

Bojan VARJAČIĆ RAJKO*

Intervencije v skupinski analizi

Ključne besede: intervencije v psihoterapiji, skupinska psihoterapija, skupinska analiza

Povzetek: Eno od posebnosti skupinskega dela predstavlja dejstvo, da lahko prihajajo intervencije s strani kogarkoli, ki sedi v skupini, in ne le od vodje skupine. Na intervencije v skupinski analizi je v skladu s kompleksno skupinsko situacijo mogoče gledati z različnih zornih kotov. Avtorji predlagajo različne delitve intervencij. Nekatere predstavljajo del metode skupinske analize, druge so splošnejše in se uporabljajo v različnih skupinah, tudi v individualnih okvirjih. Na to, kdaj in zakaj se bo terapevt odločil intervenirati ter kako bo oblikoval intervencijo, vpliva njegova teoretična pripadnost, osebnost in izkušnje, značilnosti članov skupine, okvirji obravnave, faza skupine, preteklo ter aktualno dinamsko in vsebinsko dogajanje v skupini. Vodja skupine mora pri izbiri intervencij upoštevati izjemno kompleksno mrežo odnosov in psihičnih ravni ter pri tem spremljati svoje kontratransferne odzive. Intervencije v skupinski psihoterapiji so tudi predmet empiričnih raziskav.

Interventions in Group Analysis

Keywords: interventions in psychotherapy, group psychotherapy, group analysis

Abstract: One of the peculiarities of the group work lies in the fact that interventions can be given by any of the group members, not only by the therapist. Interventions can be viewed from multiple perspectives due to the complex group situation. Authors propose different classifications of interventions. Some interventions are purported as characteristically group analytic, while others are viewed as common to various group and individual settings. Conductor's timing, rationale and form of the intervention are influenced by his theoretical adherences, personality, experience, characteristics of group members, treatment setting, group phase, past and present dynamics and contents in a group. When picking up interventions conductor has to bear in mind extremely complex net of relations and psychical levels while constantly monitoring his counter-transference reactions. Interventions are also a subject of empirical research.

Uvod

Skupino – kot medij in hkrati kot objekt terapije – je moč uporabiti na različne načine. V skupinski analizi je poudarek na analizi skupinske dinamike in medsebojnih interakcij članov ter osmišljanju oz. povezovanju »tu in zdaj« izkušnje s sedanjimi in preteklimi pomembnimi odnosi. V skupinski terapiji se za razliko od individualne vzpostavljajo multipli transferji in kontratransferji, skupina razvije lastno »transpersonalno« dinamiko, terapevt ima kot nadzornik dogajanja v terapiji manjšo vlogo, intervencije lahko prihajajo s strani članov skupine in se ne nanašajo le na posameznika, ampak tudi na skupinsko dinamiko itd.

Konkretna intervencija, ki jo v nekem trenutku poda terapevt, zraste iz določene prsti (teoretična usmeritev in izkušnje terapevta), ima določene korenine (upoštevanje kompleksnega dogajanja v skupini) in obrodi določene sadove (vpliv, ki ga ima intervencija na skupino in posamezne člane). Diskusija o intervencijah v skupinski analizi se zato povezuje z vprašanji, ki so intervencijam nadrejena: osebnost, izkušnje in teoretična usmeritev terapevta, njegove predstave o tem, kaj je v skupini koristno in kaj deluje, namen skupine ipd. O intervencijah lahko razmišljamo na abstraktnem nivoju – npr. intervencije, ki omogočajo uvid pacientov, ali intervencije, ki zajamejo transferna dogajanja – ali na konkretnem nivoju – npr. intervencije v odnosu do tihega člana skupine ali intervencije v primeru burnih medosebnih konfliktov v skupini.

V članku se bomo osredotočili na intervencije v skupinski analizi, pri čemer bomo upoštevali tudi širši okvir skupinske psihoterapije v njenih različnih oblikah.

Etimologija izraza »intervencija«

V vsakodnevnem življenju se izraz »intervencija« uporablja v naslednjih pomenih (Oxfordski slovar angleškega jezika, prirejeno po Roberts in Winter, 2005):

- 1) Posredovanje, poseganje, vmešavanje s ciljem vplivati na nek proces ali izid.
- 2) Posredovanje (mediacija).
- 3) Sprejetje vmesnega stanja ali nahajanje v njem, kar se nanaša na prostor, čas ali red; položaj med dvema stvarima.

Beseda izhaja iz latinščine in pomeni zavzetje vmesnega položaja (*inter*: med, vmes; *venire*: iti, približati se) (Roberts in Winter, 2005: 1). Intervencijo bi tako lahko razumeli kot človekovo prizadevanje po spreminjanju zunanjega stanja, kot poskus postaviti se z delom svoje osebe med pojav in samega sebe in tako vplivati na oba. Intervenirajo ljudje, ki si »želijo in si prizadevajo vplivati na del zunanjega sveta ter to, kar se v njem nahaja« (prav tam).

Intervencije v individualni psihoterapiji

Čeprav so za skupinsko analizo značilne posebne vrste intervencij, so analitiku na voljo tudi tiste, ki jih poznamo iz individualnega dela. Jagnjonok (2001) razdeli intervencije, ki se uporabljajo v individualni psihoterapiji neodvisno od teoretične usmeritve, na nekaj kategorij (prirejeno po Jagnjonok, 2001):

Spodbuda/ podpora. Spodbuda je minimalno sredstvo za vzdrževanje pacientove osebne pripovedi, potrditev rečenega in pomoč pri zagotavljanju kontinuiranega in tekočega pogovora. Podpora pomeni spodbujanje pacienta v trenutkih dvoma ali neodločnosti, lahko je izraz simpatije do pacienta ali podpora upanju za naprej. Pri tem nam pomaga tudi *dobesedno ponavljanje* tistega, kar je rekel pacient, pri čemer gre lahko za poudarjanje le nekaterih pomembnih elementov pripovedi.

Vprašanje. Z vprašanji odprtega in zaprtega tipa povabimo pacienta k pripovedi, zbiramo informacije, ki nas zanimajo, o nečem natančneje poizvemo ali raziščemo pacientovo izkušnjo.

