

Matej Vajda¹

V dialogu z mestom in svetom: Poročilo s 7. mednarodne konference o dialoških praksah v Sarajevu (2.-5. april 2025)

In dialogue with the city and the world: 7th International Conference on Dialogical Practices in Sarajevo (2nd-5th April 2025)

Sarajevo: mesto srečevanj

Od 2. do 5. aprila 2025 je v Sarajevu potekala 7. mednarodna konferenca o dialoških praksah v organizaciji (mednarodne) Mreže za dialoške prakse ter bosanskega inštituta Mentis. Podnaslov *Od konflikta do povezanosti – možnosti za dialoge onkraj konfliktov* se mi je zdel istočasno optimističen ter, cinično rečeno, naiven v perspektivi vseh dogajanj doma (Quo vadis, zakon o psihoterapiji...) in po svetu (bolje, da sploh ne začnem naštevati vseh priložnosti za preseganje konfliktov).

Sarajevo, s svojo pestro in navdihujočo zgodovino, je ponudilo izjemno ozadje za srečanje, katerega osrednja tema je bila moč dialoga v oblikovanju prihodnosti. Že ob prihodu v mesto me je prevzela njegova večplastnost – preplet orientalskih in srednjeevropskih vplivov, bogata kulturna dediščina ter neizbrisni pečati nedavne zgodovine. Voden ogled Sarajeva mi je približal mnoge zgodbe ulic, stavb in ljudi, ki so preživeli najdaljše obleganje v sodobni evropski zgodovini: od aprila 1992 do februarja 1996 je bilo mesto ukleščeno v skoraj štiriletno (natančneje 1425 dnevno) obleganje. Ob tem je bilo ubitih več kot 11.000 civilistov, med njimi preko 1.600 otrok.

Še posebej ganljivo je bilo srečanje s 'sarajevskimi vrtnicami' – sledmi granatnih eksplozij, ki so jih domačini po vojni zapolnili z rdečim epoksijem v spomin na kraje, kjer so padle žrtve. Te majhne, a močne umetnine so danes posejane po celém mestu kot opomniki preteklega trpljenja in kot tiha znamenja odpora in spomina ter pričajo o sposobnosti preokvirjanja, ki jo imajo Sarajevčani.

¹ Matej Vajda, mag. soc., sistemski psihoterapevt, Univerza Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana, mvajda@gmail.com

Obisk Muzeja otroštva med vojno (War Childhood Museum) je bilo izven konference eno najmočnejših doživetij v Sarajevu: v intimno, na trenutke interaktivno, predvsem pa domiselno zasnovanih razstavnih prostorih sem si ogledal otroška oblačila, plišaste igrače in risbe, ki so bili pospremljeni s pretresljivo osebno zgodbo otrok, ki so odraščali med vojno. Vsak predmet je bil tiho pričevanje o tem, kako vojna zaznamuje najbolj ranljive in nedolžne.

Sledil je še ogled skrbno obnovljenega Narodnega muzeja Bosne in Hercegovine, ki poleg izjemne etnografske in arheološke zbirke (neverjetna količina res lepo predstavljenih ostankov iz rimskih časov – od nagrobnikov do nakita) hrani enega najdragocenejših eksponatov: znamenito sarajevsko Hagado, rokopisno judovsko knjigo iz 14. stoletja, ki je preživela tako nacistično okupacijo kot obleganje Sarajeva – skrita in zaščitena s strani muzealcev, ki so s tem tvegali svoja življenja. Kar spet priča o odprtosti in dialoški zmožnosti družbe, ki (vsaj v nekatereh pogledih) že dolgo presega meje med religijami in strah pred drugačnostjo.

Posebno močno izkušnjo je ponudil tudi obisk Zgodovinskega muzeja Bosne in Hercegovine, kjer sem si ogledal stalno razstavo o vsakdanjem življenju prebivalcev Sarajeva med obleganjem. In se čudil, kako so prebivalci z improvizacijo in iznajdljivostjo preživljali leta izolacije. Razstavljeni predmeti, od improviziranih peči za gretje, doma izdelanih sveč, preprostih naprav za zbiranje deževnice, do šolskih učbenikov pisanih na ostanke papirja, in iz različnih ostankov sestavljenih invalidskih vozičkov, razkrivajo neverjetno voljo do življenja, vztrajnost in človeškost v nečloveških razmerah.

Celotna izkušnja je bila zame in za mnoge druge udeležence globoko čustvena, saj je letos minilo trideset let od konca vojne v Bosni in Hercegovini – in prav občutek regionalne povezanosti ter duh skupne zgodovine na področju nekdanje Jugoslavije sta doživljanje naredila še posebej intenzivno.

Izmed mnogih osebnih zgodb v času konference je prvi dan v delovni skupini *Remembering the Past; Creating Futures*, mi je v spominu še posebej ostala izkušnja **Justine van Lawick**, priznane sistemska družinska terapevtka iz Nizozemske. V letih 1995–1996 je bila v okviru dela za organizacijo *Psychologists without Borders* večkrat v Sarajevu. Zase pravi, da je sprehajalka; ob vsakodnevnih sprehodih po mestu se je močno trudila odkriti vsaj eno zgradbo brez strelskih ran – a je ni našla. Lahko dodam, da marsikatero od teh lukenj v fasadah in zidovih, ki so jih povzročili streli, še danes zlahka srečamo, ko se odpravimo po mestnih ulicah. Spomin torej ne blede, ne navzven ne navznoter. Ta zgodba je zame ponazoritev, kako globoko se je vojna zapisala v tkivo mesta, tudi na najbolj opazen način – in mi daje misliti, kako pomembno vlogo ima lahko dialog pri celjenju ran, tudi 30 let kasneje.

