



Uvod u kompetencije

Psihodinamska integrativna psihoterapija je razvojni proces kroz koji se razvijaju ili deblokiraju bazične sposobnosti Ega za obradu emocija - emocionalne kompetencije. Osnovna razlika O.L.I. Integrativne Psihodinamske Psihoterapije od drugih psihoterapijskih pravaca je, po našem viđenju, u tom naglasku na radu na bazičnim emocionalnim kompetencijama, „softverima“ za obradu emocija. Te emocionalne kompetencije su ekstrahovane iz učenja ove četiri psihoanalitičke škole. One nisu mehanizmi odbrane jer ne iskrivljuju stvarnost u svrhu zaštite psihe od anksioznosti. Brojni autori pomenutih psihoanalitičkih škola su prepoznali i opisali razvojna dostignuća u upravljanju emocijama, ali ih nisu definisali kao razvojna dostignuća koja prevazilaze mehanizme odbrane, kao zrele emocionalne kompetencije. U OLI metodu su osam emocionalnih kompetencija uzete kao teorijska osnova i osnova za integraciju tehnika drugih psihoterapijskih pravaca.

Koje su to bazične emocionalne kompetencije?

1. Neutralizacija - "regulator psihe"
2. Mentalizacija - "artikulator psihe"
3. Celovitost objekta - "lepak psihe"
4. Konstantnost objekta - "stabilizator psihe"
5. Tolerancija na frustraciju - "imunitet psihe"
6. Tolerancija na ambivalenciju- "usmerivač psihe"
7. Volja - "motor psihe"
8. Inicijativa - "Pokretač psihe"

Na ovom modulu uvešćemo edukante u osnovna znanja o emocionalnim kompetencijama koja će se kasnije proširivati i produbljivati na zasebnim modulima za svaku kompetenciju.

O.L.I. je pristup čoveku preko sposobnosti- proces osveščivanja kontraveština i razvoj bazičnih emocionalnih kompetencija.

Metod rada se, dakle, može prikazati u nekoliko koraka:



- Otkrivanje “kontraveština”, “bagova” u obradi emocionalnih informacija, načina na koji klijent stvara svoj problem pokušavajući da ovlada nekim razvojnim zadatkom na neadekvatan način.
- Suočavanje klijenta sa odbranama, “kontraveštinama”, neuspešnim oblicima adaptacije.
- Edukovanje o emocionalnoj kompetenciji koja je zdrav adaptivni mehanizam. Pokazivanje “kako se to radi”, proceduralno učenje.

Taksonomija terapijskih ciljeva:

O.L.I. metod daje i taksonomiju psihoterapijskih ciljeva, ukazujući na to koje vrste učenja se odvijaju u procesu psihoterapije i koje sposobnosti se aktiviraju kroz određeni oblik učenja.

| Vrste učenja-znanja | Bazične emocionalne kompetencije- procesi | | | | | | |
|---------------------------|---|---------------------|-----------------------|----------------------------|------------------------------|-------|-------------|
| | Neutralizacija i mentalizacija | Celovito st objekta | Konstantno st objekta | Tolerancija na frustraciju | Tolerancija na ambivalenciju | Volja | Inicijativa |
| Konceptualno-deklarativno | T | E | H | N | I | K | E |
| Proceduralno | T | E | H | N | I | K | E |
| Metakognitivno | T | E | H | N | I | K | E |

Tehnike “širokog spektra” i “usmerene” tehnike

- Najčešće nije jasno definisano čemu neka tehnika služi, šta, zapravo, razvija.
- Obično su to uopštene pretpostavke kao što su „proširenje svesnosti“, „suočavanje sa neprihvaćenim aspektima sebe“, „preuzimanje odgovornosti“... „tehnike opšte prakse“, nešto kao antibiotik širokog spektra, kao mreža koju bacimo u vodu, pa šta uhvatimo.



- Ako poznajemo bazične sposobnosti za obradu emocija, „šta one rade u našoj glavi“, možemo odabrati specifične tehnike koje služe za razvoj baš te sposobnosti i oblik učenja preko kojega je ovladavanje sposobnošću najefikasnije.

Neuroze konflikta i neuroze deficita

Neuroze konflikta, ili “klasične neuroze” su karakterne strukture u kojima postoji čvrst, “intaktni” Ego, izgrađena struktura ličnosti- Id, Ego, Super Ego, i nesvesni konflikt između Ida i Super Ega, nagona i savesti, što izaziva anksioznost sa kojom se Ego bori preko mehanizama odbrane.

Neuroze deficita su karakterne strukture kod kojih nije izgrađen čvrst Ego, i funkcionisanje se zasniva na takozvanim primitivnim mehanizmima odbrane koji se organizuju oko mehanizma cepanja “splitting” (omnipotencija, projekcija, projektivna identifikacija, poricanje...)