Parafraziranje. Ko parafraziramo pacientove besede, mu s tem v jasnejši in strnjeni obliki predstavimo bistvo, ki ga izluščimo iz njegovih besed. S tem damo pacientu možnost drugačnega pogleda na situacijo. Parafraziranje prispeva k poglobljeni diskusiji in razumevanju tega, kar je bilo rečeno. Lahko se poslužimo tudi *povzemanja*, s katerim povežemo pomembne vidike pripovedi znotraj ene ali več seans.

Zrcaljenje čustev. S tem, ko zrcalimo pacientova čustva, spodbujamo njihovo izražanje, osveščanje in osmišljanje.

Konfrontacija. S pomočjo konfrontacije se terapevt zoperstavlja pacientovim zaščitnim manevrom, iracionalnim predstavam in izogibanju. Gre za demonstracijo razhajanj med različnimi vidiki pacientove pripovedi ali različnimi elementi njegove psihične izkušnje (kognitivne, čustvene, vedenjske).

Interpretacija. Z interpretacijo pridamo pacientovi izkušnji dodaten ali nov pomen. Interpretacija poveže med seboj dele izkušnje in ustvarja vzročno-posledične vezi v sicer nepovezanem ali zmedenem notranjem svetu pacienta.

Informiranje. Gre za odgovore na pacientova vprašanja ali podajanje informacij (razlag, dejstev ipd.) po lastni iniciativi.

Samorazkrivanje. S pacientom lahko delimo lastno izkušnjo, ki se nanaša na naše osebno življenje ali misli, fantazije in čustva, ki se pojavijo pri pogovoru z njim.

Paradoksalna reakcija. Gre za ustvarjanje nepričakovane perspektive, poziv k vidiku, ki je alternativen in nasproten tistemu, ki ga predstavi pacient.

Neposredno vodenje. To je način, kako vplivamo na pacienta, da bi spremenil običajne vzorce reagiranja. Pri tem lahko uporabimo izražanje lastnega mnenja, prepričanja, dajanje nasveta

ali direktiv.

Usmerjenost na skupino oziroma posameznika. V pregledu zgodovine aplikacije psihoanalize v skupinah lahko prepoznamo tri pglavitne pristope k skupini (prirejeno po Roberts, 1982):

a) *psihoanaliza v skupini*: terapevt uporablja principe individualne psihoanalize v skupini; ukvarja se s posameznikom, izoliranim od aktualnega dogajanja v skupini;

b) *psihoanaliza skupine*: predmet analize je skupina kot celota (Bionov pristop);

c) *skupinska analiza*: analiza interakcij med člani skupine ter upoštevanje transferja.

Pri delu skupinskega analitika so lahko prisotne vse tri ravni v različnih razmerjih. Posebnost skupinske analize je usmerjenost v skupinsko dogajanje. Procesni vidik in delo v »tu in zdaj« je nekaj, kar je članom skupine sprva tuje. Le postopoma spoznavajo, kako močan naboj pravzaprav ima. »Procesni fokus predstavlja energetski napajalnik teh skupin« (Yalom¹, 1995: 143). Analitik pomaga skupini pri gibanju v »pravo« smer z doslednim in vztrajnim osredotočanjem na proces v skupini. Yalom piše, da je glede tega neusmiljen in da začne s tem že na prvem srečanju skupine. Pravi, da zanj ni prave ali napačne intervencije, ampak obstajajo le take, ki uspejo ali ne uspejo usmeriti pozornost skupine na dogajanje znotraj nje (prav tam: 155). Terapevt se lahko pri tem počuti kot »pastir, ki priganja čredo ovac v vedno ožji krog« (prav tam: 150). Intervencije v odnosu do posameznika, ki se hote ali nehote porajajo v zavesti terapevta, mora slednji predvsem v začetnih fazah pogosto zadržati zase.

Yalom pri skupinskem delu poudarja pomen medosebnih odnosov: »Namen skupinskih interpretacij je odstraniti določeno oviro, ki se je pojavila in ki ovira napredek celotne skupine.« Yalom vidi terapevtovo nalogo v tem, da usmerja pozornost skupine na odpore, pri čemer naj skupina ne bi šla »okoli tesnobe, ampak skozi tesnobo«. Ni naklonjen delu angleške Tavistock skupine, kateri pripada tudi Bion, ki se usmerja le na skupinske procese, vloga terapevta pa je nevtralna, neosebna in odmaknjena. Taka vloga naj bi po raziskavah sodeč vplivala na slabši izid zdravljenja pacientov. Poleg tega naj bi raziskave pokazale, da so »terapevti, ki se v opažanjih omejujejo na skupinske komentarje, neučinkoviti; intervencije, usmerjene na skupino kot celoto, v veliko manjši meri sprožajo osebno ali medosebno interakcijo kot intervencije, usmerjene na posameznika ali diado« (Yalom: 196). Yalomu je skupina kot celota nedvomno pomembna in vodjo skupine vidi v različnih vlogah: ustvarjanje skupinske kulture in norm, opažanje fenomenov grešnega kozla, podskupin, skupinske kohezivnosti, skupinskega pritiska ipd. Vendar Yalom meni, da za doseg ciljev na ravni skupine ni potrebno uporabljati tudi intervencije na njej.

Foulkesova delitev terapevtovih intervencij

Foulkes, »oče skupinske analize«, deli intervencije na različne načine. Ena od teh je delitev na *analitične in podporne*. »Prve so, splošno gledano, daljnosežnejše in odgovorne za trajne spremembe. Glede na takojšnji učinek lahko pacienta vznemirijo in motijo« (Foulkes, 1964: 43). Na drugi strani so podporne intervencije, usmerjene na takojšnjo pomoč, olajšanje, stabilizacijo in opogumljanje (prav tam). Vodja stremi k »znosnemu neravnotežju« obeh vrst intervencij (prav tam: 58). Po našem mnenju je relativna mera podpornih intervencij odvisna tudi od oseb, ki sedijo v skupini, tj. od teže in narave njihove psihopatologije. Skupinska analiza, namenjena osebam z diagnozo shizofrenije, je med drugim prilagojena tako, da je bolj podporna.

Nadalje razdeli Foulkes intervencije glede na *usmeritev na posameznika, skupino ali podskupino* ter glede na *vir: vodja, posameznik ali skupina*. Pri tem so torej možne različne variacije, kot npr. intervencija analitika v odnosu do skupine kot celote ali intervencija posameznika nekemu drugemu posamezniku (prav tam: 43).