Posebno noto in čustven zaključek celotnemu dogajanju uvodnega dne je dodal pesniški večer, preplet umetnosti in dialoga „pod dežnikom“ (legendarni sarajevski hotel Holiday ima iz neznanega razloga v delu galerije nad vhodno avlo večji baldahin). Tam zbranim nam je pesnica **Aida Džihović** prebrala nekaj svojih pesmi o času vojne, ko je bila še deklica, in se je zanjo vojna začela – v dvigalu (kar je tudi naslov njene pesniške zbirke). Večer je minil v razmišljanju o moči umetnosti v procesih okrevanja in ustvarjanja zgodb (ter dialogov, včasih s samim seboj), ki nas pri tem podpirajo.

V kontekstu mesta Sarajevo sta dialoškost in odprtost, osrednji temi konference, dobili torej še dodatno globino in pomen; in odprli vprašanje, ali in kako, kot so organizatorji optimistično zastavili podnaslov konference, je mogoče preseči konflikte v smeri povezanosti.

Dialog v luči zgodovine, teorije, prakse – in čokolade

Program konference je ponujal širok spekter: od plenarnih predavanj svetovno znanih imen, intenzivnih delovnih skupin, do praktičnih delavnic in umetniških dogodkov – vse skupaj pa je ustvarjalo bogat dialoški preplet izkušenj, refleksij, obrazov, pogovorov, srečevanj in novih povezav.

Na konferenci smo se zbrali različni znanstveniki, raziskovalci, strokovnjaki in praktiki z različnih koncev sveta, ki nas očitno družijo navdušenje nad dialogi in dialoškim. V enem od uvodnih plenarnih predavanj je nekdo (morda **Tom Arnkil** iz Finske ali pa naslednji dan njegov rojak **Jaakko Seikkula**, lahko pa tudi **Justine Van Lawick** iz nizozemskega Haarlema) poudaril pomembnost širjenja dialoških idej prek okvirjev psihiatrije, psihoterapije ter ostalih področij bolj neposredne pomoči ljudem, v nove kontekste, skupnosti in organizacije. Četudi je večina prihajala iz nam bolj sorodnih, pomagajočih poklicev, pa me je navdušila udeležba **Bruna Coorena** iz Francije, kjer je vodja precej številne ekipe Oddelka za kulturne zadeve in mednarodne odnose v občinski upravi mesta Dunkirk. Z njim sem imel nekaj priložnostnih pogovorov in se mi je zdel odličen primer implementacije uvodnega poziva, torej k vzpostavljanju kulture dialoške komunikacije v novih kontekstih, pri njem npr. v menedžmentu in javni upravi.

Iniciacijo v glavno vsebino konferenco sem opravil že pred uradno otvoritvijo, s pred-delavnico **Kristofa Mikes-Liuja**, psihiatra iz Avstralije, ki je ponudil temeljito uvodno predstavitev o dialoški. Ta prvi stik s koncepti in praksami odprtega dialoga (OD), o katerih razen nekaj prebranih gradiv pred obiskom Sarajeva nisem vedel prav veliko, je dal dragoceno popotnico za nadaljnje dni potapljanja v te teme.

Prvi dan konference sem se pridružil delovni skupini *Remembering the Past; Creating Futures*, ki sta jo vodili Justine van Lawick in Armina Čerkić, s sodelovanjem Petra Roberja. Skupina je bila osredotočena na raziskovanje pomena spominjanja preteklosti za ustvarjanje drugačne prihodnosti. Zaradi čustvene intenzivnosti pripovedi – izkušenj iz vojne, ranljivih zgodb, v kombinaciji z močnimi vtisi ob obisku že naštetih muzejev, vodenem ogledu po mestu s seveda kopico neizogibnih poudarkov iz obdobja spopadov, poeziji iz časa obleganja ter s tem neke vrste časovnim strojem v obdobje vojne in trpljenja – sem hitro začutil, da postaja v tistem trenutku zame vse skupaj čustveno preobremenjujoče.

V iskanju boljšega notranjega ravnovesja sem zato naslednji dan zamenjal delovno skupino in se pridružil zdaj že znanemu Kristofu Mikes-Liuju ki je ustvaril prostor za debato o pogojih, ki vabijo v monološkost oz., kot sem razumel, enosmernost, in kako se nanje lahko odzivamo dialoško - dvosmerno, ali še bolje, krožno. Na tem mestu se mi zdi zanimiv dostavek iz članka Možine (2024), kjer piše, da je v osnovni knjigi o OD (Seikkula in Arnkil, 2006) monološkost prikazana kot izključno negativna in nezaželeno. A kasnejši razvoj (Olson idr., 2014) terapevtovo uvajanje pogovornih tem dopušča, saj naj bi bile za bolj celostno razumevanje situacije monološke sekvence v dialogu pravzaprav koristne oz. celo nujno potrebne. Omogočajo namreč pridobivanje novih informacij, nasvete, načrtovanje in sklepanje dogovorov, ki presegajo klientove teme ali izjave. Kot si sam predstavljam, verjetno tudi to »odpira« dialog oz. »po sistemsko«, viša število izbir (etični imperativ Heinza von Foersterja, 2003), ter spodbuja napredek dialoga. Na srečanjih OD naj bi bilo lahko celo do tretjine pogovora monološkega, pa koncept še vedno sledi načelom in elementom OD ter omogoča učinkovito srečanje (Olson idr., 2014 v Možina, 2024).