Kod osoba sa "neurozom deficita" treba raditi na izgradnji "Ego snaga", bazičnih emocionalnih kompetencija. Kod klijenata sa takozvanom "neurozom konflikta" na analizi konflikta i deblokiranju kompetencija koje su blokirane ili "inficirane" konfliktom. Iz tog razloga, u Integrativnoj Psihodinamskoj Psihoterapiji terapeut uvek radi (prati klijenta) na dve ravni: ravni sadržaja i ravni procesa.

Horizontalno i vertikalno nesvesno:

Mogli bismo reći da postoje i dve vrste nesvesnog: “vertikalno nesvesno”- kao rezultat cepanja kao odbrambenog mehanizma, crno-belog doživljavanja, gde su obe strane polarnosti u svesti u određenim trenucima, ali nikada zajedno (jedna drugoj su senka u različitim vremenima) i “horizontalno nesvesno” u kojem su nepoželjni delovi ličnosti “gurnuti u podrum” mehanizmom potiskivanja. U zavisnosti od toga da li kod klijenta dominira mehanizam cepanja i njemu pridruženi primitivni odbrambeni mehanizmi (projekcija, introjeksija, negacija...) ili zreliji odbrambeni mehanizmi u kojima dominira potiskivanje (uz pomoć intelektualizacije, racionalizacije, reaktivne formacije, sublimacije...), prilagođavaju se tehnike rada sa klijentom.

Analiza sadržaja i analiza procesa

O.L.I. psihoterapeut radi u dve ravni: ravni sadržaja i ravni procesa. Slušajući sadržaj koji klijent iznosi, razgovarajući sa njim o tom sadržaju, životnim događajima, njegovim odnosima, ljubavi i radu, O.L.I. terapeut posebnu pažnju obraća na obrasce koje klijent primenjuje, na tipične načine na koje obrađuje svoja iskustva i emocije koje ta iskustva izazivaju.

Etika u psihoterapijskom procesu:

Dve osnovne vrednosti ugrađene u psihoanalitički metod i OLI metod su poštovanje autonomije klijenta i istinoljubivost.



Osnova psihoterapijskog rada je odnos, pristup čoveku koji omogućava ostvarivanje ovih vrednosti. U osnovi psihoanalitičkog metoda je poštovanje autonomije klijenta. Prihvatanjem, razumevanjem, neosuđivanjem, nedirektivnošću, nevrednovanjem analizanta, kreira se atmosfera koja mu omogućuje samoistraživanje bez straha od osude zbog otkrivanja i iznošenja istine o sebi.

Poznavanje i integrisanje u sebe etičkog kodeksa psihoterapije je bazična i neophodna kompetencija psihoterapeuta. Pravilo diskrecije, neiskorišćavanja klijenta, neulaženje u private odnose sa klijentom, nedavanje saveta vezanih za klijentove životne odluke...neke su od tema ovog dela modula.

Cilj i ishod modula:

- Bazično razumevanje emocionalnih kompetencija i metoda rada na razvoju emocionalnih kompetencija u OLI IPP. Razumevanje taksonomije terapijskih ciljeva.
- Razumevanje dve ravni na kojima pratimo klijenta: ravan sadržaja i ravan procesa.
- Razlikovanje neuroza deficita i neuroza konflikt i razlika u psihoterapijskom pristupu. Razumevanje horizontalnog i vertikalnog nesvesnog i različitih tipova odbrambenih mehanizama na kojima počivaju.
- Poznavanje etičkog kodeksa, razumevanje osnove na kojoj počiva.

Način održavanja modula:

Modul se održava u okviru jednog vikenda, odnosno 12 sati ili 16 časova.

Sadržaj modula:

- Šta su emocionalne kompetencije - od mehanizama odbrane do emocionalnih kompetencija
- Metod rada OLI IPP
- Taksonomija terapijskih ciljeva
- Tehnike "širokog spektra" i "usmerene" tehnike
- Neuroze konflikta i neuroze deficita
- Analiza sadržaja i analiza procesa
- Etika u psihoterapijskom procesu

Literatura:

- Jovanović, N. (2013), "Sposobnost za ljubavi rad-OLI Integrativna Psihodinamska Psihoterapija", „Beoknjiga, Beograd)



- Jovanović N. „Psihoterapijski metodi 1-Psihoanaliza i Rodžersovo nedirektivno savetovanje, Filozofski Fakultet Beograd, priručnik za vežbe iz predmeta „Osnove psihoterapije i savetovanja“ (1981)
- Jovanović N.-Teorijsko metodološki priručnik za OLI IPP (interna literature za edukante na čitaonici)
- Jovanović N.-Horizontalno i vertikalno nesvesno (interna literature za edukante na čitaonici)
- Etički kodeks OLI Centra

Dopunska

Sas, T. (1978). Etika psihoanalize, Vuk Karadžić, Beograd.