

Vilniaus universitetas  
Filosofijos fakultetas  
Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedra

Mykolas Valainis

Magistro darbas

**Psichozės epizodo įprasminimas: subjektyvaus patyrimo  
analizė**

Darbo vadovas: Prof. R. Kočiūnas

Vilnius 2007

## Turinys

Pratarmė .....	2
1. Schizofrenija.....	2
1.1. Schizofrenijos etiologiją aiškinančios teorijos .....	3
1.2. Schizofrenijos pasaulis .....	5
2. Psichozės epizodas ir jo eiga .....	7
2.1. Premorbidiniai požymiai .....	8
2.2. Priešpsichozinis periodas .....	8
2.3. Ūmi psichozė .....	10
2.4. Popsichozinis periodas .....	11
3. Psichozės patyrimo įprasminimas .....	12
4. Metodika .....	19
5. Rezultatai .....	22
5.1. Pateikiama detali vieno tyrimo dalyvio teksto fenomenologinė analizė .....	22
5.2. Kitų tyrimo dalyvių nuoseklūs tekstai ir specifiniai situaciniai apibrėžimai .....	29
5.3. Psichozės epizodo įprasminimo bendrų aspektų išskyrimas ir apibudinimas .....	39
5.4. Bendras psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas .....	43
6. Rezultatų aptarimas .....	44
7. Išvados .....	47
8. Literatūros sąrašas .....	48
9. Santrauka .....	50
10. Summary .....	51
11. Priedai .....	52

## Pratarmė

Psichozė - tai gili egzistencinė krizė, paprastai apimanti visus gyvenimo aspektus. Tai egzistencinis patyrimas, nes psichozės metu asmuo išgyvena pakitusius žmogiškosios *būties* dėsnius, patiria naują *būti*, kurioje savasis „aš“ yra laisvas nuo varžančių realybės pančių. Tai kartu yra ir krizinis patyrimas, nes jis kyla iš gilios nevilties, desperatiško bandymo atrasti savo vietą pasaulyje, kurio metu keičiasi bazinės vidinės struktūros ir yra parandamas kontaktas su supančia realybe. Psichozės epizodui pasibaigus asmuo susiduria su sunkiomis ligos pasekmėmis tiek jo sveikatai, tiek socialiniam funkcionavimui ir yra priverstas ieškoti atsakymų tam kas atsitiko. Asmuo taip pat turi galimybę įprasminti savo patyrimą, tai yra atrasti tam tikrą vertę, pamoką tame savo psichoziniame patyrimo. V. Frankl (1967) teigia, kad prasmė gali būti atrasta net tragiškiausiose situacijose, o prasmingumo patyrimas yra svarbus veiksnys įtakojantys asmens sveikatą bei gerbūvį. Šiame darbe stengsimės atskleisti kiek psichozę patyrę asmenys siekia įprasminti savo patyrimą ir kokias prasmes jie atskleidžia tame skausmingame patyrimo. Siekiant aprašyti kuo visybiškesnį psichozinių išgyvenimų įprasminimo procesų vaizdą, remsimės fenomenologine analize – svarbiausiu tyrimo metodu egzistencinėje-humanistinėje paradigmoje, sudarančiu galimybę tirti žmogaus individualų ir turtingą išgyvenimų pasaulį, neskaidant jo į atskirus psichinius vienetus.

## Schizofrenija

Psichozę gali sukelti afektiniai sutrikimai, narkotikai bei alkoholis, įvairios fizinės ligos (kraujagyslių sistemos, kepenų veiklos sutrikimai), schizofrenijos spektro sutrikimai. Visų rūšių psichozės apima sutrikdytą nuovokumą bei iškreiptos realybės priėmimą. Tačiau tik schizofrenijos atveju aptinkame haliucinacijas ir kliesdus, kurie gali būti įvardinti – K. Jaspers žodžiais – kaip pamišimas (beprotystė) tiesiogine to žodžio prasme (Sass, 1992).

Schizofrenija (gr. schisis – skilimas, phrenos – dvasia) yra vienas iš sunkiausių psichikos sutrikimų. Šiuo terminu, kurį įvedė E. Bleuer, norėta pabrėžti, kad sergant schizofrenija pastebimas atskirų psichikos vienetų vienovės nebuvimas, savotiškas jų skilimas (Litz, 1975). Schizofrenijos sutrikimas paliečia svarbiausias funkcijas, kurios suteikia normaliai asmenybei galimybę pajusti savo individualumą, unikalumą bei kryptingai orientuoti savo veiklą (TLK-10). Schizofrenija iš kitų psichikos sutrikimų išsiskiria tokių simptomų kaip haliucinacijos, kliesdai ar negatyvizmas intensyvumu ir sudėtingumu. Dažnai jaučiama, jog intymiausias mintys, jausmai ir veiksmai, yra žinomi ir patiriami kartu su kitais. Sergantiems schizofrenija gali atrodyti, kad aplinkiniai girdi jų

mintis, jie mano galintys skaityti kitų mintis, gali atrodyti, kad kažkas valdo jų jausmus, įdeda mintis į jų galvą (Dembinskas, 2003).

Schizofrenijos sutrikimo tyrinėjimas yra iššūkis tyrėjui. Viena vertus kraštutinė intraversija, uždarumas ir atsiribojimas nuo socialinių kontaktų dažnai aklina siena atitveria schizofrenija sergančio asmens išgyvenimus nuo pašalinio stebėtojo akių. Antra vertus daugeliu atvejų sergančio asmens kalba būna nenuosekli ir kartais visai nesuprantama, pastebimi ryškūs mąstymo sutrikimai, kas taip pat gali tapti neperžengiama kliūtimi link jo vidinio pasaulio pažinimo. Tad dažnai gali kilti pagunda apsiriboti išoriškai pastebimo elgesio bei kitų psichikos ypatumų aprašymu, vengiant gilintis į vidinio asmens pasaulio vaizdą. E. Kraepelin tirdamas vieną schizofrenijos pacientą priėjo išvados, jog „nors jis neabejotinai suprato klausimus, jis nepateikė nė kruopelytės naudingos informacijos. Jo kalba buvo ... tikrai serijos padrikų sakinių, neturinčių sąlyčio su bendra situacija” (Laing, 1967). Kai kurie kognityvinės ir neurofiziologinės krypties tyrinėjimai taip pat perša išvadą, kad dėl tam tikrų kognityvinių procesų funkcionavimo sutrikimų už tos sienos, kuria asmuo atsitvėręs nuo pasaulio slypi ne daugiau nei buvusios asmenybės griuvėsiai (Mueser, 1998). Visgi kiti tyrėjai linkę tame chaose išvelgti unikalų ir savitą schizofreniškos *būties* pasaulį, funkcionuojantį pagal dėsnius, besiskiriančius nuo mums įprastų ir priimtinių.

### **Schizofrenijos etiologiją aiškinančios teorijos**

Vis daugėja teorijų ir mokslinių tyrimų, kurie bando išsiaiškinti ir pažinti šį fenomeną. Tai, kas anksčiau buvo laikoma piktųjų dvasių apsėdimu ar aukštesniųjų jėgų bausme, dabar pripažįstama vienu iš labiausiai paplitusių ir sunkiausių psichikos sutrikimų (Belin, 2000). Trumpai pristatysim pagrindines psichologines paradigmas aiškinančias schizofrenijos etiologiją:

Psichodinaminės krypties teorijų atstovai teigi, kad schizofreniją sąlygoja Ego dezorganizacija, dėl kurios sutrinka realybės suvokimas ir vidinių impulsų kontrolė (Dembinskas, 2003). Teigiama, jog schizofrenija išsivysto tuomet, kai pilnai nesusiformavęs, silpnas Ego susiduria su ypač dideliais aplinkos reikalavimais, ir nepajėgia su šiais naujais reikalavimais susidoroti (Laurinaitis, 2005). Visgi anot Arieti (1974), teigti, jog „schizofreniko ego yra silpnas ir dezintegruotas, veikiamas emocijų sukkelto streso”, būtų problemos kompleksiskumą susiaurinti iki schematiško paaiškinimo. Taip pat psichodinaminės krypties teorijos kritikuotinos dėl asmens patologizavimo ir menko dėmesio pozityviems schizofreniškos patirties aspektams (Blatt, 1976).

Raidos psichologija taip pat pateikia gana išsamų schizofrenijos premorbidinių faktorių, ypač ankstyvojoje aplinkoje, vaizdą. Vienas iš svarbiausių faktorių yra motinos ir vaiko ryšys. Belin (2000)

teigia, kad vaiko savojo „aš“ vystymasis gali būti apribotas motinos nebrandumo, kuri į vaiką nukreipia įvairius poreikius, visų pirma išreiškiančius jo troškimą užbaigti savo pačios augimą. G. Bateson (cit. pagal Belin, 2000) sukūrė teoriją, pagal kurią schizofrenija nulemia vadinamasis „dvigubas ryšys“, t.y. motina bendraudama vienu metu perteikia prieštarinę informaciją, kuomet nesutampa verbalinė ir neverbalinė komunikacija. Visgi tokios teorinės prielaidos yra kvestionuojamos, dėl pernelyg didelio šeimos patologizavimo bei stigmatizacijos.

Kognityvinės - biheivioristinės krypties atstovai schizofrenija vertina kaip neteisingai susiformavusius elgesio stereotipus. Taip pat akcentuojama informacijos apdorojimo procesų sutrikimai, kurie sąlygoja tokius schizofrenijos simptomus kaip haliucinacijos, dėmesio sutrikimai, nenuosekli kalba, klampus mąstymas ir pan. Hemsley (1992) teigia, jog schizofrenija sergantis asmenys tarsi patiria informacijos perteklių, tad tokie simptomai kaip kalbos skurdumas, socialinis atsitraukimas gali būti adaptyvios strategijos, išmoktos siekiant sumažinti kognityvinių defektų pasekmes.

Šiuo metu taip pat populiaru yra streso-diatezės (gr. *diathesis* – polinkis) teorija, pagal kurią, asmuo paveldi pažeidžiamumą, polinkį sirgti schizofrenija, o papildomi nepalankūs aplinkos ir psichologiniai veiksniai lemia jos išsivystymą (Dembinskas, 2003). Tyrimai rodo, jog, daugelis schizofrenija sergančių žmonių yra jautresni stresui nei sergantys kitomis ligomis, pvz. depresija (Warner, 2003), jų patiriamas streso lygis yra gerokai aukštesnis už sveikų žmonių (Rabkin, 1982). Padidintas asmens jautrumas stresui daro jį labiau pažeidžiamą išorės poveikiams, tad net kasdienio gyvenimo sunkumai gali paskatinti psichozės išsivystymą.

Taip pat aktualios humanistinės-egzistencinės krypties atstovų sukurtos schizofrenija aiškinančios teorijos, padėjusios humanizuoti „psichiatriją, kuri buvo per daug paveikta biologinio materializmo“ (Pūras, 2000). Egzistencinis požiūris skatina suvokti žmogų kaip atitinkamai suderintų vidinių savybių visumą ir teigia, kad negalima suprasti žmogaus vien tiriant jo organizmą ar psichiką, reikia tirti asmens pasaulį (Jaspers, 1997). R. Laing (1967) teigia, kad gali būti, jog schizofreniškas arba „pamišęs“ protas praleidžia šviesą, kuri nepasiekia daugelio sveikų asmenų protų, kurie yra uždari panašiai patirčiai. Asmuo psichozės metu nenori daugiau neigti to, kas jam akivaizdu. Jis nusiima kaukę, apsinuogina, apnuogina ir kitus. Suomių psichiatras P. Siirala mato schizofrenija sergantį asmenį kaip pranašą, kurio nieks nesiklauso. Jis tarsi turi psichologinį radarą, kuris aptinka ir registruoja pasaulio priešišumą daug stipriau nei paprasti žmonės (Arieti, 1974). Negalėdamas nuo to pasislėpti, asmuo priverstas „išrasti specialias strategijas, kad išgyventų, neišgyvenamą situaciją“ (Laing, 1967). Visgi kiti egzistencinės psichologijos atstovai, tokie kaip L. Binsvanger, M. Boss į ligą žiūri kaip į neautentiškos būties išraišką. Neautentiška būtis susijusi su savo tikrojo „aš“ nepriėmimu.

Siekimas nebūti savimi - tai savo egzistavimo sąlygų neigimas (Spitzer, 1992). Psichozės pasaulis yra visiškai neautentiškas pasaulis, kur asmuo gyvena savo susikurtoje iliuzijoje, vengdamas stoti į akistatą su savo egzistencijos ribotumais ir iššūkiais, leidžiančiais pajusti savojo „aš“ galimybes.

### **Schizofrenijos pasaulis**

Schizofrenijos sutrikimo ašis yra skilimas, tačiau ne skilimas į atskiras asmenybes, o atskirų psichikos funkcijų nesuderinamumas, kuomet sutrinka intelekto, emocijų ir valios sferų atitiktis, iškrypsta ir išnyksta ryšys su aplinka (Dembinskas, 2003). R. Laing (1967) taip pat akcentuoja skilimą, kaip pagrindinį schizofrenijos fenomeno bruožą. Jis teigia, jog visas asmens patyrimas yra tarsi suskiltas į dalis, ir tas skilimas pasireiškia: 1) santykiyje su pasauliu, kur ryšys su aplinka būna minimalus arba visai nutrūkęs, 2) santykiyje su savimi, kur savasis „aš“ suskyla į tikrąjį ir netikrąjį „aš“.

Vienas iš svarbiausių „schizofreniško“ mąstymo ypatumų – tai iškreiptas ryšio tarp įvykių matymas ir interpretavimas, pasireiškiantis kliesinėmis idėjomis ir kliesiais. K. Schneider (1930) teigia, jog prasmingi ryšiai yra sukuriami tarp atsitiktinių išorinių įspūdžių, tarp įspūdžių ir asmens esamos būsenos tuo momentu ir pan. Priežastinių ryšių paieška siekiama suteikti supančiam pasauliui prasmę. Anot D. Hemsley (2002), galima daryti prielaidą, kad dauguma kliesinių įsitikinimų atsiranda siekiant įprasmiti haliucinacinio pobūdžio patyrimą. Prasmės ir būties klausimai sudaro kliesių turinio pagrindą. L. Sass (1992) teigia, jog schizofrenija sergančio asmens kliesiai apima klausimus apie pasaulio ontologinį statusą, metafizines būties bei tarpusavio santykių problemas. Visgi šie klausimai niekada neįgauna konkretaus, realaus turinio, jie taip ir lieka filosofinės abstrakcijos, kurios kuo toliau, tuo labiau „apsėda“ individą. Susidaro įspūdis, kad asmuo „prafilosofavo“ savo gyvenimą (Kempinski, 1998). Jie taip susitelkę ties savo būties prasmingumo problemomis bei pasaulio sandaros klausimais, kad kasdienio gyvenimo reikalai bei problemos nustumiamos į antrą planą ir laikomos ne tokiomis svarbiomis.

Visgi kliesinis pasaulis negali atstoti tikro pasaulio. Asmuo, net ir pilnai paniręs į savo kliesių pasaulį, vis tiek išlaiko bent minimalų kontaktą su realiu pasauliu, nuo kurio negali visiškai atsiriboti. Tai K. Jaspers (1997) vadina „dviguba orientacija į realybę“: schizofrenija sergantis asmuo yra orientuotas tiek į savo psichozinį, tiek į realų pasaulius. Tam tikrais gyvenimo etapais asmuo gali būti pilnai apimtas kliesių pasaulio ir nepalaikyti savo egzistavimo kitame pasaulyje, kuris kitų žmonių suvokiamas kaip vienintelis realus pasaulis. Tokiais atvejais schizofrenija sergantis asmuo realų pasaulį patiria kaip tam tikrą iliuziją. Tačiau net ir tuomet jis išlaiko dalinį nuovokumą, supratimą apie jam svetimą pasaulį ir veikimo tame pasaulyje taisykles.

Schizofrenijai taip pat būdingi suvokimo sutrikimai, iš kurių akivaizdžiausiai ir dažniausiai pasireiškia haliucinacijos. Tai yra tariamas nesamų dalykų jutimas. Šiuo atveju jutimo organai nėra sutrikę, tiesiog smegenys klaidingai interpretuoja vidinius išgyvenimus, paversdamos juos išoriniais stimulais. Kadangi suvokimas yra priklausomas nuo ryšio tarp atsirandančio stimulo ir atminties informacijos apie prieš tai buvusių stimulų ypatybes, tai schizofrenijos atveju galima manyti, kad problema yra ne padidėjęs ateinančios informacijos kiekis, bet sumažėjęs individo sugebėjimas paskirstyti dėmesį skirtingiems dalykams (Hemsley, 2000). Arieti (1974), haliucinacijų formavimosi mechanizmą įvardina kaip „aktyvų sukonkretinimą“. Šis mechanizmas padeda abstrakčias įtampą keliančias mintis bei idėjas pakeisti konkretaus turinio haliucinacijomis, kurios nors ir trikdo individą, tačiau bent jau sumažina vidinį konfliktą. Asmuo gali haliucinacinį balsą priimti kaip išorės poveikio pasekmę, o ne kaip vidinio konfliktinio būvio išraišką. Taigi haliucinacija yra tarsi abstraktaus turinio pakeitimas ar išvertimas į percepcinio lygio turinį. Nors dažniausiai pasitaiko klausos haliucinacijos, bet taip pat galimos ir kitų percepcinių modalumų haliucinacijos (pvz., regos, uoslės ir pan.). K. Shneider (1930) taip pat didelį dėmesį skyrė somatinėms haliucinacijoms, t.y. haliucinacijoms, jaučiant tariamą poveikį iš šalies, priskirdamas šias haliucinacijas prie pirminių schizofrenijos požymių. Sergantiems schizofrenija gali atrodyti, kad aplinkiniai girdi jų mintis, įdeda mintis į galvą, gali valdyti jų jausmus ir pan. (Dembinskas, 2003).

Kitas schizofrenijos pasaulio ypatumas – ambivalencijos sukeliama įtampa, t.y. kiekviena veiksmą ar sprendimą lydinti įtampa, dažnai slopinanti ar net blokuojanti bet kokią aktyvumą. R. Laing (1967) teigia, kad schizofrenija sergančio asmens psichika yra tarsi draskoma priešingų tendencijų: noro atsiskleisti kitiems ir noro atsiriboti, pasislėpti nuo kitų. Abi alternatyvos kartu ir vilioja ir baugina asmenį, jis pasmerktas blaškytis tarp šių dviejų polių, nerasdamas priimtino sprendimo. A. Kempinski (1998) teigia, jog schizofrenijos pasaulis tampa priešišku jėgų kovos lauku, tos jėgos dažnai pasižymi moraliniu charakteriu: gėrio ir blogio, protingumo ir kvailumo ir pan. Toks vidinis konfliktas sukelia kančią, kur mirtis kartais atrodo kaip vienintelė išeitis. Dažnai šis pasaulis yra persunktas apokaliptinių nuojautų, pasaulio pabaigos vizijų. Tikėtina, kad šios vizijos kyla iš savo vidinio pasaulio sugriuvimo: „kartu su asmeniniu pasauliu težūva visas kosmosas!“ (Kempinski, 1998) Šios vizijos dažniausiai atsiranda schizofrenijos sutrikimo paūmėjimo, vadinamo psichoze, metu. Psichozės metu, kuomet pasaulis persismelkęs apokaliptinių nuojautų, asmuo jame neužima pasyvios vietos. Jis yra vyksmo centre, kartais gali pasijusti nemirtingu, antžmogiū ar net dievu. Asmeninė misija ir svarba tampa atsvara kasdienio gyvenimo beprasmybei.

R. Laing (1967) teigia, kad schizofrenija sergančiam asmeniui būdingas ontologinis nesaugumas. Tai žmonės, kurie neturi tvirto savo identiteto ir autonomijos nuo kitų žmonių jausmo,

kuris yra pagrindas bazinio saugumo jausmo formavimuisi. Asmuo jaučiasi daugiau netikras nei tikras, besiskiriantis nuo likusio pasaulio, taip, kad jo identiškumas bei autonomija visą laiką yra kvestionuojama. Negalėdamas patirti ir pripažinti savo ir aplinkos realumo, gyvybingumo, autonomijos ir identiškumo, jis pasmerktas nuolat ieškoti savo realumą patvirtinančių duomenų. Asmuo bijo susietumo su bet kuo, netgi su savimi, nes jo netikrumas dėl savo autonomijos stabilumo, sukuria baimę, kad santykiyje su kitu asmeniu jis gali prarasti savo autonomiją, „būti prarytas“. Šią dilemą asmuo bando spręsti sukurdamas „mikrokosmosą“ savyje, kur galioja saviti dėsniai ir kur keliančius grėsmę santykius su realiais žmonėmis pakeičia surogatiniai santykiai su „fantazijos figūromis“, padedančiomis pajusti savo vertę, galią ir saugumą. Asmuo atsisako gyventi pasaulyje, kuris pagrįstas Ch. Darvino principu „išlieka stipriausias“ (Kempinski, 1998). Jis pasitraukia iš tiesioginės kovos dėl išlikimo susikurdamas saugią būtį savajam „aš“. Visgi tokiu būdu asmuo tarsi patenka į „užburta ratą“, kadangi tikrai diadiniai santykiai su kitais realiais žmonėmis gali padėti patirti savo realumą ir gyvybingumą.

Schizofrenija sergantiems asmenims taip pat būdingi ribų sutrikimai. Ribų sutrikimai apima sunkumus diferencijuoti įvairius objektus (daiktus, žmones) vieną nuo kito, skirti savąjį Aš ir kitus asmenis. A. Kempinski (1998) teigia, jog psichozės metu, santykių su žmonėmis distancijos hierarchija, kurią kalboje apibudina tokie įvardžiai kaip Aš, Tu, Jis, Ji, Jie, praranda aktualumą, atrofuojasi iki „Aš“ ir „Jie“. R. Laing taip pat akcentuoja savojo „aš“ ribų kitimą schizofrenijos atveju. Teigiama, kad normalus žmogus patiria savojo „aš“ ir savo kūno vienovę. Tuo tarpu schizofrenija sergančio asmens savasis „aš“ kategoriškai atsiskiria nuo kūno, kurį nuo šiol priima kaip „netikro aš“ sistemą. Savasis „aš“ atsiskirdamas nuo kūno siekia saugumo, atsiriboti nuo išorinio pasaulio skriaudų ir grėsmių. Kad ir kokias sėkmes ar nesėkmes patiria individas (netikro „aš“ sistema), jo tikrasis „aš“ lieka į tai neišsijungęs ir dėl to mažiau pažeidžiamas. Kaip savo prisiminimuose rašo vienas schizofrenija sergantis asmuo: „ramybė = išsimaterializavimas“ (Rakickas, 2002). Savo tikrojo „aš“ atsiskyrimas nuo realaus, materialaus pasaulio (tame tarpe ir nuo savo kūno) – tai tariamai saugesnio ir ramesnio būvio sukūrimas.

## **2. Psichozės epizodas ir jo eiga**

Psichozė ne tik nusako esamą ar potencialų ligos ūmumą, bet taip pat pasako tai, jog nerealistinis savęs ir pasaulio priėmimo būdas žmogaus yra priimamas kaip normalus (Arieti, 1984). Taigi tai yra asmens vidinių struktūrų psichologinio virsmo kulminacija, pasižyminti didžiausiu atitrūkimo nuo realaus pasaulio laipsniu. Anksčiau pasireikšdavusios keistos ir įmantrios idėjos, kurios

keldavo įtarimų aplinkiniams dėl asmens nuovokumo ir savijautos, dabar įgyja liguista išraiška, tampa akivaizdu, kad asmens psichinė sveikata yra sutrikusi.

### **2.1. Premorbidiniai požymiai.**

Tai yra asmenybės savybės, individualūs bruožai ar pavieniai simptomai, būdingi asmeniui iki pasireiškiant schizofrenijos sutrikimui (Dembinskas, 2003). Dažnai jau ir prieš ligos manifestaciją galima išvelgti tam tikrų tendencijų ar pažeidžiamumo veiksnių, sąlygojančių schizofrenijos atsiradimą. TLK-10 (1997) išskiriami du asmenybės sutrikimai, turintys daugiausiai sąsajų su schizofrenijos fenomenu – schizoidinio ir paranojinio tipo asmenybės sutrikimai. Dažniausiai pasitaikantys schizoidiniam asmenybės tipui būdingi asmenybės bruožai – pirminis uždarumas, introversija, atsiradę ne dėl drovumo, pajuokos, baimės, bet kaip gilus, netyčinis nenoras įsileisti ką nors į savo dvasinį gyvenimą (Dembinskas, 2003). Teigiama, kad tarp schizoidinių asmenybių patologiinių simptomų visada rasime ilgalaikį padidėjusį nerimą, vengiančio tipo elgesį ir socialinius sunkumus ten, kur reikia pasitikėjimo ir artumo (Andrikienė, Laurinaitis, Milašiūnas, 2005). Paranoidinio tipo asmenybei būdingas įtarumas, nepasitikėjimas kitais, humoro nebuvimas, grandioziškumas ir kt. Šie žmonės dažniausiai neprisiima atsakomybės už savo jausmus, tačiau juos projektuoja kitiems (Dembinskas, 2003). T. Cerenzia (1992) teigia, kad asmenims, vėliau susirgusiems schizofrenija, buvo būdingi tokie ankstyvieji ligos požymiai kaip izoliacija, įtarumas, asmeninės higienos nebuvimas, neišraiškina, neemocionali veido išraiška, nesugebėjimas išreikšti džiaugsmo ar liūdesio ir pan. Nepalankiai susiklosčius tam tikroms gyvenimo aplinkybėms šie asmenybės bruožai dažniausiai tampa schizofrenijos išsivystymo pagrindu. Visgi svarbu paminėti, kad šis sutrikimas gali pasireikšti ir nesant ryškiems asmenybės sutrikimams.

### **2.2. Psichozės epizodo pradžia**

Psichozė prasideda vadinamuoju prodromu (gr. prodromos – bėgantis priekyje) – tai yra ligos stadija, kuomet pagrindiniai simptomai yra pastebimi, tačiau dar nėra itin ryškūs, pavyzdžiui asmuo gali turėti tam tikrų pervertinimo idėjų, tačiau jos dar nėra itin išplėtos ir dar nepasiekusios groteskiško, akivaizdžiai iškreipto vaizdo. Tai būna mintys, turinčios realų pagrindą, pvz., dėl padarytos pastabos darbe, tačiau asmuo jas pervertina suabsoliutina. Šios mintys tarsi magnetas traukia į save visa, kas gali jas papildyti. Pamažu asmuo šias mintis pradeda vertinti nekritiškai, jas koreguoti pavyksta tik nebent trumpam (Dembinskas, 2003). Tai yra tarsi įžanga į ligą, taškas, nuo kurio susiformavusios vidinės tendencijos tik ryškėja, kol pasiekia psichozinių išgyvenimų piką.

Prodrominėje ligos stadijoje gali atsirasti perdėtas susidomėjimas religiniais ir filosofiniais klausimais, abstrakčiomis idėjomis (Blatt, 1976).

M. A. Schwartz (1992) teigia, kad schizofrenija sergantis asmuo pradžioje išgyvena vidinį chaosą, kurį galima vadinti „ontologiniu“, nes jis apima ir paveikia fundamentalias įvykių ir daiktų struktūras, tokias kaip erdvė, laikas, priežastingumas. Netgi tuos daiktus, kurie liko pakankamai pažystami, persmelkia grėsmingas jausmas, kad jie yra savo esybe skirtingi, kitoniški, netikri. Idant sumažintų chaosą, asmuo yra privestas pilnai paskirti savo dėmesį ryšių tarp įvykių ir daiktų paieškai, bandydamas tame chaose atrasti ir sukurti pasaulio struktūrą. S. Arieti (1984) šią ligos vystymosi stadiją vadina priešpsichozinės panikos faze. Pastangos, kurias dėjo žmogus, kad pakeistų savo santykį su pasauliu arba adaptuotųsi prie vidinių ir išorinių kliūčių ir sunkumų, nepavirto efektyviu gyvenimo situacijos sprendimu. Tam tikru laipsniu jis prieina išvados, kad ateitis nebus geresnė nei dabartis. Janoff-Bulman (1992), teigia, kad tikėjimas likimo palankumu bei šviesia ateitimi yra vienas iš bazinių asmens įsitikinimų, sukuriančių saugumo jausmą. Tad asmuo suvokęs, kad negalima tikėtis geresnės ateities, kad šviesaus gyvenimo vizija neišsipildys, tampa atviras pasaulio grėsmės, beprasmybės patyrimui. Jis pradeda jausti grėsmę iš visų pusių, tarsi būtų džunglėse. Šį periodą lydi jaudulys ir nerimas, nes asmuo jaučia, jog jis žengia į naują ir nepažintą pasaulį (Kempinski, 1998). R. Laing (1965) teigia, jog asmuo visada turi pasirinkimo laisvę: arba padidinti savo atsiskyrimą nuo pasaulio, arba bandyti dalyvauti jame. Dalyvavimas gyvenime yra įmanomas, tačiau tik intensyvaus nerimo sąskaita. Schizoidiškam individui dalyvavimas realiame gyvenime yra patiriamas kaip buvimas nuolatinėje rizikoje būti sunaikintam, sutriuškintam pasaulio. Siekdamas išvengti pralaimėjimo jis pasitraukia iš kovos į naują, savo sukurtą pasaulį, kuriame negalioja konkurencinės kovos dėl išlikimo dėsnis. Kempinski (1998) šį virsmą vadina užvaldymo faze, kurios metu vyksta audringas perėjimas iš normalaus pasaulio į schizofrenijos pasaulį. Asmenį pamažu užvaldo naujas būdas kaip matyti save ir aplinkinį pasaulį. Sergantis asmuo atsiranda kitame pasaulyje – kuriame vyrauja ekstazė, vizijos, košmarai, pasikeitusios proporcijos ir spalvos. Jis taip pat palapsniui tampa kažkuo kitu – nusimeta nešiotą kaukę, tampa „tikroju savimi“, herojumi, kuris žengia prieš visą pasaulį, įsitikinęs savo misija, kurią turi įvykdyti.

### 2.3. Ūmi psichozė

Žmogus patiria įkvėpimą - pagaliau iš skausmingo chaoso patyrimo randasi tam tikra struktūra, gimsta naujas pasaulis, kuris yra žymiai palankesnis patiriančiajam nei ankstesnis, „kitų“ pasaulis. Šis virsmas vadinamas psichozine išvalga (Arieti, 1984). Tai momentas, kuomet asmeniui pavyksta

sudėlioti keistus patyrimus į vieną visumą. Išrasdamas pataloginį pasaulio matymo būdą, jis yra pajėgus paaiškinti savo keistus, nenormalius patyrimus. Fenomenas yra vadinamas išvalga, nes asmuo pagaliau pamato prasmę ir ryšius tarp atskirų jo patirties elementų, bet ši išvalga yra psichozinė, nes atsiranda vykstant psichiniams procesams, kurie būdingi psichozės būsenai. Kadangi realybės jis negali pakeisti, jis turi pakeisti save, idant matytų kitokią „realybę“. Tai kas normaliomis sąlygomis formuojasi dažniausiai pašamonės lygmenyje, t.y. aplinkinio pasaulio struktūros bei asmens identiteto suvokimas, psichozės atveju turi būti aktyviai kuriama, įdedant daug intelektinių ir emocinių pastangų (David, 2004).

S. Arieti (1984) teigimu, aktyvios psichozinės manifestacijos pradžia yra susijusi su asmens gynybos mechanizmų transformacijomis. Pagrindinis pokytis šioje stadijoje yra intensyvus eksternalizacijos arba projekcijos mechanizmo pasireiškimas. Priešpsichozinės panikos periodo metu asmuo tarsi saugojo pasaulį nuo kaltinimų ir didžia dalimi laikė save atsakingu už savo pralaimėjimus. Tačiau kuo toliau tuo sunkiau darosi pakelti tą „nepakenčiamą“ savęs vaizdą. Be to savęs kaltinimas tik smukdo asmens savigarbą ir neduoda norimo rezultato - sumažinti „ontologinį“ nesaugumą šiame pasaulyje (Laing, 1965). Kadangi žmonėms būdinga instinktyvi tendencija matyti ir vertinti save pozityviai, kartais „kiti aukojami tam, kad išsaugoti save“ (David, 2004). Projekcijos dėka asmuo išlaiko teigiamą savęs vaizdą, tačiau šio manevro kaina tarpasmeninių santykių sferoje yra didelė, nes projektuodamas asmeninį turinį į aplinkinius, jis neadekvačiai mato diadinius santykius ir elgdamasis atitinkamai, jis dažnai griaua nuoširdžius ir artimus ryšius su kitais žmonėmis. Taigi psichozės atveju asmuo nebelaiko savęs atsakingu už patirtas negandas, jis eksternalizuoja šį jausmą. „Jis jaučia keistą priešišumą tiesiog kybantį ore. Pasaulis yra žiaurus. Baimės jausmas apima jį. Jis negali nuo jo pabėgti“ (Arieti, 1984). Prodrominėje ligos stadijoje vyravusi sumaištis ir chaosas „materializuojasi“ į konkrečius pavidalus. Nepaaiškinami jausmai tampa konkretūs ir apibudinami, nuojautos tampa realiais įsitikinimais, keista priešišumo atmosfera tampa specifine grėsme. Pasaulio priešišumą asmens atžvilgiu pakeičia konkretūs „jie“, kurie yra nusiteikę prieš tą asmenį. Įtarumo jausmą pakeičia įsitikinimas, kad „jie“ seka, įtakoja ar valdo jį (Kempinski, 1998). Nors kaltinti kitus yra nemalonu, visgi tai mažiau nemalonu, nei kaltinti save. Asmuo nebėra blogas ar menkas, jis yra teigiamas herojus, drąsiai stovintis negandų akivaizdoje. Prieš jį nusiteikę tam tikri žmonės bando jam pakenkti, tačiau jis nepasiduoda ir kovoja, kaltindamas kitus, o kartais net ir visą žmoniją dėl tokios neteisybės.

Taigi naujoji „realybė“ yra tiek viliojanti, kad asmuo ją priima, pradeda nekritiškai vertinti tiek vidinius, tiek ir išorinius procesus. Tai sudaro sąlygas kliesdinių įsitikinimų plėtojimui. Asmenį nuolat pasiekia informacija konfrontuojanti ir prieštaraujanti jo sukurtai „realybės“ koncepcijai. Siekdamas išlaikyti naujos „realybės“ tvarką, nuoseklumą ir darną, jis priverstas vienaip ar kitaip integruoti naują

informaciją į esamą „realybės“ modelį. Kliesių apimtis didėja, į juos įtraukiama vis daugiau žmonių. Šį procesą S. Arieti (1984) pavadino „simptomų daugėjimo“ faze. Kuomet atsiranda vis daugiau ir sudėtingesnių simptomų, kadangi asmuo bergždžiai bando panaudodamas simptomus spręsti savo vidinius konfliktus bei pašalinti nerimą. Kempinski (1998) teigimu asmuo pamažu pripranta prie naujos rolės. Jo jau nebestebina keistos mintys, jausmai, būsenos. Kliesiai ir haliucinacijos praranda savo neįprastumą. Nauja pasaulio struktūra tampa pažįstama ir kasdieniška. Dėl to ji praranda savo patrauklumą. Nors kliesinis pasaulis vis dar atrodo tikresnis nei realybė, visgi jis nustoja būti vieninteliu tikru pasauliu. Pamažu vėl pradeda apsireikšti realusis pasaulis.

#### **2.4. Popsichozinis periodas**

Pirmas požymis, leidžiantis spręsti apie asmens grįžimą iš „psichozės pasaulio“ į realų yra „dvigubos orientacijos“ į realybę atsiradimas. Asmuo gali laikyti aplinkinius angelais arba demonais, bet tuo pačiu netu jis žino, kad tai yra daktarai, slaugės ir pan. Jis save gali laikyti dievu, tačiau tai netrukdo jam nueiti pas gydytoją, kad išrašytų receptą (Kempinski, 1998). Kitas žingsnis - tai kritikos savo simptomų ir ligos atžvilgiu atsiradimas. „Psichozės pasaulis“ pamažu nustoja būti asmeniui tiesioginiu patyrimu, o tampa pergyventu, ligos sąlygotu mirazū. David (2004) teigia, jog nuovokumas arba kritika ligos atžvilgiu susideda iš 3 persidengiančių aspektų: atpažinimo, kad asmuo turi psichikos sutrikimą, gydymo procedūrų laikymosi, bei sugebėjimo priskirti neįprastus psichinius įvykius, tokius kaip kliesiai ar haliucinacijos, patologiniams psichikos procesams. Žmonės, besijaučiantys priversti vartoti vaistus dėl savo būsenos, kurios jie tiki, kad neturi, elgiasi taip, kaip elgtųsi kiekvienas iš mūsų – jie atsisako pagalbos, jei tai įmanoma (Wilken, 2005). Tad nuovokumo ligos atžvilgiu atsiradimas itin sustiprina sveikimo procesą ir suteikia jam aišką kryptį.

C.I. Cohen (1993) teigia, kad schizofrenija sergantys asmenys naudoja įvairias įveikos strategijas, siekdami palengvinti simptomus ar ligos sąlygotus deficitus. Tik dalis jų užima bejėgę poziciją (20 – 30%), kiti naudoja maldas, poilsį, atsitraukimą nuo socialinių situacijų ir kt. W. Boker (1987) taip pat teigia, jog daugiau nei pusė schizofrenija sergančių asmenų naudoja pakankamai adaptyvias įveikos strategijas, kad atstatytų psichinę pusiausvyrą, kuriai kelia grėsmę stresinės gyvenimo situacijos. Tyrimo metu rasta, kad didžioji dalis (75 proc.) pacientų deda sąmoningas pastangas, idant kontroliuotų savijautą, iš jų daugiau nei pusė (46%) naudoja pakankamai adaptyvias įveikos strategijas, kurios įgalina išvengti hospitalizacijos metų bėgyje.

Visgi galimas ir kitas kelias, kuomet daugėjantys simptomai tampa papildomais veiksniais mažinančiais prisitaikymą realiame pasaulyje. Asmuo vis labiau pasineria į save, praranda bet koki

susidomėjimą ir interesą tikslų gyvenime kėlimu bei jų siekimu. Asmenys savo veiksmus paverčia tam tikra rutina, ritualais, kuriuos lydi tuštumos, beprasmybės, nuobodulio jausmai. Dažnai ligai progresuojant pozityvūs simptomai nublanksta, tampa ne tokie ryškūs, ir pagrindė lieka negatyvūs simptomai bei kognityviniai deficitai, apibudinami kaip schizofreninis defektas (Davidson, 1992). Nesugebėdami prisitaikyti prie gyvenimo visuomenėje, arba dėl ligos intensyvumo, jie tampa chroniškais ligoniais.