V delovni skupini smo raziskovali dinamiko med monološkim in dialoškim načinom delovanja s pomočjo iger vlog, refleksij, deljenja lastnih izkušenj itd. Izstopalo pa je še nekaj - Kristof je mojster ustvarjanja vzdušja. Vsak dan nam je prinesel kakšno sladkarijo (predvsem so bile, času primerne, popularne različne velikonočne čokoladice od jajčkov do zajčkov). Pozval nas je, naj si srečanja naredimo tudi fizično čimbolj udobna, npr. z gibanjem po prostoru, sedenjem ali ležanjem na tleh, stanjem ob stolu ipd., kar nas je večina z veseljem naredila. Vse skupaj je bilo verjetno – vsaj skozi oči fotografije, ki se je očitno presenečeno smehljala, ko nas je prišla ovekovečiti – videti prej kot nekakšna wellness soba, kot pa 'resna' razprava o komuniciranju. A je ponudilo dobrodošlo osvežitev in priložnost za sproščeno, odprto učenje ter zapomnljivo izkušnjo. Vse skupaj je kronala še kratka lekcija aikida, kjer smo povadili, kako premik (telesu) vzporedno s 'sogovorcem', namesto neposredne konfrontacije, lahko spremeni stav in energijo celega sistema.

Od notranjih dialogov do družinskih dram: reflektiraj kot Petra, reguliraj kot Peter

Poleg omenjenih delovnih skupin sem se na konferenci udeležil več delavnic in predstavitev, ki so z različnih vidikov obravnavale ključni temi dialoga in konflikta. Izpostavljam dve izmed teh, nizozemsko in belgijsko.

Petra Deij iz Utrechta je v svoji predstavitvi opisala reflektivnost in refleksivnost kot bistveni orodji za poglobljanje sodelovalne, etične in kontekstualne terapevtske prakse. Reflektiranje je vsakodnevni proces ponovnega premisleka o lastnih izkušnjah, reflektivna praksa pa namerna dejavnost, ki vključuje zmožnost kritičnega preučevanja lastnih dejanj, misli in profesionalnega vedenja. *Kritična reflektivnost* pogloblja ta proces z vključevanjem spoznanj kritične družbene teorije, ki obravnava širše družbene strukture, razmerja moči, marginalizacijo in vlogo strokovnjaka v teh okvirih. Po drugi strani pa *refleksivnost* poudarja nenehno zavedanje, kako praktikova lastna prisotnost, identiteta in reflektivnost oblikujejo njegove odnose in interakcije. Za spoj obeh procesov je vpeljala nov hibridni izraz reflekt/ksivnost, ki označuje fluidno gibanje med reflektiranjem vsebine (*aboutness*) in vključevanjem v kontekst (*withness*), pri čemer se zgleduje po delu Johna Shotterja, ki je bil na tej konferenci večkrat omenjen kot eden glavnih, a žal preminulih teoretičnih motorjev dialoških pristopov. Na podlagi številnih vplivov - vključno s konceptom osredotočanja Eugena Gendlina, idejo o notranjih dialogih Petra Roberja in von Foersterjevim opazovanjem opazovalca, Petra Deij poudarja pomen utelešenega in angažiranega poslušanja pri relacijskem delu. Uvede prisposodobeno nihala reflekt/ksivnosti kot ponazoritev, kako lahko strokovnjaki prehajajo med različnimi ravnmi refleksivnega zavedanja, od neposrednih izkušenj in situacij do globljih spoznanj, ki vključujejo vrednote, prepričanja, strokovno znanje in izkušnje ter družbene strukture. S tem praktike vabi v držo umirjenosti in prisotnosti ter spodbuja stalno, dialoško in uglašeno prakso, ki spoštuje kompleksnost človeških odnosov in vlogo praktika, ki se v njih razvija (Deij, 2025).

Med pomembnimi liki v pisani dialoški tapiseriji, ki jo je ponujala konferenca, je bil Peter Rober iz Leuvena, ki me je navdušil že na EFTA konferenci v Ljubljani (Možina idr., 2023). s svojim plenarnim predavanjem s poudarkom na temi konfliktov in čustvene regulacije v družinski psihoterapiji (Rober, 2025). Govoril je o razumevanju in delu z družinsko dinamiko, zlasti v zvezi s stopnjevanjem in uravljanjem čustev v družinskem sistemu, v in izven terapevtskega konteksta. Meni, da so družine kljub pogostim težavam v osnovi ljubeče in predane, vendar se – seveda - počutijo nemočne, kadar so njihovi poskusi reševanja težav neuspešni. Temelj njegovega pristopa je poskus optimizacije terapevtske delovne zveze, kar je v družinski terapiji, kjer je prisotnih več oseb, še posebej zapleteno.

