

Mark McConville „Adolescencja. Psychoterapia i wyłaniające się self”

Tłumaczenie: Ula Szwabowicz

## Rozdział 2

### Dziecięce self i rodzina

#### Rodzina jako pole

Przynajmniej od początków psychoterapii badania na temat rozwoju dziecka zwracają uwagę na zewnętrzne konteksty, które kształtują psychikę dziecka. Początkowy nacisk na relację między matką a dzieckiem został rozszerzony, by objąć całą rodzinę jako środowisko rozwoju dziecka (Ackerman, 1958). Rodzina stanowi matrycę, pole dla wyłaniającej się doświadczeniowej i behawioralnej konfiguracji wszystkich jej członków, w szczególności dzieci. Bez względu na to, jakimi pojedynczymi zjawiskami się zajmiemy – a mogą być to schematy zachowań, schematy poznawcze, zjawiska intrapsychiczne czy cechy osobowości – wszystkie one kształtują się w szerszym polu rodziny.

Używając języka psychoterapii Gestalt, zachowanie i wyłaniające się self dziecka zarysowuje się w polu rodziny tak, jak figura zarysowuje się w relacji do tła. *Tło*, jak wskazują najwcześniejsze gestaltowskie badania percepcyjne, wpływa na nasz odbiór *figur* (tego, czym się aktualnie zajmujemy i czego jesteśmy świadomi) nawet w tak fundamentalnych kategoriach jak rozmiar, kształt i kolor obiektu (Koffka, 1935). Podobnie, cechy właściwe dla danego dziecka – schematy zachowań, emocje, styl poznawczy itd. - organizują się na tle procesu rodziny.

#### ***Sily pola i środowisko rodzinne***

Prawdopodobnie najwcześniejszy opis tego zjawiska można znaleźć we freudowskiej teorii konfliktu Edypa. Mimo że Freuda wyraźnie interesowała analiza głębin psychiki jednostki, odbywała się ona, na tle doświadczeń dziecka wewnątrz rodzinnego pola. Zanim sformułował intrapsychiczną teorię rozwoju psychoseksualnego, Freud był mocno zainteresowany interpersonalną dynamiką w polu rodziny – najpierw poprzez prawdopodobieństwo wystąpienia kazirodczych relacji między jego pacjentami i członkami ich rodzin, a później poprzez domniemane kazirodcze pragnienia dziecka wobec rodzica odmiennej płci (które według Freuda wyjaśniały intensywność więzi rodzinnych i siłę wpływu rodziny na psychikę dziecka).

Warto zauważyć, że przełomowym momentem dla teorii konfliktu Edypa była śmierć ojca Freuda (zakłócenie w jego rodzinnym polu), kiedy próbował on zrozumieć własne gwałtowne

emocje z nią związane (Jones, 1961, s. 206-207). Innymi słowy, tworzenie przez Freuda teorii konfliktu Edypa było *figurą*, która wyłoniła się na *tle* jego głębokiego zakorzenienia w systemie rodzinnym.

Pomimo że Freud widział psychikę dziecka jako odizolowaną, idea konfliktu Edypa – mówiąca, że dziecko pożąda rodzica odmiennej płci i w związku z tym musi poradzić sobie z problemami rywalizacji oraz niepokoju i ostatecznie zidentyfikować się z rodzicem tej samej płci – potwierdza, przynajmniej niejawnie, koncepcję, że psychika dziecka konfiguruje się w obrębie istniejących relacji w rodzinie.

Siły działające w polu, które opisał Freud, są zasadniczo instynktowne. I podczas gdy w czasach Freuda jego koncepcja stanowiła znaczący wkład w myślenie o rozwoju dziecka, od tamtej pory teoretycy wyszli daleko poza jego wąską wizję. Początkowo terapeuci i badacze skupiali się na diadycznych systemach (takich jak matka i dziecko) jako polu, w którym wyłania się indywidualny psychiczny proces jednostki, szczególnie proces patologiczny. W miarę jak ewoluowała terapia rodzin, systemy trzyosobowe oraz obejmujące całą rodzinę zostały coraz lepiej zrozumiane i opisane. Przyjrzymy się każdemu z tych poziomów z osobna, by na koniec odnieść je do rozwoju nastolatka i zrozumieć ich wagę.

### ***Wkład teorii związanych z terapią rodzin***

W dziedzinie terapii rodzin wyróżniono wiele sił i dynamik działających w polu rodziny, m.in.: homeostazę systemu rodzinnego (Jackson, 1957), relacje małżeńskie (Lidz, 1957), sztywność i elastyczność ról przyjmowanych w rodzinie (Wynne, Rycoff, Day, Hirsch, 1958), poziom dojrzałości rodziców (Bowen, 1978), schematy komunikacyjne (Bateson, Jackson, Haley, Weakland, 1956), granice interpersonalne (Minuchin, 1974) i cykl życia rodziny (Erikson, w: Haley, 1973).

Pole rodziny nie jest homogenicznym, jednolitym systemem, lecz zbiorem ząbających się interpersonalnych pól. Dziecko inaczej wchodzi w kontakt z lubianym rodzeństwem, inaczej z każdym z rodziców, a jeszcze inaczej z całą rodziną (w psychoterapii Gestalt powiedzielibyśmy, że self różnie aktualizuje się w różnych warunkach kontaktu). Ogólnie mówiąc, interpersonalne pole rekonfiguruje się w miarę jak dołączają do niego kolejni członkowie rodziny. Innymi słowy, diadyczne systemy są wchłaniane lub reintegrują się z triadami, które z kolei przekształcają się w szersze pole rodziny.

Na przykład, siedmiolatka wygodnie siedzi w kuchni, rozmawiając z matką i jednocześnie kolorując. Zarówno matka, jak i córka cieszą się swobodą i otwartością ich wspólnego pola. W pewnym momencie do kuchni wchodzi dwunastoletni brat i prosi matkę o pomoc w jakimś szkolnym zadaniu. Nastrój siedmiolatki nagle się zmienia. Zaczyna marudzić i nalegać, by matka

popatrzyła na rysunek, który koloruje. Jej relacja z matką i jednocześnie jej poczucie self zmienia się, kiedy interpersonalne pole przekształca się z dwuosobowego w triadę. Córka może teraz zacząć rywalizować o uwagę matki, a matka również może zmienić pewne aspekty swojego funkcjonowania. Przykładowo, może zmienić swój spokojny, opiekuńczy styl, który był obecny, gdy była sama z córką i stać się bardziej ożywiona, rozmowna i poznawczo aktywna, gdy pojawia się jej starsze dziecko. Każdy członek rodziny może doświadczyć tej zmiany inaczej.

