

Miran Možina<sup>1</sup>

## **Psihoterapija brez diagnoz in njen prispevek k družbeni pravičnosti: V spomin Grahamu Barnesu (1936-2020)<sup>2</sup>**

*Psychotherapy without diagnoses and its contribution to social justice: In memoriam Graham Barnes (1936-2020)*

»Ljudje nas, psihoterapevte, vedno znova sprašujejo:  
'Kakšne vrste terapevt si? Kakšen je tvoj pristop?'  
Vsi imamo različne stile, vendar smo sprejeli predpostavko,  
da moramo biti terapevti določene vrste,  
da moramo pripadati določenemu psihoterapevtskemu pristopu.  
Kakšna potrata virov, kakšna izguba človeških zmožnosti,  
da se moramo terapevti stlačiti v majhne škatle,  
na katerih so različne nalepke.  
Po dolgih letih študija psihoterapije  
moramo postati te ali one vrste terapevti,  
namesto da bi postali človeški terapevti!  
Terapevti, ki se v popolnosti odzivajo na vsakega klienta,  
ki vstopi skozi naša vrata.«  
(Graham Barnes, 2010a: 152)

### **Povzetek**

V članku, napisanem v spomin Grahamu Barnesu, prikažem njegov projekt »refleksivne« oziroma »rekurzivne psihoterapije«, ki na krožen način obrača psihoterapijo k sebi in prevprašuje njene temeljne predpostavke. Z refleksivnim načinom mišljenja ne moremo izstopiti iz teorije, temveč lahko doživimo

1 Mag. Miran Možina, psihiater in psihoterapevt, SFU Ljubljana, miranmozina.slo@gmail.com

2 Članka ne posvečam le dragemu Grahamu, ki je umrl 9. avgusta 2020, temveč tudi svoji mami, ki je novembra 2020 odšla v šestindevetdesetem letu starosti: »Čeprav nisi prav dobro razumela moje življenjske poti, ki jo utira nekaj, kar je tudi meni nedoumljivo, in čeprav so se ti zdele čudne previsne steze, po katerih se poskuša vzpenjati moja misel, si me vedno, res vedno podpirala v moji nenasitni radovednosti, sli po učenju in potrebi po ustvarjalnem izražanju. Do konca svojih dni si dostojanstveno nosila svojo samoto, ki bi ti jo lahko pogosteje blažil z druženjem, a sem naju za to prikrajševal z vsakim tekstom, vključno s tem, ki sem ga pisal na račun prostih trenutkov.«

nekaj novega preko primerjalne epistemologije. To vključuje razvijanje teorije o teorijah in jezika o jeziku ter zavedanje, da je razlaga doživetja hkrati novo doživetje. Na podlagi lastne izkušnje učenja z Barnesom prikažem njegovo pojmovanje tragedije duševnega zdravja in psihoterapije ter njegovo prizadevanje za udejanjanje psihoterapije, ki ni osredotočena na teorijo in ki psihopatologije ne pojmuje kot odkritja temveč kot izum. Nadaljujem z osvetlitvijo treh konceptov - pravičnosti, ljubezni in modrosti – ki so po Barnesovem mnenju ključne sestavine psihoterapije kot pogovorne aktivnosti in načina prepričevanja, ki lahko prispeva k razvoju civilizacije in demokracije. Na primeru koncepta »slušne halucinacije« in vinjete iz klinične prakse prikažem, kako lahko refleksivna psihoterapija preokvirira psihopatologijo, tako da prepreči patologizacijo, objektivizacijo in stigmatizirajoče družbene vplive psihiatričnih diagnostičnih kategorij. Sledi umestitev Barnesove dialoške refleksivne psihoterapije med postmoderne konstruktivistične prakse. Njena načela, ki naj bi pomagala psihoterapevtom do večje učinkovitosti in raznolikega odzivanja na enkratnost vsakega klienta, so potrdile sodobne raziskave o procesu in izidu, iz katerih so se izluščili ključni skupni dejavniki učinkovite in uspešne terapije, ki so podlaga za na klienta usmerjen pristop. Zaključim s prikazom, kako je Barnes že od otroških let ustvarjalno in nekonformistično prestopal meje ter se postavljajl po robu nepravičnim družbenim omejitvam.

Ključne besede: refleksivna psihoterapija, dialogoterapija, rekurzivnost, epistemologija, psihodiagnostika, kibernetika drugega reda, konstruktivizem, socialni konstrukcionizem, tragedija, napuh, pravičnost, ljubezen, modrost, postmodernizem, skupni in specifični terapevtski dejavniki, Dodo razsodba, na klienta usmerjen pristop, učinkovitost, uspešnost, nekonformizem

### Abstract

This article, which is written in memory of Graham Barnes, describes his project of »reflexive« or »recursive psychotherapy«, which uses circular logic to turn psychotherapy back onto itself to bite its own tail to investigate its basic premises. With reflexive thinking we cannot step out of theory, but rather into another experience through a comparative epistemology. This entails developing a theory about theories, a language of language, an explanation of someone's experience that is also their experience. On the basis of my personal learning experience with Graham Barnes I describe his understanding of the tragedy in mental health and psychotherapy and his endeavours for the realization of psychotherapy which is not theory centered and which looks at psychopathology as invention rather than as a discovery. Three concepts – justice, love and wisdom – are then presented, which Barnes proposes as the key elements of

psychotherapy as a talking activity and a way of persuasion, which can contribute to the development of civilization and democracy. Using the idea of »auditory hallucination« and with a vignette from clinical practice, it is shown how reflexive psychotherapy can reframe psychopathology to prevent pathologization, objectivizing connotations and stigmatizing the social impacts of psychiatric diagnostic categories. It is then shown how Barnes' dialogical and reflexive psychotherapy fits with postmodern constructivist ways of practice and how its principles can help psychotherapists to improve their efficacy and flexibility in their responses to the uniqueness of each client. The principles, which Barnes is proposing, have been confirmed by contemporary process – outcome research about what works in psychotherapy and by common factors theory on which the client-directed approach is based. The article concludes with showing how Barnes since his childhood was always creatively stepping beyond limitations and as a nonconformist stood up against unjust social restrictions.

Key words: reflexive psychotherapy, dialogotherapy, recursiveness, epistemology, psychodiagnostics, second-order cybernetics, constructivism, social constructionism, tragedy, hubris, justice, love, wisdom, postmodernism, common and specific therapeutic factors, Dodo verdict, client-directed approach, efficacy, effectiveness, nonconformity

Slika 1

Graham Barnes na seminarju Mednarodne šole kibernetike psihoterapije leta 2006 v Peroju na Hrvaškem (foto Miran Možina).



## 1. Prvo srečanje z Grahamom Barnesom

Moje prvo srečanje z Grahamom Barnesom je pustilo tako močno sled, da ga zlahka podoživim še danes. Bil je eden tistih dragocenih trenutkov, ko se mi je bog Kairos pustil ujeti za svoj dolgi čop črnih las (Možina, 2007) in mi poklonil darilo, ki je bistveno vplivalo na tok mojega življenja. Zgodilo se je na mednarodnem psihoterapevtskem kongresu v Opatiji leta 1985. Vsak dopoldan so bila na programu kvalitetna plenarna predavanja, med njimi tudi Barnesovo z naslovom *Onstran tragedije duševnega zdravja* (*Beyond tragedy in mental health*). O Barnesu do takrat še nisem ničesar vedel. Ko pa je stopil za govorniški oder, se je v meni nekaj premaknilo, pozornost se je sama od sebe izostrila in še danes se natanko spomnim Allportove zgodbe (Allport, 1968), s katero je predavanje začel<sup>3</sup>:

»V bolnici na avstrijskem podeželju je ležal na smrt bolan pacient. Zdravniki so mu povedali, da ne vedo, kaj bi lahko bila diagnoza. So mu pa zagotovili, da bi ga verjetno lahko pozdravili, v kolikor bi jo ugotovili. Hkrati so ga obvestili, da bo bolnico v kratkem obiskal znani zdravnik, odličen diagnostik, ki bi morda lahko ugotovil, za kakšno bolezen gre. Čez nekaj dni je prispel. Ko je med vizito prišel do pacientove postelje, ga je na hitro pregledal in zamrmral 'moribundus' (latinski izraz za 'umirajoči'), medtem ko se je že podvival k naslednjemu pacientu.« (Allport v Barnes, 1994: 32)

Čez nekaj let so sestre obvestile znanega diagnostika, da ga pred oddelkom bolnice, v kateri je takrat delal, čaka nek gospod. Ko sta se pozdravila, mu je izrazil veliko hvaležnost: »Prišel sem se vam zahvalit za vašo diagnozo. Povedali so mi, da bom okreval, v kolikor boste lahko diagnosticirali mojo bolezen. Tako sem v trenutku, ko ste rekli 'moribundus', vedel, da si bom opomogel.« (prav tam)

Kar je tej zgodbi v predavanju sledilo, mi ni ostalo v zavestnem spominu. Zelo dobro pa se spomnim, kako sem bil v hipu odločen, da moram s tem predavateljem stopiti v stik in v odmoru sem ga takoj pocukal za rokav, ali bi lahko kako nadaljevala s sodelovanjem. Prijazno mi je odvrnil, da bo čez mesec dni začel z enoletnim izobraževanjem z nizom šestih seminarjev po teden dni na Hudo-linovi psihiatrični kliniki v Zagrebu. Takoj sem se prijavil in tako se je začelo najino sodelovanje, ki je trajalo do Barnesove smrti 9. avgusta 2020.

## 2. Refleksivno oziroma rekurzivno vračanje na začetek

V kibernetiskem načinu spoznavanja, ki se mu je Barnes po srečanju z Gregorjem Batesonom leta 1977 popolnoma posvetil in razvil svoj inovativni projekt t. i. »refleksivne oziroma rekurzivne psihoterapije«, je ključni koncept krožnost<sup>4</sup> (Barnes, 1994, 1997, 2002ab). Na enem od seminarjev nam je prebral nekaj verzov Thomasa Stearnsa Eliota, da bi nam s pomočjo njegove poezije pomagal razumeti, da vračanje na začetek ni zapravljanje časa, temveč dragocen del krožnega raziskovanja:

»... ne bomo odnehali raziskovati  
in konec našega raziskovanja  
bo da prišli bomo tja kjer smo začeli  
in spoznali kraj prvokrat.  
... in otrok na jablani  
ne znan, ker ni bil iskan  
a slišen, na pol slišen,  
v tišini, med valoma morja.« (Eliot, 1982: 122-123)

Ko sledimo svoji eksistencialni težnji po varnosti, gotovosti in predvidljivosti, radi pozabljamo, da v isto reko ne moremo stopiti dvakrat. Da smo stalno izpostavljeni naključnosti in nepredvidljivosti, spremembam in novim začetkom (Možina, 2010). In da je tudi naše spominjanje vsakokrat nova stvaritev, tudi ko se nam zdi, da se določen spomin ponavlja (Možina, 2002). Čudeži novega, še nevidnega, neslišanega in nezačutnega, se nam ponujajo na vsakem koraku, med vsakim vdihom in izdihom ter na vsakem drobnem postanku med njima. Tega nas je učil Barnes, ko nam je skušal tako na teoretični kot tudi izkustveni ravni pokazati, kaj pomenita refleksivnost in rekurzivnost.

Zato sem bil vesel svežine, ki je zavela po mojih miselnih in čutnih poljanah, ko sem med pisanjem tega eseja ponovno prečital Grahamovo opatijsko predavanje (Barnes, 1994: 29-36). Zazdelo se mi je, kot bi ga bral prvič in da me je Graham pričakal kot Eliotov otrok na jablani, ne znan, a slišen, ali vsaj na pol slišen, ker me ostala polovica še čaka nekje v prihodnosti, ko bom spet zastal v čuječi tišini, ki odpre uho in druge čute za novo.

Rekurzivnost torej pomeni, da se vsak proizvod določenega procesa (na primer procesa zaznavanja, interpretiranja, komuniciranja idr.) vgradi v nadaljnji proces (zaznavanja, interpretiranja, komuniciranja). Koncept »rekurzivnosti« lahko nadomesti koncept »krožnosti« (von Foerster, 1987). Vsakokrat ko kača

3 Ko je predavanje kasneje objavil v svoji knjigi *Pravičnost, ljubezen in modrost* (Barnes, 1994: 29-36), mu je dodal še predgovor z naslovom *Onstran tragedije v psihoterapiji*.

4 Barnes je tesno sodeloval s Heinzem von Foersterjem, po katerem je tudi povzel, da lahko v našem zaznavanju in komuniciranju najdemo tri vrste krožnosti: krožno zaprtost (A vodi v B, B vodi v C in C vodi v A), refleksivnost (A vodi v B in B vodi v A) in samoreferenčnost (A vodi v A) (von Foerster, 2009).

Urobor krožno oziroma rekurzivno zagriže v lastni rep, lahko rečemo, da se je ustvarila nova raven rekurzivnosti. Ni potrebno, da bi si predstavljali, da kača postane večja ali manjša, temveč je pomembno videti, da se ustvari razlika vsakokrat, ko se krog zavrti (Keeney, 1985: 22).

Če postavimo dve ogledali drugo nasproti drugemu, dobimo praktično neskončen niz odsevov in vsak od njih predstavlja novo raven rekurzivnosti. Tako si lažje predstavljamo, da je Barnesova reflektivna psihoterapija (ki si kot ključno zastavlja vprašanje o vplivu teorije) tudi rekurzivna, saj reflektivni način mišljenja odpira nove ravni rekurzivnosti.

Vzemimo za primer vprašanje, ki si ga zastavlja Barnes:

Prva raven: Kako uporabiti teorijo? Kako teorija uporablja nas?

Druga raven: Kako uporabiti teorijo teorije? Kako nas uporablja teorija teorije, medtem ko reflektiramo, da nas teorija uporablja?

Tretja raven: Kako uporabiti teorijo o uporabi teorije teorije? Kako nas uporablja teorija o teoriji teorije, medtem ko reflektiramo, da nas uporablja teorija teorije?

Četrta raven: Kako uporabiti teorijo teorije o uporabi teorije teorije? Kako nas uporablja teorija teorije o teoriji teorije, medtem ko reflektiramo, da nas uporablja teorija o teoriji teorije? Itn.

Zlahka sledimo do druge ravni, nato pa postanemo vse bolj zmedeni, če poskušamo misliti o vseh ravneh rekurzivnosti istočasno. Če pa o teh ravneh reflektiramo v času zaporedno, kot se to zgodi v reflektivnem pogovoru, lahko dodajamo ravni rekurzivnosti, ne da bi nujno pristali v zmedi. Batesonova epistemologija je krožna, zato ni le teorija, temveč tudi teorija o teoriji, ki se v pogovoru lahko rekurzivno razvija v teorijo o teoriji teorije ter v teorijo teorije o teoriji teorije itn.

Naj se torej vrnem na začetek Grahamovega opatijskega predavanja in se vprašam, kaj se lahko naučim(o) iz »moribundnega« primera danes. Barnes (prav tam) v svoji razlagi poudari, da pacientovo razumevanje diagnoze ni bilo enako zdravnikovemu razumevanju. Vsebina zdravnikove izjave ni bila pomembna. Pacient je verjel temu, kar mu je povedalo bolnišnično osebje - da bo diagnoza prinesla ozdravitev. Ni bilo potrebno, da bi pacient diagnozo razumel, kot jo je razumel zdravnik. Njegovo razumevanje ni bilo povezano z vsebino, z eksplicitnim, temveč je bilo ikonično, implicitno. Vse, kar je potreboval, je bilo, da avtoriteta izusti diagnozo v kontekstu, ki ga je pred tem pripravilo osebje.

Pacient, zdravniki, bolnica, bolnišnično osebje in drugi, vključno s priznanim diagnostikom, so sodelovali v sistemu komuniciranja oziroma v »mentalnem procesu«, kot bi temu rekel Gregory Bateson (2019a). Tega procesa ne poganjajo energije in sile, temveč razlike, razlikovanja in klasificiranje razlikovanj. Ta proces

je tudi veliko bolj stohastičen, naključen, kot bi pričakovali z vidika medicinskega modela.

Diagnostik je v skladu z medicinskim modelom s pacientom naredil to, kar je pogost pristop tudi v psihoterapiji in kar po Barnesovom mnenju predstavlja tragedijo objektivističnega razumevanja duševnega zdravja, za katerega je značilno: dualistično ločevanje telesa in psihe (pa tudi organizma in okolja, opazovalca in opazovanega, subjekta in objekta idr.), preprečevanje rasti kompleksnosti, siromašenje odnosov, zmanjševanje raznolikosti interakcij, prezrtje razlik in ignoriranje enkratnosti vsakega posameznega pacienta.

### 3. Onstran tragedije duševnega zdravja in psihoterapije

Da bi ponazoril, kako je tragedija duševnega zdravja in psihoterapije povezana z dualističnim načinom mišljenja, je Barnes na določeni točki opatijskega predavanja izvedel majhen eksperiment. Dvignil je svoji roki in vse prisotne prosil, da izberemo eno. V desni roki nam je ponudil prednosti zavestnega mišljenja z »objektivnostjo«, kritičnim mišljenjem in resnicami, ki jih zagovarjajo različne, tako znanstvene kot druge avtoritete. Odločitev za levo roko pa bi nam prinesla nezavedne procese, iskanje in preiskovanje, sanje, mite, umetnost ter razumevanje uma kot integriranega mrežja.

Če se odločimo za desno, izključimo domišljijo, nezavedno in umetnost. Zavestno mišljenje pa vse to potrebuje, da bi ublažilo svojo namenskost. Z odločitvijo za levo pa se odrečemo kritičnemu mišljenju in natančnosti, brez katere ni možno razvijati večšine ali umetniškega ustvarjanja. Tako lahko zapademo v nihanje – levo, desno, levo, desno itn. Lahko pa se izvijemo iz dvojne vezi s pomočjo uvida in ustvarjalnosti. Katera roka nam je torej ljubša?

Ker je po Barnesovem mnenju v programih varovanja duševnega zdravja prevladala odločitev za desno roko, za zavestni namen in kritično mišljenje, ki dualistično ločuje in dele zamenjuje za celoto, smo se znašli v situaciji podobni grškim tragedijam. Te so namreč opisovale, kaj se zgodi, če akterji podležejo ozkoglednosti in prezrejo širše krožne zanke oziroma ključne povezanosti v medčloveških odnosih. Pisci tragedij glavnih protagonistov, ki so bili soudeleženi v tragičnih dogodkih, niso obtoževali. Prav tako svojega prikaza človeškega gorja niso izkoristili za pridigo, pač pa so gledalcem ponudili priložnost za (tragični) uvid v odnosne vzorce, širši kontekst in krožno organizacijo medčloveških odnosov, ki se ji ni možno izogniti oziroma iz katere ni možno izstopiti. Povedano z Nietzschejevimi besedami tragedije prikazujejo, kako se naše mišljenje

in vedenje<sup>5</sup> »zvije [...] in navsezadnje zagriže v lastni rep. Takrat se nenadoma porodi nova oblika uvida - tragični uvid. Da bi ga prenesli, potrebujemo umetnost za zaščito in zdravilo«<sup>6</sup> (Nietzsche v Barnes, 1994: 36).

Tako nam je Barnes tistega dopoldneva leta 1985 v Opatiji zastavil zahtevno vprašanje: Kaj je srž tragedije duševnega zdravja in psihoterapije? Njegov odgovor je sledil zgledu grških piscev tragedij: gre za epistemologijo, za način spoznavanja in védenja, ki temelji na napuhu (Grki so temu rekli *hubris*) in ki jo je Bateson poimenoval z različnimi pojmi, kot so »konvencionalna«, »popularna«, »dualistična«, »zmedena«, »napačna«, »nepravilna«, »obrnjena«, »izkrivljena«, »nezdrava«, »patološka« epistemologija (Bateson, 2019b). Bateson je poudaril, da se napuh napaja iz »vrednot«, ki jih je namerno postavil v narekovaj, saj so zgrešene in zastarele, ker izvirajo iz časa industrijske revolucije. Povzel jih je v naslednjem seznamu:

- a. »Gre za nas proti okolju.
- b. Gre za nas proti drugim ljudem.
- c. Edini, ki kaj šteje, je posameznik (ali posamezno podjetje ali posamezni narod).
- d. *Zmoremo* enostransko nadzirati okolje in za to si tudi moramo prizadevati.
- e. Živimo znotraj »meja«, ki se ves čas širijo.
- f. Zdrav način mišljenja je ekonomski determinizem, ki maksimira eno spremenljivko, kot je na primer dobiček, namesto da bi optimizirali kompleksen niz spremenljivk.
- g. Tehnologija bo rešila vse naše težave.« (prav tam: 502)

Trdil je, da so te ideje, kljub izjemnim tehnološkim dosežkom v zadnjih 200 letih, uničujoče. Ko naša civilizacija napihuje misel, da kot najžlahtnejša stvaritev evolucije lahko premaga svoje okolje, s tem podpisuje svojo smrtno obsodbo. Enota preživetja ni človek sam, temveč človek in okolje. In če človeka v odnosu do okolja vodi napuh, se okolje oziroma narava lahko maščuje (Lovelock, 2007).

Za korekcijo ozkoglednega napuha na področju duševnega zdravja in psihoterapije je Barnes (1994: 5) predlagal, da si najprej postavimo vprašanje: Kako bi lahko razvijali psihoterapijo, ki ne bi predlagala ali vsiljevala psihopatologije

ali izhajala iz diagnostike? Prvi korak naj bi bilo spoznanje, da psihopatologija nima preproste lokacije, prav tako kot ne moremo preprosto umestiti odnosov:

»Mi sami sodelujemo v komuniciranju norosti, ki jo skušamo zdraviti, pa se svoje soudeležnosti ne zavedamo. Naša psihoterapija je norost, ki jo poskušamo obravnavati in zdraviti. Naša epistemologija – predpostavke naših diagnoz, teorij in metod – boluje za istimi napakami kot epistemologija norosti, ki jo poskuša diagnosticirati in obravnavati. Napuh naše epistemologije vzpostavlja kontekst za našo vero v 'preprosto lokacijo'. Ta lokacija potem pogoltne kontekst, sporočilo, odnos, razliko in čas. Naša tragedija je, da naša teorija in fizika, na kateri smo jo zgradili, ne priznava tragedije.« (Barnes, 1994: 30)

Za primer, ko neko slabo stvar popravljamo tako, da gre še na slabše, razpolaga slovenski jezik s sočno prisposodbo – z drekom si rit brisati. Če pogledamo, kaj se danes dogaja po svetu s širše prostorske in časovne perspektive, lahko žal ta pojav brisanja riti z drekom opazimo ne samo na področju (duševnega) zdravja in psihoterapije, temveč na praktično vseh področjih našega delovanja (političnem, gospodarskem, socialnovarstvenem, šolskem, ekološkem idr.). Ali ni to znak, da je nekaj hudo narobe z našimi temeljnimi kulturnimi predpostavkami, iz katerih ne moremo preprosto izstopiti?