Kot poseben izziv je izpostavil vključevanje vseh družinskih članov. Predstavil je tipične vloge klientov na terapiji, kot so „vratarji“ (Byng-Hall, 1988), „obiskovalci“ (de Shazer, 1984; Berg, 1989) in „talci terapije“ (Friedlander, Escudero in Heatherington, 2006; Tseliou in Borcsa, 2014). Rober s pomočjo krivulje stopnjevanja opiše konflikt (od začetne „iskre“, prek eskalacije in vrhunca spora do deeskalacije), kjer lahko čustva uidejo izpod nadzora – s posledico, da se posamezniki počutijo neslišane, nemočne, izgubijo stik s seboj in vidijo drugega kot krivca. To ustvari potrebo po strategijah deeskalacije in zaščite znotraj družinskega sistema, istočasno pa ustvarja prostor za dialog. Klasične strategije čustvene regulacije so individualne (čustva so osebna in zasebna) – govorimo torej o samoregulaciji (McRae in Gross, 2020) – Rober pa poudarja, da ta pogled zapostavlja komplementarnost in simetrijo v procesih interakcije in zato raje izpostavlja pomen koregulacije, torej procesa, v katerem si posamezniki medsebojno pomagajo pri obvladovanju čustvenih stanj – spomnimo se samo na sloviti „still face“ eksperiment Tronicka idr. (1978). Čustva so res subjektivna, a tudi družbena oz. kulturna, nastanejo med nami, v naših odnosih, družinah, skupnostih, kulturah (Mesquita, 2022). Gergen in Gergen (1995) sta npr. govorila o čustvenih scenarijih, Hatfield idr. (2014) pa o čustveni nalezljivosti. Rober poudarja, da terapevtsko delo vključuje spodbujanje sposobnosti koregulacije znotraj družine.

Osrednjega pomena za omogočanje sprememb in dialoga pa je terapevtova odzivnost, ki je opisana kot implicitni, utelešeni (*embodied*) proces, vendar jo je mogoče izboljšati z refleksijo in interakcijo z družino. Ključnega pomena je ustvarjanje dialoškega prostora, ki omogoča, da se družinski člani počutijo dovolj varne in da lahko delijo svoje osebne zgodbe. V tem kontekstu poslušanje razumemo kot odzivnost: zgodbe klientov in odzive družinskih članov poslušamo „z ušesi, očmi in srcem“. Ta vzporedni proces poslušanja vključuje sočasno empatijo do trpljenja družine in prepoznavanje virov moči ter znakov upanja. Rober pravi, da čustvena regulacija na družinskem srečanju poleg elementov, ki jih terapevt uporablja pri individualnem delu (empatija, sprejemanje, prisotnost, preokvirjanje itd.), vključuje tudi terapevtovo pozorno čakanje (*watchful waiting*), ko pričakuje neke vrste čustveno regulacijo v družini ter opazuje, kako se posamezni družinski člani soočajo s čustvi in kako se vzpostavlja homeostatična funkcija družine. Pomembno je, da družinske člane povabimo k izražanju čustev in/ali k čustveni regulaciji, a tako, da se najprej izrazijo terapevtu ter šele nato drugemu družinskemu članu (*enactment*).

Pri tem pa ne gre pozabiti na čustveno samoregulacijo psihoterapevta – tako vertikalno (notranji dialog) kot horizontalno (dialog s klientom). Če terapevti niso v stiku s svojimi čustvi, to lahko vodi v tveganje za motnje v delovnem odnosu (Muran in Eubanks, 2020). Terapevt mora čutiti čustva, ki jih sproži klient, in

z njimi narediti nekaj smiselne. Čustva imajo namreč pomembno funkcijo (npr. komunikacijsko) in zato jih mora terapevt doživljati in zdržati, namesto da jih nezavedno ponotranji (se jim izogiba, jih odriva, potlačuje ...) ali izrazi (odigrava, reagira ...). Čustvena regulacija je torej ključna, da se terapevt ne oddalji od svoje terapevtske vloge (empatija, odzivnost itd.), da lahko čustva uporabi za boljše razumevanje družinske dinamike oz. pri terapevtskih intervencijah. Terapevtovo poimenovanje svojih čustev lahko na primer tudi pomaga klientu, da prepozna in poimenuje njegova čustva. Rober je predstavil zanimivo grafiko, kjer pokaže posledice, če je terapevtu z lastnimi čustvi v terapiji preveč udobno (klienti ga doživljajo kot nezainteresiranega, ne vključenega, odsotnega, medtem ko se on sam doživlja, kot da je profesionalen in objektiven) oz. preveč neudobno (stres povzroči fokus na „preživetje“, tako profesionalno kot osebno). Pri ustreznem nivoju udobja/neudobja pa se terapevt lahko sooči s svojim doživljanjem in s prisotnimi čustvi naredi nekaj terapevtsko konstruktivnega (poveže z družinsko dinamiko, poglobi odnos,...).

Ključna značilnost in zato zame relevantna raziskovalna zanimivost Roberjevega načina dela je sistematično in sprotno zbiranje ter uporaba klientovih povratnih informacij s pomočjo dialoških instrumentov, z namenom krepitve terapevtske delovne zveze in jasnosti terapevtskega procesa (Rober in Van Tricht, 2023). Ti instrumenti niso namenjeni le merjenju ali raziskovanju, temveč služijo kot pogovorna orodja za začetek dialoga in pridobivanje vpogleda v perspektivo vsakega družinskega člana. Vprašalnik o skrbih (*Worries Questionnaire*, WQ), ki je na voljo v različicah za odrasle, otroke in pare, se uporablja pred terapijo in med njo za ugotavljanje klientovih skrbi, ocenjevanja resnosti teh skrbi zanje in klientovih pričakovanj v zvezi s terapijo – tako vprašalnik deluje kot kompas za terapevta. Razprava o podobnostih in razlikah v odgovorih družinskih članov na vprašalnik WQ med njimi spodbuja dialog in zagotavlja slišnost vseh glasov, tudi tistih, ki so sicer bolj obrobni (npr. prej omenjenih talcev terapije). Vprašalnik Dialoških povratnih informacij (*Dialogical Feedback Questionnaire*) se uporablja ob koncu srečanj za zbiranje povratnih informacij o občutku razumljenosti, o presenečenjih in ganljivih trenutkih med terapijo; to pomaga usmerjati naslednja srečanja, zlasti s poudarkom na morebitnih kritikah. Omenjeni orodji spodbujata kulturo povratnih informacij (več o tem npr. Vajda, 2024) in dialoga, ki temelji na etiki odgovornosti, kjer je terapevt odgovoren klientu in se s pogovorom uči njegovega edinstvenega jezika.