Foulkes opredeli tudi različne ravni, ki so prisotne v skupini, in ki jih določena intervencija lahko zajame (povzeto po Foulkes 1964: 114-116; Powell 1989: 276):

- *Aktualna raven* se nanaša na socialno realnost, realne odnose med člani skupine.
- *Transferna raven* ustreza transferju celih objektov; na tej ravni se lahko druge osebe vidijo

kot matere, očetje, sorojenci ipd.

- *Projektivna raven* se nanaša na ravni delnih objektov; skupina ali člani skupine predstavljajo eksternalizacije notranjih objektov. Za razliko od transferne ravni gre tu za notranje objekte, ki so od okoliških dejavnikov popolnoma ločeni.
- *Primordialna raven* v nekaterih točkah ustreza Jungovemu pojmu kolektivnega nezavednega, mogoče pa jo je videti tudi kot „socialno nezavedno“ in obsega različne ravni socialnega, ki so predzavedne ali popolnoma nezavedne¹: rituali, miti, ideologije, običaji, tudi družinska in politična zgodovina.

Po Foulkesu je v skupini potrebno interpretirati vsebino komunikacij, vedenje in medosebne odnose. Medij, preko katerega se to zgodi, je »komunikacija z besedami, končni cilj pa izražanje v artikuliranem verbalnem jeziku, ki ga je moč razumeti in deliti z vsemi« (Foulkes, 1983). Interpretacija lahko zajame (prav tam):

- posameznikove reakcije na aktualne dražljaje in njihov pomen za sedanjo življenjsko situacijo – *aktualna realnost*,
- posameznikove akcije in reakcije v odnosu do drugih oseb v sedanjosti in do članov skupine, skupine in vodje skupine ter glede na pomen, ki ga imajo te reakcije v zvezi s preteklostjo posameznika – *pretekla, ponotranjena zgodovina*,
- posameznikov *odnos do samega sebe* v nezavednem smislu in do lastnega telesa,
- posameznikove *spodobnosti in spretnosti*, ki samemu omogočajo reševati svoje težave in s tem postavljajo omejitve strogo analitičnemu načinu dela pri interpretacijah.

Foulkes (1983) poudarja, da je analitiku pomembno ugotoviti »lokacijo motnje« in ponuditi interpretacijo v »pravem času«. Pri tem lahko analitik upošteva skupino kot celoto in se vpraša: »Kaj bi se v skupini lahko zgodilo ali se sploh ne bi moglo zgoditi? O čem se lahko spregovori? /.../ Kaj lahko v tej situaciji rečem in česa ne smem?« (Foulkes, 1948: 140). Upoštevati mora učinek, ki ga ima interpretacija na skupino in posamezne člane. Za razliko od analitikove vloge v individualni psihoanalizi naj bi imel analitik v skupini cilj, da se interpretacije porodijo v sami skupini. Foulkes in Anthony (v Yalom, 1995: 169) zapišeta, da »/.../ so časi, ko mora terapevt sedeti na svoji modrosti, tolerirati nepopolno znanje in čakati, da skupina pride do rešitev.« Vloga analitika je po Foulkesu podobna vlogi glasbenika, ki igra na inštrument. Skupina je analitikov inštrument, saj lahko »nekatero prispevke mehča, nekatere zavira, druge spodbuja, izraža nasprotno mnenje, pomaga, da se povzdignejo iz nejasnega mrmranja do artikuliranih tem.« Boljši kot je skupinski analitik, manj očitno je njegovo delo (Foulkes, 1983). Yalom razmišlja podobno kot Foulkes. Glede pravočasnosti intervencije pravi, naj bi analitik »določil, kaj skupina v danem trenutku potrebuje, in pomagal, da se skupina pomakne v pravo smer« (Yalom 1995: 139). Analitiku je na voljo več možnih intervencij in vse so lahko pravilne. »S tem, ko izrazi vsako od njih po vrsti, lahko terapevt usmeri skupino na mnogo različnih aspektov njenega življenja« (prav tam).

Druge razdelitve terapevtskih intervencij v skupinski analizi

Z intervencijo lahko naslovimo eno od osnovnih komponent skupinske situacije: *strukturo, proces in vsebino* (De Mare v Roberts in Winter, 2005: 5). Kennards, Roberts in Winter so odkrili, da so v odnosu do omenjenih komponent za skupinsko analizo značilne predvsem štiri intervencije (1993; v Roberts in Winter, 2005: 6):

1) *Ohranitev strukture*: utrditev obstoječih meja dovoljenega, glede na prostor, čas, članstvo, skupinske naloge ali vedenje.

2) *Odprto pospeševanje procesa*: omogočanje razvoja skupine, pri čemer taka intervencija ni utemeljena na terapevtski hipotezi in ne naslavlja nezavednih ravni.

3) *Usmerjeno pospeševanje procesa*: pripombe, ki sprožijo nek proces, dokazujejo, da postavi vodja skupine hipotezo, ki oblikuje njegova vprašanja, komentarje in pozornost.

4) *Interpretacija vsebine*: odkrivanje čustev in smislov, ki niso očitni.

Dalal (1995: 381) gleda na intervencije z različnih zornih kotov:

1) *Aktivnost terapevta*: ali naj terapevt govori ali molči, pogleda ali ne pogleda in v kakšni meri?

2) *Smer intervencije*: ločimo lahko usmerjenost v prostoru in času. *Prostorsko* gre za intervencije, ki naslovijo posameznika, podskupino ali skupino, notranji ali zunanji svet, intervencije, ki se nanašajo na medosebne ali notranje sfere. *Časovno* je lahko intervencija usmerjena na »tu in zdaj«, »takrat in tam« ali v prihodnost.³

3) *Namen intervencije*: ali je namen, da se skupina ali posamezniki pomaknejo v občutje, misel ali senzacijo?

4) *Cilj intervencije*: razjasniti, razumeti, povezati, konfrontirati, izraziti, razložiti, interpretirati, voditi, dati vzor, odpreti, poučiti, zaščititi, podpreti, povzeti itd.

Avtor se na zanimiv način ukvarja z vprašanjem, kaj določa analitikovo intervencijo glede na izkustveni poziciji občutja in mišljenja. Kot pravi je najprej pomembno, kaj analitik meni, da se sploh dogaja v skupini v danem trenutku. Ali se želi skupina s pomočjo razmišljanja izogniti čutenju ali se s pomočjo čutenja izogiba mišljenju?⁴ Pomembno je tudi, v kateri poziciji se analitik počuti najudobneje – v občutjih ali mišljenju? In še, kaj analitik meni, da je terapevtsko: ko skupina izraža občutja ali ko razmišlja (prav tam: 383)?