Barnes je trdil, da lahko kibernetika (refleksivna, rekurzivna, sistemska, ekološka) epistemologija kot alternativa epistemologiji napuha pomaga ne le na področju duševnega zdravja, temveč na vseh področjih človeškega delovanja. Z njeno pomočjo lahko presežemo tragedijo, ki temelji na objestni ideji o neizogibnosti napredka, »ki predpisuje vse večje količine vse boljših antidepresivov, izpopolnjuje sisteme za vojskovanje ali odkriva druge načine uničevanja sosedov, da ne bi prej oni uničili nas. Če pa se odpremo tragičnemu občutju življenja, potem nas ta implicitno povabi k uzrtju našega naravnega okolja in k temu, da naše pogovore zaslišimo v sozvočju s širšo harmonijo. V psihoterapiji pomeni sprejetje tragičnega občutja povabilo k iskanju, prepoznavanju in spodbujanju celostne komunikacijske (mentalne) aktivnosti.« (Barnes, 1994: 31)

Barnes torej s pojmom »onstran« ni predlagal razrešitve tragedije, temveč premik k uvidu, da je življenje tragično<sup>7</sup> in k odkritju rekurzivnosti v tragediji. Prav tragedija naše civilizacije, ki je danes še bolj vidna kot leta 1985, potiska

5 Barnes je uvid v rekurzivno naravo našega mišljenja in delovanja pripisal tudi Miguelu de Unamunu in njegovemu konceptu »tragičnega občutja življenja« (Unamuno, 1983), ki vključuje zadržanost do preprostih idej o napredku in zavest o nepreklicni končnosti človekovega življenja.

6 Šele s kibernetiko epistemologijo pa je postalo možno krožno organizacijo odnosov in sistemske naravo mentalne aktivnosti, kot ju prikazujejo tragedije, razumeti na znanstven način. Prav Gregory Bateson (2019b) je na osnovi kibernetike epistemologije na znanstven način utemeljil, zakaj znanost potrebuje umetnost in sanje, da bi prepoznala in cenila sistemske naravo uma.

7 Sam pravim tragičnemu občutju življenja melanholično občutje, kar sem opisal v obsežnih esejih o melanholiji in depresiji (Možina, 2016a, 2017). V njima se zavzemam za depatologizacijo depresije in za takšno razumevanje depresivnega oziroma melanholičnega doživljanja, ki bi poleg medicinske zajelo tudi eksistencialno in družbeno perspektivo. Melanholično občutje lahko namreč odpira vrata v širše zavedanje in sočutje, v izostren etični čut in (ekološko) modrost. Na podoben način je Barnes razumel povezavo med tragičnim občutjem življenja ter trilogijo pravičnosti, ljubezni in modrosti.

znanost, vključno s psihoterapevtsko znanostjo, do meja (samo)zavedanja<sup>8</sup>. Da bi zdržala v tragičnem položaju in prepoznala sistemsko (ekološko) naravo uma, celo znanost potrebuje umetnost:

»Če na psihoterapijo pogledamo z vidika umetnosti, potem se nam obe pokažeta kot konstrukciji. Obe sta konstrukciji umetnika. V tem smislu je vsa znanost umetnost [...] Grki so imeli prav, ko so Apolona postavili za boga domišljije in zdravja, saj je bil hkrati zavetnik poezije in varuh zdravljenja. Tudi norost, če jo pogledamo od znotraj, torej iz izkušnje, ki jo poimenujemo 'norost', ali z vidika izkušnje zagovornika duševnega zdravja, je umetniška stvaritev, konstrukcijska dejavnost. Lahko ji, podobno kot nekaterim teorijam, manjka elegance. Zaradi zlobnosti in sovražnosti se lahko zdi grda in groteskna, kot so nekatere oblike umetnosti. Tudi umetnost ni nujno vedno lepa.« (prav tam: 35-36)

Svoje opatijsko predavanje je Barnes, sklicujoč se na Batesonovo razumevanje modrosti kot prepoznavanja krožnosti, zaključil s povabilom, ki se mu nisem mogel upreti: Ali bi lahko psihoterapevti kljub šokantnemu tragičnemu uvidu v današnje stanje človeštva in njegovo uničevalno delovanje na našem planetu razvili »modrost, zavedanje krožnosti, ljubezen do drugega ne glede na barvo kože, versko in etnično pripadnost, ljubezen do širših kontekstov komuniciranja, vključno z ekosistemom, ki zajema vsa živa bitja? Ali bi lahko ljubili drugega in ta planet do take mere, da bi prišlo do zdravljenja oziroma celjenja? Bomo našli modrost, da nas bo naučila kako?« (prav tam: 36)

#### 4. **Moje prvo leto izobraževanja z Barnesom**

Kakšen mesec po opatijskem kongresu sem se kot edini udeleženec iz Slovenije vključil v intenzivno enoletno psihoterapevtsko izobraževanje s šestimi enotedenskimi seminarji, ki ga je na Kliniki za nevrologijo, psihiatrijo, alkoholizem in druge odvisnosti Klinične bolnice »Mladen Stojanović« na Vinogradski ulici v Zagrebu vodil Barnes. Naročnik usposabljanja je bil razsvetljeno avtorski šef klinike, psihiater Vladimir Hudolin, ki se je mednarodno uveljavil na področju

socialne psihiatrije in zdravljenja alkoholizma<sup>9</sup>. Glavnina edukacijske skupine so bili psihiatri/nje in klinični/e psihologi/nje z njegove klinike, priključilo pa se je še nekaj eminentnih zunanjih strokovnjakov.

Barnes je glede na sestavo skupine osnovna izhodišča našega izobraževanja začrtal radikalno. Ko sva se zblížala, mi je kakšno leto po zaključku tega usposabljanja zaupal, da jih je namerno izostril do skrajnosti, ko je videl, kako se večina udeležencev krčevito oklepa objektivističnega medicinskega modela. Že na začetku je med drugim jasno najavil:

1. da nas ne bo učil uveljavljenih psihoterapevtskih teorij in pristopov (npr. transakcijske analize (TA), kljub temu da je imel uradni status učitelja in supervizorja v Mednarodnem združenju za transakcijsko analizo), ker vključujejo teorijo psihopatologije, ki jo pri delu s klienti tudi same proizvajajo, da bi jo lahko potem »zdravile« in
2. da nas ne bo učil terapevtskih tehnik in metod, ker obstaja nevarnost, da bomo z njimi poskušali manipulirati s klienti, namesto da bi vstopili v pristen in iskren odnos z njimi.

Namesto tega nam je predaval o Batesonovem pionirskem raziskovanju epistemologije psihoterapije in psihiatrije, ki ga je leta 1951 opravil skupaj s psihiatom Jurgenom Rueschem (Ruesch in Bateson, 1951), in o njegovih posledicah, ki so odprla možnosti povezovanja kibernetike drugega reda s psihoterapijo. V praktikumih nam je v skladu s hipnoterapevtskim pristopom Milтона Ericksona (1980) demonstriral, kako izkoristiti hipnozo kot laboratorij za proučevanje zavestnega in nezavednega sporazumevanja. Za delo v malih skupinah pa nam je dal naslednja navodila, ki so temeljila na Batesonovih ugotovitvah (Bateson v Barnes, 2002a: 40):

1. naredite temeljno razliko med teorijo psihopatologije in diagnoze (ki temelji na kvantitativnih konceptih energije) na eni strani ter uporabo teorije pri terapevtskem delu (ki se odvija v medsebojnem

8 Na tem mestu se je Barnes ponovno spomnil na Unamuna, ki je v tragičnem človekovem prizadevanju za lastno rešitev videl le boj za zavest oziroma spremembo zavesti (Unamuno v Barnes, 1994: 35).

9 Vladimir Hudolin je že leta 1953 v psihiatrični bolnici uresničil koncept "odprtih vrat" in s tem v povojni Jugoslaviji utiral pot socialni psihiatriji. Duševne motnje je videl kot večdimenzionalen ekološki in interakcijski ter ne le biološki oziroma organski problem. Med drugim je po celi Hrvaški razširil učinkovito mrežo klubov zdravljenih alkoholikov, ki so imeli ključno vlogo v njihovi psihosocialni rehabilitaciji. Kljub svoji naprednosti v psihiatričnih krogih pa bi si glede na njegovo osebnost, način komuniciranja, pa tudi glede na nekatere njegove strokovne poglede, težko zamislil večje nasprotje od Barnesa. Tako nam je na primer Graham ob neki priliki poročal, kako mu je Hudolin v pogovoru na štiri oči dejal: »Vsi alkoholiki so isti.« Vendar sta se kljub temu, da se je Barnes stalno zavzemal za to, da nista dva človeka ista (in tudi za odpravo poimenovanj v smislu »alkoholik«, »shizofrenik«, »obsesivec« ipd., ker so se mu zdela stigmatizirajoča), s Hudolinom dobro razumela, saj je ta gojil globoko spoštovanje do Barnesove strokovne širine in karizme.

- sporazumevanju) na drugi strani<sup>10</sup>. S tem v zvezi je Barnes pričakoval, da se bomo kritično naravnali do na teorijo osredotočene psihoterapije in psihiatrije;
2. vključite opazovalca in teoretika v razpravo o sistemu psihoterapije oziroma psihiatrije, psihoterapevta oziroma psihiatra pa v pogovore o terapevtskem procesu. Tu nas je Graham vabil v kibernetški obrat, v katerem naj bi se kot psihoterapevti in psihiatri ozrli nase in na svojo udeležnost v procesu pomoči ter tako sestopili s položaja nepristranskega in nevtralnega interakcijskega partnerja;
  3. podvrzite konstrukcije psihoterapevtskih in psihiatričnih teoretikov vašemu psihoterapevtskemu oziroma psihiatričnemu proučevanju. Glede tega je Barnes od nas pričakoval, da bomo prišli do uvida, da so naša t. i. »ekspertna«, »objektivna« opazanja oziroma »dejstva«<sup>11</sup> zgolj konstrukcije, interpretacije in puntuacije, ustvarjene v jeziku naših teorij patologije in pomoči ter da jih je zato potrebno stalno reflektirati;
  4. vključite terapijo v opazovanje, s čimer naj bi ustaljeni raziskovalni osredotočenosti na klientski sistem in terapevtske izide v refleksijo dodali še na teorijo osredotočenega psihoterapevta oziroma psihiatra, njegova opazanja kot avtorske konstrukcije in celotni terapevtski proces oziroma kontekst;
  5. bodite pozorni na časovni zaostanek teorij, saj »teoretiki lahko gradijo svoje teorije samo na osnovi tega, kar so praktiki delali včeraj. Jutri bo praktik zaradi teh teorij naredil nekaj drugega« (Ruesch in Bateson, 1951: 272).

Ker je bila večina udeležencev izobraževanja že veliko let trdno usidrana v zdravstvenem sistemu in prepojena z objektivističnim medicinskim modelom, je ta izrazito konstruktivistična izhodišča doživela kot neprijetno provokacijo in jih zavračala, medtem ko sem bil sam nad njimi navdušen. V tako elitni skupini sem veljal za privesek, za zelenega novopečenega zdravnika brez praktičnih izkušenj, ki ga niso jemali prav resno. To me je rešilo, saj sem se okoli ključnih izhodišč našega izobraževanja kmalu začel z njimi tako ostro konfrontirati, da

10 Čeprav Bateson ni bil proti uporabi vsakršne teorije v interakciji terapevtske pomoči, pa je izrecno opozarjal na nevarnosti uporabe teorije psihopatologije (ki običajno vključuje teorijo osebnosti), saj terapevt skozi njeno optiko ugotavlja in poimenuje določeno kategorijo duševne bolezni oziroma motnje ter jo nato v skladu s to teorijo zdravi (Ruesch in Bateson, 1951). Seveda so tudi drugi znani avtorji podobno opozarjali. Na primer Karl Kraus: »Psihoanaliza je duševna bolezen, za katero meni, da jo zdravi.« Jerome Frank: »Psihoterapija je vsaj do neke mere edina oblika zdravljenja, ki ustvarja bolezen, ki jo potem zdravi.« Ob tem se je Frank skliceval na Karla Jaspersa: »Terapevtske šole nezavedno gojijo pojave, ki jih potem zdravijo.« In še splošnejša Batesonova izjava: »In povedal sem vam nekaj o samopotrjujoči moči idej: da svet deloma postane – se poraja v - to, kakor si ga predstavljamo.« (vsi citati v Barnes, 1994: 5)

11 Glede vprašanja objektivnosti je zanimivo Laingovo razlikovanje med pojmom »data« in »capta«, To, kar v znanosti velja za »data«, torej za »objektivne«, surove podatke, so dejansko »capta«, torej izbrani, skonstruirani podatki (Laing v Keeney, 1985: 21).

bi se gotovo odvrnili od mene, če bi me dojemali kot enakovrednega. Tako pa so me s starševsko dobrohotnostjo prenašali, se mi nasmihali in me sem ter tja celo pokroviteljsko potrepljali po ramenu, češ da bom po nekaj letih dela z duševnimi bolniki že videl. Krčevito so se oklepali svojih pregledno strukturiranih psihoterapevtskih in psihiatričnih teorij, metod in tehnik, za katere so menili, da specifično naslavljajo in zdravijo duševne motnje, diagnosticirane na podlagi veljavnih in zanesljivih psihiatričnih klasifikacij. Objektivistična epistemologija jim je dajala občutek varnosti in strokovno avtoriteto, ki je niso hoteli postaviti pod vprašaj.

Na delih seminarja, kjer je bil Barnes prisoten, so glavni apostoli objektivizma v edukacijski skupini ostajali gosposko zadržani in zgolj intelektualno kritični. Ko pa smo delali sami v malih skupinah, so brez zavor izražali vso svojo frustracijo, tako da so čustva pljuskala čez rob in večkrat smo bili bolj podobni pacientom kot terapevtom. Če ne bi bilo strogega šefa Hudolina, ki se sam seveda izobraževanja ni udeležil, je pa zahteval stoprocentno udeležbo in tudi poskrbel za natančno evidenco prisotnosti, bi večina njegovih sodelavcev in sodelavk predčasno prekinila z izobraževanjem. Skupinska dinamika je zaradi dvojne vezi, v kateri smo se znašli, na trenutke postala prav psihična in za las je manjkalo, da ni prišlo do tragedije. Eden od psihiatrov, ki je bil zunanji udeleženec, je namreč postal resno samomorilen in le po zaslugi Barnesove izkušenosti in tankočutne odločnosti (namreč takoj, ko kolega ni bilo na jutranje predavanje, je zahteval, da se ga gre iskat v hotel) je par kolegov in kolegic pravočasno prišlo do njegove hotelske sobe, kjer se je ravno hotel obesiti.

Ko so ga privedli v seminarski prostor, mu je Barnes takoj ponudil krizno intervencijo, ki jo je sprejel. Sledil je okoli triurni pogovor, v katerem je Graham izpeljal postopek t. i. »protisamomorilnega dogovora«, medtem ko smo se vsi ostali udeleženci posedli v polkrog okoli njiju. Do takrat še nisem prisostvoval tako ganljivemu, hkrati pa tudi učinkovitemu in lepemu terapevtskemu pogovoru. V sobi, kjer se je razvila skrajno naelektrena pozornost, niti eno oko ni ostalo brez solza. Brisali so si jih tudi tisti najtrši kolegi, tako da je bil to dogodek, ki je bil zdravilen in izceljujoč prav za vse.

Ko se je kolega pred nami razgalil v vsej svoji ranljivosti in krhkosti, je prišlo do preklopa iz simetričnega, tekmovalnega odnosnega vzorca, ki je ves čas prevladoval v skupini, v komplementaren vzorec. Za trenutek sem pomislil, da bo po tej izkušnji vse drugače, vendar si je večina kmalu spet nadela svoje rivalitetne oklepe in po letu dni je skupina razpadla, saj se tudi Hudolin ni odločil za nadaljevanje izobraževanja. Ostala pa nas je peščica visoko motiviranih, ki nikakor nismo hoteli zaključiti s šolanjem. Kmalu nam je uspelo pritegniti nove kandidate in sodelovanje z Barnesom se je v drugi polovici osemdesetih

let v okviru Oddelka za psihiatrijo Medicinske fakultete v Zagrebu postopno razvilo v podiplomski program z imenom Šola kibernetike psihoterapije (Barnes, 1993; Možina, 1993).

## 5. **Koraki k psihoterapiji, ki ni osredotočena na teorijo**

Izkušnja izobraževanja na Hudolinovi kliniki mi je pokazala, kako zahtevnega podviga se je lotil Barnes z razvijanjem psihoterapije, ki ni osredotočena na teorijo, kar je zanj pomenilo odklop od teorij osebnosti, razvojnih teorij, diagnostičnih kategorij in teorij o človeški naravi (Barnes, 1994: 5). Pomanjkljivosti na teorijo osredotočenih pristopov je videl v tem, da formulirajo probleme in iščejo rešitve s pomočjo brezčasnih, univerzalnih pojmov, nadomeščajo konkretno z abstraktnim in zamegljujejo sedanost z rekonstrukcijo preteklosti. Vključujejo tudi prepričanje, da lahko znotraj na teorijo osredotočene psihoterapije praksa deluje ločeno od teorije (Barnes, 2002b).

Sredi osemdesetih let je bila psihoterapija še veliko bolj kot danes urejena po psihoterapevtskih pristopih oziroma šolah z obiljem teorij, ki se jih je bilo veliko lažje učiti kot pa epistemologije psihoterapije. Tudi med poskusi integracij različnih pristopov (za dober pregled glej Norcross in Goldfried, 1992, 2005) česa podobnega Barnesovemu projektu ni bilo. Kljub temu da sem bil po enem letu intenzivnih seminarjev tej Barnesovi »misiji nemogoče« še veliko bolj predan kot na začetku, mi je bilo hkrati jasno, da bom potreboval še mnogo let intenzivnega dela, da bom lahko ponotranjil kibernetiko epistemologijo.

Danes se lahko z nasmehom na obrazu spominjam, kako sem v obdobju od leta 1985 do 1989, ko sem se intenzivno poglobljajal v Batesonove tekste ter dela drugih kibernetičnih mislecev (na primer Maturane in Varele, 1998; za strnjen pregled glej Možina in Kordeš, 1998), doživljal ugreze globoke zmedenosti, ob katerih pa mi v času, ko sem jih izkušal, ni bilo prav nič do smeha. Na trenutke so bili namreč, predvsem zaradi močnih valov tesnobe, povezanih z občutki depersonalizacije in derealizacije, celo podobni psihotičnemu doživljanju. Krožna logika kibernetične epistemologije mi je dolgo časa spodmikala tla pod nogami, saj so me moja dotakratna izobraževanja, od osnovne šole do medicinske fakultete, navadila stati na tleh konvencionalne, linearne, objektivistične in v najboljšem primeru reprezentacionalistične epistemologije.

Tisto, kar je meni ter številnim kolegicam in kolegom (vse več se jih je vključevalo tudi iz Slovenije) v veliki meri pomagalo, da smo vztrajali, pa so bila Grahamova predavanja in demonstracije. Kot predavatelj ni bil le izjemno informativen, temveč tudi navdihujoč. Ko smo ga poslušali, smo lahko neposredno doživljali, kako sam stopa na neznana področja, kamor se »angeli bojijo

stopiti« (Bateson in Bateson, 1987) ter kako mu naša naklonjena pozornost pomaga prenašati negotovost in napaja njegovo drznost. Tistega, o čemer nam je govoril, še ni bilo v člankih ali knjigah, tako da smo bili res priča porajanju novega. Bili smo podobni Kolumbovi posadki, ki je v daljavi slutila obljubljeno deželo, a ni točno vedela, kdaj in kje se nam obeta pristanek.

V trenutkih kriz zato seveda tudi ni manjkalo dvomov v kapitana, a če takrat za spodbujanje vztrajanja niso zalegla predavanja, ni bilo nikogar, ki ga ne bi navdušile Grahamove demonstracije pogovorov, ki jih je imenoval »fish bowl« (udeleženci seminarjev pa smo mu rekli »akvarij«). Sredi kroga je postavil enega ali več stolov in vsak se je lahko javil za pogovor z njim, medtem ko so ostali opazovali. Njegov način dela je bil učinkovit, a je hkrati dajal vtis preprostosti, naravnosti in lepote. Bil je zgled za to, kaj pomeni estetika (terapevtske) spremembe (kot je svojo knjigo o epistemologiji psihoterapije naslovil Bradford Keeney (1985)). Če bi v prostor vstopil laik, ne bi prepoznal, da gre za demonstracijo terapevtskega pogovora, pač pa bi se mu zdelo, da gre za običajen dialog. Tudi hipnotski način komuniciranja, ki mu je Graham posvečal posebno pozornost, je tekel naravno, tako da nikoli nismo imeli občutka, da izvaja neko tehniko. Če si sedel na stol in z njim doživel trans, si imel občutek, kot da si se napil žive vode, ki je za trenutek potešila žejo, za katero do takrat večkrat niti nisi vedel, da jo nosiš v sebi. Pri tem si Graham nikoli ni pripisoval zasluge za korektivna čustvena doživetja, ki smo jih doživljali v fish bowlu, temveč je vedno poudarjal, kako nastajajo na krožen, refleksiven način vmes, med nami, v intersubjektivnem prostoru, katerega so poleg njega in tistih na »vročih stoli« v središču akvarija sooblikovali tudi opazovalci s svojo čuječo pozornostjo,

Na mikro ravni konkretnih pogovorov v fish bowlu nam je bil Graham zgled za to, kar je v predavanjih vedno znova poudarjal, da namreč preseganje na teorijo osredotočene psihoterapije pomeni delati z vsakim klientom kot enkratnim posameznikom. Z vsako demonstracijo nam je na izkustveni ravni dokazoval, da je možna psihoterapija brez uporabe diagnoz in teorij osebnosti ter da je »neteoretski«, refleksiven način pogovarjanja lahko terapevtsko učinkovit in eleganten.

