

Robert MASTEN

Teorija osebnosti v integrativni terapiji

Personality theory in integrative psychotherapy

Povzetek

Teorija osebnosti je umeščena na stvarno – pojasnjujočo raven *drevesa znanosti* kot teoretičnega okvira sistematične *metaintegracije*. Osebnostni razvoj temelji na bioloških osnovah in v skladu z *aksiomom koeksistence* in *teorije intersubjektivnosti* poteka v celotnem življenjskem obdobju v kontekstih socialnih mrež oz. konvojev. Osebnost lahko shematsko opišemo kot v kontekstih in v kontinuumih delujoče intra- in interpsihične procese ter strukture sebstva, jaza in identitet. Sebstvo je temelj osebnosti, ki se s pomočjo funkcij jaza vedno znova uresničuje v stiku z različnimi okolji in tako tvori pet stebrov identitete.

Ključne besede

drevo znanosti, vseživljenjski razvoj, intersubjektivnost, sebstvo, ego, identiteta

Abstract

The theory of personality in integrative therapy is based on the real-explicative level of the tree of science which is the theoretical framework of meta-integration. The development of personality is based on biological dispositions and according to the axioms of co-existence and the theory of intersubjectivity, it continues to develop throughout one's life in the context of social networks. Personality can be described schematically as inter- and intra-psychical processes of self, ego and identity. The self forms the basis for the personality, which – with the help of the ego – makes itself known through contact with different environments, and forms the five pillars of identity.

Key words

tree of science, life span development, intersubjectivity, self, ego, identity

Za lažje razumevanje pojmovanja osebnosti v integrativni terapiji najprej podajam kratek opis konteksta, to je poudarkov integrativne terapije. Integrativna terapija² ima korenine v šestdesetih letih 20. stoletja in je navdahnjena z duhom prosvetljenosti, kritične drže do znanosti in do družbe, za katero je značilen družbeni angažma. V samem bistvu teoretskega okvira integrativne terapije je načelo, zajeto v izrazih *omnia mutantur, tempora mutantur* ali v japonskem *hojoki*, ki odraža vedno spreminjajoči se izraz ene in iste reke. Tako je nedokončnost ena od značilnosti integrativne terapije, ki zato zahteva nadaljnje delo, stalno integracijo novega znanja. V sodobnem času so na primer pomemben referenčni vir spoznanja nevroznanosti in biologije, tudi evolucijske psihologije. Koncepti, ki veljajo v določenem diskurzu, so začasni, kar velja tudi za teorije srednjega dosega, kamor spada teorija osebnosti.

Pogosto je težava tudi v tem, da je osebnostna teorija »zaznamovana« s težnjo, da poudari določene dele osebnosti in zavrača, podceni oz. zanemari druge. Četudi je na primer dandanes kognitivni pogled na osebnost moderen in verjetno tudi primeren za integracijo drugih teorij, ker interne kognitivne strukture vedno usmerjajo percepcijo, interpretacijo, komunikacijo, gre še vedno za »top down« pristop, ki je lahko občutljiv za težnje k selektivnemu poudarjanju zgolj določenih delov osebnosti, kar konec koncev nakazuje že sam naziv te velike skupine usmeritev. V psihologiji so med najbolj sprejetimi »bottom up« pristopi, kjer pa so v nasprotju s »top down« pristopom subjektivne tendence minimalizirane, in sicer z analizo opisov osebnosti, na primer leksikografski pristopi, model »Velikih pet« (Costa in McCrae, 1989), »Velikih 7« (Tellegen in Waller, 1987) ali pa analize patoloških vidikov osebnosti, npr. Harkness in McNulty (1994). »Naturalistična« raba tega načela se kaže v trditvi prof. Petzolda v neki priliki, da »je njegov največji učitelj psihologije jezik, saj jeziki odražajo vse, kar je človeško«.