Rober je avtor številnih člankov pa tudi nekaj knjig, ki jih toplo priporočam, med drugim *„In Therapy Together: Family Therapy as a Dialogue“* (Rober, 2017) in nove knjige *„Becoming an Effective Family Therapist“* (Rober, 2024), ki me že čaka na nočni omarici.

Potop na dah v dialoške pristope: Odprti dialog Jaakka Seikkule in sodelovalno-dialoška praksa Harlene Anderson

Sarajevska konferenca je bila dragocena priložnost za poglobitev razumevanja različnih dialoških pristopov, zlasti Odprtega dialoga (OD), ki ga najbolj pooseblja eden od njegovih tvorcev, finec **Jaakko Seikkula**, in sodelovalno-dialoške prakse, povezane predvsem s **Harlene Anderson** iz ZDA. Čeprav se ta dva načina dela in tudi druge variacije uporabe dialoškega pristopa razlikujejo po izvoru in določenih poudarkih, imajo skupna temeljna načela, ki temeljijo na moči dialoga in odnosov. Obenem sta bila obe omenjeni „zvezdi“ prisotni tudi v živo v Sarajevu, kar je bila velika strokovna poslastica.

OD, ki izhaja iz zahodne Laponske na Finskem, je dobro raziskan in študije navajajo izjemno pozitivne rezultate za osebe s psihotičnimi motnjami. Npr., po petih letih po končanem zdravljenju 82 % oseb ni imelo kroničnih psihotičnih simptomov, 86 % jih je delalo ali študiralo s polnim delovnim časom in le 29 % jih je (še vedno ali ponovno) jemalo antipsihotična zdravila. V 25 letih izvajanja OD naj bi se pojavnost shizofrenije v regiji zmanjšala za štiri petine (Seikkula idr., 2006). To je v ostrem nasprotju z bolj pesimističnimi tradicionalnimi napovedmi za psihotične motnje, po katerih naj bi popolnoma okrevala le tretjina pacientov, in ki pogosto vključujejo kronične simptome, odvisnost od zdravil in socialno izključenost. OD kot mednarodno izredno uspešen (Mosse idr., 2023) primer biopsihosocialnega pristopa (Seikkula, 2022) izpodbija prevladujoči biomedicinski model, saj poudarja, da so psihotične motnje lahko naravni odziv na stresne življenjske situacije, ki jih je mogoče normalizirati in ne patologizirati (Možina, 2024). Simptomi se obravnavajo kot utelešene manifestacije dilem, za katere ni besed.

Širjenje OD po svetu, v različne države in kontekste, pomeni tudi evolucijo in prilagajanje pristopa. Izvorna oblika OD sledi sedmim načelom, med njimi je 5 organizacijskih: takojšen odziv, vključevanje socialne mreže, prožno prilagajanje posebnim in spreminjajočim se potrebam, prevzemanje odgovornosti, zagotavljanje psihološke kontinuitete; ter dve načeli, povezani s prakso: dopuščanje negotovosti in dialoškost.

Ti dve načeli, povezani s prakso, so kasneje nadgradili z dvanajstimi elementi zvestobe OD (Olson idr., 2014), ki se v praksi prepletajo in pojavljajo tudi hkrati:

1. na srečanju tima sodelujeta dva ali več terapevtov;
2. sodelovanje družine in socialne mreže;
3. uporaba odprtih vprašanj;
4. odzivanje na izjave klientov;
5. poudarjanje sedanjega trenutka;
6. odpiranje različnih perspektiv;

7. uporaba relacijskega (odnosnega) fokusa v dialogu;
8. odgovarjanje na problemski diskurz ali vedenje na stvaren način in s pozornostjo na pomene;
9. poudarjanje klientovih besed in zgodb, ne simptomov;
10. pogovori/reflektiranje med strokovnjaki na srečanjih;
11. preglednost;
12. dopuščanje negotovosti.

Ko sem prvič prebral ta seznam načel in značilnosti OD, se mi je večina točk zdela precej znana; malo daljši razmislek me je vodil k nekajletni izkušnji terapevtskega sodelovanja s kolegico, kjer sva kot sistemska ko-terapevta delala z družinami z odraslimi otroki. Za uporabo odprtih vprašanj, odzivanje na izjave klientov, odpiranje različnih perspektiv (širjenje možnosti), poudarjanje odnosti, pa tudi sedanjega trenutka in uporabo klientovih besed lahko rečem, da so pogosta oz. celo stalno prisotna orodja v praksi sistemskih terapevtov, ravno tako pa sva s ko-terapevtko velikokrat in s pridom uporabljala reflektirajoči dvojec, ko sva se na samem srečanju, pred klienti, posvetovala o najinih pogledih na vsakokratni proces in razmišljanju glede nadaljevanja. Na ta način so se pogosto odprli novi pogledi in teme pri klientskem sistemu, obenem pa je imelo to vpliv tudi na vzdušje, ki se je nekako umirilo in fokusiralo, ter na terapevtski odnos, saj so imeli člani družine lahko vpogled v najina razmišljanja, dileme, občutke. Spomnim se, da je enkrat eden od klientov komentiral, da mu je tak pogovor med nama s kolegico pred njimi zanimiv, saj mu da „možnost videti, kako deluje um terapevta ter kako nas vidita in razumeta, sploh, ker je nenavadno doživeti, kako se dve osebi pogovarjata o tebi“ - kar sem slišal, kot da nam je na srečanjih s to družino uspelo soustvariti (v skladu s sistemsko epistemologijo) odpiranje novih perspektiv ter prostora za reflektivno rekurzivnost.

