizantom. Tudi v demonstraciji na delavnici je prišlo do zanimivih paralelizmov med zgodbo, ki jo je o svoji terapiji povedala supervizantka, in odnosno dinamiko, ki se je razvila v času predstavljanja primera med njo in kolegi intervizanti. Stalno menjavanje perspektiv, ki ga je Edith spodbujala, tako da smo bili nekaj časa bolj pozorni na zgodbo, nato pa na doživljanje in odnosno dinamiko v tu in zdaj, je povečala učinkovitost učenja v demonstraciji in nam dala živ vpogled v njeno delo z edukanti.

Zvečer smo vsi odšli na ogled ene od bruseljskih turističnih atrakcij – stanovanjske hiše, ki je leta 1969 postala muzej. Nastala je po načrtih belgijskega arhitekta Victorja Horta (1861-1947), ki ga imajo mnogi za očeta Art Nouveau. Hišo je adaptiral po naročilu belgijskih velebogatašev, ki so mu dali proste roke glede stroškov. Horta je priložnost dobro izkoristil, tako da je celota in hkrati vsak detajl (npr. pohištvo) v hiši ena sama velika umetnina. Začetna očaranost je pri nekaterih, tudi pri meni, postopno dobila rahlo grenak priokus. Nismo se namreč mogli izogniti vtisu, da je šlo za bogataško pretiravanje. Količine vložnega denarja v izgradnjo in opremo hiše so bile namreč enormne. In ko sem se vprašal, ali bi živel v taki hiši, je bil odgovor takojšen – nikoli. V svoji popolnosti je bila preveč hladna, neosebna, brez osebnega odtisa stanovalcev. Kot bi živel v galeriji ali muzeju, kjer ne smeš ničesar spremeniti po svoji meri.

Naslednji dan je bil zame še posebno pomemben, saj sem imel dopoldan predavanje o svoji doktorski raziskavi z naslovom *Sinergetsko upravljanje procesa osebne in strokovne rasti študentov v sistemski izobraževalni skupini (s podporo Sinergetskega navigacijskega sistema)*. Pri zajtrku v hotelu sem prisedel h kolegici Carmen iz Malte in zapletla sva se v zanimiv pogovor. Zanimala jo je vsebina mojega predavanja, tako da sem imel malo generalko, pridobil pa sem s tem eno poslušalko več, saj so jo vsebine pritegnile. Ona pa me je presenetila z odgovorom na moje vprašanje, kakšno je njeno stališče do javne polemike, do katere je ravno v tistem času prišlo na Malti v zvezi s predlogom zakona o družinskih razmerjih, ki naj bi tudi Maltežanom dal pravico do ločitve. Poleg Filipinov je bila namreč Malta edina država na svetu, kjer ločitev ni dovoljena. Prepričan sem bil, da bo vesela te spremembe, vendar je bila obratnega mnenja. Zagovarjala je stališče, da bi morala država storiti veliko več na področju skrbi za družine in da je omogočanje ločitev najlažji in za državo najcenejši ukrep. Vprašal sem jo, kakšna je njena izkušnja v zakonu. Odgovorila je, da je srečno poročena čez 20 let. Na tem ozadju sem lažje razumel, da se ji možnost ločitve ne zdi tako pomembna.

Pred mojim predavanjem je Francoz poljskega rodu Michel Wawrzyniak iz Université de Picardie Jules Verne Amiens v Franciji govoril o *Soodvisni recipročni naravi psihoanalitične teorije in sistemske prakse*. Bilo mi je zanimivo, saj se s prijateljem, psihoanalitikom Jankom Bohakom, že kakšnih dvajset let vedno znova pogovarjava o razlikah in podobnostih med psihoanalizo in sistemsko psihoterapijo. In tudi o tem, kako se lahko med seboj dopolnjujeta. Tako

sem Michela, ki je v predavanju zagovarjal koristno dopolnjevanje obeh pristopov, v naslednjem odmoru prosil za njegov prispevek za naš Kairos.