Organizacja pola może różnić się w zależności od konkretnej sytuacji i rodziny. W niektórych przypadkach diada reorganizuje się, kiedy jest wchłaniana przez szersze pole. Wielu rodziców mówi o zadowalających relacjach z każdym z dzieci z osobna, które zmieniają się w konflikt, gdy cała rodzina jest razem. W innych przypadkach diada zachowuje swój sztywny charakter i to szersze pole rodziny organizuje się wokół niej. Na przykład, ten sam dwunastoletni chłopiec może być emocjonalnie blisko z matką i pełnić rolę jej powiernika oraz wsparcia wewnątrz rodziny. Kiedy ojciec jest w domu, to diadyczne pole może pozostać nienaruszone, lecz działać pod powierzchnią i nadal wpływać na interakcje pomiędzy matką i ojcem, stanowiąc to, co terapeuci rodzinni nazywają *tajnym sojuszem*.

Oceniając siły działające wewnątrz rodzinnego pola, warto myśleć w kategoriach coraz to bardziej złożonych *gestaltów* lub znaczącej całości, której części organizują się w kompleksowe konfiguracje, wpływając na jakość całości, lecz również zmieniając się pod wpływem działających wewnątrz niej dynamik. Najprostsze z tych części to diadyczne pola dziecka z każdym z rodziców oraz z każdym z rodzeństwa. Na te pola wpływają triadyczne pola, pole całej rodziny oraz społeczne i kulturowe pola.

Co ważne, należy zdać sobie sprawę, że na konfigurację self dziecka oddziałują jednocześnie bardzo różne interpersonalne konteksty. Bardzo wcześnie w swoim rozwoju dziecięce self staje się wieloaspektowe, złożone i nawet sprzeczne, zgodnie z siłami pola działającymi w różnorodnych relacyjnych kontekstach, w których dziecko uczy się być w świecie.

***Diadyczne pola.*** Zarówno w tradycji psychoanalizy, jak i terapii rodzin kliniczne znaczenie diadycznych pól było podkreślane poprzez skrupulatną obserwację relacji matki i niemowlęcia. Najlepszym tego przykładem w tradycji psychoanalitycznej jest praca Harry'ego Stacka Sullivana. Pracując z młodymi schizofrenikami w latach 20. i 30. XX wieku, Sullivan jako jeden z pierwszych zwrócił uwagę na diadyczne środowisko i dynamiki relacyjne w celu zrozumienia i leczenia „zaburzeń psychicznych”. Wprowadził pojęcie pola do psychiatrii i wskazał jak tradycyjnie rozumiane intrapsychiczne procesy są zawsze powiązane z interpersonalnym kontekstem. Na przykład, „strefy erogenne” Freuda dla Sullivana stały się „strefami interakcji”, a osobowość została „względnie stałym schematem powtarzających się interpersonalnych sytuacji, które

charakteryzują ludzkie życie” (Sullivan, 1953, s. 111). Nie jest zaskakujące, ponieważ odzwierciedla to tendencje obecne w kulturowym polu ery Sullivana, że jego praca wywarła ogromny wpływ na postrzeganie relacji matka-niemowlę jako kontekstu, w którym konfiguruje się wyłaniające się dziecięce self. To właśnie jedna z uczennic Sullivana, Frieda Fromm-Reichman pierwszy raz użyła frazy „schizofrenogenna matka” rozwijając jego myśl, że poważne psychologiczne urazy jednostki pojawiają się w poważnie zakłóconym polu interpersonalnym (From-Reichman, 1948).

Ta uważność na patogeny potencjał zawarty w diadzie matka-niemowlę charakteryzuje wczesne prace kilku znaczących teoretyków zajmujących się terapią rodzin. Murray Bowen (1978) w swoich wczesnych badaniach w National Institute of Mental Health opisał dynamikę relacyjną między matką a niemowlęciem, która przyczyniała się do pojawienia się wyuczonej bezradności u schizofrenicznego potomka. Bowen zauważył, że matki osób z badanej grupy radziły sobie z własnym głęboko zinternalizowanym poczuciem nieadekwatności i bycia niewystarczającymi poprzez polaryzację, a co za tym idzie, nadopiekuńcze i nadmiarowe zajmowanie się swoimi dziećmi. Dzieci te komplementarnie wchodziły w tę dynamikę przejmując wyprojektowaną przez matki nieadekwatność i bezradność, by w końcu oddać ją w postaci psychologicznych symptomów. W koncepcji Bowena to, co było uczuciem dla matki, stało się rzeczywistością dla dziecka. Dzisiaj, kiedy wiemy coraz więcej o biochemicznym podłożu schizofrenii, możemy postrzegać te wczesne prace jako „obwinianie ofiary” – w każdym razie jednej z ofiar – tego zaburzenia. Jednocześnie, ta perspektywa uwzględniająca znaczenie diadycznego pola była przydatna, by rzucić światło na zagadnienie rozwoju self dziecka wewnątrz rodziny.

**Triadyczne pola.** Triadyczne pola były obiektem znacznej uwagi w terapii rodzin, szczególnie w pracach Minuchina (1974), który zauważył, że „problematiczne” dzieci często bywają uwikłane w trudności relacyjne rodziców. Taki stan rzeczy zachodzi na kilka typowych sposobów. W *triangulacji*, dziecko jest unieruchomione pomiędzy dwojgiem walczących ze sobą rodziców, z których każdy wymaga od niego lojalności. Triangulacja pojawia się szczególnie często w sytuacjach okołorozwodowych. W przypadku *przekierowania* małżonkowie radzą sobie z problemami w relacji poprzez skupianie się na „problematicznym dziecku”, nieświadomie wzmacniając nieodpowiednie zachowanie, ponieważ pozwala im to na unikanie zajmowania się własnymi trudnościami. Na przykład matka może otwarcie walczyć z dzieckiem, które nie wypełnia obowiązków domowych i zabiegać o wsparcie męża w dyscyplinowaniu go, jednocześnie unikając tematu braku wsparcia od męża w sprawach związanych z prowadzeniem domu. W trzecim schemacie opisanym przez Minuchina, *intergeneracyjnym sojuszu*, jeden z rodziców nawiązuje

niejawny sojusz z dzieckiem przeciwko drugiemu z rodziców, czerpiąc pocieszenie ze wsparcia dziecka zamiast zająć się bezpośrednio małżeńskimi trudnościami.