## 6. **Psihopatologije nismo našli, temveč smo jo iznašli**

Barnesovo vztrajno poudarjanje, da je iznajdba psihoterapije s seboj prinesla tudi iznajdbo psihipatologije in da vsak na teorijo osredotočen psihoterapevtski pristop izumlja, ustvarja in poimenuje svojo psihipatologijo, ki potem definira njemu lasten psihoterapevtski svet, ni bilo motivirano samo iz njegovih strokovnih spoznanj, temveč tudi iz bolečih osebnih izkušenj. Že pri okoli petih letih



starosti mu je namreč postala jasna njegova homoseksualna usmerjenost, zaradi katere se je zelo neposredno soočil s patologizirajočimi in stigmatizirajočimi družbenimi pritiski:

»[Kot otrok] sem živel na podeželju, kjer smo se vsi med seboj poznali. Imeli smo tudi vaškega čudaka. Nihče ni hotel biti tak kot on. Taval je okoli in si mislil svoje. Seveda zame ni mogel biti model za vlogo geja. Vendar kdo bi takrat lahko bil primeren model? Tako sem kot deček razmišljal: 'Ali bi lahko bil spoštovanja vreden in spoštovan človek ter ob tem še vedno tak, kot sem?' Mislil sem si, da je morda še kakšen deček kot jaz, vendar nisem vedel, kdo bi to lahko bil. Ko sem postal srednješolec, sem začel hoditi na zmenke z dekleti, družil pa sem se s fanti. Ko sem bil star šestnajst let, se je moja soseda razšla s fantom, ki je bil na naši šoli med najbolj priljubljenimi. Bil je dve leti starejši od mene, zelo nadarjen in vsa dekleta so v njegovi bližini omedlevala. Po razhodu z mojo sosedo me je povabil v avtokino. Ko sva bila mlajša, sem skupaj z njim in še enim dečkom večkrat hodil okoli z rokama čez njuna ramena, kar je bilo takrat običajno. Tako da sem seveda sprejel njegovo vabilo. Nadaljevanje si lahko predstavljate. Potem sva bila dve leti nerazdružljiva. Še vedno sva hodila na zmenke z dekleti in se srečevala po njih ter skupaj preživljala noči bodisi pri njem doma bodisi pri meni. Vedel sem, da nekatere skrbi, kako živim, vendar se nisem menil zanje. Ko sva se včasih družila čez dan, sem ga stisnil k sebi. Upiral se je, češ kaj če naju bo kdo videl, vendar sem mu odgovoril, da mi je vseeno. Bil sem do ušes zaljubljen (prav tako kot on) in samo to se mi je zdelo pomembno. [...]

Ob koncu srednje šole pa sem se odločil, da ne bom mogel uresničiti svoje želje po profesionalni karieri, če bodo ljudje vedeli, da sem gej. Večino 'homoseksualcev', o katerih sem bral, so napotili v 'norišnice'. Bilo mi je jasno, da moram pristati v klozetu, v kolikor se želim še naprej šolati in živeti kvalitetno. In tako sem tudi storil. Poskušal sem se prilagoditi. Da bi postal normalen, sem se podvrigel tudi psihoanalizi. Kljub temu da sem poskušal vse, kar je bilo v moji moči, da bi se 'normaliziral', mi ni uspelo.« (Barnes in Cornell, 2005: 6)

Tudi poročil se je in imel dva sinova, tako da je res poskušal narediti vse, kar je bilo v njegovi moči, da bi se »pravilno« naravnal, preden je dokončno spoznal,

da to ni mogoče in se je odločil za javno razkritje svojega gejevstva<sup>12</sup>. Kot vemo, je Ameriško psihiatrično združenje šele leta 1973 (ko je bil Graham star 37 let) umaknilo diagnozo »homoseksualnost« iz druge izdaje psihiatričnega diagnostičnega priročnika DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders). Žal pa so jo tudi psihoterapevti obravnavali kot patologijo in jo poskušali »zdraviti«, med drugimi tudi utemeljitelj transakcijske analize Eric Berne.

V svoji doktorski raziskavi z naslovom *Psihopatologija psihoterapije: kibernetika študija teorije* (Barnes, 2002a), na kateri je delal v drugi polovici devetdesetih let in na začetku tega tisočletja<sup>13</sup>, je tako Barnes na konkretnem primeru prikazal Berneovo zlorabo »zdravljenja« homoseksualnega klienta na podlagi TA teorije skriptov. Prav tako je s pomočjo konkretnih primerov pokazal škodljivost uporabe TA teorije iger pri zdravljenju alkoholizma in teorije ego stanj pri zdravljenju shizofrenije.

V Barnesovi kritiki na teorijo osredotočene psihoterapije torej ne gre za droben kozmetični popravek, temveč nam lahko pomaga odpreti oči za temachno in skrito plat psihoterapije, za njeno zlorabo z izjemno škodljivimi posledicami za kliente. Barnes ni bil nikoli polovičarski, temveč vedno do zadnjega vlakna zavzet tako v vlogi terapevta za upoštevanje enkratnosti vsakega posameznika kot v vlogi socialnega aktivista v prizadevanjih za enakopravnost marginaliziranih manjšin. Zato mu ni bilo nikoli in nikjer lahko, ne med kolegi v strokovnih združenjih ne v civilnih družbenih iniciativah za uveljavljanje demokracije, čeprav je bil predvsem in v prvi vrsti zahteven do sebe in veliko manj do drugih. Tudi če je kdaj na koga obtožujoče pokazal s prstom, ga je v naslednjem trenutku reflektivno obrnil k sebi. Predobro se je namreč zavedal, podobno kot njegov vzornik Bateson, da se tudi sam ne more izogniti predpostavkam napačne epistemologije, ki kot samoumevne iz nezavednega na škodljiv način vplivajo na naše mišljenje in delovanje. Za korekcijo je zato v prvi vrsti potrebno stalno čiščenje pred lastnim pragom, torej stalna (samo)refleksija lastnega mišljenja in delovanja.

12 Ker se Barnes v političnem vzdušju Reaganovega obdobja (1981-1989) kot družbeno angažiran gej ni mogel odprto izražati ter svobodno uveljavljati svojih državljskih pravic in profesionalnih prepričanj, je sprejel povabilo za selitev na Švedsko. Leta 1983 se je nastanil v Stockholmu, kjer si je ustvaril boljše življenjske pogoje za svojo gejevsko identiteto. Leta 1996 je pridobil tudi švedsko državljanstvo. Ko sem ga leta 1985 spoznal, je bil odkrit gej in se je v tej razkritosti zelo dobro počutil. Na seminarjih in v osebnih stikih je vedno odprto govoril o svojih gejevskih izkušnjah, pogosto pa je s sabo pripeljal tudi svojega dolgoletnega partnerja Stephanosa Giotasa (s katerim je na Švedskem skupaj živel in se z njim tudi poročil), ki mu je pomagal kot asistent. Kot par sta bila Graham in Stephanos zelo sproščena in prisrčna, tako da sta nam, udeležencem seminarjev, nehote in mimogrede pomagala, da smo mehčali svojo homofobno držo, zabeljeno z bogatim jugoslovanskim (in v devetdesetih tudi postjugoslovanskim) »homič« besednjakom in »peder« folkloro.

13 V svoji doktorski raziskavi je Barnes nadaljeval z raziskovanjem psihoterapije drugega reda oziroma reflektivne, rekurzivne psihoterapije, kjer je bil še naprej viden ključen vpliv Batesonove epistemologije (Bateson, 1962, 1985, 1987, 2019ab; Bateson in Bateson, 1987; Možina in Barnes, 2019), von Foersterjeve kibernetike drugega reda in konstruktivizma (Foerster, 1987, 2003, 2009, 2014; Segal, 2001), Paskove teorije konverzacije (Barnes, 1993, 2001; Pask, 1975ab, 1987, 1992, 1993) in (neo)pragmatizma Richarda Rortyja (1979, 1989, 1999).

Zato naj opozorim, da resen in poglobljen študij Barnesovega opusa za nikogar (vključno z menoj še danes) ne more biti mačji kašelj. Zakaj ne? Ker nam prinaša spoznanje, da nihče ni varen pred zlorabo psihoterapije. Vsi psihoterapevti smo neprestano izpostavljeni nevarnosti, da nas naše teorije uporabijo na način, ki je škodljiv za naše kliente in posredno tudi za nas same ter za kontekst, ki ga skupaj s klienti soustvarjamo in v katerega smo hkrati skupaj ugnjezdni. Glavna ost Barnesove kritike uporabe teorije v psihoterapiji (in nasploh na vseh področjih človeškega delovanja) je uperjena prav k meni in tebi ter vsem običajnim psihoterapevtom, ki »dobro v srcu mislimo«, imamo dobre namene in ki se imamo (in nas tudi drugi imajo) za dobre ljudi. Ne gre torej toliko za tiste psihoterapevte, ki svoje kliente zavestno zlorabljajo čustveno, finančno ali spolno, ki se preračunljivo tako ali drugače okoriščajo, ki so malomarni, nesočutni, narcistični itn., tam so stvari bolj ali manj jasne. Pač pa gre za nas, ki se stalno izobražujemo, beremo ter pišemo članke in knjige, širimo svoje teoretsko znanje, poskušamo ravnati odgovorno in v skladu z doktrino ter se zato imamo za dobre terapevte.

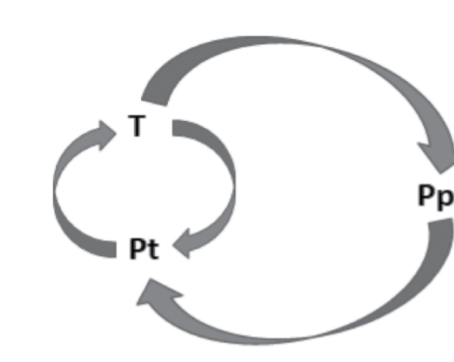
Zato tako Bateson kot Barnes kot obliko preventive in kurative proti zlorabi teorije predlagata, da vsak dan reflektiramo svojo epistemologijo in svojo psihoterapevtsko prakso, tako kot vsak dan skrbimo za telesno higieno ali čistočo svojih bivalnih prostorov. Tako se lahko na primer že zjutraj pri umivanju zob spomnimo, da psihopatologije nismo našli oziroma odkrili (to pomeni, da nam ni bila dana), temveč smo jo v kontekstu psihoterapije z uporabo teorije iznašli. Nato lahko tekom dneva v svojih ordinacijah z uporabo krožne logike kibernetike psihoterapijo od klientov obrnemo nazaj k sebi, še posebno takrat, ko v določenem klientu zagledamo tako ali drugačno psihopatologijo.

Ob tem si lahko pomagamo še z nazorno sliko (glej sliko 2), ki predstavlja osnovno tezo Barnesove doktorske raziskave:

»Odnos med psihopatologijo in psihoterapevtsko teorijo je krožen, kar je v izrecnem nasprotju s prevladujočim pogledom, ki pravi, da je odnos linijsko enosmeren. Teorija (T) torej ustvarja psihoterapijo (Pt) v enaki meri, kot psihoterapija ustvarja teorijo; psihoterapevtska teorija (Pt - T) ustvarja psihopatologijo (Pp) v enaki meri, kot psihopatologija ustvarja psihoterapevtsko teorijo (Pt - T)« (Barnes, 2002a: 13) (glej sliko 2).

Slika 2

Krožni odnos med teorijo, psihoterapijo in psihopatologijo (Barnes, 2002a: 13)



Psihoterapija torej predlaga psihopatologijo in jo uporablja, kot je definirana v logiki teorije. Vsaka psihopatologija je logična posledica teorije in hkrati predstavlja razlago logike te teorije. Teorija spreminja teoretike in psihoterapevte kot tudi kliente. Ko psihopatologijo umestimo v kliente oziroma jim psihopatologijo pripišemo, jih teorija spremeni v svoje subjekte.

Pragmatična vrednost oziroma uporabnost teorije je v tem, da ustvarja vzorce in s tem prispeva k poenostavljanju, k zmanjševanju kompleksnosti, s katero se stalno srečujemo pri terapevtskem delu pa tudi v življenju nasploh. Brez redukcije kompleksnosti bi se velikokrat težko orientirali in odločali ter sklepali pragmatične kompromise za učinkovito ravnanje v skladu z našimi nameni. Ko pa pri terapevtskem delu za orientacijo in pomoč pri odločanju o tem, kako postopati, uporabljamo psihopatološke kategorije, ne bi smeli pozabiti, da temeljijo na teoriji, ki nikoli ne more v celoti zajeti bogate raznolikosti doživljanja in ravnanja naših klientov. Ena od posledic tega, da so teorije vedno podobne Prokrustovi postelji, je, da stalno vznika potreba po širjenju obstoječih teorij, to je po dodajanju kompleksnosti, zaradi česar lahko teorija (in posledično tudi psihopatologija) postane vse manj privlačna, saj je njen osnovni namen poenostavljanje. Prav to se je v zadnjih desetletjih zgodilo tudi z ameriško psihiatrično klasifikacijo, v kateri je v zadnjih desetletjih prišlo do skokovitega naraščanja števila duševnih motenj: v drugi izdaji DSM jih je bilo 180, 292 v tretji, 365 v četrti in kar okoli 500 v zadnji, DSM-V različici (Verhaeghe, 2016).

Barnes se je zavzemal, da naj psihopatologije ne umeščamo v človeka, temveč jo razumemo kot posledico neuspešnega sporazumevanja med ljudmi. Psihoterapija naj bi zato omogočala razvoj sporazumevanja in zdravljenja s pomočjo komuniciranja. Klient in terapevt naj bi definirala patologijo kot pojav, ki nastaja vmes, v odnosu med njima in si za zdravljenje prizadevala s skupnimi

močmi. Patologije ne ustvarja klient, temveč interakcija. Terapevt je del patologije in del zdravljenja. Psihopatologija kot tudi psihološko dobro počutje ali zdravje definira opazovalec, gre za družbeni konstrukt. Zdravje ali bolezen ni v človeku, temveč, podobno kot nadzor v kibernetičnih sistemih, leži vmes – v odnosih in komuniciranju (Barnes, 2001: 530).

## 7. Teorija ni teritorij

Nekaj, kar bi bilo dobro, da bi si vsako jutro med umivanjem zob ponovili za naše epistemološko zdravje, je tudi znana izjava Alfreda Korzybskega, da »zemljevid ni teritorij« (Korzybski v Bateson, 2019b: 460). Barnes poroča, da je doživel epistemološki premik, na podlagi katerega je dojel globino te izjave, ko se je kot učitelj, ki je poučeval po različnih državah, zavedel, da vloge (v smislu diagnoz), ki so jih njegovi študenti pripisovali vedenju svojih klientov, konstruirajo študenti sami, medtem ko zanj empirično niso obstajale. Tako se je vprašal: »Kako vidim kliente znotraj sveta teorije? In česa ne vidim, ko gledam skozi tak način govorjenja? [...] Od te točke naprej sem začel gledati na teorijo kot na izum in ne kot na odkritje.« (Barnes 1994: 133)

Kako je mogoče, da vedno znova pozabljamo na tako očitno dejstvo, da zemljevid oziroma teorija ni teritorij, temveč izum? Kako pride do tega, da se ideje in teorije, ki najbolj vplivajo na nas, potopijo v nezavedno in se izognejo reflektivnemu mišljenju, kar ima lahko za posledico razraščanje epistemične patologije z zlorabo na podlagi (proto)teorij?

Bateson (2019: 170-171, 511) se je tem vprašanjem v svoji ekologiji idej temeljito posvetil in ugotovil:

- a. tisto, kar najbolj vemo, je tudi tisto, česar se najmanj zavedamo. To pomeni, da proces *oblikovanja navade* razvršča ideje, ki preživijo večkratno uporabo, na tak način, da niso več dostopne kritični refleksiji;
- b. v nezavedno se potopijo vse tiste splošnosti odnosa, ki so ves čas v veljavi, medtem ko se v zavestnem zadržujejo posamezne pragmatične pojavnosti;
- c. večkratno rabo preživijo splošnejše in bolj abstraktne ideje, ki se razvijejo v relativno nefleksibilne, nezavedne, trdo programirane *predpostavke*, od katerih so odvisne druge ideje. Iz ekonomičnih razlogov se predpostavke potopijo globoko v nezavedno, medtem ko morajo ostati posamezni sklepi zavestni: »A to 'potapljanje' ima kljub svoji 'ekonomičnosti' svojo ceno – namreč ceno nedostopnosti. Ker plast, v katero se stvari pogreznejo, predstavljajo ikonični algoritmi in metafore, lahko organizem le s težavo raziskuje matrico, iz katere izvirajo njegovi zavestni sklepi.« (prav tam: 171).

Na osnovi teh značilnosti Batesonove ekologije idej je Barnes (1994: 88) izpostavil nujnost stalne refleksije temeljnih predpostavk, na katerih sloni psihoterapija, da se torej stalno sprašujemo o njihovi naravi, pomenu in posledicah. Menil je, da lahko začnemo z opisom stanja, v katerem se nahaja sodobna psihoterapija. Nadaljevali pa naj bi na krožen, refleksiven in rekurziven način z raziskovanjem kulturnih kontekstov, v katerih smo se naučili vzorcev spoznavanja, ki vplivajo na naš način mišljenja in govorjenja, kar je ponazoril s primerom:

»Shizofrenijo smatramo za bolezen, ki naj bi jo obravnavali klinično. Vendar zakaj nimamo tudi humorja in igre za bolezn, ki naj bi ju zdravili? Medicinski model začne z dualizmom zdravja in bolezn, normalnega in nenormalnega ter nato nadaljuje z iskanjem bolezenskih vzrokov. Kako bi bilo, če bi izumili načine govorjenja, ki bi nam omogočali, da bi te dualizme povezovali, opisovali njihovo kompleksnost ter raziskovali celoto in ne le polovice, ki smo jo najprej od celote odcepili kot patološko?« (Barnes, 1994: 88)

Barnes je vztrajal, da bi za obuditev reflektivnega oziroma rekurzivnega mišljenja v psihoterapevtski skupnosti potrebovali metodologije, s katerimi bi odkrili, kje je prišlo do napačnih lingvističnih obratov. Zavzemal se je za proučevanje zgodovine idej, teorij in jezika. Skoval je reflektivna pojma »teorija neteorije« in »teorija teorije neteorije« Barnes (1994: 182, 185) ter se spraševal, ali lahko vgradimo v teorijo neteorije stalno refleksijo in pogovor z različnimi teorijami:

»Ne moremo izstopiti iz naših teorij, jezika ali izkušenj. Lahko pa vstopimo v drugo izkušnjo s pomočjo primerjalne epistemologije. Za to potrebujemo teorijo o teorijah, jezik o jeziku; gre za razlago moje izkušnje, ki je tudi izkušnja.« (Barnes, 1994: 182)

Zahtevno je, če naslavljamo sami sebe kot družbena bitja, ki se tvorimo oziroma porajamo preko jezika, saj premikanje od ene teorije k drugi ni možno brez precejšnjega napora in včasih celo bolečine, še posebno če smo soočeni s (proto)teorijami, ki temeljijo na drugačnih vrednotah. Barnes je verjel, da bomo lažje prisluhnili drugim, ki ne govorijo (njim) tujih jezikov naših teorij, v kolikor bomo zagledali, kako smo neizogibno potopljeni v ekologijo idej, teorij ali jezika.

Zaradi te neizogibne potopljenosti v ekologijo idej, teorij in jezika Barnes nikakor ni bil popoln nasprotnik teorij. Menil je, da imajo določeno uporabno vrednost, vendar le v primeru, če jih razumemo kot metafore. Takole je komentiral uporabnost TA teorije ego stanj:

»Z vidika pragmatizma, kot ga je definiral William James, so lahko vsi vidiki teorije pragmatično uporabni. Če je bil na primer nekdo v otroštvu izpostavljen zatiranju, bo morda lahko našel nekaj koristnega zase v metafori starševskega ego stanja, ki je kaznovalen do otroka in v tem, kako tu lahko priskoči

na pomoč odraslo ego stanje. Vendar postanem zaskrbljen, ko psihoterapevti teorijo ego stanj v terapiji uporabljajo kot v neke vrste hipnotskem transu, ker verjamejo, da se abstrakcije, ki se imenujejo ego stanja, dejansko nahajajo v ljudeh. Del mene, ki je znanstvenik, ne more sprejeti preobračanja abstraktnih konceptov v konkretne stvari. Menim, da ne moremo pričakovati, da bomo dosegli znanstveno verodostojnost, v kolikor bomo teorijo uporabljali kot nabor dejstev, ki jih ne moremo podvreči empiričnemu proučevanju.« (Barnes in Cornell, 2005: 6)

## 8. Šola psihoterapije za pravičnost, ljubezen in modrost

Prav v času, ko se je v jugoslovanski vojni nestrpnost, sovraštvo in uničevanje razširilo do neslutnih razsežnosti, je Barnes leta 1994 v Zagrebu izdal knjigo z naslovom *Pravičnost, ljubezen in modrost: povezovanje psihoterapije s kibernetiko drugega reda* (Barnes, 1994), v kateri je zbral svoje najpomembnejše eseje in predavanja, ki jih je med letoma 1985 in 1994 imel v Šoli kibernetike psihoterapije in drugje. Knjiga ni zanimiva le po strokovni in znanstveni plati, temveč je hkrati pretresljivo pričevanje o prizadevanjih za pravičnost, ljubezen in modrost v času vojne, ki je grobo zarezala tudi v našo šolo (Možina, 1994). Ko smo jo v letih od 1989 do 1991 ustanavljali, smo bili v njej kolegi in kolegice iz vseh jugoslovanskih republik. Da bi Grahamu lahko čim bolj pomagal pri njeni hitri rasti, sem prevzel vlogo njegovega glavnega asistenta, tako da smo dejavnosti šole širili tudi v razne oblike in termine, ko ga ni bilo zraven. Po začetku vojne na Hrvaškem in v Bosni pa se je obseg našega dela precej skrčil, vendar ni nikdar zamrl, saj smo še naprej sodelovali v šoli v glavnem hrvaški in slovenski udeleženci, Graham pa je redno hodil v Zagreb tudi v času, ko so si to drznili le redki tujci. Kljub izjemno zahtevnim okoliščinam (enkrat je celo padla raketa na zagrebški Gornji grad, kjer so se odvijali naši seminarji, a k sreči ravno v času, ko nas tam ni bilo), smo uspeli ohranjati dialog in solidarnost, tako da smo na primer s pomočjo ameriških filantropskih sredstev organizirali razne oblike podpore, med drugim tudi seminarje za terapevtke in terapevte, ki so delovali na vojnih območjih.