### 3. Psichozės epizodo įprasminimas

Nors pastaruju metu daug dėmesio skiriama atsistatymo (recovery) proceso ir šį procesą įtakojančių veiksnių analizei, visgi daugiausia apsiribojama šio proceso analize iš specialisto (psichiatro, psichoterapeuto ar kt) perspektyvos. Įvairūs autoriai išsamiai aprašo kokius metodus ar technikas naudoti, siekiant sugrąžinti individą į ankstesnio funkcionavimo lygį (Carr, 1998; Van Weeghel, 2002; Lieberman, 2005). Tačiau gana mažai rašoma apie individualų patyrimą, susijusį su psichozės išgyvenimais ir tų išgyvenimų įprasminimu.

Kempinski (1998) teigia, kad egzistuoja neurofiziologinis patirties struktūravimo pagrindas. Įgimta tendencija kurti prasminius ryšius tarp atskirų patyrimo segmentų tampa akivaizdi ūmios psichozės metu, kuomet, asmuo tarsi siekia sujungti atskirus patirties elementus į vieną „loginę“ visumą. Natūralu, kad panašūs procesai turėtų vykti ir popsichozinėje fazėje, kuomet asmuo, pripažinęs realaus pasaulio pranašumą prieš „fantazijų“ pasaulį, yra priverstas atrasti paaiškinimą tam, kas įvyko, kas pasikeitė ir pan. Vien jau gyvenimas su „psichikos ligonio“ etikete reikalauja papildomų pastangų atsakant į klausimą „kas aš esu?“, „kokia mano vieta visuomenėje?“ ir t.t. Šie klausimai reikalauja ne tik didelių intelektinių pajėgų bet taip pat ir anksčiau minėto nuovokumo ligos atžvilgiu. A. David (2004) teigia, kad nuovokumo padidėjimas skatina depresijos simptomų atsiradimą. Manoma, jog popsichozinė depresija pakeičia „primityvesnį“ gynybos etapą, kurį charakterizuoja neigimo strategija – asmuo nemato problemų nei savyje, nei santykiuose su aplinkiniais (Davidson, 1992). Popsichozinė depresija atsiranda dėl sumažėjusio gynybiško ligos neigimo ir atspindi asmens sąmoningą tragiškų ligos pasekmių suvokimą bei bandymus rasti paaiškinimą tam, kas įvyko.

Visgi V. Frankl teigia, jog žmogus siekia ne vien rasti paaiškinimą, bet taip pat siekia ir išžvelgti prasmę tame savo patyrimė. Prasmės ieškojimas – yra viena iš svarbiausių motyvacinių jėgų žmogaus gyvenime (Langle, 2005). Anot V. Frankl, žmogus ne išranda prasmę, o gali tik atrasti ją. Taigi gyvenimo prasmė egzistuoja nepriklausomai nuo to ar žmogus ją suvokia ar ne. Tačiau kiti egzistencinės psichologijos atstovai, pvz., I. Yalom (2005), laikosi nuomonės, kad objektyvi gyvenimo

prasmė neegzistuoja, o žmonės tik bando sukurti prasmę tam, kad jaustųsi saugesni „beprasmiu“ pasaulio akivaizdoje. Nepaisant šių prieštaravimų, abu teoretikai sutinka, jog savo gyvenimo prasmingumo patyrimas yra svarbus tolesnei asmens sveikatai. A. Antonovsky (1987) taip pat pripažįsta prasmingumo patyrimo svarbą asmens gerbūviui užtikrinti, teigdamas, jog asmenys, kurie sugeba išvelgti prasmę sunkiose gyvenimo situacijose ir jas priimti kaip iššūkį, žymiai efektyviau susidoroja su iškilusiais sunkumais ir problemomis. Kai kuriais tyrimais atrasta, kad prasmingumo išgyvenimas buvo svarbus veiksnys įtakojantis psichikos sveikatą, patiriamo streso lygį (Langle, 2003). Po įvairių trauminių išgyvenimų geriau atsigaudavo tie, kurie atrasdavo tam tikrą patirto įvykio prasmę (Jacobsen, 2006). Žmonės, kurių gyvenimo prasmės įsitikinimai silpnesni, buvo mažiau atsparūs depresijai. Beprasmybės išgyvenimas susijęs su patologiniais procesais. Žmonės, kurie neatranda prasmingumo savo išgyvenimuose, blogiau pasiduoja psichoterapiniam gydymui (Lieberman, 2005).

Asmuo yra orientuotas į savo gyvenimo tikslų, misijos atradimą. Paprasto kasdienio gyvenimo nepakanka norint patirti pilnavertį gyvenimą, reikia skirti dėmesį gyvenimo prasmės paieškai. Egzistencija nyksta, jei žmogus nesiekia ko nors aukščiau, jei įgimtas poreikis siekti prasmės neišsivysto į sėkmingo gyvenimo tikslo ir prasmės atradimą (Langle, 2005). Psichozės epizodas tarsi byloja apie šią nesėkmę. Asmuo priėmęs klaidingą savo gyvenimo prasmės koncepciją ir paskyręs savo energiją nerealistiškos gyvenimo misijos atlikimui (pvz., tapatindamas save su Jėzumi Kristumi, asmuo gali įsivaizduoti savo misiją kaip visos žmonijos nuodėmių atpirkimą). Čia kyla klausimas, jei remiantis V. Frankl teorija asmuo ne sukuria prasmę, o ją atranda, tai kodėl psichozės epizodo metu „atrasta“ prasmė yra ydinga ir netikra. Atsakant į šį klausimą galima paminėti V. Frankl (1967) teiginį, jog „tikrosios gyvenimo prasmės reikia ieškoti veikiau pasaulyje, o ne žmogaus viduje ar jo psichikoje. Kuo labiau žmogus pamiršta save, tarnaudamas kokiam nors tikslui arba mylėdamas kitą žmogų – tuo jis žmoniškesnis ir tuo geriau įprasmina save“. Nors psichozės epizodo metu gali atrodyti, jog asmuo tarsi pamiršta save, atsidėdamas jį „užvaldžiusiam“ tikslui, visgi realiai visa jo pasaulio vizija skirta fantazijos dėka palaikyti grandioziško „aš“ egzistenciją. Visas elgesys yra persmelktas egocentriško poreikio patirti savo vertingumą. Tad natūralu, kad toks santykis į pasaulį neskatina gyvenimo prasmingumo patyrimo.

Visgi popsichoziniame epizode atsiveria galimybė keisti savo nuostatą supančios aplinkos atžvilgiu ir atrasti naujas prasmes tame kančios pasaulyje, kurį teko išgyventi ūmios psichozės stadijoje. V. Frankl (1967) teigia, jog gyvenimo bei konkretaus patyrimo prasmingumą galima atrasti trimis būdais: 1) per tai, ką mes duodame gyvenimui (kurdami ar nuveikdami darbą), 2) ką mes paimame iš gyvenimo (patirties, atrandamų vertybių aspektas) 3) priimdami nuostatą likimo, kurio negalime pakeisti, atžvilgiu. Pastarasis prasmės atradimo kelias yra aktualus schizofrenija sergantiems

asmenims, kadangi šios ligos eiga yra neprognozuojama (ir tam tikru laipsniu nekontroliuojama valingomis žmogaus pastangomis), ilgas remisijos laikotarpis visada gali užsibaigti nauju psichozės epizodu, tad asmuo yra priverstas priimti tam tikrą nuostatą savo likimo su „ligonio“ etikete atžvilgiu. Gali būti, jog ir po psichozės epizodo išlieka tam tikri simptomai, sukeltys nemalonių išgyvenimų ir taip pat sukurtys erdvę žvelgti į juos per kitą prizmę, matant ne beprasme kančią, o prasmingus išgyvenimus (Lieberman, 2005). Visiems skirta susitikti su tragiškais gyvenimo aspektais: skausmu, kalte, mirtimi. Skausmas ir kančia nėra problema. Problema yra įprasminti savo kančią, o tai siejasi su drąsa, ir jeigu situacijos negalima pakeisti, ją reikia priimti. V. Frankl (1997) teigia, kad pozityvi prasmė gali būti atrasta net tragiškiausiose situacijose. Prasmės atradimas sukuria pagrindą optimizmui bei brandžiam džiaugsmui. Pripažinimas reiškia nemalonių gyvenimo aplinkybių priėmimą, atrandant teigiamą to patyrimo potencialą. Kuomet mes susikoncentruojame ties tuo ką turime, vietoj to, ko neturime, kai skaičiuojame savo laimę nei problemas, tuomet atsiranda galimybė patirti gyvenimo prasmę, lydimą brandaus džiaugsmo. Jacobsen (2006) teigia kad krizė turi gyvybiškai svarbią rolę gyvenime. Krizė yra sukrečiantis dalykas, tačiau taip pat derlinga galimybė surasti savo poziciją į esmines gyvenimo dilemas: mirtį, laisvę, vienišumą ir beprasmybę. Tik per krizes mes galim aktualizuoti save. Sergant svarbu neleisti ligai tapti pačia gyvenimo šerdimi. Reikia priimti ligą, prisitaikyti prie jos, nepasiduodant jai. Anot V. Frankl (1967), gyvenimo aplinkybės tarsi kuria sąlygas mūsų potencialui vystyti. Kiekvienoje gyvenimo situacijoje glūdi galimybės, per kurias mes galime formuoti savo egzistencijos kryptį ir rėmus. Patirtis reiškia galimybę pakeisti įvykius geresne linkme, patirti tai, kas yra vertinga ir vengti to, kas yra žalinga. Galimybės nurodo mums kryptis, kuriomis galime judėti link to, kas yra įmanoma, bet dar neįgyvendinta, kas mūsų laukia.

V. Frankl (1967) požiūriu žmogus yra daugiau, nei vien „psichinis aparatas“, kaip teigė Z. Freud. Tai reiškia, kad žmonės yra imlūs ne tik instinktyviems dirgikliams, bet taip pat ir vertybėms pasaulyje bei potencialioms prasmėms, glūdinčioms dvasiniame pasaulio patyrimo. Žmonės gali pakilti aukščiau fiziologinių poreikių tenkinimu pagrįsto funkcionavimo „savi-transcendencijos“ dėka (Langle, 2005). Žmogus turi siekti peržengti savo ribas, t.y. siekti kažko aukštesnio, jei nori nugyventi prasmingą ir turiningą gyvenimą. Be savi-transcendencijos, žmonės pasmerkti vienišam ir lėkštam gyvenimui. Nors V. Frankl (1967) sutiko, kad egzistuoja tam tikros varos (tiek biologinės, tiek socialinės), bet jis teigė, kad svarbiausia motyvuojanti jėga yra poreikis siekti tikslo. Tai reiškia, kad kiekvienas asmuo yra veikiamas siekio gilesniam savo patyrimo ir veiklos supratimui. Ši motyvuojanti jėga yra suprantama kaip tiesioginė žmogiškosios prigimties pasekmė (žmogus vienintelis gyvis žemėje turintis sąmonę, suvokiantis savo mirtingumą ir pan.). Šis prasmės siekis glūdi dvasiniame (noetiniame) asmens funkcionavimo lygmenyje. Frankl (1967) išskiria tris žmogaus funkcionavimo

lygmenis: somatinį, psichinį ir noetinį. Somatinis lygmuo reprezentuoja žmogaus gyvenimą fiziniame realybėje; psichinį lygmenį sudaro į impulsus orientuotas, reaktyvus psichikos funkcionavimas; noetinis (arba asmeninis-egzistencinis) lygmuo apibūdina dvasinį prasmės, laisvės ir atsakomybės pasaulį. Šis lygmuo yra susijęs su „valia siekti prasmės“. Tai įgimta motyvacinė jėga, skatinanti siekti gilesnio savo patyrimo ir veiklos supratimo (Langle, 2005). Prasmės poreikis kyla dėl iššūkių, atsirandančių laisvės potencialo dėka. Laisvė atneša pasirinkimo būtinybę, būti laisvam - tai būti priverstam rinktis. V. Frankl pabrėžia žmogaus prasmės paieškų individualumą ir unikalumą. Nors daugelis žmonių klausimą apie gyvenimo prasmę supranta kaip religinį, tačiau egzistenciniame psichologijoje religija suprantama, kaip viena iš prasmės atspindėjimo sistemų, kuri pateikia jau suformuluotą gyvenimo bei asmens patyrimų prasmės atsakymą. V. Frankl (1967) tikėjo kad kiekvienam asmeniui kiekvienoje situacijoje yra tik viena svarbi to momento prasmė. O prasmę galima atrasti tiek religijoje, tiek pasiekimuose, santykiuose, intymume, savi-transcendencijoje ar savęs priėmime.

V. Frankl (1997) teigia, jog prasmės ieškojimas žmogui dažnai sukelia vidinę įtampą, o ne vidinę pusiausvyrą. Tačiau kaip tik tokia įtampa yra būtina psichinės sveikatos prielaida. Frankl (1967) nesutinka su teiginiu, kad žmogui pirmiausia reikia homeostazės, t.y. būsenos be įtampos. Reikia ne būsenos be įtampos, bet kovos už prasmingą tikslą. Nors šis teiginys labiau tinka „sveikiems“ žmonėms, kurie labiau pajėgūs toleruoti įtampą ir nerimą, tačiau ir schizofrenija sergantys asmenys yra pajėgūs toleruoti tam tikro intensyvumo įtampą bei ieškoti prasmės savo išgyvenimuose. Prasmė – didžiausia ar giliausia reikšmė (vertė) tam tikroje situacijoje, kuri gali būti atrasta ar suprasta ją patiriančio asmens galių ribose (Langle, 2005). Tai reiškia, kad galimas įvairaus intensyvumo gyvenimo ar konkretaus įvykio prasmingumo patyrimas, tad kiekvienas asmuo, net ir labai ribotų resursų ir galimybių, turi potencialą patirti savo gyvenimo ar konkretaus įvykio prasmingumą.

Svarbus veiksnys, įtakojantis žmogaus prasmės siekį, yra atsakomybės už savo būseną prisiėmimas. Priklausomai nuo to, kiek asmuo jaučiasi atsakingas už tai, kas vyksta jo gyvenime, ar kiek realus gyvenimas atitinka jo vertybes, jis gali patirti silpnesnį ar stipresnį prasmingumo išgyvenimą. Kadangi, kaip teigia V. Frankl (1967) psichozę patyrę asmenys yra linkę atiduoti atsakomybę už savo gyvenimą į kitų rankas, tokie asmenys yra mažiau atviri tiek gyvenimo, tiek ir savo patirties prasmingumo patyrimui. Visgi tam tikras savarankiškumas ir atsakomybė išlieka ir tai gali tapti pagrindu prasmės siekio vystymuisi. Davidson (1997) teigia, kad darydami savarankiškus sprendimus ir bent dalinai prisiimdami atsakomybę už savo pačių gyvenimą, psichozę išgyvenę asmenys turi galimybę vėl pajusti savo valios jėgą. Jie jaučia, kad nėra tik likimo „marionetės“, bet ir patys bent dalinai gali kontroliuoti savo gyvenimą. Atsakomybė kaip egzistencinės paradigmos

konceptija artima kognityvinei kontrolės lokuso koncepcijai, teigiančiai, jog tai, kam asmuo priskiria ligos priežastis, didele dalimi lemia jo tolesnį elgesį, motyvaciją ir pan. Jei asmuo laiko save atsakingu už savo patyrimą susijusį su psichozės epizodu, jis bus linkęs aktyviai siekti, kad tai nepasikartotų. Tačiau jei asmuo ligos atsiradimą priskiria išorinėms jėgoms, jis jausis bejėgis, ką nors pakeisti, tai skatins jo pasyvią nuostatą savo likimo atžvilgiu. A. David (2004) teigia, jog kai kurie žmonės pasirenka negalvoti apie savo psichozinį patyrimą atsistatymo proceso metu, tarsi vadovaudamiesi taisykle „kuo mažiau žinosi, tuo geriau“. Jie dažnai atskiria savo psichozinį patyrimą ir nebando atrasti paaiškinimo tam kas įvyko. Kiti asmenys išreiškia interesą kalbėtis apie savo patyrimą, bandyti jį suprasti ir įprasminti, idant daugiau sužinotų apie save ir apie gyvenimą. Jie demonstravo sąmoningą savo asmenybės tęstinumo prieš-, per- ir popsichoziniame etapuose suvokimą. Šie asmenys buvo linkę prisiimti atsakomybę už patirtus psichozinius simptomus ir buvo pajėgūs lanksčiai juos analizuoti. Tuo tarpu asmenims, kurie buvo linkę atskirti ir izoliuoti psichozinį patyrimą nuo bendros patirties, buvo būdingas psichozinių simptomų neįsisąmoninimas, arba tų simptomų vertinimas kaip svetimų, kuriuos sukėlė tam tikros išorinės jėgos. Nesiekdami suprasti ir rasti paaiškinimą savo išgyvenimams tokie asmenys negali aktualizuoti prasmės patyrimo. Tokia situacija, anot V. Frankl (1967) skatina egzistencinį vakuumą. Žmogus, nematantis ar neieškantis gyvenimo ar konkretaus patyrimo prasmės jaučia vidinės tuštumos, beprasmybės jausmus, o tai savo ruožtu tik gilina psychopatologinius procesus. Neviltis yra gyvenimo kaip beprasmybės patyrimo palydovė.

Asmenys suvokia savo gyvenimą kaip prasmingą tuomet, kai jie savo gyvenimą gali įstatyti į tam tikrus vertybių, pozityvių tikslų rėmus, kai jaučia, kad jie aktyviai siekia tų tikslų ir juda link jų. A. Langle (2003), išskiria trys įprasminimo proceso žingsnius: atpažinimo, harmonizacijos bei integravimo procesus.

- Atpažinimo procesas. Tai yra patyrimas kažko kaip vertingo, reikšmingo. Tai, ką konkreti situacija pažadina mumyse tarsi nurodo kelią link tos situacijos prasmingumo atskleidimo.
- Harmonizacijos procesas. Patirta vertybė, iššūkis ar prasmė suderinama su vidiniu mūsų realybe (kitomis vertybėmis, nuostatomis, sugebėjimais, sąmoningumu ir pan.)
- Integravimo procesas, kurio metu vyksta naujos vertybės įtraukimas į savąjį pasaulį platesniame gyvenimo tikslų kontekste.

Frankl (1967) teigia, kad ne asmuo užduoda sau klausimus apie savo patyrimo ar gyvenimo prasmę, bet pats gyvenimas užduoda tuos klausimus žmogui, į kuriuos žmogus gali atsakyti tik prisiimdamas atsakomybę už savo gyvenimą. Pat gyvenimas tarsi konfrontuoja su mumis, užduodamas klausimus apie mūsų egzistencijos prasmę: aš esu čia, tačiau kokiam tikslui. Tam, kad patirti gyvenimo kryptingumą reikalingi trys dalykai: veiklos laukas, struktūrinis kontekstas ir vertybė siekiama

realizuoti ateityje. Tai atitiktų klausimus sau: ar yra vieta, kur aš esu reikalingas, kur galiu būti produktyvus? Ar aš matau ir patiriu save platesniame kontekste, kuris suteikia struktūrą ir orientaciją mano gyvenimui? Ar yra kažkas, kas turi būti realizuota, ar pasiekta mano gyvenime (Langle, 2005)? Jei asmuo nesugeba atsakyti į šiuos klausimus, gali apimti tuštumos jausmas, frustracija, netgi neviltis, dažnai pasibaigianti priklausomybėmis ar suicidinėmis tendencijomis. Kita vertus, jei šios sąlygos yra išpildomos, tai veda prie pasiryžimo ir atsidavimo prasmės siekiui, vedančiam link asmeninių religinių įsitikinimų susiformavimo bei prie gyvenimo prasmės atradimo. Tačiau nepakanka turėti veiklos sritį, savo vietą kontekste ir žinoti vertybes, kurias realizuosiu ateityje. Reikalinga fenomenologinė nuostata, t.y. sugebėjimas spręsti klausimus, kuriuos pateikia kiekviena gyvenimo situacija. Kokį iššūkį kelia man šis momentas, ir kaip man į jį atsakyti (Langle, 2005)? Svarbu yra ne tik tai ko asmuo gali tikėtis iš gyvenimo, bet taip pat svarbu, ko gyvenimas nori iš žmogaus ir ką jis turėtų ir galėtų padaryti dėl kitų bei savęs. Asmens aktyvi dalis tame atvirume yra atrasti sutarimą su situacija, išsiaiškinti ar tai ką jis daro yra naudinga jam, kitiems, ateičiai. Jei asmuo elgiasi remdamasis šiais principais, tuomet jis bus pajėgus patirti prasmingumą savo gyvenime.

Asmuo atranda prasmę būtent tuomet, kai tam tikrą patyrimą suvokia kaip vertingą (Langle, 2005). Psichozės epizodas taip pat gali būti vertinga patirtis nusakanti, koks neaprėpiamas gali būti žmogaus vidinis gyvenimas, galintis sukurti nuostabius laimės potyrius ir kartu siaubingus košmarus bei skatinanti pagarbią nuostatą į žmogaus būties trapumą ir į patį žmogų kaip unikalų gamtos (ar Dievo) projektą. Kempinski (1998) teigia, kad svarbus psichozės patyrimo aspektas yra tai, kad atsiveria kelias į supantį pasaulį žvelgti giliau. Pabuvusiam „psichozės pasaulyje“, kuris yra kupinas siaubingų ir nuostabių patyrimų, kurių „normaliam“ žmogui perteikti neįmanoma, žmogui atsiveria galimybė gyventi prasmingesnį gyvenimą, žvelgiant į aplinkinį pasaulį su nuostabos ir paslapties nuojauta, kuria „normalūs“ žmonės „pameta“ tarp kasdienybės rūpesčių ir materialinio apsirūpinimo klausimų.

Taigi kalbant apie psichozę patyrusius asmenis, galima pasakyti, kad dalis šių asmenų iš tiesų yra pajėgūs prisiimti atsakomybę už savo būseną, pakelti įtampą (tam tikru laipsniu) bei aktualizuoti atitinkamo intensyvumo prasmės išgyvenimus. Psichozinės patirties įprasminimas yra svarbus tolesnei asmens sveikatai. Įprasminti – tai suteikti vidinį loginį turinį, prasmę, pagrindą, tikslą (cit. Pgl. Dabartinės lietuvių kalbos žodyną, 2000). Jei asmuo deda pastangas, siekdamas suprasti savo patyrimą, atrasti jame tam tikrus dėsningumus, sąsajas su kitomis patirtimis, bei konkrečias prasmes, skatinančias gyvenime nepasiduoti ir eiti į priekį, jis užtikrintai juda patirties įprasminimo link. Jei asmuo, nepadaro išvadų iš savo patirties, tikėtina, kad jis po kurio laiko vėl prieis tokį akligatvį, kur vieninteliu „išsigelbėjimu“ taps grįžimas į „psichozės pasaulį“. Psichozinio patyrimo įprasminimas yra svarbi

sveikimo proceso dalis, galinti „praturtinti“ ir įprasminti tolesnį gyvenimą, arba priešingai – jį „nuskurdinti“. Šiuo darbu siekiame pažinti šį fenomeną iš asmens, patyrusio psichozę, perspektyvos, tam naudodami fenomenologinės analizės metodą.

## 4. Metodika

### Tyrimo tikslas:

Aprašyti psichozės epizodo įprasminimo fenomeną.

### Tyrimo uždaviniai:

- Išsiaiškinti, kokius psichozės epizodo patyrimo aspektus asmenys išskiria kaip prasmingus.
- Palyginti gautus duomenis su kitų tyrėjų darbais.

### Tyrimo dalyviai

Svarbiausias kriterijus atrenkant tiriamuosius buvo jų psichiatrinė diagnozė. Tyrime dalyvavo 8 asmenys (5 vyrai, 3 moterys; tiriamųjų amžius nuo 25 iki 51), kuriems diagnozuotas schizofrenijos (F 20) sutrikimas. Kadangi yra kelios schizofrenijos formos, kurios pasižymi skirtinga simptomatika, bei tos simptomatikos išreikštumu, nuspręsta tyrimo metu apsiriboti asmenimis, turinčiais paranoidinės schizofrenijos (F 20.0) diagnozę, kadangi šis schizofrenijos tipas yra dažniausias tarp kitų diagnozuojamų schizofrenijos tipų. Be to paranoidinės schizofrenijos sutrikimas yra sąlyginai lengvesnis, sąlygojantis mažesnius funkcionavimo deficitus, nei kiti schizofrenijos tipai (David, 2004).

Tyrimas vyko Respublikinėje psichiatrinėje ligoninėje. Tyrimui buvo atrinkti asmenys, anksčiau (3 metų laikotarpyje) patyrę psichozės epizodą, tačiau esamu momentu esantys remisijos periode. Ar tiriamųjų būseną tinkama tyrimui, bus nuspręsta remiantis eksperto (dr. D. Survilaitės) vertinimais.

### Tyrimo metodas

Tyrimui buvo naudojamas pusiau struktūruotas atviras interviu metodas, atliekamas individualiai su kiekvienu tiriamuoju. Interviu vidutiniškai trukdavo apie 45 min. Tyrimo dalyviui būdavo užduodamas vienas pagrindinis klausimas: „Norėčiau kad mintimis sugrįžtumėt ir papasakotumėt savo patyrimą paskutinio psichozės epizodo metu“. Interviu metu siekiama iškristalizuoti konkrečią situaciją, kuomet tiriamasis suvokė tam tikrą patirto psichozės epizodo ar atskirų to patyrimo fragmentų prasmingumą. Interviu metu remtasi fenomenologinio tyrimo nuostatomis. Fenomenologinio tyrimo esmė yra tiriamojo subjektyvaus fenomenologinio lauko (žmogaus realybės) pažinimas, jo neiškraipant tyrėjo išankstinėmis nuostatomis ar prielaidomis, tad interviu metu bus laikomasi pagrindinių fenomenologinio tyrimo prielaidų:

- „nulinės“ hipotezės principas teigia, jog svarbu atvirumas tiriamam fenomenui. Rekomenduojama vengti susiaurinti savo laukimus iki vieno ar kelių teiginių.
- Tyrėjo „naivumo“ principas. Tyrėjas privalo vengti pranašavimo ar numanymo, kokie bus tiriamojo atsakymai, „nestumti“ tiriamojo link savo hipotezių, o rūpintis giluminiu fenomeno prasmės atskleidimu.

Interviu metu gauti duomenys buvo nagrinėjami fenomenologinės analizės metodu. Fenomenologinės analizės tikslas yra sunkiai nusakomų patyriminių prasmų aiškinimas ir jų pervedimas į aiškią tikslią kalbą, t.y. numanomų prasmų pavertimas aiškiomis ir suprantamomis. Ši tikslą padeda pasiekti konkretūs žingsniai, išskirti A. Giorgi (2003):

1. Interviu teksto perskaitymas, siekiant susidaryti bendrą vaizdą apie tiriamą fenomeną.
2. Teksto suskirstymas į atskirtus prasminius vienetus, atsižvelgiant į tiriamą fenomeną. Tyrėjas remdamasis savo nuojauta suskaido tekstą į smulkesnes dalis, išreiškiančias nuoseklią minties ar jausmo seką. Atskiriamos tos teksto vietos, kur tyrėjas pastebi minties ar jausmo pasikeitimus.
3. Teksto prasminių vienetų transformavimas į psichologinę kalbą. Tyrėjas subjektyviai tiriamojo kalbą perrašo trečiuoju asmeniu, siekdamas analizuoti fenomeną būdamas tam tikroje distancijoje su suvokiamu tekstu. Tuomet remdamasis savo vaizduote ir turimomis psichologinėmis žiniomis reflektuoja prasminio vieneto esmę, siekdamas atrasti to vieneto atitikmenį psichologinėje kalboje. Siekdamas, kad transformacija į psichologinę kalbą tiksliai atskleistų prasminio vieneto esmę, jos neiškreipdama, tyrėjas atrenka tinkamiausią vertimo į psichologinę kalbą variantą.
4. Transformuotų prasminių vienetų apjungimas į nuoseklų tekstą. Besikartojantys, ar panašią mintį išreiškiantys prasminiai vienetai (transformuoti į psichologinę kalbą) apjungiami, bei integruojami į nuoseklų tiriamo fenomeno tekstą.
5. Tiriamo fenomeno situacinių apibrėžimų sudarymas. Remdamasis nuosekliu tekstu, tyrėjas išskiria svarbius tiriamo fenomeno aspektus ir sudaro kiekvienam tekstui atskirą situacinį apibrėžimą. Sudarant situacinį apibrėžimą, pateikiami atskiri, nesujungti į vientisą tekstą, tiriamo fenomeno aspektai.
6. Tiriamojo fenomeno bendrų aspektų išskyrimas ir apibudinimas. Gautus situacinius apibrėžimus tyrėjas analizuoja, išskiria bendrus tiriamo fenomeno aspektus, pasikartojančius keliuose situaciniuose apibrėžimuose bei sukuria tuos aspektus apjungiantį apibudinimą.

7. Bendro visos grupės apibrėžimo sudarymas. Remdamasis išskirtais bendrais fenomeno aspektais, tyrėjas sudaro bendrą visos tiriamųjų grupės tiriamo fenomeno apibrėžimą

## 5. Rezultatai

Šiame skyriuje pateikiamas vieno dalyvio originalus tekstas, teksto fenomenologinė analizė bei specifinis situacinis apibrėžimas.

### 5.1. Pateikiama detali vieno tyrimo dalyvio teksto fenomenologinė analizė

#### Interviu tekstas

Tai buvo seniai, bandau prisiminti, kada man ta psichozė buvo paskutinį kartą. Na tokių hipomanijos epizodų tai pasitaikė nemažai, o tikros manijos tai buvo seniai. Na ryškiausia psichozė buvo prieš tris metus. Tuomet kurį laiką prastai miegojau, tai buvo mano ryškiausias psichozinis variantas. Ir viduržiemį sukonfliktavęs su namiškiais išvažiavau į kaimą, į Žemaitiją, ten ėjau tiesiog gal 30 km pėsčias, buvo viduržiemis na ir buvo tokie, po to atsidūriau Vilniaus ligoninėj, na ir buvo tokie keisti suvokimai, sakykim, kad aš kažkaip dalyvauju politiniame gyvenime, tarsi turiu kažkokią valdžią, kažkas nuo manęs priklauso. Na išvis ne tik mano, bet ir iš kitų girdėjau, kad psichozėms būdinga, kad tiki, jog gali pakreipti globalius įvykius kažkaip.

Jūs tai pasakojate su šypsena.

Pasakoju tai su šypsena, nes negi tai glai būti realu, tai klidesiai, tai yra psichozė, kur yra įsivaizdavimas ir iškreiptas matymas. Pirmiausia, tai labai keistai apsiverčia visa sąmonė. Norima pradėdau laikyti esamu, ko norėtum, kažkokie pasąmoniniai dalykai ko norėtum, galbūt norėtum būti įtakingas ir kiti dalykai, norėtum valdyti kažką, galbūt gyvenime priešingai yra, bet tokie slapti troškimai prasiveržia tokiom formom, kad atrodo jog valdai viską, gali daryti įtaką, ir atrodo, kad jau čia maždaug bendrauji su žiniasklaida tiesiogiai, jau čia nukreiptas dėmesys ar Lietuvos ar pasaulio mastu ir mm tokiu atveju na jautiesi labai gerai ir jautiesi stiprus ir galingas ir galintis daug ką nuveikt. O paskui kai pradėdi iš to tokėtis, tai supranti, kas čia buvo. Tas grįžimas būna labai skausmingas, nes kai psichozė, tai gali nemiegoti daug naktų, esu energingas, tai paskui viskas vyksta atvirkščiai, mm įklimpsti į kažkokią depresiją, nuotaika krenta, jei tu pasielgei su kitais žmonėm kažkaip, na nesveikai taigi, kaip čia pasakyti, jautiesi baisiai.

O prasidėjo psichozė nuo to, kad su mama kilo kivirčų buitinių. Šiaip aš linkdavau nutylėti savo motinai, jeigu ji užsipuldavo mane, bet buvo atveju..Aš jai irgi daviau tokį ryškų atkirtį. Irgi atitinkamais žodžiais kaip ir ji man, taip ir aš.

Kas tuo metu vyko jūmyse?

Mm viduje aš jaučiau pasitenkinimą, kad pagaliau ji gali iš manęs išgirsti tuos pačius žodžius kaip ir aš iš jos – tiek pat skaudžius ir tiek pat kandžius. Kad galiu nebetylėti ir viską išsakyti. Aš buvau patenkintas, kad pagaliau pasakiau tai, ką norėjau, ką galbūt daug galvojau, bet nesakiau. Jinai man kažkokią repliką metė, kad esi toks ir toks, o aš jai atsakiau, kad „tu esi 53 metų išpaikinta mergaitė“. Jinai dar kažką bandė sakyti, niekur tu neisi, Man buvo tuomet 18 metų. Aš tada jai sakiau: „vien dėl to, kad tu mane išlaikai, aš negaliu niekur išeiti?“Taip dėl to negali išeit. Man tai buvo skaudus dalykas, nes aš nemaniau, kad jeigu žmogus yra materialiai nuo kito priklausomas, kad jis nebeturi kažkokių teisių.

Kokių teisių jums trūko?

Na man pirmiausia tai buvo atmosfera, kad visą laiką jausdavausi nesaugus. Mes gyvenom mediniame name, mama pirmam aukšte, aš antram. Ten buvo prasti perdengimai, ir turėdavau labai tyliai vaikščioti. Turėjau išmokti ypatingai vaikščioti, ypatingai uždarinėti duris kad netrinkteltų. Tiesiog turi

tyliai vaikščioti šmirinėti kaip šešėlis. Jeigu kas man nukrisdavo, iškart puldavo pasižiūrėti, kas nukrito. O kas ten nukris, knyga pokšt.

Kaip jaučiatės tai prisimindamas?

Na nelabai jaudinuosi tai prisimindamas. Manau, kad yra labai daug valdingų moterų ir tėvų, ir manau, kad daug neturinčių psichinės ligos gali patirti tokį elgesį.

Na kadangi tuomet buvo keista nuotaika, tai viskas atrodė gera. Viskas paprasta, lengvai išsprendžiama. Visą gyvenimą galima sutvarkyti ir pertvarkyti ir aišku iki tos psichozės kulminacijos, kai atrodė, kad aš čia valdau visą politinę padėtį ir panašiai mm ir aš esu Lietuvos vos ne centras. Pirmiausia tai norėjosi ištrūkti kuo toliau nuo mamos nuo Kauno, kur būtų ramu ir galėčiau gyventi sau niekieno nevaržomas ir kontroliuojamas. Aš nusprendžiau išvažiuoti į Žemaitiją. Aš nuo Kauno nuvažiauvau iki Kelmės. Aš niekada nebuvau nuo Kelmės ėjęs pėsčias iki sodybos, orientavausi kažkaip intuityviai pagal pietus vakarus... man būdavo įdomu orientuotis pagal kryptis, nes paprastai žmonės nebesiorientuoja pagal tai. Nu ir ėjau visą naktį, buvo didžiulis speigas. Aš nesušalau nes visą laiką judėjau, ir paryčiais pasiekiau sodybą.

Koks tai buvo patyrimas?

Patyrimas, kai yra toks dalykas, kad kai esi psichozinės būsenos nepavargsti, turi energijos, gali eiti, eiti. Bet aišku organizmas išsenka. Tiktai paskui kai pamatai, kai pasižiūri į save blaiviomis akimis, buvau netekęs 5 kilogramų ar daugiau. Galbūt to, ko nesi patyręs, ar trūksta gyvenime, galbūt tai būna, kaip kokia kompensacija Kad ir papildymas. Tuo metu tu išgyveni, sakai daugybę dalykų, kurių tau trūksta, pavyzdžiui, trūksta būti svarbiam, kad su tavim skaitytųsi, kad tave gerbtų, gerbtų tavo privatumą, tave kaip asmenybę, kad turėtum savo autonomiją. Čia aš apie save.. Kai pereini į šitą lygį, psichozė atrodo, kad visą šitą turi, jau nebesi priklausomas nuo aplinkinių sąlygų.

Koks tai jausmas?

Tai aš ir sakau, kad puikus jausmas, ir atrodo, kad užtektų tik to, ką turi, bet tada perauga viskas į dar didesnę mastą. Kad kaip su tavimi elgėsi kiti, tave norėjo ir kontroliuoti ir valdyti ir apriboti ir nurodinėti, ir būdavo ir despotiškumo iš šeimyniškių mano atveju., bet viską perkelti iš savęs, tarsi galėtum kontroliuoti visą Lietuvą, valdžią, daryti perversmą. Taip viskas persiverčia. Vaizdas tai yra nenusakomas. Aš balsų niekada negirdėdavau. Bet jai tai būdavo radijas, pokalbiai, nuotrupos autobuse. Supranti viską savaip. Jei išgirsti tau bent kiek tinkančią frazę, prisitaikai sau taip kaip nori.

Gal galėtumėt pavyzdį pateikti?

Pavyzdžiui numatoma, kad temperatūra pakils trim laipsniais, o tu įsivaizduoji, kad čia politinė situacija 3 kažkokiais matmenimis pagerės kažkiek, kažkiek bus geresnė. Ir tau viskas yra paduota ir simboliška.

Taip tai sodyboje pabuvau 3 dienas. Ten kur gyvenau, gyveno močiutė, ten aš jai padėjau pasitvarkyti ten buvo gerai. Ten jaučiausi gerai, bet prisimenu nemaloniai, nes tuomet kėliau kitiems nepatogumų, nemalonumų. Po to galiausiai atvažiauvau, pas draugą. O kadangi elgesys buvo itin keistas, tai jis iškvietė greitąją.

Kaip žiūrite dabar į tą psichozės patyrimą?