Vinjeta:

Evolucijska teorija predstavlja eno od možnosti za integrativni okvir razumevanja osebnosti. Poiskati integrativni model pomeni poiskati organizirajoča načela, ki presegajo vprašanje osebnosti. Kot prvo organizirajočo zakonitost in temeljno potrebo vsakega organizma evolucijska teorija navaja preživetje. Poleg tega gre tudi za izboljševanje oz. kakovost življenja, torej za vprašanje polarnosti ugodja. Drugo organizirajoče načelo je prilagoditev na okolje, ki je lahko pasivno ali pa aktivno (spreminjanje okolja, interveniranje). V terminih psihološkega razvoja je ta polarnost ontogenetsko izražena v razvoju avtonomije. Če je bil v fazi preživetja sistem pretežno intraorganizmičnega značaja, je v fazi prilagajanja sistem razširjen. Posamezniki so lahko bodisi aktivni, drugi sprejmejo to, kar jim je ponujeno, so pasivni. Tretji organizirajoči princip pa je razmnoževanje, to je maksimiranje genskega zapisa v genskem polu. Strategija je lahko zagotovitev čim večjega števila potomcev, druga skrajnost je malo potomcev, skrb staršev pa je velika. Osebnostna paralela je orientiranost nase (ang. *self orientation*) in orientiranost skrbi za druge (ang. *other nurturing*). Prva strategija so psihološka egoističnost, neobčutljivost, neskrbnost; druga pa sta zaščitniškost, družabnost (Gilligan 1981, Rushton, 1985; Wilson, 1978).

Teoretični okvir sistematične integracije predstavlja »drevo znanosti« (ang. »tree of sciences«) – sociološko zasnovano sistematiko, ki je odprta in hkrati omogoča nastajanje strukture ter teorij (teorije širokega in srednjega dosega) in praks (prakseologija in praksa), ki so pomembne

¹Imenuje se »terapija« in ne psihoterapija, ker pojmuje okvir psihe (emocije, motivacija, volja) kot preozek. Natančneje: ne ukvarja se oz. ni omejena s psihičnimi vidiki človeka (emocije, motivacija, volja), ampak z antropološko utemeljenim razumevanjem človeka (telesni, socialni, psihološki, mikro- in makroekološki ter duhovni vidik).

za psihoterapijo, socioterapijo in supervizijo. Kot praktičen postopek je ob njenem nastanku in integrativna terapija izhajala med drugim iz aktivne in elastične psihoanalize (Sándor Ferenczi), gestalt terapije (Friedrich Salomon Perls), psihodrame (Jakob L. Moreno), terapevtskega gledališča (Vladimir Iljine), terapije, orientirane na telo in gibanje, ter iz vedenjskih modifikacij (Bandura, 1977, Kanfer in Philips 1970; Kanfer, 1992). Glede filozofije so referenčni okviri IT med drugim fenomenologija in strukturalizem (Maurice Merleau- Ponty), dekonstruktivizem (Jaques Derrida), analiza diskurza in dispozitiva (Michel Foucault), filozofija »živega telesa« (nem. Leib; ang. »*living body*«, Gabriel Marcel), hermenevtika (Paul Ricœur) in etika (Emmanuel Levinas).

Sodobni avtorji, v delih katerih je zajeta zamisel integracije, kot je pojmovana v IT, so Klaus Grawe, David E. Orlinsky, J. C. Norcross in Michael J. Lambert.

Razvojni koncept IT je pojmovan kot klinična razvojna psihologija v življenjskem toku (*Life Span Development*). Za razvoj osebnosti je pomembno celotno življenjsko obdobje. Psihološki razvoj temelji na bioloških osnovah in je v vsakem življenjskem obdobju umeščen v socialno okolje (aksiom koeksistence in teorija intersubjektivnosti). IT-model osebnosti je medosebni, relacijski model. Zato se včasih ob izrazu integrativna terapija pojavlja tudi izraz *sistemska* (integrativna terapija). Na osebnost zato ne gledamo kot na individualnost, ampak kot na mrežo odnosov, socialni atom (Moreno, 1953).

Vinjeta:

Medosebna perspektiva temelji na potrebi in sposobnosti sesalcev za udeležbo v (medosebnih) odnosih, ki traja od časa pred rojstvom in do smrti. Malodane vsi pomembni življenjski dogodki so medosebne narave in večina tega, čemur rečemo osebnost, se izraža medosebno« (Frances, 1985). V življenju gre torej za odnose. Osebnost se lahko razvija samo v odnosih, kjer je edino lahko polno razumljena (Millon, 2004). Poudarek na individualizmu zahodne kulture ni v skladu s predpostavko o relacijski naravi človeka. Pogosto na primer mislimo, da »je vsak svoje sreče kovač«. Svobodna volja, v katero verjamemo, naj bi določala, kaj smo in kaj bomo postali. Drugi nas v skladu s temi predpostavkami lahko spremenijo le toliko, kolikor jim dovolimo.

