

Christian Gostečnik
Relacijska
družinska terapija
Ljubljana: Brat Frančišek
in Frančiškanski
družinski inštitut
(Monografije FDI, 5),
2004.

Delo Relacijska družinska terapija odpira povsem novo in še nepoznano polje raziskovanja in znanstvenega razumevanja pomembnosti človeških odnosov, relacij in njihovega vpliva na posameznikov razvoj, oblikovanje odnosov in doživljanje sveta, drugih in sebe. Knjiga nudi natančen in znanstveno zelo koncizen prikaz integracije najnovejših spoznanj relacijske psihologije in psihoterapije, ki temelji na globinskih afektivnih mehanizmih, ki jih je doslej poznala samo relacijska psihoanaliza. Temeljna pojma, ki avtorju omogočata integracijo notranjepsihičnih mehanizmov z medosebnimi odnosi in sistemsko dinamiko, sta pojma vzajemnega afekta in afektivnega psihičnega konstrukta, ki opisujeta kompleksnost mreže in vzorcev odnosov, v katere je vpet posameznik.

V prvem delu knjige avtor predstavi temeljne premise novega modela. Prva od premis relacijske družinske terapije je vzajemnost, kar pomeni, da je vsaka relacija vedno utemeljena na vzajemnem afektu, ki preko medosebne

dinamike narekuje izoblikovanje določenega vzorca odnosov. Pojmovanje terapevtskega procesa kot vzajemnega omogoča dostop do razumevanja najglobljih mehanizmov, ki določajo nefunkcionalne in patološke vzorce odnosov. Če pojmujeemo odnose kot vzajemne, potem lahko vsak terapevtski oziroma nov odnos neposredno oblikuje in preoblikuje oziroma na novo ovrednoti posameznikovo zapletenost v boleče in nefunkcionalne odnose. Še več, tudi na ravni nevrološkega mehanizma regulacije afekta, ki je temelji mehanizem oblikovanja odnosov, obstaja določena plastičnost, ki omogoča preoblikovanje nevronskih struktur skozi vse življenje. Če torej vzajemnost v odnosih sega do temeljnih afektov in če lahko vsak nov odnos odpre možnost globinskega preoblikovanja, potem terapevtski odnos ni več laboratorij za zdravljenje nedograjenega in zamrznjenega jaza, ampak prostor vzpostavljanja nove relacijske afektivne strukture, ki povzroči preoblikovanje temeljnih afektivnih psihičnih konstruktov, na katere je temeljila patologija.

V drugem delu knjige pa gre prvenstveno za konkreten prikaz afektivnega doživljanja terapevtskega pristopa, saj je model utemeljen na prenosu afektivnih elementov iz posameznika na druge in celoten sistem in recipročno nazaj na

vse komponente sistema. Avtor preko opisa primerov in terapevtskih dialogov pokaže dinamiko in proces razvijanja terapevtskega odnosa ter predelave afektivnih psihičnih konstruktov, ki so poganjali ponavljanje vedno enih in istih patoloških vzorcev odnosov.

Šele na ravni vzajemnega afekta, ki poganja celoten sistem odnosov in doživljanja ter navezovanja stika z novimi ljudmi, v tem primeru s terapevtom, se namreč razkrije jedro nefunkcionalnih in patoloških navezav, ki so ustvarile psihični konstrukt, s katerim se člani družine branijo pred bolečino vzajemnega afekta. Relacijska družinska terapija, ki jo delo predstavlja, temelji na premisi, da se ponavljajoči se vzorci odnosov v človeškem doživljanju, doživetja iz zgodnje mladosti in zlasti temeljni afekti, ki se pri tem ustvarjajo, ponavljajo in ohranjajo iz temeljne človeške potrebe po stiku, ohranitvi, kontinuiteti, povezanosti, pripadnosti osebnemu svetu odnosov ter domačnosti, ki jo nudijo poznane oblike odnosov.