Galvoju, kad tas patyrimas nėra vien neįgiamas, kadangi dabar pats, galėčiau atpažinti būsenos pablogėjimą. Beje kaip ir buvo neseniai, kai buvau labai išsekęs, žmonai paskiau, kad man blogai, pradėjau jausti iliuzijas, pvz., vietoj peleninės matai piniginę. Buvau labai išsekęs,. Bet kadangi jau daug metų geriu vaistus, žinojau, kad man reikia normatimiko ir antipsichotiko papildomai. Tai aš nesigulčiau į ligoninę, o konsultuodamasis su gydytojais, kadangi man jau praktiškai buvo prasidėjusi psichozė, pradėjau gerti vaistus didelėmis dozėmis ir išvengiau atkryčio. Ir rūpinasiu vaikais ir visas

pareigas atlikau, tokias buitines. Jeigu tu išgyveni bet koki ligos epizodą, ir žinai, kas tai yra, tai gali ateityje kontroliuoti savo būseną. Dar gali ta informacija pasidalinti, kad kiti nebijotų, nebūtų išsigandę, kad žinotų, jog ne jiems vieniems taip buvo. Paašškinti kas jiems vyksta, juos nuraminti.

Kaip atrodo šiandieninis jūsų gyvenimas?

Jau 10 metai esu vedęs, turiu 2 dukteris. Pagrindinės mano pareigos tvarkyti butą, skalbti virti valgyti. Pagal autorines sutartis redaguoju knygas iš vertimų biro, verčiu iš latvių ir rusų kalbų. Dalyvauju klubo veikloje, redaguoju laikraštėlį. Turiu ir didesnių interesų, yra tokie pasvarstymai, galbūt norėčiau išmokti retesnių kalbų, galbūt finų ar estų, pasitobulinti anglų kalbą. Mano gyvenimas nėra galutinai išnaudotas. Vien tik buitinis buvimas tarp keturių sienų, nėra tai, ko aš norėčiau, tai yra per mažai. Ir nors aš ir verčiu bei redaguoju, bet tai vyksta namie. Be to ne tokia dažna. Aišku būtų idealas, jei kasdien galėčiau eiti į ramų darbą, redaktorius. Kažkada esu dirbęs redaktoriumi pusantrų metų. Kas dieną atsikelti, dirbti, grįžti namo. Tai būtų kas kita. Bet kol kas tokių galimybių nematau, tai kol kas stengiuosi plėsti tą užklausinę veiklą jei taip galima būtų pasakyti. Dabar pradėjau PSC lankyti užimtumo kambarį, ten yra nedaug žmonių, bet ... na susigalvoti dar kokių išėjimų, palaikyti sportinę formą, nes nuo vaistų padidėjo svoris. Nors draugų turiu nedaug, bet bendrauju gana intensyviai. Vienas draugas gyvena už kelių namų, tai užėina kasdien, tai tapo kaip ir ritualas, su kitais draugais susitinku rečiau, bet nepasakyčiau kad bendravimo man stinga.

Ar dar norėtumėte ką nors pridurti?

Nežinau, kaip psichologai ir psichiatrai yra mokomi, bet susidūrus su psichozę patyrusiais žmonėmis, reiktų išmokti pereiti į simbolinę kalbą. Į tuos simbolius, kaip tas žmogus supranta. Nes įprastine kalba, tą sunkiai galima išreikšti. Kalbėjau ne su vienu žmogumi, tiesiogiai suprasti tai nelabai įmanoma. Tai primena sapną. Tai suprasti nelabai lengva kai esi sveikas.

Teksto perrašymas trečiu asmeniu, suskaidymas į prasminius vienetus, bei transformavimas į psichologinę kalbą

1.	Tai buvo seniai, bando prisiminti, kada jam ta psichozė buvo paskutinį kartą. Na tokių hipomanijos epizodų tai pasitaikė nemažai, o tikros manijos tai buvo seniai. Na ryškiausia psichozė buvo prieš 3 metus	S nelengva prisiminti kada buvo paskutinis stiprus psichozės paūmėjimas.
2.	Tuomet kurį laiką prastai miegojo, tai buvo jo psichozės priežastis.	S nemigą laiko psichozės priežastimi.
3.	Ir viduržiemį sukonfliktavęs su namiškiais išvažiavo į kaimą, į Žemaitiją, ten ėjo tiesiog gal 30 km pėsčias, buvo viduržiemis na ir buvo tokie, ir po to atsidūrė Vilniaus ligoninėj.	Psichozė pradėjo vystytis, kai įvyko šeimyninis konfliktas ir S iškeliavo į kaimą, po to jį hospitalizavo.
4.	Na ir buvo tokie keisti suvokimai, sakykim, kad jis kažkaip dalyvauja politiniame gyvenime, tarsi turi kažkokią valdžią, kažkas nuo jo priklauso. Na išvis ne tik jo, bet ir iš kitų girdėjo, kad psichozėms būdinga, kad tiki, jog gali pakreipti globalius įvykius kažkaip.	S patyrė, kad jis yra reikšmingas ir svarbus ir gali įtakoti globalius įvykius.
5.	Tai pasakoja su šypsena, nes negi tai gali būti realu, tai kliedesiai, tai yra psichozė, kur yra įsivaizdavimas ir iškreiptas matymas.	S, vertindamas iš dabartinės pozicijos, suvokia savo įsitikinimų klaidingumą ir netikroviškumą. Tai kelia šypsena.
6.	Pirmiausia, tai labai keistai apsverčia visa sąmonė. Norima S	S patyrė savęs suvokimo transformaciją,

	pradeda laikyti esamu, ko norėtų, kažkokie pašmoniniai dalykai ko norėtų, galbūt norėtų būti įtakingas ir kiti dalykai, norėtų valdyti kažką.	kuomet jo lūkesčiai būti svarbiu ir reikšmingu virto suvokiama realybe.
7.	Galbūt gyvenime priešingai yra, bet tokie slapti troškimai prasiveržia tokiom formom, kad atrodo jog valdo viską, gali daryti įtaką, ir atrodo, kad jau čia maždaug bendrauja su žiniasklaida tiesiogiai, jau čia nukreiptas dėmesys ar Lietuvos ar pasaulio mastu ir mm...	S numano, kad realiame gyvenime jis nepatyrė tų lūkesčių išsipildymo, tad psichozės metu patyrė stiprų ir kardinalų savęs suvokimo pokytį.
8.	Tokiu atveju na S jaučiasi labai gerai ir jaučiasi stiprus ir galingas ir galintis daug ką nuveikt.	S jautėsi pajėgus ir patenkintas savimi.
9.	O paskui kai pradeda iš to tokėtis, tai supranta, kas čia buvo. Tas grįžimas būna labai skausmingas, nes kai psichozė, tai S gali nemiegoti daug naktų, yra energingas, tai paskui viskas vyksta atvirkščiai, mm įklimpsta į kažkokia depresiją, nuotaika krenta, jei jis pasielgė su kitais žmonėm kažkaip, na nesveikai. Taigi, kaip čia pasakyti, jaučiasi baisiai.	S buvo skausmingas grįžimas iš psichozės pasaulio į realų pasaulį, kadangi tuo metu patyrė atvirkštinį savęs suvokimo virsmą iš džiaugsmingo savo reikšmingumo patyrimo į liūdesio ir kaltės išgyvenimus.
10.	O prasidėjo psichozė nuo to, kad su mama kilo kivirčų buitinių. Šiaip jis linkdavo nutylėti savo motinai, jeigu ji užsipuldavo S, bet buvo atvejų. S jai irgi davė tokį ryškų atkirtį. Irgi atitinkamais žodžiais kaip ir ji jam, taip ir jis.	S psichozės pradžią sieja su šeimyniniu konfliktu, kuomet S pasipriešino į jį nukreiptai motinos žodinei agresijai. Šis veiksmas S buvo neįprastas.
11.	Mm viduje S jautė pasitenkinimą, kad pagaliau ji gali iš jo išgirsti tuos pačius žodžius kaip ir S iš jos – tiek pat skaudžius ir tiek pat kandžius. Kad S gali nebetylėti ir viską išsakyti. Jis buvo patenkintas, kad pagaliau pasakė tai, ką norėjo, ką galbūt daug galvojo, bet nesakė. Jinai S kažkokią repliką metė, kad jis toks ir toks, o jis jai atsakė, kad ji yra 53 metų išpaikinta mergaitė. Jinai dar kažką bandė sakyti, niekur S neis, S buvo tuomet 18 metų.	S buvo patenkintas, kad galėjo atvirai pasipriešinti ir į žodine agresiją atsakė analogišku veiksniu, ko anksčiau nedrįsdavo daryti.
12.	S tada jos paklausė, ar vien dėl to, kad ji S išlaiko, S negali niekur išeiti. Ji sakė, kad taip, dėl to S negali išeit. S tai buvo skaudus dalykas, nes jis nemano, kad jeigu žmogus yra materialiai nuo kito priklausomas, kad jis nebeturi kažkokių teisių.	S jautė nuoskaudą, nes jo laisvės ir savarankiškumo poreikiai buvo ignoruojami. Jis jautėsi kontroliuojamas, naudojant materialinius svetus.
13.	Na jam pirmiausia tai buvo atmosfera, kad visą laiką jausdavosi nesaugus. Jie gyveno mediniame name, mama pirmam aukšte, S - antram. Ten buvo prasti perdengimai, ir turėdavo labai tyliai vaikščioti. Turėjo išmokti ypatingai vaikščioti, ypatingai uždarinėti duris kad netrinkeltų. Tiesiog turėjo tyliai vaikščioti šmirinėti kaip šešėlis.	S gyvendamas su mama turėjo taikytis prie „ypatingų“ reikalavimų, kurie varžė jo laisvę ir savarankiškumą.
14.	Jeigu kas jam nukrisdavo, iškart puldavo pasižiūrėti, kas nukrito. O kas ten nukris, knyga pokšt.	S neturėjo privatumo ir buvo stipriai kontroliuojamas.
15.	Na nelabai jaudinasi tai prisimindamas. Mano, kad yra labai daug valdingų moterų ir tėvų, ir mano, kad daug neturinčių psichinės ligos gali patirti tokį elgesį.	S mano, kad toks elgesio su vaikais būdas yra paplitęs ir nebūtinai sąlygoja psichozę.
16.	Na kadangi tuomet buvo keista nuotaika, tai viskas atrodė gera. Viskas paprasta, lengvai išsprendžiama. Visą gyvenimą galima sutvarkyti ir pertvarkyti.	Psichozės metu S jautėsi pajėgus tvarkyti savo gyvenimą. „Viskas paprasta, lengvai išsprendžiama“.
17.	Ir aišku iki tos psichozės kulminacijos, kai atrodė, kad S čia	Ilgainiui S savo reikšmingumo suvokimas tapo

	valdo visą politinę padėtį ir panašiai mm.. ir jis yra Lietuvos vos ne centras.	globalaus masto.
18.	Pirmiausia tai norėjosi ištrūkti kuo toliau nuo mamos nuo Kauno, kur būtų ramu ir galėtų gyventi sau niekieno nevaržomas ir kontroliuojamas. Jis nusprendė išvažiuoti į Žemaitiją. Jis nuo Kauno nuvažiavo iki Kelmės. Jis niekada nebuvo nuo Kelmės ejęs pėsčias iki sodybos, orientavosi kažkaip intuityviai pagal pietus vakarus... jam būdavo įdomu orientuotis pagal kryptis, nes paprastai žmonės nebesiorientuoja pagal tai. Nu ir ėjo visą naktį, buvo didžiulis speigas. S nesušalo, nes visą laiką judėjo, ir paryčiais pasiekė sodybą.	S norėdamas patirti laisvę ir savarankiškumą išvyko į ramią vietą, į kurią pateko, įveikdamas visas kliūtis ir ekstremalias sąlygas.
19.	Patyrimas, kai yra toks dalykas, kad kai S yra psichozinės būsenos nepavargsta, turi energijos, gali eiti, eiti.	Tuo metu patyrė energijos antplūdį.
20.	Bet aišku organizmas išsenka. Tikrai paskui kai pamato, kai pasižiūri į save blaiviomis akimis, buvo netekęs 5 kilogramų ar daugiau.	Dabar suvokia, kad padidėjęs aktyvumas išsekino organizmo energetinius resursus.
21.	Galbūt to, ko S nėra patyręs, ar trūksta gyvenime, galbūt tai būna, kaip kokia kompensacija Kad ir papildymas. Tuo metu jis išgyvena, sako daugybę dalykų, kurių jam trūksta, pavyzdžiui, trūksta būti svarbiam, kad su juo skaitytūsi, kad jį gerbtų, gerbtų jo privatumą, jį kaip asmenybę, kad turėtų savo autonomiją. Čia jis apie save. Kai pereina į šitą lygį, psichozėj atrodo, kad visą šitą S turi, jau nebėra priklausomas nuo aplinkinių sąlygų.	S psichozės patyrimą suvokia kaip kompensacinę reakciją, kuomet slopinami ir trikdomi privatumo ir pagarbos poreikiai, bei savo reikšmingumo patyrimo stygius transformavosi į perdėtą savo reikšmingumo ir savarankiškumo patyrimą.
22.	Tai S ir sako, kad puikus jausmas, ir atrodo, kad užtektų tik to, ką turi, bet tada perauga viskas į dar didesnę mastą. Kad kaip su juo elgėsi kiti, jį norėjo ir kontroliuoti ir valdyti ir apriboti ir nurodinėti, ir būdavo ir despotiškumo iš šeimyniškių S atveju, bet viską perkelia iš savęs, tarsi galėtų kontroliuoti visą Lietuvą, valdžią, daryti perversmą.	S neužteko tiek, kiek jautėsi svarbus ir reikšmingas, jo poreikis, būti reikšmingu nuolat augo.
23.	Taip viskas persiverčia. Vaizdas tai yra nenusakomas. S balsų niekada negirdėdavo. Bet jei tai būdavo radijas, pokalbiai, nuotrupos autobuse, S supranta viską savaip. Jei išgirsta jam bent kiek tinkančią frazę, prisitaiko sau taip kaip nori. Pavyzdžiui, numatoma, kad temperatūra pakils trim laipsniais, o S įsivaizduoja, kad čia politinė situacija 3 kažkokiais matmenimis pagerės kažkiek, kažkiek bus geresnė. Ir S viskas yra paduota ir simboliška.	S sunku žodžiais nusakyti psichozės virsmą. S informaciją, kuri jį pasiekdavo, suvokdavo kaip simbolišką ir suteikdavo jai savas reikšmes.
24.	Taip tai sodyboje pabuvo 3 dienas. Ten kur S gyveno, gyveno močiutė, ten S jai padėjo pasitvarkyti. Ten buvo gerai. Ten jautėsi gerai, bet prisimena nemaloniai, nes tuomet kėlė kitiems nepatogumų, nemalonumų.	S su ilgesiu prisimena buvimą toje ramioje vietoje, bet taip pat jaučia kartėlį dėl savo elgesio tuo metu.
25.	Po to galiausiai atvažiavo, pas draugą. O kadangi elgesys buvo itin keistas, tai jis iškvietė greitąją.	Draugas, pamatęs S, iškvietė greitąją, susirūpinęs dėl jo būsenos.
26.	S galvoja, kad patyrimas nėra vien neigiamas, kadangi dabar pats, galėtų atpažinti būsenos pablogėjimą. Beje kaip ir buvo neseniai, kai buvo labai išsekęs, žmonai pasakė, kad jam	S įgyta patirtis įgalina jį patį geriau kontroliuoti savo būseną, pastebėti būsenos pablogėjimo ženklus ir pačiam imtis

	blogai, pradėjo jausti iliuzijas, pvz., vietoj peleninės mato piniginę. Buvo labai išsekęs,. Bet kadangi jau daug metų geria vaistus, žinojo, kad jam reikia normatimiko ir antipsichotiko papildomai. Tai S nesigulė į ligoninę, o konsultuodamasis su gydytojais, kadangi S jau praktiškai buvo prasidėjusi psichozė, pradėjo gerti vaistus didelėmis dozėmis ir išvengė atkryčio. Ir rūpinosi vaikais ir visas pareigas atliko, tokias buitines.	prevencinių veikmų.
27.	Jeį žmogus išgyvena bet kokį ligos epizodą, ir žino, kas tai yra, tai gali ateityje kontroliuoti savo būseną.	Būdamas savo ligos žinovas, S gali geriau kontroliuoti savo būseną.
28.	Dar gali ta informacija pasidalinti, kad kiti nebijotų, nebūtų išsigandę, kad žinotų, jog ne jiems vieniems taip buvo. Paaškinti kas jiems vyksta, juos nuraminti.	S mato teigiamą psichozės patyrimo aspektą tame, kad remdamasis savo patirtimi, gali padėti kitiems.
29.	Jau 10 metai S yra vedęs, turi 2 dukteris. Pagrindinės S pareigos tvarkyti butą, skalbti virti valgyti. Pagal autorines sutartis redaguoja knygas iš vertimų biuro, verčia iš latvių ir rusų kalbų. Dalyvauja klubo veikloje, redaguoja laikraštėlį.	S turi veiklos: tiek buitinės veiklos, tiek savarankiško apmokamo darbo.
30.	Turi ir didesnių interesų, yra tokie pasvarstymai, galbūt norėtų išmokti retesnių kalbų, galbūt finų ar estų, pasitobulinti anglų kalbą.	S nori plėsti savo žinias.
31.	S gyvenimas nėra galutinai išnaudotas. Vien tik butis buvimas tarp keturių sienų, nėra tai, ko S norėtų, tai yra per mažai. Ir nors S ir verčia bei redaguoja, bet tai vyksta namie. Be to ne taip dažnai.	S jaučiasi ne pilnai realizavęs savo galimybes. Esama situacija neleidžia jam daugiau realizuoti savęs.
32.	Aišku būtų idealas, jei kasdien galėtų eiti į ramų darbą, redaktorius. Kažkada yra dirbęs redaktoriumi pusantrų metų. Kas dieną atsikelti, dirbti, grįžti namo. Tai būtų kas kitą.	Darbas, net kasdienė darbo rutina S atrodo viliojanti ir siektina.
33.	Bet kol kas tokių galimybių nemato, tai kol kas stengiasi plėsti tą užklasinę veiklą, jei taip galima būtų pasakyti. Dabar pradėjo PSC lankyti užimtumo kambarį, ten yra nedaug žmonių, bet .... na susigalvoti dar kokių išėjimų, palaikyti sportinę formą, nes nuo vaistų S padidėjo svoris.	Kadangi esamu momentu nemato galimybių užsiimti tuo, kuo nori, S stengiasi kompensuoti tai, kitokio pobūdžio visuomenine veikla.
34.	Nors draugų turi nedaug, bet bendrauja gana intensyviai. Vienas draugas gyvena už kelių namų, tai užėina kasdien, tai tapo kaip ir ritualas, su kitais draugais susitinka rečiau, bet nepasakytų kad bendravimo jam stinga.	Turi draugų, kurių dėka nejaučia bendravimo stygiaus.
35.	S nežino, kaip psichologai ir psichiatrai yra mokomi, bet susidūrus su psichozę patyrusiais žmonėmis, reiktų išmokti pereiti į simbolinę kalbą. Į tuos simbolius, kaip tas žmogus supranta. Nes įprastine kalbą, tą sunkiai galima išreikšti. S kalbėjo ne su vienu žmogumi, tiesiogiai suprasti tai nelabai įmanoma. Tai primena sapną. Tai suprasti nelabai lengva kai esi sveikas.	S mano, kad neįmanoma tiesiogiai perteikti psichozės patyrimo. Tai įmanoma tik simbolių bei simbolinės kalbos pagalba.

### Prasminių vienetų grupavimas ir apjungimas

Prasminiai vienetai 3 (Psichozė pradėjo vystytis, kai įvyko šeimyninis konfliktas ir S iškeliavo į kaimą, po to jį hospitalizavo), 10(S psichozės pradžią sieja su šeimyniniu konfliktu, kuomet S pasipriešino į jį nukreiptai motinos žodinei agresijai. Šis veiksmas S buvo neįprastas), 11(S buvo patenkintas, kad galėjo atvirai pasipriešinti ir į žodine agresiją atsakė analogišku veiksniu, ko anksčiau nedrįsdavo daryti) sujungiami į tekstą: psichozės pradžią V1 sieja su šeimyniniu konfliktu, kurio metu išdrįso atvirai pasipriešinti mamai, į jos žodinę agresiją atsakydamas analogišku veiksniu, ko anksčiau nedrįsdavo daryti.

12, 13, 14 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 buvo patenkintas savo poelgiu, nes jautė nuoskaudą, kad jo laisvės, savarankiškumo ir privatumo poreikiai ignoruojami ir nuolat varžomi.

18, 19 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 norėdamas pasijusti laisvu ir savarankišku, išvyko į ramią vietą, į kurią pateko įveikdamas atsiradusias kliūtis ir ekstremalias sąlygas bei jausdamas energijos antplūdį.

6, 8, 16, 24 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 patyrė savęs suvokimo transformaciją, kuomet jo lūkesčiai būti svarbiu, reikšmingu bei pajėgiu tvarkyti savo gyvenimą, tapo suvokiama realybe.

4, 17, 22 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: Ilgainiui V1 savo reikšmingumo suvokimas nuolat augo, kol tapo globalaus masto.

7, 21 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 psichozės patyrimą suvokia kaip kompensacinę reakciją, kuomet jo slopinami ir trikdomi jo privatumo, pagarbos poreikiai bei savo reikšmingumo patyrimo stygius transformavosi į perdėto savo reikšmingumo ir savarankiškumo patyrimą.

9, 20 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 buvo skausmingas grįžimas iš „psichozės pasaulio“ į realų pasaulį, kadangi tuo metu patyrė atvirkštinį virsmą iš džiaugsmingo savo reikšmingumo patyrimo į liūdesio, energijos stokos bei kaltės dėl savo elgesio išgyvenimus.

27, 28 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 mato teigiamą savo ligos patyrimo aspektą tame, kad remdamasis savo patirtimi gali padėti kitiems

30, 31, 32, 33 prasminiai vienetai sujungiami į tekstą: V1 turi pakankamai veiklos, tačiau nesijaučia pilnai realizavęs savo galimybių, ypač profesinėje srityje. Tačiau kadangi esamu momentu nemato galimybių užsiimti tuo kuo nori, stengiasi kompensuoti tai kitokio pobūdžio visuomenine veikla.

### Tyrimo dalyvio V1 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

V1 nelengva prisiminti kada buvo paskutinis stiprus psichozės paūmėjimas. V1 nemigą laiko psichozės priežastimi. Psichozės pradžią jis sieja su šeimyniniu konfliktu, kurio metu išdrįso atvirai pasipriešinti mamai, į jos žodinę agresiją atsakydamas analogišku veiksniu, ko anksčiau nedrįsdavo daryti. V1 buvo

patenkintas savo poelgiu, nes jautė nuoskaudą, kad jo laisvės, savarankiškumo ir privatumo poreikiai ignoruojami ir nuolat varžomi. V1 norėdamas pasijusti laisvu ir savarankišku, išvyko į ramią vietą, į kurią pateko įveikdamas atsiradusias kliūtis ir ekstremalias sąlygas bei jausdamas energijos antplūdį. V1 patyrė savęs suvokimo transformaciją, kuomet jo lūkesčiai būti svarbiu, reikšmingu bei pajėgiu tvarkyti savo gyvenimą, tapo suvokiama realybe. Ilgainiui V1 savo reikšmingumo suvokimas nuolat augo, kol tapo globalaus masto. Draugas pamatęs V1, iškvietė greitąją pagalbą, susirūpinęs dėl jo būsenos. V1 psichozės patyrimą suvokia kaip kompensacinę reakciją, kuomet jo slopinami ir trikdomi jo privatumo, pagarbos poreikiai bei savo reikšmingumo patyrimo stygius transformavosi į perdėto savo reikšmingumo ir savarankiškumo patyrimą. V1 buvo skausmingas grįžimas iš „psichozės pasaulio“ į realų pasaulį, kadangi tuo metu patyrė atvirkštinį virsmą iš džiaugsmingo savo reikšmingumo patyrimo į liūdesio, energijos stokos bei kaltės dėl savo elgesio išgyvenimus. V1 įgyta patirtis įgalina jį patį geriau kontroliuoti savo būseną, pastebėti būsenos pablogėjimo ženklus ir imtis prevencinių veiksmų. V1 mato teigiamą savo ligos patyrimo aspektą tame, kad remdamasis savo patirtimi gali padėti kitiems. V1 turi pakankamai veiklos, tačiau nesijaučia pilnai realizavęs savo galimybių, ypač profesinėje srityje. Tačiau kadangi esamu momentu nemato galimybių užsiimti tuo kuo nori, stengiasi kompensuoti tai kitokio pobūdžio visuomenine veikla. V1 turi draugų, kurių dėka nejaučia bendravimo stygiaus. V1 mano, kad neįmanoma tiesiogiai perteikti psichozės patyrimo. Tai įmanoma tik simbolinės kalbos pagalba.

#### Tyrimo dalyvio V1 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės patyrimo įprasminimas: tai nepalankios ankstyvosios gyvenimo situacijos įsisąmoninimas; kitokio santykio su reikšmingu žmogumi atradimas (psichozės metu); laisvės ir savarankiškumo patyrimas (psichozės metu); kaltės dėl savo elgesio psichozės metu patyrimas; psichozės kaip kompensacinės reakcijos į bazinių asmens poreikių neigimą supratimas; gyvenimo tikslų kėlimas, atsižvelgiant į realią situaciją; pajėgumo kontroliuoti savo būseną suvokimas; siekio realizuoti save patyrimas; erdvės padėti kitiems atradimas.

## **5.2. Kitų tyrimo dalyvių nuoseklūs tekstai ir specifiniai situaciniai apibrėžimai**

#### Tyrimo dalyvio V2 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

V2 po pirmo epizodo buvo įsitikinęs, kad pasveiko. V2 įstojo mokytis profesijos, kuri jam buvo svetima. Su kolektyvu nuvyko į vietą, skirtą kontempliacijai, turėdamas kitokių lūkesčių, tačiau ten neatliko jam paskirtų pareigų, be rimtos priežasties. V2 atsivėrė kitam asmeniui, tačiau įtaria, kad jo atvirumas buvo suprastas netinkamai, paskleistas platesniame rate, ir dėl to V2 susilaukė grupės

ignoravimo ir sankcijų. V2 po šio įvykio pradėjo kaltinti save, graužtis dėl tam tikrų savo veiksmų. V2 išgyveno atstūmimo jausmą, kuris vis stiprėjo. Tuomet V2 padarė išvadą, kad tai dėl medikamentų poveikio ir juos nutraukė. V2 prisimena suvokimo tendencingumą, kuomet įvairiose gyvenimo situacijose V2 buvo linkęs įžvelgti ir sureikšminti savo netinkamo elgesio indėlį tų situacijų sukėlime, dėl to V2 išgyveno intensyvią savigraužą ir kaltę. V2 siekė nubausti save už praeities „nuodėmes“, jautėsi nesąs vertas to gyvenimo, kurį turėjo. Taip pat V2 tikėjo sulauksiąs atpildo už savo „blogus darbus“, ir kaip vieną iš galimų išeičių, iš tokios gniuždančios situacijos matė savižudybės kelią. V2 būseną tolydžio prastėjo. V2 kankino nemiga, atsirado nuojauta, kad jį stebi ir nori jam pakenkti. Tai V2 labai gąsdino, tad jis kreipėsi į šeimos narius, tačiau jaučiasi mamos, priešingai nei žmonos, buvęs visiškai nesuprastas. V2 pradėjo atrodyti, kad jis patekęs į surežisuotą situaciją, kur yra stebimas, o jo šeimos nariai yra apsimetėliai. V2 susisiekęs su mama ir iš jos išgirdęs švelnius bei palaikančius žodžius, juos suvokė kaip pašaipą ir smerkimą. Jis ketino atlikti savižudybės aktą, tačiau atvykus profesionaliai pagalbai, V2 nespriešindamas atsisakė savo ketinimų. V2 nesijautė saugus ir liginėje, bijojo sulaukti seksualinio išnaudojimo iš aplinkinių. Ir tik pagąsdintas išdrįso personalui išsakyti savo įsitikinimus. Atsiradus kritikai realybės atžvilgiu V2 bijojo šeimos atstūmimo, kaip atsako į jo elgesį psichozės epizodo metu. V2 jaučia, kad mama jo nesupranta, nuvertina, nepriima tokio, koks jis yra. V2 turi panašaus likimo artimą draugą. V2 vertina, kad jo situacija geresnė nei draugo, nes V2 turi šeimą. V2 ligos atsiradimo pagrindą mato savo asmenybės nepajėgume toleruoti stresą ir fizinį krūvį ir nėra linkęs kaltinti žmonos dėl ligos atsiradimo. V2 neseniai patyrė stresinį įvykį, susijusį su darbine veikla, kurio pasėkoje jo būseną ėmė blogėti, tačiau su žmonos pagalba buvo imtasi prevencinių priemonių, kurių dėka V2 išvengė atkryčio. V2 paskutinio psichozės epizodo pradžioje jautė, jog darbo krūvis viršija jo galimybes, ir jei būtų ėmėsis analogiškų prevencinių priemonių, būtų išvengęs atkryčio. V2 mano, kad išvengti atkryčio taip pat padėjo tinkamai atreguluoti vaistai. V2 savo patyrimo pasakojimas, kelia stresines organizmo reakcijas, kadangi V2 nėra pratęs tuo patyrimu dalintis. V2 įstrigo mintis, kad tik su panašaus likimo žmonėmis galima kalbėti apie psichinės ligos patirtį. V2 supranta, kad būdamas per daug atviras su kitais žmonėmis, peržengė tam tikras ribas. V2 su nostalgija prisimena gyvenimą iki susipažinimo su žmona, kuomet jautėsi laisvesnis bendravime, gebantis patirti ir išreikšti džiaugsmą. Tuomet V2 kardinaliai pakeitė savo gyvenimo būdą, siekdamas prisitaikyti prie žmonos socialinės aplinkos, jis dėjo daug pastangų, kad įgytų statusą, bei įtvirtintų naują savęs vaizdą. To pasėkoje gyvenimas be suvaržymų bei pažįstami įtampos bei streso atsikratymo būdai V2 tapo nebeprieinami, jis tapo izoliuotas (neatsirado ryšių su žmonos draugais, o su savais – nutrūko). Dėl to mažiau patirdavo gyvenimo džiaugsmo, ir V2 manymu, tai privedė V2 prie psichozės. Anksčiau S į sergančius psichikos liga žiūrėjo priešišškai ir nuvertinančiai. Pats susirgęs, V2 nebežiūri

nuvertinančiai ir nepatinka kai taip daro kiti. Bijodamas stigmatizacijos ir atstūmimo pats vengia prisipažinti turintis psichinę ligą. V2 jaučiasi savas tarp kitų sergančių psichine liga, ypač vertina su jais užsimezgasias draugystes. Pasikeitė V2 pozicija ligos atžvilgiu, nuo savigraužos ir „kapstymosi praeityje“ link didesnio ligos priėmimo, susitaikymo su liga. V2 vertina psichozę kaip galimybę patikrinti tarpasmeninių saitų tvirtumą ir jų pagrindą (atskirti tikrą draugystę nuo apsimestinės). V2 tapo atlaidesnis, tolerantiškesnis „kitokiems“ žmonėms, pradėjo labiau vertinti ir „artimiau priimti“ savo šeimą.

#### Tyrimo dalyvio V2 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas tai: objektyvus savo veiksmų bei jų padarinių gyvenime įvertinimas bei asmeninės atsakomybės už tuos veiksmus priėmimas; didesnis panašioje situacijoje esančių žmonių supratimas; savo gyvenimo situacijos vertinimas kaip geresnės, lyginant su draugo situacija, kadangi V2 turi šeimą; savo asmenybės gilesnis suvokimas; pajėgumo kontroliuoti savo būseną patyrimas; prarasto gyvenimo džiaugsmo ir paties indėlio tame įsisąmoninimas; tapimas tolerantiškesniu, atviresniu emociniai patirčiai; psichozės priėmimas kaip galimybės patikrinti tarpasmeninių saitų tvirtumą ir jų pagrindą; artimesnis savo šeimos priėmimas.

#### Tyrimo dalyvio V3 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

V3 pabrėžia skirtumą tarp psichozės epizodo ir ligos paūmėjimo sąvokų. V3 prieš paskutinį psichozės epizodą patyrė stresinį įvykį, kėlusį grėsmę jo gyvybei, po kurio jis, lyg „atsidūrė kitoj planetoj“, bei patyrė suvokimo bei protinės veiklos pertrūkį. V3 psichozės vystymąsi sieja savo polinkiu ieškoti stimuliuojančių patyrimų. Psichozės metu paaštrėjo pojūčiai, V3 pradėjo naujai suvokti aplinką, viskas atrodė „fantastiška ir gražu“. V3 norėjo kuo daugiau patirti, tuo metu jautė greitą laiko tėkmę bei padidėjusį aktyvumą. Tai ilgainiui sąlygojo organizmo fizinį išsekimą. V3 didelę reikšmę psichozės metu teikė knygai, pakeitusiai jo santykį su metafizinėmis kategorijomis. To pasėkoje V3 pradėjo tolti nuo savo tapatybės atributų, kuriuos pradėjo suvokti kaip svetimus, kol galiausiai visai prarado ryšį su savuoju identitetu, patirdamas tik dabarties egzistavimą. V3 tuo metu patyrė savo visagalybės bei didingumo jausmą. V3 psichozės būsenos atsidūręs ligoninėje, kur buvo apribota jo veiksmų laisvė, buvo agresyvus ir nevengė fizinės jėgos panaudojimo, idant panaikintų esančius apribojimus. Tuo metu V3 jausdavo, tarsi daiktai paklustų jo valiai. Tačiau pyktį V3 išliedavo išimtinai ant daiktų, vengdamas sužaloti žmones, nes į žmones nukreipti agresiją neleido moraliniai įsitikinimai. V3 jautėsi esąs vienas iš nedaugelio, kurie kelia baimę personalui, ir kuriems buvo skiriamas ypatingas dėmesys bei sankcijos. Iš aplinkinių išsiskyrė individualiais atributais. Jautė savyje nerealizuotą jėgos potencialą. V3 buvimas

ligoninėje buvo panašus į bausmę, kadangi ten jo norų nebuvo paisoma ir tekdavo paklusti ligoninės personalui, kurie turėjo daugiau galios už jį. V3 manymu, fizinė agresija buvo pasipriešinimams bandymams apriboti jo laisvę, ką V3 priimdavo kaip jo savigarbos pažeminimą. Paprastai V3 nebuvo linkęs konfliktuoti, nebent būdavo ūmioje psichozėje. V3 prisimena anksčiau buvęs ramus pacientas, ir yra įsitikinęs, kad jo elgesio pokyčius lėmė sanitarų elgesys bei supratimas, kad už netinkamą elgesį jis nesulauks rimtų atsakomųjų veiksmų. Kintant būsenai, V3 patyrė ir laiko suvokimo pokytį. Ligoninėje pagerėjus būsenai atsirasdavo namų ilgesys. Tuomet laiko tėkmė tarsi sulėtėdavo, pradėdavo slėgti esama aplinka. V3 džiaugiasi tuo, kad šeimos nariai jo nenuvertindavo ir nepriekaištaudavo dėl jo psichozinių patyrimų, dėl to V3 grįžimą į namus patirdavo kaip grįžimą į „pilnavertį gyvenimą“. V3 vertina įgytą patirtį. Jaučiasi tapęs atsparingesnis, galintis daugiau kontroliuoti savo būseną, vengti veiksmų, galinčių sukelti psichozę. V3 yra išvystęs tam tikrą gyvenimo filosofiją, kuria pats remdamasis patyrė sumažėjusių lūkesčių teikiamą galimybę atrasti džiaugsmo ir pasitenkinimo potencialą kasdieniame patyrimo.

#### Tyrimo dalyvio V3 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas, tai: psichozės kaip intensyvesnio ir ryškesnio „gyvenimo“ patyrimas; objektyvesnis savo elgesio psichozės metu bei to elgesio paskatų supratimas; psichozės kaip pamokos būti atsargesniam ir atsakingesniam priėmimas; pajėgumo kontroliuoti savo būseną patyrimas; lūkesčių bei gyvenimo tikslų koregavimas, atsižvelgiant į realią asmens situaciją; artimųjų palaikymo ir lygiaverčio santykio su jais patyrimas; galimybių patirti džiaugsmo ir pasitenkinimo potencialą kasdieniame patyrimo atradimas.

#### Tyrimo dalyvio V4 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

V4 sunku prisiminti psichozės patyrimo detales. V4 nepajuto perėjimo iš realybės į „psichozinį“ pasaulį, kurio realumu tuomet buvo įsitikinęs. V4 sužinojęs apie vykdomą akciją pradėjo skrupulingai jos laikytis, aršiai protestuoti prieš tai akcijai prieštaraujančius veiksmus, net imtis tam tikrų atsakomųjų priemonių. V4 jautėsi teisus taip elgdamasis, tačiau mama atkreipė dėmesį į jo elgesio keistumą. V4 nelinkęs nei pats dalintis savo patyrimu, nei leisti kitiems tai daryti, kadangi nenori parodyti savo silpnumo, bijo kitų nuvertinimo. Mama privertė V4 gydytis. V4 gydymas ligoninėje buvo skausmingas, tačiau ypač skausmingas buvo savo diagnozės sužinojimas, po kurio kilo minčių apie savižudybę. Iki esamo momento V4 nėra susitaikęs su jam paskirta diagnoze. V4 sunku suprasti, dėl ko galėjo kilti psichozė, nes savo elgesyje bei gyvenimo aplinkybėse nemato tam svarių priežasčių. V4 be psichozės dar patiria ir depresija, tad vertina, jog jo liga sunkesnė, lyginant su išimtinai pakilumo

būsenomis. V4 pabrėžia savo silpną atsparumą stresui ir būtinybę poilsio pagalba su tuo tvarkytis, siekiant išvengti psichozės. V4 patenkintas savimi, kad įgijo profesinį išsilavinimą, nors ir negali jo realizuoti. Tačiau apskritai jis linkęs priekaištauti sau ir likimui, ypač dėl to, kad yra ne savarankiškas (teigia, kad dėl to ir žmonos neturi). V4 gyvenimas panašus į kančią ir nuolatinę kovą už gyvenimą. V4 sunku įsivaizduoti kitoki žmonių gyvenimą. V4 išvelgia pozityvių savo situacijos aspektų, lygindamas save su kitais, tačiau taip pat yra priverstas taikstyti su mamos „nepagrįstais“ priekaištais. V4 savyje randa vidinių resursų nepasiduoti depresijai, visgi jaučiasi nesąs pajėgus dirbti, tad turi kęsti materialinį nepriteklių ir priklausomybę nuo kito. V4 nėra patenkintas esama padėtimi tačiau žino, kad jo sveikata ir diagnozė yra pagrindinės kliūtys užkertančios kelią į didesnę materialinę nepriklausomybę. V4 deda pastangas, kad pagerintų savo savijautą. Džiaugiasi, kad tai gali daryti savo tempu, nepatirdamas didesnio spaudimo iš aplinkinių. V4 stengiasi nedramatizuoti savo padėties, tai padeda jam pozityviai žiūrėti į gyvenimą, džiaugtis esamu momentu, žinant, kad būna blogesnė savijauta. V4 apmaudu, kad turi tokią patirtį, norėtų jos atsisakyti. V4 mano, kad psichozė išsivystė, nes jis pervertino savo galimybes. V4 įsitikinęs, kad psichozės išsivystymui įtakos turėjo jo polinkis užgniaužti savo pyktį, kitas neigiamas emocijas ir jų neparodyti, bei uždaras būdas, kliudęs sumažinti susikaupusią įtampą atsivėrimo keliu. V4 psichozės virsmą suvokia, kaip kūne susikaupusios įtampos proveržį, išlaisvinimą. Psichozę V4 vertina kaip neigiamą patyrimą ir deda daug pastangų siekdamas to išvengti. Norėtų nuo to apsaugoti ir kitus. Psichozės patirtis paskatino V4 būti atviresniu ir ieškoti kontaktų. V4 jaučia jog savo valios pastangų dėka susitvarkė savo gyvenimą daugiau, nei iš jo buvo tikimasi. Pasitraukti iš gyvenimo V4 neleido baimė nesėkmės atveju dar labiau komplikuoti savo gyvenimą ir tapti dar labiau priklausomu nuo kitų. V4 atranda juokingų gyvenimo su psichikos liga aspektų. V4 tai yra būdas nepasiduoti depresijai. V4 į psichikos ligą žiūri kaip į aukštesnės jėgos jam skirtą išbandymą, tačiau norėtų išvengti didesnių išbandymų, nes ir esami išbandymai reikalauja daug pastangų ir vidinių resursų. V4 turi ateities viziją atnaujinti savo mėgstamą veiklą, kuri suteikia galimybę atitrūkti nuo kasdienybės, patirti ypatingų išgyvenimų. V4 norėtų kitus apsaugoti nuo psichozės patyrimo. Tačiau kartu ir priima tokią padėtį, remdamasis lemties egzistavimu.