Barnesa je vojna pretresla tudi na epistemološki ravni:

»Potem ko je Milošević razvnel sovraštvo in ko je izbruhnila vojna, se je vse skrčilo na vprašanje preživetja. Epistemološki izziv, ki ga je prinesla ta situacija, je bil zame in za številne kolege globok. Videl sem, kako so se prijatelji in kolegi zapletli v vojno in kako so se pred njenim obličjem sesuvale vse psihoterapevtske teorije. Nikogar ni bilo, ki bi si lahko pomagal s psihoanalitično teorijo ali transakcijsko analizo ali katerokoli veliko teorijo glede najmanjše stvari, ki je bila povezana z vojno. Hkrati sem bil priča številnim dejanjem,

v katerih so se odražale globoke vrednote. Stvari so razpadale, vendar ne za psihoterapevte, ki so imeli zaupanje vase in so med seboj sodelovali v skrbi za trpeče. Kar hočem poudariti, je, da so se ljudje med vojno prisiljeni odzivati na konkretne situacije in na to, kar počnejo drugi. Srečal sem se na primer z otroki, ki so bili priče grozodejstvom in so bili tako travmatizirani, da so jim lasje čez noč osiveli. Nekako jih je bilo potrebno priklicati nazaj v življenje. V takih okoliščinah so bile teorije o Ojdipovem kompleksu ali ego stanjih neuporabne. In če so bile nekoristne v vojnih časih, zakaj bi jih uporabljali v obdobjih miru? Zakaj ne bi delali tega, kar so psihoterapevti počeli med vojno? Najprej so morali odkriti način, kako ustvariti stik z vsakim otrokom in z vsakim odraslim posebej ter kako prisluhniti njihovim zgodbam. Nato so poskušali pomagati tako, da so z njimi soustvarjali nove zgodbe, s katerimi so utrjevali upanje. Teorije se niso obnesle, sesule so se. Prav tako kot se sesuvajo v vsakdanji psihoterapevtski praksi in se potem pojavijo nove teorije, da jih nadomestijo. Ko bi se le lahko odvadili, da svojo psihoterapijo osredotočamo na teorijo.« (Barnes in Cornell, 2005: 6)

V knjigi *Pravičnost, ljubezen in modrost* je Barnes prvič celovito prikazal svoj raziskovalni projekt odvajanja od na teorijo osredotočene psihoterapije. Kot alternativo je ponudil inovativno klinično uporabo »psihoterapije psihoterapije« oziroma »psihoterapije drugega reda« ali »refleksivne psihoterapije«, ki je »obrnila psihoterapijo k sebi, da je zagrizla v lastni rep« (prav tam: 130), kot je to počela kača Urobor, ključni kibernetični simbol krožnosti oziroma rekurzivnosti. Osrednje vprašanje Barnesovega projekta je bilo, kako lahko psihoterapija kot posebna vrsta dialoga prispeva k pravičnejšemu, sočutnejšemu in vključujočemu sporazumevanju s posamezniki, družinami in skupinami ter kako lahko razvija svoj poseben jezik, ki bo kot del simfonije vseh družbenih jezikov prispeval k evoluciji demokracije in naše civilizacije:

»Psihoterapija sodeluje v širšem komuniciranju. Je glas, ki organizira. Poskuša govoriti take besede, da bi se pogovori lahko nadaljevali. Prizadeva si, da bi ljudje (in skupine) govorili in drug drugega poslušali ter tako izkusili in podoživljali izkušnje drugih.« (Barnes, 1994: 38)

Za Barnesa je bila večina svetovnih problemov, ne le vojne, posledica pomanjkanja medsebojnega sporazumevanja, posledica prekinitve poslušanja in dialoga. Psihoterapija naj bi bila zato zgled, kako se medsebojno sporazumevanje lahko ponovno vzpostavlja s prepričevanjem in ne s silo, ker se je tudi civilizacija začela takrat, ko je komuniciranje s pomočjo prepričevanja nadomestilo surovo silo: »Civilizacija se oblikuje preko omrežij pogovorov in jezika prepričevanja. Civilizacija pomeni zmago prepričevanja nad silo.« (prav tam: 38, 48-49).

Seveda Barnes prepričevanja, ki prispeva k razvoju civilizacije, ni razumel kot pogovarjanja o tem, kdo ima prav ali o tem, kaj je res in kaj ni, temveč kot najzahtevnejšo obliko komuniciranja, v kateri se morajo spojiti kvalitete pravičnosti, ljubezni in modrosti. Na njihovi osnovi je povezal tri ključne ravni, kjer psihoterapija lahko uresničuje svoje poslanstvo prepričevanja: mikro (individualno) raven intimnega terapevtskega odnosa in dialoga med psihoterapevtom in klientom, mezo (skupinsko, institucionalno) raven in makro (skupnostno, družbeno) raven. Takole je Barnes v uvodu opisal, kaj je bilo ključno vprašanje, okoli katerega se je postopoma z leti nabralo dovolj gradiva za knjigo:

»Norbert Wiener je predlagal, da naj se vsak znanstvenik obrne k sebi in vpraša: 'Zdaj, ko je moje delo obrodilo sad, se lahko vprašam, katere probleme sem rešil.' V času porajanja in pisanja teh esejev sem poskušal razmišljati o tem, kako rešujemo probleme v psihoterapiji in kako psihoterapija rešuje življenjske probleme. Ti eseji so plod mojih razmišljanj in to me je pripeljalo do točke, da si postavim Wienerjevo vprašanje, katere probleme sem rešil zase, ko sem povezal psihoterapijo s kibernetiko drugega reda [...] Problemi, ki sem se jim posvetil – brezbržnost in sovraštvo, nepravičnost ali krivičnost in namensko ali namerno mišljenje - predstavljajo antitezo generativni trilogiji pravičnosti, ljubezni in modrosti.« (Barnes, 1994: 1)

Prede bom na kratko povzel Barnesovo razumevanje te trilogije, pa bi rad podelil še en spomin na dogodek, ki se mi je nepozabno vtisnil. Po začetku vojne leta 1991 je postala organizacija seminarjev Šole kibernetike psihoterapije zelo zahtevna. Konec februarja 1992 nam je le uspelo v Zagrebu znova izvesti seminar, ki smo ga izkoristili tudi za organizacijo Barnesovega javnega predavanja z naslovom *Pogovori psihoterapije v vojni in miru* (Conversations of Psychotherapy in War and Peace) v tamkajšnjem Evropskem domu (Barnes, 1994: 37-47). Dogodek, za katerega smo pridobili sponzorstvo Medicinske fakultete zagrebške univerze, je bil prvi te vrste, odkar se je začela vojna. Dvorana je bila nabito polna in kar se mene tiče (in najbrž še koga), bi težko našel kontekst, v katerem bi se me Grahamove besede o tem, kako pomembno vlogo igra prepričevanje v prizadevanjih za mir, lahko bolj dotaknile. To so bili nepozabni trenutki, ko sem cel čas predavanja v svojem telesu čutil tako močna čustvena valovanja, da nisem mogel zbrano slediti logični niti Grahamovega govora. Raje sem se prepustil globokemu transu ter celostnemu, ikoničnemu in kinetičnemu doživljanju, ko digitalno da prednost analognemu, tako da izstopi pomembnost gibanja, ritma in časa.

Danes vem, da se nas ideje v takih trenutkih dotaknejo na najpomembnejšem mestu, tam, kjer teče očem, jeziku in ravnanju skrita »podzemna reka etike« (von Foerster, 2009: 14) in lahko doživimo, kaj pomeni »etika udeležnosti« (Kordeš,

2004; Možina in Kobal, 2005; Šugman Bohinc, 2005; Černigoj, 2007). Seveda nikomur ne želim, da bi se psihoterapije učil v vojnih časih, vendar so me moja učna leta z Grahamom tudi zaradi skrajnih družbenih razmer, v katerih so se odvijala, odločilno zaznamovala. Po eni strani so vtisnila neizbrisen pečat tragičnega občutja življenja, ki izhaja iz etike udeležnosti, iz spoznanja, da sem del večje krožnosti in zato (so)udeležen v vojni in v trpljenju kateregakoli človeka. Po drugi strani pa so vzbudila (za)upanje in zanos, da je v tudi še tako težavnih okoliščinah možno vztrajati v prizadevanjih za pravičnost, ljubezen in modrost.

### 8.1. Pravičnost

Ko je Barnes pri svojem delu poskušal uresničevati načelo pravičnosti za zmanjševanje trpljenja, mučenja, krutosti in nasilja, se je vedno znova znašel pred izzivi integracije, vključevanja in povezovanja ter širjenja prostora za vse manjšine. Po Barnesovem mnenju (prav tam: 6-8) pravičnosti ne more zagotoviti nobena zakonodaja in nasploh teorija, pa čeprav predpisuje, kaj je pravično. Noben predpis ne more biti pravičen. Ker teorija vedno zajame le del celote, ker torej vedno dekontekstualizira, ne more upoštevati naključnosti odnosov in institucionalnih ureditev v konkretni situaciji. Zato se je Barnes zavzemal za krožno idejo pravičnosti, kar pomeni, da se morajo ljudje, ki sodelujejo v komuniciranju v konkretnih okoliščinah, stalno dogovarjati o tem, kaj je zanje pravično in pošteno, da bi lahko vzdrževali ravnovesje med nasprotji v svojih odnosih.

In kako lahko psihoterapija prispeva h krožni ideji pravičnosti, k stalnemu dogovarjanju o tem, kaj je pravično in pošteno v konkretnih situacijah? V kolikor se psihoterapija osredotoča na teorijo, še posebno na teorijo psihopatologije, je poudarjal Barnes, bo samo še povečevala trpljenje ljudi. Namesto tega se mora posvečati odnosom, tako da prisluhne zgodbam klientov, vstopi v njihove besednjake in samoopise. Abstraktni odgovori ne zadostujejo, temveč jih morajo terapevti soustvarjati v pogovorih s klienti. Da bi lažje razumeli kontekst, v katerem ljudje trpijo, si lahko terapevti pomagajo s teorijo dvojne vezi, ki opisuje naključnosti in prekinitve v komuniciranju, ki povzročajo bolečino in trpljenje (Možina, 2010).

Barnes se je zavedal, da njegov krožni koncept pravičnosti ne more postati temelj zakonodaje, saj bi vsak poskus kodificiranja ustvaril kontekst dvojne vezi. Liberalna demokracija ustvarja prostore za posameznike in skupine, da lahko verjamejo v in prakticirajo katerokoli teorijo, ki jim je všeč, dokler to ne vodi v fanatizem in ne ogrozi same demokracije. To med drugim pomeni, da v demokratični ureditvi nobena skupina ne sme postati glasnica vseh in govoriti

v imenu celotne družbe. V demokratični družbi morajo vse skupine imeti status manjšine. Ker vsak od nas pripada več manjšinam hkrati, je ključnega pomena, da liberalna demokracija zagotavlja preživetje posamezniku na posreden način preko neposrednega ustvarjanja prostora za vse manjšine. Barnes je bil prepričan, da v kolikor bo psihoterapija razvijala krožni koncept pravičnosti, bo to lahko v družbi prepoznano kot znak njene odličnosti in kot njen dragocen prispevek k pravičnejši družbi.

## 8.2. Ljubezen

Kot interpretativna aktivnost pravičnost potrebuje ljubezen in modrost za uravnovešanje svojih interpretacij. Ljubezen je Barnes razumel kot čustvo oziroma občutek, ki omogoča sprejemanje sebe in drugega:

»Predpogoj za sprejemanje sebe pa je to, da od drugih v dialogu doživimo sprejetost in možnost svobodnega sodelovanja v njem. Ta ideja je temelj celotne psihoterapije. Ljubezen omogoči sodelovanje skozi preseganje dualizma subjekta in objekta. Prav tako ljubezen s pomočjo modrosti učinkovito presega nihanje med delom in celoto. Tovrstna modrost integrira subjekt in objekt ter razloči dele krogotokov od celote, medtem ko istočasno vidi njihovo udeležnost v ohranjanju te celote.

Ljubezen omogoča, da se ples ne ustavi. Vendar se brez pravičnosti ljubezen ne sprašuje o poštenosti ali možni pristranosti plesa. Ljubezen, povezana s pravičnostjo, vnaša ustvarjalnost, ki povečuje kompleksnost plesa ali izumlja nove plesne. Ljubezen, ki je oplemenitena z modrostjo, pa lahko razume sistematsko naravo plesa.« (prav tam: 8)

## 8.3. Modrost

Namesto da bi kliente z diagnosticiranjem razkosal na dele, si je Barnes prizadeval za ohranjanje celostnosti s pomočjo modrosti, ki jo je razumel v skladu z Batesonom kot »občutek ali spoznanje krožnosti«, ki popravlja »preveč namensko in ciljno osredotočen pogled na življenje« v smeri »bolj systemskega pogleda« (Bateson, 2019b: 175), »upoštevanja in ravnanja v skladu s poznavanjem celotnega systemskega bitja« oziroma »poznavanja širšega interaktivnega sistema – sistema, ki v primeru motnje najverjetneje poraja eksponentne krivulje sprememb« (prav tam: 447).

Začetek modrosti je Barnes videl v nedolžnosti, ki je ni razumel kot naivnost,

temveč kot način umeščanja v našo ekologijo, v naše zgodbe<sup>14</sup>:

»Ne postavlja nas nekam ven, kjer bi lahko stali s kamero v roki in poskušali fotografirati celotno zadevo ali kakšen njen delček. Ta nedolžnost nas vključuje v celoto in nam kaže, kje smo ugnezeni v ekologijo. Od tam se lahko premaknemo k spoznanju, da nismo mi tisti, ki pripovedujemo svoje zgodbe, temveč da zgodbe govorijo skozi nas – da teorija deluje skozi tiste, ki jo prakticirajo in da ples pleše skozi plesalce. Metafora je kinetična in ne kinematična. Izstopi nam pomembnost gibanja, ritma in časa. Nedolžnost, ki obnavlja občutek celostnosti, je začetek modrosti in modrost je ekološko razumevanje odnosov, pa naj gre za odnose med posamezniki, skupinami, drevesi v gozdu ali za širšo ekologijo.« (prav tam: 11)

V idealnem primeru se torej v terapevtskih pogovorih preko ljubezni, ki poslušča in sprejema, ter preko pravičnosti, ki daje (da bi se lahko ohranjalo ravnovesje med nasprotji v odnosih) in preprečuje neenakost, modrost kaže kot dožemanje drugega kot dela širše celote.

## 9. Glasovi zdravja in razumnosti v psihoterapevtskih pogovorih

Inka Miškulin, ki spada med tiste hrvaške kolegice in kolege, na katere je imel Barnes največji vpliv (Miškulin, 2014, 2016ab, 2017), je nedavno opisala vinjeto iz svoje psihoterapevtske prakse, ki je po mojem mnenju dobra ponazoritev tega, kako lahko terapevt neguje ljubezen, ki poslušča in sprejema, udejanja pravičnost, ki daje in preprečuje neenakost, ter razvija modrost, ki dojema drugega kot del širše celote:

»Moja klientka Nora se je pogovarjala z osebo v sebi. Ko se je vse skupaj začelo, je bila prepričana, da gre za telepatijo. Svojega sogovornika je poimenovala David. Na začetku je bil prijateljski in je dobro vplival nanjo. Sčasoma pa so jo ti notranji 'telepatski pogovori' začeli preobremenjevati in jo ovirati v vsakdanjem življenju. Sprejeta je bila v psihiatrično bolnico, kjer je dobila diagnozo in zdravila.

14 Barnes je razvil svoje razumevanje nedolžnosti v dveh korakih. Najprej v pogovorih z Jamesom McBridom Dabbsem, zagovornikom človekovih pravic, ki je v času Martina Luthra Kinga pisal in govoril v podporo ameriškem jugu (Barnes, 1994: 60-62). Za Dabbsa transcendenca ni bila nekaj »onstran«, temveč celostnost v izražanju in celota vsega doživljanja. In celostnost ustvari kvaliteto nedolžnosti: »Nedolžen je tisti, ki lahko vidi celoto.« Drugi korak pa je Barnes naredil, ko se je posvetil študiju kibernetike in je odkril, da »je v kibernetiki začetek modrosti nedolžnost [...] Začetek modrosti v kibernetiki je spoznanje o krožnosti, vzorcu in celostnosti. Modrost ne obtožuje, je neškodljiva in vsebuje preprostost, ki nam omogoča, da stvari zagledamo in zaslišimo na drugačen način. Tu se lahko spomnimo na Hegla, ki je trdil, da v kolikor smo modri, lahko dojamemo krožnost pogovora. Krožnost je nujna značilnost modrosti.« (Barnes, 1994: 8-9)

Najina srečanja so se začela nekaj let kasneje. Po določenem času je Davida preimenovala v 'Gospod X' in nato v 'pojav'. Epistemski položaj njene izkušnje se je spremenil, vendar se pogovori niso zaustavili. Danes ga opisuje kot 'ločen del sebe, ki ni pod nadzorom njene volje, vendar vztraja, da je David, čeprav to nima nobenega smisla. To mi gre na živce. Rada bi, da bi nehal s tem.'

Sem edina, ki vem, da ima Nora še vedno te notranje pogovore. Na enem najinih zadnjih srečanj me je prosila, če se lahko poskušam pogovoriti s tem 'pojavom, ki vztraja, da je

David'. Vprašala sem pojav, kaj bi David rekel, če bi mu Nora povedala, da pojav vztraja na tem, da je David. Odgovoril je, da je očitno, da je David. Potem sem vprašala Noro, kaj ona misli, da bi David rekel, kdo je 'resnični' David. Ali bi on mislil, da je 'pojav' – dejansko - David? In takoj sem vprašala 'pojav': 'Če David ne ve zate, morda ti ustvarjaš določeno vrsto zmede.' Nora je komentirala: 'Pojav je v krizi. Ne more komunicirati, če ni David. Obmolknil je.'

Z Noro sva nadaljevali s pogovorom o njenih pogovorih s 'pojavom'. Kot se je del Nore od nje odcepil, tako jo je psihiatrični sistem poskusil odcepiti od njenega okolja, jo klasificiral in stigmatiziral ter s tem njeno doživljanje usmerjal v še zahtevnejšo obliko cepitve. Najini pogovori so Nori omogočili, da je spremenila svojo interpretacijo celotne izkušnje, ki je bila s strani psihiatrije in družbe označena kot patološka, in da jo je lahko sprejela kot senzibilen odziv na občutek osamljenosti, ki ga je imela v tistem času. Ideja, ki jo je imela takrat, da se z Davidom telepatsko pogovarja, se je danes preoblikovala v idejo, da je del nje. Tega dela sebe se več ne boji, temveč ga doživlja kot svetovalca in prijatelja. Prav tako si je v terapiji postavila nov cilj, da bi se bolje povezala z ljudmi okoli sebe. Najini pogovori niso pripomogli le k drugačnemu Norinemu razumevanju lastne izkušnje, temveč tudi k mojemu drugačnemu razumevanju njene izkušnje. Ko sem njeno doživljanje sprejela, ne da bi poskušala nanj nalepiti določeno psihopatološko kategorijo, sem z Noro soustvarila kontekst za pogovore, ki so omogočili novo razumevanje in nov pomen Norinega 'pojava'.« (Miškulin, 2020: 110)

Inka Miškulin je poslušala Noro in ni vsiljevala patologizirajoče psihiatrične teorije o t. i. »slušnih halucinacijah«. Namesto tega je skrbela, da so se pogovori lahko nadaljevali, s tem da je odpirala prostor za Norine (proto)teorije in razumevanja ter skupaj z njo soustvarjala nova razumevanja, h katerim so lahko prispevali svoj delež tudi vsi Norini notranji glasovi ali deli. Nora in Inka sta glasove, ki so jih psihiatri, medicinsko osebje in Norini bližnji označili kot simptom norosti, v psihoterapevtskih pogovorih preokvirili iz bolezenskih v glasove zdravja in razumnosti.

Klinična vinjeta Inke Miškulin ponazarja to, kar je Barnes (2002) poimenoval »refleksivna psihoterapija«, v kateri se psihoterapevt uči klientove teorije. Na ta način terapevt postane klientu ogledalo, tako da lahko klient zagleda svojo lastno teorijo skozi terapevtove oči in spozna, da gre za proces *konstrukcije*. V naslednji fazi pa potem klientka lahko razvije tako vrsto zavedanja, da zagleda sebe skozi sebe, spozna svoje spoznavanje in prepozna, kako samo sebe proizvaja. Po drugi strani pa je proces na teorijo osredotočene psihoterapije *posnemalen (imitacijski)*: »Klient sprejme in uporabi psihoterapevtovo teorijo, tako da interpretira in opiše sebe – samega sebe zagleda preko teorije« (prav tam: 56).

Čeprav je klinična vinjeta Inke Miškulin kratka, je možno na njeni podlagi vsaj zaslutiti, da je potrebno veliko vztrajnosti, dela in napora, da lahko izstopimo iz prevladujoče medicinsko/psihiatrične paradigme, ki razume slišanje glasov zgolj kot patološki simptom in vsiljuje posnemanje. Namesto tega Inka Miškulin kot ekspertinja v Batesonovi epistemologiji (Miškulin, 2016ab, 2017) dela v skladu z njegovo izjavo, ki jo je podal na podlagi dobro dokumentiranega opisa Percevalovega okrevanja (gre za pacienta iz 19. stoletja) (Bateson, 1962), da lahko slušne halucinacije razumemo kot del izkušnje dvojne vezi in da imajo samozdraviteljski potencial, ker so oblika modrosti telesa in uma: »Eno je razumeti simptom (v primeru Inke Miškulin glasove, op. M. M.) kot del obrambno varovalnega mehanizma; popolnoma nekaj drugega pa je, če ga razumemo kot obliko modrosti telesa ali uma, ki lahko ustvari tak napad nase, da potem pride do razrešitve patologije.« (Bateson, 1962: xii)

Batesonovo zavzemanje za depatologizacijo »halucinacij« pa ni slonelo le na objavi Percevalovega pričevanja, temveč tudi na rezultatih niza kibernetičnih nevrofizioloških eksperimentov, ki so se začeli v petdesetih letih prejšnjega stoletja in o katerih so prvič poročali v članku »Kaj žabje oko sporoča žabjim možganom?« (Lettvin, Maturana, McCulloch in Pitts, 1959). Spremenili so običajni pogled na zaznavo in zamajali reprezentacijsko paradigmo, saj so pokazali, da na podlagi delovanja živčnega sistema kot organizacijsko zaprtega sistema ni mogoče razločiti med zaznavo in halucinacijo. To odkritje je privedlo do epistemološkega premika (od reprezentacionalizma h konstruktivizmu) (Štajduhar, 2010) in v devetdesetih letih do zastavitve novega raziskovalnega pristopa/projekta z imenom »nevrofenomenologija«<sup>15</sup> (Varela, Thompson in Rosch, 1993; Varela, 1996).

15 Mirjana Dabić-Jeftić in Barnes (1993) sta izvedla enega prvih nevrofenomenoloških poizkusov s hipnozo, v katerem sta se eksplicitno sklicevala na integracijo Batesonovega razumevanja, da je hipnoza odnos in vrsta komuniciranja, ter razumevanja Milтона H. Ericksona, da je hipnoza znanost o interkomuniciranju. Pojem hipnoze sta uporabila za opis odnosa med Barnesom kot hipnotizerjem in petimi subjekti, ki so sodelovali v pogovorih na tak način, da se je vsebina pogovorov pokazala povezana z izmerjenimi fiziološkimi stanji (to je z evociranimi potenciali P300).