Tako Seikkula in Arnkil (2006) tudi OD opisujeta kot način ustvarjanja novega razumevanja s pomočjo skupne čustvene izkušnje, kjer se ljudje povežejo na nov, aktiven način. Pri tem ne gre le za kognitivno raven, temveč za utelešeno čustveno izkušnjo, ki se je dotaknemo kot človeško bitje. To se ujema z Bachtinovo (1986) mislijo, da je pomanjkanje odziva za človeka ena najtežjih stvari (Seikkula in Arnkil, 2006).

Možina (2024) se v spremni besedi k slovenskemu prevodu knjige o OD sprašuje, če je laponski čudež primeren (lahko bi rekli tudi možen) za Slovenijo. Pri tem se nasloni na temeljno vprašanje Seikkule (2011), ki sem ga tudi sam močno začutil na sarajevski konferenci - ali gre torej pri uvajanju OD (samo) za razvoj načina dela (metodo, tehniko, orodje, pristop) ali (tudi) za način življenja (razmišljanja, „dihanja“, bivanja)? Kot piše Možina (2024, str. 44) „dokler razumemo OD predvsem kot orodje, npr. kot kladivo, s katerim bomo uspešno zabijali žebelje,

pri tem se pa nam samim ni potrebno spremeniti, to ne bo prineslo bistvenih sprememb. OD zahteva globoko osebno spremembo uporabnika, torej spremembo tistega, ki vihti kladivo. Dokler torej sami strokovnjaki ne bomo (upali) stalno spreminjati in nadgrajevati same sebe ter svoje sposobnosti za dialog (in spoštljivosti do polifonije), bomo verjetno težko spustili že znano kladivo in uporabili kaj novega, drugačnega in bolj negotovega, a morda primernejšega za klienta in situacijo, s katero je prišel k nam po pomoč.

Sodelovalno-dialoška praksa prav tako kot OD postavlja dialog v središče svojega pristopa. Delo Harlene Anderson se je razvilo iz sistemskih metafor, pri čemer se je od kibernetičnih in jezikovnih sistemov preusmerilo na odnose in pogovore, ki ustvarjajo razliko (Anderson in Gehart, 2007). Sodelovalno prakso opisuje kot filozofsko stališče in način bivanja z drugimi, ki uteleša to, kar Shotter (2006) imenuje „*withness*“, način razmišljanja, kjer „z“ nadomesti „o“. Smo, delujemo in se odzivamo „z“ drugo osebo, tako torej so-delujemo in so-raziskujemo (Anderson, 2008).

Anderson nam je na konferenci v svoji delavnici *Pomen sodelovalno-dialoške prakse za odprt dialog* (2025) približala svoj minimalističen, a neverjetno odnosno učinkovit način dela, kjer je v demonstraciji pogovora z več osebami pokazala, kot pravi tudi sama, „kako je videti, kot da nič ne dela“, torej da predvsem je v odnosu s sogovornikom.

Osrednja načela pristopa Harlene Anderson vključujejo soustvarjanje pomena, terapevtovo držo nevednosti in razumevanje jezika kot žive izkušnje. Koncept nevednosti, ki ga je razvila skupaj s Harryjem Goolishianom (Anderson in Goolishian, 1992), seveda ne pomeni opustitve znanja – temveč držo, filozofski premik, ki v ospredje postavlja klienta kot strokovnjaka za svoje življenje. Sam se ob tem vedno spomnim na Husserlovo (2012) fenomenološko redukcijo ali (lokalni) epoché, kjer postavimo prepričanja in predpostavke na stran (v oklepaj) in sprejemamo to, kar se nam daje kot čisto izkušnjo. Gre za pristno radovednost in odprtost do klientove edinstvene resničnosti, ne pa za tehniko (Anderson, 2005). Ta pristop se torej odmika od pozicije terapevta kot strokovnjaka, kot edinega, ki ima znanje oz. tistega, ki določa izid terapije (Anderson in Gehart, 2007). Pomen je intersubjektivno konstruiran s pogovorom in delovanjem (Anderson, 2007). Jezik je medij, prek katerega je razumevanje interpretativno, pomen pa nastaja pri uporabi, je vedno kontekstualiziran in produkt interakcije (Anderson, 2008). Praksa Harlene Anderson vključuje stalen proces, kjer teorija in praksa vzajemno vplivata druga na drugo – terapevte spodbuja, naj bodo odprti za kritiko in v stalnem procesu osmišljanja svojega dela (Anderson, 2005, 2012).

Anderson zame res uteleša postmodernizem, hermenevtiko in socialni konstrukcionizem. Pogovarja se s klientom in ne govori njemu ali o njem.