Svoje predavanje sem posvetil vodilni srbski sistemski družinski terapevtki Neveni Čalovski Hercog, ki nam je v letu 2010 pomagala v procesu pridobivanja statusa izobraževalnega inštituta EFTE. Začel sem z vprašanjem, koliko od okoli 15 poslušalcev, ki jih je bilo v dvorani (potekalo je namreč več paralelnih delavnic), dela kakšno raziskavo. Dvignila se ni nobena roka. Počasi mi je postajalo jasno (še bolj tekom popoldneva in naslednjega dne), da je poudarek srečanja učiteljev na izmenjavi učiteljskih izkušenj in da je raziskovanja (pre)malo. Na delavnicah in predavanjih so prevladovala demonstracije raznih metod poučevanja.

Začel sem s kratkim pregledom stanja na področju raziskovanja psihoterapevskega izobraževanja in nato podal ključna vprašanja za mojo raziskavo, ki sem jo s skupino sistemskih edukantov začel jeseni 2010:

- Ali naj bi glede na rezultate metaanaliz zmanjšali poudarek na poučevanju psihoterapevtskih tehnik in metod, saj prispevajo le od 0 do 5 % k izidu terapije?
- Ali naj bi tudi zmanjšali delež poučevanja o teoriji psihoterapevske šole in povečali poudarek na ti. skupnih dejavnikih, ki prispevajo k izidu terapije okoli 30 %?
- Ali naj bi bolj upoštevali izveniterapevtske dejavnike, to pomeni, kaj se dogaja v klientovem življenju v času terapije, saj le ti prispevajo k izidu terapije okoli 40 %?
- Ali obstaja v tem smislu vzporednica med psihoterapijo in psihoterapevtskim izobraževanjem? To so pokazali preliminarni rezultati moje raziskave, da je študentovo življenje, to je izvenizobraževalni dejavniki, podobno kot je v terapiji klientovo življenje, veliko bolj pomembno, kot sem si mislil in kot je to upoštevano v dosedanjih raziskavah. Npr. akutni in kronični stres, pregorevanje in razni izjemni dogodki (npr. ločitve, finančni polomi in stiske, izgube služb, brezposelnost, hude bolezni) so pretresali večino mojih edukantov.
- Ali naj bi zato v izobraževanju dali večji poudarek temu, kako študenti skrbijo zase (s tem v zvezi je npr. lahko dragocen vir razvijanje čuječnosti, ki je v zadnjem desetletju postala sestavni del izobraževanj v različnih psihoterapevtskih pristopih) in za kvaliteto svojega življenja?
- Ali naj bi bolj upoštevali učiteljeve dejavnike, npr. osebnost, kulturno ozadje, in to, kako se učitelj/i ujame/jo s študentom/i? Kako na izid izobraževanja vpliva čustvena vez med njimi? Še posebej, če pomislimo, da študent hodi v individualno supervizijo najmanj dve leti ali celo več k enemu supervizorju.
- Kitajski filozof Wang Jang-ming je rekel, da je krog prijateljev za učenje enako pomemben, kot je voda za ribo. Bi torej morali več pozornosti posvetiti temu, koliko prispeva k izidu izobraževanja kolegialna podpora?
- Bi bilo dobro, da postane študentov proces učenja eden od glavnih fokusov izobraževanja? Bi se študentje lahko učili na lastnem primeru in to uporabili kot prototip za razumevanje terapevtskega procesa svojih klientov? V tem primeru bi bilo spremljanje študentovega procesa učenja v dejanskem času za učitelje in študente še posebej pomembno.

Na podlagi svoje raziskave sem potem poskušal utemeljiti pozitivne odgovore na zgornja vprašanja. Na poslušalce je še posebej naredil vtis kratek pregled pomembnih izvenizobraževalnih dejavnikov, ki so v šolskem letu 2010/11 pretresali moje edukante. Označil sem jih s številkami E1, E2 itn. in v telegrafskem slogu navedel najpomembnejše dogodke oz. obremenilne dejavnike v njihovem vsakdanjem življenju:

- E1 - eno leto po ločitvi, preobremenjena z odgovorno službo in s skrbjo za tri otroke, ki so ostali pri njej;
- E2 – preobremenjen z vodstvenim položajem v tekmovalnem, na dobiček usmerjenem okolju; zaposlen na delovnem mestu, ki ni bil v skladu z njegovim osnovnim poklicem;
- E3 – ločitev po dolgoletni zunajzakonski zvezi in zbolji za rakom;
- E4, E5 – menjava službe in prekinitev partnerske zveze;
- E6, E7 – v fazi prebolevanja ločitve od partnerja in resne težave na delovnem mestu;
- E8 – problemi s partnerjevim otrokom iz prvega zakona;
- E9 – izjemno huda finančna kriza (bankrot družinskega podjetja) s posledično zakonsko krizo na robu ločitve;
- E10, E11 – poleg študija psihoterapije istočasno še v enem fakultetnem študiju;
- E12 – prekinitev partnerske zveze;
- E13 – rojstvo otroka;
- E14 – preobremenjen na delovnem mestu in istočasno v dveh psihoterapevtskih izobraževanjih;
- E15 – dolgoletna zakonska kriza na robu ločitve, vodstveni položaj v službi, preobremenjen.

Še bolj pomembno zame pa je bilo, da sem na podlagi intervjujev, branja dnevnikov in analize odgovorov na vprašalnik, na katerega so odgovarjali vsak dan, postal kot učitelj precej bolj skromen. Kaj s tem mislite, je nemudoma priletelo vprašanje iz občinstva. Spoznal sem, da je bilo za veliko število mojih edukantov izobraževanje, in v tem okviru tudi ure, ki so jih na predavanjih, vajah in seminarjih prebili z menoj, precej manj pomembno, kot sem si mislil. Da je bilo precej bolj obrobno kot zame, saj je to bila moja služba, ki sem jo opravljal s srcem in z veliko zagnanosti. Za številne edukante je bilo najpomembnejše njihovo življenje, s katerim je izobraževanje le sem in tja prihajalo v resonanco. Velikokrat je ta resonanca v njih spodbudila konstruktivne premike procesu v osebne in profesionalne rasti, žal pa je bilo večkrat tudi obratno. Ob veliki meri kroničnega stresa so bile študijske obveznosti za nekatere kaplja čez rob, tako da so ob koncu letnika štirje edukanti izstopili iz izobraževanja. Za vse štiri sem imel jasen občutek, da so storili pametno potezo, ker sem na podlagi spremljanja njihovega procesa v okviru raziskave lažje pogledal iz vidika obremenitev v njihovem vsakdanjem življenju.

Postalo mi je tudi bolj jasno kot prej, da bi moral s tako destabiliziranim letnikom veliko bolj delati na stabilizaciji kot sem. V skladu s sinergetiko, ki je glavni teoretski okvir moje raziskave, sem namreč definiral psihoterapevtsko izobraževanje kot destabilizacijo edukantovih utečenih in porajanje novih odnosnih vzorcev, novih vzorcev vedenja, čustvovanja in mišljenja v okviru stabilnega, zaupnega in varnega odnosa med učiteljem/i in edukantom/i in med edukanti. Edukante je dovolj pretresalo življenje samo in je od njih zahtevalo spremembe v njihovem vedenju, čustvovanju, mišljenju in odnosih. Lahko bi jim dal še več prostora in časa, kot sem jim ga, da bi na skupnih srečanjih razvijali občutek varnosti in se orientirali glede tega, kako krmariti skozi zahtevne faze svojega življenja. Kadar delam s klienti v krizi, ko so močno destabilizirani, sem vedno pozoren, da jih s terapijo še dodatno ne obremenjujem. Pri delu z edukanti pa sem bil na to premalo pozoren. Lahko bi jim še bolj pomagal, da bi se učili na podlagi lastnega življenja in da bi lahko bil tak način izobraževanja, ki bi še bolj temeljil na osebni izkušnji, prototip za njihovo kasnejše delo s klienti.

Po predavanju se je kar nekaj poslušalcev zbralo okoli mene in nadaljevali smo z debato še cel odmor. To je bila najlepša nagrada za vloženi trud. Dobil sem tudi dve povabili, da pridem gostovat kot učitelj v izobraževanja iz sistemske psihoterapije – v Izrael in na Malto.