***Pola obejmujące całą rodzinę.*** Rodzina jako całość może być postrzegana jako środowisko, wewnątrz którego organizują się dwu- i trzyosobowe pola. Wielu badaczy i teoretyków związanych z terapią rodzin zwróciło uwagę na pola obejmujące całą rodzinę. Wczesnym przykładem tego podejścia są prace Jacksona (1968). Zauważając, że kiedy schizofreniczni pacjenci zaczęli lepiej funkcjonować, inni członkowie rodziny zaczęli doświadczać trudności, Jackson był jednym z pierwszych, którzy rozpoznawali rodzinę jako system. By nazwać zauważone przez siebie zjawisko, gdy zmiana u jednego z członków rodziny skutkuje reorganizacją rodzinnego pola zaadaptował biologiczne podejście *homeostazy systemu*.

Doskonałym przykładem teorii opartej na polu obejmującym całą rodzinę, która ma zastosowanie w badaniu trudności rozwojowych młodzieży jest praca Stierlina (1981). Stierlin badał psychologiczne i behawioralne schematy nastolatków, którzy uciekli z domu. Zidentyfikował on „dośrodkowe” i „odśrodkowe” siły działające w polu jako „niejawne transakcyjne tło” dla relacji między nastolatkami i ich rodzicami. Dośrodkowe pola rodzinne charakteryzują się różnymi sposobami przywiązywania nastolatka do rodziny, tworząc pole grawitacyjne naładowane emocjonalnymi potrzebami rodziców. Nieudane małżeństwo lub rodzic w depresji mogą być potężnym magnesem, który trzyma wrażliwego osiemnastolatka blisko rodziny prawdopodobnie sabotując jego próby opuszczenia domu, by iść na studia. Odśrodkowe pola rodzinne tworzą warunki do przedwczesnego opuszczania domu rodzinnego. W tych rodzinach rodzice przeżywając własne kryzysy rozwojowe skupiają się na sobie – swoich trudnościach w małżeństwie, zmianach pracy, nowych związkach itp. Nastolatki w tych domach mogą być postrzegane jako przeszkoda dla rozwoju rodziców, a zbyt słabe „przyciąganie grawitacyjne” sprawia, że zbyt wcześnie się usamodzielniają.

### ***Wkład psychoterapii Gestalt***

Geniusz psychoterapii Gestalt można rozumieć dwojako: jako świadomość *procesu kontaktowania*, tak jak on się rozwija dla danego klienta w danym momencie; oraz jako zrozumienie wszystkich dróg, którymi pełny i bezpośredni kontakt z częściami siebie lub z innymi może być przerwany lub odrzucony. Niemniej jednak, terapeuci Gestalt – z pewnymi wyjątkami (Kaplan i Kaplan, 1978; Kempler, 1974; Papernow, 1993; Wheeler, 1994) – nie zajmowali się unikatowymi funkcjami rodzinnego pola ani rolą, jaką proces rodziny pełni w kształtowaniu self dziecka.

Z punktu widzenia terapii Gestalt rodzina może być postrzegana jako *środowisko kontaktowania*, w którym dzieci uczą się bazowego repertuaru umiejętności potrzebnych do kontaktu oraz stylów kontaktowania. Zinker i Nevis (1981) sformułowali taką ideę, proponując fenomenologię rodzinnego pola, spojrzenie na sposoby w jakie rodzina organizuje i moduluje doświadczenie i proces kontaktowania jej poszczególnych członków. Żeby badać i opisywać charakterystyczny sposób, w jaki się to dzieje, Zinker i Nevis wprowadzili pojęcie „interaktywnego cyklu doświadczenia”. Według nich rodziny rozwijają swoje własne unikatowe schematy rozpoznawania i negocjowania jednostkowych potrzeb i zainteresowań oraz generowania wspólnych projektów i działań. Innymi słowy, każda rodzina tworzy swój własny styl kontaktowania, według którego są organizowane indywidualne doświadczenia i intrapsychiczne procesy oraz który determinuje jak rodzina sobie z nimi radzi. Ten styl decyduje czy jednostkowe doświadczenia są wyrażane, czy wstrzymywane, czy istnieje obopólna wymiana, oraz czy rodzina jako całość jest w stanie przejść przez epizody kontaktowania w sposób, który wspiera integralność i daje satysfakcję wszystkim osobom, które wchodzi w jej skład.

Styl kontaktowania danej rodziny może wzmacniać to, co nazywamy mechanizmami unikania kontaktu, czyli różne sposoby na unikanie lub faworyzowanie różnych *rodzajów* kontaktu (patrz: Wheeler, 1991). Rodzina może być wysoce *konfluentna*, a więc uwypuklać jakości związane z podobieństwem i dzieleniem się; może też być różnicująca, nastawiona na wyjątkowość każdego z jej członków. Rodzinne pole może wspierać *introjekcję*, gdy rodzinna prawda jest przekazywana przez rodziców dzieciom, które łykają ją w całości; może jednak wspierać aktywną dyskusję i dialog, a tym samym samodzielne myślenie. Członkowie rodziny mogą być wysoce ekspresyjni i dzięki temu łatwi do odczytania lub raczej powściągliwi, co będzie wspierało *projekcje* i czytanie w myślach. Mogą z łatwością iść za swoimi impulsami do kontaktu lub być bardziej skłonni do ich zatrzymywania i *retroflektowania*. Członkowie rodziny mogą być bardzo bezpośredni i jasno wyrażać swoje zmartwienia; mogą być też *defleksyjni* i rozrzedzać kontakt poprzez humor czy „gadanie o niczym”. Krótko mówiąc, styl kontaktowania danej rodziny może być opisywany na wiele różnych sposobów. Moją intencją jest tutaj zwrócenie uwagi na to, że rodzinne pole to poligon dla dzieci, które właśnie tutaj uczą się jak radzić sobie z osobistymi doświadczeniami w interakcjach z innymi.