Tako sem njeno prisotnost doživel tudi v Sarajevu, ko je tkala dialog med seboj in tremi sogovornici v prikazu dela v živo. Poudarek na „*withness*“ odraža vzajemno pot raziskovanja in odmik od „tehničnega“ pogleda na človeške sisteme (Anderson in Gehart, 2007). Na Harlene Anderson je precej vplival tudi Tom Andersen (1987), ki je ravno tako poudarjal, da je treba hoditi vstric s klientom in biti priča klientovim procesom. Zlasti njegovo delo na področju reflektirajočih timov, ki sta ga z Goolishianom prilagodila v „reflektirajoče procese“ ali preprosto vključevanje v terapijo, sčasoma pa sta ob koncu srečanj zahtevala formalno refleksijo.

Povezave med OD in sodelovalno-dialoško prakso odražajo skupne filozofske temelje. Oba pristopa vidita dialog kot temelj: terapevt ni govorec, ni strokovnjak ali avtoriteta, ni direktivni vodja, temveč v najlepšem in najboljšem pomenu soustvarjalec terapevtskega procesa in odnosa. Velik poudarek je torej na prisotnosti in sodelovanju med terapevtom in klientom, klientskim sistemom oz. prisotnimi na srečanju. Oba pristopa globoko spoštujeta klientovo avtonomijo in perspektivo ter ju obravnavata kot bistvena vira. Čeprav je pristop OD bolj ekspliciten glede vključevanja celotne socialne mreže v srečanja, je načelo sodelovanja s širšim sistemom in priznavanja družbenega konteksta situacije prisotno pri obeh načinih dela.

Tako OD kot sodelovalno-dialoška praksa predstavljata premik od tradicionalnih, na strokovnjakih temelječih modelov terapije k bolj odnosnim, sodelovalnim in dialoškim načinom dela. Oba pristopa poudarjata pomen odzivnosti, medsebojnega razumevanja in soustvarjanja novih možnosti skozi dialog.

Zaključek: dialog, pa i šire...

Konferenca v Sarajevu je na več načinov izpostavila in tudi (če uporabim na konferenci večkrat slišani izraz) utelesila transformativni potencial dialoških pristopov v sodobni psihoterapiji in psihiatriji, na širšem področju duševnega zdravja, „pa i šire“ (kakor bi rekli na konferenci številčno najbolj zastopani predstavniki držav bivše Jugoslavije), glede na ambicijo in postopno širjenje konceptov dialoških pristopov tudi izven poklicev pomoči.

Na plenarnih predavanjih pionirjev, kot sta Anderson in Seikkula, v delavnicah in delovnih skupinah in na hodnikih med odmori so se udeleženci ukvarjali s temeljnimi načeli dialoga, odnosa in soustvarjanja. Osrednja spoznanja so potrdila že znano: moč jezika pri oblikovanju doživljanja, etični imperativ spoštovanja klientov kot strokovnjakov za svoje življenje, vrednost pristne radovednosti in transparentnosti ter pomen vključevanja bližnjih in socialnih mrež klientov v procese sodelovanja za več moči, avtonomije, odprtosti in salutogeneze.

Geografski kontekst konference, z zgodovino konfliktov in večplastne odpornosti, je razpravam poudaril čustveno noto. Obravnava tem, kot so spomin, preteklost in prihodnost, sprejemanje in sodelovanje, ter zame še ganljiv obisk Muzeja otroštva med vojno, sta podčrtala ceno, ki jo včasih plačujemo za pretirano monološkost, ko presežemo tisto priporočeno tretjino pri OD. Vedno znova na površje pride ključna potreba po dialogu in razumevanju, ne le v terapevtskem okolju, temveč tudi pri premagovanju kolektivnih (in medgeneracijskih) travm ter soustvarjanju mirne prihodnosti. Sposobnosti odprtega dialoga, dopuščanja negotovosti in strinjanja o nestrinjanju so še posebej pomembne v kraju, ki ga zaznamujejo tako globoke zgodovinske rane in upam, da je vsak od nas udeležencev odnesel s seboj na različne konce sveta vsaj drobec te note.

Sam sem s konference odšel zaznamovan z odprtostjo, pogumom in človečnostjo, ki smo jih udeleženci konference soustvarili in doživeli v tem kratkem obisku Sarajeva, predvsem pa z večjim razumevanjem ter spoštovanjem do tega, da dialoški pristopi ne ponujajo le kliničnih metod, temveč filozofijo pristopa k življenju - filozofijo, ki kot vrednote postavlja prisotnost, odzivnost, radovednost, odprtost, sodelovanje in soustvarjanje. Pravo zdravljenje in rast se odvijata v odnosnem prostoru med ljudmi, saj je to tisto, kar spodbuja povezanost - tudi ob neizogibnih konfliktih in negotovosti.

Viri

Anderson, H. (2005). Myths About „Not-Knowing“. *Family Process*, 44(4), 497–504.

Anderson, H. (2008). Collaborative practice: Relationships and conversations that make a difference. *Journal of Family Therapy*, 30(4), 387–413.

Anderson, H. (2012). Collaborative Relationships and Dialogic Conversations: Ideas for a Relationally Responsive Practice. *Family Process*, 51(1), 8–24.

Anderson, H. (2025, 2.-5. april). *The Relevance of Collaborative-Dialogical Practice for Open Dialogue [delavnica]*. 7. mednarodna konferenca o dialoških praksah, Sarajevo, BIH.