#### Tyrimo dalyvio V4 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės patyrimo įprasminimas, tai: savo pajėgumo ir galimybių ribotumo įsisąmoninimas; savo negatyvių būdo bruožų suvokimas ir siekis juos keisti; artimo bendravimo ir atsivėrimo kitam reikšmės atradimas; subjektyvaus psichozės atsiradimo modelio išvystymas; jūmoro kaip pozityvaus būdo priimti sunkias gyvenimo sąlygas įsisavinimas; teigiamas esamos situacijos vertinimas, žinant, kad buvo ir blogesnių momentų; savo būties dabartyje išgyvenimas; altruistinių siekių atradimas savyje

(kitus apsaugoti nuo to, ką pats patyrė); savo patyrimo pamatymas platesniame transcendentiniame kontekste; savo situacijos kaip duotybės priėmimas, remiantis aukštesnių gyvenimo dėsnių egzistavimo suvokimu;

#### Tyrimo dalyvio V5 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

Psichozės metu V5 atrodė, kad kiti žmonės persekiojo jį, darė poveikį, eksperimentavo su jo smegenimis. Taip pat V5 girdėdavo „balsus“ kuriuos suvokdavo kaip saugumo darbuotojų, ar net garsaus politiko kreipimąsi į jį, tačiau vertina šį psichozės epizodą kaip lengvesnį, palyginus su kitais. V5 nesutinka su psichiatrų pateikiamu ligos paaiškinimu ir į ligą žiūri kaip į antžmogiškų jėgų mėginimus atimti iš V5 galią priimti sprendimus ir savarankiškai veikti. Psichozės metu V5 patyrė aplinkos suvokimo transformaciją, kuomet norima tapdavo esamu. V5 įsivaizdavo, kad išrado naują alkoholinio gėrimo rūšį. V5 taip pat išgyveno savo valstybės ypatingumo ir reikšmingumo globaliniu mastu patyrimą. V5 dabar suvokia psichozinių įsitikinimų kardinalų nesuderinamumą su egzistuojančia realybe. Žvelgiant iš dabartinės pozicijos tai V5 kelia juoką. Tačiau V5 skaudžiai reaguoja, kai iš to juokiasi kiti, nes V5 įsitikinęs, kad kiti vienpusiškai mato V5 pasaulį, nepastebėdami V5 patiriamų neigiamų išgyvenimų. Kančia ir „negeri jausmai“ (nerimas, baimė, slėgimas) V5 siejasi su depresija, tuo metu jis patiria didžiulę, slegiančią savo egzistencijos našta. Būdamas psichozėje, V5 kančios nepatirdavo. Jis mano, kad psichozė prasidėjo dėl nuovargio ir miego trūkumo. Būdamas ligoninėje V5 jautėsi nelaisvas, suvaržytas ir norėjo iš ten ištrūkti. Nors kildavo minčių apie savižudybę, V5 nelinkęs tokiu būdu atsikratyti gyvenimo naštos, kadangi jaučia, kad jo situacija dar nėra tokia beviltiška, be to savo dabartiniame gyvenime išvelgia įvairių teigiamų aspektų. V5 su apmaudu prisimena prarastą artistišumą, jumorą jausmą bei gebėjimą atsikirsti sulaukus kandžios replikos bei nuvertina savo protinius sugebėjimus bendraudamas su kitais. Tačiau tai skatina jį dėti daugiau pastangų, siekiant kompensuoti praradimus ir prisitaikyti prie esamų aplinkybių. V5 po ligos prarado „gyvenimo džiaugsmą“ ir nebejaučia susidomėjimo daugeliu iš jam anksčiau pasitenkinimą kėlusiu pomėgių. Liko tik tuštumos jausmas ir bloga savijauta. V5 jaučiasi kitoks, nei sveiki žmonės. Veiklos atlikimas V5 asocijuojasi su pareigos jausmu, tam reikia daug valios pastangų. V5 slegia tai, kad jis turi atlikti įvairias pareigas. Jis taip pat jaučia energijos bei optimizmo dėl ateities stoką. Su nostalgija prisimena jaunystę, kai viso to netrūko. V5 tęsia savo gyvenimą iš įpročio ir pareigos. Žudyti bijo nes dar „ne taip blogai“. Visgi nevengia ir su jumoru pažiūrėti į savo situaciją. Nors V5 gyventi sunku, jis turi palaikančią žmoną, be to džiaugiasi atsivėrusia galimybe atnaujinti keliaavimo pomėgį, kuris „kažkaip prašviesina gyvenimą“. V5 mano, kad jo ligos patirtis paskatino atkreipti dėmesį ir rūpintis kitais kenčiančiais ir nelaimingais žmonėmis. Jis įsitikinęs, kad jei būtų sveikas, tai jam nerūpėtų. V5 priimti

savo ligą padėjo tikėjimas, kad egzistuoja tam tikra dieviška pasaulio tvarka, nepagavi žmogiškajam suvokimui. Ligą vertina, kaip aukštesnės jėgos skirtą išbandymą bei galimybę askezės būdu pasiruošti mirčiai kaip perėjimui į kitą – dvasinį būvį. V5 mano, kad psichozės išsivystymui įtakos taip pat turėjo jo tobulumo siekis, kuomet jis stengėsi dėl pasiekimų, neatsižvelgdamas į savo realias galimybes. Kai būdamas jaunas, V5 susirgo, buvo sunku. Tačiau jis turėjo vilčių dėl ateities ir tai jį palaikė. Dabar, vertindamas nugyventą gyvenimą, mato per mažai savo pasiekimų ir tai sukelia stiprėjantį tuštumos jausmą. V5 su nostalgija prisimena darbą, kuris jam patiko ir kur turėjo jį palaikančių draugų. Jo netekęs, jis daug galvoja apie savo gyvenimo prasmę. Tą prasmę V5 atranda gyvenimo ir jo tėkmės patyrimė.

#### Tyrimo dalyvio V5 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas, tai: ligos kaip aukštesnių jėgų išbandymo bei galimybės askezės būdu pasiruošti mirčiai kaip perėjimui į kitą – dvasinį būvį suvokimas; psichozės patyrimo kaip paskatos dėti daugiau pastangų, siekiant kompensuoti praradimus ir prisitaikyti prie esamų aplinkybių supratimas; jumoro kaip būdo pažvelgti į sunkią gyvenimo situaciją naudojimas; teigiamų gyvenimo aspektų atradimas; galimybės atnaujinti keliavimo pomėgį priėmimas; artimųjų palaikymo patyrimas; paskatos rūpintis kitais kenčiančiais ir nelaimingais žmonėmis atradimas; psichozės priežasčių bei asmeninio indėlio į jos vystymąsi suvokimas; artimo santykio su panašaus likimo žmonėmis patyrimas; savo likimo pamatymas platesniame, transcendentiniame kontekste; gyvenimo kaip paslapties, nepagavios žmogiškajam suvokimui priėmimas; gyvenimo prasmės atradimas gyvenimo ir jo tėkmės patyrimė.

#### Tyrimo dalyvės M1 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

M1 pabrėžia paskutinio psichozės epizodo išskirtinumą, lyginant su prieš tai buvusiais. M1 mano, kad psichozės priežastis buvo ta, kad ji nesipriešino gydytojų sprendimui vartojamus vaistus pakeisti kitais, kadangi buvo nusivylusi vartojamų vaistų poveikiu bei didėjančia tolerancija jiems. Psichozės epizodo pradžioje M1 buvo aktyvi bei spontaniška. Patyrė daug teigiamų emocijų, kadangi sau leido tai, kas jai neįprasta, nekasdieniška. Patyrė savęs reikšmingumą, laisvę nuo suvaržymų. Tačiau vėliau kritiškai įvertino savo savijautą ir kreipėsi pagalbos į seserį. Jai atvažiavus buvo iškviesta greitoji pagalba. Bevežant M1 į ligoninę, ji neteko sąmonės ir „atsibudo tik palatoj pririšta“. Tuo metu M1 jautėsi tarsi mirusi, praradusi gyvybingumą, išgyveno savojo „aš“ sunykimą, vartimą „pelenais“. M1 patyrė realius žmones ir aplinką susipynusius su fantastiniais vaizdiniais, perteikiančiais jos bejėgiškumą ir suvaržymą. M1 su pasibaisėjimu prisimena tą virsmą, kurį patyrė, kuomet neteko to, ką suvokia kaip žmogiškumo pagrindą. Ji itin skausmingai išgyveno „negebėjimą grįžti į save“. M1 negavo tinkamo

medikamentinio gydymo ir pyko ant savo daktarės, kad ją pamiršo. M1 bijojo, kad ją užmuš. Koregavus gydymą, M1 būsena pradėjo gerėti. Ji su nuostaba prisimena grįžimą į realybę. Tačiau, net ir gaudama tinkamus vaistus M1 kurį laiką patirdavo „nerealybės priepuolius“, kuriuos stengdavosi įveikti arba nukreiptos į aplinką agresijos pagalba, arba fiziškai atsitverdama ir taip sumažindama aplinkos poveikį. M1 buvo labai sunku. Miegas buvo kaip būdas iš tos kančios išsilaisvinti, nes būdama budri, ji be perstojo judėdavo. M1 mato savo situacijos panašumą į priklausomo nuo narkotikų žmogaus, nutraukusio narkotikų vartojimą, patyrimą, ir yra įsitikinusi, kad tinkamas vaistų suregulavimas padėjo jai atsistatyti. M1, gulėdama ligoninėje, turėjo didelių lūkesčių sulaukti pagalbos iš artimųjų, tačiau jie neišsipildė. M1 savo būseną lygina su ankstesnio paūmėjimo simptomais, kuriuos jai pavykdavo nuslėpti ir kurie nebuvo tokie globalūs, kaip paskutinio paūmėjimo metu, kuomet net sunyko savojo „aš“ vaizdas. M1 po psichozės tapo atsargesnė ir susitaikė su vaistų kaip apsauginių veiksnių vaidmeniu jos gyvenime. M1 gyvenimą suvokia kaip kančią iš kurios ji norėtų išsilaisvinti, tačiau nepajėgia to padaryti saviDestrukcijos būdu. Su apmaudu prisimena nepasitvirtinusią mirtinos ligos diagnozę. Jumorą naudoja kaip būdą tvarkytis su sunkiai pakeliama gyvenimo situacija. M1 gyvenimo prasmę suvokia kaip priklausymą tam tikram socialiniam ratui. Priklausymas organizacijai padeda M1 įveikti atsietumo, izoliacijos jausmus. Suvokiama jos darbo reikšmė ir nauda kitiems žmonėms, paskatina ją tęsti tą veiklą.

#### Tyrimo dalyvės M1 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas, tai: savo reikšmingumo, laisvės nuo suvaržymų patyrimas psichozės metu; savo patirties analizė, padidėjęs supratimas apie vaistų reikšmę būsenos stabilumui užtikrinti; tapimas atsargesne ir susitaikymas su vaistų vaidmeniu gyvenime; jumorą kaip būdą tvarkytis su sunkiai pakeliama gyvenimo situacija, naudojimas; gyvenimo prasmės kaip priklausymo tam tikram socialiniam ratui suvokimas; socialinio rato, padedančio įveikti atsietumo ir izoliacijos jausmus atradimas; veiklos kaip galimybės padėti panašaus likimo žmonėms atradimas.

#### Tyrimo dalyvės M2 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

M2 yra ne kartą patyrusi psichozės atkrytį. Paskutinio atkryčio metu, greitai atsistatė kritika, supančios realybės atžvilgiu. M2 priešinosi bandymams ją hospitalizuoti ir atsiskė medicininę paslaugų, kai tik atsirado proga. Psichozės pradžia sutapo su asmeniniais išgyvenimais, susijusiais su viltimis dėl artimų santykių sukūrimo, bei su dideliu darbo krūviu, kuomet, gavusi atsakingas pareigas, ji intensyviai dirbo, net ir atsiradus persekiojimo baimei. M2 buvo būdingas negatyvus savęs vertinimas, tačiau atliekant veiklą, kurią suvokė kaip prasmingą, savęs vertinimas tapo teigiamas. Šis savo sugebėjimo

atlikti sudėtingą užduotį patyrimas kelia teigiamas emocijas ir neleidžia psichozės vertinti tik negatyviai. Per didelis protinis aktyvumas M2 kėlė įtarimų dėl psichozės vystymosi, tačiau ji nuramino save, radusi tam prieštaraujančių įrodymų. M2 jautė savo idėjų reikšmingumą, potencialą padėti kitiems žmonėms tų idėjų pagalba. M2 taip pat jautė nesaugumą, kuris vieną kartą peraugo į jausmą, kad ją sužalos pažįstamas žmogus. Tuomet ji nusprendė nesipriešinti tam, ir pasirodė, kad tas žmogus iš tiesų neturėjo agresyvių ketinimų. Psichozės metu M2 daug dėmesio skiria socialiai jautrių temų plėtojimui. Per paskutinę psichozę ji plėtojo pedofilijos bažnyčios tarnautojų tarpe temą. M2 tai jautri tema, kadangi ji pažįsta bažnytinį gyvenimą ir nėra susidūrusi su tokiais atvejais. M2 Sumažėjo emocinis krūvis, perteikiant psichozės patirtį kitiems. M2 pati analizuoja savo patyrimą, bandydama suprasti psichozės atsiradimo priežastis. Prieš paskutinę psichozę ji nusprendė atsisakyti medikamentų, tai buvo reikšmingas žingsnis, kurio reikšmės nesumenkino net vėliau ištikęs psichozės epizodas. M2 turi įrodymų, patvirtinančių jos sprendimo teisingumą. M2 savarankiškai užbaigė gydymosi ciklą. Jai nuostabą kelia tai, kad po psichozės ji jaučiasi tvirtesnė ir pajėgesnė įtakoti psichozės eigą, nei anksčiau. M2 teikia pirmenybę gyvenimui be invalidumo, nes tai yra vienas iš jos savigarbos sudėtinių komponentų, be to bijo, kad gavusi invalidumą, prarastų esamus įsipareigojimus, skatinančius aktyviai gyventi. M2 teigia savo atvejo išskirtinumą, tačiau nesulaukia tinkamo dėmesio. Ji taip pat išgyveno pasmerkumo jausmą, išgirdusi iš vieno psichiatro, kad jos liga nepagydoma. M2 visuomeninėje veikloje patiria prasmingumo išgyvenimus, dalyvaudama joje, ji remiasi ir psichozės metu išvystytomis idėjomis. Prisiima misiją padėti panašaus likimo žmonėms, nors ir negauna už tai piniginės naudos. Ji nevengia viešumo siekdama įgyvendinti savo tikslus, tai darydama atlaiko didesnę emocinį krūvį nei anksčiau. Psichozę mato kaip koreguojančią savęs vertinimo svyravimus. M2 stiprybės teikia jai itin reikšminga knyga, kviečianti realizuoti savo potencialą vardan aukštesnių tikslų. M2 savo patirtį psichozės metu mato kaip vertingą žinių bazę, atstojančią formalias išsilavinimą patvirtinančias pažymas. Ji siekia didesnio savo ligos supratimo.

#### Tyrimo dalyvės M2 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas, tai: savo idėjų reikšmingumo ir teigiamo savęs vertinimo patyrimas; geresnis savęs bei savo ligos pažinimas; savo pajėgumo įtakoti psichozės eigą, bei gyventi be vaistų pagalbos patyrimas; savo misijos padėti panašaus likimo žmonėms atradimas; psichozės kaip tam tikros organizmo savireguliacinės išraiškos supratimas; siekio realizuoti savo potencialą išvystymas; realaus gyvenimo kaip erdvės plėtoti psichozės metu išvystytas idėjas atradimas; psichozės patirties kaip vertingos žinių bazės, atstojančios formalias išsilavinimą patvirtinančias pažymas;

### Tyrimo dalyvės M3 nuoseklus psichozės patyrimo ir jo įprasminimo tekstas

M3 sunku kalbėti apie savo patyrimą psichozės metu. M3 prieš prasidedant psichozei turėjo nusistovėjusį gyvenimo ritmą bei patyrė teigiamų pasiekimų įvairiose gyvenimo srityse. M3 mano, kad psichozės priežastis buvo nemiga ir iš to kylantis nuovargis. M3 pasijutusi blogai ėmėsi atitinkamų veiksmų, tačiau varžydama gydytojų, tam tikrus būsenos aspektus nusiėpė, dėl to jai pritaikė gydymo priemones, neatitinkančias jos būsenos sunkumo. Psichozės metu M3 gyveno visuotinio gėrio erdvės iliuzijomis, jautėsi atliekanti misiją, skleisti gėrį pasaulyje, to patvirtinimui įsivaizduodavo turinti įrodymų. Ji stengėsi atitikti aukščiausius moralinius standartus ir nevertindavo savo daiktų, o atiduodavo juos kitiems. Įsimintiniausia geradarystė buvo didelė pinigų suma, atiduota visiškai nepažįstamam žmogui. M3 išgyveno betarpiškumo, savo ypatingumo, laisvės nuo vidinių barjerų patyrimus, kartu su tapatumo praradimu. Aplinkos suvokimas tapo ryškesnis, ji jautė betarpiškas sąsajas ir atjautą gamtos kūrinijai. M3 jautė esanti komunikabili, suprantanti kitus, betarpiškai bendraujanti. Tai jai buvo viliojantis ir keliantis ilgesį patyrimas, kuris po to nepasikartojo. Esant reikalui, M3 meluodavo, kad nusiėptų savo poelgius. Mamai įvertinus jos būseną, buvo imtasi griežtesnių gydymo priemonių. M3 realus pasaulis kelia negatyvų išpūdį, grįžimas į jį buvo skausmingas, kadangi teko susidurti su savo elgesio psichozės metu pasekmėmis. Psichozės patyrimą užgožia skausmingas savo kaltės dėl tų pasekmių suvokimas, kurį sunku toleruoti ir priimti. M3 esamu momentu yra atsargesnė, ėmėsi prevencinių priemonių, kurių anksčiau nežinojo, kad išvengtų atkryčio. Ji nebesitatiki savo suvokimu ir vertinimu, ir vis tikrinasi ar tai, ką ji patiria, nėra haliucinacijos. M3 realiam pasaulyje veikla padeda užsimiršti. Be to jame taip pat patiria gražių akimirku, kurios bent dalinai kompensuoja netektis. Tarp neigiamų su psichoze susijusių išgyvenimų, M3 išvelgia ir įdomių patyrimų, tokių kaip padidėjęs aktyvumas, energija. Pažvelgusi į savo ligą iš platesnės perspektyvos, suvokė, jog jos patyrimas nėra išskirtinis. M3 patyrusi ypatingų, išskirtinių potyrių, po to „nusileido ant žemės“. M3 gyvenimas panašus į kovą, kur ji turi versti save ir dėti daug valios pastangų, kad atliktų reikiamus darbus ir veiklas. Prisimena, kad anksčiau jai buvo lengviau dirbti. M3 jaučia artimųjų palaikymą. Žino, kad jie pergyventų, jei M3 būseną pablogėtų.

### Tyrimo dalyvės M3 psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas

Psichozės epizodo įprasminimas, tai: psichozės kaip galimybės pagyventi kitokiame, geresniame pasaulyje patyrimas; Betarpiško bendravimo, laisvės nuo vidinių barjerų psichozės metu patyrimas;

kaltės dėl savo elgesio patyrimas; tapimas atsargesne po psichozės; padidėjęs supratimas apie tai, kokių prevencinių priemonių galima imtis, siekiant išvengti atkryčio; įsitraukimas į veiklą, padedančią užsimiršti; savo ligos pamatymas bendresniame kontekste; artimųjų palaikymo suvokimas.

### **5.3. Psichozės epizodo įprasminimo bendrų aspektų išskyrimas ir apibudinimas**

*Teigiamų aspektų atradimas tiek psichoziniame patyrimo, tiek esamoje gyvenimo situacijoje*  
teigiamų esamos gyvenimo situacijos aspektų patyrimas

V2 vertina savo gyvenimo situaciją kaip geresnę, lyginant su draugo situacija, kadangi V2 turi šeimą.

V3 atrado galimybę patirti džiaugsmo ir pasitenkinimo potencialą kasdieniame patyrimo;

V4 teigiamai vertina esamą situaciją, žinodamas, kad buvo ir blogesnių momentų;

V5 džiaugiasi galimybe atnaujinti keliavimo pomėgį;

M2 priėmė psichozės patirtį kaip vertingą žinių bazę, atstojančią formalias išsilavinimą patvirtinančias pažymas;

psichozės kaip „kitokio“, pozityvaus santykio su pasauliu bei pačiu savimi patyrimas.

V1 atrado kitokią santykį su reikšmingu žmogumi bei patyrė laisvę ir savarankiškumą (psichozės metu);

V3 psichozę patyrė kaip intensyvesnę ir ryškesnę „gyvenimą“;

M1 patyrė savo reikšmingumo, laisvės nuo suvaržymų jausmus;

M2 išgyveno savo idėjų reikšmingumą ir teigiamą savęs vertinimą;

M3 psichozę prisimena kaip galimybę pagyventi kitokiame, geresniame pasaulyje, kur išgyveno betarpiško bendravimo, laisvės nuo vidinių barjerų patyrimą;

jumoro kaip pozityvaus būdo tvarkytis su sunkiai pakeliama gyvenimo situacija įsisavinimas

V4, V5, M1 naudoja jumorą kaip pozityvų būdą priimti bei tvarkytis su sunkia gyvenimo situacija;

*gilesnis savęs bei savo situacijos pažinimas, to pasėkoje pasikeitusi asmens pozicija savo ligos bei gyvenimo situacijos atžvilgiu*

gilesnis bei objektyvesnis savęs bei savo ligos pažinimas

V1 analizuoja nepalankią ankstyvojo gyvenimo tarpsnio situaciją;

V2 giliau analizuoja ir labiau supranta save;

V3 objektyviai vertina savo elgesį psichozės metu bei to elgesio paskatas;

V4 išplėtojo subjektyvų psichozės atsiradimo modelį;

M1 analizuoja savo patirtį;

M2 geriau pažįsta save bei savo ligą;

#### psichozės kaip pamokos būti atsargesniam ir atsakingesniam priėmimas

V3 psichozę priima kaip pamoką būti atsargesniam ir atsakingesniam;

M1 daugiau supranta apie vaistų reikšmę būsenos stabilumui užtikrinti;

M1 tapo atsargesne ir susitaikė su vaistų vaidmeniu gyvenime;

M3 tapo atsargesne po psichozės bei labiau supranta, kokių prevencinių priemonių galima imtis, siekiant išvengti atkryčio;

#### pajėgumo kontroliuoti savo būseną bei įtakoti ligos eigą patyrimas

V1, V2, V3 patyrė savo pajėgumą kontroliuoti būseną;

M2 jaučiasi pajėgi įtakoti psichozės eigą, bei gyventi be vaistų pagalbos

#### tikslų koregavimas atsižvelgiant į realias asmens galimybes

V1 kelia gyvenimo tikslus, atsižvelgdamas į realią situaciją;

V3 koregavo savo lūkesčius bei gyvenimo tikslus, atsižvelgdamas į realią savo situaciją;

V4 suvokia savo pajėgumo ir galimybių ribotumą;

#### atsakomybės už savo patyrimą prisiėmimas

V1 jaučia kaltę dėl savo veiksmų psichozės metu;

V2 objektyviai vertina savo veiksmus bei jų padarinius gyvenime bei prisiima asmeninę atsakomybę už tuos veiksmus;

V5 suvokia psichozės priežastis bei pripažįsta asmeninį indėlį ligos išsivystyme;

M3 jaučia kaltę dėl savo veiksmų psichozės metu;

#### ***pokyčiai susiję su tarpasmeniniais santykiais***

##### artumo, susietumo su kitais patyrimas bei su tuo susiję vidiniai pokyčiai

V2 tapo tolerantiškesnis, atviresnis emociniai patirčiai, artimiau priima savo šeimą, labiau supranta panašioje situacijoje esančius žmones

V3 patyrė artimųjų palaikymą ir jų lygiavertišką santykį su V3;

V5 patyrė artimųjų palaikymą, bei išgyveno artimą santykį su panašaus likimo žmonėmis;

M1 atrado socialinį ratą, padedantį įveikti atsietumo ir izoliacijos jausmus;

M3 patyrė artimųjų palaikymą;

tarpasmeninių santykių analizė, tarpasmeninių saitų reikšmingumo pripažinimas

V2 psichozę priėmė kaip galimybę patikrinti tarpasmeninių saitų tvirtumą ir jų pagrindą;

V4 atrado artimo bendravimo ir atsivėrimo kitam reikšmę;

M1 suvokia gyvenimo prasmę kaip priklausymą tam tikram socialiniam ratui;

***paskatos bei erdvės savirealizacijai atradimas***

paskatos keistis ir tobulėti atradimas

V1 siekia realizuoti save;

V4 suvokia savo negatyvius būdo bruožus ir siekia juos keisti;

V5 psichozės patyrimą supranta kaip paskatą dėti daugiau pastangų, siekiant kompensuoti praradimus ir prisitaikyti prie esamų aplinkybių;

M2 siekia realizuoti savo potencialą;

savęs realizavimas teikiant pagalbą panašioje situacijoje atsidūrusiems asmenims

V1 atrado erdvę padėti kitiems;

V4 atrado altruistinius siekius savyje (kitus apsaugoti nuo to, ką pats patyrė);

V5 jaučia paskatą rūpintis kitais kenčiančiais ir nelaimingais žmonėmis;

M1 veiklą mato kaip galimybę padėti panašaus likimo žmonėms;

M2 vykdo misiją padėti panašaus likimo žmonėms, realų gyvenimą suvokia kaip erdvę plėtoti psichozės metu išvystytas idėjas.

***savo situacijos sąryšio su platesniu kontekstu išvelgimas***

savo patyrimo pamatymas platesniame, transcendentiniame kontekste

V4 savo patyrimą mato platesniame transcendentiniame kontekste;

V5 į ligą žvelgia kaip į aukštesnių jėgų išbandymą bei galimybę askezės būdu pasiruošti mirčiai kaip perėjimui į kitą – dvasinį būvį, gyvenimo prasmės atranda gyvenimo ir jo tėkmės patyrimo;

M3 savo ligą mato bendresniame kontekste;

psichozės, kaip organizmo savireguliacijos išraiškos suvokimas

V1 psichozę supranta kaip kompensacinę reakciją į bazinių asmens poreikių neigimą;

M2 psichozę supranta kaip tam tikrą organizmo savireguliacijos išraišką;

susitaikymas su savo patyrimu, priėmimas kaip tam tikros savo egzistencijos duotybės

V4 savo situaciją priima kaip duotybę, remdamasis aukštesnių gyvenimo dėsnių egzistavimu;

V4 išgyvena savo būtį dabartyje;

V5 gyvenimą priima kaip paslaptį, nepagavia žmogiškajam suvokimui;

#### **5.4. Bendras psichozės epizodo įprasminimo apibrėžimas**

Psichozės epizodo įprasminimas tyrimo dalyviams – tai vidinių procesų išdava, kuomet asmenys išvelgia pozityvius patyrimus tiek esamoje gyvenimo situacijoje (su negatyviais gyvenimo aspektais tvarkydamiesi juoro pagalba), tiek psichozės patirtyje, kurią priima kaip kitokio, pozityvaus santykio su pasauliu bei pačiu savimi išgyvenimo erdvę. Gilesnio savęs bei savo situacijos pažinimo dėka vyksta asmens pozicijos pokyčiai savo ligos bei gyvenimo situacijos atžvilgiu. Asmuo prisiima atsakomybę už savo patyrimą, koreguoja tikslus atsižvelgdamas į savo galimybes, psichozę priima kaip pamoka būti atsargesniam ir atsakingesniam, bei jaučiasi pajėgus kontroliuoti savo būseną bei įtakoti ligos eigą. Taip pat vyksta pokyčiai ir tarpasmeninių santykių sferoje, kuomet asmenys ne tik analizuoja ir pripažįsta tarpasmeninių saitų svarbą jų gyvenime, bet ir deda pastangas bei juda link artimesnio santykio su kitais žmonėmis, naujų kontaktų kūrimo. Psichozės patyrimas tyrimo dalyviams tapo paskata ieškoti erdvės realizuoti savo potencialą, kaip viena iš pagrindinių savirealizacijos terpių šiems asmenims yra pagalbos teikimas panašaus likimo žmonėms. Žvelgdami į savo patirtį iš platesnės perspektyvos, asmenys išvelgia tam tikrą tvarką ir dėsningumus savo patyrimo, kuriuos suvokia kaip tam tikras organizmo savireguliacijos ar aukštesnių transcendentinių jėgų veikimo išraiškas.

## 6. Rezultatų aptarimas

Šio darbo tikslas buvo išsiaiškinti, ar asmenys, išgyvenę psichozę, kaip nors įprasmina savo patyrimą. Kokį paaiškinimą žmogus atranda tam, kas įvyko, kokią prasmę išvelgia tame iš pirmo žvilgsnio chaotiškame, beprasmiškame ir skausmingame patyrimo. Ši tikslą padėjo pasiekti subjektyvi psichožę išgyvenusiu asmens patyrimo analizė bei bendro apibrėžimo, gauto remiantis visais tyrimo metu gautų tekstų specifiniais apibrėžimais, suformulavimas. Gauti rezultatai atskleidžia turtingą vidinį asmenų išgyvenusiu psichožę pasaulį, į kurį intensyvių pastangų dėka integruojama ir skausminga psichožės epizodo patirtis, atrandant tam tikrus būsenos kitimo dėsningumus, suvokiant savo indėlį tame, kas įvyko, priimant psichožės patirtį kaip pamoką, ką reikia daryti kitaip, norint išvengti psichožės pasikartojimo.

Kaip teigia Langle (2005), sunkios gyvenimo akimirkos gali tapti baze, nuo kurios asmuo pradės kurti naują, harmoningesnį gyvenimą. Tai atskleidžia ir tyrimo rezultatai, rodantys, jog psichožės patyrimas tampa paskata giliau pažinti save bei savo ligą (V1, V2, V3, V4, M1, M2), koreguoti savo gyvenimo lūkesčius juos priderinant prie realių gyvenimo aplinkybių (V1, V3, V4). Psichožė tampa tarsi pamoka mažiau dairytis į kitų pasiekimus, daugiau susitelkti ties savo lūkesčių atitikimu realioms asmens galimybėms bei gyvenimo aplinkybėms, o tai ir yra pagrindas patirti brandų džiaugsmą gyvenime. V. Frankl (1967) teigia, kad kiekvienoje gyvenimo situacijoje glūdi galimybės, per kurias mes galime formuoti savo egzistencijos kryptį keisti įvykius geresne linkme. Psichožės patirtis tyrimo dalyviams taip pat tapo paskata keistis ir tobulėti (V1, V4, V5, M2). Nors nemaža dalis tiriamųjų pabrėžė psichinės ligos diagnozę bei sveikatos būklę kaip pagrindines kliūtis, trukdančios sėkmingiau realizuoti save norimose veiklos srityse, tačiau psichožės metu įgyta patirtis kartu įgalino juos tapti savo ligos žinovais bei suteikė galimybę padėti kitiems panašaus likimo žmonėms. V1, V4, V5, M1, M2 tyrimo dalyviai pasidalino motyvacija padėti kitiems psichožę patyrusiems asmenims. M2 šią veiklą suvokia kaip savo misiją gyvenime. Tai atliepia A. Langle (2005) išsakyta minčiai, jog asmuo yra orientuotas į savo gyvenimo tikslą, misijos atradimą, tai sudaro pagrindą pilnaverčio gyvenimo patyrimui.

Tyrimo dalyviai taip pat buvo linkę žvelgti į savo patyrimą platesniame kontekste bei priimti ligą ne kaip beprasmį įvykį ar atsitiktinumą, o išvelgti tame patyrimo tam tikrą struktūrą, dėsningumus bei sąsajas su transcendentine pasaulio tvarka (V1, V4, V5, M1, M3). Toks savo patirties sąryšio su visuma, bendru kontekstu patyrimas skatina susitaikyti su savo patyrimu, priimti jį kaip tam tikrą savo egzistencijos duotybę. Visgi pažymėtina, jog kai kurie tiriamieji išsakė dažnai jaučiantys vidinę tuštumą, beprasmybę. Tai siejasi su V. Frankl (1967) išsakyta mintis, jog žmogus neieškantis ar

nerandantis paaiškinimo tam kas įvyko, jaučia „egzistencinį vakuumą“, kuris pasireiškia minėtais tuštumos ir beprasmybės jausmais. Remdamiesi šia prielaida, galime teigti, jog skirtingiems tiriamiesiems būdingas įvairaus intensyvumo savo psichozės epizodo patirties prasmingumo pajautimas. Tačiau tyrimo rezultatai parodė, jog net ir tie tiriamieji, kurie išsakė jaučiantys vidinę tuštumą ar beprasmybę, taip pat išsakė ir tam tikrus prasmingus patyrimus tiek psichozės patirtyje, tiek esamoje gyvenimo situacijoje.

Tiriant fenomenologiniu metodu svarbus tyrimo aspektas yra tiriamųjų gebėjimas savirefleksijos būdu perteikti savo patyrimą. Šis tyrimas buvo tarsi iššūkis ta prasme, jog paprastai yra laikomasi požiūrio, kad schizofrenija sergantiems asmenims stinga savirefleksijos sugebėjimų. Ir nors tyrimo metu pastebėta, jog kai kuriems tiriamiesiems sunkiau sekėsi dalintis savo patirtimi, kai kurie išsakydavo nenorą pasakoti tam tikrus skaudžius epizodus, tačiau bendrai paėmus, galime teigti, jog šios tiriamųjų grupės savirefleksijos sugebėjimai buvo gana aukšti, tiriamieji dalinosi savo išgyvenimais, pateikdami konkrečius pavyzdžius bei išreiškėdami įvairius su psichozės patyrimu susijusius jausmus. Gauti rezultatai svarbūs tuo, kad konfrontuoja su paplitusiu požiūriu į psichikos ligonius kaip į fiziškai ir psichiškai neįgalius žmones, kardinaliai besiskiriančius nuo likusios „sveikų“ žmonių visuomenės. Tiriant išryškėjo, kad atidžiau pažvelgus, kas slypi po schizofrenijos ligos diagnoze, matyti unikalūs žmonės ir jo pastangos tvarkytis su sunkiai pakeliama gyvenimo situacija. Nors ne visi tyrimo dalyviai pasidalino savo gyvenimo situacija iki psichozės epizodo, tačiau iš kitų pasisakymų, atradome, jog psichozė dažnai būdavo kaip kelias patirti iki tol slopintus poreikius, kompensuoti džiaugsmo ir pasitenkinimo savimi trūkumą realiame gyvenime (V1, M1, M2, M3). Šią tendenciją, nors ir ne taip ryškiai išreikštą, iš tiesų galima būtų įžvelgti kiekvieno „sveiko“ žmogaus gyvenime. Po psichozės epizodo, asmenys linkę stiprinti tarpasmeninius santykius su artimais žmonėmis, siekdami didesnio artumo, susietumo su kitais (V2, V3, V5, M1, M3). Taip pat jie linkę pozityviai žvelgti į esamą gyvenimo situaciją, nepaisant tam tikrų sveikatos bei veiklos apribojimų (V2, V3, V4, V5, M2). Tai siejasi su Wilken (2005) išsakytom idėjomis, jog asmenims atsistatantiems po sunkių gyvenimo įvykių būdingas poreikis plėsti tarpasmeninių kontaktų lauką, bei atrasti tam tikrus pozityvius, pamokančius dalykus tame traumuojančiame patyrimo. Taigi matome, jog psichozę patyrusių asmenų vidinis pasaulis iš tiesų turi nemažai panašumų lyginant su „sveikų“ žmonių patirtimi, kas parodo schizofreniją patyrusių asmenų nuvertinančių įsitikinimų klaidingumą. Žinoma šios išvados daromos remiantis konkrečios tiriamųjų grupės domenimis ir gali būti taikomos tik šiai grupei. Be abejojimo dalis sergančiųjų schizofrenija pasižymi itin stipriai išreikšta schizofrenijos forma, kuomet pastebimas ne tik savirefleksijos nuskurdimas, bet ir emocinės, kognityvinės, valios sferų deficitai (vadnamieji chroniški ligoniai). Tačiau tokių asmenų yra tik 15 % tarp visų schizofrenija

sergančių asmenų (dar apie 10 % nusižudo) (David, 2004), tad akivaizdu, jog didesnė dalis sergančių schizofrenija iš tiesų yra „sveikesni“ nei juos remdamasi nusistovėjusiais stereotipais vertina didelė dalis visuomenės.