W języku granicy kontaktowania można powiedzieć, że interpersonalny styl kontaktowania rodziny, który modelują przede wszystkim rodzice, staje się wzorcem, według którego poszczególne dzieci uczą się organizować światy swoich intrapsychicznych doświadczeń. Innymi słowy, rodzinny styl kontaktowania jest „nieświadomym umysłem” dziecka, jeżeli to pojęcie rzeczywiście cokolwiek znaczy.

## **Doświadczenie „wtopione” w rodzinne pole**

By inaczej to ująć, można posłużyć się sformułowaniem, że dziecko, które pojawia się na świecie i którego self zaczyna przybierać swój własny rozpoznawalny kształt, jest wtopione w rodzinne pole. Jako że zatopienie w rodzinnym polu oraz proces wyodrębniania się z niego to podstawowe wymiary rozwoju nastolatka, spędzimy trochę czasu z tymi pojęciami.

### ***Różnicowanie się i wtopienie w rodzinne pole***

Psychologiczny rozwój człowieka to proces coraz to bardziej zaawansowanego różnicowania się. Ta podstawowa, lecz ważka koncepcja została sformułowana przez teoretyków zajmujących się rozwojem człowieka praktycznie z każdego podejścia, od psychoanalizy (Mahler, 1963), poprzez fenomenologię (Schachtel, 1959), po terapię rodzin (Bowen, 1978). Różnicowanie się sugeruje co najmniej dwie rzeczy: że wewnętrzne, intrapsychiczne doznania stają się coraz bardziej złożone i wyraźne oraz że interpersonalne doświadczenia jednostki charakteryzują się coraz bliższymi więziami i pełniejszym wchodzeniem w kontakt (innymi słowy, osoby coraz bardziej różnią się od siebie jako oddzielne i – ze względu na swoją odrębność – powiązane jednostki w polu interpersonalnym). Dopelnieniem tej zasady jest fakt, że każda faza rozwoju charakteryzuje się większym stopniem „wtopienia” niż faza, która po niej następuje. Na przykład, u noworodka wtopienie w rodzinę jest większe niż u niemowlęcia, a niemowlęctwo charakteryzuje mocniejsze wtopienie niż późniejsze dzieciństwo. Wtopienie w rodzinę i różnicowanie się to ciągle procesy trwające przez całe dzieciństwo i dłużej, lecz w okresie adolescencji przybierają one nowe, palące znaczenie.

### ***Introjeksja***

W porównaniu do doświadczeń adolescencji, doświadczenia dzieciństwa charakteryzują się względnie mocnym zatopieniem w rodzinie. Znaczy to, że odmienność członków rodziny – i w związku z tym wyjątkowość jednostki – jest mało ważna, a nawet niezauważalna dla dziecka. Nieuniknione różnice są w dużej mierze częścią tła. Granica pomiędzy dziecięcym self a rodzinnym polem jest wysoce przepuszczalna, a doświadczenia dziecka (percepcja, motywacja, procesy poznawcze i emocje) są w znacznym stopniu kształtowane przez siły działające w rodzinie. Opinie i uprzedzenia rodziców są zwykle przyjmowane przez dziecko nie jako opinie, lecz jako fakty.

Przykładowo, wiele z nas dorastało jako osoby wierzące w jedyną słuszną religię, w tym także ja. Pamiętam dobrze szczere współczucie wobec tych, którzy nie mieli tego szczęścia (byłem oczywiście nieświadomy jak bardzo było to protekcyjne). Dopiero w okresie dojrzewania odkryłem, że moje przekonania stanowiły raczej jeden z możliwych punktów widzenia niż

obiektywną prawdę. W ten sposób przekazywana jest również większość uprzedzeń – przenikają one poprzez przepuszczalną membranę pomiędzy doświadczeniem dziecka a otaczającą je rodziną.

W psychoterapii Gestalt ta dynamika między self dziecka a rodzinnym polem jest nazywana *introjekcją*. W swoich wczesnych pracach Perls (1969), powołując się na „strukturalne podobieństwo między spożywaniem przez nas pożywienia i mentalnym przyjmowaniem otaczającego nas świata” opisał introjekcję jako „połykanie w całości” treści docierających do nas z otoczenia (s. 128). Na przykład, rodzic może nakazać dziecku szacunek wobec starszych od niego, a dziecko może bezkrytycznie zaakceptować tę zasadę i stosować ją, nieprzeżytą i nieprzetrawioną, jako wytyczną względem swojego zachowania oraz przynależnego mu w świecie miejsca.

W bardziej rygorystycznym fenomenologicznym języku powiemy, że organizacja doświadczeń dziecka i jego ramy rzeczywistości są nakładane przez otoczenie. Pojęcie *introjekcji* odnosi się do procesu, w którym znaczenie jest *organizowane* dla dziecka, a nie aktywnie przez nie *konstruowane*. Znaczenia są w dużej mierze wprowadzane i potwierdzane przez interpersonalne, rodzinne i kulturowe środowisko dziecka. Zatem w pewnych sprawach (np. w ocenie swojej zasadniczej wartości) dziecko nie tyle decyduje o sobie, co „otrzymuje” swoje decyzje od kontekstualizującego rodzinnego pola. Innymi słowy, introjekcja ma związek ze sprawstwem i inicjatywą w nadawaniu znaczeń i organizowaniu rzeczywistości. A to, jak zobaczymy później, jest kluczowym warunkiem rozwoju nastolatka, w czasie którego tworzenie własnych znaczeń jest jednym z głównym wątków.

***Introjekcja jako figura i tło.*** Przydatne będzie rozróżnienie introjekcji jako figury od introjekcji jako zjawiska zachodzącego w tle. Przykład szacunku wobec starszych, jak większość rodzicielskich przekazów, ilustruje introjekcję jako *figurę*, ponieważ komunikat jest przekazywany dziecku w bezpośredni i zorganizowany wokół konkretnego tematu sposób. Jednak najbardziej znacząca organizacja doświadczeń dziecka zachodzi poprzez introjekcję na poziomie *tła*. Tło jest niejawne, żyjemy w nim bardziej niż je znamy. Jesteśmy przyzwyczajeni do myślenia o szerszym kulturowym kontekście jako o tle doświadczeń. Przykładowo antropologowie języka wskazują, że – wydawałoby się – oczywiste pojęcia rozumu, percepcji, a nawet otaczającej nas rzeczywistości są dla nas organizowane przez język, którym mówimy i różnią się znacząco zależnie od kontekstu kulturowego. Tło tworzonych przez rodzinę znaczeń jest przyjmowane przez dziecko tak samo, jak przyjmowana jest dana kultura lub język, kształtując jego doświadczenia poprzez niejawne określanie natury tego, co jest, jednocześnie nie stając się samo w sobie figurą doświadczeń.