Dalal se torej osredotoča na razliko med dogajanjem v skupini, ki se nanaša na občutenja in čustva na eni strani ter mišljenje in analize na drugi strani. Oba modusa izkušnje primerja s primarnim procesom oz. pozicijo »biti« (občutje) in sekundarnim procesom oz. pozicijo »početi« (misel). Ugotavlja, da sta Foulkes in Bion poudarjala misel in zanemarjala izražanje občutij v skupini. Slednja v skupinski analizi pogosto implicira manj vredno, arhaično, nezrelo izkušnjo, ki ni zaželeno. Dalal poskuša ustvariti sintezo med obema principoma in pravi, da »se morajo stvari najprej zgoditi, preden so lahko videne, slišane, mišljene in ubesedene« (Dalal, 1995: 388). Sklicuje se tudi na Etchegoyenovo razdelitev uvida na »otipljiv« [*ostensive*] in »opisen«. Otipljiv uvid se zgodi neposredno v transferju in je vedno čustvene narave, medtem ko se opisni uvid zgodi s pomočjo besed in misli (prav tam). Obe vrsti uvida sta pomembni za psihoterapevtski proces in celostna izkušnja je sestavljena iz občutenja in mišljenja. To razmišljanje je podobno Yalomovemu poudarjanju pomembnosti katarze in naknadne kognitivne obdelave v skupinah. Vrsta raziskav, ki jih je izvedel ali jih omenja v svojih delih Yalom, dokazuje, da pride pri pacientih do izboljšanja počutja le, ko katarzo spremlja tudi določen miselni napor. Zgolj ventiliranje čustev torej še ne prinaša spremembe, prav tako pa ne intelektualiziranje. Yalom vidi skupinsko psihoterapijo sestavljeno iz dveh medseboj prepletajočih se dejavnikov. Sprva je potrebno, da člani skupine nekaj izkusijo, doživijo, potem pa, da to tudi osvetlijo. To Yalom imenuje »samoreflektivna zanka v tu in zdaj« (Yalom, 1995: 136).

Empirično raziskovanje intervencij v skupinski psihoterapiji

Nekateri merski inštrumenti, namenjeni raziskovanju procesa v skupinski psihoterapiji, se osredotočajo na naravo terapevtskih intervencij v skupini in ponujajo njihove različne razvrstitve.

Hill Interaction Matrix [Hillova interakcijska matrica](v Kanas, 1990):

Merski inštrument je namenjen analizi skupinskega procesa oz. skupinskih interakcij, a je uporaben tudi za ugotavljanje usmerjenosti terapevtskih intervencij glede na vsebino, ki jo naslovi, in način samih intervencij. Hill Interaction Matrix klasificira interakcije v štiri kategorije vsebinskih stilov in štiri kategorije delovnih stilov.

Vsebinske kategorije so:

- *vsebina*: razgovori, ki se nanašajo na zadeve izven skupine,

- *skupina*: vsebine, ki se nanašajo na samo skupino znotraj skupinske situacije,
- *osebno*: razgovori, ki se nanašajo na osebno sfero posameznikov,
- *odnos*: zadeve, ki se nanašajo na interakcijo med člani skupine v duhu »tu in zdaj«.

Delovni stili so:

- *konvencionalni*: klepet, pogovor o banalnih temah,
- *asertivni*: interakcije, ki reflektirajo socialni protest,
- *spekulativni*: poskus razumevanja skozi intelektualizacijo,
- *konfrontativni*: promocija samorazumevanja, ki se poslužuje izkustvenega učenja.

Različne kombinacije vsebine in delovnih stilov dajo matrico s 16 polji. Loči se aktivnost terapevta in članov skupine. Terapevtova aktivnost se ocenjuje glede na to, ali je *promoviral* določeno vsebino in stil dela ali pa jih je »le« *vzdrževal* oz. podpiral. Avtor članka meni, da je najbolj napredna oblika delovnega stila konfrontacija, sklepamo pa lahko, da se pod tem imenom skriva širša dimenzija kognitivnega dela, npr. tudi interpretacija.

Code of Analysis of the Therapeutic Field Style (S.C.A.T.) [Kodirana analiza stila terapevtskega področja] (Lo Coco et al., 2004):

Skalo so razvili leta 1997 na Katoliški univerzi v Rimu (Pontalti et al.) in še ni dosegla široke uporabe.

Intervencije so razdeljene na terapevtove in intervencije članov skupine glede na *organizacijsko* ali *interpretativno področje*.

»Organizacijsko področje je sestavljeno iz intervencij, ki so usmerjene na ustvarjanje in varovanje terapevtskega polja /.../ Večinoma so interaktivnega tipa in se nanašajo na ,tu in zdaj' seanse« (prav tam: 541). Ločijo se na:

- *direktivne*: npr.: »Miha, poskušaj sodelovati!« ali »Svetujem, da bi prihajali točno!«
- *eksplorativne*:
 - o *sinhrone*: v situaciji »tu in zdaj«, npr.: »Kaj bi rekli o tem, kar je povedal Peter?«
 - o *diahrone*: glede na zunanjo situacijo, npr.: »Kako ste se počutili z očetom?«
- *normativne*: ustvarijo okvirne pogoje terapije (čas, odsotnosti, pravila) in usmerjajo paciente na njihove naloge ali odločitve, npr.: »V tem trenutku vam svetujem, da končate šolanje na univerzi in naredite konkretne načrte« (prav tam: 542).