Razbremenjen skrbi sem se nato udeležil delavnice italijanskih kolegic Anne Eugenie Squitieri in Marie Laure Vittori z naslovom *Navigacija s pari: Protokol za zdravljenje*. Proces psiho-terapije parov sta predstavili z metaforo naporne plovbe po razburkanem morju: vsak par pluje od obale razočaranja do obale z novimi možnostmi. Vsak par, ki ga sprejmeta v terapijo, mora zato voditi dnevnik plovbe, v katerem vsak zase beleži pomembne dogodke in čustva. Definirali sta tri vmesne točke navigacije: začetno opremo, neizraženo željo in nove zunanje in notranje koordinate (za nov izračun poti). Za oceno začetne opreme uporabljata trigeneracijski družinski genogram. Nato pomagata paru, da vsak izrazi svojo globoko željo, ki sta jo imela, ko sta bila stara osem let. Pari, ki pridejo v terapijo, se namreč velikokrat znajdejo v ti. simetrični eskalaciji, kjer nihče noče popustiti v poskusih prevzgoje drugega. Tako se vedno znova znajdeti v začaranem krogu medsebojnih kritik, nihče noče popustiti in vse manj imata občutek, da sta kot življenjska sopotnika v istem čolnu.

Vajo izražanja globoke želje smo potem delali v trojkah. Jaz sem se znašel skupaj z izraelskima kolegicama. Ena je bila terapevtka, dva pa sva bila v vlogi para. Terapevtka naju je prijetno vodila v stik z obdobjem, ko sva bila stara osem let. Svoje spomine sva nato v tišini napisala vsak na svoj list papirja. Kologica, ki je prva poročala, je prišla v stik s svojo željo, da bi bila tako lepa kot je bila njena sestra, ki je bila lepotica in je vedno žela veliko več občudovanja kot ona. Posebno boleče je bilo zanjo, ker je sestro bolj občudoval tudi njen stric, ki ga je imela kolegica zelo rada. Nato je dobila asociacijo, da je plast nižje njena želja, da ne bi ostala sama. Bil sem presenečen, saj sem sam prišel v stik s podobno željo, kako zbežati pred samoto. Najprej sem prišel v stik s spominom na zaljubljenost v sošolko, s hrepenenjem po bližini in dotiku. Drugi spomin pa je bil, kako sem bil velikokrat očaran nad naravo, kjer sem doživljal trenutke zlitosti. Nenadoma se mi je posvetilo, da je bil skupni imenovalec beg pred težo in hladom samote. V zelo kratkem času se je v naši trojki in tudi v drugih razvilo prijetno vzdušje zaupanja in sopotništva. Voditeljici sta nato komentirali, da se prav z izražanjem globoke neizpolnjene otroške želje partnerja zagledata iz drugega zornega kota, iz katerega lahko začitita sočutje. Iz simetričnega vzorca tako preklopita v komplementarni. Terapevtki nato paru pomagata, da iz tega komplementarnega občutja redefinirata koordinate zelene skupne plovbe v prihodnosti.

Popoldan sem obiskal delavnico izraelske staroste družinske terapije Noge Nabarro Rubinstein z naslovom *Kako postati močan pobudnik spremembe v družinski terapiji in izobraževanju*. Gospa je imela odločen moški nastop, tako da beseda močna v naslovu njene delavnice ni bila naključna. Tudi njene razlage so se stalno gibale po robu linearnega modela, kjer terapevt nekaj naredi klientu oz. klientskemu sistemu in ta se potem spremeni. Nato nam je pokazala video svojega dela z družino, kjer se je mama z devetletnim sinom, ki je bil identificirani klient zaradi težav v šoli, ponovno poročila in v novem zakonu rodila hčerko. Sin in očim nista mogla vzpostaviti stika. Terapevtka se je v tem primeru izkazala z izjemnim sočutjem do vseh članov družine in je v sami seansi uspela prispevati k spremembi odnosa med sinom in očimom. Prišlo je do pravega trenutka srečanja, kot bi rekel Daniel Stern. Zanimivo mi je bilo doživeti kontrast med mehko terapevtke, ki sem jo videl na videu in med njenimi bolj trdimi razlagami. Gregory Bateson, eden glavnih navdihovalcev za porajanje sistemske družinske terapije, nas ni zastonj svaril pred uporabo besede moč. Hitro nas namreč lahko tak način mišljenja zapelje v slepo ulico, v kateri spregledamo sistemsko naravo klientov in družin. Zlahka nas preslepi, da pripisujemo sebi prevelik pomen, da sebe zagledamo kot močnega terapevta, ki manipulira s klienti. Hkrati sem se še enkrat potrdil v svoji izkušnji, da video posnetek terapije pove veliko več kot besede, razlage terapevtov. In da sta si lahko tudi v velikem nasprotju. Zato tudi svoje supervizante vedno znova spodbujam, da mi prinašajo avdio ali video posnetke svojih seans s klienti.