***Introjekcja jako zjawisko potrzebne i konieczne.*** By w pełni zrozumieć proces introjekcji, należy wskazać jej niewątpliwą konieczność i przydatność w organizowaniu rzeczywistości dziecka. W



tradycji psychoanalitycznej, w pracach Freuda, a na pewno także i Perlsa introjekcja była prezentowana w zdecydowanie pejoratywnym świetle (choć Freud wahał się co do tego czy superego, struktura, którą postrzegał jako w całości zintrojektowaną, jest ostatecznie strukturą dobrą, czy złą). Według nich dzieci, gdyby nie introjekcja, mogłyby dorastać jako mniej ograniczone, bardziej w zgodzie ze swoim organizmicznym self. Jednak to zwyczajnie nie jest prawda. Introjekcja, mimo swojego oczywistego udziału w rozwijaniu się nerwic u dorosłych, nadal odzwierciedla wspierającą reakcję otoczenia na potrzebę struktury u dziecka – struktury co prawda sprefabrykowanej, lecz nadal niezbędnej w przytłaczającym zadaniu organizowania przez dziecko własnych doświadczeń i nadawania znaczeń w pierwszych latach jego życia.

Dla przykładu przyjrzyjmy się chłopakom, dorastającym w środowisku pozbawionym mężczyźni, którzy mogliby stanowić dla nich model do naśladowania. W mojej opinii, modelowanie jest związane z szerszym, bardziej złożonym procesem, który został nazwany *introjekcją* i jest jego szczególną formą. Mężczyzna jako model stanowi gotowy zbiór różnorodnych cząstek składających się na „tradycyjne” męskie doświadczenia – posiadanie penisa, radzenie sobie ze złością i agresją, rywalizacja w świecie w celu zapewnienia innym bytu itd. Model wysyła przekaz o treści „Oto jak te części mają się do siebie”. Chłopiec może go naśladować lub różnicować się od niego, jednak na swój sposób nadal wykorzystuje model, tę całą zintrojektowaną konfigurację męskości, by samodzielnie rozpracować jak te cząstki mają się do siebie w jego własnym życiu. U chłopców, którzy dorastają w środowisku pozbawionym męskich wzorów do naśladowania można zaobserwować ciekawe i przewidywalne zjawisko. Próbuje oni na własną rękę odgadnąć jak używać penisów, co robić ze swoimi skłonnościami do złości i agresji, jak radzić sobie finansowo. Bez męskiego modelu – czyli bez adekwatnych introjektów – nastoletni chłopcy czasami organizują swoje „męskie sprawy” w osobliwe kombinacje. Nie jest zupełnie niespotykane spotkać piętnastolatka, którego najlepsze próby zorganizowania się w roli płciowej składają się z szeroko zakrojonych podbojów seksualnych, częstego udziału w bójkach oraz świetnie wyćwiczonej umiejętności okradania samochodów z odbiorników radiowych. Jest faktem generalnie znanym, że nastoletni chłopcy, którzy wchodzi w konflikty z prawem, jako grupa bardzo często pochodzą z domów, w których ojciec jest nieobecny. Nie jest jednak aż tak oczywiste, że ich problematyczne zachowania są przejawem autentycznych prób rozpracowania co to znaczy być mężczyzną (lub być niezależnym czy kompetentnym) bez wsparcia zintrojektowanej struktury.

### ***Intrapsychiczne i interpersonalne procesy w dziecięcym doświadczeniu***

Granica między self dziecka a środowiskiem rodzinnym jest przepuszczalna – procesy intrapsychiczne i interpersonalne nie są jeszcze na tyle jasno zróżnicowane, aby powstała między nimi wyraźna granica.

Najłatwiej zilustrować „wtopienie” w system rodzinny charakterystyczne dla okresu dzieciństwa poprzez przykłady patologii, szczególnie gdy ten rodzaj wtopienia pozostał w doświadczeniu jednostki jako zaburzenie psychiczne w dorosłym życiu. Wczesne badania, które łączą system rodzinny z poważnymi zaburzeniami psychicznymi bogato opisują przykłady wtopienia w system rodzinny. Przykładowo, w 1953 roku Bateson rozpoczął pracę nad projektem, który doprowadził go do jego słynnej hipotezy dotyczącej schizofrenii (Bateson, Jackson, Haley i Weakland, 1956). Bateson zauważył, że osoby ze schizofrenią często są zdezorientowane jeśli chodzi o poziomy komunikacji. Jak stwierdził, w każdym procesie komunikacji jest obecna nie tylko treść komunikatu, lecz także metakomunikacyjny kontekst, czy też „klimat” wypowiedzi. Osoby bez schizofrenicznego doświadczenia metakomunikują, że to, co chcą przekazać jest żartobliwe, metaforyczne, przyjazne czy też ma być wzięte na serio itd.; czyli komunikują klimat wypowiedzi, a nie tylko samą treść. Schizofrenicy mają z tym problem, często nieadekwatnie wyrażając i identyfikując klimat wypowiedzi lub nie identyfikując go wcale. Metafory mogą być używane w dosłowny sposób, tak jak w przypadku pacjenta Bleulera, który wyrażając swoją miłość do wolności utrzymywał, że dosłownie *jest* Szwajcarią (cytowane w: Arieti, 1974).

Badania Batesona wskazują, że ta wewnętrzpsychiczna dezorientacja w myśleniu osób ze schizofrenią powtarza się w interpersonalnej komunikacji w ich rodzinach poprzez ogólną niespójność między treściami komunikatów a wyznacznikami kontekstu. Jak pisze Bateson i jego współpracownicy, ludzie korzystają z interpersonalnego kontekstu jak z drogowskazu, dzięki któremu są w stanie rozróżnić „klimat” komunikacji, a schematy mentalne jednostek są zinternalizowanymi wersjami interpersonalnego procesu zachodzącego w polu rodziny (s. 253). Znow, nasze myślenie o przyczynach schizofrenii znacznie ewoluowało od czasów Batesona, jednak wgląd jego zespołu w strukturę i proces komunikacji oraz ich wpływ na rozwój dziecka nadal ma dużą wartość.