»Interpretativno področje vključuje intervencije, ki se nanašajo na terapevtovo /.../ interpretacijo med seanso« (prav tam: 542). Ponujajo nove poglede ter emocionalno in kognitivno izkušnjo. To področje vključuje *interpretativne intervencije*, ki jih dajejo pacienti ali terapevti v odnosu do ene ali več oseb, skupine ali/in v odnosu do terapevta. Sem sodi tudi samorazkrivanje terapevtove osebne zgodovine ali občutkov in misli, ki se mu porajajo med seanso. Druga raven se nanaša na *povezovalno področje*, ki je rezervirano le za terapevtove intervencije. Njihov cilj je spodbujati povezave med člani skupine ali različnimi temami. Ločijo se na:

- *Povezovalne intervencije*: povezovanje skupine, spodbujanje dialoga.
- *Kratke reformulativne intervencije*: novi pogledi na teme, npr.: »Kar ste rekli, bi lahko bilo povezano s težavami, ki jih imate z materjo« (prav tam: 543).
- *Paradoksalne intervencije*, npr.: »Lahko noč, Fred. Ali želite blazino?« (prav tam).
- *Samonarativne intervencije*: kratke zgodbe iz osebne zgodovine, podane z namenom, da bi nekaj pojasnili, npr.: »Spomnim se, da imamo v našem kraju podoben prostor« (prav tam).
- Teoretične intervencije

V raziskavi avtorjev članka (Lo Coco et al., 2004) se je izkazalo, da so dajali isti terapevti dvema različnima skupinama različne intervencije. Ena od skupin je bila dolgotrajna, sestavljena iz pacientk z motnjami hranjenja, druga pa kratkotrajna skupina pacientov s težavami z vidom. Organizacijske in povezovalne intervencije so bile pomembne za obe skupini, več interpretativnih intervencij pa je bilo danih v dolgotrajni skupini, kar je moč logično pojasniti glede na

sestavo in trajanje skupin.

Med intervencijami, ki jih omenjajo avtorji, je nekaj takih, ki po našem mnenju ne sodijo v skupinsko analizo oziroma lahko odražajo kontratransferne težave terapevta. Take so npr. direktivne, normativne in paradokсне intervencije. Te skupinski analitik seveda lahko daje, vendar kot take niso nekaj, kar bi lahko uporabljal in bi sodilo v jekleni repertoar analitske tehnike. Omenjene intervencije so po našem mnenju lahko uporabne v skupinah, ki temeljijo na vedenjski paradigmi (npr. pri delu z odvisniki) ali pri obravnavi oseb s shizofrenijo, kjer terapevt skrbi za jasno strukturo seanse in je bolj aktiven, kot je to v navadi v »čisti obliki« analize (glej npr. Canete in Ezquerro, 1999; Lajer, 2005).

Vprašanje ustreznosti samonarativnih intervencij oz. samorazkrivanja je v skupinski analizi še odprto. V psihoanalizi je to vprašanje že staro (uvedel ga je Ferenczi), a še vedno pereče, saj samorazkrivanje odstopa od Freudovih tehničnih napotkov in predstav o analitikovi nevtralnosti in anonimnosti. Da analitik v resnici ne more biti niti nevtralen niti anonimen, je dandanes že sprejeto (glej npr. Renik, 1995; Jacobs, 1999), še vedno pa se pojavlja vprašanje, v katerih primerih je ta tehnika primerna in kako jo očistiti kontratransfernih primesi. Glede na to, da se skupinski analitik razkriva, pa če to želi ali ne, je pomembno ločiti pravo samorazkrivanje [*self-disclosure*], ki je zavestno, namerno, smotno in na besedni ravni, ter samorazodevanje [*self-revealing*], ki je neizogibno in ga prepoznamo v načinu, kako je opremljena analitikova soba, njegovem stilu oblačenja, realnih osebnostnih značilnostih, selektivni pozornosti na določene vsebine, ki se pojavijo v skupini ipd. Razlikovati moramo tudi med razkrivanjem osebnih zgodb in kontratransfera. Za boljšo presojo, ali je samorazkrivanje v skupini ustrezno ali ne, uvaja Rachman (1990) pojem »premišljenega samorazkrivanja« [*judicious self-disclosure*], katerega značilnosti so (povzeto po Rachman, 1990):

- uporabi se z namenom odgovoriti na pacientovo potrebo po avtentični komunikaciji,
- ne predstavlja kontratransferne reakcije, vsebina razkritja pa izvira iz nekonfliktnega dela osebnosti,
- ni podano s čustveno obarvanim tonom,
- se odvija znotraj pozitivno obarvanega odnosa,
- po samorazkrivanju sledi analiza njegovega učinka.

Intervencije in faze skupine

Vsaka psihoterapevtska skupina gre skozi določene faze v razvoju. Te faze niso jasno zamejene; ne sledijo si linearno, ampak sekvenčno, tj. določena faza se lahko pojavi večkrat, osnovni konflikt pa obdeluje v skupini vsakič na drugačen način.

Faze skupine lahko razdelimo tako (Napier in Gershenfeld 2004):

- ZAČENJANJE: negotovost, previdnost, težnja po varnosti, vodenju in odvisnosti, iskanje vlog, pričakovanje hitre rešitve, primarnost lastnih težav.
- KONFRONTACIJA: boj za moč in vpliv.
- KOMPROMIS IN HARMONIJA: previdnost v igri za moč, iskanje podobnosti in razumevanja, zaton težavnih osebnih tem, pomanjkanje avtentičnosti.
- PONOVNOCENA: iskanje nove avtentičnosti, večja iskrenost in svoboda v vedenju; občasna konfliktnost med člani.
- RAZREŠITEV IN RECIKLIRANJE: odkritost, refleksivnost, produktivnost.

Skupinski analitik mora upoštevati faze skupine in temu primerno izbirati intervencije. Posebej pomembno je začetno obdobje. Različni analitiki dopuščajo različne intenzitete tesnobe v novih skupinah in se temu primerno s svojo aktivnostjo vključijo ali ne. Zaželeno je, da analitik ne interpretira osebnih tematik preden skupina ne doseže in začuti varne kohezivnosti in preden se pred skupino in analitikom ne razgrne celotna psihološka slika vsakega posameznika. V prvi fazi skupine priporoča Yalom (1995) več skupinskih kot osebnih intervencij. Naloga analitika

je spodbujati odkrito komunikacijo in povezati skupino, ne pa postaviti se na ključno mesto nekoga, ki komentira posameznikove prispevke. Šele kasneje bo analitik večkrat nastopil v odnosu do posameznika, saj si bo to lahko privoščil zaradi vpeljanega načina analitičnega dela s skupino v »tu in zdaj« situaciji. Takrat bo lahko komentiral prispevke posameznika v odnosu do celotne skupinske situacije in tako delal na transfernih temah. Pomembnost intervencij, ki spodbujajo »tu in zdaj« doživljanje in refleksijo, je tudi v tem, da povezujejo skupino. V nasprotnem primeru bi člani skupine govorili o zunanjih situacijah, kar bi sprožalo le intelektualne razmisleke in kmalu privedlo do občutkov dolgčasa.