V Bruslju je bilo v času konference nenavadno toplo in sončno vreme. Končno sem ujel dve prosti uri za sprehod po eni glavnih alej, ki me je pripeljala do ogromne, pompozne Palais de Justice, zgrajene v antičnem slogu z velikimi stebri. S ploščadi pred palačo se je odprl čudovit razgled na velik del mesta. Ko bi bila le pravičnost tako mogočno prisotna v naših družbah, kot se ta stavba s pozlačeno kupolo dviga nad vse v bližini. Morda pa so morali snovalci in graditelji te veličastne stavbe prav zaradi pomanjkanja pravičnosti seči tako visoko v nebo? Pred palačo je namreč zame pomenljivo stal velik spomenik žrtvam prve in druge svetovne vojne.

Kaj hitro pa sem se moral vrniti proti hotelu, ker smo imeli udeleženci konference zvečer še skupno večerjo v tipični belgijski restavraciji. Na poti sem v kavarni ob glavni aleji opazil Maltežanko Carmen in njenega kolega Charlesa Azzopardija, s katerim sem našel prijeten stik že dopoldan po svojem predavanju. V živahni debati smo nato skupaj nadaljevali pot proti belgijski restavraciji Bugatti. V predverju je bilo veliko slik teh slavnih avtomobilov in v knjigah smo si lahko prebrali o njihovi zgodovini.

Pri mizi sem se znašel skupaj s Charlesom in z norveškima kolegoma. Z enim od njih, Perom Jensenom, rednim profesorjem družinske terapije iz Univerze v Oslu, sva hitro našla skupno temo – akademizacijo psihoterapije. Bil je prijetno presenečen nad projektom fakultetnega študija psihoterapije Univerze Sigmunda Freuda, jaz pa tudi, ko mi je povedal, da na Univerzi v Oslu že dvajset let uspešno poteka dodiplomski in podiplomski študij iz družinske terapije. Trenutno študira okoli 400 študentov, okoli 120 pa se jih vsako leto vpiše na novo. Interes je velik in zaenkrat ne čutijo prav nobene krize. Per je bil v EFTI skupaj s kolegi iz Irske in Francije tudi med pobudniki evropskega magistrskega študija družinske terapije, ki pa je zaenkrat obstal na mestu. Per je potožil, da tudi zaradi pomanjkljive podpore v EFTI. Zame je bila to pomembna informacija, saj sem se tudi sam srečal z veliko odpori v različnih evropskih psihoterapevtskih krovnih organizacijah proti akademizaciji psihoterapije. Per je sicer doktoriral na Tavistock kliniki v Londonu, kjer sta se tudi spoznala s Charlesom. Tudi njega je podobno kot mene zanimal vpliv terapevtovega osebnega življenja na njegovo terapevtsko delo. Charles pa je delal doktorat o fantazijah parov o skupnem življenju pred poroko in eno leto kasneje. Norvežana sta z veliko vnemo pila dober bordojec, ki je popravil vtis sicer povprečne večerje. Vendar večerja ni bila pomembna, neformalno druženje mi je kot že tolikokrat prineslo veliko novih informacij in stikov. Dobro vino pa nam je pomagalo, da smo zajadrali tudi v bolj lahkotne in osebne teme. Tu se je izkazal zgovorni in dobrodušni Charles, ki nas je presenetil z informacijo, da veliko časa posveča delu na zemlji. Na jugu Sicilije je kupil posestvo in posadil velik nasad oljk. Tako sam prideluje odlično oljčno olje. Vse prisotne nas je povabil, da ga obiščemo in dobil sem občutek, da misli resno. Zainteresiran je tudi bil, da bi naredila izmenjavo, da pride on učiti v Ljubljano, jaz pa na Malto, brez honorarjev, samo za pokritje stroškov s potjo in bivanjem. Zdelo se mi je dobra ideja, že ko mi jo je povedal prvič, po mojem predavanju.