Taki rodzaj dezorientacji pojawił się u mojej osiemnastoletniej pacjentki. Jej rodzice, kiedy się na nią złościли, robili jej kawały – na przykład przeprogramowali jej radio w samochodzie tak, że wszystkie przyciski włączały tę samą stację. Moja pacjentka, adekwatnie zirytowana, zwróciła im na to uwagę, a wtedy rodzice skrytykowali ją mówiąc, że nie ma poczucia humoru i podchodzi do ich żartów zbyt poważnie. Nie było dla mnie zaskakujące, kiedy podczas sesji terapeutycznych pacjentka miała problem z odróżnieniem humoru od wrogości. Albo żartowała w sposób, który dla mnie wydawał się dziwnie wrogi, albo wydawała się zagubiona w reakcji na moje uwagi, które z zamierzenia miały być przyjazne i żartobliwe.

Do podobnego wniosku doszli w nieco inny sposób autorzy fascynujących artykułów – Wynne i Singer (1963, 1965). Poprosili oni całe rodziny, w których były zarówno osoby ze schizofrenią, jak i zdrowe żeby doszły do konsensusu co do tego, co przedstawiają plamy z testu

Rorschacha i zauważyli względny izomorfizm pomiędzy zaburzeniem myślenia u indywidualnych ich członków a procesem komunikacji w rodzinie. Przykładowo, pacjenci z „amorficznym” zaburzeniem myślenia pochodzili z rodzin, w których występowały „niezróżnicowane, często symbiotyczne relacje” oraz „amorficzne formy radzenia sobie z uwagą i komunikacją”. W innym miejscu Wynne sformułował swoje wnioski następująco: „Fragmentacja doświadczeń, dyfuzja tożsamości, zaburzona percepcja i komunikacja oraz pewne inne cechy charakterystyczne dla osobowości osób z poważną reaktywną formą schizofrenii w znacznym stopniu wywodzą się z organizacji społecznego funkcjonowania rodziny” (Wynne, Rycoff, Day i Hirsch, 1958, s. 215).

W pracach obu zespołów widzimy, że „wtopienie” w system rodziny w pewnym stopniu opiera się na izomorficznej (jeden do jednego) introjkcji procesu rodzinnego do świata doświadczeń dziecka. Taka sama zgodność zachodzi w niepatologicznym funkcjonowaniu. Moja przyjaciółka, opisując jak jej myśli i idee przechodzą z jednej w drugą w typowy dla prawej półkuli mózgu sposób, nazywa swój proces poznawczy „kalejdoskopowym”. Jej umiejętność tworzenia metafor jest niezwykła. Czasami jednak frustruje ją, kiedy nie jest w stanie wyznaczyć granic dla różnych obszarów myślenia, co da się zauważyć w jej codziennym funkcjonowaniu, gdy w rozmowach rozwodzi się nad czymś i nie jest w stanie skupić uwagi lub gdy zaczyna rozmawiać z nieznanymi sobie ludźmi na bardzo osobiste tematy. Niedawno rozmawialiśmy o wzorcach rodzinnych i zaczęła opisywać jak bardzo zmienny i płynny był sposób funkcjonowania jej rodziny. Nigdy nie wiedziała nawet, w którym pokoju będzie spać. To co w tamtym momencie uderzyło mnie od razu, to fakt, że sposób w jaki opisywała swoją rodzinę był zgodny z tym, jak mówiła o swoim intrapsychnym procesie poznawczym. Innymi słowy, moja przyjaciółka myśli tak, jak jej rodzina się zachowywała. Większość z nas, gdybyśmy zechcieli się nad tym zastanowić, mogłaby znaleźć podobne paralele w swoich doświadczeniach.

### **Dziecięce self**

Określenie dziecięcego self jako wtopionego w rodzinę oznacza, że jego relacja z otoczeniem jest zasadniczą częścią jego natury. Dziecięce self to właśnie self w rodzinnym polu. Ta właściwość dziecięcego self jest przyczyną, dla której w psychoterapii dorosłych przypominanie sobie i przepracowywanie relacji z rodzinnym polem stanowi praktycznie zawsze jej główną część. Mówiąc, że dziecięce self jest wtopione w rodzinę mam na myśli to, że nasze najwcześniejsze doświadczenia self konfiguruja się zgodnie z relacyjnym polem dzieciństwa. Gdy zaczyna się okres adolescencji, w doświadczeniu self pojawia się coraz więcej odrębności, sprawczości i organizacyjnej integralności. Self staje się gestalem – poukładaną, spójnie zorganizowaną całością.

Natomiast we wcześniejszym dzieciństwie organizacyjna integralność self jest organizacyjną integralnością rodzinnego pola, z którego wyłania się dziecięce self.

W porównaniu z tym, co dzieje się w adolescencji, self dziecka jest również bezrefleksyjne. Znaczący to, że dziecięce self jest zasadniczo częścią tła pola doświadczeniowego. Dziecko bardziej żyje w nim niż je zna, nie widząc go w refleksyjnej relacji ze sobą. Dziecko przed okresem dojrzewania nie ma najczęściej dostępu do spontanicznego doświadczania samoświadomości, które jest tak powszechne u nastolatków. Dla dziecka doświadczenia self – obrazu siebie, przekonań na swój temat i tak dalej – pozostają niejawną częścią tła. Jeżeli dziecko jest faworyzowanym potomkiem, prawdopodobnie nie będzie to dla niego wyraźna figura jego refleksyjnego doświadczenia. Widzenie siebie jako ulubionego dziecka będzie się u niego przejawiać raczej poprzez sposób, w jaki postrzega środowisko rodzinne. Może postrzegać rodziców jako ciepłych i aprobujących, a rodzeństwo jako niepotrzebnie problematyczne i kłótlive. W dzieciństwie figury tworzą się w dużej mierze z *dala od self*, a te, które dotyczą self są zwykle fragmentaryczne i prymitywne („Jestem zły”, „Jestem pomocny” itd.). Dlatego właśnie w psychoterapii dzieci przed okresem dojrzewania nie mówią o sobie, a pracujący z nimi terapeuci wykorzystują metody, które pozwalają uzyskać dostęp do tła doświadczeń dziecka (terapia zabawą, wizualizacje, rysowanie).