V zadnjih tridesetih letih številni avtorji poskušajo po svojih najboljših močeh prispevati k nujnim spremembam togih definicij halucinacij in drugih psihopatoloških simptomov, ker ima obstoječa diagnostika duševne patologije zelo nizko veljavnost in zanesljivost (npr. Verhaeghe, 2016; Tamminga in dr., 2010). Tudi gibanje Slišanje glasov (angl. Hearing Voices Movement) (Romme in Escher, 1989; Corstens in dr., 2009; Možina, 2019; Steel in dr., 2019) v svoji klinični praksi in raziskovanju kaže, da »slušne halucinacije« lahko razumemo kot smiselne glasove, ki pomagajo k okrevanju. Namesto pojma »halucinacija«, ki ima patologizirajoč in objektivizirajoč prizvok ter stigmatizirajoče družbene učinke, predlagajo nevtralnejše pojme - »slišanje glasov« in »slišalci glasov« - ker gre za relativno univerzalno človeško izkušnjo in bi morala biti kot taka destigmatizirana in družbeno normalizirana:

»Glasove lahko razumemo in konceptualiziramo kot smiselne in v principu razumne izkušnje, do katerih pogosto pride po psihosocialnih travmah in posebno obremenjujočih osebnih izkušnjah, ki so povezane s travmami, vendar je informacija o njih zavita v simbolno, disociirano ali implicitno govorico.« (Dekleva, 2015: 44-45)

Tudi Barnes je stalno poudarjal, kako zahtevna je psihoterapevtova naloga poslušanja, če hoče v jeziku klienta poleg eksplicitnih razbrati tudi implicitne pomene, medtem ko hkrati nosi veliko odgovornost za svoje besede in govorico. V enem svojih najboljših člankov z naslovom *Glasovi zdravja in razumnosti v psihoterapevtskih pogovorih* (angl. *Voices of sanity in the conversation of psychotherapy*) (Barnes, 2001), ki ga je napisal v spomin svojemu kibernetickemu mentorju Gordonu Pasku, pravi:

»Problem psihoterapije je, kako lahko po eni strani poslušanje in izmenjava konceptov v srečanju klienta in psihoterapevta zmanjša bolečino in trpljenje in kako lahko po drugi strani vzbudi odgovornost za nezdrave glasove hudobije, maščevanja, sovraštva in krivde. Da bi rešila ta problem, mora psihoterapija razviti odgovornost za svoje besede — še posebno za svoje teorije (psihopatologije) — za to, katere pojme izbira in kako jih uporablja. Medtem ko psihoterapija rešuje te probleme, je njen največji izziv, kako lahko pomaga k ustvarjanju možne alternative nekomunikacijskim rešitvam problemov, ki izvirajo iz patologije komuniciranja in jih je možno rešiti s pogovorom.« (prav tam: 537)

Barnes je poudaril, da ljudje, ki trpijo, ne zaprejo svoje bolečine le v notranje monologe ali dialoge, temveč pogosto ostanejo brez glasu, še posebno če so bili žrtve mučenja ali drugih oblik nasilja. Barnes je psihoterapevte spodbujal, da naj dajo bolečini glas, kajti ko klienti navsezadnje le spregovorijo o svojih travmah, lahko eksternalizirajo svoje notranje monologe in dialoge ter začnejo

pripovedovati zgodbe (prav tam: 537). Namesto da poslušajo glasove svojih teorij, naj terapevti prisluhnejo glasovom svojih klientov, dokler njihovi »glasovi ne postanejo jasni, ko odražajo zrelo individualnost klientov in njihovo sposobnost za oblikovanje enkratnega samoopisa« (Barnes, 2002: 124).

10.

## Barnesova dialogoterapija kot postmoderna konstruktivistična praksa

Leta 2008 je Barnes svojemu raziskovalnemu in praktičnemu projektu psihoterapije, ki ni osredotočena na neko psihoterapevtsko teorijo, temveč povezana s kibernetiko drugega reda kot »znanostjo, ki proučuje dialoške prakse in jih umešča v hermenevtični krog interpretacije in razumevanja«, dal novo ime - »dialogoterapija« (dialogotherapy) (Barnes, 2008: 25). S to nadgradnjo psihoterapija svojo hermenevtiko naredi razvidno, se definira kot pogovor in se razvija s pomočjo jezika vsakega klienta, ne pa na podlagi privilegiranih besednjakov velikih in splošno veljavnih psihoterapevtskih teorij. Barnes torej dialogoterapije nikakor ni razumel kot novega psihoterapevtskega pristopa, temveč kot nadaljevanja svojega projekta »psihoterapije drugega reda« oziroma »psihoterapije psihoterapije«, ki se na teoretski in praktični ravni stalno krožno vrača na svoj začetek, k refleksiji temeljnih razlikovanj in, kot bi rekel Bateson, k »razlikam, ki ustvarjajo razlike« (Bateson, 2019: 525).

Hkrati je bil novi pojem dialogoterapija Barnesov poskus preseganja dualizma med psiho oziroma umom in telesom, ki se odraža v pojmu psihoterapija. Strinjal se je z Batesonovo tezo, da v kolikor »bomo še naprej delovali v mejah kartezijanskega dualizma uma proti snovi, bomo bržkone še naprej razumeli svet v smislu Boga proti človeku, elite proti ljudem, izbranega ljudstva proti drugim, nacije proti naciji, človeka proti naravi« (Bateson, 2019: 353-354). Če potemtakem psiha ni ločena od telesa in če so tradicionalni dualizmi, ki ju ločujejo, zmotni, bi se lahko psihoterapija imenovala tudi teloterapija ali psihoteloterapija. In potem se lahko vprašamo: ali psihoterapija pomeni zdravljenje s psihološkimi sredstvi in bi teloterapija lahko pomenila zdravljenje s telesnimi sredstvi, psihoteloterapija pa zdravljenje s psihološkimi in telesnimi sredstvi? Ali pa psihoterapija pomeni, da gre za zdravljenje psihe in bi potem teloterapija pomenila, da gre za zdravljenje telesa, psihoteloterapija pa za zdravljenje telesa in psihe? Kako zanimivi zapleti! To se zgodi, ko psihoterapijo refleksivno obrnemo samo k sebi in ko se vprašamo o pomenu samega pojma psihoterapija. Vsaj na zadnje vprašanje je nevroznanost dala v zadnjih dvajsetih letih jasen odgovor: kadar psihoterapija



deluje, potem ne spreminja le duševnih procesov, temveč tudi telo (možgane)<sup>16</sup> (Grawe, 2007: 3). Da bi se izognil nesmislu, ki se porajajo iz dualizma psihe in telesa, se je zato Barnes vrnil k osnovni Freudovi definiciji psihoterapije, da gre za zdravljenje s pogovorom, za dialogoterapijo torej.

V raziskovanju dialoga je Barnes dal osrednje mesto hipnozi. Z njo se je začel intenzivno ukvarjati že v študentskih letih, ko si je z avtohipnozo pomagal pri sproščanju, izboljševanju koncentracije, krepitvi lastnega občutka vrednosti in celo pri neuspešnih poskusih, da bi svoje homoseksualne želje preoblikoval v heteroseksualne, saj je takrat pod pritiski okolja še vedno verjel, da je to mogoče. Kot psihoterapevt, supervizor in učitelj pa se je vse bolj posvečal temeljitemu proučevanju opusa Milтона H. Ericksona, čeprav se z njim ni nikoli osebno srečal<sup>17</sup>. Tako je na podlagi Ericksonovega razumevanja hipnoze kot »znanosti o interkomuniciranju« (Erickson, 1980: 70, 74-75) hipnozo vključil v svoj projekt dialogoterapije. Hkrati je podobno kot Robert Lindner (Barnes, 2002b, 2020; ) hipnozo razumel kot okoliščino, vzdušje oziroma kontekst za dialogoterapijo:

»Dialog hipnoze ustvarja kontekst za proučevanje dialoga in nezavednih procesov. Skozi dialog, ki se odvija v hipnozi, dialoški terapiji in njihovi pacienti skupaj porajajo nezavedno, o katerem govorijo. Nezavedno se kaže po eni strani kot proces, po drugi strani pa se lahko izkaže kot njihov najbolj dragoceni terapevtski vir.« (Barnes, 2008: 25)

Barnes je posebej poudaril, da nezavedno ni shramba ali objekt, temveč da gre za enaktivne in emergentne procese, ki se vedno dogajajo v odnosu (prav tam: 38). Zato lastno nezavedno lahko spoznavamo samo preko nezavednega drugega. Nezavedni procesi so avtonomni in jih zavestno ali z voljo ne moremo nadzorovati, čeprav lahko zavestni namen preglasi nezavedno.

Kot učitelj je Barnes svoje študente učil na enak način, kot je prakticiral psihoterapijo. Bil je pozoren na vsebino, a še bolj na odnose. Zanj je bilo poučevanje dialog in dialog je bil odnos. Nikoli ni vsiljeval svojih konceptov, temveč je raje negoval in odgovarjal na enkratnost vsakega posameznega študenta ali klienta.

Lea Šugman Bohinc, ki spada med tiste slovenske strokovnjakinje, na katere je Barnes najbolj vplival (Šugman Bohinc, 1996, 1998, 2000ab, 2003, 2005ab, 2010),

ga uvršča med postmoderne avtorje<sup>18</sup>, ki so znova obudili Freudovo osnovno tezo, da je psihoterapija dialog<sup>19</sup>, in so svoje modele utemeljili kot dialoške prakse (Šugman Bohinc, 2005ab). Glede na čas, v katerem so se razvili, jih nekateri označujejo za poststrukturalistične, medtem ko de Shazer (1994) meni, da bi bila točnejša oznaka nestrukturalistični, torej brez strukture v primerjavi s strukturnimi, strukturalističnimi. Svojo izkušnjo z udejanjanjem postmoderne konstruktivistične paradigme, s katero se je seznanila na Barnesovih seminarjih v okviru Šole kibernetike psihoterapije, Lea Šugman Bohinc opisuje takole:

»Zahteven *miselni, konceptni preskok*, ki ga od mene kot pomagajoče sodelavke terja postmoderna konstruktivistična paradigma, je po mojih izkušnjah vendarle manj težak od prizadevanja *udejanjati držo in etiko udeležnosti v neposredni dialoški praksi*. Zdi se mi, da je to bitka, ki bo trajala vse življenje, vse dokler bom udeležena v katerikoli interakciji. In mnogi, ki znajo misliti in izgovarjati postmodernost, se znajdejo na izjemno majavih tleh, ko se neposredno soočijo s sogovorniki v dialogu. Težko in do neke mere zamudno, nepraktično je ves čas upoštevati socialno konstruiranost, dogovorjenost resnice. In se vedno znova srečevati z negotovostjo, odprtostjo možnih odgovorov v konkretni medosebni situaciji. Menim, da to tudi ni potrebno, dokler se nam v odnosih z drugimi ne zatakne ali ne zalomi. Dokler komunikacija teče brez večjih zastojev in ne povzroča trpljenja njenim udeležencem, zakaj bi jo motili z dodatno metakomunikacijo? Pogosto se na to odzovemo kot stonoga, ki so jo, uspešno premikajočo se, vprašali, katera noga gre prva in se je v tistem hipu spotaknila ter pozabila na večino, ki jo je dotlej tako uspešno izvajala, ne da bi vedela, kako to počne. Ko pa se najdemo v takšni ali drugačni stiski, ko trpimo, smo nezadovoljni z odnosi, ki jih imamo z drugimi, ali ko si zgolj želimo določenih sprememb v svojem življenju, pa nam jih ne uspe doseči, takrat postane vprašanje naše epistemologije odločilnega pomena.« (Šugman Bohinc, 2005a: 177)

Šugman Bohinc je uspela načela Barnesove dialoške terapije prenesti iz psihoterapije (Možina, Štajduhar, Kačič in Šugman Bohinc, 2011) tudi v socialno delo (Šugman Bohinc, Rapoša Tajnšek in Škerjanc, 2007) in druge oblike psihosocialne podpore in pomoči (npr. svetovalno delo na šolah) (Šugman Bohinc, 2011). Tudi tam je namreč našla možnosti za soustvarjanje izvornih delovnih

16 Joseph LeDoux, eden najbolj znanih nevroznanstvenikov, ki se posveča povezavam med nevroznanostjo in psihoterapijo, je takole opozoril na dejstvo, da v kolikor psihoterapija ne spreminja možganov, potem ni učinkovita: "Psihoterapija je za svoje kliente v osnovi učni proces in kot takšna predstavlja način spreminjanja možganskih povezav. V tem smislu psihoterapija pravzaprav uporablja biološke mehanizme za zdravljenje duševnih motenj." (LeDoux v Grawe, 2007: 3)

17 V svojih predavanjih je Barnes večkrat omenil, da ga je bilo strah, da bi Erickson na svoj posreden način poskušal spremeniti njegovo homoseksualno usmerjenost v heteroseksualno. To je Erickson z nekaterimi klienti v času, ko je bila homoseksualnost v psihiatričnih in psihoterapevtskih krogih razumljena kot duševna motnja, žal tudi večkrat počel.

18 Med postmodernimi pristopi, na katere nas je opozarjal tudi Barnes, so se na primer uveljavili k rešitvi usmerjena terapija de Shazerja in Bergove (de Shazer, 1982, 1985, 1988, 1994; Berg in Miller, 2020; Možina in Rebolj, 2020), narativna terapija Whitea in Epstona (White in Epston, 1990; White, 2007) idr.

19 Šugman Bohinc (2005: 168) poudarja, da je »Freud analitično zdravljenje opredelil kot izmenjavanje besed in poudarjal magično moč besed, s katerimi govornik poslušalcem posreduje svoje znanje in s sprožanjem najrazličnejših čustev vpliva na njihove presoje in odločitve. V času od Freudove opredelitve terapije kot razgovora pa vse do postmoderne se je zdelo, da je omenjena predpostavka postala tako samoumevna, da je sploh ni bilo treba reflektirati in upoštevati.«

projektov podpore in pomoči, če so le strokovnjaki pripravljeni sestopiti s položaja moči in ekspertnosti ter namesto tega zavzeti perspektivo dodajanja in krepitve moči sogovornikov, odpirati kontekst za razgovor, v katerem je dovolj prostora za kliente in njihove zgodbe in v katerem se pomagajoči strokovnjaki učijo klientove teorije (o problemu in željeni spremembi, o razpoložljivih virih moči za njeno uresničenje) in njegovega osebnega jezika. Tako ji je uspelo post-moderno dialoško prakso koncipirati kot »sistematično nesistematični pristop«:

»Pomagajoči strokovnjak sistematično uporablja sistem konceptov in postopkov, torej 'strokovno teorijo', ki mu omogoča ravnati 'z osebno teorijo' kateregakoli klienta. V nasprotju z izvajalci klasičnih pristopov pomoči klientskih teorij ne prevaja v svojo strokovno teorijo osebnosti, patologije in pomoči, temveč se uči besednjaka svojih sogovornikov, da bi se jim pridružil v njihovi socialni konstrukciji sveta in prispeval k njenemu rekonstruiranju v smeri dogovorjenih zelenih sprememb. Odtod sintagma 'teorija o ne-teoriji'. Omenjeni 'sistematični' vidik uporabe strokovnih konceptov in postopkov pa pomeni le en vidik tako opredeljenega pristopa podpore in pomoči. Dopolnjuje ga 'nesistematični' vidik, vsa raznolikost, ki jo konkretni klient prinese v delovno interakcijo – njegova konkretna opredelitev problema in zelene spremembe, konkretni viri moči, s katerimi razpolaga oz. jih bomo krepili ali jih po potrebi dodali, da bi lahko v povsem konkretnem, za posameznega klienta oblikovanem načrtu majhnih, uresničljivih korakov realizirali, preverili in proslavili dogovorjene cilje. Zato 'sistematično nesistematični pristop' kot okvir delovnega odnosa, ki omogoča in neguje udeležnost vsakega od sogovornikov in zagotavlja, da bo njegov osebni glas slišan, upoštevan in spoštovan v dialogu soustvarjanja zelenih sprememb.« (Šugman Bohinc, 2005: 179)

## 11. Kako odgovoriti na raznolikost klientov in na enkratnost vsakega posameznega klienta?

Zgodovinsko gledano je bilo Barnesovo vztrajanje na tem, da naj bi psihoterapevti postali boljši poslušalci svojih klientov in da naj bi psihoterapevtske teorije dali v oklepaj, vzporedno s prizadevanji gibanja za t. i. »na klienta usmerjen« pristop (angl. client-directed approach) (Duncan, Solovey in Rusk 1992; Duncan & Moynihan 1994). Ta struja, ki je imela svoje nastavke že v delu Carla Rogersa (1942ab, 1957, 1961; Rogers in Dymond, 1954), se je okrepila v osemdesetih in devetdesetih letih na podlagi raziskovanja terapevtskih dejavnikov, torej tega, kaj v psihoterapiji deluje. Vse bolj se je kazalo, da igrajo ključno vlogo t. i. »skupni dejavniki« (angl. common factors). Rosenzweig (1936), ki je uvedel ta pojem že

leta 1936, je podal razlago, ki je uporabna še danes: ker dosegajo vsi psihoterapevtski pristopi podobne terapevtske uspehe, morajo obstajati panteoretični ali skupni dejavniki, ki prispevajo k opaženim terapevtskim spremembam ne glede na predpostavljene razlike med psihoterapevskimi šolami (Duncan, 2010). S tako definicijo skupnih dejavnikov je Rosenzweig ob tem, da je opozoril na skupne značilnosti različnih psihoterapevtskih pristopov, hkrati odprl možnost njihove integracije.

V članku o zgodovini raziskovanja skupnih dejavnikov v tej številki Kairosa (Možina, 2020a) predlagam, da bi za simbol teorije skupnih dejavnikov ter za integracijo različnih psihoterapevtskih pristopov (in celo za interdisciplinarno integracijo psihoterapije s sorodnimi oblikami t. i. »pogovornih terapij« (angl. talking cures), kot so na primer psihološko in medicinsko svetovanje, klinično socialno delo) sprejeli ptiča Doda, na katerega se je Rosenzweig leta 1936 skliceval na podlagi njegove vloge v romanu *Alica v čudežni deželi* (Carroll, 2011). Po nenavadni tekaški tekmi različnih živali, v kateri sta bila štart in cilj prostorsko in časovno poljubna, je namreč Dodo razsodil: »Vsi so zmagali in vsi morajo dobiti nagrado.« (Carroll v Rosenzweig, 1936: 412) Ta Dodova razsodba je bila za Rosenzweiga točno tisto, kar je hotel sporočiti s svojim člankom: »Vsi psihoterapevtski pristopi so enako učinkoviti in vsi morajo dobiti nagrado.« (glej sliko 3)

Slika 3

»Vsi psihoterapevtski pristopi so enako učinkoviti in so zmagovalci!« nam sporoča Dodo in se na osnovi teorije skupnih dejavnikov zavzema za integracijo različnih psihoterapevtskih pristopov in celo za interdisciplinarno integracijo različnih oblik pogovornih terapij. Nanj se sklicujejo zagovorniki na klienta usmerjene psihoterapije, ki ne glede na psihoterapevtski pristop priznavajo klientu osrednjo vlogo v terapevtskem procesu (risba Ejti Štih).



Ob sklicevanju na teorijo skupnih dejavnikov zagovorniki na klienta usmerjene psihoterapije ob preobilici psihoterapevtskih pristopov niso hoteli ustvariti še enega več. Ravno obratno, njihov glavni namen je bil, da bi se, ne glede na psihoterapevtski pristop ali metodo, klientu priznalo osrednjo vlogo pri doseganju terapevtske spremembe:

»S pojmom *na klienta usmerjena* psihoterapija je bil poudarjen vpliv klientov na izid terapije: njihovi viri, moči in odpornost, njihov pogled na terapevtsko delovno zvezo, njihove ideje in teorije o tem, kaj bi jim lahko bilo v pomoč ter njihovi upi in pričakovanja. Z drugimi besedami, skupni dejavniki so kazali na to, da naj bi terapevtski proces usmerjali klienti: njihovim pogledom in razumevanju bi morali dati psihoterapevti v terapiji osrednjo vlogo in pomen.« (Duncan, 2010: 19)

Na klienta usmerjeni psihoterapevti so se ob poudarjanju pomena »klientove teorije o spremembi« (Duncan in Miller, 2000a) sklicevali na Jeroma Franka: »V idealnem primeru naj bi terapevt z vsakim klientom soustvaril terapijo [...], ki ustreza klientovim osebnim značilnostim in pogledu na problem.« (Frank in Frank v Duncan, 2017: xxii) Podobno je Barnes poudarjal, da naj se psihoterapevti namesto osredotočanja na teorijo in na psihopatološko diagnostiko svoje šole raje posvečajo »teoriji« vsakega klienta in uporabljajo svojo domišljijo za soustvarjanje alternativnih teorij skupaj s klienti. Priporočal je, da naj psihoterapevti upoštevajo »enkratnost in vire vsakega posameznega klienta in zaupajo dialogu, v katerem se porajajo 'prave', zdravilne besede in ustrezni koncepti za reševanje problemov s ciljem osvobajanja klientov in povečevanja števila, obsega in pomena njihovih izbir.« (Barnes, 2002: 20)

Klientovo teorijo spremembe<sup>20</sup> naj bi spodbujala terapevtova radovednost o klientovih idejah, stališčih in predvidevanjih o spremembi. Terapevt naj bi postavljaj vprašanja, kot so na primer: Kaj bo drugače v tvojem mišljenju, čustvovanju, vedenju in odnosih, ko bo najina terapija uspešno zaključena? Kaj se ti je v preteklosti že obneslo, da si se premaknil v zeleno smer? Ali si od svojih bližnjih, prijateljev in iz medijev slišal kaj takega, kar misliš, da bi ti v najini terapiji lahko pomagalo?

Na klienta usmerjeni pristop je tudi zavračal skrito predpostavko, da je glavni heroj v psihoterapiji psihoterapevt kot »vitez, ki v bleščečem oklepu jaše na

<sup>20</sup> Na pomen klientove teorije o vzrokih problemov, ki jih ima, in o vrsti terapije zgovorno kaže študija Hesterja in dr. (1990; v Miller in dr., 2005: 286), v kateri so primerjali učinkovitost tradicionalnega načina zdravljenja alkoholne zasvojenosti s pristopom, ki je temeljil na vedenjskem modelu učenja. Podobno kot v predhodnih raziskavah ob koncu zdravljenja niso našli razlik. Vendar pa je spremljanje (follow-up) pokazalo, da so tisti klienti, ki so pred začetkom zdravljenja verjeli, da so imeli probleme z alkoholom zaradi bolezni, v večji meri vzdrževali abstinenco, če so bili deležni tradicionalne (to je na abstinenci temelječe) obravnave. Klientom, ki so verjeli, da je njihov alkoholizem »slaba navada«, pa je bolj pomagala na učenju temelječa obravnava (Wolfe in Meyers, 1999).

belem konju teorije, maha z mečem empirično podprtih terapij, pripravljen, da rešuje nemočne in dezorganizirane kliente, ki jim grozi psihični zmaj duševne bolezni« (Duncan, 2010: 149).