Eden pomembnih izvorov medosebne perspektive je bil Harry Stack Sullivan (1892–1949), ki je želel preseči klasične analitične in medicinske modele, ki so prevladovali do sredine 20. stoletja. Po Sullivanu je osebnost »niz medosebnih položajev, ki karakterizirajo posameznikovo življenje« (Sullivan, 1953). Npr. »žena ali pa šef, predsednik vlade, otrok, celo pes me delajo norega in se bojim, da bom zaradi njih znorel«. Za Freuda je bilo samozavedanje le vrh, temelječ na oddaljenem in nedosegljivem nezavednem. Sullivan pa je menil, da izven zavestnega ne leži nič pomembnega, obstaja le self-koncept, ki se vedno znova poraja in vzpostavlja v prostorih medosebnih komunikacij, kar je podobno pojmovanje kot v integrativni terapiji. Če otroku ponavljamo, da je bad guy, bo kmalu verjel v to (teorija atribucije in samoatribucije). Sullivan je povezal psihologijo in eksistencializem. Nismo samozadostne entitete, v resnici niti ne vemo natančno, kdo smo. Self-koncept je zbirka hipotez, med katerimi nekatere sprejememo, druge pa zavrnemo. Njegovo delo vodi do znamenite razlage shizofrenije v kontekstu »double-bind« komunikacije (Bateson, Jackson, Haley in Weakland, 1956), raziskav komunikacije v družinah, neverbalne komunikacije (kinesics, kinezika).

Osebnostni model v IT sestavljajo konstrukti *sebstvo* (nem *das Selbst* oz. *Leibselbst*, ang. *self*), *jaz* (nem *das Ich*) in *identiteta*.

Sebstvo oz. »telesno sebstvo« (nem. *Leib*) je osnova, na temeljih katere se razvijeta *jaz* in *identiteta*. »Živeče telo« (nem. *Leib*) je »sedež« kognitivnih, emocionalnih in volitivnih (voljnih) vsebin v kontekstih (atmosfera, scene, vrednote) v pripadajočih telesnih fenomenih (senzomotoričnih, proprioceptivnih in avtonomnih telesnih procesih) in s spremljajočimi kognitivnimi ocenami (valuacijami) ter subjektivnimi strukturami pomena (interpretacijami).

Sebstvo vsebuje individualne in kolektivne nezavedne procese. Nastane iz vlog (socialnih), ne pa obratno (Moreno 1946). Preden *sebstvo* postane zrelo, torej relativno konsistentno, pozitivno in stabilno, v sinergiji z lastnimi čustvi, voljo in kognicijami, obstaja v nerazviti, arhaični obliki. Za to obliko je značilen potencial, ki ga nudijo nevrološke povezave, vendar se arhaično *sebstvo* v tem primeru še ni povezalo s socialnim okoljem.

Sebstvo je sestavni del življenjskega občutenja v pogojih osnovnega zaupanja. V procesih socializacije in kulturalizacije se *sebstvo* skozi simultano delovanje zaznavanja, zaznavnih obdelav ter lastne aktivnosti spreminja in razvija oz. lahko integrira posamezne dele osebnosti.