Tyrimo rezultatai atskleidė, jog asmenys psichozės patyrimo prasmingumą patyrė ne tik priimdami nuostatą likimo, kurio negali pakeisti atžvilgiu (V4, V5, M1, M3), bet ir kitais V. Frankl (1967) minimais būdais. Nors teorinėje dalyje buvo laikomasi nuostatos, kad asmenys psichozės epizodo prasmingumą galėtų patirti nebent kitaip žvelgdami į savo patyrimą, ir priimdami tam tikrą pozityvią nuostatą to patyrimo atžvilgiu, tačiau paaiškėjo, kad šis kelias nėra vienintelis patirti psichozės epizodo prasmingumą. Tyrimo dalyviai patyrimo prasmingumą atrado ir per tai, ką gali duoti gyvenimui, (žvelgdami į savo patyrimą kaip galimybę padėti kitiems – V1, V4, V5, M1, M2), bei per tai ką paima iš gyvenimo (V2, V3, V4, V5, M1, M2 psichozės epizodo patyrimo išvele svarbias vertybes bei naudingą patirtį). Taigi šie rezultatai patvirtina V. Frankl (1967) idėją apie 3 gyvenimo bei konkretaus patyrimo prasmingumo atradimo kelius bei parodo, jog visi šie keliai yra atpažįstami ir psichozę išgyvenusiu asmenų patirtyje.

A.Langle (2005) teigia, jog žmogaus gyvenimo esmė - tai nuolatinė dvasinės laisvės kova su gyvenimo apribojimais. Daug respondentų iš tiesų pažymėjo, jog jų gyvenimas panašus į kovą (V2, V4, V5, M1, M3), kur reikia dėti daug valios pastangų idant nepasiduoti, tačiau iš tyrimo rezultatų taip pat pastebime ir nemažai dvasinės laisvės, įgalinančios atrasti prasmingus momentus tiek psichozės epizodo patyrimo, tiek esamoje gyvenimo situacijoje, apraiškų. Žmogus laisvas bent jau pasirinkti nuostatą savo somatinės ir psichinės būties atžvilgiu (Davison, 1997), gauti rezultatai įrodo, jog netgi po tokios visa apimančios ir keičiančios bazinius savojo „aš“ suvokimo aspektus ligos kaip paranoidinės schizofrenijos tipo psichozė, asmuo vis tiek lieka „maštanti“ bei dvasinį gyvenimą gyvenanti būtybė, tokia kaip ir kiekvienas „sveikas“ žmogus, gebanti savi-transcendencijos dėka išeiti už savo „aš“ ribų, priartėti prie kito asmens pasaulio bei prie prasmės išgyvenimų.

Šis tyrimas palietė dar mažai tyrinėtą psichikos sutrikimų turinčių asmenų egzistencinių išgyvenimų ir patyrimų sferą. Tačiau pažymėtina, jog tyrimas atskleidžia tik konkrečios tiriamųjų grupės psichozės epizodo įprasminimo patyrimą. Norint atsakyti į klausimą, ar tai būdinga didesnei daliai psichozę patyrusių asmenų, reiktų nuodugnesnių tyrimų bei didesnės tiriamųjų grupės. Prasmingumo patyrimas yra vienas iš apsauginių sveikatos veiksnių, tad manome, jog tolesni tyrimai padėtų konfrontuoti su psichiatrijoje nusistovėjusiu požiūriu, akcentuojančiu patologinius asmenybės aspektus bei pasitarnautų, siekiant didesnio tokios paslaptingos ligos kaip schizofrenija supratimo.

## 7. Išvados

Bendras psichozės epizodo įprasminimo galutinis apibrėžimas, kuris yra specifinis šiai konkrečiai tyrimo dalyvių grupei, atskleidė psichozės epizodo patyrimo aspektus, kurie leidžia daryti išvadas apie tai, jog psichozė iš tiesų nėra vien tik skausmingas ir traumuojantis patyrimas, tačiau jame glūdi ir potencialios prasmės, kurias galima patirti. Šios prasmės aktualizuojamos keičiant nuostatą tiek į ligą, tiek ir į esamą gyvenimo situaciją, atrandant patyrimo pozityvių aspektų, giliau pažįstant save, savo sąsajas su kitais asmenimis, platesniu gyvenimo kontekstu bei patiriant pokyčius šiose sferose.

Nors visuomenėje (bei tarp psichikos sveikatos specialistų) plačiai paplites požiūris į sergančius schizofrenija kaip į „nevisaverčius“ bei neprognozuojamus asmenis, visgi šis tyrimas atskleidžia, jog net ir sirgdami tokia sunkia liga kaip schizofrenija, žmonės sugeba „atsitiesti“, įprasminti tai, ką patyrė bei dėti pastangas siekiant susikurti prasmingesnį ir turiningesnį gyvenimą. Šis tyrimas galėtų tapti pradžia tolimesniems tyrimams, siekiant atskleisti ir labiau suprasti schizofrenija sergančių asmenų vidinį pasaulį bei to pasaulio dinamiką.

## 8. Literatūros sąrašas

1. Antonovsky A. *Unrevealing the Mystery of Health*. San Francisco: Jossey-Bass, 1987.
2. Arieti S. *Interpretation of Schizophrenia*. New York. Basic Books, 1984.
3. Blatt J. S., Wild C.M. *Schizophrenia. A Developmental Analysis*. London. Academic Press, 1976.
4. Carr V. *Patient's Techniques for Coping with Schizophrenia: an Exploratory study*.// British Journal of Medical Psychology. 1998, Vol. 61, p. 339-352.
5. Cerenzia T. *Learning about Schizophrenia: Rays of Hope*. Toronto. Pfizer Canada Inc, 1992.
6. Cohen C. I. Berk A. *Personal Coping Styles of Schizophrenic Patients*.// Hospital and Community Psychiatry. 1985, Vol. 36, No. 4, p. 407-410.
7. Dabartinės lietuvių kalbos žodynas. Vilnius. Lietuvių kalbos institutas, 2000.
8. David A., Amador X. *Insight and Psychosis: Awareness of Illness in Schizophrenia*. London Oxford UP., 2004.
9. Davison L., Stayner D. *Phenomenological and Participatory Research on Schizophrenia: Recovering the Person in Theory and Practice*.//Journal of Social Issues. 1997, Vol. 53, No. 4, p. 767-784.
10. Davison L., Strauss J. *Beyond the Biopsychosocial Model: Integrating Disorder, Health, and Recovery*.//Psychiatry. 1995, Vol. 58, p. 44-55.
11. Davison L., Strauss J. *Sence of Self in recovery from Severe Mental Illness*.//British Journal of Medical Psychology. 1992, Vol. 65,p. 131-145.
12. Dembinskas A. *Psichiatrija*. Vlnius. Vaistų Žinios, 2003.
13. Frankl V. *Psychotherapy and Existentialism*. Selected papers on Logotherapy. Harmondsworth. Penguin Books, 1967.
14. Frankl V. *Žmogus ieško prasmės*. Vilnius. Katalikų pasaulis, 1997.
15. Giorgi A. *Phenomenology*.//Qualitative Psychology, 2003, Vol 14. p. 8-22.
16. Hemsley R. *Cognitive Abnormalities and the Symptoms of Schizophrenia*. Edited by Spitzer M. *Phenomenology, Language and Schizophrenia*. New York. Springer, 1992.
17. Janoff-Bulman R. *Shattered Assumptions*. Simon & Schuster. New York, 1992.
18. Кемпинский А. *Экзистенциальная психиатрия*. Москва. Университетская книга, 1998.
19. Кемпинский А. *Психология шизофрении*. Санкт-Петербург. Ювента, 1998.

20. Laing R. D. *The Divided Self: an Existential Study in Sanity and Madness*. London. Penguin Books, 1965.
21. Laing R. D. *The Politics of the Family*. Toronto. CBC Learning Systems, 1968.
22. Laing R.D. *Sanity, Madness and the Family*. London, Penguin Books, 1970.
23. Langle A. *The Search for Meaning in Life and the Existential Fundamental Motivations*//Journal of the Society for Existencial Analysis. 2005, No. 16.1, p. 2-15.
24. Laurinaitis E., Andrikienė L., Milašiūnas R. *Psichoanalitinė psichoterapija*. Vilnius Vaistų žinios, 2005.
25. Liberman. R. *Psychiatric rehabilitation of Chronis Mental Patients*. Washington. American Psychiatric Press, 2005.
26. Litz T. *The Origin and Treatment of Schizophrenic Disorders*. London. Hutchingson, 1975.
27. Mueser K.T., TARRIER N. *Handbook of Social Functioning in Schizophrenia*. Boston. Allyn & Bacon, 1998.
28. Pūras D. *Apie proto sveikatą ir jos sutrikimus*. Klaipėda. Klaipėdos rytas, 2000.
29. Sass L. A. *My So-Called Delusions: Solipsism, Madness, and the Schreber Case*// Journal of Phenomenological Psychology. 1994, Vol. 25, No. 1, p. 70-103.
30. Sass L.A. *Phenomenological Aspects on "Zerfahrenheit" and Incoherence*. Edited by Spitzer M. *Phenomenology, Language and Schizophrenia*. New York. Springer, 1992.
31. Schwartz M. *The Phenomenology of Schizophrenic Delusions*. Edited by Spitzer M. *Phenomenology, Language and Schizophrenia*. New York. Springer, 1992.
32. Szasz T. *Knowing What Ain't So*//Journal of the Society for Existencial Analysis. 2005, No. 16.1, p. 113-127.
33. Spitzer M. *Phenomenology, Language and Schizophrenia*. New York. Springer, 1992.
34. Warner R. *Schizofrenijos aplinka*. Vilnius. Via Recta, 2003.
35. Van Weeghel J. *Community Care ad Psychiatric Rehabilitation*. Hilversum. GIP, 2002.
36. Wilken J. P. *Rehabilitation and Recovery*. Amsterdam. SWP Publishers, 2005.
37. Yalom I. *Meilės budelis*. Vilnius. Vaga, 2005.
38. Ясперс К. *Общая психопатология*. перевод Акопяна Л. Москва. Практика, 1997.

## 9. Santrauka

Šiame darbe buvo analizuojamas psichozės epizodo įprasminimo fenomenas. Teorinėje dalyje pristatyta schizorfenijos samprata, skirtingos schizofenijos etiologiją aiškinančios teorijos, psichozės epizodo eiga, bei psichozės epizodo įprasminimo teorinės prielaidos. Darbe daugiausia remtasi egzistencinės - humanistinės paradigmos autorių požiūriu tiek į patį psichozės epizodą, tiek į psichozės epizodo įprasminimo fenomeną.

Tyrimui buvo atrinkti 8 asmenys (5 vyrai, 3 moterys, turintys paranoidinės schizofrenijos diagnozę - F20.1), anksčiau (3 metų laikotarpyje) patyrę psichozės epizodą, tačiau esamu momentu esantys remisijos periode. Interviu metodu gauti tekstai buvo analizuojami panaudojant A. Giorgi fenomenologinės analizės metodą.

Tyrimo rezultatai rodo, jog psichozės epizodo įprasminimas tyrimo dalyviams – tai vidinių procesų išdava, tai vidinių procesų išdava, kuomet asmuo išvelgia teigiamų aspektų tiek psichoziniame patyrimo, tiek esamoje gyvenimo situacijoje. Asmuo giliau pažįsta ir objektyviau, vertina save bei savo gyvenimo situaciją, to pasėkoje keičiasi asmens pozicija savo ligos bei gyvenimo situacijos atžvilgiu. Taip pat asmuo atranda savo situacijos sąryšį su platesniu kontekstu, išgyvena pokyčius, susijusius su tarpasmeniniais santykiais bei atranda paskatą ir erdvę savirealizacijai.

## 10. Summary

In this study we analyzed the meaning psychosis episode. In the theoretical part we introduced the conception of schizophrenia, different theories explaining the etiology of schizophrenia, the development of the psychosis episode, and the theoretical presumptions about the search for meaning in psychosis episode. In this study we mostly referred to the standpoint of existential – humanistic paradigm authors over the psychosis episode and the search for meaning in it.

Eight people (5 men and 3 women, having the diagnosis of paranoid schizophrenia – F20.1) who earlier (in the period of three years) had suffered from psychosis episode but now are in the remission state were chosen for the research. The texts received through interview method were analysed using A.Giorgi method of phenomenological analysis.

The results of this study show that the meaning finding for the participants of the research was the outcome of inner processes, during which the person perceives positive aspects of psychosis episode experience and also of the current life-situation. The person gets to know himself deeper and more objectively, values himself and his life-situation, through that changes the person's position to his illness and his life-situation. The person also recognizes the connection between his situation and the broader context, experiences changes related to transpersonal relations and finds the stimulus and space for the realization of his potential.

## 11.Priedai

### Tyrimo dalyvio V1 teksto analizė

1.	Tai buvo seniai, bando prisiminti, kada jam ta psichozė buvo paskutinį kartą. Na tokių hipomanijos epizodų tai pasitaikė nemažai, o tikros manijos tai buvo seniai. Na ryškiausia psichozė buvo prieš 3 metus	V1 nelengva prisiminti kada buvo paskutinis stiprus psichozės paūmėjimas.
2.	Tuomet kurį laiką prastai miegojo, tai buvo jo psichozės priežastis.	V1 nemigą laiko psichozės priežastimi.
3.	Ir viduržiemį sukonfliktavęs su namiškiais išvažiavo į kaimą, į Žemaitiją, ten ėjo tiesiog gal 30 km pėsčias, buvo viduržiemis na ir buvo tokie, ir po to atsidūrė Vilniaus ligoninėj.	Psichozė pradėjo vystytis, kai įvyko šeimyninis konfliktas ir V1 iškeliauvo į kaimą, po to jį hospitalizavo.
4.	Na ir buvo tokie keisti suvokimai, sakykim, kad jis kažkaip dalyvauja politiniame gyvenime, tarsi turi kažkokią valdžią, kažkas nuo jo priklauso. Na išvis ne tik jo, bet ir iš kitų girdėjo, kad psichozėms būdinga, kad tiki, jog gali pakreipti globalius įvykius kažkaip.	V1 patyrė, kad jis yra reikšmingas ir svarbus ir gali įtakoti globalius įvykius.
5.	Tai pasakoja su šypsena, nes negi tai gali būti realu, tai kliedesiai, tai yra psichozė, kur yra išsivaizdavimas ir iškreiptas matymas.	V1, vertindamas iš dabartinės pozicijos, suvokia savo įsitikinimų klaidingumą ir netikroviškumą. Tai kelia šypsena.
6.	Pirmiausia, tai labai keistai apsverčia visa sąmonė. Norima V1 pradeda laikyti esamu, ko norėtų, kažkokie sąmoniniai dalykai ko norėtų, galbūt norėtų būti įtakingas ir kiti dalykai, norėtų valdyti kažką.	V1 patyrė savęs suvokimo transformaciją, kuomet jo lūkesčiai būti svarbiu ir reikšmingu virto suvokiama realybe.
7.	Galbūt gyvenime priešingai yra, bet tokie slapti troškimai prasiveržia tokiom formom, kad atrodo jog valdo viską, gali daryti įtaką, ir atrodo, kad jau čia maždaug bendrauja su žiniasklaida tiesiogiai, jau čia nukreiptas dėmesys ar Lietuvos ar pasaulio mastu ir mm...	V1 numano, kad realiame gyvenime jis nepatyrė tų lūkesčių išsipildymo, tad psichozės metu patyrė stiprų ir kardinalų savęs suvokimo pokytį.
8.	Tokiu atveju na V1 jaučiasi labai gerai ir jaučiasi stiprus ir galingas ir galintis daug ką nuveikt.	V1 jautėsi pajėgus ir patenkintas savimi.
9.	O paskui kai pradeda iš to tokėtis, tai supranta, kas čia buvo. Tas grįžimas būna labai skausmingas, nes kai psichozė, tai V1 gali nemiegoti daug naktų, yra energingas, tai paskui viskas vyksta atvirkščiai, mm įklimpsta į kažkokią depresiją, nuotaika krenta, jei jis pasielgė su kitais žmonėm kažkaip, na nesveikai. Taigi, kaip čia pasakyti, jaučiasi baisiai.	V1 buvo skausmingas grįžimas iš psichozės pasaulio į realų pasaulį, kadangi tuo metu patyrė atvirkštinį savęs suvokimo virsmą iš džiaugsmingo savo reikšmingumo patyrimo į liūdesio ir kaltės išgyvenimus.
10.	O prasidėjo psichozė nuo to, kad su mama kilo kivirčų buitinių. Šiaip jis linkdavo nutylėti savo motinai, jeigu ji užsipuldavo V1, bet buvo atvejų. V1 jai irgi davė tokį ryškų atkirtį. Irgi atitinkamais žodžiais kaip ir ji jam, taip ir jis.	V1 psichozės pradžią sieja su šeimyniniu konfliktu, kuomet V1 pasipriešino į jį nukreiptai motinos žodinei agresijai. Šis veiksmas V1 buvo neįprastas.
11.	Mm viduje V1 jautė pasitenkinimą, kad pagaliau ji gali iš jo išgirsti tuos pačius žodžius kaip ir V1 iš jos – tiek pat skaudžius ir tiek pat kandžius. Kad V1 gali nebetylėti ir viską išsakyti. Jis buvo patenkintas, kad pagaliau pasakė tai, ką norėjo, ką galbūt daug galvojo, bet nesakė. Jinai V1 kažkokią repliką metė, kad jis toks ir toks, o jis jai atsakė, kad ji yra 53 metų išpaikinta mergaitė. Jinai dar kažką bandė sakyti, niekur V1 neis, V1 buvo tuomet 18	V1 buvo patenkintas, kad galėjo atvirai pasipriešinti ir į žodine agresiją atsakė analogišku veiksniu, ko anksčiau nedrįsdavo daryti.

	metų.	
12.	V1 tada jos paklausė, ar vien dėl to, kad ji V1 išlaiko, V1 negali niekur išeiti. Ji sakė, kad taip, dėl to V1 negali išeit. V1 tai buvo skaudus dalykas, nes jis nemano, kad jeigu žmogus yra materialiai nuo kito priklausomas, kad jis nebeturi kažkokių teisių.	V1 jautė nuoskaudą, nes jo laisvės ir savarankiškumo poreikiai buvo ignoruojami. Jis jautėsi kontroliuojamas, naudojant materialinius svetus.
13.	Na jam pirmiausia tai buvo atmosfera, kad visą laiką jausdavosi nesaugus. Jie gyveno mediniame name, mama pirmam aukšte, V1 - antram. Ten buvo prasti perdengimai, ir turėdavo labai tyliai vaikščioti. Turėjo išmokti ypatingai vaikščioti, ypatingai uždarinėti duris kad netrinkteltų. Tiesiog turėjo tyliai vaikščioti šmirinėti kaip šešėlis.	V1 gyvendamas su mama turėjo taikytis prie „ypatingų“ reikalavimų, kurie varžė jo laisvę ir savarankiškumą.
14.	Jeigu kas jam nukrisdavo, iškart puldavo pasižiūrėti, kas nukrito. O kas ten nukris, knyga pokšt.	V1 neturėjo privatumo ir buvo stipriai kontroliuojamas.
15.	Na nelabai jaudinasi tai prisimindamas. Mano, kad yra labai daug valdingų moterų ir tėvų, ir mano, kad daug neturinčių psichinės ligos gali patirti tokį elgesį.	V1 mano, kad toks elgesio su vaikais būdas yra paplitęs ir nebūtinai sąlygoja psichozę.
16.	Na kadangi tuomet buvo keista nuotaika, tai viskas atrodė gera. Viskas paprasta, lengvai išsprendžiama. Visą gyvenimą galimą sutvarkyti ir pertvarkyti.	Psichozės metu V1 jautėsi pajėgus tvarkyti savo gyvenimą. „Viskas paprasta, lengvai išsprendžiama“.
17.	Ir aišku iki tos psichozės kulminacijos, kai atrodė, kad V1 čia valdo visą politinę padėtį ir panašiai mm.. ir jis yra Lietuvos vos ne centras.	Ilgainiui V1 savo reikšmingumo suvokimas tapo globalaus masto.
18.	Pirmiausia tai norėjosi ištrūkti kuo toliau nuo mamos nuo Kauno, kur būtų ramu ir galėtų gyventi sau niekieno nevaržomas ir kontroliuojamas. Jis nusprendė išvažiuoti į Žemaitiją. Jis nuo Kauno nuvažiavo iki Kelmės. Jis niekada nebuvo nuo Kelmės ėjęs pėsčias iki sodybos, orientavosi kažkaip intuityviai pagal pietus vakarus... jam būdavo įdomu orientuotis pagal kryptis, nes paprastai žmonės nebesiorientuoja pagal tai. Nu ir ėjo visą naktį, buvo didžiulis speigas. V1 nesusalo, nes visą laiką judėjo, ir paryčiais pasiekė sodybą.	V1 norėdamas patirti laisvę ir savarankiškumą išvyko į ramią vietą, į kurią pateko, įveikdamas visas kliūtis ir ekstremalias sąlygas.
19.	Patyrimas, kai yra toks dalykas, kad kai V1 yra psichozinės būsenos nepavargsta, turi energijos, gali eiti, eiti.	Tuo metu patyrė energijos antplūdį.
20.	Bet aišku organizmas išsenka. Tikrai paskui kai pamato, kai pasižiūri į save blaiviomis akimis, buvo netekęs 5 kilogramų ar daugiau.	Dabar suvokia, kad padidėjęs aktyvumas išsekino organizmo energetinius resursus.
21.	Galbūt to, ko V1 nėra patyręs, ar trūksta gyvenime, galbūt tai būna, kaip kokia kompensacija Kad ir papildymas. Tuo metu jis išgyvena, sako daugybę dalykų, kurių jam trūksta, pavyzdžiui, trūksta būti svarbiam, kad su juo skaitytųsi, kad jį gerbtų, gerbtų jo privatumą, jį kaip asmenybę, kad turėtų savo autonomiją. Čia jis apie save. Kai pereina į šitą lygį, psichozėj atrodo, kad visą šitą V1 turi, jau nebėra priklausomas nuo aplinkinių sąlygų.	V1 psichozės patyrimą suvokia kaip kompensacinę reakciją, kuomet slopinami ir trikdomi privatumo ir pagarbos poreikiai, bei savo reikšmingumo patyrimo stygius transformavosi į perdėtą savo reikšmingumo ir savarankiškumo patyrimą.
22.	Tai V1 ir sako, kad puikus jausmas, ir atrodo, kad užtekėtų tik to, ką turi, bet tada perauga viskas į dar didesnę mastą. Kad kaip su juo elgėsi kiti, jį norėjo ir kontroliuoti ir valdyti ir apriboti ir nurodinėti, ir būdavo ir despotiškumo iš šeimyniškių V1 atveju, bet viską perkelia	V1 neužteko tiek, kiek jautėsi svarbus ir reikšmingas, jo poreikis, būti reikšmingu nuolat augo.

	iš savęs, tarsi galėtų kontroliuoti visą Lietuvą, valdžią, daryti perversmą.	
23.	Taip viskas persiverčia. Vaizdas tai yra nenusakomas. V1 balsų niekada negirdėdavo. Bet jei tai būdavo radijas, pokalbiai, nuotrupos autobuse, V1 supranta viską savaip. Jei išgirsta jam bent kiek tinkančią frazę, prisitaiko sau taip kaip nori. Pavyzdžiui, numatoma, kad temperatūra pakils trim laipsniais, o V1 įsivaizduoja, kad čia politinė situacija 3 kažkokiais matmenim pagerės kažkiek, kažkiek bus geresnė. Ir V1 viskas yra paduota ir simboliška.	V1 sunku žodžiais nusakyti psichozės virsmą. V1 informaciją, kuri jį pasiekdavo, suvokdavo kaip simbolišką ir suteikdavo jai savas reikšmes.
24.	Taip tai sodyboje pabuvo 3 dienas. Ten kur V1 gyveno, gyveno močiutė, ten V1 jai padėjo pasitvarkyti. Ten buvo gerai. Ten jautėsi gerai, bet prisimena nemaloniai, nes tuomet kėlė kitiems nepatogumų, nemalonumų.	V1 su ilgesiu prisimena buvimą toje ramioje vietoje, bet taip pat jaučia kartėlį dėl savo elgesio tuo metu.
25.	Po to galiausiai atvažiavo, pas draugą. O kadangi elgesys buvo itin keistas, tai jis iškvietė greitąją.	Draugas, pamatęs V1, iškvietė greitąją, susirūpinęs dėl jo būsenos.
26.	V1 galvoja, kad patyrimas nėra vien neigiamas, kadangi dabar pats, galėtų atpažinti būsenos pablogėjimą. Beje kaip ir buvo neseniai, kai buvo labai išsekęs, žmonai pasakė, kad jam blogai, pradėjo jausti iliuzijas, pvz., vietoj peleninės mato piniginę. Buvo labai išsekęs,. Bet kadangi jau daug metų geria vaistus, žinojo, kad jam reikia normatimiko ir antipsichotiko papildomai. Tai V1 nesigulė į ligoninę, o konsultuodamasis su gydytojais, kadangi V1 jau praktiškai buvo prasidėjusi psichozė, pradėjo gerti vaistus didelėmis dozėmis ir išvengė atkryčio. Ir rūpinosi vaikais ir visas pareigas atliko, tokias buitines.	V1 įgyta patirtis įgalina jį patį geriau kontroliuoti savo būseną, pastebėti būsenos pablogėjimo ženklus ir pačiam imtis prevencinių veikmų.
27.	Jei žmogus išgyvena bet koki ligos epizodą, ir žino, kas tai yra, tai gali ateityje kontroliuoti savo būseną.	Būdamas savo ligos žinovas, V1 gali geriau kontroliuoti savo būseną.
28.	Dar gali ta informacija pasidalinti, kad kiti nebijotų, nebūtų išsigandę, kad žinotų, jog ne jiems vieniems taip buvo. Paaiškinti kas jiems vyksta, juos nuraminti.	V1 mato teigiamą psichozės patyrimo aspektą tame, kad remdamasis savo patirtimi, gali padėti kitiems.
29.	Jau 10 metai V1 yra vedęs, turi 2 dukteris. Pagrindinės V1 pareigos tvarkyti butą, skalbti virti valgyti. Pagal autorines sutartis redaguoja knygas iš vertimų biuro, verčia iš latvių ir rusų kalbų. Dalyvauja klubo veikloje, redaguoja laikraštėlį.	V1 turi veiklos: tiek buitinės veiklos, tiek savarankiško apmokamo darbo.
30.	Turi ir didesnių interesų, yra tokie pasvarstymai, galbūt norėtų išmokti retesnių kalbų, galbūt finų ar estų, pasitobulinti anglų kalbą.	V1 nori plėsti savo žinias.
31.	V1 gyvenimas nėra galutinai išnaudotas. Vien tik buitinis buvimas tarp keturių sienų, nėra tai, ko V1 norėtų, tai yra per mažai. Ir nors V1 ir verčia bei redaguoja, bet tai vyksta namie. Be to ne taip dažnai.	V1 jaučiasi ne pilnai realizavęs savo galimybes. Esama situacija neleidžia jam daugiau realizuoti savęs.
32.	Aišku būtų idealas, jei kasdien galėtų eiti į ramų darbą, redaktoriaus. Kažkada yra dirbęs redaktoriumi pusantrų metų. Kas dieną atsikelti, dirbti, grįžti namo. Tai būtų kas kitą.	Darbas, net kasdienė darbo rutina V1 atrodo viliojanti ir siektina.
33.	Bet kol kas tokių galimybių nemato, tai kol kas stengiasi plėsti tą užklasinę veiklą, jei taip galima būtų pasakyti.	Kadangi esamu momentu nemato galimybių užsiimti tuo, kuo nori, V1 stengiasi

	Dabar pradėjo PSC lankyti užimtumo kambarį, ten yra nedaug žmonių, bet .... na susigalvoti dar kokių išėjimų, palaikyti sportinę formą, nes nuo vaistų V1 padidėjo svoris.	kompensuoti tai, kitokio pobūdžio visuomenine veikla.
34.	Nors draugų turi nedaug, bet bendrauja gana intensyviai. Vienas draugas gyvena už kelių namų, tai užėina kasdien, tai tapo kaip ir ritualas, su kitais draugais susitinka rečiau, bet nepasakytų kad bendravimo jam stinga.	Turi draugų, kurių dėka nejaučia bendravimo stygiaus.
35.	V1 nežino, kaip psichologai ir psichiatrai yra mokomi, bet susidūrus su psichoze patyrusiais žmonėmis, reiktų išmokti pereiti į simbolinę kalbą. Į tuos simbolius, kaip tas žmogus supranta. Nes įprastine kalba, tą sunkiai galima išreikšti. V1 kalbėjo ne su vienu žmogumi, tiesiogiai suprasti tai nelabai įmanoma. Tai primena sapną. Tai suprasti nelabai lengva kai esi sveikas.	V1 mano, kad neįmanoma tiesiogiai perteikti psichozės patyrimo. Tai įmanoma tik simbolių bei simbolinės kalbos pagalba.

### Tyrimo dalyvio V2 teksto analizė

1.	Reiškia po pirmo priepuolio mažai praėjo laiko. Mm nes V2 skaito, kad jam reikšias neskyrė normalių vaistų padarė tokią diagnozę, kad S turėjo pirkti vaistus, kurie labai brangūs. Nu ir V2 galvojo, kad jau pasveiko, viskas buvo gerai.	V2 po pirmo epizodo buvo įsitikinęs, kad pasveiko.
2.	V2 įstojo mokytis į pedagoginį universitetą – tikyba, kažkaip ten V2 pateko. Visai nieko bendro S su tuo neturėjo, bet galvoja, nu gal gerai. Kad reiškia V2 reiškia nebuvo praeita ta liga, tiesiog buvo ten jie nuvažiavo, buvo ten tokia rekolekcija, nu su visu kursu, ir tipo kaip vienuolynas, bendravimas su dievu. O V2 galvoja čia kaip atostogos, dar pasiėmė vokiečių pasimokyti.	V2 įstojo mokytis profesijos, kuri jam buvo svetima. Su kolektyvu nuvyko į vietą, skirtą kontempliacijai, turėdamas kitokių lūkesčių.
3.	Ten reikėjo daryti valgyt, visi buvo pasiskirstę. Nu bet tai ką V2 ten, tingėjo (juokiasi). Tai gal užpyko chebra.	Neatliko jam paskirtų pareigų be rimtos priežasties.
4.	Dar ten buvo toks vienas vyriokas, toks jaunas. O mergos ten laksto. V2 sako jam paklausk, mergos laksto, griebk kokią. V2 čia jam be pykčio sakė. Nu jie prieš tai bendravo atvirai, gal per atvirai, nu V2 jis visai patiko. Apie savo šeimą papasakojo, apie savo požiūrius, mėgstamus dalykus.	V2 atsivėrė kitam asmeniui, kurį po to paragino ieškoti kontaktų su priešingos lyties atstovėmis.
5.	Nu bet, jeigu 17 metų, jis tų mergų neuostęs, tai V2 sako, matyt papasakojo jis tom mergom. Nu ir prasidėjo, V2 iš pradžių nesuprato, bet prasidėjo ignoravimas. V2 ten klaidą padarė, kad buvo labai atviras, nu gal ir nesąmonių prišnekėjo kažkiek. Nu bet kaip V2 suprato, kad jie suprato, kad V2 čiut ne pabaisa. Nu ir viskas, pabuvo ten. Paskui Dėstytojos V2 pradėjo tikrint. O V2 ten gal irgi pradėjo kvailioti.	V2 numanydamas to asmens romantinių santykių su merginomis srityje, įtaria, kad jo atvirumas buvo suprastas netinkamai, paskleistas platesniame rate, ir dėl to V2 susilaukė grupės ignoravimo ir sankcijų.
6.	V2 iš pradžių nieko nesuprato, dar atvažiavo namo, ir po to V2 kažkaip pasidarė bloga kažkaip pradėjo save kaltinti, kad nu kažko nepadare, kažko nepasakė. Ėjo pas psichologę, pasakė savo problemą, o ji sako, nu V2 labai jautrus, ima viską į širdį. Viskas tvarkoj, nieko čia nereikia.	V2 po šio įvykio pradėjo kaltinti save, graužtis dėl tam tikrų savo veiksmų. Po to kreipėsi pas psichologę, kuri sumenkino problemos reikšmingumą bei pabrėžė perdėtai jautrų V2 reagavimo būdą.
7.	Nu V2 labai giliai paėmė šitą dalyką, norėjo surasti	V2 išgyveno atstūmimo jausmą, kuris vis

	draugų, nu tiesiog toks va atstūmimas. Nuėjo po psichologės jau žiūri kažkaip elgiasi kitaip, nu ir V2 kažkaip pradėjo dar daugiau imti į širdį, tada V2 gėrė vieną tabletę nakčiai ir pagalvojo, kad čia jam nuo tų vaistų taip pasidarė blogai. Tada V2 išvis nutraukė tas tabletes.	stiprėjo. Tuomet V2 padarė išvadą, kad tai dėl medikamentų poveikio ir juos nutraukė.
8.	Paskui nu V2 žmonai sakė, kad va blogai, negalėjo miegot, pradėjo nemiegot, pradėjo rodytis, kad jį čiut ne seka, kad filmuoja jį kažkas. Tie žmonės, kad jam gali atestatą mokyklos sugadinti. Labai bijojo. Galvojo, kad prieš jį visi nusiteikę. Pradėjo paniškai bijoti.	V2 būsena tolydžio prastėjo. V2 kankino nemiga, atsirado nuojauta, kad jį stebi ir nori jam pakenkti. Tai V2 labai gąsdino.
9.	Persiėmė, viską, ką prisimena, prisiėmė ant savęs kaltes. Nu vienu žodžiu, ką per gyvenimą gyveno, dirbo. Pradėjo prisiminti visokius įvykius, nuodėmes, pradėjo jaustis kaltas, save kaltinti dėl jų, sau vietos neberado. V2 išėjo iš namų naktį. Norėjo išeiti iš šeimos, bomžu tapti. Nu nes V2 ten nevertas gyventi su savo žmona, su vaiku, kad V2 ten toks blogas. Va toks. Paskui S išėjo į gatvę, pasivaikščiojo, sušalo ir nuėjo į IKI parduotuvę ir sėdėjo ten gal 3 val. Galvojo, gal jam šokti nuo kažkokio tilto, bet jam buvo baisu kažkaip, ta prasme, paskui V2 grįžo namo.	V2 išgyveno intensyvią savigraužą ir kaltę, globaliai apimančią visas jo praeities netinkamo elgesio apraiškas. V2 siekė nubausti save už praeities „nuodėmes“, jautėsi nesąs vertas to gyvenimo, kurį turėjo. V2 kilo minčių apie savižudybę.
10.	Žmona V2 sako gerai, kad jis grįžo. V2 tada paskambino mamai, pasakė, kad jam kažkas negerai, padėkit. Vienu žodžiu S nežino, kaip ten išėjo, bet mama visiškai nesuprato, žmona suprato, bet mama nė kiek. Nesupranta ji V2 apskritai.	V2, jausdamas būsenos pablogėjimą, kreipėsi į šeimos narius, tačiau jaučiasi mamos, priešingai nei žmonos, buvęs visiškai nesuprastas.
11.	V2 skaito, kad ir pirmas ir antras priepuolis buvo, ir mama kaltina žmoną, kad šitaip išėjo. Bet V2 čia nenori kaltinti žmonos, nieko nenori kaltinti, mano, čia nuo gimimo buvo kažkoks minusas, silpna grandis. Jam kada buvo pirmas priepuolis, tai nu tiesiog, kai žmogus pervargsta, tai žmogui skauda galvą ar širdį, nu o pas S buvo silpna psichika, jautrumas ir tiesiog palūžo.	V2 skirtingai nei jo mama, nėra linkęs kaltinti žmonos dėl ligos atsiradimo. V2 ligos atsiradimo pagrindą mato savo asmenybės nepajėgume toleruoti stresą ir fizinį krūvį.
12.	Nu tada V2 atsigulė ant grindų, nenorėjo su žmona miegot, nes atrodė, kad žmona čia ne jo, vaikas ne jo, tiesiog viskas čia ne jo. Po to iš ryto žmona paskambino savo broliui kad atvažiuotų. Kai atvažiavo V2 švogeris, V2 pradėjo panikuoti, kas čia vyksta, kažką jam blogo nori padaryti, pradėjo ten skambinti į policiją. Kai V2 save kaltino, kad čia jį nori atseit už tai, kad kažką pridarė bausis, jam nori atlyginti blogo, atsikeršyti. Nu tada S bėgo į balkoną. Žmona irgi išbėgo. V2 klausia, kas ji tokia. Ji sakė, kad ji dirba ten ir yra tas ir tas. V2 sako, kad V2 šoks ir ji ne V2 žmona. Tada švogeris priėjo, kaip tik paėmė vaiką. Nes V2 žiūri į vaiką ir sako kieno čia vaikas, čia ne jo vaikas.	V2 pradėjo atrodyti, kad jo šeimos nariai yra nepažįstami ir svetimi žmonės, norintys jam pakenkti.
13.	Nu kol dar priepuolis tik prasideda, tai dar jį galima sustabdyti kuo, ar vaistais, bet jau reikiškas kai jau nevartoja vaistų, tuo toliau jis važiuoja, tuo blogiau.	V2 suvokia, kad medikamentai gali koreguoti būseną, o jų nevartojimas tik gilina psichozę.
14.	Galvojo, kad ten buvo svetimas žmogus, kad čia jam vaiką pakišo, kad čia ar koks žaidimas, filmuoja va žiuri pro kamerą kaip čia V2 gyvena. V2 čia taip atrodė.	V2 jautėsi patekęs į surežisuotą situaciją, kur jis yra stebimas, o jo šeimos nariai yra apsimetėliai.