Priznanje, da je glavni heroj terapije klient (Duncan in Miller, 2000b) in dajanje prednosti klientovim teorijam in izbiram seveda ne izključuje terapevtskih idej, predlogov, modelov, metod in na kakršen koli način ne pomeni zanemarjanja terapevtovega prispevka. Gre bolj za to, da naj bi se psihoterapevti naravnali bolj sodelovalno glede na klientova pričakovanja o terapevtovi vlogi in glede na druge klientove ideje in prepričanja.

Za Barnes (1994: xxiv) se »hermenevtična psihoterapija posveča interpretiranju razumevanja in kot interpretativna dejavnost namesto velikih teorij uporablja besednjak ali teorijo vsakega klienta«. Za to temeljno izhodišče, da naj se psihoterapijo prikroji potrebam vsakega posameznega klienta, je Barnes pripisal zasluge enemu od pionirjev kibernetike, Rossu Ashbyju, in njegovemu Zakonu potrebne raznolikosti, ki pravi, da samo raznolikost psihoterapevtovega delovanja lahko vsrka ali ustrezno odgovori na raznolikost klienta (Ashby, 1956: 206-207).

Barnes je vztrajal na tem, da naj psihoterapevti, ko delajo s klienti, kolikor je le mogoče, pustijo svoje teorije pred vrati svojih ordinacij. Namesto tega naj opazujejo in poslušajo ter bodo še posebej pozorni na čutila vsakega klienta (na oči, ušesa, usta, nos in kožo). Prav tako naj zrcalijo vedenje, ki ga opažajo. Razvil je »vidni in slušni seznam« za terapevte, po katerem naj bi »zrcalili dihanje, utripanje vek, držo, gibe in druge gibe. V jeziku naj bi se prilagodili klientovemu besednjaku, še posebno metaforam, glagolom in vsebini. Uporabljajmo nezavedne procese za vsrkavanje in odgovarjanje na raznolikost zavestnega mišljenja: usmeri pozornost, spremeni zaznavo, izogni se utečenemu, zavestnemu mišljenju.« (Barnes, 1994: 120)

12.

## **Povezave med Barnesovim projektom refleksivne psihoterapije in skupnimi dejavniki**

Eden ključnih konceptov v Barnesovem projektu povezovanja psihoterapije s kibernetiko drugega reda (Barnes 1994), ki ga lahko kratko imenujemo projekt refleksivne psihoterapije, je bil »učinkovitost«. Podnaslov programa diplomskega izobraževanja Šole kibernetike psihoterapije, ki je bila osnovana v Zagrebu v poznih osemdesetih letih, je bil »Znanost učinkovite psihoterapije« (Možina, 1994: xvi). Definirali smo jo v skladu z Batesonovo epistemologijo, torej ne kot nabor psihoterapevtskih tehnik za manipuliranje s klienti, temveč kot razvijanje raznolikosti terapevtove odzivnosti za negovanje terapevtskega

delovnega odnosa. Da je taka usmeritev (kot so jo tudi raziskovali in uveljavljali zagovorniki na klienta usmerjene terapije) učinkovita, so potrdile tudi sodobne raziskave psihoterapevtskega procesa in izida (npr. Wampold in Imel, 2015; Norcross in Lambert, 2019; Norcross in Wampold, 2011, 2019).

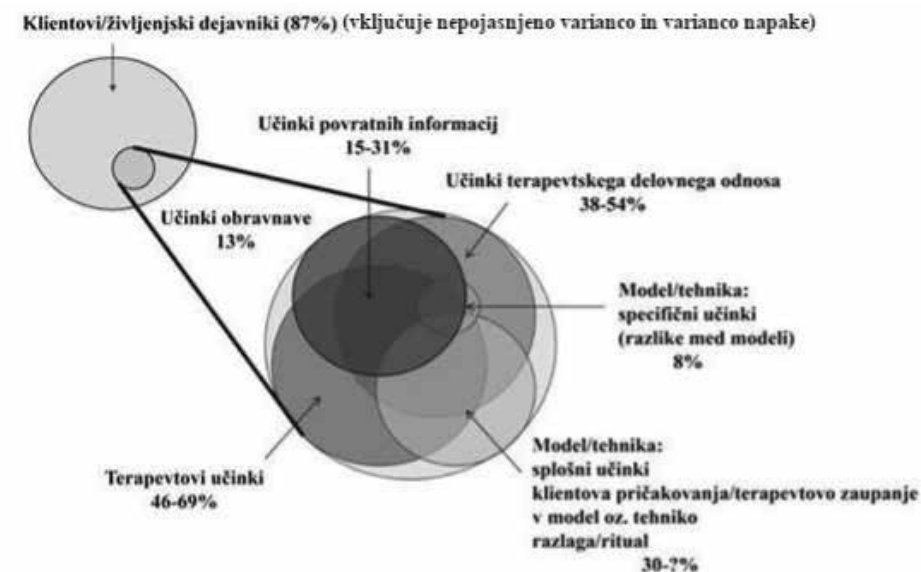
Metaanalize psihoterapevtskega procesa in izida so pokazale, da je za učinkovitost oziroma pozitiven terapevtski izid najpomembnejših pet med seboj krožno povezanih dejavnikov, ki so v glavnem skupni vsem psihoterapevtskim pristopom: klient, terapevt, terapevtski delovni odnos, model/tehnika (splošni in specifični učinki) in povratna informacija (Duncan, 2017: xvi-xxix) (glej sliko 4). Poglejmo, kakšne so povezave med njimi in Barnesovim projektom reflektivne psihoterapije.

### 12.1. Klientovi/zunajterapevtski življenjski dejavniki

Izsledki raziskav o terapevtskih dejavnikih vse bolj potrjujejo to, kar sem prikazal že zgoraj in kar je bil tudi eden ključnih Barnesovih poudarkov, da je klient nedvomno motor in glavni akter terapevtske spremembe (Duncan in Miller, 2000b). Klientovi dejavniki, kot so njegovi ali njeni viri, sposobnosti, moči, naperi, vztrajnost, motivacija, vera, distres, podpora bližnjih in v socialni mreži, članstvo v verski skupnosti, uspešno prebrojena kriza ter naključni dogodki, kot so nova zaposlitev, ločitev idr., prispevajo k učinku terapije kar 87% variance<sup>21</sup> (glej krog na levi strani slike 4).

Slika 4

Izsledki psihoterapevtske znanosti o dejavnikih, ki prispevajo k izidu psihoterapije (po Duncan v Isebaert, 2017: xvi)



Če si preostalih 13%, ki predstavljajo učinek psihoterapevtske obravnave, zamislimo kot nov krog (torej kot novih 100%) (glej desni spodnji krog na sliki 4), potem prispevajo terapevtski učinki 46% do 69%, terapevtski delovni odnos 38% do 54%, učinki povratnih informacij od 15% do 31%, splošni vpliv modela oziroma tehnike okoli 30% in specifični vpliv modela oziroma tehnike le 8%.

### 12.2. Terapevtski učinki

Terapevtski učinki prispevajo k 13% variance, ki predstavljajo učinek psihoterapevtske obravnave, kar od 46% do 69% (Crits-Christoph in dr., 1991; Anker in dr., 2010; Wampold in Brown, 2005; Project MATCH, 1998). Za dober izid psihoterapevtske obravnave ni ključnega pomena pripadnost terapevtov določenemu pristopu, saj so med njimi zelo majhne in nepomembne razlike v izidih – in to velja za katerikoli motnjo ali predstavljeni problem (Wampold in Imel, 2015). Znotraj posameznih pristopov pa obstajajo bolj ali manj učinkoviti terapevti oziroma svetovalci (Baldwin in Imel, 2013). Ključnega pomena torej ni, ali klient pride v psihoanalizo, sistemsko terapijo ali v katerikoli drugi pristop, temveč h komu pride.

V tabeli 1 je podana primerjava značilnosti učinkovitih psihoterapevtov, kakor jih je v svojem projektu reflektivne psihoterapije razvijal Barnes (s pomočjo

<sup>21</sup> Za razumevanje slike 4 je najprej potrebno razlikovati varianco zaradi psihoterapije od tiste, ki jo pripisujemo klientu/življenjskim dejavnikom, torej od tistih spremenljivk, ki so slučajno povezane z modelom obravnave. So idiosinkratske za določenega klienta in del klientovih življenjskih okoliščin, ki pomagajo k okrevanju ne glede na sodelovanje v terapiji (Asay in Lambert, 1999). Izračunano iz 0,80 velikosti učinka psihoterapije je delež izida, ki ga je mogoče pripisati terapiji (13%), na sliki 4 prikazan z majhnim krogom na spodnji desni strani levega kroga. Nato pa so v velikem desnem krogu dejavniki, ki jih lahko pripišemo terapiji, podrobneje narisani s pomočjo različno senčenih krogov. Preostalo varianco (87%), ki je prikazana z velikim krogom na levi strani, predstavljajo klientovi dejavniki ter nepojasnjena varianca in varianca napake.

ključnih konceptov: govor, človeški terapevt, razumevanje in zaupanje, terapevtski odnos, kompleksnost, prožnost, izid in cilji, utilizacija, povratna informacija, upanje, prepričevanje, tragika, samozavedanje, povezovanje psihoterapije z znanostjo in namerna praksa za izpopolnjevanje) (Barnes, 1994: 40; 2010) in kot so jih potrdile sodobne raziskave o skupnih dejavnikih (Gassmann in Grawe, 2006; Baldwin, Wampold in Imel, 2007, 2015; Wampold, 2011; Six, 2014).

Tabela 1

Primerjava značilnosti učinkovitih psihoterapevtov, kakor jih je v svojem projektu reflektivne psihoterapije razvijal Graham Barnes (1994: 40; 2010) in kot so jih potrdile sodobne raziskave o skupnih dejavnikih (Wampold, 2011).

Značilnosti učinkovitih psihoterapevtov	
Refleksivna psihoterapija	Raziskave o skupnih dejavnikih
Govor: terapevt obvlada retoriko in v svoj govor in način govorjenja vključuje besednjak klienta, družine ali skupine.	Terapevti obvladajo širok nabor medosebnih veščin, vključno z verbalno spretnostjo.
Človeški terapevt: terapevt ni omejen s pripadnostjo določeni psihoterapevtski šoli, njegov poudarek je na tem, da zna podeliti svoje občutke in ima rad svoje kliente.	Nabor medosebnih veščin učinkovitih terapevtov vključuje zaznavanje medosebnih odnosov, toplino in sprejemanje, fokus na drugem, čustveno modulacijo in izraznost.
Razumevanje in zaupanje: terapevt se nauči, kako razumeti klientovo razumevanje in kako graditi zaupanje.	Klienti učinkovitih terapevtov se počutijo razumljeni, zaupajo terapevtu in verjamejo, da jim terapevt lahko pomaga.
Terapevtski odnos: terapevt se zna s klientom pogovarjati v in o odnosu.	Učinkoviti terapevti znajo razvijati terapevtski delovni odnos s širokim spektrom klientov.
Kompleksnost: terapevt zna razvijati kompleksnost, tako da ceni vsakega klienta in njegovo ali njeno enkratnost.	Učinkoviti terapevti znajo klientom ponuditi sprejemljivo in prilagodljivo razlago njihovih težav.
Prožnost: terapevt razvija novo metodo za vsakega klienta in vsako situacijo.	Učinkoviti terapevti so prožni in prilagajajo terapijo, če pride do klientovih odporov ali če klient ne napreduje.
Izid in cilji: terapevt dela z individualnimi izidi in cilji klientov.	Učinkoviti terapevti znajo pripraviti terapevtski načrt, ki se sklada z razlago, ki so jo dali klientu.
Utilizacija: terapevt izkoristi sposobnosti, vire in kontekst klientov.	Učinkoviti terapevti prepoznajo značilnosti klienta in konteksta.
Povratna informacija: terapevt stalno dela na osnovi klientovih povratnih informacij.	Učinkoviti terapevti na avtentičen način stalno budno spremljajo klientov napredek.
Upanje: terapevt se zaveda, da je za terapevtsko spremembo ključno ohranjanje upanja.	Učinkoviti terapevti znajo vzbujati upanje in optimizem.
Prepričevanje: terapevtovo glavno orodje je prepričevanje.	Učinkoviti terapevti znajo vplivati, prepričevati in so prepričljivi.

Značilnosti učinkovitih psihoterapevtov	
Refleksivna psihoterapija	Raziskave o skupnih dejavnikih
Tragika: terapevt sprejema tragični občutek življenja pri sebi in pri klientu.	Učinkoviti terapevti se ne izogibajo čustveno zahtevnim temam in izkoristijo te težave v terapevtske namene.
Samozavedanje: terapevt razvija samozavedajoče opazovanje in zavestno interpretativno dejavnost.	Učinkoviti terapevti se zavedajo svojih psiholoških procesov in ne vnašajo svojih vsebin v terapijo, razen če tega naredijo namerno in v terapevtske namene.
Povezovanje psihoterapije z znanostjo: terapevt ni le več umetnik svoje prakse, temveč jo tudi povezuje z znanostjo.	Učinkoviti terapevti sledijo najboljšim raziskovalnim izsledkom, ki jih potem lahko uporabijo pri delu z določenim klientom, problemom, v določenih pogojih obravnave, v določenem družbenemu kontekstu idr.
Namerna praksa za izpopolnjevanje: terapevt uporablja stalno snemanje in analizo svojih seans, supervizijo in se praktično izpopolnjuje.	Učinkoviti terapevti se stalno izpopolnjujejo, tako da dosegajo pričakovani ali več kot pričakovani napredek s klienti.

Značilnosti, ki so šibko ali pa sploh niso povezane z izidom terapije, pa so terapevtova starost, izkušnost (Goldberg in dr., 2016), spol, rasa, stopnja, do katere terapevt sledi določenemu terapevtskemu protokolu, terapevtova samoocena socialnih veščin in lastne učinkovitosti ter kaj je terapevtov prvi poklic, v kolikor je psihoterapija drugi (Kim, Wampold in Bolt, 2006; Wampold in Imel, 2015).

### 12.3. Učinki terapevtskega delovnega odnosa oziroma terapevtske alianse

Prispevek alianse k učinkom obravnave, ne glede na terapevtovo teoretsko prepričanje, je od 38 do 54%, kar je pet do sedemkrat več od prispevka modela ali tehnike (Lambert in Barley, 2002; Crits-Christoph, Connolly Gibbons in Mukherjee, 2013). Med različnimi modeli za razlago in operacionalizacijo terapevtske alianse (npr. Rogers, 1961) se je od sedemdesetih let prejšnjega stoletja najbolj uveljavil Bordinov (1979, 1994) panteoretski model delovne zveze, ki integrira in hkrati presega teoretične usmeritve posameznih psihoterapevtskih pristopov in ki mu je sledil tudi Barnes. Aliansa združuje tri med seboj krožno povezane in soodvisne dejavnike: *čustveno vez* med terapevtom in klientom, strinjanje glede terapevtskih *ciljev* in strinjanje glede *nalog*, ki omogočajo uresničevanje ciljev (Norcross, 2002; Kopal, 2004ab, 2013; Praper, 2016).

Prav tankočutnemu in potrpežljivemu sooblikovanju klientove prihodnosti s pomočjo terapevtskih ciljev in nalog, ki spodbujajo majhne korake v smeri rešitev ter istočasno krepijo delovno zvezo in lažje soočanje z občasnimi težavami v delovnem odnosu, je Barnes posvečal osrednjo pozornost (Barnes, 1994: 69-76). Podobno kot drugi avtorji (npr. de Shazer, 1982, 1985, 1988, 1994;

O'Hanlon, 1988; O'Hanlon in Weiner-Davis, 1989; O'Hanlon in Martin, 1992; Safran in dr. v Norcross, 2002: 236) je poudarjal, da se pogajanje o ciljnih in majhnih korakih odvija tako na nezavedni kot zavestni ravni in vzpostavlja pogoje za terapevtsko spremembo.

#### 12.4. **Učinki povratnih informacij**

Kako upravičeno je Barnesovo prizadevanje za povezovanje kibernetične epistemologije (in njenega ključnega koncepta povratne zveze (angl. feedback)) s psihoterapijo, so najnazornejše potrdile prav ugotovitve o učinkih povratnih informacij. V zadnjih dvajsetih letih so raziskave pokazale, da sprotno zbiranje klientovih *povratnih informacij* in njihova uporaba za vodenje terapevtskega procesa prispevata k terapevtskemu izidu od 15 do 31%. Z razvojem računalniške in komunikacijske tehnologije postajajo »povratno informirana obravnava« (feedback-informed treatment = FIT) (Miller, 2012; Miller in dr., 2015), »rutinsko merjenje izida« (routine outcome measurement = ROM) (de Beurs in dr., 2011; Maeschalck, Prescott in Miller, 2019) in »spremljanje v dejanskem času« poteka obravnave (angl. Real Time Monitoring = RTM) (npr. Schiepek, 1999, 2008; Schiepek in dr., 2005; Schiepek in dr., 2005; Sommerfeld, 2005) vse pomembnejša podpora za večanje učinkovitosti psihoterapije.

Če pogledamo bolj podrobno, so raziskave (Duncan 2017: xxviii) pokazale, da:

- a. so učinki povratnih informacij na izid v glavnem neodvisni od merilcev oziroma ocenjevalnih sistemov;
- b. sistematično zbiranje povratnih informacij izboljša izide ne glede na to, ali poteka v sodelovanju s klienti (čeprav tako sodelovanje daje boljše rezultate) ali če povratne informacije dobivajo samo terapevti (na primer preko telefona ali preko neposrednega osebnega stika);
- c. povratne informacije koristijo klientom z različnimi težavami in demografskimi značilnostmi, čeprav jih lahko obravnavajo v različnih kliničnih setingih strokovnjaki različnih profesij in ne glede na to, ali so izkušeni ali začetniki;
- d. povratne informacije izboljšajo izide ne glede na psihoterapevtski model – povratno informirana obravnava ne določa, katero tehniko naj se uporabi, temveč omogoča prilagajanje katere koli metode v klientovo dobro;
- e. večina psihoterapevtov na neformalen način zbira in upošteva klientove neformalne povratne informacije o napredku in terapevtskem delovnem odnosu.

Povratno informirane obravnave, ki so podprte z različnimi merilci in algoritmi, tako empirično potrjujejo Barnesovo izjavo, ki sem jo postavil za moto temu članku: »Kakšna potrata virov, kakšna izguba človeških zmožnosti, da

se moramo terapevti stlačiti v majhne škatle, na katerih so različne nalepke.« (Barnes, 2010a: 152). Nesmiselno je torej načelno poudarjanje superiornosti določenega pristopa nad ostalimi ali določene (pod)skupine psihoterapevtov nad ostalimi, na primer tistih, ki delajo v zdravstvu in tistimi zunaj njega, politična ideologija, ki nima strokovne in znanstvene podlage. Trenutno najbolj obetavno zagotovilo za kvalitetnejšo in učinkovitejšo psihoterapijo današnjega dne in v prihodnosti je stalno spremljanje in evalviranje prakse posameznih psihoterapevtov oziroma posameznih terapevtskih in svetovalnih obravnav v lokalnih kontekstih, za kar se je stalno zavzemal tudi Barnes.

#### 12.5. **Uporabljeni model/tehnika: specifični in splošni učinki (razlaga in ritual), klientovo pričakovanje (upanje, placebo) in terapevtsko zaupanje v model/tehniko**

Če je specifični vpliv modela oziroma tehnike le 8%, pa je splošni vpliv okoli 30%. To pomeni, da ni toliko pomembno, ali terapevt uporablja tehniko prostih asociacij, praznega stola, iskanja izjem, postavljanja odnosnih kipov, domačih nalog, prikaza negativnih misli idr., temveč je večini metod in tehnik skupno to, da spodbujajo kliente k terapevtskim dejanjem. Terapevti pričakujejo, da bodo klienti nekaj naredili drugače, npr. razvili novo razumevanje, izkusili druge občutke, se soočili s strahovi in bojznimi, spremenili stare vzorce vedenja itn. Modeli in tehnike klientu in terapevtu omogočajo strukturiranje in fokusiranje v plovbi po nepredvidljivih vodah v smeri terapevtske spremembe.

Podobno kot zagovorniki teorije skupnih dejavnikov se je tudi Barnes, ki je učenju tehnik posvečal minimalno pozornost, rad skliceval na delo Jeroma Franka (1971, 1973), ki je kot prvi sistematiziral teorijo skupnih dejavnikov v t. i. »kontekstualni model« in poudarjal, da je spodbujanje klientovega upanja in pozitivnih pričakovanj ključni dejavnik pri mnogih oblikah zdravljenja (ne le pri psihoterapiji) ter da vsi modeli vsebujejo mit ali *razlago* o klientovih težavah in postopek ali *ritual*, to je strategije za njihovo razreševanje. Tako modeli v večjem delu (30%) učinkujejo preko aktivacije placeba, upanja in klientovih pričakovanj v kombinaciji s terapevtskim zaupanjem (angl. allegiance) v model oziroma tehniko. Dokler je obravnava za klienta smiselna in spodbuja njegovo aktivno sodelovanje, tak ali drugačen pristop ne igra bistvene vloge. Z drugimi besedami, terapevtske tehnike so sredstva za posredovanje placeba (Kirsch, 2005).

Če torej z Dodovo pomočjo (glej sliko 5) obrnemo nazaj in povzamemo: Kakšna je njegova končna ocena o povezavah med Barnesovim projektom reflektivne psihoterapije in skupnimi dejavniki?

Slika 5

Dodo na podlagi raziskav o skupnih dejavnikih potrjuje znanstveno utemeljenost predpostavk, ki jih je predlagal Barnes v okviru svojega projekta reflektivne psihoterapije (risba Ejti Štih).



Izsledki raziskovanja o skupnih dejavnikih, ki prispevajo k izidu psihoterapije, potrjujejo znanstveno utemeljenost predpostavk, ki jih je predlagal Barnes v svojem projektu reflektivne psihoterapije, ko je povezal kibernetično epistemologijo s psihoterapijo za povečevanje njene učinkovitosti. Te predpostavke so:

- ključno vlogo pri terapevtski spremembi igrajo značilnosti in raznolikost klientov ter njihovega življenjskega konteksta v času obravnave;
- psihoterapevt mora s svojim ravnanjem fleksibilno in raznoliko odgovoriti na raznolikost klientov in njihovih življenjskih okoliščin;
- terapevtski delovni odnos (terapevtska aliansa) je pomembnejši od tehnik;
- terapevt upravlja terapevtski proces na osnovi stalnih, sistematičnih povratnih informacij klienta oziroma klientskega sistema (bližnjih, družine idr.).

13.