V novih skupinah prihaja do nerazumevanja in zadrege ob tem, ko naj bi člani govorili o občutkih drug do drugega. Naloga terapevta je po našem mnenju pravzaprav naučiti skupino novega jezika. Pogosto bo analitik moral prekiniti nit razgovora, da bi uvedel razmislek o tem, kaj se v skupini dogaja. To je potrebno storiti z vso občutljivostjo in priznati dosedanje prispevke ali prispevke posameznikov kot pomembne, jih vključiti kot sestavni del intervencije. Člani lahko namreč take prekinitve doživijo kot moteče, še posebej, če so popolnoma poglobljeni v diskusijo in jih lahko refleksija o tem »užitku« zmoti.

Čprav je v skupinah konfliktnost v določeni meri vedno prisotna, je po našem mnenju pomembno prepoznati fazo, za katero je značilno razreševanje konfliktnosti in različnosti. Nobe-nega smisla nima prežati na agresijo in konflikte, ko je v skupini čas za povezovanje in iskanje podobnosti. Pomembno pa je prepoznati znake konfliktnosti, ki jih člani skupine ne upajo v polni meri izraziti, saj to lahko zavre razvoj skupine in zakrije pomemben element doživljanja v medosebnih odnosih. V moji mladi skupini je ena od članic dve seansi zapored izražala razočaranje nad skupino in omenjala situacije, v katerih sem imel nedvomno pomembno vlogo tudi sam kot vodja skupine. Članica se je izogibala kritiki na moj račun in je ostala na splošnem nivoju. Ostali člani skupine se z njenimi pogledi niso strinjali. Skupina je kasneje »zaplavala« v pogovor o ljubezenskih zvezah vsakega od članov. Nato me je omenjena članica vprašala, kako za razliko od zvez članov skupine, ki so glede tega v bolj slabem stanju, deluje moja ljubezenska zveza. Menila je, da sem uravnotežen človek in da bi bilo dobro slišati o moji zvezi. V tej želji članice sem prepoznal hkrati idealizacijo in provokacijo. V intervenciji sem naslovil tako njeno pozitivno kot tudi negativno podobo o meni in jo podprl pri izražanju obeh. Za pacientko se mi je to zdelo še posebej pomembno, ker je imela o svoji materi popolnoma idealizirano podobo, hkrati pa sem imel v mislih skupino, ki si doslej še ni privoščila izraziti nezadovoljstvo o meni kot vodji skupine. Čprav se takšna intervencija še »ne prime« (kar je bilo tudi v mojem primeru, saj je pacientka še naprej zanimala občutke; morda bi bila boljša drugače usmerjena intervencija?), je pomembno sporočilo skupini, da se o nečem lahko brez tabuiziranja govori.

Poznavanje faz razvoja skupine prispeva tudi k večji analitikovi toleranci. Nekaj, kar bi v skupini lahko hitro razumeli kot odpor, lahko dojamemo kot nujno fazo v razvoju skupine in smo na ta način tudi bolj strpni v intervencijah. Slednje bodo na ta način podane skupini na sprejemljivejši način.

Integracija različnih intervencijskih ravni v praksi

Glede na lastno opažanje so si skupinski analitiki precej različni glede usmerjenosti na posameznika oz. skupino, pa tudi glede drugih predpostavk, npr. glede pomembnosti preteklosti, transferja, aktivnosti terapevta itd. Podobno izkušnjo z analitiki opiše Farhad Dalal (1995), ki je bil na začetku svoje strokovne poti presenečen nad raznolikostjo pristopov. Glede vloge vodje v skupini opaža: »Nekdo je npr. dejal, da je vodja tam le zato, da vzdržuje okvir, začne in konča skupino in nič več kot to. Drugi je rekel, da vodja skupine tam ni zato, da bi komurkoli pomagal, ampak da bi spodbujal odkrivanje resnice« (Dalal, 1995: 380). Glede tega, kaj v skupini velja za terapevtsko v začetnem stadiju skupine, je dobil različna mnenja: »Velika cerkev skupinske analize je dala odgovore, ki so se razlikovali in so se pogosto izključevali. Neka vodja je denimo

dejala, da ne stori ničesar, da bi olajšala tesnobo na začetku nove skupine, pri tem je poudarjala, da sta prav predelava in razumevanje tesnobe terapevtska. Drugi je dejal, da je pomembno zmanjšati začetno tesnobo, da bi se skupina povezala in lahko začela delovati terapevtsko.« Glede aktivnosti vodje Dalal opaža, da »/.../ določeni trening-analitik pri IGA⁵ izrečejo v eni seansi več, kot ostali v celem mesecu« (prav tam, : 383).

Različne kategorizacije so nam v pomoč pri orientaciji v skupinsko-analitični situaciji. So kot karta, po kateri se gibamo in iz katere izbiramo za dani trenutek najprimernejšo intervencijo. Skupinsko-analitični pristop od nas zahteva, da imamo tudi v primeru, ko podajamo intervencijo na individualni ravni, v mislih skupino in učinek, ki ga bo intervencija imela nanjo. To velja tako za intervencijo, ki nam »zdrsne z jezika«, kot tudi za tisto, ki jo dolgo časa temeljito pripravljamo. V prvem primeru bomo o učinku intervencije lahko razmislili, ko bo že podana.

Osnovno pravilo se glasi, da terapevt »ve, kaj dela«, tj. da imajo njegove intervencije določen povod, namen, smisel, da izhajajo iz nekega razmisleka, kaj bi bilo v danem trenutku za skupino oz. člana koristno. V tem smislu je potrebno nenehno avtorefleksivno spremljanje lastnih kontratransfernih reakcij v odnosu do vsebin in dinamike, pa tudi ozaveščanje lastnih tesnob v zvezi z (ne)uspehom skupine, našo vlogo in pomembnostjo v njej, vlogo skupine v naši karieri ipd. (glej npr. Billow, 2001). Intervencije, ki izhajajo iz lastnih tesnob in vpletenosti v transferno dogajanje, lahko omejijo doseg in globino skupinskih procesov in z njimi lahko nezavedno podpiramo katero izmed osnovnih predpostavk (Bion) ali prevladujočih obramb skupine (prav tam).