15.	Čia skambino mamai. Per telefoną klausė ar myli V2. Sako myli V2, jei galėtų ant rankų nešiotų ar kažkaip taip. O V2 visai kitaip sureagavo. Su juo normaliai kalba, o jis tuos žodžius kažkaip persuka. Nu čia tipo pagalvojo, kad nori pasišaipyti iš jo, tipo V2 toks blogas kažkaip, jau vsio buvo.	V2 susisiekęs su mama ir iš jos išgirdęs švelnius bei palaikančius žodžius, juos suvokė kaip pašaipą ir smerkimą.
16.	Kai balkone buvo, pasakė, kad šoka. Nu V2 neprisimena ką jin pasakė, bet V2 sako, šokam kartu.. Ji tada išsigando, pabėgo, pabėgo, pakvietė brolių. Tada jau atvažiavo policija iš pradžių, ir po to greitoji. Ir V2 išvedė. S nesipriešino, nes galvoja tiek to, nesipriešins.	V2 ketino atlikti savižudybę, tačiau atvykus profesionaliai pagalbai, V2 nesipriešindamas atsisakė savo ketinimų.
17.	Čia tos mintys, buvo toks spontaniškumas. Aha. Čia pasakė tą tą, reiškia, V2 jau kažkokią mintį pagauna ir pradeda pūsti. Nu ir dar pradeda valgyt savo nervus. Nu pradeda graužtis dėl tų išpūtimų. Pavyzdžiui paima situaciją, ir tada pradeda analizuoti. Pavyzdžiui, atsimena dėdė mirė. Galvojo, kad jis čia dėl V2 mirė, koks V2 čia negeras. V2 čia taip darė negerai. Vaikystėj, ar kai paauglys buvo, prisiminė, kokių negerų darbų darė, nes V2 toks buvo biški chuliganas, atsimena, kokį magelį iš mašinos ištraukiam ar pan.	V2 prisimena suvokimo tendencingumą, kuomet įvairiose gyvenimo situacijose V2 buvo linkęs išvelgti ir sureikšminti savo netinkamo elgesio indėlių tų situacijų sukėlimą.
18.	Ir dabar galvoja, čia jam kažkoks atpildas už tai, dabar jį persekioja, o V2 turi kažką daryti. Arba nusižudyti, arba..., nu toks jausmas, kad S negali gyventi. Nes V2 negali atsisėsti, atsipalaiduoti, kaip žmogus. Pradeda ten per kambarį lakstyti, graužtis.	Psichozės metu V2 jautėsi sulaukęs atpildo už savo „blogus darbus“. S jautė, kad vieną iš galimų išeičių iš tokios V2 gniuždančios situacijos matė savižudybės kelią.
19.	Kai, pavyzdžiui, kas nors pasako V2 eiti jam ten. Tai V2 neatsako ir jam eiti... Bet va pradeda mastyti, graužtis, gal kažką ne taip padarė, gal iš tikrųjų V2 ten blogas. Pastoviai sau užduoda klausimus, ir jau nebežiūri kaip ten apsirengęs, ar jis nori valgyt.	V2 pateikia pavyzdį, kai į jį nukreiptos žodinės agresijos atveju, vietoj savigynos, jis jausdavosi atsakingas dėl tokios situacijos, ir ieškodavo atsakymų savyje.
20.	Kai V2 atvažiavo į ligoninę. Atėjo vedėja, nu ir klausia, kaip čia ką. S negalėjo šnekėti, nes galvoja šakės, geriau tylės. Po to nuvedė į palatą pastovėt, palaukti, kol užpildys popierius. O V2 ten stoviu ir galvoja, tuoj jį čia pradės prievartauti, reiškias, ligoniai, ar ten dar kažką darys. Po to gydytoja pasikvietė ir sako, kad čia metais guli žmonės. V2 tada išsigando, pradėjo pasakoti. V2 sako, kad jis negeras yra labai, V2 draugus išdavė, dabar jam bus blogai.	V2 nesijautė saugus ir ligoninėje, bijojo sulaukti seksualinio išnaudojimo iš aplinkinių. Ir tik pagąsdintas išdrįso personalui išsakyti savo įsitikinimus.
21.	Tada jam davė haloperidol ir dar vitamino D. Po to pradėjo atsistatinėti. Ir toks dalykas, kad kai S pradeda atsistatinėti, jis viską prisimena, kas buvo per priepuolį buvo. Tai irgi problema, kad reiškia, V2 atsisakė vaiko, žmonos. Tai galvoja šakės, dabar jį žmona paliks. Tai nuėjo pas psichologę. Nu V2 sakau kokia liga serga ir gali jo atsisakyti žmona, jos giminės. Tada ta psichologė pasakė nepergyventi, visokių ligų yra ir vėžys ir pan., niekas tokių žmonių neatsisako. Nu tai jam padėjo labai, nes V2 bijojo, kad paliks žmona. Tokia vat baimė buvo. Bet žmona atvažinėdavo, ir su vaiku.	Atsiradus kritikai realybės atžvilgiu V2 bijojo šeimos atstūmimo, kaip atsako į jo elgesį psichozės epizodo metu, tačiau psichologė jį nuramino.
22.	O mama kažkaip S nesuprato. V2 pastebėjo, kad ji pyksta ant jo, kad V2 toks gimė netikęs, blogesnis nei brolis.	V2 jaučia, kad mama jo nesupranta, nuvertina, nepriima tokio, koks jis yra.

23.	Anksčiau V2 pats juokdavosi, sakydavo, kad nu va, iš durnyno, vasaros 5, o dabar kai pats ten buvo, giminei pasakyti tokį žodį, tai tas pats, kas pasakyti, kad V2 žudikas, ar kalėjime sėdėjęs. Jei žmogus nesirgęs ta liga, tai jei pasakys... S žino, kad būna, jog draugai nususuka ir palieka, kai sužino. V2 bijo pasakyti.	V2 anksčiau buvo linkęs pašaipiai žiūrėti į psichinę ligą. Pats susidūręs su ja, V2 vengia prisipažinti turintis psichinę ligą, bijodamas stigmatizacijos ir atstūmimo.
24.	V2 turi draugą iš klubo, su kuriuo atvirai bendrauja, susitinka. Draugas vienišas. V2 turi šeimą, jam biški geriau, tai va susitiks per šventes. Kažkaip ir jie labai arti jaučiasi ir tam padėjo daug dienos centras, kur buvo geri gydytojai, kurie V2 atstatė. Dabar geria Seroquel pastoviai. Sakė reiks 5 metus gerti. Juos jam kompensuoja.	V2 turi panašaus likimo artimą draugą. V2 vertina, kad jo situacija geresnė nei draugo, nes V2 turi šeimą.
25.	V2 negali drąsiai sakyti, kad pasveiko 100 proc. Bet jau gerai jaučiasi.	V2 teigiamai ir optimistiškai vertina savo savijautą.
26.	Aj prisiminė, čia prieš kelias savaites buvo toks pergyvenimas. Iš darbo biržos ten V2 pasimokė kažkiek ir nusiuntė į vieną piceriją dirbti. Tai buvo padirbo savaitę ir kažkaip nepatiko jiems. Turėjo vieną savaitę išseigines, nes kažkaip buvo jam ir tas universitetas išplaukė iš atminties. Reiškias, kai būseną blogėja, tai pradeda plaukti vaizdai iš praeities, apie ateitį negalvoja, o knisasi po praeitį. Bet kažkaip žmona sako, gal haloperidol V2 suleisti, V2 sako gal nereikia. Jam ta savaitė sunki buvo, po jos V2 pasakė, toliau mokykis. Galvojo lygtai tiems žmonėms nieko blogo nepadare. Žmona suorganizavo 3 savaites atostogų. Pirmą savaitę V2 nekaip jautėsi, bet nėjo pas psichiatrus, antrą savaitę jau atsistatė.	V2 neseniai patyrė stresinį įvykį, susijusį su darbine veikla, kurio pasėkoje jo būseną ėmė blogėti, tačiau su žmonos pagalba buvo imtasi prevencinių priemonių, kurių dėka V2 išvengė atkryčio.
27.	Dabar ieško darbo, nu nori dirbti, kaip pasakyti, normaliai su kolektyvu susibendrauti, nes V2 negali be darbo. Vat ir vaikas lanko visokius būrelius, reik vedžioti. Ir dviratį V2 nori nupirkt. Reik pinigų.	V2 nori susirasti darbą, įsilieti į kolektyvą, bei finansiškai prisidėti prie šeimos gerovės kūrimo.
28.	Kai mokėsi, tai jau jautė, kad visko per daug, norėjosi viską mesti ir nueiti pailsėti. Savaitę jei V2 būtų pailsėjęs, būtų išlaikęs.	V2S paskutinio psichozė epizodo pradžioje jautė, jog darbo krūvis viršija jo galimybes, ir jei būtų ėmėsis analogiškų prevencinių priemonių, būtų išvengęs atkryčio.
29.	Kalbėti apie tai sunku, pradžioj V2 trūko oro. V2 niekam nepasakoja, nes niekam neįdomu.	V2 savo patyrimo pasakojimas, kelia stresines organizmo reakcijas, kadangi V2 nėra pratęs tuo patyrimu dalintis.
30.	Kai nepriėmė manęs į darbą kavinėj tai buvo panašus atvejis kaip universitete, irgi pradėjo galvoti, kodėl jį atleido, kas jiems jame nepatiko. Tik kad dabar buvo atreguliuoti vaistai ir dabar V2 jau ne taip baisu.	V2 mano, kad išvengti atkryčio taip pat padėjo tinkamai atreguliuoti vaistai.
31.	Stacionare kai buvo ten vienos merginos paklausė, ar ji visuomenėje galės laisvai kalbėti apie save ir savo ligą. Tai ji atsakė, kad va jos draugai, vienas bandė žudyti, kitas pasikarti.	V2 įstrigo mintis, kad tik su panašaus likimo žmonėmis galima kalbėti apie psichinės ligos patirtį.
32.	Tai V2 pas juos ateis kaip sava. V2 suprato, kad kaip jis elgiasi, taip jį priims. Dabar supranta, kad gal elgėsi biški nevisai tinkamai, buvo per daug atviras, bet juk nenorėjo nieko blogo, norėjo pritapti prie kolektyvo. Pradėjo graužtis.	V2 supranta, kad būdamas per daug atviras su kitais žmonėmis, peržengė tam tikras ribas.
33.	Žmona tada sakė – nesigrauzk, gyvenimas svarbesnis už	V2 jaučia žmonos palaikymą, kurį labai

	mokslą ar darbą. Žmona V2 labai palaiko. Jei ne ji būtų liūdni reikalai.	vertina.
34.	Prisimena jaunystėje buvo labai linksmas, mėgdavo pajuokaut, susipažino su žmona, tai ji buvo ramesnė. Jos ir draugai kiti, išsilavinimas. Tai V2 pradėjo surimtėt. Rimtėt, rimtėt. Pasidarė rimtas rimtas. Alaus pradėjo nebegert. Ir po to per greitai nukirpo tą ryšį su jaunyste, nu ir požiūris jo pradėjo keistis. Anksčiau turėjo draugų, buvo didesnis atsipalaidavimas, pažvengdavo.	V2 su nostalgija prisimena gyvenimą iki susipažinimo su žmona, kuomet jautėsi laisvesnis bendravime, gebantis patirti ir išreikšti džiaugsmą.
35.	Draugų kažkaip neturi dabar. Žmonos nekaltina, bet žmonos ir draugų ratas kitas. Jos draugai netinka V2, jo, kiek suprato, - jai. Ir tiesiog pradėjo kažkaip mažiau juoktis, mažiau pasilinksminti. Ir tada sugriuvo.	Kardinalus gyvenimo būdo pakeitimas, siekiant prisitaikyti prie žmonos socialinės aplinkos, sąlygojo tai, kad S tapo izoliuotas (neatsirado ryšių su žmonos draugais, o su savais – nutrūko). To pasėkoje mažiau patirdavo gyvenimo džiaugsmo, tai privedė V2 prie psichozės.
36.	Žinai negalėjo, kai būna dirba, dirba, pavargęs nueina į barą, prisišutina ir viskas dzin. O V2 neturėjo tokio raminančio užsiėmimo. Kaip V2 gyveno anksčiau, laisvai ir pinigų nereikėjo – buvo gerai. Jam atrodo, kad tas praradimas tokio atsipalaidavimo. Prisimena dar baseiną lankė, tai irgi buvo gerai, bet po to sugriovė ta baseiną.	V2 gyvenimas be suvaržymų bei pažįstami įtampos bei streso atsikratymo būdai tapo nebe prieinami.
37.	Sugrybavo su ta mokykla, pradėjo save spausti, stengtis mokytis sąžiningai. Pasirodo to nereikėjo, reikėjo tik pinigų nešt. Pradėjo spausti save, nė minutės poilsio. Jei turėdavo laisvo laiko, skaitydavo, mokydavosi. S galvojo, kad toks gyvenimas geras, va turės diplomą, bus gerai.	V2 intensyviai, dėdamas daug pastangų siekė statuso, naujo savęs-vaizdo įtvirtinimo.
38.	Iš pradžių galvojo, kad čia bausmė. Galvodavo, kodėl jam taip atsitiko. Galvodavo, kad jeigu žinotų, tai tikrai būtų kitaip daręs. O dabar nesiplėšo taip, neima į širdį dėl tos ligos, vis tiek gal jau po penkių metų tą vaistų nebereikės. Gal būtų didesni gaus, vaiką dar vieną. Nekaltina savęs dėl tos ligos, nei tėvų, kad paveldėjo.	Pasikeitė V2 pozicija ligos atžvilgiu, nuo savigraužos ir „kapstymosi praecityje“ link didesnio ligos priėmimo, susitaikymo su liga.
39.	Čia labai didelė patirtis, nes V2 labai kažkaip pergyvena labai stipriai. Praranda senus draugus, kur skaitė, kad čia jo draugai. Bet kai perserga liga, tai supranta tikrus draugus, kur yra žmonės, kurie tikrai jį myli, o ne tiesiog apsimeta, kad jo draugas.	V2 vertina psichozę kaip galimybę patikrinti tarpasmeninių saitų tvirtumą ir jų pagrindą (atskirti tikrą draugystę nuo apsimetinės).
40.	Be to pasikeičia pozicija kitų sergančių atžvilgiu. Jeigu kažkas juokauja, kad jeigu tas čia daugiau dirbs, tai išvažiuos į parko gavę. V2 nejuokinga visai. Visai kitaip pradeda žiūrėti. Supranta, kad ta liga yra normali, ateina gi visokie žmonės. Čia ir tas klubas, norisi ten būti, su tais žmonėm gali atvirai pakalbėti, tokių draugų V2 niekad neturėjo. Anksčiau galvodavo, kad tokie žmonės durni, blogi, dabar jie savi.	Anksčiau V2 į sergančius psichikos liga žiūrėjo priešiška ir nuvertinančiai. Pats susirgęs, V2 nebežiūri nuvertinančiai ir nepatinka kai taip daro kiti. V2 jaučiasi savas tarp kitų sergančių psichine liga, ypač vertina su jais užsimezgasias draugystes.
41.	Be to pradėjo žiūrėti į žmones atlaidžiau. kažkas norėjo jį įskaudinti, bet S jiems atleidžia, neturi pykčio ant jų. Pamato storas ar plonas, tai nesijuokia iš jo, nesako, kad tas storas. Tokia tolerancija. Vadovaujasi, jeigu kitas žmogus daro bloga, atsilyginti geru. Be to pradėjo labiau savo šeimą vertinti. Suprato, kad tie žmonės jį tikrai myli. Dabar artimiau juos priima.	V2 tapo atlaidesnis, tolerantiškesnis „kitokiems“ žmonėms, pradėjo labiau vertinti ir „artimiau priimti“ savo šeimą.

### Tyrimo dalyvio V3 teksto analizė

1.	Jis serga 12 metų, o kad tokių jau rimtų psichozių buvo gal tik kelios, o tie ligos paūmėjimai nebūtinai gali būti kaip psichozė, tiesiog kaip mintys apie savižudybę, depresija. O psichozių rimtų buvo 1997, 2003.	V3 pabrėžia skirtumą tarp psichozės epizodo ir ligos paūmėjimo sąvokų.
2.	Tais metais jau būnant skyriuje jam pasireiškė psichozė, kai jis ten lovas daužydavo, ardydavo, ar duris išspirdavo. Tai būdavo kažkoks savikontrolės praradimas, užvaldydavo pyktis, ir jam norėdavosi, kad kažkaip išsikrauna ant daiktų, bet joku būdu ne ant žmonių, niekada nežalodavo šalia esančių žmonių. Kažkodėl būdavo taip, kad visas tas pyktis būdavo išliejamas ant daiktų.	V3 psichozės būsenos atsidūręs ligoninėje buvo agresyvus, jį „užvaldydavo pyktis“. Tačiau pyktį V3 išliedavo išimtinai ant daiktų, vengdamas sužaloti žmones.
3.	O jau esant ligoninėje skyriuje, būdavo tokia stebima palata, iš kurios galima buvo išeiti tik su sanitaro leidimu, šiaip neišleisdavo. Tai jis netuksėdavo, nelaukdavo, kol atsidarys, o spirdavo į duris, ir jos atsidarydavo, kadangi ten tokia spyna sena buvo. Tai spirdavo ir eidavo kur nors ar į tualetą, ar kitur.	Būdamas ligoninėje, kur buvo apribota jo veiksmų laisvė, V3 nevengė fizinės jėgos panaudojimo, idant panaikintų apribojimus
4.	Toje stebimoje palatoje, būdavo budi skyriuje ir jei pamato, kad paūmėjo ir visiškai nesusitvarko, būdavo paprasčiausiai fiksuoja prie lovos. Pririša ir tada suleidžia raminamųjų. Į raumenis ten ne visada gerai pataikydavo, būdavo mėlynės. Paskui būdavo po keliu valandų prabunda, ir jau mažiau to agresyvumo. Yra ne vieną kartą tekę būti pririštam prie lovos ir žinoti, kad ne iš karto paleis, paprasčiausiai pririša prie lovos ir po ten jis guli, miega, kol praeina dvi, trys valandos ir tada atriša.	V3 dėl savo agresyvumo ligoninėje yra ne kartą susilaukęs sankcijų
5.	Jie saugosi, bijo, kad jis ko nors nesumuštų, nesužeistų. Tokių kuriuos rišdavo, jų procentas yra nedidelis. Stebimą palatą visi praeidavo, bet prie lovos rišdavo tik vienetus, nes tokių ūmių psichozių, nebūdavo daug.	V3 jautėsi esąs vienas iš nedaugelio, kurie kelia baimę personalui, ir kuriems buvo skiriamas ypatingas dėmesys.
6.	Daug pykčio būdavo, tą pyktį galbūt išprovokuodavo seselių, personalo elgesys, tas pyktis nebūdavo be pagrindo. Iš niekur neatsirasdavo, tas priešinimasis visai tai... Jei jo paklaustų pasakytų, kad tai būdavo priešinimasis, kai jį puola, jis ginasi. Būdavo kad kažko jam neduoda, neleidžia, ar kažką jį pažemina ir tuomet visa tai iššaukdavo tokią reakciją, kad nesusivaldydavo. Paprasti žmonės tai, kitaip, jeigu juos kas įžeidžia jie nepuola muštis ar ką. Bet psichozėj padidėja jautrumas.	V3 mano, kad jo agresyvumą išprovokuodavo kiti, kadangi psichozės metu, jis tapdavo jautresnis pažeminimams ar jo norų nepaisymui.
7.	Pavyzdžiui jis tenai.. sanitaras, toks modelis situacijos. Tie kurie yra stebimoj palatoj, stebimoj palatoj ir turi būti, nesvarbu, kad jis ten nieko blogo nedaro, būdavo viena patalpa – rūkykla. Ir norėdavo būti rūkykloje, jam po skyrių negalima vaikščioti. Jis turi būti tik palatoj, arba rūkykloj, arba tualete. Rūkykloj pabuvo ir jau turi grįžti ir tarkim jis parūkė, bet dar nori pabūti 5 – 10 min., pabendrauti su kitais ligoniais, nes pavyzdžiui, skyriuje būdavo nemažai pažįstamų iš seniau. O jam ateina sanitaras, sako eik į palatą. Ir ką, aišku jėga sanitaro pusėj. Vieną kartą nueis į palatą, o kitą kartą...	V3 patyrė, kad jo norų nebuvo paisoma ir tekdavo paklusti ligoninės personalui, kurie turėjo daugiau galios už jį.

8.	Bet pavyzdžiui žmogus uždarytas kalėjime. Jis niekad nebuvo kalėjime, bet pavyzdžiui žmogus suvokia, kad čia jam bausmė, už kažką, o čia gaunasi taip, kad čia ant tiek suvaržoma jo laisvė ir jis tampa ant tiek suvaržytas, jis kaip pastumdėlis. Jį išleido į tualetą, turi grįžti, jis absoliučiai neturi nieko savo. Tai vat tas dalykas labiausiai žemindavo ir tai iššaukdavo pasipriešinimą. Tarkim tas durų trunkymas ar lovų laužymas. Lovos ten būdavo su strypeliais, tai jis juos išlaužydavau (nusijuokė), tai juos surinkdavo.	V3 tai buvo panašu į bausmę. V3 manymu, fizinė agresija – tai pasipriešinimams bandymams apriboti jo laisvę, ką V3 priimdavo kaip jo savigarbos pažeminimą.
9.	Jie ir palatoj rūkydavo, atsidarydavo langą, bet ir tada negerai, vėl skandalai. Nors jis ir konfliktuodavo, bet tik tuomet kai būdavo tos labai griežtos psichozės. Šiaip paprastai jis gerai sutardavo su personalu, jis su jais nekonfliktuodavo, klausydavo.	V3 ligoninėje patirdavo apribojimų, tačiau paprastai nebuvo linkęs konfliktuoti dėl to, nebent būdavo ūmioje psichozėje.
10.	Būdavo, kad ne visada jie gali stebėti, sukontroliuoti. Tai kai jis mato sanitarą, jis žino, kad jo pusėj jėga, jis paklūsta, ta prasme jis priverstas paklusti. Bet tais tarpais, kai jų nėra šalia, ir kai jis yra ...jis tiesiog sako, spirdavo duris ir eidavo, lūždavo tos durys ir taip toliau. O pojūtis toks, kad jo bijo. Jo bijo pacientai, jo bijo sanitarai. Tik vienas du buvo, kur nebijojo, kurių jis pats bijo automatiškai. Ir dar du, su kuriais jis nesiskaito.	V3 taikydavosi su apribojimais, tik esant personalui, galinčiam imtis sankcijų. Kitais atvejais nepaisydamas apribojimų, elgdavosi taip, kaip tuo metu norėdavo. Tuo metu V3 jausdavosi, kad kitiems kelia baime.
11.	O jausmas toks kaip lyg ateina į parduotuvę, tik priėjo, o durys atsidarė. Vien nuo to, kad jis eina, duris priverčia atsidaryti. Jis dar tik žengia žingsnį, bet jau vien nuo to, kad eina, jam durys atsidaro.	Tuo metu V3 jausdavo, tarsi daiktai paklustų jo valiai.
12.	Nu ir tiesiog jis jaučiasi, kad nu yra nu.. jis dažnai būdavo tokios mintys, kad eina koridorium, mato seselių kambarys, tokie stikliniai langai. Atrodo eitų kaip spirtų, kaip dužtų čia viskas. Bet po to eina, galvoja, nu išduš stiklas, ir kas iš to.	Kildavo minčių pasielgti destruktiviai, su kuriomis tvarkydavosi ir racionalaus išprotavimo, apie tų veiksmų pasekmes, pagalba.
13.	Dar taip darydavo, jam atsirasdavo daug jėgos, jėga, kuri nežinia iš kur, tai jis eidavo į tualetą ir spardydamas sienas, kad išsikrauti. Bet nei kartą nėra sudavęs niekam. Visgi suvokdavo, pavykdavo to išvengti, nes tėvai vaikystėje auklėjo, kad yra geri dalykai, yra blogi dalykai, nuodėmė, atleidimas. Ir tos pažiūros išliko. Suteikti kitam žmogui skausmo, jis negali. Tad jis tiesiog eidavo į tualetą ir spardydamas sienas. O paskui tą kartą atrodo išsikrauna.	Agresijos impulsus išveikdavo į daiktus, nes į žmones nukreipti agresiją neleido moraliniai įsitikinimai.
14.	Visi apsiavę tapkėm palatoje, o jis pavyzdžiui, jam visą laik atnešdavo batus, ir jis būdavo su batais, auliniais batais. Tą jausmą sunku nusakyti. Nu jis kamuolį spiria ir kamuolys nesileidžia žemyn. Gi sportininkai irgi užsigauna, skauda, spardosi. Atrodo turėtų būti kaip žaidimas, bet visi kovoja ir tarkim, kad kamuolys skristų reikia nemažai jėgos. O čia gaunasi, kad jis jėgos neturi kur iškrauti, tiesiog jaučia savyje kažkokią jėgą. Žino, kad spyręs duris jas atidarys. Tai kam jam belsti, jei jis spyrė ir eina toliau.	Iš aplinkinių išsiskyrė individualiais atributais. Jautė savyje nerealizuotą jėgos potencialą.
15.	Būdavo taip, kad ir belsdavosi, iki tų metų praėjo ne viena ir ne dvi hospitalizacijos. Praėjo ne vieni metai, kai jis buvo prisiziūrėjęs to elgesio sanitarų. Pirmus kartus jis	V3 prisimena anksčiau buvęs ramus pacientas, ir yra įsitikinęs, kad jo elgesio pokyčius lėmė sanitarų elgesys bei

	būdavo ramus pacientas, bet kai prisižiūri, tampa toksai, kad žino, išspirs duris, neišspirs, jam už tai niekas į galvą netrenks. Gaunasi tai, kad jis jaučia, jog visa kaltė krenta... Aišku supranta kad jį pririš prie lovos, bet apie pasekmes negalvoja.	supratimas, kad už netinkamą elgesį jis nesulauks rimtų atsakomųjų veiksmų.
16.	O čia gaunasi taip, kad tuo metu jis jaučiasi kaip spyruoklė, kuo daugiau kažkas ją gniuždys, tuo daugiau ji stengsis atitaisyti tą padėti. Taip ir ligoninėj, kuo daugiau jį gniuždo, jį pririša prie lovos, tuo labiau vyksta tam natūralus priešinimasis.	Kartojasi 8.
17.	Būdavo ir pakili nuotaika, naktimis nemiega, klausosi muzikos. 2003 turėjo tokį pergyvenimą, kad vos nežuvo po autobuso ratais. Ėjo per perėją, ir pravažiavo autobusas. Metras nuo jo. Turėjo tokį stiprų išgyvenimą. Tiesiog tie autobusai pravažiavo, jis perėjo perėją ir toks jausmas lyg atsiduria kitoj planetoj. Jo visus pojūčius, visą regėjimą ir klausą, smegenų veiklą, nežino kaip tai apibudinti, sustabdoma akimirksniai.	S prieš paskutinį psichozės epizodą patyrė stresinį įvykį, kėlusį grėsmę jo gyvybei, po kurio jis, lyg „atsidūrė kitoj planetoj“, bei patyrė suvokimo bei protinės veiklos pertrūkį.
18.	Po to jis toliau gyveno. Bet jau buvo paūmėjimas. Nesinori miego, nori, kažką veikti. Būdavo visiškas išsekimas, neteko svorio, sverdavo 59 kilogramus. O savijauta labai normali atrodo eis, darys, važiuos. Buvo pakilumas. Tėvai matydami jį, pasakė, važiuok į ligoninę.	V3 jautė padidėjusį aktyvumą, nesinorėjo poilsio. Tai ilgainiui sąlygojo organizmo fizinį išsekimą.
19.	Visi pakilumai kildavo arba nuo alkoholio vartojimo, ar kokių nors didelių įspūdžių, pvz., gero koncerto. Tiesiog tai jį taip įtraukia, jam taip patinka, kaip stimulatoriai. O kad paskui nusiraminti, jis natūraliomis priemonėmis jau negali užmigti. Nejaučia, kad jį tai alina. Labai paaštrėdavo pojūčiai. Visą tai, ko nejausdavo normalioj būsenoj, psichozėj visai kitaip. Būdavo neadekvatus elgesys.	V3 psichozės vystymąsi sieja savo polinkiu ieškoti stimuliuojančių patyrimų. Psichozės metu paaštrėdavo pojūčiai, pakisdavo aplinkos suvokimas, V3 nejausdavo nuovargio.
20.	Daug filosofuodavo, į viską gilindavosi, kodėl taip, kodėl ne kitaip. Jis buvo prisiskaitęs Kastanedos, garantuoja, kad išprotėjo prisiskaitęs Kastanedos. Siūlo įsivaizduoti, pasaulis yra pagal tam tikras normas, o prisiskaito dalykų, kad yra ne taip, kaip jis galvoja. Jis jau praktiškai nutolsta nuo savo vardo ir pavardės. Į jį kreipiasi kas nors vardu, o jis galvoja, nejaugi tai jo vardas. Jis praranda tą savo unikalumą, išskirtinumą, kas yra tikrai jo. Jis aišku lieka žmogus, koks buvo žmogus, bet tuos savitumus jis praranda, o lieka tik dabartis. Jis kalba aišku tik už save. Jis būna čia ir dabar, jis nebesusivokia kas jis yra.	V3 didelę reikšmę psichozės metu teikė knygai, pakeitusiai jo santykį su metafizinėmis kategorijomis. To pasekoje V3 pradėjo tolti nuo savo tapatybės atributų, kuriuos pradėjo suvokti kaip svetimus, kol galiausiai visai prarado ryšį su savuoju identitetu, patirdamas tik dabarties egzistavimą.
21.	Tuomet jis įsivaizduoja, kad jis praktiškai gali viską. Jam atrodo, kad nuo jo priklauso visas pasaulis. Jeigu atrodo, dabar jis atsistos ir nueis ir kažką padarys, tai su tuo bus susiję visi kiti kažkokie dalykai, tie kurie neturi jokio ryšio. Bet jis įsivaizduoja, kad ne jis yra priklausomas nuo aplinkos, bet lyg jis valdytų aplinką.	V3 tuo metu patyrė savo visagalybės bei didingumo jausmą
22.	Pakilumo metu viskas atrodo ant tiek fantastiška ir ant tiek gražu. Jam pavyzdžiui patinka naktinis miestas, žmonės vaikščiojantys gatve arba kelionės traukiniais. Jam ant tiek norisi gyventi, kad net nesinori miego. Tada laikas labai greitai bėga	V3 pradėjo naujai suvokti aplinką, viskas atrodė „fantastiška ir gražu“. V3 norėjo kuo daugiau patirti, tuo metu jautė greitą laiko tėkmę.

23.	O ligoninėje, kai jam būna blogai – vieną dvi savaites – laikas irgi prabėga kaip pora dienų, kai jį galų gale sugražina į daugmaž pusėtiną būklę, jis pradeda jausti, šiaip nejaučia kad pasiilgsta namų, kai guli ten pririštas ar pan., namų ilgesį. Pradeda norėti išeiti iš tos erdvės, grįžti į normalų gyvenimą ir tada laikas ant tiek sulėtėja, kad pradeda skaičiuoti dienas. Ir pora dienų praeina, kaip pora savaitėlių. Ir laukia, kada išrašys namo. Jį pradeda slėgti visas tas uždarumas, priklausomumas.	Kintant būsenai, V3 patyrė ir laiko suvokimo pokytį. Ligoninėje pagerėjus būsenai atsirasdavo namų ilgesys. Tuomet laiko tėkmė tarsi sulėtėdavo, pradėdavo slėgti esama aplinka.
24.	Jam daugiausia padėdavo motina, kuri lankydavo. Ir dar vienas dalykas, kuriuo jis džiaugiuosi, kad yra taip, tai šeimoj niekas jam dėl viso to jam neprikaišiodavo, jo neslėgdavo. Jis grįžo namo ir vėl gyvena pilnavertį gyvenimą ir jam neprikaišiodavo ar kad tarpusavyje elgtųsi lyg jis čia kažkoks kitoks, tai to nebuvo, ir tas jam labai padėdavo. Jis rasdavo tai, ką paliko. Tai suteikdavo džiaugsmą, kad grįžo.	V3 džiaugiasi tuo, kad šeimos nariai jo nenuvertindavo ir nepriekaištaudavo dėl jo psichotinių patyrimų, dėl to V3 grįžimą į namus patirdavo kaip grįžimą į „pilnavertį gyvenimą“
25.	Jis nežiūri, kad tai buvo blogai, nes gyvenimas tuo nesibaigia. Ir jis lygiai taip pat įgavo patirties, kad tai jau kai kuriems dalykams jis įgijo imunitetą – jis gali save kažkiek kontroliuoti. Jam tai yra patirtis ateičiai, kurios kitaip niekaip jis jos neįgys, kuri padeda toliau gyvenime. Pavyzdžiui žino, kad vartodamas vaistus, jis negali jų maišyti su alkoholiu, nes bus blogai, ne kažkam kitam, o jam pačiam.	V3 vertina įgytą patirtį. Jaučiasi tapęs atsparesnis, galintis daugiau kontroliuoti savo būseną, vengti veiksmų, galinčių sukelti psichozę.
26.	Jis paskutiniu metu apskritai mano, kad žmonės nusivylę gyvenimu, nes jų nedžiugina elementarūs dalykai. Visi nori kažko super, kažkokių išpūdžių. Bet jie nemato, kažkokių smulkmenų, ar gerų išpūdžių, kurių jiems turėtų pakakti iki pilnos laimės. Paskutiniu metu jis stengiasi pasitenkinti kuo mažesniais dalykais. Tarkim jei jis ryte atsikelia ir dar turi cigarečių pakelyje ir kavos – tai puiku. Jis jau nebemasto apie kažkokius super dalykus. Ir pradeda nenorėti kažko didelio. Tada pastebi kad labai daug dalykų jis mato pirmą kartą gyvenime. Pavyzdžiui, važiuoja troleibusu tuo pačiu maršrutu ir jis pastebi tokių dalykų, kuriuos mato pirmą kartą gyvenime. Važiuoja, žiūri, pavyzdžiui, išpjovė medį. Medžio nebėra, o jis savo atmintį dar prisimena, kaip tas medis atrodė.	V3 yra išvystęs tam tikrą gyvenimo filosofiją, kuria pats remdamasis patyrė sumažėjusių lūkesčių teikiamą galimybę atrasti džiaugsmo ir pasitenkinimo potencialą kasdieniame patyrimo.

#### Tyrimo dalyvio V4 teksto analizė

1.	Gerai V4 neprisimena, daugiau iš pasakojimų, ką ten darė. Gali pasakyti, kad grynai pajustų kad kažką daro ne taip, tai sunku. Peržengia tą ribą, sako jau ne taip S daro, supakavo S ir išvežė.	V4 sunku prisiminti psichozės patyrimo detales. V4 teigia, kad nepajuto perėjimo iš realybės į psichozinį pasaulį.
2.	V4 tai tas užėjo, kad tuo metu visuomenėje buvo tas vėjus, „valgyt lietuvišką produktą“, ir pakliuvo V4 ant jo. V4 pradėjo valgyt obuolius, tik lietuvišką, kas pagaminta, pradėjo negerbti užsienietiško produktą. Išmesdavo apelsinus ar ką, nes čia yra bjaurastis. Ir prie akių V4 taip išmeta. Sako, kad kiti čia blogai daro, blogas produktas. Tai atrodo nevertotų, jei nenori, o V4 mesdavo. Atrodė teisingai elgiasi. Su tais apelsiniais, tai pats prisimena	V4 sužinojęs apie vykdomą akciją pradėjo skrupulingai jos laikytis, aršiai protestuoti prieš tai akcijai prieštaraujančius veiksmus, net imtis tam tikrų atsakomųjų priemonių. V4 jautėsi teisus taip elgdamasis, tačiau mama atkreipė dėmesį į jo elgesio keistumą.

	biški, o šiaip tai nelabai žino. Tuomet buvo teisus, erelis, kiti blogai daro, o mama sako V4 ką jis čia durnavoja?	
3.	Tas filmas „nuostabus protas“ tai V4 patiko, nes atkartoję V4 jausmus. Tą tikėjimą nerealyste.	V4 jaučia savo patyrimo sąsajas su vieno filmo siužetu, kuris pateikia tikėjimą psichozinio pasaulio realumu
4.	Ta psichozė, tai kaip garą V4 nuleidžia. Kažkoks slėgimas viduj būna, tada tik į viršų tie garai...	V4 psichozės virsmą suvokia, kaip kūne susikaupusios įtampos proveržį, išlaisvinimą.
5.	Iki psichozės tai V4 nepastebėjo, kas ten vyko, kaip atėjo. Kai jau psichozė, tai ir nelogiškos išvados. V4 galvoja, kad vyksta realiai, o gyvena visai kitam pasaulyje. V4 nelabai prisimena.	Kartojasi 1, bei tikėjimas psichozinio pasaulio realumu.
6.	Ir V4 nepatinka, kai mama pradeda pasakoti, ką V4 ten darė. Sako, V4 svarbiau, ką toliau daryti, o ne kas buvo. Nemėgsta kalbėti. Atrodo ne su V4 tai vyko, su kažkuo kitu.	V4 sunku priimti psichozinį patyrimą kaip savo. V4 vengia tai prisiminti ir piktinasi, kai tai daro kiti.
7.	Nu kaip ir kiekvienam, V4 sunku prisipažinti, kad jam sunkiau ir blogai būna. Kai geresnė nuotaika, tai lengviau kalbėti. Tik nenori, kad kiti galvotų, nu ką su tuo, ko V4 vertas nu, ar kaip	V4 nelinkęs dalintis savo patyrimu, nenori parodyti savo silpnumo, nes bijo kitų nuvertinimo.
8.	V4 mama supakavo ir išvežė į ligoninę. Įkalbėjo, kad kažką jau ne taip daro..	V4 psichozės metu, buvo įkalbėtas kreiptis pagalbos.
9.	Pirmą kartą kai psichozė ištiko, tai V4 biški pasigydė, o po to porą metų nevariojo vaistų, o dabar reikia kiekvieną vakarą vartoti vaistus, kad neištiktų psichozė ir nereiktų gultis į ligoninę.	V4 atsakingiau vartoja vaistus, lyginant su laikotarpiu prieš paskutinį psichozės epizodą, nes nenori patirti atkryčio ir hospitalizacijos.
10.	V4 nenori į ligoninę. Gulti į palatą vėl tą patį pergyventi, kas ten buvo – vaistai visokie kaustantys ir panašiai. Sunkiai man buvo ir pati ta diagnozė, kai pasakė turbūt tau yra, tai buvo didžiausias šokas.	V4 gydymas ligoninėje buvo skausmingas. Tačiau ypač skausmingas ir šokiruojantis patyrimas buvo savo diagnozės sužinojimas.
11.	V4 klausė, kodėl jam taip atsitiko, tik kad ypatingai nieko tokio nedarė, o ištiko V4 ta psichozė.	V4 stengėsi suprasti psichozės priežastis, bei savo veiksmų įtaką psichozės išsivystymui.
12.	Nenorėjo į ligoninę atsigulti, bet mama pasakė reikia, tai reikia.	Mama V4 priverė gydytis.
13.	Dabar būna depresija, kuri kaitaliojasi, tai būna depresija tai biški geriau. V4 mano čia nuo vaistų. Taip tai, kai psichozė be depresijos, tai apgydo, nuslopina tą psichozę ir viskas.	V4 be psichozės dar patiria ir depresija, tad vertina, jog jo liga sunkesnė, lyginant su išimtinai pakilumo būsenomis.
14.	Tuo metu kai prasidėjo psichozė V4 kaip tik baiginėjo mokslus. Nieko ypatingo lygtai nevyko. Ramiai baiginėjo, nei kokio šoko nebuvo, nei nieko. Atėjo psichozė tiesiog ir viskas.	V4 keista dėl ko galėjo išsivystyti psichozė, nes savo elgesyje ir gyvenimo aplinkybėse nemato tam svarių priežasčių.
15.	Nepadirbęs nė kiek... V4 dirbo ne pagal specialybę, elektriko. Kaip sakant diplomą nuplaukė. Nu kaip gavo V4 tą diplomą, turi. Nu tik džiaugiasi, kad įsigijo, kad turi išsilavinimą, nors ir nepanaudos. Tiktai tiek, kad kažkoks aukštasis išsilavinimas, tai V4 gali mažiau nu sau priekaištauti, savo likimui.	V4 įgijo profesines žinias, kurių dėl savo ligos negali realizuoti darbinėje veikloje. Tačiau įgytas išsilavinimas vis tiek yra teigiamas savęs vaizdo aspektas.
16.	V4 yra labai savikritiškas, dėl to ir neženotas. V4 priekaištuoja sau, kad lėtapėdis, kad su motina ne ne savarankiško gyvenimo nepradėjo kaip sakant. V4 neturi aplinkybių. Neišsikapsto, kad vienas save išlaikytų. Tai va toks likimas.	V4 priekaištuoja sau, kad yra nesavarankiškas, nors kartu pripažįsta, kad neturi tam galimybių šiuo metu.