## Epilog o nekonformističnem, ustvarjalnem prestopništvu Grahama Barnesa

Leta 2005 je Barnes za svoje doktorsko delo in številne članke, kjer je prikazal škodljive učinke TA, v kolikor je osredotočena na teorijo, prejel največje priznanje, ki ga podeljuje Mednarodno združenje za transakcijsko analizo, to je spominsko

priznanje Erica Bernea (Eric Berne Memorial Award). Od leta 1971, ko so ga podelili prvič, je bil Barnes prvi gej, ki ga je prejel in hkrati je bilo prvič, da je bilo povezano s problematizacijo psihoterapevtske obravnave homoseksualne tematike. V svojem govoru ob prejemu priznanja s pomenljivim naslovom *Transgresije* (angl. *Transgressions*) (Barnes, 2005), saj v angleščini transgresija običajno pomeni prekršitev, prekršek, prestop, kršitev zakona, lahko pa tudi greh ali pregreho, je Barnes najprej poudaril, da ga sprejema v imenu vseh ljudi, ki so jih kdajkoli stereotipizirali s psihopatološkimi oznakami in diagnozami. Nato se je poklonil tragedijam številnih pacientov, ki so jim transakcijski analitiki in drugi terapevti prizadeli nepopravljivo škodo, ko so jih obravnavali v skladu s TA teorijo in drugimi teorijami brez pravega poslušanja za njihovo raznolikost in enkratnost. Glede na vse, kar je sam kot gej v svojem življenju pretrpel zaradi stigmatizacije homoseksualnosti hkrati kot prekrška in kot greha, je bil njegov poklon vse prej kot vljudnostna fraza za večji govorniški učinek.

Tako v svojem strokovnem in znanstvenem delu kot tudi v svojem osebem življenju si je namreč Barnes celo življenje prizadeval za enakost, emancipacijo tako ali drugače odrinjenih in izločenih ter za nekonformizem<sup>22</sup>. Prav to pa je hotel pokazati tudi z naslovom svojega predavanja, saj je pojem transgresija sklicujoč se na ameriškega filozofa Ralpa Walda Emersona<sup>23</sup> pozitivno preokviril: »Transgresija – v smislu nekonformizma – vodi k temu, kar je Emerson imenoval zanašanje nase, učenje zaupati sebi in postajati sam svoj, spoznavanje samega sebe, negovanje lastne individualnosti, da bi uresničili tisto najboljšo, kar lahko postanemo. Po Emersonu transgresija pomeni, da človek opravlja svoje delo in se razvija. Da prestopa omejitve, teorije in posplošitve, vztraja na svojem in nikoli ne oponaša.« (Barnes, 2005: 222)

Če si pogledamo Barnesovo biografijo (Možina, 2020b), je bil vsekakor prestopnik v pozitivnem, Emersonovem pomenu (Emerson, 1841). Kal njegovega nekonformizma je začela poganjati že v otroštvu, ko je njegovo poželenje začelo pljuscati stran od družbeno sprejemljivega heteroseksualnega vedenja. Svojo izkušnjo odraščanja, ki sta jo močno zaznamovali družbena homofobija in nasilna religiozna ideologija, je opisal v avtobiografski knjigi *Doseganje boga* (*Achieving God*), ki jo je pisal zadnjih dvajset let svojega življenja (Barnes, 2006), pa ga je smrt tik pred odločitvijo, da jo bo izdal, prehitela. V knjigi je glavni

22 S svojim pretanjenim občutkom za prezrto ustvarjalnost marginaliziranih je tako Barnes opozoril tudi na pozabljen opus psihologa in psihoanalitika Roberta Lindnerja (1952, 1954, 1956), ki je na novo definiral hipnozo kot osnovni okvir psihoterapije in ki se je prav tako zavzemal za nekonformizem (Barnes, 2002b).

23 Všeč mi je tale Emersonov pesniško navdahnjen asociacijski opis transgresije: »Pravilno pomeni naravnost; napačno pomeni skrivljeno. Prvotni pomen besede duh je veter: transgresija, prestopanje črte; domišljavost, dviganje obrvi.« (Emerson, 1909: 17)

junak Aleks, v katerega je Graham položil veliko svojih izkušenj. V določenem trenutku pretresljivo nagovori svojega umrlega očeta:

»Oče, kjerkoli si že, povem ti, da ne želim biti pridigar, ne želim uresničevati tvojih ambicij, ne želim biti tvoj podaljšek. Vem, da bi bil srečen, če bi namesto tebe uresničil tvoje želje, šel na teološko fakulteto, študiral bogoslovje in postal duhovnik. A to bi bil tvoj ponos, tvoja sreča, ne moja. Mogoče sem ti res zlomil srce, ko si izdihnil. A vendar, oče, nisem hotel biti ponižen in vdan suženj, da bi lahko z menoj počel, kar bi se ti zahotelo. Se spomniš, kako sem se ti prvič uprl, ko sem bil star tri leta? Pokazal sem ti, da znam razmišljati in sem te razgalil pred vsemi farani. Toda ker ti nisem bil pokoren, si vzel pas in sem končal v modricah. Vem, oče, da tega svojega dejanja nisi obžaloval. Bil si prepričan, da si storil dejanje ljubezni, ker si me s tepežem naučil spoštovanja do očeta in božje hiše. Ne, ne, oče, pa ni bilo tako. Vžgal si mi rane, ki so še vedno nekje globoko v meni. Skušam razumeti tvojo stisko, saj si verjel, da je služenje staršem božja volja. Toda ko si ti hotel ugoditi svojim staršem in bogu, si izgubil sebe. Prišel si v spor s svetom, vero in samim sabo. Postal si maščevalen, jezen, zagrenjen. Sebi si sledil le takrat, ko si pobegnil od doma in začel študirati bogoslužje v Teksasu. Ko si imel prvo pridigo, si doživel božji udarec in zaradi razlitja slepiča skoraj umrl. Prepričan si bil, da te je Bog kaznoval, ker nisi bil vdan očetu, zato si se vrnil domov služiti svojim staršem. Oče, doživljam te, da si se takrat zlomil in prenehal hoditi po svoji poti. Mogoče si bil razklan med upoštevanjem božje volje in sledenjem svoji življenjski poti. In po tem vzorcu si tudi mene vzgajal h pokornosti in ponižnosti do sebe in sveta ob zaupanju v Boga. Ko si me tepel s kovinsko cevjo, sem si rekel: raje umrem, kot da postanem tvoj podaljšek. Se zavedaš tega, oče? In povedati ti moram, da je ta ukrivljena kovinska cev poudarila tvoje izkrivljeno pojmovanje spolnosti. Slišiš, oče, v kakršnikoli obliki si že, slišiš? Zasliševal si me, če se kdo hoče dotikati mojih intimnih delov. Na najbolj predrzno erotičen način pa si se jih dotikal prav ti, ko si hotel, da ti razkrijem svojo intimo. Še sedaj slišim tvoj ogorčen, krčevit glas: 'Aleks, nihče se ne sme igrati s tvojimi intimnimi deli.' In potem si mi preprečil, da bi se kopal z drugimi dečki. Šele sedaj vem, kako si med seboj povezal intimne dele, spolnost in vodo. In ko se sprehajam po preteklosti, se spomnim, kako ste me hoteli pri desetih letih krstiti, pa sem občutil nenaden strah, strah pred vodo, da me je oblil mrzel pot in sem se začel tresti. Nezavedno si ti, oče, z vlivanjem strahu pred vodo preprečil, da bi bil krščen. Si lahko predstavljaš ta paradoks? A moram ti tudi povedati, da sem nekatere stvari, vrednote pri tebi spoštoval in jih občudoval. S tabo sem delil tvojo socialno pravičnost, tvoje navdušenje, da bi se morali vsi ljudje naučiti

živeti skupaj v ljubezni, ki je združena v bogu. Na nek način si verjel v socialno pomoč. Te stvari so mi blizu in hvala ti zanje, oče.« (Barnes, 2006: 26)

Kot študent religije in teologije se je vse bolj odmikal od tirnic duhovniškega poklica, ki mu jih je že ob rojstvu nastavil oče, saj med šolanjem ni vsrkaval le širokega znanja s področja humanistike in družboslovja, temveč se je tudi vse bolj navzemal kritične, reflektirajoče drže, ki ni bila združljiva s slepo vero:

»Kot študent religije in teologije sem se veliko naučil. Takrat sem se tudi navdušil nad hermenevtiko in se začel ukvarjati z mišljenjem. V mojem rodnem okolišu so bibličisti zlahka ohranjali svojo vero. Vendar smo imeli tudi skeptike. Njihova prevpraševalna naravnost in radovednost mi je dala dovoljenje za dvom. Tako sem se začel spraševati, zakaj bi bil bog odvisen od svetega pisma, namesto da bi ohranjal dialog z ljudmi. In če se je pogovarjal z nekaterimi ljudmi, zakaj se ne bi z vsemi? Ljudje so verjeli v svoje bogove in sam sem ravno tako poskušal verjeti vanje. Vendar sem se v svojih dvomih spraševal, zakaj se bog ali njegov sel ne pokaže tudi meni, če se je že pokazal drugim. Bolj kot kdorkoli bi potreboval, da bi me zadela oslepljujoča strela, ki bi mi odprla vero. Vendar nisem zagledal nobene svetlobe, nobenega gorečega grma, prav tako kot nisem zaslišal nobenega glasu. Zakaj naj bi verjel izpovedim in trditvam drugih, če sam nisem imel podobne izkušnje? Tako sem že pred svojim tridesetim letom v veliki meri obupal. Bil sem preveč razmišljujoč, preveč podvržen dvomom in preveč radoveden glede tega, kam ljudi vodi njihova vera. Ker sem videl, kje so s svojim mišljenjem in spraševanjem pristali, jim nisem hotel slediti.« (Barnes, 2008: 29)

Ko se mu je po diplomu na Harvardu obetala bleščeča akademska kariera, se ga je atentat na Martina Luthra Kinga leta 1968 tako globoko dotaknil, da se ji je praktično čez noč odrekel in se posvetil socialnemu aktivizmu. V okviru prostovoljske organizacije, ki jo je ustanovil, je od leta 1969 do 1973 delal s segregiranimi belskimi institucijami, da bi zmanjšal rasizem in ekonomsko neenakost:

»Aktivni smo bili predvsem na področju, ki ga je glavno gibanje prezrlo. To je bila takrat predvsem institucionalna segregacija. Po vseh ZDA so še vedno obstajale univerze in številne druge zasebne institucije, ki so bile rezervirane izključno za belopolte srednjega razreda. Med njimi so bile tudi cerkve, ki temnopolnih niso samo izključevale, ampak so tudi pridigale religijo izključevanja ter svoj rasizem utemeljevale v teologiji in bibličnih tekstih. Osredotočili smo se na religiozne, izobraževalne in druge organizacije, posebej zasebne, ter voditelje teh institucij pritegnili na seminarje in delavnice. Na iste delavnice smo povabili tudi temnopolte voditelje, pogosto iz istih skupnosti. Delali smo predvsem na predpostavki: osebno je družbeno, družbeno je osebno.



[...] V gibanju za državljanske pravice temnopoltih sem našel način, da sem vseeno lahko delal za človekove in državljanske pravice. Z zatiranjem temnopoltih sem se poistovetil. V njihovem boju sem videl svoj boj. Vedno sem gledal na promocijo državljanskih pravic za temnopolte kot na promocijo državljanskih pravic za istospolno usmerjene. Vedel sem, da je cilj isti, da so ideje iste, pozicije in argumenti isti. Njihova zmaga bo tudi nam prinesla pravice, svoboščine in srečo.« (Barnes v Blažič, 2011: 145, 148)

Tako je Barnes presegel svoje teološko poslanstvo in odkrival nove načine, kako z dialogom bogatiti življenja posameznikov, družin in skupin s psihosocialnimi težavami. Hkrati je na osebni ravni izstopil iz verskih, etničnih in nacionalnih okvirov, da je lahko sprejel svojo gejevsko identiteto in na tej osnovi postal državljani sveta. Osebnostno je bilo zanj vedno tudi politično in obratno (Barnes in Cornell, 2005).

Potem ko se je v ZDA uveljavil kot psihoterapevt, supervizor in učitelj ter ustanovil svoj psihoterapevtski inštitut in v njegovem okviru akademsko izobraževanje iz psihoterapije, ga je neposredno srečanje z Gregoryjem Batesonom leta 1977 tako močno nagovorilo, da se je odločil postaviti pod vprašaj praktično vse, kar je do takrat tvorilo njegovo psihoterapevtsko identiteto. Spet je stopil čez črto, zapustil cono udobja in se posvetil študiju epistemologije v skladu s kibernetiko drugega reda, konstruktivizmom in socialnim konstrukcionizmom, da bi preokviril razumevanje TA (Barnes, 1995, 1997, 1999a, 1999b, 1999c) in psihoterapije nasploh (Barnes, 1993, 1994). Če je Bateson izhajal iz ateističnega okolja in je v religiji videl možen korektiv in obogatitev znanstvene drže, je Barnes v znanosti videl možen korektiv in obogatitev religiozne drže. Kjer je Bateson videl estetiko religije, je Barnes videl estetiko (kibernetične) znanosti. Vsak po svoje pa sta na osnovi kibernetične epistemologije odprla možnosti za novo enotnost znanosti, religije in estetike, hkrati pa je Barnes v tej enotnosti zagledal možnost obogatitve svojih naporov za lajšanje trpljenja ljudi ter za zmanjševanje človeške krutosti in poniževanja.

Hoditi za in z Grahamom je bilo zahtevno, saj ni bilo možno brez stalnega prizadevanja za prestopanje mej in omejitev, ki so jih vsiljevale institucije in zastarele, nepravične družbene norme. Prestopanje pa zanj ni pomenilo izstopanja iz institucij bodisi v odmaknjeno idilo, ki je lahko v današnjem svetu le navidezna, bodisi v slonokoščeni stolp družbeno neangažiranega intelektualnega elitizma. Ravno obratno, stalno nas je spodbujal, da naj jih spreminjamo od znotraj, kar je pomenilo, da naj se izpostavljam dvojnemu vezem, protislovjem, tragiki in absurdnosti, ki jih sodelovanje v sodobnih institucijah in organizacijah vseh vrst neizogibno prinaša s seboj. »Vztrajajte na obeh ravneh dvojne vezi,« nam je ponavljal in se ob tem dobro zavedal, da bo to lahko tudi boleče, preden

bomo našli ustvarjalne odgovore. Opozarjal nas je tudi, da je ohranjanje in razvijanje sodelovanja v organizacijah in skupnostih podvrženo naključnosti in nepredvidljivosti, kar pomeni, da srečen konec nikakor ni zagotovljen<sup>24,25</sup> in da je največ, na kar lahko upamo, »gotovost v negotovost« (Možina, 2010).

Ker se sam kljub radikalni kritiki Berneove teorije nikoli ni izločil iz Mednarodnega združenja za transakcijsko analizo, temveč si je prizadeval za korekcijo njene napačne epistemologije, je tudi podprl našo iniciativo, da projekt Šole kibernetike psihoterapije, ki sicer že v samem izhodišču ni pomenil razvijanja novega psihoterapevtskega pristopa oziroma šole v običajnem smislu, povežemo s sistemskim pristopom in evropsko krovno organizacijo EFTA (European Family Therapy Association; Evropsko združenje za družinsko terapijo) (Možina, Štajduhar, Kačič in Šugman Bohinc, 2011; Miškulin, 2014). Zelo se je tudi razveselil, da smo vsebine, ki smo jih razvijali v Šoli kibernetike psihoterapije, vključili okvir izobraževanja iz sistemske psihoterapije na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani in s tem prispevali k akademizaciji študija psihoterapije kot samostojnega poklica in avtonomne znanstvene discipline (Možina, 2016b). Psihoterapije Barnes nikoli ni videl le kot metode, ki bi bila rezervirana izključno za zdravnike in psihologe, temveč si je vedno prizadeval za njeno strokovno in znanstveno avtonomijo.

9. avgusta 2020 je Graham prestopil zadnjo mejo. Zapustil nas je kot »nekaj, kar je zamejeno s kožo«, ki pa ostaja z nami z bogastvom svojih idej, kot se je izrazil Bateson:

»[...] sam pomen 'preživetja' postane nekaj drugega, ko nehamo govoriti o preživetju nečesa, kar je zamejeno s kožo, in pričnemo razmišljati o preživetju sistema idej v krogotoku. Vsebinska koža se s smrtjo razpusti, prav tako tudi poti znotraj kože. Ideje pa gredo lahko ob nadaljnji transformaciji še naprej v svet v obliki knjig ali umetnin. Sokrat je kot bioenergetski posameznik mrtev, a velik del njega še vedno živi kot sestavni del sodobne ekologije idej.« (Bateson, 2019: 471)

24 Nedavno sem opisal svojo profesionalno pot sodelovanja na mikro in mezo ravni ter jo poskušal umestiti v makro družbene in globalne spremembe (Možina, 2020c). Eno ključnih poglavij na tej poti je bilo sodelovanje z Barnesom. Kljub temu da se je s svojim projektom reflektivne psihoterapije na vsak način hotel izogniti temu, da bi to postal nov psihoterapevtski pristop (glej Barnesove misli, ki sem jih dal na začetek kot moto temu članku), je podprl umeščanje svojega projekta v različne kontekste, npr. v okvir sistemske psihoterapije (Možina, Štajduhar, Kačič in Šugman Bohinc, 2011) in socialnega dela, postmodernih oblik pomoči in podpore (Šugman Bohinc, 2005) ter v akademski okvir izobraževanja iz psihoterapevtske znanosti (Možina, 2016b).

25 Pred kratkim sem slišal šalo: »Kaj je luč na koncu tunela? Vlak, ki prihaja.« Menim, da ta »vic« jedrnatno povzema našo trenutno globalno situacijo, v kateri smo se znašli na pragu kolektivnega samomora (Možina, 2020d). Zaradi velike krožnosti, katere del smo, smo ne le lokalno, temveč tudi globalno v veliki nevarnosti, da nas bo vlak, ki ga razumem kot metaforo za krožno povratno korekcijo neravnovesja, ki smo ga v antropocenu zadali naši celotni ekologiji, povozil.

Graham nas je zapustil kot bioenergetski posameznik, a velik del njega v nas, ki smo se povezali v krogotoke njegovih idej, še vedno živi. Ostaja živ tudi kot sestavni del tiste sodobne ekologije idej, ki kljub uvidu v tragično občutje življenja tke nežno predivo zaupanja in upanja v pravičnost, ljubezen in modrost.

Ob tem, da je bil Graham velik mislec, pa je bil tudi prekipjavajoče radoživ, tako da je do svojega zadnjega diha zajemal življenje s polno žlico. Potem ko je konec septembra 2019 pri svojih triinosemdesetih letih ob svojem zadnjem obisku v Ljubljani predaval študentom SFU Ljubljana celo soboto od devetih zjutraj do šestih zvečer (glej sliko 6), sva odšla na sprehod in večerjo v staro Ljubljano. Tako zagreto sva se ves čas pogovarjala, da nisva opazila, kdaj sva ostala edina gosta v restavraciji in so naju vljudno opozorili, da bi radi zaprli. Polna idej, ki sva jih še želela podeliti, sva se pogovarjala še med pešačenjem k meni domov, kjer je bil moj gost. In jaz sem bil potem tisti, ki sem okoli dveh zjutraj omagal, on pa je bil kot kakšen mladenič še ves živahen. Tako ostaja v mojem srcu tudi kot zgled, kako je možno ne glede na leta živeti z živostjo in s čudenjem, kot je to izjavil v enem od svojih intervjujev:

»Ključni element v psihoterapiji je to, da oba, psihoterapevt in klient skupaj, soustvarjata nov svet, v katerem je življenje čudovito in ki naj bi ga živeli s čudenjem.« (Barnes, 2010: 154)

Slika 6

Z Grahamom Barnesom (levo) sva se zadnjič srečala septembra 2019. Na sliki sva v pavzi med njegovimi predavanji, ki jih je 28. septembra 2019 imel za študente Fakultete za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani (foto Dobrin Tavčar).



## Literatura

- Allport, G. (1968). *The Person in Psychology*. Boston: Beacon Press: 123-124.
- Anker, M.G., Owen, J., Duncan, B.L. in Sparks, J.A. (2010). The alliance in couple therapy: Partner influence, early change, and alliance patterns in a naturalistic sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(5), 635-645.
- Asay, T. P. in Lambert, M. J. (1999). The empirical case for the common factors in therapy: Quantitative findings. V Hubble, M. A., B. L. Duncan, B. L. in Miller, S. D. (ur.). *The heart and soul of change: What works in therapy*. American Psychological Association: 23-55.
- Baldwin, S. A., Wampold, B. E. in Imel, Z. E. (2007). Untangling the alliance-outcome correlation: Exploring the relative importance of therapist and patient variability in the alliance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75, 842-852.
- Barnes, G. (1994). *Justice, love and wisdom: Linking psychotherapy to second-order cybernetics*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Barnes, G. (1997). A story about telling stories: Introducing Bateson's »Epistemology of organization«. *Transactional Analysis Journal*, 27, 134-137.
- Barnes, G. (2001). Voices of sanity in the conversation of psychotherapy. *Kybernetes*, 30, 526-550.
- Barnes, G. (2002a). *Psychopathology of psychotherapy: A cybernetic study of theory*. PhD thesis. Melbourne: School of Social Science and Planning, RMIT University.
- Barnes, G. (2002b). Hypnosis as a Condition for Psychotherapy. *Hypnos*, XXIX(4), 149-163.
- Barnes, G. (2006). *Achieving God*. Neobjavljen rokopis knjige.
- Barnes G. (2010). What is the key element in psychotherapy? *Kairos – Slovenian Journal of Psychotherapy*, 4(3-4), 151-154.
- Barnes, G. in Blažič, M. (2011). Levica brez idej omogoča razmah neofašizmov: intervju s psihoterapevtom Grahamom Barnesom. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 5(3-4), 145-149.
- Barnes, G. in Cornell, B. (2005). The Political Is Personal and the Personal is Political. Script Editor Bill Cornell Interviews Graham Barnes. *The Script*, 35(3), 1,6-7.
- Bateson, G. (1962). *Perceval's Narrative: a patient's account of his psychosis, 1830-2*. London: The Hogarth Press.
- Bateson, G. (1985). *Mind and nature: A necessary unity*. London: Flamingo edition.
- Bateson, G. (1987). *Steps to an ecology of mind: Collected essays in anthropology, psychiatry, evolution, and epistemology*. London: Jason Aronson, London.
- Bateson, G. (2019a). Svet mentalnega procesa. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 13(1-2), 259-269.
- Bateson, G. (2019b). *Ekologija idej*. Ljubljana: Beletrina in SFU Ljubljana.
- Bateson, G. in Bateson, M. C. (1987). *Angels Fear: Toward an Epistemology of the Sacred*. New York: MacMillan.
- Berg, I. K. in Miller, S. D. (2020). *K rešitvi usmerjena psihoterapija: Kako pomagati zasvojenim z alkoholom*. Ljubljana: UMco in SFU Ljubljana.
- Bordin, E. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 16, 252-260.
- Bordin, E. S. (1994). Theory and Research on the Therapeutic Working Alliance: New Directions. V A. O. Horvath, A. O. in Greenberg, L. S. (ur.). *The Working Alliance – Theory, Research and Practice*. New York: John Wiley & Sons, Inc..
- Corstens D., Dillon J., Escher S., Morris M. in Romme M. (2009). *Living with voices: 50 stories of recovery*. PCCS BOOKS, Herefordshire.
- Crits-Christoph, P., Barancackie, K., Kurcias, J. S., Beck, A. T., Carroll, K., Perry, K., Luborsky, L., McLellan, A. T., Woody, G. E., Tompson, L., Gallagher, D. in Zitrin, C. (1991). Meta-analysis of therapist effects in psychotherapy outcome studies. *Psychotherapy Research*, 1, 81-91.