V nedeljo dopoldan sem se udeležil še zadnje delavnice Romunke Elene Ceuce, ki sem jo pred tem spoznal na zajtrku v hotelu in sva v trenutku padla v živahno debato. Njena delavnica je imela naslov *Poleg normativnih ravni izobraževanja*. Všeč mi je bila glavna ideja, da je poleg normativnih ravni v izobraževanju še veliko drugih ravni, ki so bolj ali manj neodvisne od administrativnih norm. Edukant postane družinski terapevt preko vseh ravni, pa če se jih zaveda ali ne. Če so vse oči uprte v normativne ravni, ostane skrito, kaj se dogaja na bolj osebnih ravneh. Če bi več vedeli o njih, bi po mnenju Ceuce potovanje postalo bolj varno, prijetno in bogato. Na delavnici naj bi predstavila svoj model, ki ga je razvila s pomočjo opazovanj, vprašalnikov in fokusne skupine. Od tega potem ni bilo nič, saj se je razvila debata o različnih izkušnjah ude-

ležencev delavnice, ki so se je udeležili skoraj vsi vodje z Elkaimom na čelu. Po delavnici sem z Eleno podelil svoje razočaranje, da sem pričakoval več nje in manj od že znanih obrazov in avtoritet. Povedala mi je, da je delno to naredila tudi zavestno, saj so njeni učitelji, kot npr. Tom Andersen, poudarjali, kako pomembno je, da vodja skupine ustvari odprt prostor, ki ga zapolnijo člani skupine. S tem je indirektno pokazala svoj način dela. Ni me popolnoma prepričala, saj so delavnice po mojem mnenju tudi za to, da se predstavijo vodje, še posebno, če so to napovedali v povzetku delavnice.

Na zaključnem plenumu smo izbrali mesto naslednjega srečanja septembra 2012. Med tremi kandidati sem tudi sam malo pripomogel k temu, da so bili izbrani Makedonci in Ohridsko jezero kot kraj konference. Udeleženci so imeli namreč slabo predstavo o položaju Makedonije in o tem, kakšne so letalske povezave. Na internetu sem takoj preveril in jim postregel s svežimi podatki. Dokončno so jih prepričale ugodne cene letov iz nekaterih večjih evropskih mest, kot sta npr. Rim in Bruselj.

Zanimiv detajl zame je še bil, ko je Elkaim ob zaključku mimogrede komentiral, da je bil štiri leta vključen v delovno skupino za pripravo belgijskega zakona o psihoterapevtski dejavnosti in da so pripravili odličen osnutek. Ko je pred letom dni prišlo do menjave vlade in nato do enoletnega obdobja brezvladja, pa je njihov elaborat pristal v predalu. Ker sem sam prisostvoval podobnemu scenariju z osnutkom slovenskega zakona o psihoterapevtski dejavnosti, ki je z menjavo ministra za zdravje poleti 2010 prav tako obležal v predalu, mi je bilo v olajšanje, ker se je Elkaim sproščeno nasmejal svojemu spodletelemu poskusu. Olajšanja mi ni prineslo to, da tudi Elkaimu in kolegom ni uspelo, pač pa njegova sproščenost in sprejemanje neuspeha. Spomnil sem se tudi misli, ki mi je pomagala: Pomembno je, da sem naredil vse, kar je bilo v mojih močeh. Ni toliko važno, ali mi je uspelo ali ne. Morda ima tudi Elkaim podobno življenjsko filozofijo.

Popoldan se je v sončnem Bruslju hitro izpolnil s srečanjem z daljnimi sorodniki, v prečudovitem starem delu mesta, večer pa na simfoničnem koncertu. Eden od bruseljskih orkestrov je v prenovljeni koncertni dvorani, za katero je originalni načrt spet naredil arhitekt Horta, sijajno izvedel dela belgijskega skladatelja, Debussyja in Brahmsa. V Ljubljano sem se vrnil zadovoljen, da sem poleg spodbudne konference prvič doživel tudi nekaj Bruslja, in odločen, da grem naslednje leto na Ohridsko jezero. Srečanje z učitelji ima posebno kvaliteto, ki je običajen kongres nima.