17.	Tik va depresija, kitom dienom būna. Nelengva gyventi taip. Visą laiką V4 galvoja, kaip gyventi kartu, laikytis motinos, gyventi iš tos pašalpos, nes pabando biški padirbti, tai labai sunku. Dėl depresijos negali pilnai dirbti, nes V4 sutrikęs miegas, tai ryte sunku atsikelti.	V4 nesijaučia esąs pajėgus dirbti, dėl to priverstas tenkintis materialiniu nepriteklumi bei priklausomybe nuo kito
18.	S norėtuši, kad būtų kitaip – sveikata geresnė, atsikelt galėtų. Tada ir kokį darbą gal išeitų susirasti. Diplomas gal jau ir žuves, V4 nežino, nurašyt jau, nes jau visur įrašyta tokia diagnozė, kad net nesinori pasakoti kitiems.	S nėra patenkintas esama padėtimi. V4 mano kad jo sveikata ir diagnozė yra pagrindinės kliūtys užkertančios kelią į didesnę materialinę nepriklausomybę
19.	Ir V4 pats nenori tikėti, netiki, kad jam yra tokia diagnozė. Kai V4 pasakė, kad tokia diagnozė, tai baisiai sunku buvo. Jau norėjosi kur eiti ant šakos pasikabinti.	V4 išgirsta diagnozė buvo didelis psichologinis smūgis, po kurio kilo minčių apie savižudybę. V4 iki šiol nesusitaiko su turima diagnoze.
20.	Kai depresija yra, tai V4 apie savižudybę galvoja vos ne kasdien kaip čia ... laikytis, laikytis ant savęs sako V4, nes depresuoja, užslėgtas pastoviai vaikšto. Galvoja – laikytis, laikytis. Ne taip kad kiti padarė. V4 klube buvo vienas, sakė blogai, blogai. Po to nuėjo ir prisibaigė save. Pastoviai laikytis reikia.	Esant prislėgtai būsenai dažnai kyla minčių apie savižudybę, tačiau V4 priešinas joms skatindamas save nepasiduoti ir laikytis. Prisimena pažįstamą, kuris nusižudė.
21.	V4 vaikšto, sunkios mintys visą laiką, atrodo sunkiausią našta užsikrovęs. Galvoja kaip sunku keltis, kaip sunku ką nors daryti. V4 neįsivaizduoja, kad kiti žmonės laisvai vaikšto, juokiasi, geros psichikos, tai ir nuotaika gera. O čia prislėgtas, pastoviai įtampoj. Visą laiką V4 turi na Ura eit, ir nepasiduoti gyvenimui.	V4 gyvenimas panašus į kančią ir nuolatinę kovą už gyvenimą. V4 sunku įsivaizduoti kitokį žmonių gyvenimą.
22.	Mama padeda, kad ne per daug dažnai pasako...neleidžia pasiduoti, kad pasako, nu kad sako V4 eiti dirbt, ką čia V4 tinginiauja. Kaip atrodo, kad žmogus kur su psichikos liga, kur tvarkingai apsirengęs, atrodo, kad neslegia jokios mintys, o jis elementariai jeigu apie save negali apsitvarkyt. Tai ir V4 panašiai. Galvoja, nu kodėl taip yra. V4 dar pagalvoja, nu kad gerai, kad ji taip yra, nes kitos tai visai į pensionatus priduoja ir gyvenk. O V4 mama tai ne.	V4, toleruoja mamos priekaištus, priima juos kaip pozityvų dalyką, nors V4 manymu, jie neatspindi realios situacijos, kadangi V4 teigiamai vertina mamos poziciją, nesiūsti jo į pensionatą.
23.	Nors V4 ir pats stengiasi nepasiduot. Kai buvo po epizodo, tai V4 visur paskui motiną sekiojo, kaip apsėstas. Buvo baisi depresija. Dabar tai ką, jau atlėgus ta depresija. Buvo baisu, tokia depresija, kad ojoj. Dar nerimas, tiesa. Žodžiu psichikos ligoniu būt sunku.	V4 ir savyje randa vidinių resursų kovoti, nepasiduoti. Sunkiais momentais tampa labiau priklausomas nuo kitų.
24.	Vakare V4 atsigula, tai o j gerai. Galvoja kaip ten rytoj vėl keltis, depresija, reiks kovoti. Gyvenimas tai kaip pastovi kova. V4 biški geresnes sąlygas turi, neišvaro va jo. O draugas turi šeima, tai kavą geria, kad būklė pagerėtų, depresiją. S bando visokias priemones, kad tik depresija nugalėtų. Nu va ko nedarysi, televizoriaus nežiūri, atrodo, ko tik nepadarysi, kad ta psichikos būklė pagerėtų.	V4 kiekviena diena yra tarsi valios išbandymas. V4 deda pastangas, kad pagerintų savo savijautą. Džiaugiasi, kad tai gali daryti savo tempu, nepatirdamas didesnio spaudimo iš aplinkinių.
25.	V4 norėtų turėti, bent jau kaip V4 draugas turi nuosavą verslą, dailide dirba, laiptus daro. Kai sunku tai nedirba, norėtų ir V4 kažką savo turėt, kad prisidurti biški. Tik kad nemiga. Tik su vaistais užmiega, bet baisu ir tuos vaistus vartoti, kad toksikomanu nepasidarytų.	V4 su pavydu žiūri į draugą, kuris turi „nuosavą verslą“ ir gali savarankiškai reguliuoti darbo krūvį. V4 būseną trukdo to siekti pačiam.
26.	Sunku gyventi su psichikos liga, V4 dar džiaugiasi, kad	V4 lygindamas save su kitais, išvelgia

	nenukvanka iki galo. Kiti būna tai visai negali savarankiškai gyventi, tėvai atiduoda į pensionatus.	pozityvių savo padėties aspektų.
27.	Ir giminėm sunku sakyti. Vis tiek rašysis kažkam tai, kad giminėj buvo diagnozuotas, toks su diagnoze. Nes gerai būna, kiti nors ir serga, bet neturi diagnozės, pageria vaistų, paguli privačiai kokioj klinikoje.	V4 sunku gyventi su diagnoze. S jaučiasi tarsi „pažymėtas“ kitų tarpe.
28.	Va dar stresai labai veikia. Tada automatiškai norisi dingti kur nors, atsigulti pamiegoti porą dienų. Kiti daugiau nekreipia dėmesio į tai, kurie tik su psichoze gyvena. Tik susileidžia vaistų ir viskas, o kadangi man depresija dar yra, tai sunkiausia.	V4, susidūrus su stresu, kyla poreikis poilsio pagalba susitvarkyti su atsiradusia įtampa. Kartojasi 12.
29.	V4 tai kai tokią knygą perskaitė - „stiprūs nervai – gyvenimo pagrindas“. V4 turi pripažinti kad jo silpni nervai, svarbu jų nealinti, neperžengti ribos.	V4 pabrėžia savo nervinės sistemos silpną atsparumą stresams ir įtampai.
30.	Nu ką padarysi reikia į tai žiūrėt su šypsena, kad su V4 taip atsitiko. Tai džiaugiasi tada, kad depresija nepuola, va kaip šiandien. Geresnis oras, viskas, V4 geriau ir jaučiasi, tai tada nieko ir tokia nuotaika, kad gali papasakoti.	V4 stengiasi nedramatizuoti savo padėties, tai padeda V4 pozityviai žiūrėti į gyvenimą, džiaugtis esamu momentu, žinant, kad būna blogesnė savijauta.
31.	Taip tai kai slegia depresija tai V4 nieko nenori, nori pasiūst visus po velnių. V4 nenori tokios patirties. Tikrai geriau būtų neturėjęs. Taip galvoja, kad kažkur yra kad savo galimybes pervertino kažkaip, kaip nors. Ir psichika sustreikavo.	V4 apmaudu, kad turi tokią patirtį, norėtų jos atsisakyti. V4 mano, kad psichozė išsivystė, nes jis pervertino savo galimybes.
32.	V4 atrodo taip, nors daktarai taip sako, kad čia užprogramuota, kad niekur čia... Vienas ir nemiega ir geria, ir viską ir nieko ir neperžengia tos ribos. Jam, sako kad čia užprogramuota genuose, kad taip atsitiko.	V4 požiūris skiriasi nuo suvokiamo medikų požiūrio, iki minimumo sumažinančio asmens valios ir jo veiksmų įtaką psichozės atsiradimui.
33.	Nu V4 šiaip nuo vaikystės toks uždaras. Viską ką sakydavo, V4 čia tą ar tą blogai daro, tai viską imdavo į save, neišsipasakodavo. Nu ką nors pasako mokykloje, kad V4 silpnesnis mokykloje, blogai mokosi, tai gaudavo pylos namuose. Taip ir kaupėsi tas garas.	V4 įsitikinęs, kad psichozės išsivystymui įtakos turėjo jo uždaras būdas, kludęs sumažinti susikaupusią įtampą atsivėrimo kitam keliu.
34.	V4 atrodo jeigu rengtų rekomendacijas, kaip nedaėti iki psichozės, tai visų pirmą, pas psichologus reikia vaikščioti, išsikalbėti. Nes kaip moterys būna išsikalba ir lengviau. Atrodo vyrai tvirtesni, tvirtesni, bet taip nėra. Kai tik garas, slėgimas per didelis reiktų kažkaip nuimti tą garą, kiti alkoholyje skandina. Dabar V4 stengiasi ir atviresnis būti, daugiau atvirauja, tai gal kažkiek mažiau kaupiasi tas garas. Ta patirtis galbūt V4 užgrūdino, V4 sau sako, kad reikia ramintis, čia praeis. Arba nueiti, kažkiek gal nedaug alaus išgerti. V4 gerai būtų draugą turėti, kuriam galėtų išsipasakoti viską kas slegia.	Psichozės patirtis paskatino V4 būti atviresniu. Nors V4 žino ir tokių mažinimo būdų, kurie yra kenksmingi žmogaus sveikatai, V4 linkęs rinktis nuosaikesnius būdus. V4 norėtų turėti artimą žmogų, kuriam galėtų atsiverti.
35.	V4 dažnai galvoja, kodėl jam taip atsitiko. Ką peržengė, kad prasidėjo. Galvoja, kaip kitiems padėti, kad neperžengtų tos ribos. Anksčiu mokykloje būdavo, kad pasako ant V4 „turkas“ ar pan. Kokią pravardę, tai užsidega, atrodo duotų atgal, bet suima į save, nieko nesako. V4 yra silpnesnis, galvoja blogiau dar bus. Tai kaupia, kaupia...	Galvodamas apie psichozės priežastis, V4 prisimena, jog buvo linkęs užgniaužti savo pyktį ar kitas neigiamas emocijas ir jų neparodyti.
36.	Nu neigiamas patyrimas, tokio nenorėtų. Stengiasi viską daryt, kad daugiau nepatirtų. Jei galėtų V4 visiems sakytų to nedaryti, to nedaryti, kad neatsirastų psichozė, savo	Psichozę V4 vertina kaip neigiamą patyrimą i deda daug pastangų siekdamas to išvengti. Norėtų nuo to apsaugoti ir kitus.

	nervus tausoti. Kiti netiki, kad su jais tai to neatsitiks.	
37.	Nu V4yra kaip „survivor“ - išlikęs po ligos. Nei ką sau padarė, nei nusigyveno pilnai. Nu ką išsikapstė. Jam sakė, kad jis nusiris, bus nevalyvas. Prognozės buvo blogos. O V4 susitvarkęs, ir visai nieko. Mano, kad iš dalies padėjo ir V4 užsispyrimas nepasiduoti. Nu dar ir baimė, kad jei bandys žudyti, gali būti dar blogiau, kad jei nepavyktų, pavyzdžiui, nušoktų iš 5 aukšto ir taptų dar didesnis invalidas, ne tik psichinis, bet ir fiziškai. Tai visai taptų priklausomas nuo kitų. Tas sustabdo nuo tų minčių. Nu dar ir parama mamos padeda.	V4 jaučia jog savo valios pastangų dėka susitvarkė savo gyvenimą daugiau, nei iš jo buvo tikimasi. Pasitraukti iš gyvenimo S neleido baimė nesėkmės atveju dar labiau komplikuoti savo gyvenimą ir tapti dar labiau priklausomu nuo kitų.
38.	Kaip sakoma visas pasaulis tai didelis durnynas. S diagnozuotas, o daug vaikšto nedidžiuotų. Tai tokie juokai apie save, V4 biški į priekį varo, nepasiduot tai depresijai. Kai depresuoja tai ir sapnai sunkūs. V4 net anekdotą sukūriau. Kad ateina žmogus sako, kad sunku, vis košmarus tuos pačius sapnuoja. Psichiatras sako imti tabletę, išgerti – įvairesnius pradės sapnuoti. Tipo, kad lengviau nebus, bet bent jau įvairesni sapnai bus.	V4 atranda juokingų gyvenimo su psichikos liga aspektų. V4 tai yra būdas nepasiduoti depresijai.
39.	Nu jei iš religinio taško pažiūrėt. V4 kaip tikintis, kad yra aukštesnė galybė. Galvoja gal taip ir reikia, kiekvienam uždeda savo kryžių, va ir jei V4 atlaiko tą kryžių tai gerai. Nu čia kaip išbandymas.	V4 į psichikos ligą žiūri kaip į aukštesnės jėgos jam skirtą išbandymą
40.	V4 norėtųsi džiaugtis, kad daugiau neužkrautų dar didesnių išbandymų. Nes jau dabar kai ta depresija užėina, daug pergyvenimų. V4 turi eiti, daryti per didžiausias kančias. Svarbu į liūną neatsigult visiškai, kaip kiti, kad į alkoholizmą įklimpsta, ar į pensionatą.	V4 norėtų išvengti didesnių išbandymų, nes ir esami išbandymai reikalauja daug pastangų, siekiant nepasiduoti.
41.	O čia dar V4 ir svajonių, vizijų turi dėl ateities. V4, pavyzdžiui dar norėtų kažkiek užsidirbti, ir kadangi jo hobis aviacija, norėtų paskraidyti. Prie vairolazdės jau neleistų dėl būklės, tai norėtų tiesiog su mažu lėktuviuku šalia piloto paskraidyti. Toks jausmas tada, V4 džiaugiasi nuo žemės atitrūkęs, nuo vargų, nuo visko ir skraido kaip sapnuose. V4 tiesiog sapnuose skraido kaip supermenas.	V4 turi ateities viziją atnaujinti savo mėgstamą veiklą, kuri suteikia galimybę atitrūkti nuo kasdienybės, patirti ypatingų išgyvenimų.
41.	Niekam nelinkėčiau, jei galėčiau – apsaugočiau kitus nuo to. Bet matyt jei likimas yra, taip ir turi būti.	V4 norėtų kitus apsaugoti nuo psichozės patyrimo. Tačiau kartu ir priima tokią padėtį, remdamasis lemties egzistavimu.

### Tyrimo dalyvio V5 teksto analizė

1.	Paskutinis psichozės epizodas jis nebuvo labai sunkus. V5 tų psichozių buvo daugiau, ne viską jis atsimena, gali pasakyti tokį dalyką, kad vaidenasi persekiojimais, kad V5 persekioja saugumas, iš pradžių rusų, po to ir lietuvių. V5 tokia liga, kad girdisi balsai. V5 atrodydavo, kad čia su specialia psichotropine aparatūra saugumas eksperimentuoja su juo, tyrimus daro su smegenimis.	Psichozės metu V5 atrodė, kad kiti žmonės persekiojo jį, darė poveikį, eksperimentavo su jo smegenimis. V5 šį psichozės epizodą vertina kaip lengvesnį, palyginus su kitais.
2.	Psichiatrai mano, kad tai haliucinacijos, V5 kaip religingas žmogus mano, kad tai piktų dvasių galbūt puolimai. Čia kai nervai pablogėja, arba nervinė įtampa,	V5 nesutinka su psichiatrų pateikiamu ligos paaiškinimu ir tiki antžmogiškų jėgų dalyvavimu ligos sukėlime.

	tai ir jo piktosios dvasios.	
3.	Nes psichiatrai patys nepatyrė, bet kai V5 pats jaučia tai mato, kad čia ne savo mintys, ne savos haliucinacijos. Be to kiekvienas iš jų žino, kas yra haliucinacijos. Su psichiatrais galima ginčytis, jie nė už ką nenori tikėti, kad čia piktų dvasių veikimas. Tai patyrimas, toks kai kalbina, nori nujoti, nu kaip žmonės sako velnias nori nujoti, nori užvaldyti. Jausmas toks, kad nesvarbu ką čia sako ar ką, o noras užvaldyti, priversti žmogų daryti kažką. Nu ir yra kad išgirdę balsus kai kurie žmonės nusikaltimą padaro, nu čia ir yra noras užvaldyti žmogų, kad paklustų joms ir panašiai.	Psichozės metu galvoje atsirandančios buvo nesavos ir svetimos. Tai verčia V5 tikėti antžmogiškų jėgų siekiu atimti iš V5 galią priimti sprendimus ir savarankiškai veikti.
4.	Konkrečiai tai nieko ypatingo nekalbėdavo. Prisimesdavo ir saugumiečiais, net Landsbergio balsu kalbėjo, grynai (juokiasi). Lyg Landsbergis įžeidinėja, nepagarbiai šneka. Sunku V5 prisiminti. O kas čia dar būdavo.	V5 girdėdavo „balsus“ kuriuos suvokdavo kaip saugumo darbuotojų, ar net garsaus politiko kreipimąsi į jį.
5.	Psichozė yra psichozė, pavyzdžiui šauna kokia mintis, o V5 ir tiki, kad tai realybė. Jeigu dar ta mintis patinka, tai ir galvoja, kad tikrai taip yra. Nu pagrindinis principas, kad V5 gali patikėti bet kuria mintim, ir kuo labiau patinka, tuo daugiau tiki. Būdavo tokių pakilimų. Atrodydavo, kad čia su Lietuva kažkas ypatingo atsitiko, kad Lietuva čia pasiekė kažką pasaulyje. Iš kilo virš kitų tautų. Net buvo tokia, nesąmonė, kad atrodė, jog žemė ne apvali, o kaip kūgis, o pačioje viršūnėje išsidėsčiusi Lietuva. Net ir tokių buvo kliesių. Tai va gryną kliesę papasakojo.	V5 patyrė aplinkos suvokimo transformaciją, kuomet norima tapdavo esamu. V5 išgyvena savo valstybės ypatingumo ir reikšmingumo globaliniu mastu patyrimą.
6.	Tai ir pačiam V5 juokinga. Tai gali pasakyti, kad iš tų nesąmonių tikrai galima juoktis, bet dar be to žmonės kenčia nuo negalios, nuo depresijos ar panašiai. Vaistai turi neigiamą poveikį. Naujais vaistais tai švelnesni, bet vis tiek pavyzdžiui nutunka žmonės. Tai va visuomenė ir linkusi juoktis iš tų nesąmonių, bet jie nežino apie kančią. Tų žmonių, nieko nežino, Nes juoktis nesinorėtų tada, nors V5 pačiam kartais juokinga.	V5 dabar suvokia psichozinių įsitikinimų kardinalų nesuderinamumą su egzistuojančia realybe. Žvelgiant iš dabartinės pozicijos tai V5 kelia juoką. Tačiau V5 skaudžiai reaguoja, kai iš to juokiasi kiti, nes V5 įsitikinęs, kad kiti vienpusiškai mato V5 pasaulį, nepastebėdami V5 patiriamų neigiamų išgyvenimų.
7.	Dar gali pasakyti vieną kliesę. Tai kad balsus girdi tai liga, bet kad saugumiečiai tai irgi liga. Čia lyg jie įsijungę psichotroninę aparatūrą bando tirti V5 smegenis, mokslinį darbą rašo.	Kartojasi 1
8.	Jaučiasi negerai jausmai ir širdies plote ir galvos plote, čia tas blogumas daugiau depresinis. Kai yra psichozė tai V5 nėra protiškai darbingas, negali daryti, bet iš pačio durnumo tai kančios nėra. Bet kai tos depresinės būsenos, tada ir kančia pagrindinė, kai nėra emocijų ir baimės ir nerimas, ir išeina, kaip koks deginimas, slėgimas. Kančia tikrai.	Kančia ir „negeri jausmai“ (nerimas, baimė, slėgimas) V5 siejasi su depresija. Būdamas psichozėje, V5 kančios nepatirdavo.
9.	Tada kai prasidėjo psichozė tai V5 pervargo, pervargo ir mažai miegojo ir kažkaip na kaip toks persekiojimo dalykas, lyg kažkas stebi, kažkas domisi juo. Paskutinė liga buvo gana švelni. Nu balsai girdėjosi.	V5 mano, kad psichozė prasidėjo dėl nuovargio ir miego trūkumo.
10.	Nu buvo tokia dar nesąmonė, kad naują alų V5 išrado. Sumaišiau raudoną arbatą su alum ir galvoja nu va naują alų išrado.	V5 taip pat įsivaizdavo, kad išrado naują alkoholinio gėrimo rūšį

11.	Kai ligoninėje buvo tai dar užstrigo tas nelaisvės jausmas, atrodo, nu V5 tikėdavo, būdamas psichozėje, V5 tikėdavo, kad jį išleis, taip norisi, atrodo pabūna savaitę jau taip norisi į tą laisvę, o čia neleidžia.	Būdamas ligoninėje V5 jautėsi nelaisvas, suvaržytas ir norėjo iš ten ištrūkti.
12.	Visuomenė galvoja, kad jie tik durni, o šiaip viskas gerai, bet jie nežino apie kančią.	V5 įsitikinęs, jog kiti žmonės vienpusiškai žvelgia į psichozės pasaulį.
13.	Atrodo kad dangus ir žemė griūva, kad V5 nebeturi jėgų, o tik ant jo vieno laikosi ir viskas sugrius. Čia kaip tie Atlantai kur stogą laiko.	V5 jautė didžiulę, slegiančią savo egzistencijos našta.
14.	V5 į savižudybę nelinkęs. O atrodydavo sunku, nusižudytų lengviau būtų. Nu V5 nelinkęs žudytis.	Nors kildavo minčių apie savižudybę, S V5 nelinkęs tokiu būdu atsikratyti gyvenimo naštos.
15.	Ačiū Dievui, kol kas sekasi, finansiškai save išsilaiko, ee... nu asmeninis gyvenimas pakankamai normalus. Būna žmonių, kur gyvenimas tikrai įvaro į kampa, kur neturi kur gyventi ir iš pensijos negali gyventi, ir būna, kad nusižudo. Šiandieninis V5 gyvenimas yra toks, kad sveikata silpsta, psichinė sveikata stabilizavosi, bet čia buvo pašalinio poveikio – nutuko. Valgo normaliai, o medžiagų apykaitą veikia tas vaistas. Šiaip jis veikia gerai kad psichikai pašalinių reiškinių tai nėra. O šiaip normaliai.	V5 jaučia, kad jo situacija dar nėra tokia beviltiška, kad rinktųsi savižudybės kelią. V5 patenkintas, kad save finansiškai išlaiko, asmeninis gyvenimas „normalus“, ir nors dėl pašalinio vaistų poveikio nutuko, V5 jaučia jog psichinė sveikata yra stabili.
16.	Tik kad va V5 yra bedarbis. Tai krizė tokia. Reikia darbo ieškoti. Šiaip visą laiką darbą turėjo. Gerą darbą turėjo. Išgyveno vienas. Dabar V5 keli metai kaip vedęs, bet vaikų neturi. Tai va nėra taip, kad galvotų apie savižudybę.	V5 neteko mėgstamo darbo ir tai skaudžiai išgyveno. Darbas padėjo materialiai apsirūpinti, kai gyveno vienas, dabar yra sukūręs šeimą.
17.	Laimės nedaug patiria, nesijaučia pakankamai stiprus protine prasme. Lėčiau sureaguoja, lėčiau, dar reikia daugiau pagavoti bendraujant su žmonėmis. Na ir kompleksai atsiranda visokie. V5 jaučiasi nepilnavertis su kitais. Na ir iš tiesų galimybės nėra lygios lyginant su sveikais. Jaučiasi tų jėgų trūkumas.	V5 nuvertina savo protinius sugebėjimus ir bendraudamas su kitais, dėl to kompleksuoja.
18.	Ir kartais pritrūksta fantazijos. Kai buvo studentas tai mėtė juokelius į kairę ir į dešinę. Bet kai susirgo tai apie jokius juokelius nebeina šneka. Jei vyksta koks apsižodžiavimas tai jau ir lieka V5 pralaimėtoju. Žino fantazijos nebėra, nieko nesugalvoja tai va ir visokie nepatogumai gyvenime. Tai priverčia pasitemti, V5 prisitaiko su tom negaliom, tenka prisitaikyti gyvenime.	V5 su apmaudu prisimena prarastą artistškumą, jumoro jausmą bei gebėjimą atsikirsti sulaukus kandžios replikos V5 atžvilgiu. Tačiau tai skatina jį dėti daugiau pastangų, siekiant kompensuoti tą praradimą ir prisitaikyti prie esamų aplinkybių.
19.	Tai va, pirmiausias dalykas, kurį pastebėjo, kad po ligos jam dingio gyvenimo džiaugsmas, nu kiekvienas sveikas žmogus jaučia gyvenimo džiaugsmą, jis V5 dingio, tokia tuštuma. Atrodo žmogus gyvena, gyventų viskas normalu, natūralu, nu ir kažkoks džiaugsmas, gera gyventi. O jam bloga, jokio džiaugsmo gyvenime. Blogai jaučiasi, nesidžiaugia gyvenimu.	V5 po ligos prarado „gyvenimo džiaugsmą“, liko tik tuštumos jausmas ir bloga savijauta. V5 jaučiasi kitoks, nei sveiki „normalūs“ žmonės.
20.	Galima... nu aišku ne viskas taip sunku buvo V5 gyvenime buvo ir kalnų turizmas, ir muzika ir poezija, pats yra rašęs. Bet labai daug kas pradingo, niekas neįdomu. Tiesiog nu jeigu jis nejaučia to pasitenkinimo ką nors darydamas, tai ir nesinori to daryti. Eina dantis sukandęs atrodo lyg iš pareigos, lygtai ne dėl to kad	V5 nebejaučia susidomėjimo daugeliu iš jam anksčiau pasitenkinimą kėlusiu pomėgių, visgi pomėgis keliauti išliko. Veiklos atlikimas V5 asocijuojasi su pareigos jausmu, tam reikia daug valios pastangų.

	nesinori žudyti. Nu padeda, nu yra tų gerų dalykų gyvenime, nesako, kad viskas bloga, nu va ir pakeliaudavo dar po kalnus keliavau sveikas. Ir po ligos du kartus buvo, po dykumas keliavo. Čia neseniai pavyko po vakarus pakeliauti, toks pomėgis.	
21.	Bet vis tiek depresija yra, pavyzdžiui nesuvokia muzikos, buvo laikai ir klausė visokią muziką, ir šiuolaikinę, ir klasikinę. Bet jam prieš keturis, prieš penkis metus atsitiko taip, gydytojas sako depresija – nesuvokia muzikos, reiškia nesuvokia ir kitų subtilių dalykų, vėlgi gyvenimo džiaugsmas smunka ir vat depresijos pavyzdys geriausias, kai V5 nėra durnas, bet nesuvokia muzikos, nuo kurios anksčiau patirdavo malonumą.	Dėl ligos V5 prarado pomėgį klausyti muzikos, kadangi nebegali suvokti muzikos. V5 šis praradimas siejasi su gyvenimo džiaugsmo smukimu.
22.	Sunku, iš to ir susidaro, kad pareigas reikia atlikti. Kai kurie dėl to ir vegetuoja pensijas gaudami.	V5 slegia tai, kad jis turi atlikti įvairias pareigas.
23.	Nu V5 turėjo neblogą darbą radijuje prie garso transliacijų. Įdomus darbas, ir draugų turėjo, žinojo jo ligą bet palaikė, nenuvertino.	V5 su teigiamom emocijom prisimena buvusį darbą, kuris buvo įdomus, ir kur V5 turėjo jį palaikančių draugų.
24.	Dar vis tik kažkokios jaunystės energijos trūksta. Jaučia, kad praėjo jaunystė, viskas ištuštėjo. Tas irgi sunku. Kai buvo jaunas tai ir energijos, ir kažkokiom iliuzijom tiki, kad ateityje bus labai daug gero ir pan. Bet jau dabartyje reikia stengtis daryti, kad taip būtų.	V5 taip pat jaučia energijos bei optimizmo dėl ateities stoką. Su nostalgija prisimena jaunystę, kai viso to netrūko.
25.	V5 jau 10 metų gyvena iš įpročio. Žudyti bijo, nu S dar nėra taip blogai kad žudytųsi. Tai kaip pareiga. Nu daug pradykinėja, niekas neįdomu, tai irgi vienas iš depresijos. Atrodo viskas atsibodo, nuobodu, bet dar ne tiek blogai, kad... Yra toks anekdotas: sako nuobodu, nori žudyti, o jam atsako ar jūs manote, kad savižudybė jus pralinksmins? (juokiasi).	V5 tęsia savo gyvenimą iš įpročio ir pareigos. Žudyti bijo nes dar „ne taip blogai“. Visgi nevengia ir su jumoru pažiūrėti į savo situaciją.
26.	Sunku gyventi, bet nu V5 žmoną gera turi, padeda, palaiko, nenuvertina su tokia liga turėti žmoną, ir sveiką, ne ligonę, tai čia prabanga galima sakyti (juokiasi). Tai ir nu čia paskutiniaisiais metais ilgą laiką buvo surūgęs, kad keliauti negali. O paskutines tris vasaras į keliones išvažiavo. Vis tiek yra ir išpūdžiai, kažkaip prašviesino gyvenimą, nauji patyrimai.	Nors V5 gyventi sunku, jis turi palaikančią žmoną, be to džiaugiasi atsivėrusia galimybe atnaujinti keliavimo pomėgį, kuris „kažkaip prašviesina gyvenimą“.
27.	Psichozės patyrimas jam reiškia, kad kitas žmogus gyvena laimingai ir ta laimė jam visai nerūpi ir visai nepagalvoja, kad pasaulyje yra daug nelaimingų, kenčiančių žmonių. Nu V5 dabar pats žino, kad jeigu būtų sveikas, gal jam visai nerūpėtų jokie invalidai, sergantys ar panašiai.	V5 mano, kad jo ligos patirtis paskatino atkreipti dėmesį ir rūpintis kitais kenčiančiais ir nelaimingais žmonėmis. V5 įsitikinęs, kad jei būtų sveikas, tai jam nerūpėtų.
28.	Dabar supranta nu ir kaip religingam žmogui kyla klausimai, kodėl taip yra, kodėl Dievas daleidžia tokias sunkias ligas. Galų gale prieina išvadą, kad Dievas teisus, ir jie nesuvokia iki galo, todėl ir pati bažnyčia sako yra Dievo paslaptys ir kodėl kančios reikalingos, tai žmogus negali atsakyti.	V5 priimti savo ligą padėjo tikėjimas, kad egzistuoja tam tikra dieviška pasaulio tvarka, nepagavi žmogiškajam suvokimui.
29.	Gydytojai teigia, kad tos psichozės, schizofrenija reiškia schizma iš lotynų kalbos - skilęs protas. Tai čia gal psychologai atsakytų, kad čia nuo nervinės įtampos. V5	Ligą V5 vertina, kaip aukštesnės jėgos skirtą išbandymą bei galimybę askezės būdu pasiruošti mirčiai kaip perėjimui į kitą –

	galvoju, kad kaip Dievas skyrė, kam neveikia ranka, kam koja, o kam galva. Ir ateis diena, kai reikės išmokti gyventi visai be kūno. Tai atrodo, kaip kokia joga, tiek kaip asketai savanoriški, o čia kaip priverstinė askezė: neprisirišti prie šio pasaulio, išsivadavimo iš šio pasaulio, netgi iš kūno, nes kūnas yra laikinas.	dvasinį būvį.
30.	Gydytojai sako, kad čia nuo nervinės įtampos, V5 galvoja, kodėl jis nervuojasi, tai galvoja, čia veikia jo perfekcionizmas, dėl atrodo kažkokia smulkmena, jau nervuojasi. Nuo vaikystės buvo silpnesnės sveikatos nei kiti, tai mano, kad būdamas silpnėsi už kitus ir eidamas, neatsilikdamas, kartu ir gerai mokėsi ir KPI baigė penketais. Ir eidamas su tais stipriais S per daug tempėsi ir sukilo ta nervinė įtampa ir neatlaikė nervai.	V5 mano, kad psichozės išsivystymui įtakos turėjo jo tobulumo siekis, kuomet jis stengėsi dėl pasiekimų, neatsižvelgdamas į savo realias galimybes.
31.	Gyvenimą savo vertina, kad nu per mažai vaisių, tuštoka biški. Išgyvena nu tokį tuštumos jausmą ir kuo toliau tuo labiau.	V5 išgyvena stiprėjantį tuštumos jausmą dėl to, kad vertindamas nugyventą gyvenimą, mato per mažai savo pasiekimų.
32.	Nors kai buvo jaunesnis, liga V5 buvo naujiena, jam buvo labai sunku, bet vis tiek dar su ateities, visi tikisi iš ateities. Tai palaikė. Tiesiog dabar tokia tuštuma apima.	Kai būdamas jaunas, V5 susirgo, buvo sunku. Tačiau jis turėjo vilčių dėl ateities ir tai jį palaikė. Dabar vietoj to patiria tik tuštumos jausmą.
33.	Darbas buvo trylika metų, koncertų salės, gan įdomus toks. Dabar to neturi ir daug galvoja, kam V5 gyvena. Ir visgi kyla ta išvada, kad tas gyvenimas yra, jis jaučiasi. Gyveni ir prasmė yra vien dėl to, kad gyveni.	V5 su nostalgija prisimena darbą, kuris jam patiko, ir kurio netekus V5 daug galvoja apie savo gyvenimo prasmę. Tą prasmę V5 atranda gyvenimo ir jo tėkmės patyrimo.

#### Tyrimo dalyvės M1 teksto analizė

1.	M1 nori pasakyti, kad paskutinis psichozės epizodas buvo kitoks, visiškai ne toks kaip visi, nes ant tiek pametusi žmogišką išorę ir veiksmus ir mintis ji dar niekad gyvenime nebuvo.	M1 pabrėžia paskutinio psichozės epizodo išskirtinumą, lyginant su prieš tai buvusiais.
2.	Ir matomai buvo ne dėl ligos. O dėl abstinencijos būklės.	M1 numano priežastį.
3.	Jos sesuo nematė jos tokios net per pirmąjį priepuolį, kuris buvo prieš 9 m. Paskutinis buvo prieš 2 metus. Ji lankėsi dienos stacionare ir jai turėjo nutraukti Leponex vaistus. Kadangi ji jo daug geria, o jis jai vis tiek nepada. Kas metai reikia vis daugiau ir daugiau. Nu ir jai sumažino palaipsniui, pakeitė kitais. Kai gydytoja davė ketvertuką tai dar nieko, bet kai paskutinio ketvertuko neišgėrė tai ir visai nutrūko	M1 buvo nusivylusi vaistų poveikiu bei didėjančia tolerancija vaistams, todėl nesipriešino sprendimui tuos vaistus pakeisti kitais.
4.	Tada kaip prasidėjo... Kai laktė gatvėmis, tai dar buvo nieko, buvo gera. Pačioj pradžioj ji ėjo ir į kavines, valgė, gėrė. Tuomet ji klaidžiojo po miestą išsipuošusi su savo išveiktomis skrybėlėmis ir kailiais. Po kavines vaikščiojo, visur ėjo. Čia buvo linksma, gera, ji čia kaip ponija, vienur, kitur, pinigų turėjo, tai tiktai pasivaikšto, prisiperka to, ko nereikia. Ponija pabuvo. Su šypsena prisimena. Pasipuošusi, tokia padykusi. Buvo faina išdykauoti. Leido sau pinigų netaupyti. Pavyzdžiui, kai sėdėjo Neringos kavinėje, ji liepė pakeisti jai staltiesę, to užsisakė, ano. Buvo linksma, išdykavo. Tai čia buvo toks kaip išgėrusio žmogaus šėliojimas, bet jau po to kai prasidėjo, jau buvo nebe tas.	Psichozės epizodo pradžioje M1 buvo aktyvi bei spontaniška. Patyrė daug teigiamų emocijų, kadangi sau leido tai, kas jai neįprasta, nekasdieniška. Patyrė savęs reikšmingumą, laisvę nuo suvaržymų.