»*Jaz*« je intencionalno, delujoče *sebstvo*, ki se uresničuje vedno znova v stiku z notranjim ali zunanjim, socialnim ali ekološkim okoljem. Funkcije *jaza* so zaznavanje, prepoznavanje, obdelava podatkov. *Jaz* ima sposobnost ekscentricitete in centriranja, lahko na primer opazuje *sebstvo* v življenjskem kontekstu in v biografskem kontinuumu in je hkrati v odnosu z drugimi *sebstvi* (s socialnim okoljem). Odnosi z drugimi subjekti so bodisi v smislu približevanja ali razmejevanja. Procesi *jaza* so kot rečeno procesi v sedanjosti in *jaz* se vedno znova vzpostavlja v aktualnih stikih v socialnem in ekološkem okolju skozi kapacitete telesnosti (*Leib*). Je »*sebstvo* v akciji« (Leitner, 2010). *Jaz* se tako v življenjskem toku ustvarja v različni kompleksnosti in v različnih kvalitetah. S terminom »ustvarjanje *jaza*« imamo v mislih ustvarjanje smisla, doje-manje povezanosti različnih fenomenov, definiranje lastnega mesta v kontekstu in kontinuumu, formiranju *identitete* in podobno. Te oblike obstoja *jaza* so seveda odvisne od razvojnih in drugih kapacitet. Primarne funkcije *jaza* so zaznavanje, spominjanje, mišljenje, občutenje, hotenje, odločanje, delovanje. Sekundarne funkcije pa so integracija, diferenciacija, toleranca negotovosti in frustracije, razlikovanje vlog, kreativnosti, načrtovanja, metarefleksije. Usklajeno delovanje primarnih in sekundarnih funkcij *jaza* gradi *identiteto*.

Identiteta se vzpostavlja ob vzajemnih procesih delovanja posameznika in konteksta (na primer v socialnih mrežah) v časovnem kontinuumu. Vzajemni dialektični procesi so »*jazovi*« procesi osebnih identifikacij, samoatribucij, zunanjih pristojnosti in ocen ter njihovih predelav. Tako *jaz* ustvarja sliko o sebi na osnovi doživljanja sebe in jo sebi pripisuje, prav tako pa usklajuje zunanje atribucije z obstoječimi predstavami o sebi. Predstave o sebi so internalizirane v viacijah, torej v subjektiviziranih vedenjih na osnovi biografskega poteka v različnih kontekstih. So kognitivno zaznane in emocionalno ocenjene atribucije. Prav tako pa so internalizirane zunanje atribucije iz konvoja posameznika. Izraz konvoj se nanaša na socialne povezave v longitudinalnem smislu. Viacije so individualizirani, od življenjskega konteksta odvisni biografski intrapersonalni in interpersonalni procesi (nastanek in reševanje težav, terapije, krize, žalovanja, procesi umiranja). Na viacijah temeljijo naracije, osebni pomeni lastnih razvojnih procesov. Zorenje, razvoj in socializacija določajo nastanek osebnostnih lastnosti, ki jih lahko razumemo le v kontekstu biografsko-zgodovinskega ozadja (Petzold, 1992a). Kvalitete *identitete* so stabilnost, konsistentnost, kompleksnost, pregnantnost (Leitner, 2010).

Identiteto sestavlja pet stebrov:

1. Telesnost (nem. Leib), v slovenščini bi lahko pomen izraza Leib opisno izrazili kot »živeče telo«, individualizirano doživljanje sebe in posameznikovo »socialno telo«, način, kako se s telesom predstavlja v socialnem okolju. Je celota telesa, duše in duha (Leitner, 2010).
2. Socialna mreža so posameznikovi socialni konteksti, tisti, katerim posameznik pripada in ki pripadajo posamezniku. Sem spadajo družina, prijatelji, kolegi ...
3. Delo, sposobnosti, prosti čas in ustvarjanje so aktivnosti, realne ali potencialne, skozi katere se posameznik uresničuje in se identificira.
4. Materialna varnost in odnos do socialnega in ekološkega okolja, npr. lastnina, domovina, narava.
5. Vrednotni sistem, religiozna orientacija, svetovni nazor, ki jih prepoznavam pri sebi in mi jih pripisujejo drugi.

Ti konstrukti so razumljeni procesno, torej ne kot rigidne strukture in vsebine, ampak kot procesne sinergije, ki v neprekinjenem toku interpretacij in refleksij v kontekstu in kontinuumu vzpostavljajo fleksibilno in transferzalno identiteto.

Kot vidimo, je razumevanje osebnosti v IT tako, da ima osebnost potencial samopodporne funkcije, da ostane »zvesta sebi« in da posameznika kompetentno vodi skozi kompleksne in zanj zahtevne procese sodobnega življenja, za katere so značilni številni življenjski stili, divergentni procesi, pogosto pa tudi odsotnost upanja.