- Crits-Christoph, P., Connolly Gibbons, M. B. in Mukherjee, D. (2013). Psychotherapy Process-Outcome Research. V Lambert, M. J. (ur.). *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6. izd.). Hoboken: Wiley: 298–340.
- Černigoj, M. (2007). *Jaz in mi*. Ljubljana: IPSA.
- Dabić-Jeftić, M. in Barnes, G. (1993). Event-related potentials (P300) during cognitive processing in hypnotic and non-hypnotic conditions. *Psychiatra Danubina*, 5(1–2), 47–61.
- de Beurs, E., den Hollande Gijsman, M. E., van Rood, Y. R., Van der Wee, N. J., Giltay, E. J., van Noorden, M. S., van der Lem, R., van Fenema in Zitman, F. G. (2011). Routine outcome monitoring in the Netherlands: practical experiences with a web-based strategy for the assessment of treatment outcome in clinical practice. *Clinical psychology & psychotherapy*, 18(1), 1–12.
- Dekleva, B. (2015). Phenomenology of voice-hearing. *Kairos – Slovenian Journal of Psychotherapy*, 9(4), 43–68.
- Duncan, B. L. (2010). Saul Rosenzweig: The founder of the common factors. V Duncan, B. L., Miller, S. D., Wampold, B. E. in Hubble M. A. (ur.). *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy* (2nd ed.). American Psychological Association, Washington, DC: 3–22.
- Duncan, B. L. (2014). *On Becoming a Better Therapist: Evidence-Based Practice One Client at a Time*. (2. ed.). Washington: American Psychological Association.
- Duncan, B. L. (2017). Foreword. V Isebaert, L., *Solution-Focused Cognitive and Systemic Therapy: The Bruges Model*. New York: Routledge: ix–xlii.
- Duncan, B. L. in Miller, S. D. (2000a). The client's theory of change. *Journal of Psychotherapy Integration*, 10, 169–187.
- Duncan, B. L. in Miller, S. D. (2000b). *The heroic client: Doing client-directed, outcome informed therapy*. San Francisco, CA: Jossey Bass.
- Duncan, B. L. in Moynihan, D. W. (1994). Applying outcome research: Intentional utilization of the client's frame of reference. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 31, 294–301.
- Duncan, B. L., Solovey A. D. in Rusk G. S. (1992). *Changing the rules: A client directed approach*. New York: Guilford Press.
- Eliot, T. S. (1982). *Pesmi*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 122–123.
- Emerson, R. W. (1841). *Essays first series*. V B, Atkinson (ur.). *The essential writings of Ralph Waldo Emerson*. New York: The Modern Library: 113–283.
- Emerson, R. W. (1909). *Nature, Addresses and Lectures. The Works of Ralph Waldo Emerson (Vol. 1)*. Boston, New York: Fireside Edition.
- Erickson, M. H. (1980). *The collected papers of Milton H. Erickson (Vols. I, II & III)* (Rossi, E. L. ur.). New York: Irvington.
- Foerster, H. von (1987). Cybernetics. V Shapiro (ur.). *Encyclopedia of Artificial Intelligence*. John Wiley & Sons.
- Foerster, H. von (2003). *Understanding understanding: Essays on Cybernetics and Cognition*. New York: Springer.
- Foerster, H. von (2009). Etika in kibernetika drugega reda. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 3(1/2), 11–18.
- Foerster, H. von (2014). *The beginning of earth and heaven has no name: Seven days with second-order cybernetics*. New York: Fordham University Press.
- Frank, J. D. (1971). Therapeutic factors in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 25(3), 350–361.
- Frank, J. (1973). *Persuasion and Healing: A comparative study of psychotherapy* (2. izd.). Baltimore: Johns Hopkins.
- Frank, J. D. in Frank, J. B. (1991). *Persuasion and healing: A comparative study of psychotherapy* (3rd ed.). Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Gassmann, D. in Grawe, K. (2006). General change mechanisms: The relation between problem activation and resource activation in successful and unsuccessful therapeutic interactions. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 1–11.

- Goldberg, S. B., Rousmaniere, T., Miller, S. D., Whipple, J., Nielsen, S. L., Hoyt, W. T. in Wampold, B. E. (2016). Do psychotherapists improve with time and experience? A longitudinal analysis of outcomes in a clinical setting. *Journal of Counseling Psychology*, 63(1), 1–11.
- Grawe, K. (2007). *Neuropsychotherapy: How the Neurosciences Inform Effective Psychotherapy*. New York: Psychology Press, Taylor & Francis Group.
- Hester, R., Miller, W., Delaney, H. in Meyers, R. (1990). Effectiveness of the community reinforcement approach. Predavanje na 24. letni konferenci Združenja za napredek vedenjske terapije (Association for the Advancement of Behavior Therapy). San Francisco, CA.
- Keeney, B. P. (1985). *Aesthetics of Change*. New York, London: The Guilford Press.
- Kim, D. M., Wampold, B. E. in Bolt, D. M. (2006). Therapist effects in psychotherapy: A random effects modeling of the NIMH TDCRP data. *Psychotherapy Research*, 16, 161–172.
- Kirsch, I. (2005). Placebo psychotherapy: Synonym or oxymoron? *Journal of Clinical Psychology*, 61(7), 791–803.
- Kobal, L. (2004a). *Ugotavljanje dejavnikov psihoterapevskega odnosa: vpliv klientovih in psihoterapevtovih implicitnih odnosnih shem*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Kobal, L. (2004b). Terapevska delovna zveza: integrativni koncept sodobne psihoterapije. V: Bohak, J. in Možina, M. (ur.). *Kompetentni psihoterapevt*. Maribor: Slovenska krovna zveza za psihoterapijo: 152–160.
- Kobal, L. (2013). Psihoterapevski odnos z vidika psihoterapevske znanosti. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 7(3-4), 23–45.
- Kordeš, U. (2004). *Od resnice k zaupanju*. Ljubljana: Studia humanitatis.
- Lambert, M. J. in Barley, D. E. (2002). Research Summary on the Therapeutic Relationship and Psychotherapy Outcome. V Norcross, J. C. (ur.). *Psychotherapy Relationships That Work – Therapist Contributions and Responsiveness to Patients*. Oxford: Oxford University Press.
- Lettvin J. Y., Maturana H. R., McCulloch W. S. in Pitts W. H. (1959). What the frog's eye tells the frog's brain. *Proc. Inst. Radio Eng.*, 47: 1940–1951.
- Lindner, R. (1952). *Prescription for rebellion*. New York: Rinehart & Co., Inc.
- Lindner, R. (1954). *The fifty-minute hour. A collection of true psychoanalytic tales*. New York: Dell Publishing.
- Lindner, R. (1956). *Must you conform?* New York: Rinehart & Company.
- Lovelock, J. (2007). *Gaja se maščuje: o pregrevanju zemlje in usodi človeštva*. Mengeš: Ciceron.
- Maeschalck, C. L., Prescott, D. S. in Miller, S. D. (2019). Feedback informed treatment. V Norcross, J. C. in Goldfried, M. R. (ur.). *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Oxford: 105–122.
- Maturana, H. R. in Varela, F. J. (1998). *Drevo spoznanja*. Ljubljana: Studia humanitatis.
- Miller, S. D. (2012). *Feedback-informed clinical work: The basics*. International Center for Clinical Excellence.
- Miller, S. D., Duncan, B. L., Sorrell, R. in Brown, J. (2005). The Partners for Change Outcome System. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 61, 199–208.
- Miller, S. D., Hubble, M. A., Chow, D. in Seidel, J. (2015). Beyond measures and monitoring: Realizing the potential of feedback-informed treatment. *Psychotherapy*, 52(4), 449–458.
- Miškulin, I. (2014). Kibernetika psihoterapije. V Kozarić-Kovačić, D. in Frančičkovič, T. (ur.). *Psihoterapijski pravci*. Zagreb: Medicinska naklada.
- Miškulin, I. (2016a). *Epistemologija vrline u psihoterapiji*. Doktorski rad. Rijeka: Filozofski fakultet.
- Miškulin, I. (2016b). Svjedočanstvo u hermeneutičkoj psihoterapiji. V Prijić-Samaržija S., Malatesti L. in Baccharini E. (ur.). *Moralni, politički i društveni odgovori na društvene devijacije*. Rijeka: Filozofski fakultet: 51–82.
- Miškulin I. (2017). Psychotherapist's epistemic responsibility. *Kairos – Slovenian Journal of Psychotherapy*, 11(1–2): 23–43.
- Miškulin, I. (2020). Conversation about Conversation or How to Create the Meaning in Psychotherapy. *Constructivist Foundations*, 16(1), 109–111.

- Možina M. (1994). Foreword. V Barnes, G.. *Justice, love and wisdom: Linking psychotherapy to second-order cybernetics*. Zagreb: Medicinska naklada: xi-xvii.
- Možina, M. (2002). Can we remember differently? A case study of the new culture of memory in voluntary organisations. *International journal of social welfare*, 11(4), 310-320.
- Možina, M. (2007). O Kairosu. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 1(1/2), 3-5.
- Možina, M. (2010). O psihoterapevtovi gotovosti v negotovost, dvojni vezi in paradokseh. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(1/2), 67-96.
- Možina, M. (2016a). Uvodnik o melanholiji. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 10(3-4), 5-30.
- Možina, M. (2016b). Tako mladi pa že psihoterapevti: Akademizacija psihoterapije v Sloveniji in neposredni študij psihoterapevske znanosti na Fakulteti za psihoterapevsko znanost Univerze Sigmunda Freuda v Ljubljani. V Fiegl, J. *Tako mlad pa že psihoterapevt: Empirična raziskava o neposrednem študiju psihoterapije*. Ljubljana Vienna: Sigmund Freud University Press: 165-190.
- Možina, M. (2017). Uvodnik o depresiji. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo Kairos*, 11(1-2), 5-51.
- Možina, M. (2019). Epistemology of hallucinations and hearing voices: the contribution of constructivism and neurophenomenology. *Kairos - Slovenian Journal of Psychotherapy*, 13(3-4), 27-71.
- Možina, M. (2020a). Zgodnja leta ptiča Dodo: Razvoj teorije skupnih dejavnikov od Rosenzweiga do Frankove kontekstualnega modela. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 14(15-16), v tisku.
- Možina, M. (2020b). Življenje in delo Grahama Barnesesa (1936-2020) ter njegov prispevek k razvoju psihoterapije v Sloveniji in na Hrvaškem. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 14(343-361), v tisku.
- Možina, M. (2020c). The Slovenian story about self-organization and cooperation. V Viol, K., Schöler, H. in Aichorn, W. (ur.). *Selbstorganisation - Ein Paradigma für die Humanwissenschaften: Zu Ehren von Günter Schiepek's Forschung zu Komplexität und Dynamik in der Psychologie*. Heidelberg: Springer VS: 217-243.
- Možina, M. (2020d). Sodobna družba je na pragu kolektivnega samomora. *Novi tednik*, št. 5, 26-27.
- Možina, M. in Barnes, G. (2019). Kako razmeti Batesona. V Bateson, G. *Ekologija idej*. Ljubljana: Beletrina in SFU Ljubljana: 515-535.
- Možina, M. in Kobal, L. (2005). Razvijanje stališča udeležnosti v psihoterapiji. *Časopis za kritiko znanosti*, 33, 221: 195-205.
- Možina, M. in Kordeš, U. (1998). Obiranje sadov z Drevesa spoznanja. V Maturana, H. R. in Varela, F. J., *Drevo spoznanja* Ljubljana: Studia humanitatis (sprema beseda): 219-248.
- Možina, M. in Rebolj, A. B. (2020). Od k rešitvi usmerjenega modela kratkotrajne psihoterapije do namerne prakse za doseganje psihoterapevske odličnosti. V Berg, I. K. in Miller, S. D. *K rešitvi usmerjena psihoterapija*. Ljubljana: UMco in SFU Ljubljana: 315-439.
- Možina, M., Štajduhar, D., Kačič, M. in Šugman Bohinc, L. (2011). Sistemska psihoterapija. V Žvelc, M., Možina, M. in Bohak, J. (ur.). *Psihoterapija*. Ljubljana: IPSA: 415-501.
- Norcross, J. C. (2002). Empirically Supported Therapy Relationships. V Norcross, J. C. (ur.). *Psychotherapy Relationships That Work - Therapist Contributions and Responsiveness to Patients*. Oxford: Oxford University Press.
- Norcross, J. C. in Goldfried, M. R. (1992). *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books.
- Norcross, J. C. in Goldfried, M. R. (2005). *Handbook of Psychotherapy Integration* (2. izd.). New York: Oxford University Press.
- Norcross, J. C. in Wampold, B. E. (2011). What works for whom: Tailoring psychotherapy to the person. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 67(2), 127-132.
- Norcross, J. C. in Lambert, M. J. (2019). *Psychotherapy relationships that work. Volume 1: Evidence-Based Therapist Contributions* (3. izd.). New York: Oxford University Press.
- Norcross, J. C. in Wampold, B. E. (2019). *Psychotherapy relationships that work. Volume 2: Evidence-Based Therapist Responsiveness*. New York: Oxford University Press.

- O'Hanlon, W. H. (1988). Solution-oriented therapy: A megatrend in psychotherapy. V Zeig, J. in Lankton, S. (ur.). *Developing Ericksonian psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- O'Hanlon, W. H. in Martin, M. (1992). *Solution-Oriented Hypnosis: An Ericksonian Approach*. New York: Norton.
- O'Hanlon, W. H. in Weiner-Davis, M. (1989). *In Search of Solutions: A New Direction in Psychotherapy*. New York: Norton.
- Pask, G. (1975a). *Conversation, cognition and learning*. Amsterdam: Elsevier.
- Pask, G. (1975b). *The cybernetics of human learning and performance: A guide to theory and research*. London: Hutchinson & Co.
- Pask, G. (1987). *Conversation & support*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.
- Pask, G. (1992). *Interactions of actors: Theory and some applications. An introductory monograph*. Amsterdam: University of Amsterdam.
- Pask, G. (1993). A cybernetic perspective upon psychotherapy. *Psychiatra Danubina*, 5(1-2), 27-31.
- Praper, P. (2016). Terapevtska delovna aliansa: od analitičnega do panteoretskega koncepta. V Praper, P., Moškrič, B. in Matjan Štuhec, P. (ur.). *Izbrani eseji iz razvojne analitične psihoterapije skozi čas in trenutke srečanja*. Ljubljana: IKPP: 152-165.
- Prescott, D. S., Maeschalck, C. L. in Miller, S. D. (2017). *Feedback-informed treatment in clinical practice: reaching for excellence*. Philadelphia: American Psychological Association.
- Project MATCH Research Group (1998). Therapist effects in three treatments for alcohol problems. *Psychotherapy Research*, 8, 455-474.
- Rogers, C. (1942a). *Counseling and psychotherapy*. Boston: Hought.
- Rogers, C. (1942b). The use of electrically recorded interviews in improving psychotherapeutic techniques. *Am J Orthopsychiatry*, 12, 429-434.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality changes. *Journals of Consulting and Clinical Psychology*, 21(2), 95-103.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. London: Constable.
- Rogers, C. R. in Dymond, R. F. (1954). *Psychotherapy and personality change: Co-ordinated research studies in the client-centered approach*. Chicago: Chicago University Press.
- Romme, M. in Escher, S. (1989). Hearing voices. *Schizophrenia Bulletin*, 15(2), 2019-2016.
- Rorty, R. (1979). *Philosophy and the mirror of nature*. Princeton: Princeton University Press.
- Rorty, R. (1989). *Contingency, irony, and solidarity*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rorty, R. (1999). *Philosophy and social hope*. London: Penguin Books.
- Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412-415.
- Ruesch, J. in Bateson, G. (1951). *Communication - The Social Matrix of Psychiatry*. New York: Norton.
- Safran, J. D. in Muran, J. C. (2000). Resolving Therapeutic Alliance Ruptures: Diversity and Integration. *Psychotherapy in Practice*, 56(2), 233-243.
- Safran, J. D., Muran, J. C., Samstag, L. W. in Stevens, C. (2002). Repairing Alliance Ruptures. V Norcross, J. C. (ur.). *Psychotherapy Relationships That Work - Therapist Contributions and Responsiveness to Patients*. Oxford: Oxford University Press.
- Schiepek, G. (1999). *Die Grundlagen der Systemischen Therapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schiepek, G., Ludwig-Becker, F., Helde, A., Jagdfeld, F., Petzold, E. R. in Kröger, F. (2005). Sinergetika za prakso. V Bohak, J. in Možina, M. (ur.). *Četrty študijski dnevi Slovenske krovne zveze za psihoterapijo*, 3. in 4. junij 2005, Rogla. *Sodobni tokovi v psihoterapiji : od patogeneze k salutogenezi : [zbornik prispevkov]*. Maribor: Slovenska krovna zveza za psihoterapijo: 25-33.

- Schiepek, G., Picht, A., Spreckelsen, C., Altmeyer, S. in Weihrauch, S. (2005). Računalniško podprta procesna diagnostika dinamičnih sistemov. V Bohak, J. in Možina, M. (ur.). *Četrty študijski dnevi Slovenske krovne zveze za psihoterapijo*, 3. in 4. junij 2005, Rogla. *Sodobni tokovi v psihoterapiji : od patogeneze k salutogenezi : [zbornik prispevkov]*. Maribor: Slovenska krovna zveza za psihoterapijo: 34-51.
- Segal, L. (2001). *The Dream of Reality: Heinz von Foerster's Constructivism*. (2. izd.). New York: Springer.
- Shazer, S. de (1982). *Patterns of Brief Family Therapy: An Ecosystemic Approach*. New York, NY: The Guilford Press.
- Shazer, S. de (1985). *Keys to solution in brief therapy*. New York: Norton.
- Shazer, S. de (1988). *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. New York: Norton.
- Shazer, S. de (1994). *Words Were Originally Magic*. New York, London: W. W. Norton & Company, Inc.
- Six, T. (2014). *Characteristics of highly effective therapists*. Master's degree thesis. Universiteit Gent: Faculty of Psychology and Educational Sciences. Dostopno na: [https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/166/096/RUG01-002166096\\_2014\\_0001\\_AC.pdf](https://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/166/096/RUG01-002166096_2014_0001_AC.pdf) (pridobljeno 6. 8. 2020).
- Sommerfeld, P. (2005). *Evidence-Based Social Work - Towards a New Professionalism?*. Bern: Peter Lang.
- Steel, C., Schnackenberg, J., Perry, H., Longden, E., Greenfield, E. in Corstens, D. (2019). Making Sense of Voices: a case series. *Psychosis*, 11(1), 3-15.
- Štajduhar, D. (2010). Uvod v konstruktivizem za psihoterapevte. *Kairos - Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(1/2), 29-48.
- Šugman Bohinc, L. (1996). *Razgovor o razgovoru*. Magistrsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Šugman Bohinc, L. (1998). Kibernetika svetovalnega in terapevtskega razgovora. *Psihol. obz.*, 7(4), 81-94.
- Šugman Bohinc, L. (2000a). *Kibernetika konverzacije – o spreminjanju razumevanja sebe in drugega skozi razgovor*. Doktorsko delo. Ljubljana: Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Šugman Bohinc, L. (2000b). Kibernetika spremembe in stabilnosti v kontekstu svetovalnega in terapevtskega dela s klientskim sistemom. *Psihol. obz.*, 9(2), 87-101.
- Šugman Bohinc, L. (2003). Kibernetika konverzacije - o spreminjanju razumevanja sebe in drugega skozi razgovor. V Bohak, J. in Možina, M. (ur.). *Kaj deluje v psihoterapiji : novejša raziskave njene uspešnosti*. Maribor: SKZP: 35-44.
- Šugman Bohinc, L. (2005a). Epistemologija podpore in pomoči. *Časopis za kritiko znanosti*, XXXIII(221), 167-181.
- Šugman Bohinc, L. (2005b). Kibernetika psihoterapije – razvijanje učinkovite postmoderne dialoške prakse. V Bohak, J. in Možina, M. (ur.). *Sodobni tokovi v psihoterapiji: od patogeneze k salutogenezi*. Maribor: SKZP: 156-163.
- Šugman Bohinc, L. (2010). Od objektivizma h konstruktivizmu in socialnemu konstrukcionizmu v sistemski psihoterapiji. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 4(1/2), 51-66.
- Šugman Bohinc, L. (2011). *Učenci z učnimi težavami. Izvirni delovni projekt pomoči*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Šugman Bohinc, L., Rapoša Tajnšek, P. in Škerjanc, J. (2007). *Življenjski svet uporabnika: Raziskovanje, ocenjevanje in načrtovanje uporabe virov v doseganje zelenih razpletov*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Tamminga, C. A., Sirovatka, P. J., Regier, D. A. in van Os, J. (2010). *Deconstructing Psychosis: Refining the Research Agenda for DSM-V*. Arlington: American Psychiatric Association.
- Unamuno, M. de (1983). *Tragično občutje življenja*. Ljubljana: Slovenska matica.
- Varela, F. J., Thompson, E. in Rosch, E. (1993). *Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Varela, F. (1996). Neurophenomenology: A Methodological Remedy for the Hard Problem. *Journal of Consciousness Studies*, 3(4), 330-349.
- Verhaeghe, P. (2016). *Identiteta*. Mengeš: Ciceron.

- Wampold, B. (2011). *Qualities and actions of effective therapists* American Psychological Association, Washington. [https://nanopdf.com/download/qualities-and-actions-of-effective-therapists\\_pdf](https://nanopdf.com/download/qualities-and-actions-of-effective-therapists_pdf) (pridobljeno 20.8.2020)
- Wampold, B. E. in Brown, G. S. (2005). Estimating variability in outcomes attributable to therapists: A naturalistic study of outcomes in managed care. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(5), 914-923.
- Wampold, B. E. in Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work*. New York, NY: Routledge.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. New York, London: W. W. Norton & Company.
- White, M. in Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York, London: W. W. Norton & Company.
- Wolfe, B. L. in Meyers, R. J. (1999). Cost-effective alcohol treatment: The community reinforcement approach. *Cognitive and Behavioral Practice*, 6, 105-109.