Bez względu na naturę dziecięcego self, jest ona podstawą tego, co nastąpi później: różnicowania się od rodziny charakterystycznego dla adolescencji. Konkretna forma, jaką ono przybierze – życzliwej konfluencji, wściekłego buntu, ożywionego kontaktu, czy też chwiejnej ambiwalencji – zależy w dużej mierze od tego, jak rozwijało się dziecięce self. Na przykład to, do jakiego stopnia rodzina rozpoznaje i wspiera różnice pomiędzy jej członkami będzie miało wpływ na proces kształtowania się tożsamości u nastolatka. Niektóre dzieci wchodzą w dojrzewanie z poczuciem siebie (choć sprefabrykowanym) jako wartościowych, interesujących, sprawczych i zdolnych, mając intuicyjne zrozumienie granic, które wytyczają ich psychologiczną przestrzeń w rodzinnym polu. Inne zaczynają okres dojrzewania z trwałym poczuciem bycia niewystarczającymi i niepewnością co do tego, co jest wewnątrz, a co poza granicami ich wyłaniającego się nastoletniego self.

To czy dane dziecko jest w stanie rozwinąć w okresie adolescencji wyraźne poczucie self jako figury zależy od tła jego dziecięcych doświadczeń self, nawarstwiających się przez lata. Kiedy to tło jest pogmatwane i bezkształtne, nastolatek może mieć skłonności do zapożyczania tożsamości (ubioru, wartości, filozofii, gustu muzycznego, nastawienia do autorytetów itd.) z grup rówieśniczych.

Wtopienie i różnicowanie się mają znaczenie tylko jako procesy, które zachodzą w relacji do siebie. Figuralny proces adolescencji wyłania się z tła doświadczeń dzieciństwa, by ostatecznie zmodyfikować je i ułożyć w nową, bardziej złożoną konfigurację. Rozwój nastolatka zachodzi

zawsze, szczególnie na początku (między 12 a 14 rokiem życia), jako reakcja i próba skompensowania dziecięcego poczucia siebie, które organizuje tło doświadczeń. Niektórym nastolatkom zintegrowanie tego dziecka w nową, bardziej złożoną i zorientowaną na rzeczywistość konfigurację przychodzi z łatwością. U innych, szczególnie tych, którym jako tło dziecięcych doświadczeń towarzyszyło poczucie nieadekwatności, bycia niekochanym lub odrażającym, proces ten skupia się głównie na chronieniu siebie. Te nastolatki organizują się w sposób, który ma za zadanie przede wszystkim skompensować lub skorygować tło dziecięcych doświadczeń. Dlatego często spotykamy nastolatki, które desperacko próbują organizować swoje doświadczenia wokół sztywnych figur, np. self jako niewrażliwego, zupełnie niezależnego od innych, nieprzejmującego się rozwodem rodziców czy szkołą. Klienci z tej grupy są z pewnością najbardziej wymagający dla psychoterapeuty. Dla jeszcze innych nastolatków rozwój w okresie adolescencji jest walką między dwoma biegunami, w której są oni targani pomiędzy dwiema alternatywnymi organizacjami self – jedna z nich to impuls, by odciąć się od rodzinnego środowiska i zacząć żyć po swojemu, podczas gdy druga to chęć zachowania self wtopionego w rodzinne tło. Powrócimy do tego istotnego rozwojowego konfliktu, tego przeciągania liny pomiędzy konkurującymi organizacyjnymi paradygmatami, w rozdziale szóstym.

### **Studium przypadku**

Siedemnastoletni Dan, uczeń liceum, został zgłoszony do mnie przez rodziców i chętnie przychodził na terapię. Jego rodzina właśnie wróciła do miasta po 4-letnim pobycie za granicą, który był związany z pracą ojca Dana. Według matki Dan nie miał jakichś konkretnych trudności, lecz potrzebował wsparcia w ponownym przystosowaniu się do swojej starej szkoły i rówieśników. Korzystał z terapii przez kilka miesięcy za granicą, przed powrotem do domu i oceniał to doświadczenie jako wspierające.

Matka Dana bardzo starała się przekonać mnie w pierwszej rozmowie telefonicznej, że chłopak nie ma żadnych realnych problemów i po prostu potrzebuje kogoś, z kim mógłby porozmawiać. Jednocześnie przyznała, że Dan jest „bardzo wrażliwy i emocjonalnie niedojrzały” oraz „wyjątkowo inteligentny”. Miała hipotezę, że jego rozwój emocjonalny nie nadąży za jego „ponadprzeciętnym” rozwojem intelektualnym.

Kiedy spotkałem się z nimi na pierwszej sesji, wyłonił się ciekawy obraz. Dan i jego matka zgłaszali głównie trudności, które wiązały się z ponadprzeciętną inteligencją chłopca – inni uczniowie postrzegali go jako dziwnego i onieśmielającego, nauczyciele czuli się zagrożeni przez wyzwania, jakie im rzucał. Dan miał również problem ze znalezieniem osoby, z którą mógłby wchodzić w interakcje „na swoim poziomie”.

Sposób, w jaki Dan opisywał siebie, co ujawnił na kolejnych sesjach bez matki, był nieco bardziej adekwatny i mniej wywyższający. Powiedział, że w kontaktach z rówieśnikami odczuwa niepokój. Oscylował pomiędzy byciem cichym i powściągliwym a byciem gadatliwym i elokwentnym. Jego doświadczenie self w kontaktach z innymi było zorganizowane wokół tego, w jaki sposób się wypowiada. Czuł, że słowa są czymś realnym i namacalnym i mogą być przez niego używane do ustanawiania granic oraz regulowania dystansu między sobą a innymi. Bał się rzadkich sytuacji, w których ktoś używał nieznanego mu słowa – przeżywał to jako co najmniej drobne upokorzenie. Sam jednak często i z premedytacją formułował wypowiedzi, których inni nie rozumieli. Faktycznie zasób słownictwa używany przez Dana był bardzo szeroki – nie spotkałem drugiej takiej osoby. Czasami prosiłem go, by użył innego słowa lub wytłumaczył co ma na myśli w prostszy sposób. Jego znajomość języka, chociaż używał go, by zapewnić sobie emocjonalne bezpieczeństwo, była wciąż niezwykła.