Skupinska situacija zahteva od analitika, da pozna različne ravni dogajanja v skupini (prosorske in časovne, površinske in globinske, manifestne in latentne, transferne in realne, fazo skupine itd.) in da jih, kolikor mu to omogoča trenutno stanje zavedanja, upošteva pri formuliranju intervencije. Konkretno intervencijo naj bi po našem mnenju spremljala želja po vključevanju tudi drugih sfer, ki v samo intervencijo niso vključene. Vzemimo, da analitik reče A-ju: »Odkar obiskujete skupino, niste še nikdar tako veliko povedali o svojem odnosu z materjo, ki je očitno za vas zelo pomembna in o njej veliko razmišljate.« Z intervencijo želi analitik dati spodbudo pacientu, hkrati pa pušča odprto vprašanje, zakaj pacient ni že kdaj prej spregovoril o materi; naslavlja torej tudi odpor, ki je bil že prisoten. Spodbuda velja nenazadnje tudi skupini, saj intervencija sporoča, da obstajajo teme, ki so pomembne, a ostajajo zamolčane. Po drugi strani ima analitik v mislih B-ja, ki tudi še ni ničesar povedal o svoji materi in se na podobne tematike, ki se pojavijo pri drugih, neverbalno odziva z očitnim nelagodjem. Nasloviti neposredno B-ja bi v danem trenutku nanj lahko delovalo ogrožujoče, zato ga analitik naslovi posredno in čaka, ali bo intervencija zazvenela tudi pri njem. Poleg tega ima v zvezi z dano intervencijo analitik v mislih še druge možne formulacije, ki se nanašajo na različne dimenzije dogajanja, npr., da je A pričel s pripovedjo o materi, potem ko se je ena od članic skupine na začetku seanse na materinski način obrnila k njemu, opazila, kako je utrujen, ga šaljivo vprašala, ali potrebuje malo počitka ipd. Različice intervencij analitik dobro pozna in jih uporabi, ko je to ustrezno. Miselno polje, ki obdaja konkretno intervencijo, je torej podobno klobčiču ali gnezdu, iz katerega postopoma vlečemo nitko za nitko ali po nekaj teh hkrati. Niti so med seboj prepletene; včasih je vseeno, katero povlečemo najprej, saj vse enako voljno sledijo, na neki točki pa je potrebno izbrati prav določeno, da se proces razvijanja ne prekine.

V drugi skupini analitik pravi: »Danes govorimo o odnosih v službi. Večina vas ima v službi občutek, da niste dovolj upoštevani in cenjeni. Ali se v skupini kdaj pojavljajo podobni občutki?« Intervencija naslavlja celo skupino in daje veliko odprtega prostora glede na posamezne osebe in čas, ko naj bi se to dogajalo. Povsem mogoče bi bilo, da se na to intervencijo ne bi nihče odzval. A v ozadju je analitikovo opažanje, da se je v času terapije med člani pogosto zgodilo, da je kdo koga med pripovedovanjem prekinil, da se kdo s kom ni strinjal ipd., kar daje tej intervenciji oporo in možnost, da v primeru šibkega odziva analitik nadaljuje v isto smer z omembo svojih opažanj. Poleg tega ima analitik v mislih predhodno srečanje, ko sta se dva člana skupine

sprla, konflikt je ostal nerazrešen in njegove implikacije neosvetljene. Dana intervencija namiguje tudi na možno vrnitev k incidentu.

Intervencije s strani članov skupine

Ena od pomembnejših razlik med individualno in skupinsko analizo je v tem, da je pri individualni analizi le analitik tisti, ki izbira in tempira intervencije, v skupini pa se lahko intervencija pojavi kadarkoli in s strani kogarkoli. (Tu se ne bomo spuščali v kompleksno vprašanje, ali je vsaka komunikacija tudi že intervencija). Te lahko analitik presodi kot nepravilne, neprimerne, prehitre ipd. Kaj storiti v takem primeru? Lahko izpostavimo razlog, zakaj je bila intervencija sploh podana (npr. želja po identifikaciji z analitikom), ali pa izpostavimo njeno vsebino (ki lahko izraža nekaj, kar bolj pripada pošiljatelju kot prejemniku). V skupini, ki jo vodim, je v prvem letu pogosto prihajalo do tega, da se je skupina osredotočila na enega od članov skupine in »obdelovala« njegov problem. Pri tem ostali člani težave niso povezovali z lastno izkušnjo, ampak so posameznika spraševali, čustveno reagirali, se strinjali ali ne, kot da ga objektivno presojujejo. Dejansko je šlo pri tem za projekcije in projektivne identifikacije ter izraz transfernega odnosa do dotičnega člana. Kot terapevt sem poskušal vsebine razširiti na celotno skupino oziroma sem posameznike spodbujal, naj v svojih vprašanjih prepoznajo tudi osebno stališče in izkušnjo. V drugem letu delovanja skupin so člani postali interaktivnejši in so pogosto sami prepoznavali, da za njihovimi vprašanji stoji osebna izkušnja ali trenuten odnos do člana skupine.

Ena od možnosti uporabe intervencije članov skupine je po našem mnenju opazovanje usode dane intervencije v skupini. Ali jo člani neverbalno zavrnejo in preusmerijo pogovor? Ali se ji ostro uprejo? V vsakem primeru se porodi priložnost, da se namesto vsebine analizira metakomunikacija, ki je prisotna.

Zaključek

Kakorkoli že intervenira skupinski analitik, je najpomembneje, da obdrži svojo analitično vlogo: vse, kar se dogaja v skupini, je potrebno analize. Če uporabljamo podporne ali samorazkrivajoče intervencije, še ne pomeni, da nismo več analitični. Neanalitične intervencije so v službi analitičnih. Vsak skupinski analitik ima svobodno izbiro do svojstvenega »koktejla« intervencij, ki ga začini z osebnim stilom. □

OPOMBE

BOJANVARJAČIČRAJKOJESPECIALIZANTKLINIČNEPSIHOLOGIJENAPSIHIATRIČNIKLINIKILJUBLJANAŠTUDENTNADALJEVALNEGAPODIPLOMSKEGATEČAJAZ SKUPINSKE ANALIZE TER PODPREDSEDNIK PSIHOANALITIČNEGA DRUŠTVA SLOVENIJE