5.	Ją tada sesuo nuvežė. Pati suprato, kad negerai... Paskambino antrą naktį sesei ir paprašė, kad pas ją atvažiuotų, pažiūrėtų. Atvažiavo iš ryto, o tas buvo šeštadienį. Ir tada ją nuvežė su greitąja. Tada jai ...nu kaip plionkė trūko. Atsibudo tik palatoj prižišta. Kaip koku būdu pateko neprisimena, visiškai ne.	Kritiškai įvertino savo savijautą ir kreipėsi pagalbos į seserį. Jai atvažiavus buvo iškviesta greitoji pagalba. Bevežant M1 į ligoninę, ji neteko sąmonės ir „atsibudo tik palatoj prižišta“.
6.	Guli ligoninėj, o atrodo lyg jos nėra, ji tik smiltelė, smiltelė iš jos tik yra. Kad ji yra kapuose, va tokia savijauta. S negali apskyt, tokios mintys ramybės neduoda.. nu kad ji yra kapuose ir nu kad ji smiltelė. Nu toks žiauriai baisingas jausmas. Toks jausmas kad ji ne žmogus, tiktai pelenai, pakasti kažkur tai ir kad negali iš tų pelenų išsikapstyti. Buvo baisu	M1 jautėsi tarsi mirusi, praradusi gyvybingumą, išgyveno savojo „aš“ sunykimą, vartimą „pelenais“. M1 jautėsi nepajėgi išsivaduoti iš tos būsenos. M1 šie patyrimai kėlė baimę.
7.	<sup>7</sup> Nu bet paskui ryte žiūri ateina seselė... tikra natūrali seselė. Nu pašnekėjom – nieko.	Su nuostaba prisimena grįžimą į realybę.
8.	O po to ..nu taip...iš ryto prabunda dar nieko o maždaug nuo pietų pradeda suktis, suktis negeros mintys galvoj, pasidaro tokie nerealybės priepuoliai. Lyg tai ji jaučiu visa savo giminę... išgyvena visus. Ne tai kad mato, bet išgyvena visus dėdės, tetas. Ir po to puola tiesiog muštis, mesti visokius daiktus, bet kodėl ji tai daro negali paaiškinti lyg tai norėdama nuo to briedo viso atsikratyti kas joje darėsi.	M1 patyrė atsinaujinančius „nerealybės priepuolius“ ir savo asmenybės ribų išsiplėtimą, nuo kurių gynėsi agresijos, nukreiptos į aplinką, pagalba.
9.	Ar atrodydavo kad jai nori kažkas blogo padaryti. Nežino bet tai buvo tokia žiauri psichozė, kad net kai daktaras ateina – ji jo nemato, mato tokia dėmė tiktai, o daktaro ji nemato. Jis jos klausia, jinai jį girdi, bet atsakyti irgi negali. Kalbėti negali. Nesako nei vardo, nei pavardės, ir toks jausmas, kad ji požemyje kažkokiam, prižišta požemyje, o ji prie lovos ir tik balsas daktaro, lyg jis būtų koks požemio valdovas.	M1 patyrė realius žmones ir aplinką susipynusius su fantastiniais vaizdiniais, perteikiančiais jos bejėgiškumą ir suvaržymą.
10.	Kildavo didelis noras pamatyti artimuosius, bet sesuo irgi nėjo pačiom baisiausiomis dienomis, jai per sunku buvo, negalėjo matyti jos. Ji taip laukdavo, galvodavo, kodėl ji neateina, kodėl. Tikėdavosi gal ją išgelbės ji nuo tų visų baisumų. Vargu ar kas tokius dalykus išdarinėjo, ir juto tą, ką ji juto.	M1 turėjo didelių lūkesčių, sulaukti pagalbos iš artimųjų.
11.	Šitokio dalyko jai gyvenime nėra buvę. Prieš tai psichozė buvo persekiojimo manija, ją gatvėj persekiavo, iš darbo bėgdavo, bet gerai – nematydavo jos kvailiojančios. Bet tai būdavo... ji čia ant tiek, kad ji žmogišką pavidalą prarado.	Lygina su ankstesnio paūmėjimo simptomais, kuriuos jai pavykdavo nuslėpti ir kurie nebuvo tokie globalūs, kaip paskutinio paūmėjimo metu, kuomet net sunyko savojo „aš“ vaizdas.
12.	Paskui tai duoda tuos vaistus ir duoda, o Leponex neduoda. Ir tik paskui daktarė atėjo... S puolė sakydama daktarei, kam ją čia pamiršo, M1 čia užmuš.	M1 negavo tinkamo medikamentinio gydymo ir pyko ant daktarės, kad ją ten pamiršo. M1 bijojo, kad ten ją užmuš.
13.	Labai skaudu, nes čia buvo toks bausis dalykas, kad šitaip ji būtų netekusi proto, ir likę tik gyvuliški instinktai – valgyt, į tualetą, o viso kito nėra. Nieko iš jos nebuvo likę	M1 su pasibaisėjimu prisimena tą virsmą, kuri patyrė, kuomet neteko to, ką suvokia kaip žmogiškumo pagrindą.
14.	Išgyveno tokį skausmą, kaip pasakyti, nu, negebėjimą sugrįžti į save, nežino kaip pasakyti.	M1 itin skausmingai išgyveno „negebėjimą grįžti į save“.
15.	Ir tik kai daktarė atėjo, davė Leponex tada vis geriau ir geriau.	Sveikimą sieja su vaistų poveikiu.

16.	Kai pradėjo gauti pilną Leponex dar užeidavo tokie priepuoliai. Per pietus atsisėda prie stalo ir akys bijo šviesos, visiškai, sėdi užsimerkus, valgo, pavalgius lengviau. Nežino kaip paaiškinti. Būdavo kad prieš pietus bijo eiti prie stalo, nes prie stalo apimdavo toks nerealybės jausmas. Nu, noris užsimerkti, nes didžiulė baimė ir akyse tokia sumaištis, nežino kaip pasakyti. Kai užsimerkia, tada jai atrodo, kad jos neveikia tie išoriški dirgikliai, ar kažkaip tai mažiau veikia. Jai labiau norėdavosi ir patamsyje pagulėti.	Net gaudama tinkamus vaistus M1 kuri laiką patirdavo „nerealybės priepuolius“, kuriuos stengdavosi įveikti fiziškai atsitverdama ir taip sumažindama aplinkos poveikį.
17.	Buvo labai sunku. Dievas žino kaip laukdavo nakties, kad tik greičiau užmigtų. Tada tik ryte vėl blogai būdavo – atsikelia ir vaikščioja, vaikščioja, vaikščioja, pusryčius suvalgo ir vaikšto, vaikšto, pietūs – ir vėl, kad prigult tai nė kiek.	M1 buvo labai sunku. Miegas buvo kaip būdas iš tos kančios išsilaisvinti, nes būdama budri, ji be perstojo judėdavo.
18.	Kai po to paskutinę vaistų tabletę gražino tai per savaitę ir pasitaisė. Nes tuomet kai negaudavo nei Leponex nei Clonazepam, tai čia tas pats kas ir narkomanas, kuris yra nutraukęs: ji žiūriu mato tik geltoną spalvą, kas būdinga, kai jie susileidžia dozę. S negalvoja, jog vien nuo vaistų susirgo, pripažįsta, kad ne tik, bet vaistai daug prisidėjo prie to. Kai daktarė atitaisė vaistus, tai po kurio laiko jau sako kad ji į žmogų panaši. Tikrai jos tokios dar niekas nebuvo matę, nei daktarai nei artimieji.	Atstačius buvusį medikamentinį gydymą, M1 savijauta pagerėjo. M1 mato savo situacijos panašumą į priklausomo nuo narkotikų žmogaus, nutraukusio narkotikų vartojimą, patyrimą. M1 įsitikinusi, kad tinkamas vaistų suregulavimas padėjo jai atsistatyti.
19.	Dabar žino viena, kad Leponex pati daugiau niekada nenutraukinėš, teks jai su juo toliau gyventi. Tapo atsargesnė.	M1 tapo atsargesnė ir susitaikė su vaistų kaip apsauginių veiksmų vaidmeniu jos gyvenime.
20.	Su liga tenka gyventi, o ką darysi. Kai jai pasakė, kad yra auglys krūtinėje, tai ji taip apsidžiaugė, sakau, nu galų gale bus vėžys, bet kur tau – ne. Taip kad nori nenori teks gyvent. Šypsena kyla jai pačiai iš savęs. Jei nesijuos... nenorėtų ji gyventi, jai sunku, per sunku jai gyventi, bet nėra ant tiek stipri, kad nusižudyti galėtų, neužtenka drąsos tam dalykui. 20 m. Su vaistus, kas mėnesį pas daktarą – čia ne gyvenimas. Tai daugiau egzistavimas.	M1 gyvenimą suvokia kaip kančią iš kurios ji norėtų išsilaisvinti, tačiau nepajėgia to padaryti savižudybės būdu. Su apmaudu prisimena nepasitvirtinusią mirtinos ligos diagnozę. Jumoras kaip būdas tvarkytis su sunkiai pakeliama gyvenimo situacija.
21.	Dėl to ji ir griebiasi to klubo, kažką tai daryti, krapštytis, bent kažkur būti reikalingam. Kai nesi niekam nereikalingas, tai kokia tada ir prasmė gyventi. Nes pats sau gyventi žmogus negali. Žmogus gyvena dėl to, kad turi artimuosius, turi tą, aną, gal turi kokį mėgstamą darbą, hobį, kuris atstoja ir vaikus ir viską, kažką turi...Vienintelis dalykas, kurį dabar ji turiu yra tas klubas, kuris mane paskatina. Tai va ar į konferencija nueina, parašo kažką į laikraštį. Galvoja, nu gal nors kiek, nors mažiuką trupinėlių ką nors gero padarė, nes tie jos straipsniai dažnai yra tokie, nu kritiški, tas kritizmas atsirado dėl vaistų.	M1 gyvenimo prasmę suvokia kaip priklausymą tam tikram socialiniam ratui. Priklausymas organizacijai padeda M1 įveikti atsietumo, izoliacijos jausmus. Numanoma jos darbo reikšmė ir nauda kitiems žmonėms, paskatina ją tęsti tą veiklą.

### Tyrimo dalyvės M2 teksto analizė

1.	Gyvenime buvo keturios psichozės. Paskutinė buvo prieš keturis metus. Prieš tai dešimt metų nebuvo psichozės. Truko kažkur 4 savaites. 2 savaites vystėsi, vieną gulėjo Rokiškio psichiatrinėje ligoninėje. Paguldė šeštadienį vakare, sulėjo vaistų, sekmadienį ryte ji jau kritiškai save vertino.	M2 yra ne kartą patyrusi psichozės atkrytį. Paskutinio atkryčio metu, greitai atsistatė kritika, supančios realybės atžvilgiu.
2.	Priėmimo sunkiai su ja tvarkėsi. Ji ten rašinėjo ant lapelio, kad nesutinka gydytis.	M2 priešinosi bandymams ją hospitalizuoti.
3.	Ją išleido po savaitės, su gydančios daktarės sutikimu, kuri pasakė, kad neturi teisės daugiau jos laikyti. Pasiūlė vaistus, bet ji atsisakė. Šeštadienį ryte išleido, dukros atvažiavo jos pasiimti.	M2 atsisakė medicininių paslaugų, kai tik atsirado proga.
4.	O vystėsi dvi savaites, sutapo su asmeniniais pergyvenimais, buvo tokios viltys, kad jos gyvenime naujas žmogus atsirado, be to reikėjo parengti jos organizacijai skirtą projektą. Tai va, per dvi savaites, ji vietoj 1 projekto parašė tris, ir 2 metų bėgyje realizavo.	Psichozės pradžia sutapo su asmeniniais išgyvenimais, susijusiais su viltimis dėl artimų santykių sukūrimo, bei su dideliu darbo krūviu.
5.	Ji pradėjo vadovauti, laikinai eiti pareigas, organizacijoje psichikos pacientų, kadangi jų pirmas pirmininkas tuomet gulėjo ligoninėje. Tai vedė susirinkimus, ir viską, kol išsiaiškino, kas yra nevyriausybinių organizacija, kas yra įstatymai. Tas dvi savaites ji dirbo kaip užsukta, vietoj vieno parašė tris, ir po dviejų savaitių, kai spėjo priduoti projektus, tai jau buvo persekiojimo manija, baimė susijusi su tuo persekiojimu.	Gavusi atsakingas pareigas ji gilinosi į jai naują sferą, intensyviai dirbo, net ir atsiradus persekiojimo baimei.
6.	Ji nežino, kas vyko, kartais atrodė, kad eina žmogus ir atrodo kad ją seka, o detalių ji nepamena. Pavyzdžiui, ėjo iš paskos jai gerai pažįstamas žmogus, o jai atrodė, kad jis bes peilį jai į nugarą. Ir ji pati sau sakė, na ir tegu jis man smeigia, ir ėjo toliau, o tas žmogus jis absoliučiai agresyvumo neturi.	M2 jautė nesaugumą, kuris vieną kartą peraugo į jausmą, kad ją sužalos pažįstamas žmogus. Tuomet ji nusprendė nesipriešinti tam, ir pasirodė, kad tas žmogus iš tiesų neturėjo agresyvių ketinimų.
7.	Labiausiai įstrigo iš viso to gal ta būtinybė perrašyti projektą, tas džiaugsmas, kad ji sugeba ir padarys.	M2 įsiminė teigiamos emocijos, atsiradusios patiriant savo sugebėjimą atlikti užduotį.
8.	Vis buvo atsigula miegot 15 minučių, o galvoje vis sukasi mintys – atsikelia ir užrašo. Pati iš patirties žinojo, kad jai gal vystosi psichozė. Bet patikino save, kad va juk konkrečiai dirba. Kildavo bėgančios mintys. Vieną kartą patyrus psichozę, žmogus nuolat save tikrina, ar dar ne psichozė.	Per didelis protinis aktyvumas M2 kėlė įtarimų dėl psichozės vystymosi, tačiau ji nuramino save, radusi tam prieštaraujančių įrodymų.
9.	Buvo nusivylusi savimi. Visą gyvenimą gyveno su tuo, kad yra nevykėlė. Ir labai nedaug buvo žmonių buvo kurie tikėjo ja. Tačiau, kai rašė projektą nevykėlė nesijautė. Jautėsi esanti pajėgi ir svarbi. Nejaudė ir per didelės didybės. Darė, ką matė prasminga daryti. Kaip gali baisėtis savo paskutine psichoze, jei jos metu ji	M2 buvo būdingas negatyvus savęs vertinimas, tačiau atliekant veiklą, kurią suvokė kaip prasmingą, savęs vertinimas tapo teigiamas. Šis patyrimas neleidžia psichozės vertinti tik negatyviai.

	parašė tuos tris projektus.	
10.	Pasaulio reformatorystės idėjos buvo. Jai atrodė, kad kiekvienas žmogus, jei išklaustyti jį, į jos patarimus, ir išklaustyti jį save, patikėtų, jis galėtų.	M2 jautė savo idėjų reikšmingumą, potencialą padėti kitiems žmonėms tų idėjų pagalba.
11.	Dabar ji gali su šypsena tai pasakoti. Daug kartų pasakojo, tai priprato. Bet kai pirmą kartą kalbėjo su televizijos vedėja apie savo pergyvenimus, S norėjo kuo greičiau su ja baigti, nes pokalbis išsekino.	Sumažėjo emocinis krūvis, perteikiant psichozės patirtį kitiems.
12.	Dabar ji pati vis iš naujo persukinėja ir persukinėja, nes jai įdomu, dėl ko kilo psichozė.	M2 analizuoja savo patyrimą, bandydama suprasti psichozės atsiradimo priežastis.
13.	Tai buvo tokie dalykai, po to savaitę ligoninėje, ir savaitę namuose prasėdėjo, kad nebejaustų, nes grįžo namo su psichozės simptomais. Tad sėdėjo, nes norėjo, kad baigtųsi ir vaistų poveikis, ir psichozės.	M2 savarankiškai užbaigė gydymosi ciklą.
14.	Bet nuo paskutinės psichozės praėjus metams ji nusistebėjo, kad pakankamai emociškai stabiliai jaučiasi, nes ją ne sužlugdė psichozė, o priešingai, suteikė jai stiprybės, nes ji pamatė, kad ji pakankamai lengvai susidoroja. O trečia psichozė pvz., išgąsdino, nes buvo sunkesnė jos vertinimu, nes buvo daugiau tokių atminties spragų. Na o iš ketvirtos psichozės, tai ji truko labai trumpai.	M2 nuostabą kelia tai, kad po psichozės ji jaučiasi tvirtesnė ir pajėgesnė įtakoti psichozės eigą, nei anksčiau.
15.	Panevėžyje po trečios psichozės, jai psichiatrė pasiūlė, forminti invalidumą. Labai aiškiai prisimena, kad suprato, jog jei jinai jį gaus, jai nereikės keltis iš lovos ir žlugt galutinai, todėl kategoriškai atsisakė, be to atsisakė vaistų.	Pasiūlymą forminti neįgalumą, M2 suvokė kaip grėsmę prarasti esamus išpareigojimus, skatinančius aktyviai gyventi ir ilgainiui degraduoti.
16.	Antrą kartą su invalidumų susidūrė, kai draugė pasakė, kad su jos diagnoze F20.0 galėtų gauti bent 300 lt. Tai M2 jos paklausė, kiek jos orumas kainuoja, Ką 100Lt? Tai va su tuo požiūriu iki šiol gyvena. Tada maždaug 10 metų vartodavo vaistus.	M2 teikia pirmenybę gyvenimui be invalidumo, nes tai yra vienas iš jos savigarbos sudėtinių komponentų.
17.	Ir po 2 metų ji tvirtai pasakė, kad vaistų nevertos. Ir tada, 2002 kovo mėn. ją ištiko psichozė. Tai buvo 4 psichozė, jau nevertos vaistų 2 metus. Gaila neatsinešė, buvau užsirašiusi, tai tiksliau pasakytų. Bet buvo 2 metus nevertojusi nei vaistų nei migdomųjų, nieko.	M2 nusprendė atsisakyti medikamentų, tai buvo reikšmingas žingsnis, kurio reikšmės nesumenkino net vėliau ištikęs psichozės epizodas.
18.	Šiandien ji pavyzdžiui nebijo, kad jai gali kilti psichozė, nes paskutinė psichozė jai įrodė, kad ji sugeba, su psichoze pakankamai lengvai susidorojo ir neprisidarė sau gėdos daug kalbėdama.	M2 įgijo daugiau pasitikėjimo savimi, patyrusi pajėgumą įveikti psichozės būseną.
19.	O kita vertus jos kalbos psichozės metu yra apie tai, kaip sunku vaikams vaikų namuose ir apie tai, kad bažnyčioje daug pedofilų, va būtent per paskutinę psichozę, kadangi buvo daug kalbama apie tai per televiziją. Ir dabar į tai labai jautriai reaguoja, jos tėvas buvo vargoninkas, bažnyčioje ir nuo mažų dienų teko bendrauti su kunigais, pati nepatyrė...blogų kunigų nematė.	Psichozės metu M2 daug dėmesio skiria socialiai jautrių temų plėtojimui. Per paskutinę psichozę M2 plėtojo pedofilijos bažnyčios tarnautojų tarpe temą. M2 tai yra jautri tema, kadangi M2 pažįsta bažnytinį gyvenimą ir nėra susidūrusi su tokiais atvejais.
20.	Tas dalyvavimas visuomeninėje veikloje. Ji dabar su pašaipu sako, kad tas reformatorystės idėjas psichozės metu ji įgyvendina realiai gyvenime. Nu tai kova su vėjo malūnais, jai tai kad pinigine nauda kokia tai būtų tai nėra, ji ne dėl jos eina. Ir tai sunkus alinantis darbas, ir žmones su vaistais, juos reikia stumti, padėti pergyventi	M2 dalyvaudama visuomeninėje veikloje patiria prasmingumo išgyvenimus, dalyvaudama šioje veikloje, ji remiasi ir psichozės metu išvystytais idėjomis. Prisiima misiją padėti panašaus likimo žmonėms, nors ir negauna už tai pinigines

	psichozės pasekmes ir pan. Gyvenimas iki skyrybų, ji nematė prasmės gyvenime, o šiandien jos gyvenimo prasmė ir yra ta visuomeninė veikla.	naudos.
21.	Ir va kai praėjo kažkur metai ar du, kai patyrė paskutinę psichozę, ji rado tokio psichiatro knygoje, kad jei žmogus nevaratoja vaistų ir tiki tuo, ir jei jį ištinka psichozė jis lengviau su ja susidoroja, ir greičiau išnyksta simptomai. Juk su ja tas ir atsitiko.	M2 rado jos sprendimo nutraukti medikamentus teisingumą patvirtinančius įrodymus.
22.	Tik niekam neįdomu. Juk kai ėjo pirmą kartą į televiziją, tai tikėdamasi, kad specialistams bus įdomus jos atvejis. Šiandien daktarė, turinti 25 m. praktikos stažą patikino, kad M2 yra vienintelė jos pacientė, neturinti jokių schizofrenijos, sakykim, simptomų.	M2 teigia savo atvejo išskirtinumą, tačiau nesulaukia tinkamo dėmesio.
23.	M2 turi tik vidurinę išsilavinimą, bet per tuos metus ji daug lankėsi konferencijose. Vienos konferencijos metu, jai sukėlė daug baimės rusų psichiatro frazė, kad paranojikai nori pakeisti pasaulį. Ji žinojo, kad jai paranojinė schizofrenija. Ji tada blogai pasijuto nuo tos frazės ir ilgai ją virškino, kad paranojinė schizofrenija yra nepataisoma. Išgyveno pasmerkimo jausmą, kad ji nepritampa, kad yra pasmerkta, nėra tokia, kaip kiti. Bet ji su tuo susidoroja.	M2 išgyveno pasmerkimo jausmą, išgirdusi iš vieno psichiatro, kad jos liga nepagydoma.
24.	Tai yra pamoka, išmokiusi ją gyventi, prasmingai gyventi. Įvertinti tai, ką ji turi ir ką dar gali padaryti dėl savo dukterų. Ji sąmoningai kovoja su vėjo malūnais, sąmoningai eina į televiziją. Tai gali padėti kitiems žmonėms. Jai svarbu prisidėti prie psichiatrijos kažkokios reformos.	M2 mato savo veiklos prasmingumą ir turi ryžto atlikti savo misiją. Pabrėžia savo ištraukimo į veiklą sąmoningą pagrindą.
25.	Ji pernai metais dalyvavo televizijoje, nes nesugalvojo, kito būdo, kaip pažymėti psichikos sveikatos dieną. Ji paskelbė viešai savo telefoną ir jai paskambino apie 40 žmonių. M2 gali įvertinti, kad jai paskambino tiek žmonių, kad prieš metus, būtų išprotėjusi. Dabar ji su tuo susitvarko, galiu bendrauti ir padėti kitiems.	M2 nevengia viešumo siekdama įgyvendinti savo tikslus, padėti kitiems, tai darydama ji atlaiko didesnę emocinį krūvį nei anksčiau.
26.	Paskutinė psichozė, ta patirtis ją nugesino, nepasiduoti didybės manijai pamokė. Nes prieš tai ji buvau išpėta, kad ji negali būti tikra, kad nebus psichozės. Ji bandė tai tvirtinti. Ir tada pasikeitė kad tiki, jog jos neištiks psichozė. Bet vis tiek ištiko.	M2 mato psichozę kaip koreguojančią savęs vertinimo svyravimus.
27.	O dabar ji nebelabai bijo, nors balansuoja ant pervargimo ribos. Pagrindinis dalykas kuris jai padeda įveikti baimę yra V. Frankl knyga „Žmogus ieško prasmės“ ji du metus laikė ją lentynoje. Ir ten buvo parašyta apie pasaulį, kad reikalai eina blogyn ir kad jeigu žmonės nepadarys ką geriausia sugeba... Ji tada verkė. Ir po to ji tą knygą du metus laiko ir nusipirko apie 7 egzempliorius bei dalino draugams. Ir ji remiasi ta knyga.	M2 stiprybės teikia jai itin reikšminga knyga, kviečianti realizuoti savo potencialą vardan aukštesnių tikslų.
28.	Ji neturi diplomo, bet turi žinių apie psichikos ligas ir psichikos ligonio gyvenimą. Kaip užsienyje sako, ekspertas iš patyrimo. Norėtų žinoti, kodėl žmogų ištinka psichozė. Pati sau dar neturi atsakymo.	M2 savo patirtį psichozės metu mato kaip vertingą žinių bazę, atstojančią formalias žinių ir gebėjimų pažymas. S siekia didesnio savo ligos supratimo.

### Tyrimo dalyvės M3 teksto analizė

1.	Tai buvo antra psichozė, pirma buvo 96. Na taip M3 nelengva apie tai kalbėti.	M3 sunku kalbėti apie savo patyrimą psichozės metu.
2.	M3 atrodo viskas prasidėjo neblogai. Ji tuo metu vaikščiojo pas psichologą, jai tuo metu jau pavyko gyventi be neuroleptikų. Gėrė vakarais kartais tik klomazepam, kartu su autogenine treniruote užmigdavo.	M3 prieš prasidedant psichozei turėjo nusistovėjusį gyvenimo ritmą.
3.	Jos didžiausia problema, nuo ko viskas prasideda – tai nemiga. Nuo tos nemigos vis kaupiasi ir kaupiasi nuovargis, nu ir psichozė.	M3 mano, kad psichozės priežastis buvo nemiga ir iš to kylantis nuovargis.
4.	Ir tada dar darbe ir aktyvumas sugrįžo ir darbe gerai sekėsi, atlyginimą padidino, ir svorį pavyko sumažinti, viską...	Tuo metu M3 patyrė teigiamų pasiekimų įvairiose gyvenimo srityse.
5.	Bet staiga pajuto, kad jai blogai ir ji pati nuėjo į ligoninę. Bet ji galbūt ne viską pasakojo, kadangi kabinete buvo net keli daktarai, daug seselių ir ją tas varžė.	M3 pasijutusi blogai ėmėsi atitinkamų veiksmų, tačiau varžydamosi gydytojų, tam tikrus būsenos aspektus nuslėpė.
6.	Praktiškai ji jautėsi klaikiai, bet gydytoja jai davė laisvą režimą, ji darydavo ką nori, išeidavo...	Jai pritaikė gydymo priemones, neatitinkančias jos būsenos sunkumo.
7.	Jai būdinga tai, kad aiškiai būdavo psichozėj ji išmėtydavo visus daiktus, pavyzdžiui, tam 100 lt, tam. Iš tikrųjų, tai jai ypač skaudu ta patirtis dėl to, kad ji išmėtydavo visus daiktus ir likdavo kaip stovi, net ir drabužius ir žiedus, ir atiduodavo ir skolindavo, aišku, po to nesusirinkdavo atgal. Viską išmėtė, ką buvo sukaupusi.	M3 būdingas elgesys psichozės metu yra tai, kad ji nevertina savo daiktų ir atiduoda kitiems.
8.	Labiausiai įstrigo, kai ėjo katedros aikštėj ir 100 lt elgetai davė. Bet jis tylėjo ir ji tyliai padėjo, nieko nekalbėjo. Tai tiek. Po to laikraštyje kada tai perskaitė, kad tas elgeta mirė.	Įsimintiniausia geradarystė buvo didelė pinigų suma, atiduota visiškai nepažįstamam žmogui.
9.	Čia būdavo kažkoks savęs susireikšminimas, ypatingumo jausmas. Kad ji dabar žino, kad jie rojui gyvena, kiti nežino, bet tuoj sužinos. Esamu momentu tų daiktų nebereiks, žmonės nebemirs, o tiktai gims, nu va fantazijose tokiose gyveno. Jautėsi skleidžianti gėrį. Ir žmonės ten ligoninėj yra įrodymai, kad taip yra, nes ligoninėj irgi panašiai nusišneka (juokiasi). Pojūtis, kad jos fantazijos tampa realybe. Tuoj ir pinigų nereiks, nebus žiemos tuoj.	M3 gyvendavo visuotinio gėrio erdvės iliuzijomis, jautėsi atliekanti misiją, skleisti gėrį pasaulyje, to patvirtinimui įsivaizduodavo turinti įrodymų.
10.	Darydavo nesąmones, bet kai reikėdavo atsiskaityti ji surimtėdavo. Mama klausė kažko, o ji kaip tik tuo metu kraustėsi į kitą butą, tai sako, pas draugę paliko. Jai irgi nebūdinga, kad ji mamai meluotų ar pan., nežino, kodėl, bet kai ją prispausdavo ji rimtai ir protingai atsakinėdavo, o gyvendavo sau ir darydavo sau.	Esant reikalui, M3 meluodavo, kad nuslėptų savo poelgius.
11.	Įskaudino labai artimuosius. Ji šiaip gi galėtų padėti ir tėvams ir pan., bet ten buvo toks neracionalus darymas ir sako va toks visiškai be ryšio.	M3 jaučia kaltę prieš artimuosius, dėl savo elgesio psichozės metu.
12.	Nu jai dar būdavo tokie aktyvumo padidinto priepuoliai. Tada antrą kartą turėjo sugrįžt į ligoninę, nes mama pamatė, kad su ja ne viskas gerai. Ir tada ji visą vasarą gulėjo ligoninėje, negalėjo išeiti ir po to į darbą nebegrįžo.	Mamai įvertinus jos būseną, buvo imtasi griežtesnių gydymo priemonių.
13.	Jai dar tos psichozės ne taip būtų sunkios, nors ir tų vaistų daug reikia, bet kai po to grįžta į tą tikrovę ir suvokia, ką ji pridirbo, tai sako, mamai ir finansiniai nuostoliai pridaryti. Jai tas buvo sunkiausia.	M3 sunkiausias psichozės aspektas yra susidūrimas su savo elgesio psichozės metu pasekmėmis, atgavus kritiką supančios realybės atžvilgiu.

14.	Jai daugiausia tos fantazijos su religija susiję, nes ji visuomet buvo tikinti. Jai atrodydavo, kad Dievas jai širdyje kalba, kad ji turi taip daryti, tegu jos dešinė nežino, ką daro kairioji. Bet tai nebuvo haliucinacijos, balsai, kažkaip o jausmas, čia ji stengdavosi tą biblijos įsakymą vykdyti, kad kai aukoji nesvarbu kam, ir nesvarbu kaip.	M3 psichozės metu stengėsi atitikti aukščiausius moralinius standartus.
15.	Kai pirmą kartą gulėjo ligoninėje, tai Maloniojoj gatvėj – upė ir miškas šalia, galvojo pats Dievas čia ją atsiuntė, čia reikia gydyti, bet ne ją gydyti, o kad ji atėjo gydyti.	Prieš tai patekusi į psichiatrinę ligoninę, M3 įsivaizdavo, kad jos misija yra gydyti kitus.
16.	Kažkaip kitus suprasdavo ir jausdavo, kad kiti ją supranta. Nu nežino, buvo kažkaip lengva bendrauti, nebelikdavo kompleksų, kaip anksčiau. Ir būdavo taip, kad ne tik ji, bet ir prie jos eina, tarsi pritraukdavo kitus bendravimui. Iš psichozės buvo labai sunkių dalykų, bet kai kurių tai ... nu kai su psichologe kalbėjo, ji klausė, ar yra koks ilgesys. Nu bet būtent to kažkokio paprastumo, gal tame bendravime ir buvo, ko po to nelabai ir patyrė.	M3 jautė esanti komunikabili, suprantanti kitus, betarpiškai bendraujanti. Tai jai buvo viliojantis ir keliantis ilgesį patyrimas, kuris po to nepasikartojė.
17.	Kažkokie nukrenta kompleksai, blokuotės, ji gyvena lyg kitur ir į kito kailį labai lengva įsijausti, nes ji nebeturi savo interesų, savo gyvenimų, nu nežino. Gal tiktai įsivaizduoja, kad turi ką nors neįprastą. Atsiranda kažkokių keistų pojūčių, kažkokia išvalga, pats žmogus tarsi ateina ir išsipasakoja. Taip kažkas yra atimta, o kažkas duota.	M3 išgyveno betarpiškumo, savo ypatingumo, laisvės nuo vidinių barjerų patyrimus, kartu su tapatumo praradimu.
18.	Su šypsena, nes dabar supranta, kad tai buvo liga, simptomas, o tuo metu atrodė, lyg turi kažkokių jėgų. Ji būdavo šiaip nusiteikusi, kad nėra tokių dalykų, bet tuomet pasidarydavo viskas labai ryšku. Ryškios spalvos, ryškūs medžiai, gamta. Prisimena, ten buvo audra ir prie medžio buvo prikaltas lankas. Ir ji prisimena, bandė ištraukti tą lanką, nes tam medžiui labai skauda. Jautė tą medį. Viskas taip labai ryšku, sodrios spalvos.	M3 aplinkos suvokimas tapo ryškesnis, ji jautė betarpiškas sąsajas ir atjautą gamtos kūrinijai, ką esamu momentu vertina kaip ligos išraišką
19.	Jeigu tik tą, neskaitant visų tų nesąmonių, tai nieko baisaus. O dabar sugrįžta ir žino, kad nesąmonių prisidaro, skauda, baisu, kad nepasikartotų. Skauda tai, kad ji darė nesąmones, bet viską prisimena. Ji darė, viskas atrodė taip simboliška, visokie ženklai, net ir kažkokios dainos ją paliečia asmeniškai. Bet kai sugrįžta - norisi iškirpti, kaip po cunamio, nes labai viskas sudėtinga sugrįžti. Reik vaistus vartoti...	Psichozės patyrimą užgožia skausmingas savo kaltės dėl pasekmių suvokimas, kurį M3 sunku toleruoti ir priimti.
20.	Dabar bando kažkokius saugiklius turėti, buto šeimininkui pavyzdžiui davė mamos telefoną, kad jeigu ką praneštų. Turi klubą, tai gydytoja, kuri paskambina, susitinka. Svarbu neužleisti, kai tie pirmieji simptomai, pvz., nemiga, ar labai greitai susigraudina. Anksčiau ji nežinojo tokių dalykų, nežinojo, kas ta psichiatrija. Dabar save seka, vaistus vartoja, kartais netgi save prisiglušina, kai būna blogesnė savijauta, tai pasididina vaistų dozė. M3 nori save kontroliuoti.	M3 esamu momentu yra atsargesnė, ėmėsi prevencinių priemonių, kurių anksčiau nežinojo, kad išvengtų atkryčio.S „nori save kontroliuoti“
21.	M3 pasakys vieną juoką. Buvo taip nuvargusi vieną kartą ir net pradėjo naktį balsus girdėti. Po to kažkurį vakarą filmą užsižiūrėjo, ir girdi virš jos ten kažkas vėlai Skype	M3 nebepasitiki savo suvokimu ir vertinimu, ir vis tikrinasi ar tai, ką ji patiria, nėra haliucinacijos.

	naudojasi. O jai ant tiek baimė, kad ji jau balsus girdi. Tai reiškia, kad ji net savimi nelabai pasitiki. Vis galvoja, ar tai išoriniai balsai ar vidiniai, ar kas su ja vyksta.	
22.	M3 nesinori prisiminti viso to, kankina ypač, tai kad ji turi sugrįžti į tikrovę. Turi galvoti apie darbą, pragyvenimą, savo būsto neturi, tai irgi. Reik sugrįžti į tą juodą, nykią tikrovę.	M3 realus pasaulis kelia negatyvų įspūdį, grįžimas į jį skausmingas.
23.	Dar gelbėja, kad ji visa galva į tą visuomeninę veiklą pasinėrusi, tai kaip užsimiršimas, kad mažiau galvoti reikia, veiklos kažkokios. Dėl finansų tai nėra, tik simboliškai, tame yra ir gražių akimirkų, bendravime su tokiais pat. Pavyzdžiui ji dabar daug važinėja, daug šalių aplanko, Marselyje buvo, tie vaizdai niekada neišnyks. Jai patinka keliauti. Ji šiaip užsienio kalbas baigė, tai kai susirgo, sakė jau viskas, niekur nebeišvyks. Bet dabar čia kaip kompensacija, už visas tas kančias. Atperka.	M3 realiam pasaulyje veikla padeda užsimiršti. Be to jame taip pat patiria gražių akimirkų, kurios bent dalinai kompensuoja netektis.
24.	Daug kas buvo blogo, bet kai kurie momentai buvo įdomūs. Taigi žmonės eksperimentuoja ar su narkotikais, ar specialiai nemiega, kad pajustų, ką nors įdomesnio, o ten irgi panašiai. Dar tas aktyvumas, energija, bet po to už visą tai reikia sumokėti.	Tarp neigiamų su psichoze susijusių išgyvenimų, M3 išvelgia ir įdomių patyrimų, tokių kaip padidėjęs aktyvumas, energija.
25.	Dabar ji yra daug apsiskaičiusi. Žino, kad tai nėra kažkokia išskirtinė liga, kad daug kam taip atsitinka. Tie ypatingi potyriai išskiriantys iš minios, po to nusileidžia ant žemės. Didžiausiam priešui to nelinkėtų.	M3 pažvelgusi į savo ligą iš platesnės perspektyvos, suvokė, jog jos patyrimas nėra išskirtinis. M3 patyrusi ypatingų, išskirtinių potyrių, po to „nusileido ant žemės“. M3 tokio patyrimo nelinkėtų net didžiausiam priešui.
26.	Dabar jos gyvenimas tarsi nuolatinė kova. Atsiradęs toks chroniškas nuovargis. Atrodo dar šiek tiek ir jau nusivažiuos. Reik dėti daug pastangų, kad išsilaikyti, bent jau dabartinėj būsenoj. Ir visuose kasdiniuose dalykuose reikia valios, o ta liga dėl ligos susilpnėjusi. Ji anksčiau būdavo dirba ir jai sekasi, lengva. Dabar viskas yra sunku, reikia verstis save.	M3 gyvenimas panašus į kovą, kur ji turi verstis save ir dėti daug valios pastangų, kad atliktų reikiamus darbus ir veiklas. Prisimena, kad anksčiau jai buvo lengviau dirbti.
27.	Tačiau ją palaiko artimieji, draugai. Žino, kad jie blogai jaustųsi, jei jai vėl pablogėtų.	M3 jaučia artimųjų palaikymą. Žino, kad jie pergyventų, jei M3 būseną pablogėtų.