Relacijska družinska terapija tako predstavlja povsem novo sintezo med relacijskimi teorijami (interpersonalno psihoanalizo, objekt-relacijsko teorijo ter temeljnimi smermi v psihologiji jaza) in sistemsko teorijo. Zato lahko znotraj tega modela rečemo, da motnje v zgodnjih odnosih s

starši sicer resno vplivajo na vse kasnejše relacije, vendar to ne pomeni več, da je posameznik zaradi tega zamrznjen oziroma enkrat za vselej onespособljen. V vsaki ponovitvi starega vzorca odnosov je namreč možnost, da je ta ponovitev zadnja, da se bo tokrat iztekla na drugačen način oziroma, da bo posamezniku omogočila, da svoj svet odnosov spozna, razširi in preoblikuje. To pa je mogoče prav zaradi vzajemnosti afekta, ki se vzpostavi v vsakem globljem odnosu.

Lahko bi torej rekli, da relacijska družinska terapija skuša v vsej svoji plastičnosti, ki zajema sistemsko, medosebno in intrapsihično sfero psihičnega doživljanja, regulirati ta temeljni afekt, ki preveva in prežema vse odnose v njihovi nefunkcionalnosti in patoloških psihičnih vsebinah. Te vsebine pa potem postanejo tudi zavezujoče za vse medosebne in družinske odnose, ki jih posameznik vzpostavlja po modelu afektivnega psihičnega konstrukta, ki ga je razvil že v zelo zgodnji dobi, ali pa je bil vsajen v človeško psiho preko travmatičnih odnosov in se tokrat v odrasli dobi znova pojavlja, ker v svetu tega posameznika predstavlja najgloblji možen odnos z drugim, pa naj je ta še tako boleč in travmatičen. Vsaka ponovitev travmatičnega odnosa je klic na pomoč in upanje, da bo tokrat v novih odnosih

možno te zaplete končno razrešiti. Zato relacijska družinska terapija najprej te odnose na novo prebudi in jih naredi poznane, nato pa skuša preko novega terapevtskega odnosa, ki je vzpostavljen med posameznikom in terapevtom, zakoncema in družino ter terapevtom, spremeniti medosebne odnose oziroma spremeniti osnovni sistem regulacije afekta in afektivni psihični konstrukt, ki vodi in usmerja ter ohranja te odnose. To pa pomeni, da družini, posamezniku ali paru omogoči, da se zave, kaj ju povezuje in da ta afekt vključí v svoje doživljanje in razumevanje sebe, drugih in sveta.

Delo *Relacijska družinska terapija* odpira torej možnost poglobljenega razumevanja človeških odnosov, terapevtskega dela in najglobljih psihičnih mehanizmov, ki oblikujejo posameznika in njegovo dojemanje sveta.

Katarina Kompan Erzar

**Marija Sreš
Doma sem,
kjer je moje srce**
Celje: Mohorjeva družba,
2004.

»Pripravila sem prtljago in jutri me ne bo več tu. Skušam stakniti skupaj preteklost in sedanjost in razmišljam, kakšna bo prihodnost. V sebi čuvam kot zaklad lepoto te doline, posebej po dežju. Polja so zelena od riža, temno zelena od koruze, čudovit zelen sari, ki valovi v vetru. V sebi hranim vsa ta leta s svojimi ženskami. Vidim, kako delo, ki smo ga začele pred mnogimi leti, zdaj raste, se krepi in širi od vasi do vasi. Jaz sem posadila to seme, vendar ne samo jaz. Toliko jih je bilo z menoj - Kavi, Kamla, Sanžu, Kanta, Mangla in druge, katerih imena in obrazi se vrstijo pred mojimi duhovnimi očmi. Poletje je, ko zorijo sado- vi, ko zori koruza za naše ljudi in zame. Suvarana in Ratan bosta skrbeli za to, pa Indu, živa, Lalita, Samarta... Seme bo obrodilo sad, pa čeprav tega sadu tukaj morda ne bom mogla uživati. In jokam od veselja, da je tako! In jokam od bolečine, ker vse to zapuščam. In jokam, ker jih nosim - vsako od njih - v svojem srcu, ki krvavi, ko odhajam. Deževje je minilo, a bo spet prišlo. Zato, da bodo iz semen zrasla močna drevesa in prekrila rjave griče Sabarkante.«