Dan często czuł, że w kontaktach z innymi jego psychologiczna integralność i poczucie własnej wartości są zagrożone i atakowane. Opisywał swoje wymiany zdań z nauczycielem angielskiego (na zajęciach dla utalentowanych uczniów), w których żarliwie kłócił się, broniąc swojej opinii, która różniła się od opinii nauczyciela. W gabinecie obserwował z ciekawością intensywność swoich uczuć podczas tych „dyskusji”, zauważając, że angażował się w nie jakby były sprawą życia i śmierci. Dan miał problemy z powodu swojej żarliwości również w poprzedniej szkole, gdzie jego ciągłe prowokacje były postrzegane jako poważne zakłócenia w zajęciach. W pewnym momencie wylądował w gabinecie dyrektora i tam przedstawił sprawę jako kwestię „cenzury przeciwko intelektualnej wolności”, rozpoczynając jednoosobową krucjatę przeciwko próbom pozbawienia go przez szkołę możliwości wyrażania własnego zdania. To był istotny temat w jego życiu jako ucznia – często miał poczucie, że inni uczniowie i nauczyciele próbują go kontrolować i mobilizował instynktownie swoje intelektualne zasoby, by temu zapobiec. W rezultacie zbudował sobie reputację, cytując Dana, „przekornego, hałaśliwego i zadziornego”. Był kimś w rodzaju walczącego słowami wojownika, bohatercko przemierzającego swoją samotną drogę w nieprzyjaznym orwellowskim świecie.

Nasze pierwsze cztery sesje były dość proste – ja próbowałem dowiedzieć się czegoś o doświadczeniach Dana, a on mnie sprawdzał. Wydawało się, że pasujemy do siebie i Dan zaczął być bardziej zrelaksowany w gabinecie.

Nasza piąta sesja zaczęła się od niespodziewanego odkrycia. Otworzyłem drzwi do poczekalni i zobaczyłem Dana, który trzymał na kolanach napój w puszcze i opakowanie precli. Kiedy wchodził do gabinetu, rzuciłem od niechcienia „O, przyniosłeś jedzenie”. Dan usiadł i spojrzął na swoje ręce, z których jedna trzymała napój, a druga precle, jakby były obcymi

przedmiotami albo należały do kogoś innego. Patrzył na nie przez minutę, a potem spojrzał na mnie.

„Mama dała mi to kiedy wychodziłem z domu”, powiedział. „Powiedziała «Weź to, będziesz głodny». Nawet nie zauważyłem, dopóki ty nie zwróciłeś na to uwagi. Po prostu dała mi to jakbym był małym dzieckiem, a ja to automatycznie wziąłem. Nawet nie zauważyłem, serio. Ja nawet nie lubię precli”.

To, co później nastąpiło było jednym z tych cudownych olśnień, którymi nastoletni klienci tak rzadko dzielą się z dorosłymi. Dan usiadł odważnie ze swoim nowym doświadczeniem. „Nie mogę w to uwierzyć!” wykrzyknął, uśmiechając się nieśmiało. „Czuję się jak dziecko.”

Zaczął opisywać inne sytuacje, w których matka traktuje go jak małe dziecko. Opowiedział o jej tendencji do „kontrolowania każdej sprawy” dotyczącej życia całej rodziny oraz o tym, jak bardzo niepokoiła go „słabość” ojca. Jego opis rodziców był wściekłą, poniżającą karykaturą (i wielce jednostronną, jeżeli weźmiemy rzeczywistość dorosłych jako miernik prawdy), lecz była to pierwsza próba sformułowania przez Dana obiektywnej oceny rodzinnego pola, które do tej pory przeżywał jako tło swojej świadomości.

Jeszcze na tej samej sesji Dan skupił się na sobie. Opisał swoje permanentne poczucie bycia małym dzieckiem – bezsilnym, bez granic i własnej tożsamości. Sposób, w jaki organizował swoje doświadczenia w domu był całkowicie introjekcyjny; znaczenia, które określały jego doświadczanie siebie były narzucone przez rodzinne pole. Granica, która określała jego miejsce w rodzinie była konfluentna i przepuszczalna – nadana przez tło, a nie uznana jako figura.

Umiejętność i chęć Dana do obserwowania i werbalizowania swoich doświadczeń były raczej niespotykane jak na nastolatka, lecz ich organizacyjna dynamika nie. Jak widzieliśmy, głównym zadaniem okresu adolescencji jest, w pewnym sensie, reorganizacja doświadczeń. Oznacza to pogodzenie się z wcześniejszą organizacją, czyli dziecięcym self, i przerobienie tego starego wzoru na nowy. Nie jest niczym niezwykłym, gdy nastolatek reorganizując swoje doświadczenia ustawia się na przeciwległym biegunie w stosunku do doświadczeń dziecięcego self. Ten rodzaj polaryzacji był zdecydowanie silny w doświadczeniu Dana. W swoim życiu poza rodziną – czyli tam, gdzie czuł swoją odpowiedzialność i sprawczość – był bardzo wrażliwy na zacieranie się granic. Czuł dyskomfort, gdy miał przyznać komuś rację. Był ekspertem w przeciwstawianiu się, a jego umiejętności językowe pozwalały mu obronić swój punkt widzenia prawie w każdej sytuacji. Kochał momenty, gdy był jedyną osobą w pomieszczeniu, która znała znaczenie danego słowa. Kiedy czuł się zagrożony przez rówieśników – szczególnie wtedy, kiedy czuł, że mogą go definiować, nadawać mu znaczenia („Dan, ale z ciebie głupek!”) - wystrzeliwał serię ezoterycznych epitetów, tworząc nieprzepuszczalną granicę. W pewnym momencie terapii przyznał się z uśmiechem „Czasem nawet ja sam nie wiem o czym mówię!”.

Rozwojowe zadania adolescencji zawsze są realizowane na tle wcześniejszej organizacji – sposobu przeżywania rodziny i dziecięcego self. Jest to tło, które nigdy nas nie opuszcza, nawet wtedy, gdy my opuściliśmy już okres adolescencji – dojrzali, dobrze dostosowani dorośli po trzydziestce czy czterdziestce nadal doświadczają swojego dziecięcego self w niektórych sytuacjach (na przykład podczas kłótni małżeńskiej czy wizyty u rodziców na święta). Pole doświadczalne jest elastyczne; w przeciwnym wypadku nigdy byśmy nie mogli się zmienić. Ta elastyczność, ta umiejętność do rozciągania self w nowe kształty przy jednoczesnym zachowaniu ciągłości organizacji self, nie jest nigdy bardziej widoczna niż w adolescencji.