Sebstvo (nem. Das Selbst), jaz in identiteta so procesni konstrukti, ki pa so relativno stabilni, konstantni in konsistentni tudi v zahtevnih pogojih sodobnega življenja. Seveda pa lahko ta podporna in stabilizirajoča funkcija oslabi v izrazito spremenjenih življenjskih pogojih, kadar so obremenitve velike in trajne, kadar so povezane s poškodbami, npr. boleznijo, prekinitvami zvez, nezaposlenostjo, stigmatizacijo.

Osebnost vedno razumemo v kontekstu in v kontinuumu. Spremenljivke konteksta so na primer stabilne in podporne socialne mreže, zunanji viri kot služba, zadovoljiva izraba prostega časa in zadovoljstvo pri delu, materialna varnost ... Primeri spremenljivk konteksta so predelave življenjskih položajev, ki imajo vpliv na aktualne razmere in probleme, zaščitni dejavniki, ki jih lahko aktiviramo, npr. kraji, osebe, dejavnosti v življenjski zgodovini, pogled v prihodnost.

Opis teorije osebnosti kot ene od teorij na real-eksplikativni (stvarno-pojasnjujoči) ravni drevesa znanosti je na kratko povzet na sliki (zgoraj). In še z besedami: osebnost je na »živem« telesnem sebstvu nastajajoč, enkraten in kompleksen preplet funkcij in vsebin, natančneje jaza in identitet. Ta nastane in se lahko oblikuje le v kontekstu in kontinuumu socialnega in kulturnega okolja, za katerega so značilne kompleksne medosebne interakcije. V teh procesih se skozi pojave zunanjih atribucij, samoatribucij, internalizacij in identifikacij v skladu z biološko, evolucijsko ter ontogenetsko danimi kapacitetami oblikuje osebna in socialna identiteta, ki je pravzaprav identiteta telesnih, socialnih, delovnih, materialnih in vrednotnih vlog, ki stremijo k izkoriščanju svojih potencialov in k ustvarjanju ter doživljanju osebne in socialno deljenega smisla.

Literatura

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science*, 1, 251–256.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1989). The NEOPI/NEO-FFI manual supplement. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Frances, A. (1985). Validating schizotypal personality disorder: Problems with the schizophrenia connection. *Schizophrenia Bulletin*, 11, 595–597.
- Gilligan, C. (1981). In a different voice. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Harkness, A. R., & McNulty, J. L. (1994). The personality psychopathology five (PSY-5): Issues from the pages of a diagnostic manual instead of a dictionary. In S. Strack & M. Lorr (Eds.), *Differentiating normal and abnormal personality* (pp. 291–315). New York: Springer.
- Kanfer, FH (1992). *Functional analysis and behavior therapy*. AABT, Boston.
- Kanfer, F. in Philips J. (1970). *Learning Foundations of Behaviour Therapy*. New York: Wiley.
- Leitner A. (2010). *Handbuch der integrative therapie*. Springer Verlag: Wien.
- Millon, Theodore (2004). *Personality Disorders in Modern Life*. New York: John Wiley and Sons
- Moreno J.L. (1946). *Psychodrama*. Bd. 1, Beacon: Beacon House.
- Moreno J.L. (1953). *Who Shall Survive?* 2nd edn. New York: Beacon House
- Petzold, H.G., 1992a. Integrative Therapie. *Ausgewählte Werke Bd. II, 2: Klinische Theorie*, Junfermann, Paderborn. überarbeite Neuauflage (2003a).
- Petzold, H.G. (1998a): Integrative Supervision, Meta-Consulting & Organisationsentwicklung. *Modelle und Methoden reflexiver Praxis. Ein Handbuch*. Band I. Paderborn: Junfermann.
- Rushton, J. P. (1985). Differential K theory: The sociobiology of individual and group differences. *Personality and Individual Differences*, 6, 441–452.
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Tellegen, A., & Waller, N. G. (1987, August). *Reexamining basic dimensions of natural language trait descriptors*. Paper presented at the 95th annual convention of the American Psychological Association, New York.
- Wilson, E. O. (1978). *On human nature*. Cambridge, MA: Harvard University Press
-