Anderson, H. in Gehart, D. (2007). *Collaborative Therapy: Relationships and Conversations that Make a Difference*. Routledge.

Anderson, H. in Goolishian, H. (1992). The Client is the Expert: A Not-knowing Approach to Therapy. V K. Gergen & S. McNamee (Eds.), *Therapy as Social Construction*. Sage Publications.

Andersen, T. (1987). The reflecting team: Dialogue and meta-dialogue in clinical work. *Family Process*, 26, 415–428.

Bakhtin, M. M. (1986) *Speech Genres and Other Late Essays*. University of Texas Press.

Berg, I. K. (1989). Of Visitors, Complainants, and Customers. *Journal of Systemic Therapies*, 8(2), 22–27.

Byng-Hall, J. (1988). Scripts and Legends in Families and Family Therapy. *Family Process*, 27(2), 167–179.

de Shazer, S. (1984). Four Useful Interventions in Brief Family Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 10(3), 297–304.

Deij, P. (2025, 2.-5. april). *Reflectivity and reflexivity as tools for collaborative practice [predstavitev]*. 7. mednarodna konferenca o dialoških praksah, Sarajevo, BIH.

Friedlander, M. L., Escudero, V. in Heatherington, L. (2006). *Therapeutic Alliances in Couple and Family Therapy: An Empirically Informed Guide to Practice*. American Psychological Association.

Gergen, M. M. in Gergen, K. J. (1995). What is this thing called love? Emotional scenarios in historical perspective. *Journal of narrative and life history*, 5(3), 221–237.

Hatfield, E., Bensman, L., Thornton, P. D. in Rapson, R. L. (2014). New perspectives on emotional contagion: A review of classic and recent research on facial mimicry and contagion. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 8(2), 159–179.

Husserl, E. (2012). *Ideas: General Introduction to Pure Phenomenology*. Routledge.

McRae, K. in Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9.

Mesquita, B. (2022). *Between us: How cultures create emotions*. WW Norton & Company.

Mosse, D., Pocobello, R., Saunders, R., Seikkula, J. in von Peter, S. (2023). Introduction: Open Dialogue around the world—implementation, outcomes, experiences and perspectives. *Frontiers in Psychology*, 13, 1093351.

Možina, M., Fercher, T., Kurent, A., Lasić Andrejević, T., Ochs, M., Popović, B., Telfener, U., Tramonti, F. in Vajda, M. (2023). Systemic resonances and interferences: impressions from the congress of the European Family Therapy Association (EFTA) from 7th till 10th of September 2022 in Ljubljana. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 17(1/2), 289–333.

Možina, M. (2024). 40 years of Open Dialogue practice and research: could it also be introduced into the Slovenian mental health care system? = 40 let prakse in raziskovanja Odprtega dialoga. *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 18(3/4), 29–56.

Muran, J. C. in Eubanks, C. F. (2020). *Therapist performance under pressure. Negotiating emotion, difference, and rupture*. American Psychological Association.

Rober, P. (2017). *In Therapy Together: Family therapy as a dialogue*. Palgrave Macmillan.

Rober, P. (2024). *Becoming an Effective Family Therapist*. Routledge.

Rober, P. (2025, 2.-5. april). *Conflict, escalation and emotion regulation in the family therapy session [predstavitev]*. 7. mednarodna konferenca o dialoških praksah, Sarajevo, BIH.

Rober, P. in Van Tricht, K. (2023). Using questionnaires as conversational tools to bolster the therapeutic alliance in family therapy practice. *Family process*, 62(4), 1346–1361.

Olson, M., Seikkula, J. in Ziedonis, D. (2014). *The key elements of dialogic practice in open dialogue*. The University of Massachusetts Medical School.

Seikkula, J. (2011). Becoming Dialogical: Psychotherapy or a way of life? *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 32, 179–193.

Seikkula, J. (2022). Psychosis is not an illness but a response to extreme stress - Dialogue is a cure for it. V N. Putman in B. Martindale (ur.), *Open Dialogue for psychosis: Organising mental health services to prioritise dialogue, relationship and meaning* (str. 52–65). Routledge/Taylor & Francis Group.

Seikkula, J., Aaltonen, J., Alakare, B., Haarakangas, K., Keranen, J. in Lehtinen, K. (2006). Five-year experience of first-episode nonaffective psychosis in open-dialogue approach: Treatment principles, follow-up outcomes, and two case studies. *Psychotherapy Research*, 16, 214–228. doi:10.1080/10503300500268490

Seikkula, J. in Arnkil, T. E. (2006). *Dialogical meetings in social networks*. Karnac.

Shotter, J. (2006). Understanding process from within: An argument for ‘witness’-thinking. *Organization studies*, 27(4), 585–604.

Tronick, E., Als, H., Adamson, L., Wise, S., in Brazelton, T. B. (1978). The infant’s response to entrapment between contradictory messages in face-to-face interaction. *Journal of the American Academy of Child psychiatry*, 17(1), 1–13.

Tseliou, E., in Borcsa, M. (2014). The therapeutic alliance with involuntary clients: How does it work? *Journal of Family Therapy*, 36(2), 144–162.

von Foerster, H. (2003). *Understanding understanding: Essays on cybernetics and cognition*. Springer.

Vajda, M. (2024). Ovire in spodbude pri uvajanju povratno informirane obravnave v organizacije: pregled raziskav (Barriers and facilitators to the introduction of feedback-informed treatment in organisations). *Kairos – Slovenska revija za psihoterapijo*, 18(3/4), 59–117.