¹YALOMJEAVTOR:KIGABOMOVČLANKUPOGOSTOOMENJALIČEPRAVNEPRIPADASKUPINSKO-ANALITIČNIPARADIGMI-KLJUBVSEMUSENJEGOVIPOGLEDI NA TO: KAJ SE V SKUPINI DOGAJA IN KAKO NAJ BI POTEKALO VODENJE SKUPINE- V VELIKI MERI UJEMAJO Z ANALITIČNIMI:

²POJMA NEZAVEDNEGA V PRIMERU »SOCIALNEGA NEZAVEDNEGA« NE GRE ENAČITI S FREUDOVSKIM NEZAVEDNIM:

³GLEDEČASOVNEUSMERJENOSTIINTERVENCIJEYALOMOVOSTALIŠČE-DANOBENASKUPINANEMOREVPOPOLNOSTIINVEDNOOHRANJATILEPRISTOPA»TU INZDAJ«»VEDNOBODOIZLETIVOSEBNOZGODOVINOINSEDANJEŽIVLJENSKE SITUACIJEPOGOSTI...VENDARPAJEPOMEMBNOPOUDARITI-DABIŠTVENA NALOGANIODKRITI-SESTAVITIIINRAZUMETIPRETEKLOST-PAČPASLEDNJOUPORABITIKOTPOMOČPRIRAZUMEVANJU»INSPREMINJANJU»POSAMEZNIKOVEGA NAČINAUSTVARJANJAOODNOSOVZDRUGIMIVSEDANJOSTI«(YALOM,1995:149).YALOMNIZAGOVORNIKANALITIČNEGA»IZKOPAVANJA«VSKUPINAH-PRAVI-DA MORABITI»PRETEKLOSTSLUGA-NEPAGOSODAR«(YALOM,1995:185).MENICELO-DAJELAHKONEKASKUPINSKATERAPIJAUSPEŠNA-NEDABITERAPEVT DOBRO POZNAL OSEBNO ZGODOVINO POSAMEZNIKA (PRAV TAM).

⁴»MISLITI POMENI SPREJETI IZGUBO- MISLITI POMENI TVEGATI BITI ODRASEL- ČUTITI POMENI TVEGATI BITI OTROK« (DALAL, 1995, s. 391).

⁵IGA - INŠTITUT ZA SKUPINSKO ANALIZO V LONDONU.

Literatura

BILLOW, R. M. (2001): *THE THERAPIST'S ANXIETY AND RESISTANCE TO GROUP THERAPY*: INTERNATIONAL JOURNAL OF GROUP PSYCHOTHERAPY, 51 (2).
CANETE, M.; EZQUERRO, A. (1999): *GROUP ANALYTIC PSYCHOTHERAPY OF PSYCHOSIS*: GROUP ANALYSIS: VOL. 31.

- DALAL, F. (1995). *CONDUCTOR INTERVENTIONS: TO »DO« OR »TO »BE«?* GROUP ANALYSIS, SAGE LONDON, VOL. 28.
- FOULKES, S. H. (1948). *INTRODUCTION TO GROUP ANALYTIC PSYCHOTHERAPY*. LONDON: HEINEMANN.
- FOULKES, S. H. (1964). *THERAPEUTIC GROUP ANALYSES*. LONDON: GEORGE ALLEN & UNWIN LTD.
- FOULKES, S. H. (1983). *INTRODUCTION TO GROUP ANALYTIC PSYCHOTHERAPY: STUDIES IN THE SOCIAL INTEGRATION OF INDIVIDUALS AND GROUPS*. MARESFIELD REPRINTS.
- JACOBS, T. (1999). *ON THE QUESTION OF SELF-DISCLOSURE BY THE ANALYST*. PSYCHOANALYTIC QUATERLY, 68, 159-183.
- JAGNJONOK, K. V. (2001). *SESIJAKARLARODŽERSASGLORIEJ: ANALIZVERBALJNYHVMEŠATELJSTEV SEANSA CARLAROGERSAZGLORIJO: ANALIZABESEDNIH INTERVENCIJ*. ŽURNAL PRAKTIČESKOJ PSIHOLOGII I PSIHOANALIZA. [HTTP://PSYJOURNAL.RU/J3P/PAP.PHP?ID=20011204](http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20011204).
- KANAS, N. (1990). *SCHIZOPHRENIC GROUP PROCESS: A COMPARISON AND REPLICATION USING THE HIM-G*. GROUP, VOL. 14, NO. 4.
- LAJER, M. (2005). *GROUP ANALYTIC GROUPS FOR PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA*. PRISPEVEK NA MEDNARODNIŠOLIZAPSIHOTERAPIJOPSIHOZVDUBROVNIKU: INTERNO GRADIVO.
- LOCOCO, G., PRESTANO, C., LOVERSO, G. A. (2004). *THERAPIST'S DIFFERENT STYLE OF INTERVENTION IN TWO GROUP TREATMENTS*. GROUP ANALYSIS, SAGE LONDON, VOL. 37.
- NAPIER, R. W., GERSHENFELD, M. K. (2004). *GROUPS: THEORY AND EXPERIENCE*. LAWRENCE ERLBAUM, 7TH EDITION.
- POWELL, A. (1989). *THE NATURE OF THE MATRIX*. GROUP ANALYSIS – THE JOURNAL OF GROUP ANALYTIC PSYCHOTHERAPY, LONDON: SAGE PUBLICATIONS, SEPTEMBER.
- RENIK, O. (1995). *THE IDEAL OF THE ANONYMOUS ANALYST AND THE PROBLEM OF SELF-DISCLOSURE*. PSYCHOANALYTIC QUATERLY, 64, 466-495.
- RACHMAN, A. W. (1990). *JUDICIOUS SELF-DISCLOSURE IN GROUP ANALYSIS*. GROUP, VOLUME 14, NUMBER 3.
- ROBERTS, J. P. (1982). *FOULKES'S CONCEPT OF THE MATRIX*. GROUP ANALYSIS 15(2).
- ROBERTS, J. P. (2005). *VMEŠATELJSTVA V GRUPP-ANALITIČESKOJ PSIHOTERAPII* (INTERVENCIJE V SKUPINSKI ANALIZI) [HTTP://PSYJOURNAL.RU/J3P/PAP.PHP?ID=20050403](http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050403).
- YALOM, I. D. (1995). *THE THEORY AND PRACTICE OF GROUP PSYCHOTHERAPY*. BASIC BOOKS, LONDON.